



**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

TESIS

**HIGIENE PERSONAL Y SU RELACIÓN CON LA
MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN LOS ALUMNOS DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II 7055, VILLA
MARIA DEL TRIUNFO 2016”**

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

PRESENTADA POR:

SUMARI CHANG CLAUDIA DEL ROCIO

ASESORA:

MG. IDALIA MARIA CONDOR CRISOSTOMO

LIMA - PERÚ, 2018

**HIGIENE PERSONAL Y SU RELACIÓN CON LA
MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN LOS ALUMNOS DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II 7055, VILLA
MARIA DEL TRIUNFO 2016”**

RESUMEN

La presente investigación tuvo como Objetivo: Determinar la relación entre la higiene personal con la manipulación de alimentos en los alumnos de la Institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa María Del Triunfo 2016.

Es una investigación descriptiva transversal, se trabajó con una muestra de 199 alumnos, para el recojo de la información se utilizó un Cuestionario de alternativa múltiple de 18 ítems, organizado por las dimensiones: conservación o almacenamiento, preparación, distribución. La validez del instrumento se realizó mediante la prueba de concordancia del juicio de expertos obteniendo un valor de (0,871); la confiabilidad se realizó mediante el alfa de Cronbach con un valor de (0,913). La prueba de Hipótesis se realizó mediante R de Pearson con un valor de 0,879 y un nivel de significancia de valor $p < 0,05$.

CONCLUSIONES:

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Manipulación de alimentos Inadecuada, los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Manipulación de Alimentos En Proceso y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Manipulación de Alimentos. Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y manipulación de alimentos.

PALABRAS CLAVES: *Higiene personal, manipulación de alimentos, conservación o almacenamiento, preparación, distribución.*

ABSTRACT

The objective of the present investigation was to determine the relationship between personal hygiene and food handling in the students of Tupac Amaru II Educational Institution 7055, Villa María del Triunfo 2016.

It is a cross-sectional descriptive investigation, we worked with a sample of 199 students, for the collection of the information we used a multiple choice questionnaire of 18 items, organized by the dimensions: conservation or storage, preparation, distribution. The validity of the instrument was carried out by means of the test of concordance of the expert judgment obtaining a value of (0,871); Reliability was carried out using Cronbach's alpha with a value of (0.913). The Hypothesis test was performed using Pearson's R with a value of 0.879 and a level of significance of value $p < 0.05$.

CONCLUSIONS:

The students of the Educational Institution N ° 7055 of Villa Maria del Triunfo with perianal hygiene, of Low level have at the same time a level of Inadequate Food Handling, those that have personal hygiene of Medium level have at the same time a level of Manipulation of In Process Food and those who have high level personal hygiene have a level of Food Handling as well. These results indicate that there is a direct relationship between the variables Personal hygiene and food handling.

KEYWORDS: *Personal hygiene, food handling, conservation or storage, preparation, distribution.*

ÍNDICE

| | Pág. |
|---|------|
| DEDICATORIA | i |
| AGRADECIMIENTO | ii |
| RESÚMEN | iii |
| ABSTRAC | iv |
| ÍNDICE | v |
| INTRODUCCIÓN | |
| | |
| CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN | |
| 1.1. Planteamiento del problema | 1 |
| 1.2. Formulación del problema | 3 |
| 1.3. Objetivos de la investigación | 4 |
| 1.3.1. Objetivo general | 4 |
| 1.3.2. Objetivos específicos | 4 |
| 1.4. Justificación del estudios | 5 |
| | |
| CAPITULOII: MARCO TEÓRICO | |
| 2.1. Antecedentes del estudio | 6 |
| 2.2. Base teórica | 9 |
| 2.3. Definición de términos | 20 |
| 2.4. Hipótesis | 21 |
| 2.5. Variables | 21 |
| 2.5.1. Definición conceptual de las variables | 21 |
| 2.5.2. Definición operacional de las variables | 21 |
| 2.5.3. Operacionalización de la variable | 22 |

| | |
|---|----|
| CAPITULOIII: METODOLOGIA | |
| 3.1. Tipo y nivel de investigación | 23 |
| 3.2. Descripción del ámbito de la investigación | 24 |
| 3.3. Población y muestra | 25 |
| 3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos | 25 |
| 3.5. Validez y confiabilidad del instrumento | 26 |
| 3.6. Plan de recolección y procesamiento de datos | 26 |
| | |
| CAPÍTULO IV: RESULTADOS | 27 |
| | |
| CAPÍTULO V: DISCUSION | 35 |
| | |
| CONCLUSIONES | 38 |
| | |
| RECOMENDACIONES | 39 |
| | |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 41 |
| | |
| ANEXOS | |
| Matriz | |
| Instrumento | |

INTRODUCCIÓN

La higiene de manos es el término general para los que se aplica a cualquier lavado de manos, lavado antiséptico de manos, antisepsia de manos por frotación o antisepsia quirúrgica de manos, que se realiza en los centros sanitarios para prevenir las infecciones relacionadas con la atención sanitaria (IRAS).

Las IRAS se definen como aquellas infecciones que afectan a un paciente durante el proceso de atención en el hospital u otra instalación de atención sanitaria que no estaban presentes ni se estaban incubando en el momento del ingreso. En la aparición de las IRAS influyen múltiples factores.

No obstante, la falta de higiene de manos siempre antes y después de estar en contacto con un paciente es probablemente el único factor relacionado con la transmisión de los microorganismos común a la mayor parte de las infecciones.(1)

Por ello, se considera desde hace mucho tiempo, la medida de prevención más eficiente para evitar las enfermedades infecciosas.

La presente investigación para fines de estudio contiene

Capítulo I: El problema de investigación, Planteamiento del problema, Formulación del problema, Objetivos de la investigación, Justificación del estudio, Limitaciones de la investigación.

Capítulo II: Marco Teórico, Antecedentes del estudio, Bases teóricas, Definición de términos, Variables su definición conceptual, operacional, y la operacionalización de la variable.

Capítulo III: Metodología, Tipo y nivel de investigación, Descripción del ámbito de la investigación, Población y muestra, Técnicas e instrumentos para la recolección de datos, Validez y confiabilidad del instrumento y el Plan de recolección y procesamiento de datos.

Luego los aspectos administrativos en el cual se aprecia el Presupuesto de la investigación y el cronograma de actividades terminando con la presentación de la referencias bibliográficas y anexos.

CAPITULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En octubre de 1846, el doctor Ignacio Felipe Semelweis, tras observar la muerte de mujeres en las maternidades después de ser atendidas por doctores que provenían de las morgues, dispone de un lavatorio para el aseo de manos del personal médico. La medida será curiosamente criticada y denostada, y terminará con la destitución del doctor Semmelweis. Sin embargo, con los años se impondrá su postura entre la ciencia médica, principalmente por sus buenos resultados.

En octubre de 2002 fue publicada la *Guía para la higiene de las manos en el medio sanitario* por los CDC (Centers for Diseases Control and Prevention) en el *Morbidity and Mortality Weekly Report*.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) lanzó en 2005, a través de la Alianza Mundial para la Seguridad del Paciente, el primer Reto Mundial en pro de la Seguridad del Paciente *Una atención limpia es una atención más segura*, con el objetivo de reducir las IRAS. Estaba integrada por varias acciones, siendo la principal la promoción de la higiene de manos.

En 2006, España se adhirió oficialmente a este reto de la Alianza Mundial por la Seguridad del Paciente y el Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud, que marcaba entre sus prioridades

estratégicas el desarrollo de políticas dirigidas a la Seguridad del paciente.

En 2009, se inauguró la campaña mundial "salve vidas: límpiense sus manos" encabezado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en apoyo de los trabajadores de la salud, con el fin de mejorar la higiene de manos en la atención sanitaria, así mismo publicó una guía en todos los centros sanitarios, en donde explica el modelo de los cinco momentos en los cuales los profesionales de la salud deben realizar la higiene de manos. Esta campaña tiene por objeto impulsar la adopción de medidas en el lugar de consulta para demostrar que la higiene de manos es el punto de partida para la reducción de infecciones asociadas a la atención médica.¹

De igual manera la Organización Mundial de la Salud hace una nueva llamada para continuar en la labor de concientización sobre el lavado de manos. Declaró el 5 de mayo como "El día de la Higiene de Manos", conocido en inglés como: Hand Hygiene, cuyo objetivo es sensibilizar tanto a los pacientes como a las personas que trabajan en la salud pública sobre la necesidad de salvar vidas por medio del lavado de manos. Y es que todos los años millones de pacientes se infectan con gérmenes que contraen en los hospitales, como asegura la Pan American Health Organization (PAHO).

