



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

TESIS

**“FRECUENCIA DE LAS LONCHERAS CON ALIMENTOS QUE CONTIENEN
AZÚCARES EXTRÍNSECOS EN LOS ESCOLARES DEL 1ER GRADO DE
PRIMARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR ALFONSO
UGARTE DEL DISTRITO DE LINCE EN EL 2016”**

BACHILLER:

GRIJALVA VASQUEZ DIANA

ASESOR:

RAÚL PACORA ZUÑIGA

**PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
CIRUJANO DENTISTA**

**HUACHO – PERÚ
2016**

DEDICATORIA:

A mis padres Elva Vásquez y Walter Grijalva quienes me apoyaron, creyendo en mi para seguir adelante y alcanzar mis metas ya que siempre estuvieron impulsándome en los peores momentos de mi carrera. A mis queridos hermanos Julio, Diego y Gino por su amor incondicional y su apoyo constante. Gracias por haber fomentado en mí el deseo de superación y el anhelo de triunfo en la vida

AGRADECIMIENTOS:

A mi familia por su apoyo incondicional, amor, incentivo y disposición para ayudarme durante mi desarrollo profesional.

ÍNDICE

Dedicatoria.	ii
Agradecimiento.	iii
Índice.	iv
Resumen.	ix
Abstract.	xi
Introducción.	xiii

CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema	1
1.2. Delimitación de la Investigación	3
1.2.1. Delimitación Espacial	3
1.2.2. Delimitación Temporal	3
1.2.3. Delimitación Conceptual	3
1.2.4. Delimitación Social	3
1.3. Formulación del Problema	3
1.3.1. Problema general	3
1.3.2. Problemas específicos	3
1.4. Objetivos de la Investigación	5
1.4.1. Objetivo general	5
1.4.2. Objetivos específicos	5
1.5. Justificación e Importancia de la Investigación	6

CAPITULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la Investigación	9
2.2. Bases Teóricas	16
2.3. Definición de términos básicos	27
2.4. Variables	27
2.4.1. Definición conceptual de la variable	28
2.4.2. Operacionalización de la variable	28
CAPITULO III. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	29
3.1. Tipo y Nivel de investigación	29
3.2. Población y muestra	30
3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	31
CAPITULO IV. RESULTADOS	33
CAPÍTULO V. DISCUSIÓN	42
CAPÍTULO VI. CONCLUSIONES	44
CAPÍTULO VII. RECOMENDACIONES	46
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	47
ANEXOS	51

INDICE DE TABLAS

Tablas

1. Loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos.	33
2. Distribución de los escolares según género.	35
3. Frecuencia de alimentos líquidos con azúcares extrínsecos.	36
4. Tipo de alimento líquido con azúcar extrínseco.	37
5. Frecuencia de alimentos sólidos con azúcar extrínseco.	38
6. Tipo de alimento sólido con azúcar extrínseco.	39
7. Frecuencia de los alimentos con azúcares intrínsecos.	40
8. Tipo de alimento con azúcar intrínseco.	41

INDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICOS

1. Loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos.	34
2. Distribución de los escolares según género.	35
3. Frecuencia de alimentos líquidos con azúcares extrínsecos.	36
4. Tipo de alimento líquido con azúcar extrínseco.	37
5. Frecuencia de alimentos sólidos con azúcar extrínsecos.	38
6. Tipo de alimento sólido con azúcar extrínseco.	39
7. Frecuencia de los alimentos con azúcares intrínsecos.	40
8. Tipo alimento con azúcar intrínseco.	41

INDICE DE ANEXOS

Anexos

- | | |
|----------------------------|----|
| 1. Instrumento. | 51 |
| 2. Matriz de Consistencia. | 52 |

RESUMEN

Se realizó un estudio de tipo aplicado de nivel descriptivo, de diseño no experimental de corte transversal y los datos se recolectaron de manera prospectiva, donde el problema fue buscar la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del Distrito de Lince en el 2016; El ser humano adquiere hábitos alimentarios desde el nacimiento que lo marcara para el resto de su vida. Por ello la salud bucal es muy importante puesto que las estructuras que lo conforman cumplen diversas funciones, la prevención de las enfermedades bucales es importante desde los primeros años de vida, ya que la caries dental se presenta desde las primeras etapas de la infancia. Los azúcares son los principales elementos de la dieta que inciden en la prevalencia, incidencia y avance de lesiones cariosas. La sacarosa se considera el azúcar más cariogénico, no solo porque su metabolismo produce ácidos, sino porque el streptococcus mutans lo utiliza para producir glucano, compuesto de naturaleza polisacárido que le permite a la bacteria adherirse al diente y con ello se favorece la desmineralización del diente; así mismo el objetivo fue determinar la frecuencia de las loncheras con alimentos con azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del Distrito de Lince en el 2016. La muestra –no probabilística- En el recojo de información se empleó como instrumento una Ficha preparada que consta de datos de filiación y así mismo una segunda estructura donde se especificó los tipos de alimentos que conforman las loncheras de los escolares. En los resultados se encontró que De la frecuencia de las loncheras con alimentos con azúcares extrínsecos el 78.3% de las loncheras contienen algún alimento con azúcares extrínsecos y solo el 10% de las loncheras no presenta alimento con azúcares extrínsecos. Respecto a la distribución de los escolares del 1er grado de primaria según género encontramos que el 65.2% son del género femenino y el 34.8% del género masculino. Respecto frecuencia de alimentos Líquidos con azúcares extrínsecos encontramos que el 56.5% de las loncheras presenta líquidos con azúcares extrínsecos. Respecto al tipo de alimento con azúcar

