



TESIS

**CONOCIMIENTOS QUE TIENEN LAS MADRES SOBRE LA
PREPARACIÓN DE LA LONCHERA NUTRITIVA DE LOS NIÑOS
LA I.E. “LASTENIA FEBRES DE VIZQUERRA N° 333 PALPA –
AUCALLAMA – HUARAL 2017**

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

**PRESENTADA POR
ALVARADO TRUJILLO, MARÍA ANGELICA DEL CARMEN**

**ASESORA
MG. IDALIA MARIA CONDOR CRISOSTOMO**

HUARAL - PERÚ, 2019

**CONOCIMIENTOS QUE TIENEN LAS MADRES SOBRE LA
PREPARACIÓN DE LA LONCHERA NUTRITIVA DE LOS NIÑOS
LA I.E. “LASTENIA FEBRES DE VIZQUERRA N° 333 PALPA –
AUCALLAMA – HUARAL 2017**

RESUMEN

La presente investigación tuvo como Objetivo: Determinar el conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. "Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral 2017. Es una investigación descriptiva transversal, se trabajó con una muestra de (n=50 madres), para el recojo de la información se utilizó un cuestionario tipo Likert , la validez del instrumento se realizó mediante la prueba de concordancia del juicio de expertos obteniendo un valor de (0,863); la confiabilidad se realizó mediante el alfa de Cronbach con un valor de ($\alpha=0,971$).

CONCLUSIONES:

Encontrando que en mayor porcentaje el nivel de conocimiento es Medio. Así mismo, tienen el nivel medio de conocimientos en la dimensión alimentos nutritivos, cantidad de alimentos y en la combinación y variedad de alimentos. La hipótesis general se demostró mediante el estadístico Chi Cuadrado con un valor de 10,1 y con un nivel de significancia de valor $p<0,05$.

PALABRAS CLAVES: *Conocimiento, preparación de la lonchera nutritiva de los niños, alimentos nutritivos, cantidad, combinación y variedad de alimentos.*

ABSTRACT

The objective of this research was to: Determine the knowledge that mothers have about the preparation of the nutritious lunchbox of the children of the I.E. "Lastenia Febres de Vizquerra No. 333 Palpa - Aucallama - Huaral 2017. It is a transversal descriptive investigation, we worked with a sample of (n = 50 mothers), for the collection of the information a Likert-type questionnaire was used, the validity of the instrument it was carried out by means of the test of concordance of the expert judgment obtaining a value of (0,863); Reliability was carried out using Cronbach's alpha with a value of ($\alpha = 0.971$).

CONCLUSIONS:

Finding that in a higher percentage the level of knowledge is Medium. Likewise, they have the average level of knowledge in the dimension of nutritious foods, quantity of food and in the combination and variety of foods. The general hypothesis was demonstrated by the Chi square statistical with a value of 10.1 and with a level of significance of value $p < 0.05$.

KEY WORDS: *Knowledge, preparation of children's nutritious lunch box, nutritious foods, quantity, combination and variety of foods.*

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESÚMEN	
ABSTRAC	i
ÍNDICE	ii
INTRODUCCIÓN	iii
CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	v
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	4
1.3. Objetivos de la investigación	4
1.3.1. Objetivo general	4
1.3.2. Objetivos específicos	5
1.4. Justificación de estudios	5
1.5. Limitaciones	6
CAPITULOII: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes del estudio	7
2.2. Base teórica	12
2.3. Definición de términos	40
2.4. Hipotesis	41
2.5. Variables	42
2.5.1. Definición conceptual de las variables	42
2.5.2. Definición operacional de las variables	42
2.5.3. Operacionalización de la variable	43

CAPITULOIII: METODOLOGIA

3.1. Tipo y nivel de investigación	44
3.2. Descripción del ámbito de la investigación	44
3.3. Población y muestra	45
3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	46
3.5. Validez y confiabilidad del instrumento	46
3.6. Plan de recoleccion y procesamiento de datos	47

CAPÍTULO IV: RESULTADOS	48
--------------------------------	----

CAPÍTULO V: DISCUSION	51
------------------------------	----

CONCLUSIONES	54
---------------------	----

RECOMENDACIONES	56
------------------------	----

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	57
-----------------------------------	----

ANEXOS

Matriz

Instrumento

INTRODUCCION

Esta investigación tiene como principal propósito de estudio identificar el nivel de efectividad que tienen los padres sobre el programa educativo loncheras saludables, del cual se tiene la base de una buena nutrición y por ende un buen rendimiento escolar de los niños; la lonchera deben de ser muy nutritivas pero no reemplazar a ninguna comida, ya sea el desayuno o el almuerzo.

El motivo por el cual me intereso indagar sobre este programa fue dado que este programa ya lo integro el estado pero aun no se ven los resultados, esto se deberá a un mal manejo del programa por parte de los padres o de los profesionales que intervienen en esto.

Las fuentes consultadas fueron varios, entre ellas están las tesis la cual sirven de base para mi investigación, otras de las fuentes importantes fueron los libros, al igual que revistas, manuales, etc.

El estudio consta de Capítulo I. Planteamiento del problema, descripción de la realidad problemática, delimitación de la investigación , formulación del problema, problema principal, problemas secundarios, objetivos de la investigación, objetivo general, objetivos específicos, justificación e Importancia de la investigación. Capítulo II. Marco teórico, antecedentes de la investigación bases teóricas, definición de términos básicos. Capítulo III. Hipótesis y variables, hipótesis de la investigación, hipótesis general, hipótesis secundarias, variable Independiente, variable dependiente, operacionalización de variables. Capítulo IV. Metodología de la investigación, diseño de la investigación, tipo de investigación, nivel de investigación, método, población y muestra de la investigación, población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, técnicas, instrumentos. Resultados

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

“La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, 146 millones de niños están afectados por desnutrición, además se calcula que seis millones de menores de cinco años, mueren anualmente por causa de este problema y sólo en América Latina y el Caribe esta situación afecta a 9 millones de niños y niñas menores de cinco años, siendo Guatemala, el país que registra la más alta prevalencia en desnutrición crónica (49%), seguido de Honduras (29%) y Bolivia (27%)”.

Como podemos observar las cifras mencionadas, son bastantes alarmantes los casos de muerte por una inadecuada alimentación; causa que se puede evitar, mientras en algunos otros países como por ejemplo E.E.U.U. vemos el incremento de casos de obesidad, en países del continente africano vemos la mayor incidencia de casos de desnutrición.

“A pesar de ser la desnutrición un problema de salud pública alrededor del mundo, las tendencias actuales de alimentación y estilos de vida, difundidos en gran medida por los medios de comunicación, han promovido el aumento del número de niños con sobrepeso, su prevalencia y extensión van adquiriendo los rasgos de una moderna pandemia que parecería ir configurándose al ritmo de la globalización. Si bien en todas las épocas de

la historia de la humanidad han habido personas obesas, las cifras relativas y absolutas de esta condición mórbida van alcanzando ahora niveles inquietantes, es así que en la actualidad más de mil cien millones en el mundo tienen sobrepeso, de los cuales 155 millones son niños, con sobrepeso u obesidad. El problema afecta tanto a países desarrollados como a los países en vías de desarrollo. En éste último, la cifra de obesos se triplicó, en las dos décadas pasadas, observándose asimismo un rápido crecimiento del sobrepeso y la obesidad en niños y adolescentes”.

Es por ello la importancia de este programa, dado que desde la niñez se promueven los buenos hábitos alimenticios en las personas; estas cifras son verdaderamente alarmantes, puesto que hoy en día como podemos observar en los medios de comunicación el tipo de educación que nos brindan sobre los alimentos, siendo los niños los más susceptibles a estos tipos de spots publicitarios, dejándose llevar más fácilmente por las imágenes o colores que traen en sus presentaciones estos productos.

“Desde hace muchos años se observa que el rendimiento académico junto con factores socioculturales, psicológicos y del sistema educacional, se vincula a la historia nutricional. Una de cada 7 personas en el mundo no tienen lo suficiente para alimentarse cada día; lo que supone que en la actualidad sean más de 800 millones de seres humanos los que pasan hambre: 792 en los países pobres y 34 en los países del norte”.

Es así que influye mucho la buena alimentación con el rendimiento académico, por ello es necesario el compromiso no solo del estado, sino también de los padres, profesores, equipo de salud y también de los niños.

“Casi todos los estudios del mundo sobre desnutrición realizados en niños de edad escolar, se basan fundamentalmente en la apreciación del crecimiento corporal, mediante mediciones antropométricas (por lo general peso y talla), que al ser comparadas con curvas estándar o poblaciones de referencia, permiten establecer con bastante aproximación si existe un

crecimiento físico normal. O por el contrario, un retardo o una aceleración en la velocidad del crecimiento”.

Estos indicadores como son el peso y la talla nos van a ayudar a van a ayudar a describir el tipo o nivel crecimiento y desarrollo que tiene una persona, especialmente en los niños en etapa escolar.