El 15 de octubre se celebra a nivel mundial el "Día del lavado de manos". Esta importante acción cotidiana es primordial para mantener un buen estado de salud. Por ello, la Organización Panamericana de la Salud (OPS-OMS) y el fondo de las naciones para la infancia (UNICEF) unen fuerzas para lograr que las personas aprendan a lavarse las manos con la finalidad de mejorar su calidad de vida. El día mundial del lavado de manos se inició en 2008 con la iniciativa de la alianza global entre los sectores públicos y privados. Esta alianza es respaldada por varias instituciones gubernamentales, internacionales y de individuos de todo el mundo, que tiene como finalidad promover la higiene de las manos.

El objetivo de esta celebración es resaltar la importancia de un correcto lavado de manos con agua y jabón en momentos clave del día. Se ha de tener en cuenta que enfermedades serias como la meningitis, bronquitis, hepatitis “A” y la mayoría de los tipos de diarrea infecciosa pueden evitarse con el simple acto de lavarse las manos adecuadamente. Por otra parte, el 14 de octubre de 2011 la Organización Panamericana de la salud (OPS) impuso un nuevo Récord mundial Guinness de más personas lavándose las manos al mismo tiempo, al convocar a 740 870 personas en distintas localidades de Argentina, Perú y México.(1)

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general

¿Cómo se relaciona la higiene personal con la manipulación de alimentos en los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cómo es la higiene personal de los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa María Del Triunfo 2016?

¿Cómo hacen la manipulación de alimentos los alumnos de la Tupac Amaru II 7055, Villa María Del Triunfo Lima 2016?

¿Cómo se relacionan la higiene personal con la higiene en la compra de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa María Del Triunfo 2016?

¿Cómo se relacionan la higiene personal con la conservación o almacenamiento de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016?

¿Cómo se relacionan la higiene personal con la preparación de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa María Del Triunfo 2016?

¿Cómo se relacionan la higiene personal con la higiene en la distribución de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1. Objetivo General

Determinar la relación entre la higiene personal con la manipulación de alimentos en los alumnos de la Institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016

1.3.2. Objetivos Específicos

- Caracterizar la higiene personal de los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016.
- Caracterizar la manipulación de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Alipio Ponce Lima 2016.
- Determinar cómo se relacionan la higiene personal con la higiene en la compra de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016.
- Determinar cómo se relacionan la higiene personal con la conservación o almacenamiento de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016.
- Determinar cómo se relacionan la higiene personal con la preparación de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016.
- Determinar cómo se relacionan la higiene personal con la higiene en la distribución de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016.

1.4. JUSTIFICACIÓN

justificación teórica

“Esta investigación se realiza con el propósito de aportar al cómo se relaciona la higiene personal con la manipulación de alimentos en los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa María del Triunfo, cuyos resultados de esta investigación podrán sistematizarse en una propuesta para ser incorporado como conocimiento a los hábitos de higiene en los estudiantes” (2)

Justificación legal y normativo

La Constitución Política del Perú, establece que todos tienen derecho a la protección de su salud y es el estado quien determina la política nacional de salud. La Ley General de Salud (Ley N° 26842) establece que la protección de la salud es de interés público y, por lo tanto, es responsabilidad del Estado regularla, vigilarla y promoverla. El reglamento de la Ley del Ministerio de Salud (2002) señala que el proceso de promoción de salud tiene como objetivo funcional lograr que las personas adquieran capacidades y desarrollen actitudes, para su desarrollo físico, mental y social.

CAPITULO II. MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1 A nivel internacional

Parada, Saraí “Proyecto educativo sobre higiene personal dirigido a los niños y niñas de la escuela fiscal mixta Abdón Calderón Muñoz de la Escuela Fiscal Mixta. Provincia de Manabí, en la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo Facultad de Salud Pública Riobamba – Ecuador. El objetivo de la investigación fue implementar un proyecto educativo sobre higiene personal dirigido a niños y niñas. Es un estudio de tipo descriptivo, diseño cuasi experimental, enfoque cuantitativo, nivel aplicativo, de corte transversal y observacional .La población estuvo constituido por un total de 55 niños y niñas a quienes se les evaluó las características sociodemográficas, conocimientos y prácticas de higiene corporal. Llegando a las siguientes conclusiones: “Sobre los conocimientos y prácticas, el 82% de niños y niñas desconocen los hábitos de higiene, el 76% no dan importancia a la higiene personal, el 16 87% desconoce los riesgos de las enfermedades por la mala higiene, el 53% no lava los alimentos antes de comer, el 33% utiliza agua de pozo para el consumo humano. Luego de la

implementación del proyecto educativo se ha logrado incrementar los conocimientos de los niños y niñas, en un 90%, sugiere a la dirección de la escuela y en especial al Ministerio de Educación continuar con la multiplicación del proyecto para que existan escuelas saludables.” (3)

Córdova, Fabiola “Proyecto educativo para promover prácticas de higiene, dirigido a niños/as de la Escuela José de San Martín” Comunidad Uchanchi. Parroquia San Andrés. Cantón Guano. Provincia de Chimborazo. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo Facultad de Salud Pública, Riobamba-Ecuador. El objetivo de la investigación fue implementar un proyecto educativo en higiene personal, alimentaria y de vivienda. Es un estudio de tipo descriptivo, diseño cuasi experimental, enfoque cuantitativo, nivel aplicativo, de corte transversal y prospectivo. Se contó con un universo de 27 alumnos de 4to a 7mo año de educación básica de la escuela José de San Martín. Llegando a la conclusión que: “Los niños practicaban algunos hábitos higiénicos personales, alimentarios y de la vivienda inadecuados por desconocimiento, pero a través de las diferentes intervenciones se logró que los niños mejoren sus conocimientos y lo que pongan en práctica. En el transcurso de las actividades desarrolladas los niños/as se mostraron motivados, en cada uno de los temas tratados, ya que en su escuela no habían recibido este tipo de formación.” (4)

2.1.2 A Nivel Nacional

TARASONA E. realizó en la UNMSM la investigación titulada “Conocimientos sobre higiene en la manipulación de alimentos que tienen las madres de los comedores populares del distrito de los Olivos, año 2007-2008”, Los Objetivos fueron determinar los conocimientos sobre higiene en la Manipulación de los Alimentos que tienen las madres de los Comedores Populares

del distrito de Los Olivos. El estudio es de nivel aplicativo, tipo cuantitativo; el método es el descriptivo simple, de corte transversal. La población la integran 258 personas, pertenecientes a 43 comedores registrados en el distrito. La muestra se obtiene por muestreo aleatorio simple, seleccionando a 12 comedores, con una muestra poblacional de 72 personas. La técnica es la encuesta y el instrumento, un cuestionario estructurado de respuestas múltiples.

Los hallazgos más significativos son: El 50% de las madres responsables de la preparación de almuerzos en los Comedores Populares, conocen las medidas de higiene durante la manipulación de los alimentos; pero siendo el 50% de madres las desconocen estas medidas, se debe hacer énfasis en la educación sanitaria sobre manipulación de los alimentos, a fin de prevenir la contaminación de los mismos y por consiguiente disminuir el riesgo de enfermedades alimenticias en los comensales que acuden a estos servicios comunitarios. Así mismo, la etapa en la manipulación de alimentos con mayor porcentaje de desconocimiento, son las medidas de higiene a considerarse para la compra de alimentos lo que puede favorecer a una contaminación directa y/o cruzada de los dichos productos alimenticios.(5)

Durnad, Carmen y Chuquilin Karina “Aplicación de un programa educativo utilizando cuaderna para mejorar el nivel de conocimiento en el cuidado y conservación del cuerpo en los alumnos del primer grado de la I.E. La Anunciata, 2013”. La investigación tuvo por objetivo determinar los 22 efectos que produce el programa educativo utilizando cuadernia para mejorar los conocimientos en el cuidado y conservación del cuerpo en los alumnos del primer grado de educación primaria. La investigación es de un enfoque cuantitativo, casi experimental, con un grupo único de pre y post test. Los resultados revelaron:

“La aplicación del software educativo Cuadernia logró mejorar significativamente el nivel de conocimiento sobre el cuidado y conservación del cuerpo humano, en los alumnos del primer grado de educación primaria. El nivel de conocimientos del cuidado y conservación del cuerpo en post test demostró un que el 98% de alumnos tienen un nivel de conocimientos.”(6)

2.2. BASE TEÓRICA

2.2.1. LOS HABITOS DE HIGIENE Y SU IMPORTANCIA

La higiene tiene por objeto conservar la salud y prevenir las enfermedades, es por ello que se deben cumplir ciertas normas o hábitos de higiene tanto en la vida personal de cada quién como en la vida familiar, en el trabajo, la escuela, la comunidad. La higiene trata sobre las medidas para prevenir y mantener un buen estado de salud. La práctica de las normas de higiene, con el transcurso del tiempo, se hace un hábito. De allí la relación inseparable de Los Hábitos de Higiene. Es conveniente para el aprendizaje, práctica y valoración de los hábitos de higiene que los adultos den el ejemplo a los niños, niñas y jóvenes con la práctica cotidiana de adecuados hábitos de higiene, para que se consoliden los conocimientos conceptuales, actitudinales y procedimentales sobre el tema.(7)

2.2.2. NORMAS DE HIGIENE PERSONAL EN LA FAMILIA Y EN LA ESCUELA

Normas de Higiene Personal Las actividades relacionadas con la Higiene y cuidados del cuerpo permiten la consolidación de los hábitos de higiene en los niños, niñas y jóvenes, para lo cual es fundamental que se tengan conocimientos acerca de su cuerpo y funciones, así como de los hábitos que se deben tener para su buen estado de salud.