extrínseco el más frecuente es frugos con 28.3% seguido de enfusiones con el 17.4% y por último con el 10.9% las gaseosas. Respecto a la frecuencia de alimentos sólidos con azúcares extrínsecos se observa que el 63% de las loncheras presenta sólidos con azúcares extrínsecos. Respecto al tipo de alimento sólido con azúcar extrínseco el más frecuente son los queques con 30.4%, las galletas con el 15.2%, los cereales, papitas lays con el 6.5% y por último las tortas con el 4.3%. Respecto a la frecuencia de alimentos con azúcares intrínsecos se observa que el 56.5% de las loncheras presenta alimentos con azúcares extrínsecos. Respecto al tipo de alimento con azúcar intrínseco el más frecuente son las frutas con 32.6%, seguido del yogurt con el 15.2% y por último las verduras con el 8.7%. Concluyendo: **PRIMERO.-** El 78.3% de las loncheras de los escolares contienen alimentos con azúcares extrínsecos. **SEGUNDO.-** El 65.2% son del género femenino y el 34.8% del género masculino. **TERCERO.-** El 56.5% de las loncheras de los escolares presenta líquidos con azúcares extrínsecos. **CUARTO.-** El alimento líquido con azúcar extrínseco más consumido es el frugos con el 28.3% seguido de enfusiones con el 17.4% y por último con el 10.9% las gaseosas. **QUINTO.-** El 63% de las loncheras presenta sólidos con azúcares extrínsecos. **SEXTO.-** El alimento sólido con azúcar extrínseco más consumido son los queques con 30.4%, seguido de las galletas con el 15.2%, los cereales con el 6.5%, las papitas lays con el 6.5% y por último las tortas con el 4.3%. **SEPTIMO.-** El 56.5% de las loncheras presenta alimentos con azúcares extrínsecos. **OCTAVO.-** El alimento con azúcar intrínseco más consumido son las frutas con 32.6%, seguido del yogurt con el 15.2% y por último las verduras con el 8.7%.

Palabras clave: Azúcares extrínsecos, azúcares intrínsecos, carbohidratos, dieta.

ABSTRACT

A study of the rate applied descriptive level, non-experimental cross-sectional design and the data were collected prospectively, where the problem was to find the frequency of lunchboxes with foods containing extrinsic sugars in school 1st grade was conducted primary Private Education Institution Alfonso Ugarte Lince District in 2016; The human being acquires eating habits from birth to mark him for the rest of his life. Why oral health is very important because the structures that comprise diverse functions, prevention of oral diseases is important from the early years of life, because tooth decay occurs from the earliest stages of childhood. The sugars are the main dietary factors affecting the prevalence, incidence and progression of carious lesions. Sucrose is considered the most cariogenic sugar, not only because their metabolism produces acids, but because the mutans streptococci uses it to produce glucan composed of polysaccharide nature that allows the bacteria to adhere to the tooth and thus the demineralization of the tooth is favored; Likewise, the objective was to determine the frequency of food lunch boxes with extrinsic sugars in school 1st grade of Private Educational Institution Alfonso Ugarte Lince District in 2016. The sample-not probabilistic in information gathering It was used as an instrument prepared a card data consisting of affiliation and likewise a second structure where the types of foods that make school lunch boxes specified. The results found that the frequency of food lunch boxes with extrinsic sugars 78.3% of lunchboxes contain some food with extrinsic sugars and only 10% of lunchboxes food with no extrinsic sugars. Regarding the distribution of school 1st grade by gender found that 65.2% are female and 34.8% male. Liquid food frequency compared with extrinsic sugars found that 56.5% of lunchboxes presents liquids with extrinsic sugars. Regarding the type of food with extrinsic sugar is the most common frugos with 28.3% followed by 17.4% enfusiones with and finally with 10.9% soda. Regarding the frequency of solid foods with extrinsic sugars it is observed that 63% of lunchboxes presents solid with extrinsic sugars. Regarding the type of solid food with extrinsic sugar are the most frequent with 30.4% cakes, cookies with 15.2%, cereals, Lays potato chips with 6.5% and finally cakes with 4.3%. Regarding food frequency

with intrinsic sugars is observed that 56.5% of lunchboxes presents food with extrinsic sugars. Regarding the type of food with intrinsic sugar are the most common fruits with 32.6%, followed by yogurt with 15.2% and finally vegetables with 8.7%. Concluding: FIRST.- 78.3% of school lunch boxes containing food with extrinsic sugars. SECOND.- 65.2% are female and 34.8% male. THIRD.- 56.5% of school lunchboxes presents liquids with extrinsic sugars. The liquid food FOURTH.- extrinsic sugar is the most consumed frugos with 28.3% followed by 17.4% enfusiones with and finally with 10.9% soda. FIVE.- 63% of lunchboxes presents solid with extrinsic sugars. Solid food SIX.- with extrinsic sugar are consumed more cakes with 30.4%, followed by cookies with 15.2%, cereals with 6.5%, the Lays potato chips with 6.5% and finally cakes with 4.3% . SEVENTH 56.5% of lunchboxes presents food with extrinsic sugars. EIGHTH intrinsic food with more sugar consumed is fruits with 32.6%, followed by yogurt with 15.2% and finally vegetables with 8.7%.

Keywords: Extrinsic Sugars, intrinsic sugars, carbohydrates, diet.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación titulada “frecuencia de las loncheras con alimentos con azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del Distrito de Lince en el 2016” tiene como finalidad determinar la frecuencia de las loncheras con alimentos con azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del Distrito de Lince en el 2016. En nuestro país La gran mayoría de los niños a edad temprana no tiene hábitos alimenticios saludables, sobre todo en la etapa escolar, por lo que el refrigerio escolar es un conjunto de alimentos que tiene por finalidad proveer la energía y los nutrientes necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales y mantener adecuados niveles de desempeño físico e intelectual en su etapa de desarrollo y crecimiento correspondiente. La lonchera escolar constituye una comida adicional a las tres comidas principales. Es por ello que el refrigerio escolar juega un rol importante en la nutrición infantil, la salud bucal de los niños debe ser un trabajo de los padres por enseñar hábitos alimentarios saludables para la prevención de las enfermedades tanto a nivel bucal y del mismo organismo.

Es conocida la influencia de la dieta sobre las condiciones del ambiente oral. Cuando el diente ya ha erupcionado, la incidencia de la dieta sobre la maduración del esmalte, la velocidad de flujo de la saliva y su composición es marcadamente positiva, influyendo también en el metabolismo y selección de la microflora oral.