“Si bien es cierto el Perú, actualmente, no forma parte de este grupo de países con altas tasas de desnutrición a nivel de América Latina y el Caribe; sin embargo conformamos el grupo de países andinos con vulnerabilidad alimentaría, junto con Bolivia y Ecuador. Ello se confirma con lo establecido por ENDES, el cual refiere que la desnutrición crónica o enanismo nutricional, pasó de 22.9% en el año 2005 a 19 %, en el primer trimestre del 2009, registrándose una leve disminución; sin embargo, este promedio se elevó a 39 % en el área rural”.

Se sabe que el Perú cuenta con una tasa muy alta de desnutrición, pero nada comparable con la de otros países de Latinoamérica como Bolivia y Ecuador; que cuentan con los índices más altos de desnutrición.

“Casi 371 000 niños menores de cinco años en el Ecuador están con desnutrición crónica; y de ese total, unos 90 mil la tienen grave. Los niños indígenas, siendo únicamente el 10% de la población, constituyen el 20% de los niños con desnutrición crónica y el 28% de los niños con desnutrición crónica grave. Los niños mestizos representan, respectivamente el 72% y el 5% del total”.

Como mencionaba anteriormente las cifras son bastantes alarmantes con respecto a los índices de desnutrición en Ecuador, es por ello que cabe recalcar una vez más la importancia de la alimentación en los niños, formando así su cultura de buenos hábitos alimenticios.

“El Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de Chile presentó un estudio realizado en Macul en donde aparte de desarrollar los pilares fundamentales del proyecto de prevención y control de la salud infantil como la educación en nutrición y el aumento de la actividad física, se desarrolló un espacio saludable, un punto de venta de alimentos de bajo costo asociado a prácticas de actividad física donde se analizaban actitudes hacia los alimentos saludables y no saludables en escolares y profesores, comparando el modelo tradicional de kiosco y de rincón saludable. Lo que se evidenció fue que más del 69 % de los niños compraban en el kiosco y que con el dinero compraban los productos envasados dulces, jugos helados productos salados y bebidas gaseosas, y entre la principal motivación que arrojaron para consumirlos fue que son ricos, los venden en el kiosco, son baratos, todos los compran, publicidad en la televisión, están de moda, tienen envases bonitos y traen regalo”.

Esto es algo muy cierto y alarmante; los niños se dejan llevar bastante por las etiquetas, envolturas y ofertas que presentan estos productos envasados, así como también sus llamativos colores y muchas veces sus bajos precios. Tomando en cuenta también que la alimentación tiene que ir de la mano con una buena actividad física por parte del escolar.

“En otro estudio realizado en Chile por las nutricionistas Jacqueline Ibarra P. y Mari Alarcón R. en la institución educativa del Colegio Manuel D'Alzon de la Comunidad de Lota, incluyó una muestra de 939 estudiantes a quienes se les realizó evaluaciones antropométricas, de ingesta alimentaria, y talleres educativos, incluyendo docentes y apoderados efectuando talleres educativos. Se logró la incorporación de temas de alimentación saludable en las actividades curriculares, y la implementación de un

kiosco saludable. En los resultados se observó una disminución en la prevalencia de malnutrición por exceso en 3 puntos porcentuales de un

28% inicial a un 25% final, siendo en el género masculino en donde se hace más evidente esta reducción”.

Está demostrado que solo con educación podemos ayudar y mejorar los buenos hábitos alimenticios, ya sea brindando charlas o sesiones demostrativas, no solo a los padres sino también a los maestros y alumnos; solo con el apoyo de todos se podrán revertir estos índices tan altos de desnutrición y obesidad.

“Asimismo, de acuerdo al último censo de población y vivienda, la población infantil estuvo constituida por 3' 002, 882 habitantes; bajo esta cifra podemos deducir que si la desnutrición crónica se encuentra en 19 %, entonces la población de niños con deficiencia nutricional alcanza un número cercano a 600 mil, que son los que tendrían limitaciones físicas e intelectuales, debido al proceso de adaptación orgánica por el que atraviesa el organismo ante un estado de carencia, ello con el único fin de minimizar el consumo de energía y otros nutrientes del niño o niña, reduciendo de esta forma la velocidad de crecimiento y desarrollo”.

Como podemos observar el índice de desnutrición en el Perú, va cada vez en aumento debido a un inadecuado consumo de nutrientes y una buena cantidad de alimentos energéticos para poder estar atentos en horas de clases y tener un buen rendimiento.

“En el Perú, según el monitoreo nacional de indicadores nutricionales MONIN CENAN – INS; la prevalencia de sobrepeso en niños menores de cinco años, en el año 2002 fue del 4.4 % y la prevalencia de obesidad del 1.3%, cifras que para el año 2004 se incrementaron a un 5.7% y 2.3 %, respectivamente. Así mismo un estudio en niños de 6 a 9 años, realizado en centros escolares de áreas urbano marginales de Cerro de Pasco, Arequipa y Lima señaló la coexistencia de desnutrición crónica con sobrepeso y obesidad a nivel local. Teniéndose así que en Cerro de Pasco

el 37% de los niños estudiados tenían desnutrición crónica, el 12% sobrepeso y el 3% obesidad”.

Es así que nos damos cuenta que no solo la desnutrición es un problema en nuestro país sino que también la obesidad; dado a que se a incrementado mucho el consumo de azúcares y grasas en los niños, sumado a esto también tenemos la poca actividad física en ellos, pese a que su edad lo amerita.

“Un estudio de tesis sobre barreras percibidas en Institución Educativa Saludable (I.E.S)“Fernando Belaunde Terry” del distrito El Agustino durante el desarrollo del eje temático de Alimentación y Nutrición, .realizado por Elida S. Rojas Jara, Hyda E. B. Cáceres Rojas, UNMSM, Nutrición, 2009, encontró que para disminuir el consumo de alimentos poco saludables (alimentos chatarra) en los escolares, las principales barreras percibidas a nivel de la I.E.S fueron la alta disponibilidad de alimentos poco saludables y los insuficientes conocimientos de los profesores, y en el hogar fue la preferencia de las madres por realizar lo más práctico, reflejándose en el envío de propina y en la compra de alimentos poco saludables, una de las profesoras manifestó: “...la madre aquí en la zona pues ve lo más fácil (con fastidio), agarra en comprar lo que es comida chatarra, o en darle su propina...”

Así nos daremos cuenta de la poca efectividad que presenta el programa educativo; pese a que ya está dado aún no se está obteniendo los resultados pensados, debido a que las madres de familia siguen optando por lo más práctico, sin tener muchas veces en cuenta el daño que le están causando a sus hijos.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema principal

¿Cuál es el conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017?”

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Objetivo General

Determinar el conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017.

1.3.1 Objetivos específicos

- Identificar el conocimientos sobre alimentos nutritivos que tienen las madres en la preparación de la lonchera nutritiva en los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017
- Identificar el nivel de conocimientos sobre cantidad de alimentos que brindan las madres en la preparación de lonchera nutritiva en los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017
- Identificar el nivel de conocimientos sobre combinación y variedad de alimentos, que brindan las madres en la preparación de la lonchera nutritiva en los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017.

1.4. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

Justificación Teórica

El presente trabajo de investigación operativa trata de averiguar la efectividad del programa educativo Loncheras Saludables de los padres de familia, para que desarrollen actitudes responsables para proteger, promover y fomentar la salud del niño.

Además existen una serie de perspectivas futuras en la preparación y conocimiento de los alimentos adecuados que deben contener una lonchera saludable ya que al ignorar esta situación estaríamos exponiendo a nuestros hijos a tener un desbalance nutricional el cual estaría representado por una serie de enfermedades no transmisibles como obesidad , diabetes etc. Los problemas de malnutrición que atañen a la infancia, requieren de intervenciones creativas desde los diferentes niveles de atención, ya que su presencia constituye un riesgo en las capacidades físicas e intelectuales de los niños en edad preescolar

La población infantil que se encuentra en los colegios constituye un potencial humano idóneo para promover estilos de vida saludables, con proyección a la sociedad, ya que en ella confluyen un elevado número de personas representativas de la misma: alumnado, profesorado y familias.

Importancia

Es un tema importante porque evaluaremos la efectividad del programa educativo loncheras saludables en los padres de familia de niños. El presente estudio está orientado a proporcionar a las padres de familia un modelo factible de ser implementado, para propiciar el aprendizaje significativo en cuanto a la preparación de loncheras saludables.