Higiene de la piel, axilas, pies y genitales

La higiene de la piel, de las axilas y pies, de los genitales, es indispensable para la salud personal, por lo que se deben conocer y practicar normas de Higiene Personal en el hogar, la escuela y la comunidad. La falta de medidas de higiene corporal puede ser causa de enfermedades como la sarna o escabiosis, la micosis y los hongos, entre otras. Los hongos y otros microorganismos que invaden la piel se alojan principalmente en las axilas, las ingles, entre los muslos y otras zonas del cuerpo donde hay humedad. Para evitar enfermedades de la piel es recomendable:

- Bañarse diariamente, utilizando abundante jabón.
- Secar bien todas las partes del cuerpo luego del baño.
- Cambiar a diario la ropa interior, camisas y otras prendas de vestir que estén en contacto directo con la piel.
- Lavar la ropa de todo el grupo familiar con jabón.
- Lavar frecuentemente el cabello utilizando champú.
- Mantener las uñas limpias y cortas.
- Secar cuidadosamente los oídos, sin introducir objetos para limpiarlos.
- Acudir, en caso de enfermedad, al establecimiento de salud más cercano.
- No es conveniente automedicarse. Las glándulas sudoríferas que se encuentran distribuidas por toda de piel, pueden aumentar la segregación durante momentos de angustia, tensión o emociones fuertes por lo que se recomienda:

- Lavar bien las zonas de la piel de mayor sudoración, secarlas, usar desodorantes no irritables y talco que permitan mantenerlas secas.
- Mantener los pies calzados y cómodos.(7)

Higiene bucal Los dientes son parte importante de nuestro cuerpo y cumplen funciones específicas durante la alimentación: cortar, rasgar, triturar. Los dientes se clasifican en incisivos, caninos, premolares y molares, cada uno de ellos tiene un papel fundamental para una adecuada alimentación y nutrición. Entre las enfermedades más comunes de los dientes se encuentran las caries, que son ocasionadas la falta de una adecuada higiene bucal. Las caries son una puerta de entrada a infecciones peligrosas, cuando se presentan deben atenderse rápidamente por el odontólogo para no tener que ser extraído el diente a causa de su mal estado. Un diente dañado además puede causar intensos dolores que afectan la asistencia de las personas a la escuela o trabajo. Para mantener dientes saludables se recomienda:

- Cepillar correctamente los dientes después de cada comida, al levantarse y antes de dormir.
- Limpiar los dientes utilizando la técnica del barrido, para lo cual se coloca el cepillo con las cerdas hacia arriba, se presiona suavemente hasta llevar las cerdas del cepillo hacia abajo, con lo que se permitirá eliminar los restos de alimentos adheridos a los dientes.
- Usar el hilo dental para remover restos de alimentos que han quedado entre los dientes.
- No excederse ni consumir chucherías o golosinas entre comidas.

- Visitar al odontólogo periódicamente, se recomienda hacerlo dos (2) o tres (3) veces al año.
- Aplicar periódicamente solución de flúor, para lo cual se debe visitar al odontólogo.(7)

2.2.3 NORMAS DE HIGIENE AMBIENTAL EN LA VIVIENDA Y EN LA ESCUELA

La vivienda, la escuela, el aula de clases, los espacios de la comunidad y los lugares donde se desarrollan la mayor parte de las actividades deben reunir las condiciones mínimas de higiene ambiental en cuanto al espacio, ubicación, infraestructura, ventilación, limpieza y calidad del ambiente de manera de favorecer la seguridad y prevenir enfermedades.

Algunas de las normas recomendables para la higiene ambiental en la vivienda y en la escuela son: Las condiciones sanitarias:

- Limpieza adecuada de las diferentes áreas de la vivienda, de la institución educativa, de la localidad o comunidad.
- Eliminación diaria de desperdicios o basura. Ubicación de los desperdicios o basura en lugares apropiados y en recipientes tapados.
- Limpieza frecuente de los depósitos de almacenamiento y espacios donde se coloca la basura.
- Si no hay servicio de recolección de basura, ésta debe ser quemada o enterrada. Seguridad:
- Almacenar por separado los alimentos de los productos de limpieza y otras sustancias químicas.

Mantener productos de limpieza, detergentes, insecticidas, y medicamentos, en lugares apropiados y fuera del alcance de niños y niñas.

- Mantener los alimentos en lugares adecuados, de fácil acceso, limpio y protegido de animales.
- Ubicar los animales domésticos en lugares separados de los que habitan las personas.

Es de vital importancia orientar a los niños, niñas y adolescentes sobre comportamientos favorables que permitan: preservar el ambiente, lograr el saneamiento del hogar, de las instalaciones educativas, de los sitios públicos y de recreación.(7)

2.2.4. HIGIENE DE LOS ALIMENTOS

Así como son importantes los hábitos de higiene personal, la higiene de los alimentos es uno de los aspectos vitales para tener un buen estado de salud.

Cuando los alimentos no son manipulados adecuadamente, pueden contaminarse y transmitir microorganismos, como bacterias, hongos y parásitos.

Otra fuente de enfermedades es el manejo inadecuado de productos químicos como los insecticidas, herbicidas, detergentes u otros tóxicos, que pueden contaminar los alimentos.

Los alimentos contaminados pueden causar enfermedades tales como: diarreas, fiebre tifoidea, hepatitis, y cólera (muy común en el trópico y durante las lluvias) y algunas veces, intoxicaciones alimentarias. Las intoxicaciones alimentarias pueden manifestarse con dolor de cabeza, cólicos, vómitos, náuseas, diarreas, malestar general, rosetones en la piel y a veces fiebre; en casos extremos, pueden ser causa de muerte.

Cuando se presente alguno de estos síntomas hay que acudir lo antes posible al establecimiento de salud más cercano. Hoy en día, el consumo de alimentos fuera del hogar es una

práctica común tanto en las ciudades como en las regiones rurales, por lo que es necesario conocer y poner en práctica algunas normas elementales de higiene para evitar enfermedades y hasta la muerte por consumo de alimentos en condiciones no adecuadas. Los hábitos de higiene en la alimentación son simples y deben ser tratados tanto en el hogar como en la escuela, algunos consejos y recomendaciones importantes son:

- Lavar las manos con agua y jabón antes de preparar los alimentos, antes de comer y después de ir al baño.
- Evitar consumir alimentos preparados en la calle o vía pública, y en caso de hacerlo observar que se cumplan con las normas mínimas de higiene
- Es igualmente importante evitar la compra y consumo de alimentos en establecimientos que no cumplan con las normas básicas de higiene.
- Consumir alimentos bien cocidos, sobre todo el pescado y las carnes rojas y blancas, ya que las carnes crudas pueden ser una vía fácil para contraer enfermedades alimentarias.
- Es necesario lavar bien los utensilios y cualquier superficie donde se preparen alimentos, antes y después de su manipulación.
- Es importante que al consumir alimentos procesados y envasados se tenga en cuenta que las bolsas plásticas no estén rotas o que los envases presenten abolladuras, estén abombados u oxidados.(7)

Debe evitarse la compra y consumo de alimentos que presenten evidencia de haber estado en contacto con animales, así como aquellos que presenten protuberancias o abolladuras, cuyo contenido brote al abrir el envase o con

aparición burbujeante, viscosa o mohosa, o con olores extraños, pútridos o sulfurosos.

- Utilizar el agua potable previamente hervida para preparar los alimentos.
- Mientras se realizan labores de limpieza, no es recomendable manipular los alimentos, por ello se requiere lavarse las manos antes de prepararlos.
- Los desperdicios deben colocarse en bolsas plásticas y luego depositarlos en espacios apropiados fuera del área de la preparación de los alimentos.
- Antes de la adquisición o compra de los alimentos procesados, empaquetados o envasados debe revisarse en la etiqueta la fecha de su elaboración, expedición, así como la fecha de vencimiento.