Frente a esta problemática nos formulamos la pregunta:

¿Cuál es la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del Distrito de Lince en el 2016?

A continuación, describiremos la estructura detallada del presente trabajo de investigación que comprende así:

CAPÍTULO I: Se plantea el problema de la investigación, así como se describe la justificación la cual se formuló ante la necesidad de conocer Cuál es la

frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria y así mismo su justificación teórica, práctica, legal y metodológica y científica, también se describió las limitaciones del orden metodológico, en la búsqueda de información y en el tiempo.

Podremos observar también los antecedentes internacionales, nacionales los cuales se basó nuestra investigación.

Y por último se describen los objetivos General y específicos.

CAPÍTULO II: Comprende las bases científicas teóricas de la investigación que incluyendo los conceptos básicos de la investigación.

Se describe la definición, identificación y clasificación de variables en dependientes e independientes descritas en la matriz de Operacionalización de variables.

CAPÍTULO III: Así mismo se describe la metodología: el tipo y nivel de Investigación, Población, muestra y el método de investigación, Las técnicas de recolección de datos, validación, objetividad de los instrumentos y el plan de recolección de los datos.

CAPÍTULO IV: Se presenta los Resultados de los objetivos generales y específicos de la Investigación.

Así mismo se presenta las conclusiones y sugerencias obtenidas producto de nuestra investigación.

Por último, mencionaremos las referencias bibliográficas consultadas y el grupo de anexo que se realizó en nuestra investigación.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.Descripción de la realidad problemática

El ser humano adquiere hábitos alimentarios desde el nacimiento que lo marcará para el resto de su vida. Por ello la salud bucal es muy importante puesto que las estructuras que lo conforman cumplen diversas funciones, la prevención de las enfermedades bucales es importante desde los primeros años de vida, ya que la caries dental se presenta desde las primeras etapas de la infancia. Los azúcares son los principales elementos de la dieta que inciden en la prevalencia, incidencia y avance de lesiones cariosas. La sacarosa se considera el azúcar más cariogénico, no solo porque su metabolismo produce ácidos, sino porque el *Streptococcus mutans* lo utiliza para producir glucano, compuesto de naturaleza polisacárido que le permite a la bacteria adherirse al diente y con ello se favorece la desmineralización del diente.

La caries dental es una enfermedad multifactorial, infectocontagiosa de los tejidos calcificados del diente que se caracteriza por una serie de reacciones químicas y microbiológicas tales como desmineralización de la porción inorgánica y destrucción de la sustancia orgánica, que trae como resultado la presencia de caries dental cuando hay una excesiva ingesta de azúcar. Los niños son los más vulnerables al desarrollo de la caries dental cuando hay excesiva ingesta de azúcar, provocando el deterioro en la salud bucal, este problema de salud afecta sobre todo a la población infantil de todo el mundo

Debido a que la dieta es uno de los factores etiológicos más importantes de la caries dental.

La gran mayoría de los niños a edad temprana no tiene hábitos alimenticios saludables, sobre todo en la etapa escolar, por lo que el refrigerio escolar es un conjunto de alimentos que tiene por finalidad proveer la energía y los nutrientes necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales y mantener adecuados niveles de desempeño físico e intelectual en su etapa de desarrollo y crecimiento correspondiente. La lonchera escolar constituye una comida adicional a las tres comidas principales. Es por ello que el refrigerio escolar juega un rol importante en la nutrición infantil, la salud bucal de los niños debe ser un trabajo de los padres por enseñar hábitos alimentarios saludables para la prevención de las enfermedades tanto a nivel bucal y del mismo organismo.

Es conocida la influencia de la dieta sobre las condiciones del ambiente oral. Cuando el diente ya ha erupcionado, la incidencia de la dieta sobre la maduración del esmalte, la velocidad de flujo de la saliva y su composición es marcadamente positiva, influyendo también en el metabolismo y selección de la microflora oral. Los carbohidratos de la dieta representan los sustratos más importantes utilizados por determinadas especies para la producción de ácido láctico, energía y el sustrato necesario para la colonización de superficies lisas y la viabilidad de la microflora formada por principalmente por *Streptococcus mutans* y *Lactobacilos*.

El propósito del presente estudio es evaluar la frecuencia de los azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del Distrito de Lince en el 2016 y como repercuten estos alimentos en la salud bucal; así como también revisar ciertas medidas y recomendaciones para el control de alimentos cariogénicos en escolares del primer grado de primaria en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte.

1.2.Delimitación de la Investigación

1.2.1.Delimitación Espacial. - La investigación se llevó a cabo en la Ciudad de Lima, en el distrito de Lince en las aulas de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte.

1.2.2.Delimitación Temporal. - La investigación se realizó en el mes de agosto de 2016.

1.2.3.Delimitación Conceptual. - La investigación sobre la frecuencia de la ingesta de alimentos con azúcares en escolares del 1er grado de primaria permitió conocer la distribución de los azúcares en las loncheras de los escolares y cuál es su consumo.

1.2.4.Delimitación Social. - El grupo de estudio estuvo conformado por escolares del 1er grado de primaria que estudian en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte.

1.3.Formulación del Problema

1.3.1.Problema General

1.- ¿Cuál es la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del Distrito de Lince en el 2016?

1.3.2.Problemas Específicos

1.- ¿Cuál es la distribución de los escolares del 1er grado de primaria según género en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?

2.- ¿Cuál es la frecuencia de los alimentos líquidos con azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?

3.- ¿Cuál es el tipo de alimento líquido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?

4.- ¿Cuál es la frecuencia de los alimentos sólidos con azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?

5.- ¿Cuál es el tipo de alimento sólido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?

6.- ¿Cuál es la frecuencia de los alimentos que contienen azúcares intrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?

7.- ¿Cuál es el tipo de alimento con azúcares intrínsecos más frecuente de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?

1.4.Objetivos de la Investigación

1.4.1.Objetivo General

1.- Determinar la frecuencia de las loncheras con alimentos con azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del Distrito de Lince en el 2016.