Así como la concientización de los diferentes agentes sociales, que constituyen el entorno inmediato del preescolar (familia, personal educativo, etc.) para que en conjunto desarrollen acciones coordinadas para proteger, promover y fomentar la salud del niño, logrando de esta forma una intervención holística en forma activa que modifique los

inadecuados hábitos alimenticios y que incentive a la creación de hábitos favorables para el desarrollo del niño.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. Antecedentes internacionales

Según MARÍA BELÉN JARAMILLO ECHEVERRÍA en su tesis titulada CARACTERÍSTICAS NUTRICIONALES DE LA LONCHERA ESCOLAR Y EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS PREESCOLARES DE LA ESCUELA “MODESTO A. PEÑAHERRERA” EN COTACACHI, AÑO LECTIVO 2016 “CARACTERÍSTICAS NUTRICIONALES DE LA LONCHERA ESCOLAR Y EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS PREESCOLARES DE LA ESCUELA “MODESTO A. PEÑAHERRERA” EN COTACACHI, AÑO LECTIVO 2016” Este estudio tuvo como objetivo identificar las características nutricionales de la lonchera escolar y el estado nutricional de los preescolares de la Escuela Modesto A. Peñaherrera. Se realizó un estudio de tipo descriptivo de corte transversal y prospectivo. La población estudiada fueron 69 niños de edades comprendidas entre los 3 y 5 años del nivel de inicial, los datos se obtuvieron de la observación de las loncheras que llevaban los preescolares

durante dos días. Se identificó el aporte calórico, el tipo de alimentos que conformaban las loncheras (preparados en casa y alimentos industrializados) y los alimentos que se presentaron con mayor frecuencia en las loncheras. La media del valor calórico del contenido de las loncheras para el sexo masculino fue de 257,84 calorías para el primer día con un porcentaje adecuado y 297,32 calorías para el segundo día teniendo un porcentaje de sobre alimentación; en el sexo femenino fue de 265,89 calorías para el primer día y para el día dos 249,67 calorías con un porcentaje de sobrealimentación para los dos días. El porcentaje de adecuación de proteínas para el sexo masculino en el primer día fue de 105,08% y 100,50% cubriendo adecuadamente. En el sexo femenino las proteínas en el primer día tienen un porcentaje de adecuación con el 109,26% y en el segundo día 121,37% con sobrealimentación. En lo que se refiere a la ingesta de grasas para el sexo masculino el primer día hay subalimentación 86,46% de adecuación y en el segundo día 126,69 % presentado sobrealimentación, para el sexo femenino el primer día presenta sobrealimentación 119,67% y el segundo día 105,35% teniendo un consumo adecuado. El consumo de carbohidratos para el sexo masculino fue de sobrealimentación 135,37% y 133,97% para el primer y segundo día respectivamente y para el sexo femenino se presenta subalimentación para el primer día 60,26% y en segundo día sobrealimentación 148,01% marcando una gran diferencia entre los dos días de observación. El 40,60% de los preescolares llevan alimentos preparados en casa para el día 1 y el 35% para el día 2, el 24,6% lleva en sus loncheras alimentos de origen industrializado para el día 1 y el 25% para el día 2, se evidencio también loncheras con alimentos preparados en casa combinados con industrializados (34,8% y 41%) para el día 1 y dos respectivamente. Los alimentos que se vio con más frecuencia en las loncheras fueron los cereales (arroz, pan, galletas, cereal para

el desayuno, papas fritas industrializadas) y lácteos (yogurt, leche y queso) frutas y bebidas industrializadas. Se encontró además que la mayoría de las loncheras presenta carbohidratos simples, grasas saturadas y proteína de origen animal. Para la evaluación del estado nutricional no se encontraron casos de desnutrición severa, pero se registraron 4 casos de baja talla severa, según el indicador Talla/Edad y según el indicador Peso/Talla, se registraron 3 casos de emaciación. Palabras clave: loncheras, alimento industrializado, alimento casero, estado nutricional.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Según CAMPOS CASTRO GUADALUPE DEL CARMEN en su tesis titulada CONOCIMIENTOS SOBRE LONCHERAS SALUDABLES EN DOCENTES DEL NIVEL PRIMARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DEL DISTRITO DE TÚCUME. 2014 Tesis Los estudiantes en edad escolar necesitan proveerse de energía y nutrientes necesarios para alcanzar adecuados niveles de desempeño escolar y de crecimiento y desarrollo. La lonchera escolar ayuda a complementar sus requerimientos y es responsabilidad de los docentes contribuir a ello. Esta investigación cuantitativa de tipo descriptiva simple, tiene como objetivo determinar el nivel de conocimientos sobre loncheras saludables en docentes del nivel primario de una institución educativa privada del distrito de Túcume en el año 2014. La muestra poblacional estuvo conformada por 10 docentes a los cuales se les aplicó, previo consentimiento informado, un cuestionario estructurado validado por juicio de expertos, que midió su conocimientos sobre loncheras saludables, en cuanto a su importancia, la clasificación, composición, alimentos que se deben incluir, cuidados y conservación de los mismos. Los resultados fueron procesados utilizándose la estadística descriptiva, obteniéndose que: la mayoría (70%) de los docentes poseen altos niveles de conocimientos sobre

la importancia de la lonchera saludable; el 60% presenta bajo nivel de conocimientos sobre alimentos a incluir y las funciones que estos cumplen; el 80%, tienen un nivel alto de conocimientos sobre los alimentos que deben evitarse en una lonchera escolar; el 50% presenta un nivel medio de conocimientos sobre conservación y manipulación de alimentos en loncheras saludables. Se concluye que, globalmente, el 50% de los docentes de la institución educativa, presentan bajo nivel de conocimiento sobre loncheras saludables. PALABRAS CLAVE: Conocimiento de loncheras saludables, loncheras escolares, conocimientos docentes sobre loncheras saludables.

Según SIÑA TICONA, ESPERANZA CECILIA en su tesis titulada “CONOCIMIENTOS SOBRE LONCHERA SALUDABLE SEGÚN CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS DE MADRES DE NIÑOS DEL NIVEL PRIMARIA: CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR LÍDER INGENIEROS UNI, DISTRITO SAN JUAN DE LURIGANCHO, LIMA RESUMEN Objetivo: determinar el nivel de conocimientos sobre lonchera saludable de las madres de niños de nivel primaria del Centro Educativo Particular Líder Ingenieros UNI. Materiales y métodos: el estudio fue cuantitativo, de corte transversal y descriptivo. La población estuvo conformada por madres de 114 niños de ambos sexos de nivel primaria matriculados durante el año escolar 2016. Se utilizó la técnica encuesta y el instrumento cuestionario validado por Canales Huapaya. Resultados: 21% de las madres tuvieron conocimiento bajo, 64% conocimiento medio y 15 % conocimiento alto, también se destaca que en 4 de 6 dimensiones tuvieron conocimientos bajos carbohidratos (53%), proteínas (57%), minerales (70%) y grasas (63%); tuvo conocimiento medio la dimensión vitaminas (62%) y conocimiento alto en la dimensión agua (85%). Conclusión: Las madres de los niños de nivel primaria tienen un nivel de conocimiento medio, con tendencia a conocimiento bajos

sobre loncheras saludables. Se observó que 4 de las 6 dimensiones tuvieron conocimientos bajos, carbohidratos, proteínas, minerales y grasas; en la dimensión vitaminas tuvieron conocimiento medio y solo en la dimensión agua se obtuvo conocimiento alto. Palabras Claves: “madres”, “conocimiento”, “loncheras”.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. Teoría de Enfermería

La meta final de la teoría de la enfermería es mejorar la práctica de esta profesión. Es decir que la práctica de enfermería se basa en una determinada teoría. Estos cuidados de enfermería se respaldan desde diversas teorías de enfermería. El foco de la disciplina de enfermera es el cuidado de enfermería, definido como el núcleo o sustento, la razón de ser, hacer y saber. (1)

2.2.1.1. Teoría de Callista Roy. “ Modelo de Adaptación”

Según Alves (2007) argumenta “La teoría de Callista Roy - Modelo de Adaptación, es determinada como una teoría de sistemas con un análisis significativos de las interacciones. El modelo contiene cinco elementos esenciales: paciente, meta de la enfermera, salud, entorno y dirección de las actividades enfermeras”.(1)

2.2.1.2. Descripción del nivel de actitud de los padres de familia.

La actitud es la forma de actuar de una persona, el comportamiento que emplea un individuo para hacer las cosas. En este sentido, se puede decir que es su forma de ser o el comportamiento de actuar, también puede considerarse como cierta forma de motivación, y que impulsa y orienta la acción hacia determinados objetivos y metas.

En este sentido Borges (2011) describe “Las actitudes son la disposición con que afrontamos la realidad en todo momento, pudiendo siempre elegir qué tipo de actitud adoptaremos ante tal o cual evento; por supuesto que los buenos resultados no se logran

sólo con buenas actitudes, hay allí conocimientos, habilidades, experiencia acumulada, entre otros factores. Además La actitud es la reacción afectiva positiva o negativa hacia un objeto o proposición abstracto o concreto denotado.”.(1)

Por esta razón Marcon(2010) considera “Las actitudes marcan pautas de comportamiento no sólo individual, sino que grupal. Una actitud negativa como un virus infecta a los que están alrededor en el sentido de que son altamente imitables.”.¹

Por su parte Callegari (2008) concluye “Las actitudes pueden resultar positivas o negativas, según faciliten u obstruyan la manera que la persona tiene de afrontar su realidad en cada momento de su vida. Así una actitud positiva al enfrentar una nueva tarea en el trabajo y de dificultad mayor, sería por ejemplo el considerarla una oportunidad de desarrollo laboral”. (2)

2.2.1.3. Nivel educativo

El grado promedio de escolaridad nos permite conocer el nivel de educación de una población determinada. El estudio busca explorar en qué medida puede variar la percepción que tiene los individuos de su realidad familiar, según su nivel de escolaridad y el de sus padres.