Es importante no consumir alimentos con fechas vencidas pues podrían ser causa de enfermedades alimentarias graves.

- Es igualmente importante evitar la compra y consumo de alimentos en establecimientos que no cumplan con las normas básicas de higiene. Es necesario conocer acerca de las condiciones ideales para preparar los alimentos que se van a consumir en el hogar, en la escuela o en diversos establecimientos, algunas de las cuales se presentan a continuación:

Características del ambiente

- El lugar o ambiente donde se preparan los alimentos deben ser ventilados y con iluminación adecuada.
- El espacio debe ser seguro y organizado, por lo que se debe mantener los materiales de limpieza, como detergentes y

desinfectantes, bien guardados y alejados del lugar donde se manipulan y prepararán alimentos.

- El lugar debe estar libre de insectos y animales como moscas, roedores, gatos y otros.
- Es indispensable mantener la limpieza con agua y jabón y practicar el aseo diario del fregadero, las mesas, llaves de grifos, superficie de trabajo, así como de los pisos y las paredes.

Condiciones de los utensilios

Es necesario mantener la higiene de las instalaciones, equipos y materiales para preparar los alimentos en el hogar, la escuela y establecimientos, para ello se recomienda:

- Lavar los utensilios con agua y jabón cada vez que sean utilizados y guardarlos en sitios protegidos y seguros de insectos, roedores y polvo.
- Los utensilios que son usados para probar las preparaciones deben ser lavados antes de usarlos nuevamente.
- Los paños de cocina hay que mantenerlos limpios y darles sólo un uso específico.
- Es necesario consumir los alimentos en el momento de su preparación, en caso contrario es importante refrigerarlos. Entre las medidas de higiene necesarias para la preparación de alimentos, es importante destacar las relacionadas con el personal que se encarga de la preparación de alimentos.

Entre ellas se recomiendan:

- Mantener las uñas minuciosamente limpias y cortas.
- No toser o estornudar sobre los alimentos, ni fumar en el área de la preparación.

A continuación se presentan algunas indicaciones para hervir, almacenar y utilizar el agua:

- Utilizar una olla bien limpia, y no emplearla para ningún otro uso. Llenarla de agua y colocarla al fuego.
- Dejarla hervir durante 10 minutos, tapar la olla y dejarla enfriar.
- Agregar dos (2) gotas de cloro (doméstico, sin colorante ni perfumes) por cada litro de agua y consumir media hora después de aplicado el cloro.

2.2.5. COMO ACTUAR EN CASO DE CONTINGENCIA

La práctica de normas de higiene personal, social y ambiental puede verse afectada al presentarse situaciones inesperadas como: terremotos, inundaciones, incendios u otras que crean emergencias y pueden afectar las viviendas, las escuelas o la comunidad. Sin dejar de considerar las dificultades de tales situaciones, es fundamental la aplicación de normas mínimas de higiene personal, social, ambiental que contribuyan a mantener la salud individual y colectiva de la población afectada. En este sentido, se deben realizar algunas acciones básicas de higiene, que aplicadas favorecerán a las personas que se ven en situaciones de emergencia.

Algunas recomendaciones son:

- Seleccionar y emplear lugares específicos para colocar la basura y otros desperdicios, si es posible depositarlos en bolsas plásticas o recipientes con tapa.
- Destinar recipientes, lo más adecuados posibles, para la conservación del agua potable.

- Seleccionar y acondicionar un espacio adecuado que cumpla las funciones de baño, con el fin de tener delimitada la ubicación de excretas.
- Seleccionar y acondicionar un espacio adecuado y limpio para almacenar y preparar los alimentos.
- Organizar la distribución y consumo de alimentos en un lugar determinado del espacio seleccionado.
- Mantener limpias las manos al manipular los utensilios y los alimentos.(7)

2.2.6. PROMOCIÓN DE LA SALUD DE NOLA PENDER

El modelo de Pender plantea la promoción de la salud basado en que las personas que otorgan gran importancia a su salud, van a tener mayor tendencia y posibilidad de conservarla; asimismo, cuando es la propia persona la que tiene esa conducta, es más probable que se realice.(10)

La capacidad de una persona para modificar su conducta depende de su propio concepto de salud, (Ausencia de enfermedad es igual a un alto grado de bienestar) y de la percepción que tenga de sus capacidades de modificar su conducta.

Pender plantea que los individuos toman decisiones sobre el cuidado de su propia salud, también establece las bases para desarrollar las ideas de que la promoción de un estado de salud óptimo sustituye la prevención de enfermedad.(10)

La teoría de Nola Pender identifica factores cognoscitivos – perceptivos en el individuo, como la importancia de la salud, los derivados de las actividades.

Según su propuesta, existen factores que modifican la salud de una persona, estos son las características demográficas y

biológicas, las influencia interpersonales y los factores de situación y conductuales y ayudan a predecir la participación en actividades de promoción de la salud.(10)

El modelo es muy útil para las enfermeras que se desempeñan en el ámbito de la promoción de la salud., ya que les permite ayudar al individuo a identificar sus necesidades y motivar a través de estas su cambio de conducta través del acompañamiento del paciente.

El modelo de la educación en la salud acerca más a la salud, que a la enfermedad, ya que permite tomar mejores decisiones, pero por igual la persona recibe de su entorno social y de generación a generación conocimientos, mitos y creencias. Necesita dos elementos importantes: La comunicación social para lograr grandes coberturas en forma simultánea; la participación social, permite que la comunidad se involucre en algo que le pertenece como su salud.

Considera que promocionar la salud significa evitar o disminuir factores de riesgos y crear o aumentar los factores protectores, cambiando estilos de vida, creando una cultura de salud dirigido a prevenir y haciendo de esta un valor. La promoción de la salud es un nuevo paradigma que puede modificar e incluso crear nuevos modelos de vida y entornos más favorables para el pleno desarrollo de las potencialidades humanas, para una vida más plena.(11)

Plantea en su modelo cuatro METAPARADIGMAS:(10)

- **Salud:** Estado altamente positivo. La definición de salud tiene más importancia que cualquier otro enunciado general.

- **Persona:** Es el individuo y el centro de la teorista. Cada persona está definida de una forma única por su propio patrón cognitivo-perceptual y sus factores variables.
- **Entorno:** No se describe con precisión, pero se representan las interacciones entre los factores cognitivo- preceptúales y los factores modificantes que influyen sobre la aparición de conductas promotoras de salud.
- **Enfermería:** El bienestar como especialidad de la enfermería, ha tenido su auge durante el último decenio, responsabilidad personal en los cuidados sanitarios es la base de cualquier plan de reforma de tales ciudadanos y la enfermera se constituye en el principal agente encargado de motivar a los usuarios para que mantengan su salud personal.

2.3 DEFINICIÓN DE TERMINOS

ALIMENTO: Todo producto natural o artificial, elaborado o no, que ingerido aporta al organismo humano los nutrientes y la energía necesarios para el desarrollo de los procesos biológicos. Quedan incluidas en la presente definición las bebidas no alcohólicas, y aquellas sustancias con que se sazonan algunos comestibles y que se conocen con el nombre genérico de especia (8)

ALIMENTO CONTAMINADO: Alimento que contiene agentes y/o sustancias extrañas de cualquier naturaleza en cantidades superiores las permitidas en las normas nacionales, o en su defecto en normas reconocidas internacionalmente.(8)

HIGIENE DE LOS ALIMENTOS: Son el conjunto de medidas preventivas necesarias para garantizar la seguridad, limpieza y calidad de los alimentos en cualquier etapa de su manejo.(8)

MANIPULADOR DE ALIMENTOS: Es toda persona que interviene directamente y, aunque sea en forma ocasional, en actividades de

fabricación, procesamiento, preparación, envase, almacenamiento, transporte y expendio de alimentos.(8)

2.4. HIPÓTESIS

2.4.1. Hipótesis

Es probable que la higiene personal se relacione con la manipulación de alimentos en los alumnos de la institución educativa Alipio Ponce Lima 2016

2.5. VARIABLES

2.5.1 Definición conceptual

Higiene personal

higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que aplican los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud.(9)

Manipulación de alimentos

Actividad laboral si tiene contacto directo con los alimentos durante su preparación, fabricación, transformación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, por venta, suministro y servicio.

2.5.2. Definición operacional

Higiene personal

Esta variable será medida con un cuestionario.