1.4.2.Objetivos Específicos

1.- Encontrar la distribución de los escolares del 1er grado de primaria según género en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

2.- Identificar la frecuencia de los alimentos líquidos con azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

3.- Identificar el tipo de alimento líquido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

4.- Identificar la frecuencia de las loncheras con alimentos sólidos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

5.- Identificar el tipo de alimento sólido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de

la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

6.- Identificar la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares intrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

7.- Identificar el tipo de alimento con azúcares intrínsecos más frecuente de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

1.5. Justificación e Importancia de la Investigación

- **JUSTIFICACIÓN TEÓRICA:** la importancia de este estudio sobre la frecuencia de las loncheras con alimentos con azúcares extrínsecos en los escolares, permitió identificar los alimentos cariogénicos más consumidos en los niños y la frecuencia en su consumo. Ya que el factor dieta implica en el avance de la caries dental y sus complicaciones que puede traer consigo. Debemos destacar la mala información de los padres acerca de hábitos alimenticios saludables y las consecuencias que puede repercutir en la salud bucal de sus niños.
- **JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA:** El presente estudio es de vital importancia ya que determinó la frecuencia de las loncheras con alimentos en base a azúcares extrínsecos en los escolares se identificó la composición de las loncheras escolares, concientizó a los padres a tener un buen hábito alimenticio saludable, identificó alimentos iniciadores de caries dental en los niños en relación a la composición de las loncheras escolares y cómo repercute en la salud dental.

- **JUSTIFICACIÓN LEGAL:** Sustento legal en la elaboración de proyectos se sustenta en las leyes y normas siguientes:

En la ley universitaria N° 23733 en su capítulo VIII, artículo 65, 66, 67 que señala sobre el proceso de investigación que involucra a estudiantes y a la universidad en sus distintos programas como medio de contribuir al desarrollo nacional en todos los ámbitos del proceso educativo. En este caso, se trata de la gestión a través de la herramienta integral de Identificación Institucional.

Del mismo modo se entiende en el proyecto Educativo Nacional al 2021 en el objetivo estratégico N° 5 que menciona sobre la educación superior de calidad que aporta al desarrollo y la competitividad nacional, en la política N°24 que menciona la relación de la investigación como medio esencial de la transformación educativa, como también en la visión de la Universidad Alas Peruanas: “Ser una institución acreditada y solidaria, relacionada con sus entornos nacional e internacional, congruente con los avances científicos y tecnológicos de punta, para impulsar el desarrollo del país.”

De igual manera en el Decreto Legislativo N°882, “Ley de Promoción de la Inversión en la Educación”, cuyas normas se aplican a universidades, dentro de la cual, se encuentra la Universidad Alas Peruanas.

- **JUSTIFICACIÓN CIENTÍFICA:** Así mismo, indudablemente es un aporte científico y metodológico, brindando al autor la posibilidad de avanzar a nivel educativo, intelectual y profesional, permitió además ampliar su conocimiento en lo referente al consumo de azúcares, así como las referidas a la ciencia de la salud. Por otro lado, generar conocimiento respecto al consumo de azúcares e identificar cuáles son causantes de una incidencia alta de caries
- **JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA:** Este estudio propone el inicio de nuevas metodologías para abordar futuras investigaciones.

- **JUSTIFICACIÓN EPISTEMOLÓGICA:** El trabajo de investigación es de suma importancia, ya que se encuentra poca información frecuencia de los azúcares extrínsecos líquidos en las loncheras de los escolares y los malos hábitos alimenticios que optan los niños desde muy temprana edad, el desconocimiento de los padres sobre las consecuencias que puede traer a nivel bucal. También generar una política educativa y concientizadora en las Instituciones Educativas de todo el país sobre loncheras escolares saludables.

1.5.1. Importancia

El presente trabajo se considera de gran utilidad e importancia ya que sirvió para conocer el alto consumo de alimentos con azúcares extrínsecos presentes en la lonchera de los estudiantes de nivel primario.

CAPITULO II MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la Investigación

La información disponible es insuficiente, limitada, no aplicable necesariamente a la realidad de la población.

2.1.1. A NIVEL INTERNACIONAL:

1.- Espinel V, (Ecuador - 2015)¹ en su tesis “Grado de conocimientos dietéticos de madres y su relación con número de caries. Estudiantes “Alina Campaña de Jarrín” de séptimo a noveno de básica en la ciudad de Cayambe. li – vi – 2015.” El objetivo fue Medir el grado de conocimientos dietéticos a las madres de los estudiantes de la escuela “Alina Campaña de Jarrin” y la relación con el número de caries. Se ejecutó un estudio analítico y de corte transversal, basado en la observación de campo en 110 adolescentes entre 10 a 15 años de edad de la escuela Alina Campaña de Jarrín en la ciudad de Cayambe, para determinar la influencia del grado de conocimientos dietéticos de la madre con caries dental. Se obtuvo según el Índice de Knutson la totalidad de caries por estudiante mediante un examen intraoral. Se determinó la dieta de los estudiantes, mediante un cuestionario y diario dietético. Resultados: Con más de 17 caries en boca un 69,6% consumen muy baja cantidad de alimentos formadores, el 82,6% consumen muy baja cantidad de alimentos reguladores y un 82,6%

consumen medianamente alimentos energéticos: Conclusión: Tras las evidencias estadísticas se comprueba que si existe asociación significativa entre el grado de conocimientos de las madres sobre dieta del adolescente con el riesgo de caries dental

2.- Ibarra M, (Ecuador - 2015)² en su tesis “Influencia de la ingesta de una dieta cariogénica en el proceso carioso y la capacidad reguladora de la saliva durante el mismo en niños de entre cuatro y ocho años de edad” En la actualidad la caries dental es una enfermedad que afecta mayoritariamente a los niños en edad escolar, lo que se debe fundamentalmente a deficientes hábitos alimenticios y de higiene; el propósito del presente estudio fue determinar como la ingesta de una dieta cariogénica y la capacidad reguladora de la saliva intervienen en la producción de caries dental; se aplicó una metodología de tipo descriptiva no experimental, utilizando como materiales el pH metro, guantes , mascarillas y equipos de diagnóstico. Se seleccionó 40 niños que pertenecen a la parroquia de Calderón del Distrito Metropolitano de Quito, divididos en 2 grupos uno con dieta cariogénica y otro con una dieta no cariogénica. Se realizaron tres mediciones del pH salival 5 minutos antes , 5 min después, 15 y 45 minutos posteriores a la ingesta, tres días a la semana durante un mes; y también se realizó la valoración nutricional de los alimentos para determinar sus características, tanto cariogénicas como protectoras, se obtuvo como conclusiones que, la ingesta de una dieta cariogénica, si tiene una importante influencia sobre los mecanismos de defensa bucales, porque afectan directamente al pH salival y a su vez a la capacidad amortiguadora de la saliva .