En este sentido Dewey (2008) dice “La educación es la suma total de procesos por medio de los cuales una comunidad o un grupo social pequeño o grande transmite su capacidad adquirida y sus propósitos con el fin de asegurar la continuidad de su propia existencia y desarrollo”.²

Por esta razón Rufino (2007) sostiene "La educación es evolución, racionalmente conducida, de las facultades específicas del hombre para su perfección y para la formación del carácter, preparándole para la vida individual y social, a fin de conseguir la mayor felicidad posible".³

Por su parte Aguilera (2010) aclara "La calidad de la educación se produjo históricamente dentro de un contexto específico. Viene de un modelo de calidad de resultados, de calidad de producto final, que nos pone en guardia, sobre todo, del hecho de que bajo estas ideas suelen estar los conceptos de la ideología de eficiencia social que considera al docente poco menos que como un obrero de línea que emplea paquetes instruccionales, cuyos objetivos, actividades y materiales le llegan prefabricados, y en el cual la "calidad" se mide por fenómenos casi aislados, que se recogen en el producto final".⁴

2.2.1.4. Motivación

La motivación se define como la necesidad o el deseo que activa y dirige nuestro comportamiento. Es el hecho de activar y orientar la conducta, la fuerza que está detrás de nuestra ansia por la comida, por la intimidad sexual, y nuestro deseo de lograr alcanzarlas.

Según Rios (2008) determina "La motivación es, en síntesis, lo que hace que un individuo actúe y se comporte de una determinada manera. Es una combinación de procesos intelectuales, fisiológicos y psicológicos que decide, en una situación dada, con qué vigor se actúa y en qué dirección se encauza la energía."⁵

También Tovar (2010) sostiene "La motivación puede incluir en sí tanto los impulsos conscientes como los inconscientes, de este

modo, es posible, a partir de la psicología, hacer referencia de las motivaciones primarias y secundarias. Las primeras son aquellas que guardan relación con la satisfacción de las necesidades humanas básicas como lo son el comer, el respirar, el beber, entre otras. Por otra parte, las motivaciones de carácter secundario son aquellas que satisfacen necesidades de orden social, tal como es el caso del afecto o el logro.”⁶

Así mismo Martínez (2010) propone “Para motivar a una persona, es necesario descubrir sus propias fuerzas de motivación personal – cada persona es motivada de forma distinta, y tiene fuerzas distintas a los demás”.⁷

2.2.1.5. Participación

La participación tiene que servir para la integración social, para proyectos sustentables y adaptados a las características concretas de cada territorio. Expresión de intereses variados en un medio y fin; para participar, literalmente, quiere decir tomar parte, y esto es interpretado de diversas maneras.

Por su parte Díaz (2008) concluye “La participación es un factor de calidad para el sistema educativo y un instrumento básico para la formación de ciudadanos y ciudadanas autónomo, libre, responsable y comprometido con los principios y valores de la Constitución”.⁸

De otro modo Noboa (2005) aclara “La participación comunitaria es importante para conseguir mejorar la salud de aquellas personas vinculadas en ese proceso. Se hace necesario el conocimiento de los aspectos fundamentales que están

vinculados con la participación comunitaria para permitir que sea efectiva y cumpla sus objetivos. Estudiar y concientizar la salud como estado de bienestar físico, mental y social nos permite comprender los elementos que en ella intervienen, el papel que la comunidad puede desempeñar es la participación comunitaria”.⁹

De igual modo Yanes (2009) señala “Es la forma en que participan las personas naturales y jurídicas a nivel ciudadano, comunitario, social e institucional, con el fin de ejercer sus derechos y deberes en salud, planificación, evaluación y fomentarnos una participación social que intervenga en las decisiones de salud, que esté enfocada en todo momento bajo los principios de solidaridad, equidad y universalidad en la búsqueda de bienestar y desarrollo integral”.¹⁰

2.2.2. Descripción de una lonchera saludable.

Las necesidades de energía para el crecimiento disminuyen muchísimo en comparación con el periodo anterior, basta con un 1% de las calorías ingeridas para que el ritmo de crecimiento se mantenga adecuadamente, en comparación con casi un 50 % del periodo anterior. Por tanto es una etapa de crecimiento poco vulnerable, en la que los retrasos de crecimiento son, en ausencia de enfermedad, poco frecuente. Sin embargo este periodo reviste interés por otros motivos:

- ✓ Es en esta época de la vida cuando se adquieren los hábitos alimentarios de los que dependerá posteriormente el estado de salud.

- ✓ Debido a que los requerimientos de energía y proteínas son menores, aparece un riesgo real de obesidad. Por otro lado es muy importante recordar que casi todos los niños, hacia los dos o tres años, atraviesan una fase de menor apetito, en relación con la menor necesidad energética. Es un hecho fisiológico que para algunos padres supone un motivo de preocupación y agobio que desencadena riesgo a rechazo de los alimentos por parte del niño.

2.2.2.1. Características de una lonchera saludable

Según Marín (2007) afirma: “Características de la lonchera

Debe ser nutritiva (balanceada) sencilla en la preparación, fácil de manipular, atractiva, compatible con los gustos y preferencias. La lonchera debe contener los tres grupos de alimentos que son:

Energéticos: Alimentos ricos en carbohidratos que actúan como combustibles para el cuerpo, ejemplo: pan, galletas, cereales, maíz, pecanas, nueces, etc.¹¹

Formadores: Aquellos ricos en proteínas que favorecen el crecimiento de los niños, ejemplo: queso, yogurt, carnes, pollo, huevo, conserva de pescado (filete).

Reguladores: Estos son ricos en vitaminas y minerales que nos protegen de las enfermedades, ejemplo: frutas enteras, o en tajadas (de estación y fácil de manipular). Además no debemos dejar de lado el consumo de agua, ya que así evitamos la deshidratación o el cansancio luego de varias horas de estudio. Ejemplo: agua o refrescos de frutas naturales.¹²

De otro modo Valera (2004) refiere “La lonchera representa entre 10 y 20% de lo que el estudiante debe consumir durante el día. El

Ministerio de Salud (Minsa) informó que las loncheras escolares son importantes y necesarias para los niños en las etapas preescolares y escolar, ya que permiten cubrir las necesidades nutricionales, asegurando así un rendimiento óptimo en el centro educativo. La lonchera no debe reemplazar al desayuno o al almuerzo.¹³

Así mismo Reyes; Rey (2009) escribe: “Las enfermedades no transmisibles constituyen un aspecto importante a conocer por las madres teniendo en cuenta su alta incidencia en todo el mundo. Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, durante el mes de diciembre del 2006, para determinar el conocimiento que tienen las madres de niños menores de cinco años sobre las enfermedades diarreicas agudas y su prevención.”¹⁴

2.2.1.2. Objetivos de una lonchera saludable

En este sentido Caballero (2007) Cubrir el aporte de energía y nutrientes que el niño necesita para mantener el crecimiento y desarrollo

- ✓ Crear hábitos alimentarios saludables, incentivar el consumo de alimentos frescos, sin procesar o conservantes
- ✓ Evitar el consumo de calorías vacías (son alimentos que solo contienen energía y no aportan nutrientes entre ellos: golosinas, jugos o bebidas artificiales, snacks y comidas ricas en grasa.
- ✓ Evitar delegar la decisión de la alimentación en los niños como en el caso en que se les da dinero para comprar los alimentos¹⁵

2.2.1.3. Características nutricionales de la lonchera saludable

De igual modo López (2011) Las loncheras deben incluir

- ✓ Proteínas: de leche, huevo, carnes.
- ✓ Energía: pan, cereales, galletas y dulces (azúcar de las bebidas)
- ✓ Vitaminas, minerales y fibra: frutas y verduras, además en jugos para mantener la hidratación de los niño¹⁶

2.2.1.4. Tips para una lonchera exitosa

1. Ofrecer los alimentos en porciones pequeñas, agradables con variedad de colores y texturas.
2. Incluir los gustos del niño y participarlo en la compra de los alimentos
3. Planificar la lonchera semanal para mantener la variedad y evitar en la mañana irse por las opciones fáciles y no tan saludables.
4. Elegir recipientes plásticos, herméticos e individuales por preparación de uso exclusivo para la lonchera
5. Elegir un termo seguro, que evite derrames y sin pitillo para favorecer la limpieza
6. Evitar alimentos que se fermentan rápidamente
7. Los alimentos que requieran picarse, hacerlo en pequeños trozos para disminuir el riesgo de que los niños se ahoguen.
8. Sirva porciones pequeñas, de acuerdo al consumo del niño
9. Para mantener la temperatura y calidad en la bebidas congélelas el día anterior así aun estarán frías al momento de que el niño las consuma