Manipulación de alimentos

Esta variable también será medida con un cuestionario

2.5.3. Operacionalización de la variable

| VARIABLE | DIMENSIONES | INDICADORES |
|--|--|---|
| Variable independiente Higiene personal | - Higiene del cabello | |
| | - Higiene de los ojos | |
| | - Higiene de la nariz | |
| | - Higiene del oído | |
| | - Higiene de la boca | |
| | | |
| Variable dependiente Manipulación de alimentos | Higiene en la compra de los alimentos | Lugar de compra Calidad de los productos |
| | Higiene en la conservación o almacenamiento de los alimentos | Condiciones de almacenamiento Temperatura de conservación Técnica de Refrigeración |
| | Higiene en la preparación de los alimentos | - Temperatura de cocción - Aseo personal de Manipulador. -Limpieza de objetos en contacto con los alimentos |
| | Higiene en la distribución de los Alimentos | - Pautas de servido. - Limpieza del Local |

CAPITULO III. METODOLOGÍA

3.1. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.1. Tipo (25)

| | |
|--|--|
| Según el enfoque cuantitativo | Descriptivo El propósito del investigador es describir situaciones y eventos. Esto es, decir cómo es y se manifiesta determinado fenómeno. Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis. Miden o evalúan diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno o fenómenos a investigar. Desde el punto de vista científico, describir es medir. Esto es, en un estudio descriptivo se selecciona una serie de cuestiones y se mide cada una de ellas independientemente, para así -y valga la redundancia-- describir lo que se investiga. El proceso de la descripción no es exclusivamente la obtención y la acumulación de datos y su tabulación correspondiente, sino que se relaciona con condiciones y conexiones existentes, prácticas que tienen validez, opiniones de las personas, puntos de vista, actitudes que se mantienen y procesos en marcha. Los estudios descriptivos se centran en medir los explicativos en descubrir. El investigador debe definir que va a medir y a quienes va a involucrar en esta medición(9) |
| | Correlacional |

| | |
|--------------------------------------|---|
| | <p>Investigación Correlacional: este tipo de estudio descriptivo tiene como finalidad determinar el grado de relación o asociación no causal existente entre dos o más variables. Se caracterizan porque primero se miden las variables y luego, mediante pruebas de hipótesis correlacionales y la aplicación de técnicas estadísticas, se estima la correlación. Aunque la investigación correlacional no establece de forma directa relaciones causales, puede aportar indicios sobre las posibles causas de un fenómeno. Este tipo de investigación descriptiva busca determinar el grado de relación existente entre las variables (9)</p> |
| Según el número de variables | Biivariado |
| Según el número de mediciones | <p>Transversal</p> <p>es un estudio estadístico y demográfico, utilizado en ciencias sociales y ciencias de la salud — estudio epidemiológico—. Es un tipo de estudio observacional y descriptivo, que mide a la vez la prevalencia de la exposición y del efecto en una muestra poblacional en un solo momento temporal; es decir, permite estimar la magnitud y distribución de una enfermedad en un momento dado.(10)</p> |
| Según la temporalidad | <p>Prospectivos</p> <p>Estudio prospectivo: es un estudio longitudinal en el tiempo que se diseña y comienza a realizarse en el presente, pero los datos se analizan transcurrido un determinado tiempo, en el futuro.(10)</p> |

3.1.2. Diseño

El diseño es No experimental, transversal correlacional causal

3.2. DESCRIPCIÓN DEL ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN

La institución Educativa Tupac Amaru II se encuentra ubicada en el Centro Poblado de Villa María del triunfo Distrito de Villa María del Triunfo Provincia de Lima Región Lima tiene nivel secundario, con dirección en el Jirón Mariano melgar S/N

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

Población

El estudio se realizará con los estudiantes de Primero, Segundo y Tercero de secundaria con un total de 75 estudiantes.

| Tercero | Cuarto | Quinto | Total |
|---------|--------|--------|-------|
| 25 | 20 | 30 | 75 |

Muestra

No se tomará muestra ya que se trabajará con toda la población, siendo el muestreo el no probabilístico estratificado

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el año en curso.
- Estudiantes de 1ro, 2do, 3ro de secundaria.
- Estudiantes que no tenga ninguna enfermedad.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no quieran participar en la investigación.
- Estudiantes de otras instituciones
- Estudiantes que no sean de los años mencionados.

3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

3.4.1. Técnicas

Para la presente investigación se utilizará como técnica la encuesta:

Las encuestas son un método de investigación y recopilación de datos utilizadas para obtener información de personas sobre diversos temas. Las encuestas tienen una variedad de propósitos y se pueden llevar a cabo de muchas maneras

dependiendo de la metodología elegida y los objetivos que se deseen alcanzar.

Los datos suelen obtenerse mediante el uso de procedimientos estandarizados, esto con la finalidad de que cada persona encuestada responda las preguntas en una igualdad de condiciones para evitar opiniones sesgadas que pudieran influir en el resultado de la investigación(13)

3.4.2. Instrumentos

Se utilizara el Cuestionario: es un conjunto de preguntas que se confecciona para obtener información con algún objetivo en concreto. Existen numerosos estilos y formatos de cuestionarios, de acuerdo a la finalidad específica de cada uno.(14)

3.5. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

3.5.1. Validez

El instrumento se sometió a Juicios de Expertos y se solicitó profesionales de salud que emitan opinión y tomando en cuenta las observaciones para la formulación de algunos ítems.

3.5.2. Confiabilidad

Se realizó la prueba piloto estadística de alfa de Crombach para poder medir el nivel de confiabilidad de los resultados .

3.6. PLAN DE PROCESAMIENTO DE DATOS

Los datos recogidos mediante instrumento (TEST CUESTIONARIO), se organizaran en el programa EXCEL 2010 obteniendo la tabulación de datos correspondientes, en cual se ha procesado en el paquete estadístico IBM SPSS Statistics 25 obteniendo tablas estadísticas descriptivas.

CAPITULO IV: RESULTADOS

TABLA 1
HIGIENE PERSONAL CON LA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN LOS
ALUMNOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II 7055,
VILLA MARIA DEL TRIUNFO 2016

| MANIPULACION DE ALIMENTOS | HIGIENE PERSONAL | | | | | | | |
|------------------------------|------------------|-----|-------|-----|------|-----|-------|------|
| | ALTO | | MEDIO | | BAJO | | TOTAL | |
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % |
| ADECUADA | 6 | 6% | 1 | 2% | 1 | 2% | 8 | 10% |
| EN PROCESO | 4 | 6% | 9 | 11% | 10 | 13% | 23 | 30% |
| INADECUADA | 2 | 4% | 5 | 7% | 37 | 49% | 44 | 60% |
| TOTAL | 12 | 16% | 15 | 20% | 48 | 64% | 75 | 100% |

FUENTE: *Elaboración propia*

Según los resultados presentados en la Tabla 1, Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene personal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Manipulación de alimentos Inadecuada en un 49%(37), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Manipulación de Alimentos En Proceso en un 11%(9) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Manipulación de Alimentos en un 6%(6). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y manipulación de alimentos.

TABLA 2

**HIGIENE PERSONAL DE LOS ALUMNOS DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA TUPAC AMARU II 7055, VILLA MARIA DEL TRIUNFO 2016.**

FUENTE: *Elaboración propia*

| | HIGIENE PERSONAL | N° DE ALUMNOS | PORCENTAJE | |
|-------|-----------------------------|--------------------------|-------------------|-----|
| Según | ALTO | 12 | 16% | los |
| | MEDIO | 15 | 20% | |
| | BAJO | 48 | 64% | |
| | TOTAL | 75 | 100% | |

resultados presentados en la Tabla 2, Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo, tienen un nivel de higiene perianal, de nivel Bajo en un 64%(48), de nivel Medio en un 20%(15) y de nivel Alto en un 16%(12).

TABLA 3

MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS QUE HACEN LOS ALUMNOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ALIPIO PONCE LIMA 2016.

| Manipulación de alimentos | N° DE ALUMNOS | PORCENTAJE |
|----------------------------------|----------------------|-------------------|
| Adecuada | 8 | 10% |
| En Proceso | 23 | 30% |
| Inadecuada | 44 | 60% |
| TOTAL | 75 | 100% |

FUENTE: *Elaboración propia*

Según los resultados presentados en la Tabla 3, Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo, tienen un nivel de Manipulación de alimentos, de nivel Inadecuado en un 60%(44), de nivel En Proceso en un 30%(23) y Adecuada en un 10%(8).