3.- Tevalán B, (Guatemala - 2015)³ en su tesis “Evaluación de la composición y el valor nutricional de las loncheras escolares, de cinco establecimientos educativos privados y cinco establecimientos públicos, del departamento de Guatemala” con el objetivo de: Evaluar la composición y el valor nutricional de las loncheras escolares, de primero a tercero primaria, de cinco establecimientos educativos públicos y cinco

privados del departamento de Guatemala. Diseño: Prospectivo, transversal y descriptivo. Lugar: Cinco establecimientos educativos públicos y cinco privados. Materiales y Métodos: Se observaron las loncheras de 117 alumnos en tres ocasiones, haciendo un total de 290 loncheras. En cada una de las observaciones se realizó una entrevista a los alumnos sobre los alimentos contenidos en sus loncheras. Se estimó la cantidad de energía y macronutrientes. Resultados: Los alimentos que se encontraron en la mayoría de las loncheras fueron: panes ingrediente proteico, jugos, galletas, frutas, frituras. El 85% de las loncheras se encontraron por encima de la recomendación para la cantidad de energía y carbohidratos, 92% para la cantidad de proteína y 60% para la cantidad de grasa. La cantidad de energía en las loncheras fue mayor en los establecimientos privados.

4.- Delgado S, (Ecuador - 2012)⁴ en su tesis “Alimentos cariogénicos, colación escolar y comida Chatarra relacionada con la incidencia de caries dental Y su prevención, en los niños/as de 6 a 10 años de edad de las escuelas fiscales mixtas: “Ing. José Alejandrino Velasco”, “Zoila María Astudillo Celi-sección vespertina”, “Julio Servio Ordoñez Espinosa” de la ciudad de Loja” durante el período Febrero- Julio 2012” En la presente investigación se realizó un estudio de tipo descriptivo, observacional y de intervención, cuyo objetivo principal fue conocer el tipo de alimentos: colación escolar y comida chatarra que consumen los niños/as y su incidencia de caries dental en los niños y niñas de 6 a 10 años de edad de las escuelas fiscales mixtas: “Ing. José Alejandrino Velasco”, “Zoila María Astudillo Celi-Sección Vespertina”, “Prof. Julio Servio Ordoñez Espinosa”. de La Ciudad de Loja. Período Febrero - Julio 2012, a los cuales se les realizó un examen bucal. Los datos fueron registrados en las historias clínicas, así como en la encuesta pre elaborada y los resultados se presentan en tablas. En este estudio se determinó que el 73% de la población examinada correspondió al sexo masculino fue el más representativo, y el 27% restante corresponde al sexo femenino. Los niños de 8 años el CPOD fue de 5.3 representando

un índice ALTO, los niños de 7 años el ceod fue de 4.6 representa un índice ALTO. En las niñas de 9 años el CPOD fue de 3.68 representando un índice MODERADO, y el ceod fue de 5.15 representando un índice ALTO; estos grupos de niños y niñas consumieron una dieta cariogénica, demostrándose que existe asociación entre la dieta cariogénica y la presencia de caries dental. La galleta y la leche que son parte de la colación escolar, ofrecida por el Programa Aliméntate Ecuador, a pesar de que cumplen con los requerimientos proteicos, estos no son muy apetecidos por los escolares, siendo consumida por los niños en un 25% y las niñas en un 7%. Se recomienda incrementar las acciones de promoción y prevención dirigidas a los estudiantes, padres de familia y profesores, con la finalidad de elevar los conocimientos sobre una dieta balanceada para evitar la aparición de la caries dental.

5.- Salazar M, et al (Ecuador - 2011)⁵ en su tesis “Evaluación del potencial cariogénico de los alimentos contenidos en las loncheras de pre-escolar y escolares del Centro Educativo Luz de América”. Las presentes investigaciones tienen como objetivo general determinar el potencial cariogénico de los alimentos contenidos en las loncheras de pre-escolares y escolares del Centro Educativo Luz de América (CELA), mediante la valoración del pH salival, el índice de caries y el índice de placa bacteriana. La investigación fue enfocada para determinar los factores de mayor relevancia en la alimentación de las loncheras que producen caries dental en la población pre-escolar y escolar, y evaluar la influencia de los alimentos sobre los cambios de pH salival, y la presencia de placa bacteriana. La población examinada fue de 134 alumnos del Centro Educativo Luz de América ubicado en la ciudad de Ambato, de edad pre-escolar y escolar que oscila entre 5 y 12 años, distribuidos de pre básica y de primero a séptimo año de básica. Se trabajó con los 134 niños es decir la muestra fue igual a la población, en los niños se realizó la encuesta correspondiente a higiene bucal, tipo de alimentación de la lonchera, además el examen oral (odontograma), el índice de placa bacteriana y la medición del pH salival de cada uno de

los niños antes durante y después de la ingesta de alimentos en el refrigerio. Los resultados nos indicaron que un 100% de los niños se cepillan los dientes tal vez no de la manera correcta pero todos se cepillan los dientes, el 21% de los niños se cepilla tres veces al día que es la frecuencia correcta, solamente el 30% de los niños utilizan enjuague bucal como parte del aseo diario de los dientes, y el 93% no usa hilo dental. El porcentaje de caries presente en los niños del CELA fue de un 84% presentan caries dental, un 26% de los niños no presentan placa. En cuanto al pH salival se observó variación de acuerdo a la comida ingerida por los niños se constató que si existe variación del pH salival por influencia de los alimentos. De acuerdo con los resultados se puede concluir que la alimentación de las loncheras de los niños que consumen durante el recreo, tienen un papel importante en la formación de caries debido a que tienen un alto contenido en azúcares y carbohidratos, a esto se le adiciona la acumulación de placa bacteriana y la falta de higiene dental correcta.