10. Para los alimentos que se oxidan o se oscurecen al picarlos páselos por un poco de limón antes de empacarlos.

2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

- **Efectividad:** Es el incremento de los conocimientos y la mejora de las prácticas de los padres de niños preescolares; luego de participar en el Programa Educativo “Loncheras Saludables”, los cuales serán medidos mediante un cuestionario y una ficha de observación,
- **Conocimientos:** Es toda información referida por los padres de niños preescolares, en relación a los alimentos que deben ir en la lonchera. El cual será obtenido mediante la aplicación de un cuestionario; antes y después de la ejecución del programa educativo y valorado como conoce o desconoce.
- **Prácticas:** Son todas aquellas acciones que refieren realizar los padres con respecto al contenido de la lonchera y que será evidenciado a través de un cuestionario y una ficha de observación de los alimentos que llevan los niños en su lonchera; antes y después de la ejecución del programa educativo y valorado como practicas saludables, y no saludables.
- **Características socio demográficas:** son aquellos aspectos referidos a la edad, procedencia, grado de instrucción, ocupación y paridad de los padres de niños preescolares.
- **Hábitos saludables:** Son costumbres cotidianas que pueden influir negativa o positivamente en nuestra salud.

2.4. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.4.1 Hipótesis General

- El nivel de conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra n° 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017, es de un nivel medio.

2.4.2 Hipótesis Específicas

- El nivel de conocimientos sobre alimentos nutritivos que tienen las madres en la preparación de lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra n° 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017. Es de un nivel medio.
- El nivel de conocimientos sobre la cantidad de alimentos que brindan las madres en la preparación de lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra n° 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017. Es medio
- El nivel de conocimientos sobre combinación, variedad e higiene de los alimentos que brindan las madres en la preparación de lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra n° 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017. Es medio

2.5 VARIABLES

El presente trabajo de investigación mide la siguiente variable: Nivel de conocimientos de las madres sobre la preparación de la lonchera nutritivas de niños en etapa pre escolar en la Institución Educativa “Lastenia Febres de Vizquerra n° 333 palpa – Aucallama.

2.5.1. Definición conceptual de la variable

Es el grado alcanzado de ideas, conceptos y principios adquiridos a través de la experiencia sobre la preparación de la lonchera de niños.

2.5.2 Definición operacional de la variable

Es el grado alcanzado de ideas, conceptos y principios adquiridos a través de la experiencia que poseen las madres sobre la preparación de la lonchera de niños en la Institución Educativa “Lastenia Febres de Vizquerra n° 333 palpa – Aucallama.

2.5.3 Operacionalización de la variable

VARIABLE	DIMENSIONES	CATEGORÍAS
CONOCIMIENTOS QUE POSEEN LAS MADRES SOBRE LA PREPARACIÓN DE LA LONCHERA PARA NIÑOS	ALIMENTOS NUTRITIVOS	Nominal
	CANTIDAD DE ALIMENTOS	Nominal
	COMBINACION, VARIEDAD E HIGIENE DE LOS ALIMENTOS	Nominal

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El presente proyecto de investigación es descriptivo y de cohorte transversal.

Descriptivo; porque trata de determinar y conocer el nivel de conocimientos de las madres sobre la preparación de la lonchera para niños en etapa pre - escolar en la I.E.I. Mama Lucie N° 115-19, 2009.

Cohorte transversal; porque se estudia la variable en un determinado momento, haciendo un corte en el tiempo.

3.2. DESCRIPCION DEL AMBITO DE ESTUDIO

Este trabajo se realizará en la I.E. Lastenia Febres de Vizquerra n° 333 Palpa – Aucallama.

En la investigación se aplicarán las técnicas e Instrumentos destinados al recojo de información de los padres de familia de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra n° 333 Palpa se evidencia hechos que revelan la existencia de aspectos verdaderamente críticos.

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN

Población

La población de estudio estará constituida por 50 madres de niños de 5 años de la I.E. “Las Tenias Febres de Vizquerra – N° 333” Palpa – Aucallama – Huaral 2017.

Criterios de Inclusión: Son los siguientes:

- Padres de familia de la I.E.
- Profesores de la I.E.

Criterios de Exclusión: Son los siguientes:

- Persona en general que no sean padres de familia.

Muestra

La muestra de estudio estará constituida por 50 madres de niños de 5 años de la I.E. “Las Tenias Febres de Vizquerra – N° 333” Palpa – Aucallama – Huaral 2013.

3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.4.1. Técnicas

La técnica que se utilizará en este estudio de Investigación será la:
Encuesta.

3.4.2. Instrumentos

Se utilizará como Instrumento:

- Cuestionario

El cual medirá las respuestas de las madres acerca de sus conocimientos y actitudes, dicho instrumento consta de preguntas cerradas con una sola alternativa, así mismo comprende: Instrucciones, datos generales, datos específicos relacionados al nivel de eficacia del programa educativo de loncheras saludables y actitudes de las madres de niños de 5 años.

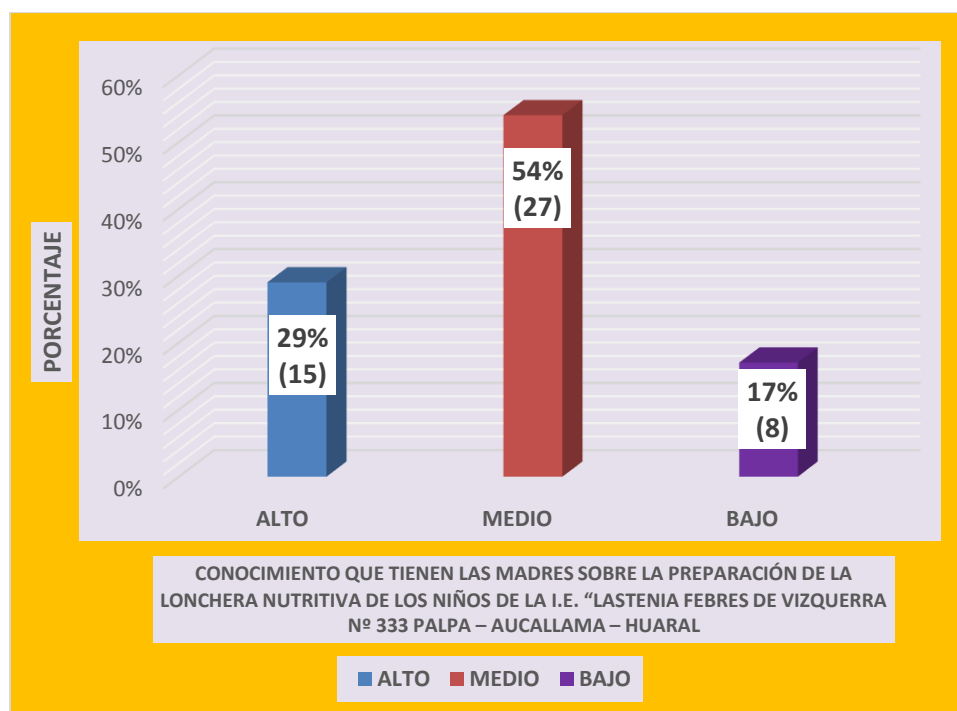
3.5. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO.-

la validación del instrumento se hará a través de una prueba piloto aplicada a todas las madres de niños de 5 años que asisten a la charla educativa I.E. “Las Tenias Febres de Vizquerra – N° 333” Palpa – Aucallama – Huaral 2013.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

GRAFICA 1

CONOCIMIENTO QUE TIENEN LAS MADRES SOBRE LA PREPARACIÓN DE LA LONCHERA NUTRITIVA DE LOS NIÑOS DE LA I.E. “LASTENIA FEBRES DE VIZQUERRA N° 333 PALPA – AUCALLAMA – HUARAL 2017.