TABLA 4**HIGIENE PERSONAL CON LA HIGIENE EN LA COMPRA DE ALIMENTOS QUE HACEN LOS ALUMNOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II 7055, VILLA MARIA DEL TRIUNFO 2016.**

| HIGIENE EN LA COMPRA DE ALIMENTOS | HIGIENE PERSONAL | | | | | | | |
|-----------------------------------|------------------|------------|-----------|------------|-----------|------------|-----------|-------------|
| | ALTO | | MEDIO | | BAJO | | TOTAL | |
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % |
| ADECUADA | 9 | 10% | 1 | 2% | 1 | 2% | 11 | 14% |
| EN PROCESO | 2 | 4% | 9 | 11% | 10 | 13% | 21 | 28% |
| INADECUADA | 1 | 2% | 5 | 7% | 37 | 49% | 43 | 58% |
| TOTAL | 12 | 16% | 15 | 20% | 48 | 64% | 75 | 100% |

FUENTE: *Elaboración propia*

Según los resultados presentados en la Tabla 4, Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene personal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Higiene en la compra de alimentos Inadecuada en un 49%(37), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Higiene en la compra de Alimentos En Proceso en un 11%(9) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Higiene en la compra de Alimentos en un 10%(9). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y la Higiene en la compra de alimentos.

TABLA 5**HIGIENE PERSONAL CON LA CONSERVACIÓN O ALMACENAMIENTO DE ALIMENTOS QUE HACEN LOS ALUMNOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II 7055, VILLA MARIA DEL TRIUNFO 2016.**

| CONSERVACIÓN O ALMACENAMIENTO | HIGIENE PERSONAL | | | | | | | |
|-------------------------------|------------------|------------|-----------|------------|-----------|------------|-----------|-------------|
| | ALTO | | MEDIO | | BAJO | | TOTAL | |
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % |
| ADECUADA | 9 | 10% | 1 | 2% | 1 | 2% | 11 | 15% |
| EN PROCESO | 2 | 4% | 9 | 11% | 8 | 13% | 19 | 25% |
| INADECUADA | 1 | 2% | 5 | 7% | 39 | 49% | 45 | 60% |
| TOTAL | 12 | 16% | 15 | 20% | 48 | 64% | 75 | 100% |

FUENTE: *Elaboración propia*

Según los resultados presentados en la Tabla 5, Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene personal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Conservación o Almacenamiento en un 49%(39), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Conservación o Almacenamiento en un 11%(9) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Conservación o Almacenamiento de Alimentos en un 10%(9). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables: Higiene personal y la Conservación o Almacenamiento de alimentos.

TABLA 6**HIGIENE PERSONAL CON LA PREPARACIÓN DE ALIMENTOS QUE HACEN LOS ALUMNOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II 7055, VILLA MARIA DEL TRIUNFO 2016.**

| PREPARACIÓN DE ALIMENTOS | HIGIENE PERSONAL | | | | | | | |
|--------------------------|------------------|------------|-----------|------------|-----------|------------|-----------|-------------|
| | ALTO | | MEDIO | | BAJO | | TOTAL | |
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % |
| ADECUADA | 7 | 8% | 1 | 2% | 1 | 2% | 9 | 12% |
| EN PROCESO | 4 | 6% | 12 | 14% | 8 | 12% | 24 | 32% |
| INADECUADA | 1 | 2% | 2 | 4% | 39 | 50% | 42 | 56% |
| TOTAL | 12 | 16% | 15 | 20% | 48 | 64% | 75 | 100% |

FUENTE: *Elaboración propia*

Según los resultados presentados en la Tabla 6, Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene personal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Preparación de alimentos en un 50%(39), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Preparación de alimentos en un 14%(12) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Preparación de alimentos en un 8%(7). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y Preparación de alimentos.

TABLA 7

HIGIENE PERSONAL CON LA HIGIENE EN LA DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS QUE HACEN LOS ALUMNOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II 7055, VILLA MARIA DEL TRIUNFO 2016.

| DISTRIBUCION DE ALIMENTOS | HIGIENE PERSONAL | | | | | | | |
|---------------------------|------------------|-----|-------|-----|------|-----|-------|------|
| | ALTO | | MEDIO | | BAJO | | TOTAL | |
| | N° | % | N° | % | N° | % | N° | % |
| ADECUADA | 10 | 10% | 1 | 2% | 1 | 2% | 12 | 16% |
| EN PROCESO | 1 | 4% | 13 | 11% | 12 | 13% | 26 | 34% |
| INADECUADA | 1 | 2% | 1 | 7% | 35 | 49% | 37 | 50% |
| TOTAL | 12 | 16% | 15 | 20% | 48 | 64% | 75 | 100% |

FUENTE: *Elaboración propia*

Según los resultados presentados en la Tabla 7, Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene personal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Distribución de alimentos en un 49%(35), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Distribución de alimentos en un 11%(13) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Distribución de alimentos en un 10%(10). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y Distribución de alimentos.

PRUEBA DE HIPOTESIS

Prueba de la Hipótesis General:

Ha: Existe relación directa de la higiene personal con la manipulación de alimentos en los alumnos de la institución educativa Alipio Ponce Lima 2016

Ho: No existe relación directa de la higiene personal con la manipulación de alimentos en los alumnos de la institución educativa Alipio Ponce Lima 2016

Ha ≠ Ho

$\alpha=0,05$

Tabla 8: Prueba de Hipótesis General mediante la R de Pearson

| | | Higiene Personal | Manipulación de Alimentos |
|---------------------------|------------------------|------------------|---------------------------|
| Higiene personal | Correlación de Pearson | 1 | ,879** |
| | Sig. (bilateral) | | ,000 |
| | N | 199 | 199 |
| Manipulación de alimentos | Correlación de Pearson | ,879** | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,000 | |
| | N | 199 | 199 |

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Según los resultados presentados en la Tabla 8, aplicando la técnica del programa estadístico SPSS v.21, el valor de la R de Pearson obtenido fue de 0,879, lo cual nos indica que existe una relación significativa entre ambas variables, con un nivel de significancia de valor $p<0,05$.

Siendo cierto que: Existe relación directa de la higiene personal con la manipulación de alimentos en los alumnos de la institución educativa Alipio Ponce Lima 2016

DISCUSION DE RESULTADOS

OBJETIVO GENERAL

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Manipulación de alimentos Inadecuada en un 49%(37), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Manipulación de Alimentos En Proceso en un 11%(9) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Manipulación de Alimentos en un 6%(6). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y manipulación de alimentos. Coincidiendo con Parada, (2013) Llegando a las siguientes conclusiones: “Sobre los conocimientos y prácticas, el 82% de niños y niñas desconocen los hábitos de higiene, el 76% no dan importancia a la higiene personal, el 16 87% desconoce los riesgos de las enfermedades por la mala higiene, el 53% no lava los alimentos antes de comer, el 33% utiliza agua de pozo para el consumo humano. Luego de la implementación del proyecto educativo se ha logrado incrementar los conocimientos de los niños y niñas, en un 90%, sugiere a la dirección de la escuela y en especial al Ministerio de Educación continuar con la multiplicación del proyecto para que existan escuelas saludables.”

OBJETIVO ESPECIFICO 1

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo, tienen un nivel de higiene perianal, de nivel Bajo en un 64%(48), de nivel Medio en un 20%(15) y de nivel Alto en un 16%(12). Coincidiendo con Córdova, (2014) Llegando a la conclusión que: “Los niños practicaban algunos hábitos higiénicos personales, alimentarios y de la vivienda inadecuados por desconocimiento, pero a través de las diferentes intervenciones se logró que los niños mejoren sus conocimientos y lo que pongan en práctica. En el transcurso de las actividades desarrolladas los niños/as se mostraron motivados, en cada uno de los temas tratados, ya que en su escuela no habían recibido este tipo de formación.”

OBJETIVO ESPECIFICO 2

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo, tienen un nivel de Manipulación de alimentos, de nivel Inadecuado en un 60%(44), de nivel En Proceso en un 30%(23) y Adecuada en un 10%(8). Coincidiendo con TARASONA (2008) Los hallazgos más significativos son: El 50% de las madres responsables de la preparación de almuerzos en los Comedores Populares, conocen las medidas de higiene durante la manipulación de los alimentos; pero siendo el 50% de madres las desconocen estas medidas, se debe hacer énfasis en la educación sanitaria sobre manipulación de los alimentos, a fin de prevenir la contaminación de los mismos y por consiguiente disminuir el riesgo de enfermedades alimenticias en los comensales que acuden a estos servicios comunitarios. Así mismo, la etapa en la manipulación de alimentos con mayor porcentaje de desconocimiento, son las medidas de higiene a considerarse para la compra de alimentos lo que puede favorecer a una contaminación directa y/o cruzada de los dichos productos alimenticios.