6.- Chamorro I, (Ecuador - 2009)⁶ en su tesis “Evaluación del potencial cariogénico de los alimentos contenidos en loncheras de preescolares del centro educativo ecológico trilingüe Gonzalo Ruales Benalcazar”. Estudio descriptivo basado en la observación de campo donde 70 niños de entre 2 y 5 años de edad del centro educativo ecológico Bilingüe Gonzalo Ruales Benalcazar, ubicado en la Parroquia de Conocoto, fueron evaluados en su tipo de alimentación presente en loncheras escolares, PH salival, cantidad de placa bacteriana y caries dental, además los padres de los menores fueron solicitados a llenar a través de un cuestionario datos básicos de salud e higiene, además de un diario alimentar para corroborar con los alimentos contenidos en la lonchera el día de la investigación. Encontramos un 100% de alimentos azucarados, con un consumo medio de entre dos y tres alimentos por lonchera de cada niño. Con alto porcentaje de lactosa, líquidos azúcares y almidones con azúcares, el análisis del Ph salival revelo valores cercanos a la neutralidad tanto antes del consumo como después del consumo de

alimentos. El índice ceod mantuvo una relación directa proporcional observándose disminución de este cuando el niño incluyo en su lonchera alimentos protectores más que azucarados. El índice de placa fue ligeramente mayor en niños cuyas loncheras presentaron únicamente alimentos azucarados.

2.1.2. A NIVEL NACIONAL:

1.- Gordillo J, (Trujillo – 2014)⁷ en su tesis “Relación entre la prevalencia de caries dental y el tipo de azúcar consumido del programa Qali Warma y en el refrigerio escolar en niños de 3 a 8 años de Quirihuac, Laredo - 2013”. El estudio, prospectivo, transversal, descriptivo y observacional se desarrolló en las Instituciones Educativas N° 81524 y N° 1722 del centro poblado de Quirihuac e incluyó un total de 120 alumnos de 3 a 8 años de edad. Para determinar la prevalencia de caries dental se utilizó el índice CO y CPOD, para definir el tipo de azúcar se clasifico en dos grandes grupos: azúcares intrínsecos y extrínsecos, fueron evaluados durante una semana. Para determinar si existe relación entre la prevalencia de caries dental y el tipo de azúcar consumido del programa Qali Warma y el refrigerio escolar en niños de 3 a 8 años del centro poblado de Quirihuac se utilizó la distribución chi-cuadrado para independencias de criterios. El nivel de significancia fue considerada al 5%. Los resultados muestran que existe relación entre la prevalencia de caries dental y el tipo de azúcar consumido en el programa Qali Warma y en el refrigerio escolar en niños de 3 a 8 años de Quirihuac, Laredo - 2013.

2.-Garcia L, (Lima - 2012)⁸ en su investigación titulada “Relación entre consumo de alimentos cariogénicos e higiene bucal con caries dental en escolares” el objetivo del estudio fue establecer la relación que existe entre el consumo de alimentos cariogénicos y la higiene bucal con la caries dental en escolares. Donde los materiales y métodos utilizaron un muestreo aleatorio estratificado se obtuvo una muestra de 108

escolares de la Institución Educativa Virgen Milagrosa entre 6 y 11 años de edad, ubicado en el distrito de Surquillo, Lima, Perú. Se utilizó un diseño observacional descriptivo, de tipo transversal y correlacional. A cada escolar se le realizó un examen clínico empleando los índices CPO-D y ceod para caries dental, el índice de Greene y Vermillion para higiene bucal y encuesta sobre consumo de alimentos cariogénicos. Resultados. En el análisis de regresión lineal múltiple se identificó que la variable consumo de alimentos cariogénicos es el factor con mayor capacidad explicativa para caries dental ($\beta = 0.787$). La prevalencia de caries fue de 89.8%, el índice CPO-D fue 1.7, el índice ceo-d fue 3.1, el consumo de alimentos cariogénicos fue entre moderado y alto en un 85%, la frecuencia de cepillado fue entre una y dos veces al día y el índice de higiene bucal fue aceptable en un 47.2%. Conclusiones. El consumo de alimentos cariogénicos y la higiene bucal se encuentran relacionados de manera significativa con la caries dental.

3.- Carrasco M, (Lima - 2006)⁹ en su tesis “Contenido de las loncheras escolares de pre escolares de la Institución Educativa Miguel Grau, Lima, Perú”. El objetivo fue evaluar la composición de las loncheras escolares, principalmente alimentos cariogénicos, de los niños del nivel inicial de una institución educativa estatal. En materiales y métodos: el estudio fue descriptivo y transversal. Las loncheras fueron revisadas mediante observación directa por alumnos de pregrado de Odontología, en los resultados encontraron que en 93 loncheras de niños entre los tres y cinco años (4,2+/-0.7 años) se encontró que el 44.3 % contenían algún tipo de azúcar extrínseco sólido. El más frecuente fue la galleta dulce (20.0%) seguida de golosinas (15.7%). Todas las loncheras contenían azúcares extrínsecos líquidos, siendo los más frecuentes los jugos envasados (32.9%) y los refrescos (28.6). Los azúcares intrínsecos estuvieron presentes en el (38.6%) de las loncheras. CONCLUSIONES. El azúcar más consumido fue el extrínseco líquido, en la forma de jugo envasado, seguido de los azúcares extrínsecos sólidos, en la forma de galletas dulce.