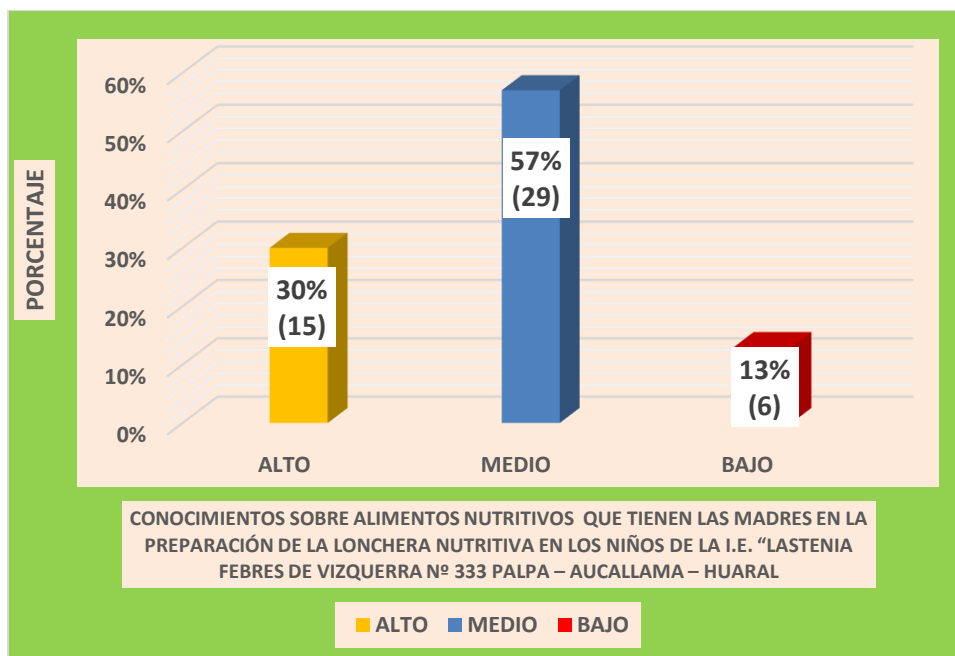


COMENTARIO DE LA GRAFICA 1:

El nivel de conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) en mayor porcentaje es Medio en un 54%(27), seguido del nivel Alto en un 29%(15) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 17%(8).

GRAFICA 2

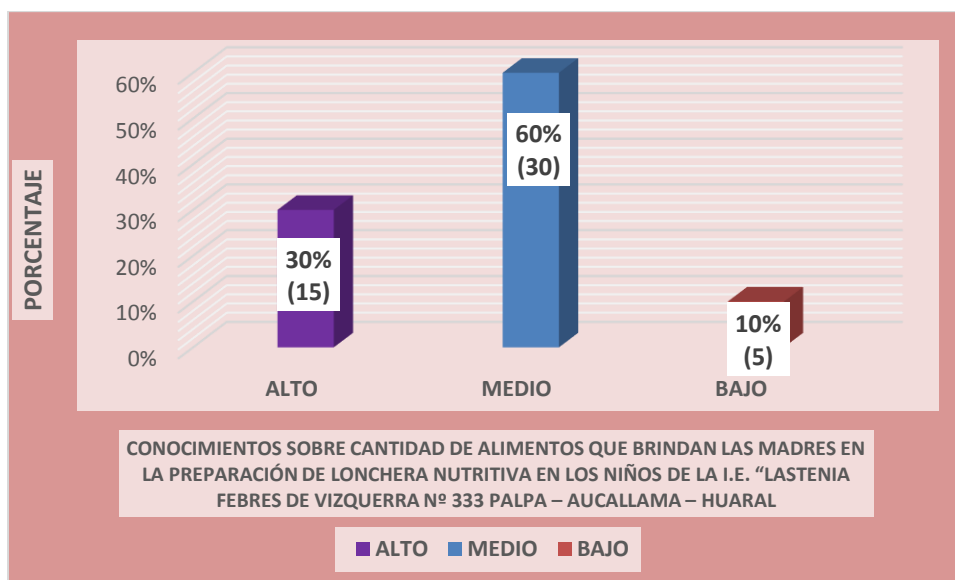
CONOCIMIENTOS SOBRE ALIMENTOS NUTRITIVOS QUE TIENEN LAS MADRES EN LA PREPARACIÓN DE LA LONCHERA NUTRITIVA EN LOS NIÑOS DE LA I.E. "LASTENIA FEBRES DE VIZQUERRA N° 333 PALPA – AUCALLAMA – HUARAL 2017



COMENTARIO DE LA GRAFICA 2:

El nivel de conocimiento sobre alimentos nutritivos que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. "Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) en mayor porcentaje es Medio en un 57%(29), seguido del nivel Alto en un 30%(15) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 13%(6).

GRAFICA 3
CONOCIMIENTOS SOBRE CANTIDAD DE ALIMENTOS QUE BRINDAN LAS MADRES EN LA PREPARACIÓN DE LONCHERA NUTRITIVA EN LOS NIÑOS DE LA I.E. “LASTENIA FEBRES DE VIZQUERRA N° 333 PALPA – AUCALLAMA – HUARAL 2017

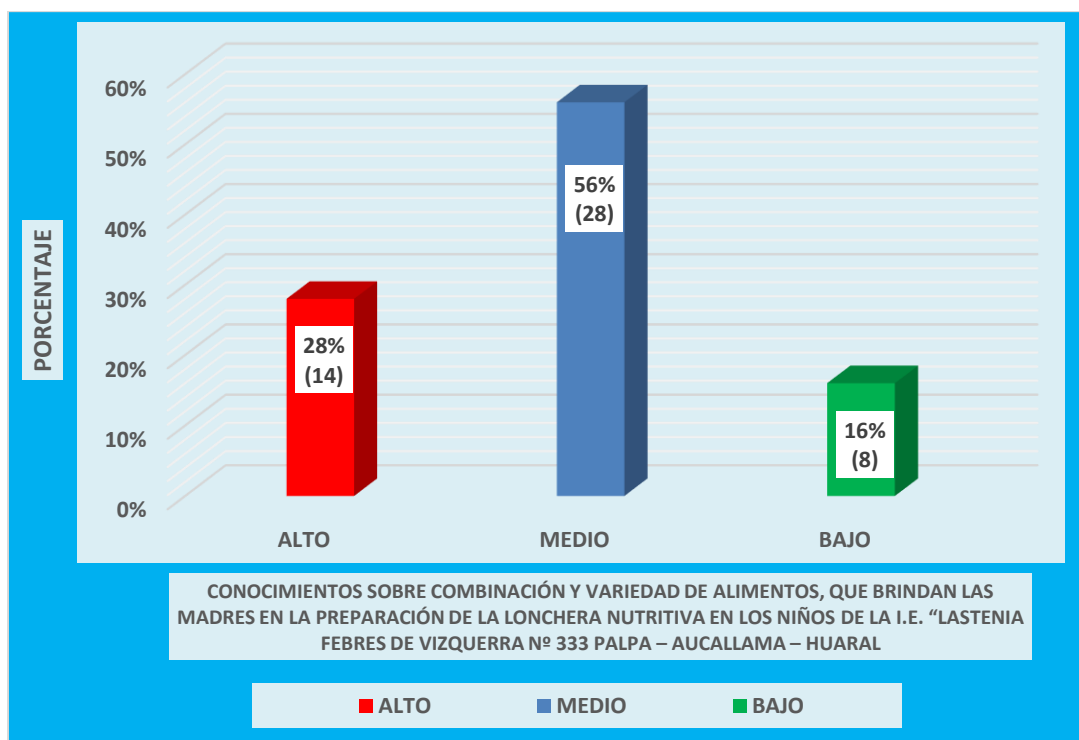


COMENTARIO DE LA GRAFICA 3:

El nivel de conocimiento sobre cantidad de alimentos que brindan las madres en la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) en mayor porcentaje es Medio en un 60%(30), seguido del nivel Alto en un 30%(15) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 10%(5).

GRAFICA 4

CONOCIMIENTOS SOBRE COMBINACIÓN Y VARIEDAD DE ALIMENTOS, QUE BRINDAN LAS MADRES EN LA PREPARACIÓN DE LA LONCHERA NUTRITIVA EN LOS NIÑOS DE LA I.E. “LASTENIA FEBRES DE VIZQUERRA N° 333 PALPA – AUCALLAMA – HUARAL 2017.



COMENTARIO DE LA GRAFICA 4:

El nivel de conocimiento sobre combinación y variedad de alimentos, que brindan las madres en la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) en mayor porcentaje es Medio en un 56%(28), seguido del nivel Alto en un 28%(14) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 16%(8).

PRUEBA DE HIPOTESIS

Prueba de la Hipótesis General:

H1: El nivel de conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral 2017, es de un nivel medio.

Ho: El nivel de conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral 2017, no es de un nivel medio.

H1 ≠ Ho

$\alpha=0,05$ (5%)

Tabla 1: Prueba de la Hipótesis General mediante el Chi Cuadrado (X^2)

	ALTO	MEDIO	BAJO	TOTAL
Observadas	15	27	8	50
Esperadas	17	17	16	
(O-E) ²	4	100	64	
(O-E) ² /E	0,2	5,9	4,0	10,1

FUENTE; *Elaboración propia*

COMENTARIO DE LA TABLA 1

El valor obtenido del Chi Cuadrado Calculado (X_C^2) es de 10,1; siendo el valor obtenido del Chi Cuadrado de Tabla (X_T^2) de 5,53; como el Chi Cuadrado de Tabla es menor que el Chi Cuadrado Calculado ($X_T^2 < X_C^2$), entonces se rechaza la Hipótesis Nula (Ho) y se acepta la Hipótesis Alternativa (Ha), con un nivel de significancia de $p < 0,05$.