OBJETIVO ESPECIFICO 3

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Higiene en la compra de alimentos Inadecuada en un 49%(37), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Higiene en la compra de Alimentos En Proceso en un 11%(9) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Higiene en la compra de Alimentos en un 10%(9). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y la Higiene en la compra de alimentos. Coincidiendo con Durnad y Chuquilin (2013) Los resultados revelaron: “La aplicación del software educativo Cuadernia logró mejorar significativamente el nivel de conocimiento sobre el cuidado y conservación del cuerpo humano, en los alumnos del primer grado de educación primaria. El nivel de conocimientos del cuidado y conservación del cuerpo en post test demostró un que el 98% de alumnos tienen un nivel de conocimientos.”

OBJETIVO ESPECIFICO 4

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Conservación o Almacenamiento en un 49%(39), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Conservación o Almacenamiento en un 11%(9) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Conservación o Almacenamiento de Alimentos en un 10%(9). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables: Higiene personal y la Conservación o Almacenamiento de alimentos.

OBJETIVO ESPECIFICO 5

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Preparación de alimentos en un 50%(39), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Preparación de alimentos en un 14%(12) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Preparación de alimentos en un 8%(7). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y Preparación de alimentos.

OBJETIVO ESPECIFICO 6

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Distribución de alimentos en un 49%(35), los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Distribución de alimentos en un 11%(13) y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Distribución de alimentos en un 10%(10). Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y Distribución de alimentos.

CONCLUSIONES

PRIMERO

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Manipulación de alimentos Inadecuada, los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Manipulación de Alimentos En Proceso y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Manipulación de Alimentos. Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y manipulación de alimentos. Se comprobó estadísticamente mediante la R de Pearson con un valor de 0,879 y un nivel de significancia de valor $p < 0,05$.

SEGUNDO

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo, tienen un nivel de higiene perianal, de nivel Bajo.

TERCERO

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo, tienen un nivel de Manipulación de alimentos, de nivel Inadecuado.

CUARTO

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Higiene en la compra de alimentos Inadecuada, los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Higiene en la compra de Alimentos En Proceso y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Higiene en la compra de Alimentos. Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y la Higiene en la compra de alimentos.

QUINTO

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Conservación o Almacenamiento, los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Conservación o Almacenamiento y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Conservación o Almacenamiento de Alimentos.

Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables: Higiene personal y la Conservación o Almacenamiento de alimentos.

SEXTO

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Preparación de alimentos, los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Preparación de alimentos y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Preparación de alimentos. Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y Preparación de alimentos.

SEPTIMO

Los alumnos de la Institución Educativa N° 7055 de Villa María del Triunfo con higiene perianal, de nivel Bajo tienen a su vez un nivel de Distribución de alimentos, los que tienen higiene personal de nivel Medio tienen a su vez un nivel de Distribución de alimentos y los que tienen higiene personal de nivel Alto tienen a su vez un nivel de Distribución de alimentos. Estos resultados nos indican que existe una relación directa entre las variables Higiene personal y Distribución de alimentos.

RECOMENDACIONES

Enfatizar en los estudiantes el lavado de manos y el higiene personal para que eviten enfermedades.

Conversar con los estudiantes para que mejoren su aspecto personal

Invitar a los docentes de la institución educativa a que insistan con los estudiantes a que sean mas aseados

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. WIKIPEDIA. Higiene de manos. [Online].; 2015 [cited 2016 ENERO 12. Available from: https://es.wikipedia.org/wiki/Higiene_de_manos.
2. BERNAL CA. Metodología de la investigación Colombia: PEARSON EDUCACIÓN; 2010.
3. Sarai P. Proyecto educativo sobre higiene personal dirigido a los niños y niñas de la escuela fiscal Mixta. 2011. Tesis.
4. Fabiola c. proyecto educativo para promover practicas de higiene dirigido a niños(as) de la Escuela Jose de San Martín Parroquia San Andres Canton Guano Provincia de Chimborazo. 2010. tesis.
5. E. T. Conocimientos sobre higiene en la manipulación de alimentos que tienen las madres de los comedores populares del distrito de los Olivos. 2007-2008. Tesis.
6. Karina DCyC. Aplicación de un programa educativo utilizando cuaderna para mejorar el nivel de conocimiento en el cuidado y conservación del cuerpo en los alumnos del primer grado de la IE la Anuncia. 2013. Tesis.
7. libre WE. Higiene. [Online].; 2008 [cited 2016 abril 12. Available from: <https://es.wikipedia.org/wiki/Higiene>.
8. BRANDT M. Cómo lavarse las manos correctamente. [Online].; 2005 [cited 2016 enero 12. Available from: <https://www.vix.com/es/imj/salud/2011/10/18/como-lavarse-las-manos-correctamente>.
9. nicef. Los Hábitos de la higiene. [Online].; 2005 [cited 2016 enero 12. Available from: <https://www.unicef.org/venezuela/spanish/HIGIENE.pdf>.
10. Moreno AB. mailxmail.com Cursos para compartir lo que sabes. [Online].; 2010 [cited 2016 enero 13. Available from: <http://www.mailxmail.com/curso-higiene-proteccion-manipulacion->

[alimentos/higiene-proteccion-manipulacion-alimentos-glosario.](#)

11. Ducungé DEBO. Promoción de Salud. [Online].; 2013 [cited 2016 enero 13]. Available from:
<http://www.psiquiatricohph.sld.cu/boletines/higienepersonal.html>.
12. Ibarra C. metodologadelainvestigacion. [Online].; 2011 [cited 2016 enero 13]. Available from:
<http://metodologadelainvestigacionsiis.blogspot.pe/2011/10/tipos-de-investigacion-exploratoria.html>.
13. QuestionPro. Qué es una encuesta. [Online].; 2014 [cited 2016 enero 12]. Available from: <https://www.questionpro.com/es/una-encuesta.html>.
14. Gardey JPPyA. Que es el cuestionario. [Online].; 2012 [cited 2016 enero 14]. Available from: <https://definicion.de/cuestionario/>.

ANEXOS

ANEXO N°01

CUESTIONARIO SOBRE HIGIENE PERSONAL

I. INTRODUCCION

Buenos días, soy la Bachiller de Enfermería Sumari Chang Claudia Del Rocio de la Universidad Alas Peruanas, estoy realizando una Investigación titulado: Higiene personal y su relación con la manipulación de alimentos en los alumnos de la Institución Educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria del Triunfo 2016”, con el objetivo de conocer sobre la problemática.

Los resultados se utilizarán sólo con fines de estudio, es de carácter anónimo y demorará aproximadamente 30 minutos. Esperando tener sus respuestas con veracidad se le agradece anticipadamente su valiosa participación.

II. INSTRUCCIONES

A continuación se presenta ítems acompañados cada uno de ellos por alternativas de respuestas para lo cual Ud. debe marcar los casilleros con un aspa (X) de acuerdo a su criterio.

1.0.-Higiene del cabello

1.1. ¿Con qué frecuencia te lavas el cabello?

Todos los días () Más de dos veces por semana () Dos veces por semana
() Una vez por semana ()

1.2. ¿Qué sustancia utilizas para lavarte el cabello?

Champú () Detergente () Jabón () Otros ()

1.3. El peine que usas es:

De uso personal () De uso familiar () No uso ()

1.4. Cuando te lavas el cabello ¿Te frotas?

Con la yema de los dedos () Con las uñas ()

1.5. ¿Tuviste piojos en el último mes?

Si () No () Algunas veces ()

2.0.-Higiene de los ojos

2.1. ¿En qué momento te lavas los ojos?

Al levantarte () Al bañarte () Cuando están sucios ()

2.2. ¿Te frotas los ojos?

Siempre () A veces () Nunca ()

2.3. ¿Usas una buena luz para estudiar y leer?

Si () No ()

2.4. ¿Lees en vehículos en movimiento?

Si () No () Algunas veces ()

3.0.- Higiene de la nariz

3.1. ¿Qué utilizas para sonarte la nariz?

Pañuelo () Toalla desechable () Papel higiénico () Otros ()

3.2. ¿Te introduces el dedo a la nariz?

Siempre () A veces () Nunca ()

3.3. ¿Te tocas la nariz con las manos sucias?

Si () No () Algunas veces ()

4.0.- Higiene del oído

4.1. ¿Cuándo te limpias el oído externo?

Todos los días () Cada dos días () De vez en cuando ()

4.2. ¿Qué utilizas para limpiarte los pliegues de la oreja?
Papel higiénico () Hisopo () Palito de fósforo () Otros ()

5.0- Higiene de la boca

5.1. ¿Te cepillas los dientes antes de irte a dormir?
Siempre () Algunas veces () Nunca ()

5.2. ¿Te cepillas los dientes después de comer?
Siempre () Algunas veces () Nunca ()

5.3. ¿Fuiste alguna vez al dentista?
Si () No ()

5.4. ¿Usas cepillo de dientes?
Si () No () Algunas veces ()

5.5. ¿Con qué frecuencia cambias tu cepillo dental?
Al año () cada 6 meses () Menos de 6 meses ()

5.6. ¿Cómo te cepillas los dientes?