4.- Flores M, (Lima - 2005)¹⁰ en su investigación titulada “Relación entre la frecuencia diaria de consumo de azúcares extrínsecos y la prevalencia de caries dental” El propósito del presente estudio fue evaluar la relación entre la frecuencia diaria de consumo de azúcares extrínsecos (FDCAE) y la prevalencia de caries dental de una población Peruana de niños cuyas edades oscilaban desde los 2 hasta los 13 años de edad. La muestra estuvo constituida por 1331 niños que acudieron a la Clínica Estomatológica Central de la Universidad Peruana Cayetano Heredia durante los años de 1999 al 2003. Los datos fueron obtenidos de la base de datos de la Facultad de Estomatología de la Universidad Peruana Cayetano Heredia del Departamento Académico de Estomatología del Niño y del Adolescente (DAENA). En el presente estudio se utilizó la prueba del chi-cuadrado para establecer la asociación entre la FDCAE y la prevalencia de caries dental. Se encontró que a cualquier FDCAE, la prevalencia de caries dental se mantuvo alta en más del 80%. No se encontró relación entre la FDCAE y la prevalencia de caries dental y además el 72% tuvo una FDCAE mayor de 3 veces al día y la prevalencia de caries fue del 89,6%.

2.2.Bases Teóricas o Científicas

1.- EDAD ESCOLAR

La etapa escolar comprende entre los seis y doce años de edad, esta etapa se acompaña de un crecimiento lento pero constante y de un incremento constante de la ingestión de alimentos. Los escolares pasan en el colegio la mayor parte del día y empiezan a participar y ser parte de clubes, equipos de deportes y programas de tiempo libre, y aumenta la influencia de los compañeros y de los adultos significativos para ellos, como los profesores, entrenadores o ídolos deportivos. El consumo de las comidas de escolares también se ve afectado por el calendario escolar y por la cantidad de tiempo asignado a los niños para comer. ¹¹

En esta etapa los niños continúan con su crecimiento físico a un ritmo estable, la velocidad de crecimiento no es tan alta como lo fue durante la etapa de lactantes o como lo será en la adolescencia. En esta edad se presentan brotes de crecimiento que coinciden con los periodos en los cuales aumenta el apetito y la ingesta de alimentos en esta población; por lo contrario en los periodos en los que la velocidad de crecimiento es lenta, el apetito y consumo de alimentos disminuye.¹¹

El principal logro durante la infancia media es la autosuficiencia, el conocimiento de lo que se hace y la capacidad para hacerlo. Durante la edad escolar, los niños pasan de un periodo preoperacional de desarrollo a uno de operaciones concretas. El trabajo escolar se vuelve más complejo a medida que el niño crece. Durante esta etapa desarrollan una percepción de sí mismos, se vuelven cada vez más independientes, y aprenden sus funciones en la familia, la escuela y la comunidad. Se invierte cada vez más tiempo en la televisión y los juegos de video. Los niños mayores tienen la aptitud para caminar o ir en bicicleta a una tienda del vecindario y comprar golosinas. De este modo, las influencias exteriores al ambiente familiar desempeñan un papel trascendente en todos los aspectos de su vida.¹²

La alimentación desempeña un papel muy importante durante la edad preescolar, por cuanto en esta etapa de crecimiento y desarrollo intelectual, aumenta su actividad física y por ello es necesario asegurar una alimentación saludable. Durante este periodo se forman muchos hábitos de alimentación e higiene que perdurarán toda la vida. El consumo de dulces, bebidas gaseosas, gelatinas y otros alimentos muy azucarados de alto valor energético y bajo valor nutritivo, no debe reemplazar al consumo de alimentos necesario para el crecimiento desarrollo y mantener la salud del niño.¹³

2.- CARBOHIDRATOS

Los carbohidratos, también conocidos como glúcidos, hidratos de carbono o sacáridos son moléculas orgánicas, específicamente, polihidroxialdehídos y polihidroxicetonas derivados de alcoholes, que representan la forma biológica primaria de almacenamiento y consumo de energía ¹⁴. Son los compuestos orgánicos más abundantes en la naturaleza y también los más consumidos por los humanos; en muchos países constituyen entre 50 y 80% de la dieta de la población. En general los carbohidratos que provienen del reino vegetal son más variados y abundantes que los del reino animal¹⁵. La importancia de estos compuestos como componentes de los alimentos radica en que representan la principal fuente de energía para el organismo vivo; particularmente son indispensables para el cerebro, órgano que depende exclusivamente de este macronutriente y para aquellas células que requieren de la glicólisis anaeróbica como los glóbulos rojos, glóbulos blancos y células de la médula o riñón (2). Por otra parte, su estructura química y los productos de las reacciones en las cuales estos participan determinan la funcionalidad y características sensoriales del alimento, tanto en su estado natural como procesado; propiedades organolépticas como el sabor y el color, así como la viscosidad y textura, son determinadas por los carbohidratos¹⁶. Existen diversas formas para clasificar o agrupar a los carbohidratos y cada una de ellas se basa en un criterio distinto: estructura química, ubicación del grupo carbonilo (aldosas o cetosas), número de carbonos que contiene la cadena (triosas, tetrasas, pentosas), abundancia en la naturaleza, uso en alimentos, poder edulcorante, entre otros. Por lo general se prefiere el criterio de la estructura química, que hace referencia al número de monómeros que posea la molécula: monosacáridos, disacáridos, oligosacáridos y polisacáridos¹¹.

El término azúcares simples, definido como la suma de todos los monosacáridos y disacáridos añadidos a los alimentos por el que los

produce, cocina o consume, además de los azúcares naturalmente presentes en la miel, syrops y jugos de frutas¹⁷. Este concepto fue recomendado en 2003 WHO/FAO Expert Consultation es teóricamente muy útil para los nutricionistas pero aún no se ha estandarizado su determinación. Otra forma de agrupar o clasificar a los azúcares fue propuesta por el Departamento de Salud del Reino Unido para ayudar al consumidor a distinguir entre los azúcares “intrínsecos” o naturalmente presentes en los alimentos y aquellos que son añadidos, o azúcares “extrínsecos”¹⁸.