Siendo cierto que: El nivel de conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra n° 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017, es de un nivel medio.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

OBJETIVO GENERAL

En relación al Objetivo General, se buscó determinar el nivel de conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) encontrando que en mayor porcentaje es Medio en un 54%(27), seguido del nivel Alto en un 29%(15) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 17%(8). Coincidiendo con JARAMILLO, M. (2016) que identificó el aporte calórico, el tipo de alimentos que conformaban las loncheras (preparados en casa y alimentos industrializados) y los alimentos que se presentaron con mayor frecuencia en las loncheras. La media del valor calórico del contenido de las loncheras para el sexo masculino fue de 257,84 calorías para el primer día con un porcentaje adecuado y 297,32 calorías para el segundo día teniendo un porcentaje de sobre alimentación; en el sexo femenino fue de 265,89 calorías para el primer día y para el día dos 249,67 calorías con un porcentaje de sobrealimentación para los dos días. El porcentaje de adecuación de proteínas para el sexo masculino en el primer día fue de 105,08% y 100,50% cubriendo adecuadamente. En el sexo femenino las proteínas en el primer día tienen un porcentaje de adecuación con el 109,26% y en el segundo día 121,37% con sobrealimentación. En lo que se refiere a la ingesta de grasas para el sexo masculino el primer día hay subalimentación 86,46% de adecuación y en el segundo día 126,69 % presentado sobrealimentación, para el sexo femenino el primer día presenta sobrealimentación 119,67% y el segundo día 105,35% teniendo un consumo adecuado. El consumo de carbohidratos para el sexo masculino fue de sobrealimentación 135,37% y 133,97% para el primer y segundo día respectivamente y para el sexo femenino se presenta subalimentación para el primer día 60,26% y en segundo día sobrealimentación 148,01% marcando una gran diferencia entre los dos días de observación. El 40,60% de los preescolares llevan alimentos preparados en casa para el día 1 y el 35% para el día 2, el 24,6% lleva en sus loncheras alimentos de origen industrializado para el día 1 y el 25% para el día 2, se evidencio también loncheras con alimentos preparados en casa combinados con industrializados (34,8% y 41%) para el día 1 y dos respectivamente. Los alimentos que se vio

con más frecuencia en las loncheras fueron los cereales (arroz, pan, galletas, cereal para el desayuno, papas fritas industrializadas) y lácteos (yogurt, leche y queso) frutas y bebidas industrializadas. Se encontró además que la mayoría de las loncheras presenta carbohidratos simples, grasas saturadas y proteína de origen animal. Para la evaluación del estado nutricional no se encontraron casos de desnutrición severa, pero se registraron 4 casos de baja talla severa, según el indicador Talla/Edad y según el indicador Peso/Talla, se registraron 3 casos de emaciación.

OBJETIVO ESPECIFICO 1

En relación al Objetivo específico uno, se buscó determinar el nivel de conocimiento sobre alimentos nutritivos que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) encontrando que en mayor porcentaje es Medio en un 57%(29), seguido del nivel Alto en un 30%(15) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 13%(6). Coincidiendo con CAMPOS, G. (2014) quien concluye que, globalmente, que el 50% de los docentes de la institución educativa, presentan bajo nivel de conocimiento sobre loncheras saludables.

OBJETIVO ESPECIFICO 2

En relación al Objetivo específico dos, se buscó determinar el nivel de conocimiento sobre cantidad de alimentos que brindan las madres en la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) encontrando que en mayor porcentaje es Medio en un 60%(30), seguido del nivel Alto en un 30%(15) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 10%(5). Coincidiendo con SIÑA, E. (2016) quien llega a la conclusión: Las madres de los niños de nivel primaria tienen un nivel de conocimiento medio, con tendencia a conocimiento bajos sobre loncheras saludables. Se observó que 4 de las 6 dimensiones tuvieron conocimientos bajos, carbohidratos, proteínas, minerales y grasas; en la dimensión vitaminas tuvieron conocimiento medio y solo en la dimensión agua se obtuvo conocimiento alto.

OBJETIVO ESPECIFICO 3

En relación al Objetivo específico tres, se buscó determinar el nivel de conocimiento sobre combinación y variedad de alimentos, que brindan las madres en la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, encontrando que del 100%(50 madres) en mayor porcentaje es Medio en un 56%(28), seguido del nivel Alto en un 28%(14) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 16%(8).

CONCLUSIONES

PRIMERO

La presente investigación tiene como título: El nivel de conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral 2017, encontrando que en mayor porcentaje el nivel de conocimiento es Medio. Así mismo, tienen el nivel medio de conocimientos en la dimensión alimentos nutritivos, cantidad de alimentos y en la combinación y variedad de alimentos. La hipótesis general se demostró mediante el estadístico Chi Cuadrado con un valor de 10,1 y con un nivel de significancia de valor $p < 0,05$.

SEGUNDO

Se concluyó que el nivel de conocimiento sobre alimentos nutritivos que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) en mayor porcentaje es Medio en un 57%(29), seguido del nivel Alto en un 30%(15) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 13%(6).

TERCERO

Se concluyó que el nivel de conocimiento sobre cantidad de alimentos que brindan las madres en la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) en mayor porcentaje es Medio en un 60%(30), seguido del nivel Alto en un 30%(15) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 10%(5).

CUARTO

Se concluyó que el nivel de conocimiento sobre combinación y variedad de alimentos, que brindan las madres en la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. "Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, del 100%(50 madres) en mayor porcentaje es Medio en un 56%(28), seguido del nivel Alto en un 28%(14) y en menor porcentaje de nivel Bajo en un 16%(8).

RECOMENDACIONES

PRIMERO

Promover la capacitación del personal de enfermería, acerca de los alimentos nutritivos y la preparación de la lonchera escolar, con el objetivo de sensibilizar de la mejor manera y la de mejorar los niveles de conocimiento de las madres de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral.

SEGUNDO

Realizar ferias y festivales acerca de los alimentos nutritivos como elementos imprescindibles en la preparación de la lonchera escolar de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral.

TERCERO

Realizar charlas en los comités de Aulas o en la asamblea de la APAFA, orientado a las madres de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra N° 333 Palpa – Aucallama – Huaral, con el propósito de mejorar sus niveles de conocimiento acerca de la cantidad de alimentos necesarios en la preparación de la lonchera escolar.

CUARTO

Realizar la publicación de material visual o gráfico, mediante la edición de separatas, cuadernillos, volantes, afiches, gigantografías acerca de la combinación y variedad de alimentos, en la preparación de la lonchera escolar.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Aguilera. Educación básica alternativa. 1 ed. Argentina: Vistalegre Córdoba; 2010. Pp. 121
2. Alves Costa Alberto, K. Teoría de callista Roy – Modelo de Adaptación. En: Marriner, A y Raile, M., Modelos y teorías en enfermería. 2 ed. Barcelona: Elsevier; 2011. Pp. 353 – 384.
3. Aristóteles. Teoría de conocimientos. Filosofía de Aristóteles. 1 ed.2007. Universitaria los libertadores-Colombia; 2007. Pp.150-170.
4. Borges de britomariza. Nivel de actitud[DVD]. México: Centro Bachillerato Tecnológico Industrial y de Servicios; 2011.
5. Dewey (2008): Educación Básica Regular.[Serie en internet]. 2008[citada 2008 abril 13]; 12 (15): [alrededor de 20 pantallas]. Disponible en: <http://www.uv.es/~carrascos/PDF/niveleduc.pdf>
6. Díaz Rodríguez Rodrigo. Manual de Participación para madres y padres 1 ed. Madrid: Junta de Andalucía. Consejería de Educación; 2008. Pp.30 - 34
7. Gómez. Tipos de conocimientos Conocimiento filosófico. 2ed. Universidad de Costa Rica, La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2008. Pp. 95-110.
8. Honorio Quiroz Carmen. Cuidados brindados por el personal de enfermería a los niños. 1 ed. Bogotá: editorial médica panamericana; 2008. Pp. 990 – 96.
9. Jaramillo Samaniego José. Nivel de satisfacción con la atención de enfermería en un hospital pediátrico. En: Cuidados de enfermería en niños menores de 5 años. 3era edición. Perú: UNNE; 2006. Pp. 130- 140.
10. Marcon Silva Sonia. La importancia del nivel de actitud[TRIPTICO]. España: Universidad de Huelva; 2010
11. Martínez Milagros. Nivel de motivación. 2 ed. Buenos Aires: Ediciones Interoceánicas S.A; 2010. Pp. 208
12. Marqués. Reflexiones sobre el conocimiento y el método científico. El conocimiento científico: ciencia y tecnología. Facultad de educación Agosto 2003 Universidad Complutense de Madrid; 2003. Pp.40-55. .