Limpias tu dentadura sólo por detrás ()

Limpias tu dentadura por detrás y por delante ()

Limpias tu dentadura sólo por delante ()

5.7. ¿Sabes en qué consiste la fluorización de los dientes?
Si () No ()

5.8. ¿Cuántos minutos dura un cepillado correcto?
20 minutos () 10 minutos () 3 minutos ()

5.9. ¿Qué alimentos crees que dañan los dientes?
Proteínas () Golosinas () Frutas ()

5.10. ¿Te molesta tener caries?

Si () No ()

6.0.- Higiene del cuerpo

6.1. ¿Con qué frecuencia te bañas?

Más de dos veces por semana () Una vez por semana () Una vez al mes ()

6.2. ¿Qué utilizas para bañarte?

Agua y jabón () Sólo agua () Otra sustancia ()

6.3. ¿Usas desodorante?

Si () No () Algunas veces ()

7.0.- Higiene de las manos

7.1. ¿Te lavas las manos antes de ingerir los alimentos?

Siempre () Algunas veces () Nunca ()

7.2. ¿Te lavas las manos antes de utilizar los servicios higiénicos?

Siempre () Algunas veces () Nunca ()

7.3. ¿Te lavas las manos después de utilizar los servicios higiénicos?

Siempre () Algunas veces () Nunca ()

7.4. ¿Qué utilizas para lavarte las manos?

Agua y jabón () Sólo con agua ()

7.5. ¿Te comes las uñas?

Si () No ()

7.6. ¿De qué forma te recortas las uñas?

Forma curva () Forma recta ()

8.0. Higiene de pies

8.1. ¿Con que frecuencia te lavas los pies?

Todos los días () Dejando un día o más ()

8.2. ¿Te recortas oportunamente las uñas de los pies?

Si () No ()

8.3. ¿De qué forma te recortas las uñas de los pies?

Forma recta () Forma curva ()

8.4. ¿Qué partes del pie te secas?

Solo la planta del pie ()

La planta del pie y los espacios entre dedos ()

Sólo los espacios entre los dedos ()

¿Usas polvo desodorante para los pies?

Si () No ()

9.0. Higiene del vestido

9.1. ¿Con qué frecuencia te cambias de ropa?

Todos los días () Dejando un día () Dejando más de un día ()

9.2. Usas ropa:

Muy ancha () Muy ajustada () Normal ()

9.3. ¿Con qué frecuencia te cambias tu ropa interior?

Todos los días () Dejando un día () Dejando más de un día ()

9.4. Tu ropa interior es de:

Algodón () algodón licrado () licra ()

9.5. ¿Duermes con la ropa que usaste durante el día?

Si () No () Algunas veces ()

10.0. Higiene del calzado

10.1. El calzado que usas actualmente es:

Cómodo () Ajustado ()

10.2. ¿Ventilas tu calzado?

Si () No () Algunas veces ()

Muchas gracias.

CUESTIONARIO PARA MEDIR LA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

DATOS ESPECÍFICOS

INDICADORES PREGUNTAS

Compra de los Alimentos

Lugar de

Compra

1.- ¿Usted donde compra los alimentos?

mercado mayorista

mercado local

tiendas

otros (especifique)_____

2.- ¿Qué características deben tener los lugares donde se compran los Alimentos?

Local iluminado.

Local poco ventilado.

Local Limpio.

Productos en contacto con el suelo y expuestos al medio ambiente.

Productos expuestos en mostradores y/o conservadoras.

Calidad de los Alimentos

3.- ¿Qué características deben tener las carnes rojas para su compra?

Superficies brillantes

Carne blanda al tacto

Color rojo rojizo.

Olor característico.

Carne ligeramente seca.

4.- ¿Qué características deben tener las carnes de aves para su compra?

Superficies brillantes.

Piel bien adherida al músculo.

Carnes blandas q se deshacen al tacto.

Piel color amarillo pálido a intenso, carne rosada y húmeda.

Carne con rastros sanguinolentos.

5.- ¿Qué características deben tener las carnes de pescado para su compra?

- Agallas rojas y húmedas.
- Ojos hundidos.
- Olor marino.
- Piel brillante y dura al tacto,
- Escamas que se desprenden con facilidad.

6.- ¿Qué características deben tener las vísceras y menudencias (mondongo, hígado, bofe) para su compra?

- Color amarillento, al vinoso, rojizo.
- Se deshacen al tacto
- Superficies hemorrágicas
- Superficie brillante y húmeda.
- Sin presencia de quistes en la superficie.

7.- ¿Qué características deben tener las frutas y verduras para su compra?

- Superficies sin agujeros.
- Hojas amarillas y frutos secos.
- Maduras y con buen verdor
- Presencia de hongos y/o insectos
- Olores aromáticos.

Conservación / Almacenamiento de los Alimentos Temperatura de Conservación

8.- ¿A qué temperatura se deben refrigerar los Alimentos?

- T de 0-5 °C
- T de 10° C
- T0 menores de 5° C
- T0 menores de 0° C
- T0 de 5-10⁰ C

Técnica de conservación

9.- ¿Cómo debe realizarse la refrigeración de los Alimentos?

- Colocar los alimentos en bolsas y/o envases.
- Los alimentos preparados se guardan más de 24 horas.
- Los alimentos crudos se ponen a la entrada del refrigerador.
- Las carnes se guardan en la parte alta del refrigerador.
- Colocar los productos antiguos a la entrada del refrigerador.

Almacenamiento de los Alimentos

10.-¿Cómo se deben almacenar los productos de difícil deterioro?

- Guardar en cajas/bolsas cerradas..
- En lugares pocos ventilados.
- Verificando la fecha de vencimiento.
- Cerca de depósitos de basura.
- A una altura de 30 cm. del piso.

Preparación de los Alimentos Temperatura de cocción.

11.-¿Qué características deben los alimentos cocinados?

- Las carnes (ave ó res) deben estar blandas al hincarlos.
- Las carnes (aves ó res) no deben mostrar rastros de sangre.
- La leche debe agregarse cruda a los alimentos ya preparados para consumirlas.
- Los huevos tienen la yema cruda después de XIV cocinarlos.
- Las verduras tienen un color verdoso intenso luego de sancocharlas.

Aseo personal

12.- ¿Qué reglas de higiene debe practicar la encargada de preparar los alimentos?

- Baño eventual
- Uso de mandiles y gorros.
- Lavarse las manos antes y después de coger los alimentos,
- Evitar toser o estornudar sobre los alimentos
- Cabellos sueltos y anillos en las manos

Limpieza de los objetos que están en contacto con los alimentos.

13.- ¿Cómo se debe de realizar la limpieza y el uso de los utensilios, vajillas y equipos de cocina?

- Los utensilios deben ser de acero inoxidable y las vajillas de un material de fácil lavado.
- Lavarlos después de su uso con agua depositada mezclada con detergentes limpiadores.
- Los equipos de madera se reemplazan 2 veces al año.
- Se usan sin secarlos previamente.
- Guardar los utensilios y vajillas en lugares limpios, secos y ventilados.

Distribución y/o Venta de los Alimentos Pautas del servicio

14.- ¿Cuáles son las pautas que se deben usar para servir los alimentos?

- Se puede coger dinero u otros objetos mientras se sirven los alimentos.
- Los utensilios y platos utilizados deben ser limpios y secos.
- Los alimentos deben ser servidos inmediatamente después de su preparación.
- Coger los platos por dentro al momento del servicio.
- Evitar toser o estornudar al momento del servicio

Limpieza del Local Comedor

15.- ¿Cómo debe ser la limpieza del local en donde se sirven los alimentos?

El establecimiento debe contar con tachos cerrados para los desperdicios.

Los servicios higiénicos deben estar cerca del área donde se sirven los alimentos.

Los servicios higiénicos deben contar con depósitos de agua y limpios para el uso

La basura se desecha cada 2 o 3 días.

No debe haber presencia de insectos ni animales.

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| <p>¿Cómo se relacionan la higiene personal con la conservación o almacenamiento de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016?</p> <p>¿Cómo se relacionan la higiene personal con la preparación de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016?</p> <p>¿Cómo se relacionan la higiene personal con la higiene en la distribución de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016?</p> | <p>o almacenamiento de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar cómo se relacionan la higiene personal con la preparación de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016. • Determinar cómo se relacionan la higiene personal con la higiene en la distribución de alimentos que hacen los alumnos de la institución educativa institución educativa Tupac Amaru II 7055, Villa Maria Del Triunfo 2016. | | | |
|--|---|--|--|--|