13. Noboa Rojas Sofía. Participación Comunitaria y Salud. Fac de Sal Públ y Nutri [serie en internet]. 2005 [citada 2005 Abril-Junio]; 3 (2): [Alrededor de 10 pantallas]. Disponible en: http://www.respyn.uanl.mx/iii/2/ensayos/participacion_salud.html
14. Parodi Sánchez Elizabeth. Nivel de satisfacción de los niños. En: manual de enfermería. 8va edición. Madrid: CEM; 2010. Pp. 40 – 41.
15. Pérez Rodrigo. Psicología laboral en actitudes positivas y negativas [CD-ROM]. London: Macmillan; 2008.
16. Ríos, Nancy F. El poder del reconocimiento. De Gerencia [serie en internet]. 2007 [citada 2007 Diciembre 29]; 10 (5): [Alrededor de 10 pantallas]. Disponible en: <http://www.degerencia.com/articulo/el-poder-del-reconocimiento>
17. Rufino: nivel educativo y satisfacciones no monetarias derivadas del trabajo y el ocio. [serie en internet]. 2007 [citada 2007 Diciembre 20]; 14 (2-4): [alrededor de 5 pantallas]. Disponible en: <http://www.minedu.gob.pe/normatividad/reglamentos/disenocurricularnacional.pdf>
18. Sánchez Herrera, Beatriz. Utilidad de los modelos conceptuales de enfermería en la práctica. El arte y la ciencia del cuidado. Grupo de cuidados. 1 ed. Colombia: Facultad de Enfermería Universidad Nacional de Colombia; 2002. Pp. 14 – 15.
19. Tovar Teresa. La motivación [monografía en internet]. Argentina: Recursos Humanos; 2009 [citada 2009 Agosto 23]. [Alrededor de 10 pantallas]. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos5/moti/moti.shtml>
20. Yanes Lindo Cristina. Participación Comunitaria en Salud [monografía en internet]. México: El colegio de Sonora; 2009 [citada 2009 Noviembre 13]. [alrededor de 56 pantallas]. Disponible en: <http://www.slideshare.net/JESU^ ^ ^ ^ ^ ANDOHARO/participacion-comunitaria-en-salud>

“ANEXO”

ENCUESTA – CUESTIONARIO

I. INTRODUCCIÓN

La encuesta se realiza siempre en función de un cuestionario, siendo éste por tanto, el documento básico para obtener la información en la gran mayoría de las investigaciones. El cuestionario es un documento formado por un conjunto de preguntas que deben estar redactadas de forma coherente, y organizadas, secuenciadas y estructuradas de acuerdo con una determinada planificación, con el fin de que sus respuestas nos puedan ofrecer toda la información que se precisa.

II. OBJETIVO

Tiene por objetivo recopilar información referente a la eficacia que presenta el programa educativo loncheras saludables en los padres de familia, los resultados de la investigación nos permitirán proponer estrategias para mejorar la eficacia de dicho programa.

III. INSTRUCCIONES

Marcar con un aspa (x) o llenar los espacios en blanco según crea conveniente. Recuerda no hay respuesta buena o mala, solo es necesario responder todas las preguntas.

IV. DATOS GENERALES:

1. Nombre y apellido:
2. Edad:
3. Procedencia o lugar de nacimiento:
4. Religión:
5. Nivel de instrucción:
 - a) Primaria Completa.
 - b) Primaria Incompleta. Coloque el grado:
 - c) Secundaria Completa.
 - d) Secundaria Incompleta. Coloque el año:
 - e) Estudio Superior.
6. Tipo de material de su vivienda:
 - a) Ladrillo.
 - b) Adobe.
 - c) Caña.
 - d) Estera.
 - e) Otros.
7. Servicios básicos:
 - a) Agua.
 - b) Luz.
 - c) Desagüe.
8. Eliminación de excreta:
 - a) Desagüe
 - b) Letrina
 - c) Al aire libre
9. ¿A qué se dedica usted?
 - a) Trabaja.
 - b) Estudia.
 - c) Su Casa.

10. ¿Cuánto es el ingreso mensual en su hogar?

- a) Menor de 100 soles.
- b) Entre 100 y 300 soles.
- c) Mayor de 300 soles.

11. ¿Con qué tipo de material de vivienda cuenta usted?

- a) Ladrillo.
- b) Adobe.
- c) Madera.
- d) Estera.
- e) Caña.

12. ¿Cuántas personas viven en su casa?

Todos los integrantes:

- a) 2.
- b) 3.
- c) 4.
- d) 5.
- e) Mayor a 5.

V. DATOS ESPECÍFICOS:

Conocimientos generales sobre el nivel de actitud de las madres respecto a los cuidados del enfermero brindado al niño menor de 5 años

1. ¿Para Usted que significa la eficacia del programa educativo loncheras saludables? Responda brevemente:

2. ¿La actitud que tiene Ud. acerca de la preparación de una lonchera saludable?

- a) Buena
- b) Mala
- c) Indeciso

3. ¿Tiene Ud. conocimientos de alimentos saludables?

- a) Sí
- b) No

4. ¿Qué actitud y conocimiento tiene Ud. Sobre la preparación de una adecuada lonchera saludable?

5. ¿Usted se encuentra satisfecho con la charla educativa de loncheras saludables que se realiza en I.E. “Las Tenias Febres de Vizquerra – N° 333” Palpa – Aucallama?

- a) Satisfecho
- b) Insatisfecho

6. ¿Usted practica las medidas preventivas para disminuir las enfermedades no trasmisibles como la obesidad en niños? _____

7. ¿Su niño ha presentado episodios de desnutrición?

- a) Si
- b) No

8. ¿Cuántas veces ha presentado episodios de desnutrición?

- a) 3
- b) 4
- c) 5

9. ¿Sabe preparar lonchera saludable?

- a) Si
- b) No

10. ¿Usted se siente motivada con los procedimientos que se realiza para obtener una buena lonchera saludable?

- a) Sí
- b) No
- c) Más o menos.

11. La mayor parte de los conocimientos o información que Ud. tiene sobre el programa Loncheras saludables:

- a) Nadie, yo lo he investigado.
- b) Padres.
- c) Familia (Hermanos, primos, tíos, etc.)
- d) Pareja.
- e) Escuela (Profesores, libros).
- f) Otras fuentes:_____

12. ¿Se le informa a Usted sobre cualquier duda que pueda tener respecto a la desnutrición infantil?

- a) Sí
- b) No
- c) Algunas veces

13. ¿El exponente propicia un clima agradable, de equidad, confianza, libertad y respeto para madres?

- a) Sí
- b) No
- c) Algunas veces

14. ¿Usted tiene conocimientos suficientes de lo que es lonchera saludables?

- a) Sí
- b) No
- c) Un poco.

15. ¿Usted tiene conocimiento de los signos y síntomas de desnutrición?

- a) Sí
- b) no

16. ¿Usted realiza estilos de vida saludable?

- a) Siempre
- b) Nunca
- c) Algunas veces

17. ¿Cree usted que los alimentos que su hijo consume en el colegio son realmente nutritivos y saludables?

- a) Si.
- b) No.

c) No lo sé.

18. Considera usted que las condiciones higiénicas tanto personal como ambiental favorezca el desarrollo de las enfermedades.

a) Si

b) No

19. ¿Considera usted que es importante el lavado de las manos antes de preparar y dar los alimentos?

a) Si.

b) No.

c) No lo sé.

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: CAPACIDAD DE CUIDADO AL RECIEÉN NACIDO EN MADRES ADOLESCENTES EN EL CENTRO DE SALUD AMPLIACION PAUCARPATA - AREQUIPA 2017

PROBLEMA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA		
		VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGIA
<p>Problema principal Cuál es el conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017?</p>	<p>OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN Objetivo General Determinar el conocimiento que tienen las madres sobre la preparación de la lonchera nutritiva de los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017.</p> <p>Objetivos específicos Identificar el conocimientos sobre alimentos nutritivos que tienen las madres en la</p>	<p>Conocimientos que poseen las madres sobre la preparación de la lonchera para niños</p>	<p>ALIMENTOS NUTRITIVOS</p> <p>CANTIDAD DE ALIMENTOS</p> <p>COMBINACION, VARIEDAD E HIGIENE DE LOS ALIMENTOS</p>	<p>METODO: La presente investigación de nivel aplicativo, y de acuerdo a su naturaleza tiene un enfoque cuantitativo de diseño descriptivo, de corte transversal y prospectivo.</p>

	<p>preparación de la lonchera nutritiva en los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017</p> <p>Identificar el nivel de conocimientos sobre cantidad de alimentos que brindan las madres en la preparación de lonchera nutritiva en los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017</p> <p>Identificar el nivel de conocimientos sobre combinación y variedad de alimentos, que brindan las madres en la preparación de la lonchera nutritiva en los niños de la I.E. “Lastenia Febres de Vizquerra nº 333 palpa – Aucallama – Huaral 2017.</p>			
--	---	--	--	--

--	--	--	--	--