En general, los azúcares no se encuentran libres en la naturaleza, sino en forma de polisacáridos, como reserva energética (almidones), o formando parte estructural del alimento (celulosa, hemicelulosas y pectinas); éstos últimos integran lo que se conoce como fibra dietética, compuestos no digeribles por el tracto digestivo humano¹⁹. En los últimos 40 años se ha comprendido en profundidad la influencia de los carbohidratos en la nutrición y en la salud humana. Además de proporcionar energía fácilmente aprovechable para el metabolismo oxidativo, son importantes para el mantenimiento de la homeostasis glucémica, así como para la integridad y función gastrointestinal²⁰. En general, a diferencia de las grasas y las proteínas, una dieta con niveles adecuados en carbohidratos, siempre que estos procedan de distintas fuentes, no está asociada a efectos adversos para la salud. A pesar de que la ingesta ideal de carbohidratos para mantener la salud no se conoce con exactitud, se sabe que en la actualidad dicha ingesta supera el mínimo de 130g/ día, cantidad necesaria para suplir los requerimientos del cerebro de un adulto o niño. Una dieta óptima debería ser aquella en la cual, 55% de la energía total como mínimo provenga de carbohidratos complejos, de bajo índice glicémico, de distintas fuentes alimentarias²¹. De acuerdo al Instituto de Medicina de los Estados Unidos, independiente del grupo de edad, la ingesta diaria de calorías provenientes de carbohidratos debería estar entre 45% y 65%. Sin embargo, es importante además considerar el tipo de carbohidrato a ingerir. En general, el consumo de azúcares extrínsecos es muy alto, en detrimento del consumo de los azúcares simples,

naturalmente presentes en las frutas y lácteos. Sin embargo, desde un punto de vista metabólico no existe diferencia entre las dos fuentes de azúcares, y ambas contribuyen con la incidencia de obesidad y caries dental²². El consumo de azúcares simples debería aportar entre 5% a 10% de la ingesta calórica diaria y los carbohidratos complejos 35% a 45%, estos se encuentran en vegetales, leguminosas y cereales integrales. Al respecto hay que destacar la importancia de consumir estos polisacáridos incorporando en la dieta granos integrales, enteros y no refinados, a los fines de asegurar el consumo de fibra dietética. Entre las recomendaciones dietéticas para la población americana publicadas en el año 2010, se sugiere consumir al menos la mitad de los granos enteros, que incluyen germen, el endospermo y el afrecho²².

Carbohidratos e Índice Glucémico. Se reconoce que una ingesta elevada de azúcares simples o libres menoscaba la calidad nutritiva de la dieta, pues aporta una cantidad considerable de energía carente de nutrientes. Adicionalmente, se ha considerado que la restricción de azúcares libres también contribuye a reducir el riesgo de sobrepeso u obesidad. Entre otras causas por que los azúcares libres contribuyen a la densidad energética global de la dieta y promueven un balance energético positivo. Las bebidas ricas en azúcares libres elevan la ingesta total de energía al reducir el control del apetito. El informe técnico del Comité de Expertos OMS/FAO, estableció una meta poblacional menor al 10% de la energía total en forma de azúcares libres, que generó mucha controversia. Sin embargo, existen evidencias que las bebidas azucaradas no inducen saciedad de la misma intensidad que las formas sólidas de carbohidratos, por lo tanto, el incremento en el consumo de estas bebidas se podría asociar con la ganancia de peso²

3.- ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS EN LOS NIÑOS DE EDAD ESCOLAR

La alimentación adecuada, consiste en ingerir alimentos que produzcan beneficios integrales en el organismo. Una dieta rica en carbohidratos y azúcares generalmente ácidos que facilitan la caries.

A partir de estudios realizados se llegó a la conclusión que la cantidad de azúcar ingerida no es el mayor determinante de la actividad cariogénica. Lo realmente importante es la frecuencia del consumo. Los alimentos líquidos que son removidos rápidamente de la boca son relativamente inocuos, mientras que aquellos alimentos sólidos y con tendencia a ser retenidos so más cariogénicos²⁴.

Con el aumento de la coordinación motora, los niños en edad escolar desarrollan mayores habilidades de alimentación, durante la infancia el niño domina el uso de los utensilios de alimentación, participa en la preparación de los alimentos sencillos y en tareas asignadas relacionadas con la comida. Al mismo tiempo aprende sobre diferentes comidas, las preparaciones de alimentos sencillos y algunos datos básicos sobre nutrición.

Los niños en edad escolar pasan cada vez más tiempo fuera de casa lo que contribuye una parte muy importante de su desarrollo y crecimiento normales. La influencia de otros niños se incrementa a medida que el entorno infantil se expande más allá de la familia. Dicha influencia afecta las actitudes hacia los alimentos y las elecciones alimenticias. La nutrición será parte de la educación en salud y lo que se aprenda en el salón de clases se reforzará con los alimentos disponibles en la cafetería escolar. Las máquinas expendedoras que se encuentran en el establecimiento educativo como fuente de obtención de alimentos adicionales también sirven para reforzar la nutrición adecuada con elecciones apropiadas o, por el contrario, se volverán un oasis de alimentos y bebidas con elevado contenido de grasa y azúcares.

Durante la programación dirigida a la población de esta edad, la publicidad se enfoca de manera específica a los niños y casi todos son para cadenas de comida rápida o cereales endulzados. Los anuncios

relacionan el producto promovido con la diversión o emoción y con energía²⁴.

Los alimentos que deben elegirse para refacciones deben ser ricos en nutrientes y con pocas probabilidades de favorecer las caries dentales. Las preferencias alimentarias de los niños determinan los alimentos que consumen. Prefieren de manera natural sabores dulces y salados, y por lo general rechazan los ácidos y amargos.

Los jugos artificiales de frutas son una bebida frecuente para los niños en casa y fuera de ella, es frecuente que replacen el agua y leche en sus dietas, cuando son consumidos en exceso estos pueden provocar malabsorción de carbohidratos y provocar diarrea crónica inespecífica. Se recomienda limitar el consumo de jugos artificiales a 120-180ml al día en lactantes mayores de 6 meses y niños pequeños.²⁴

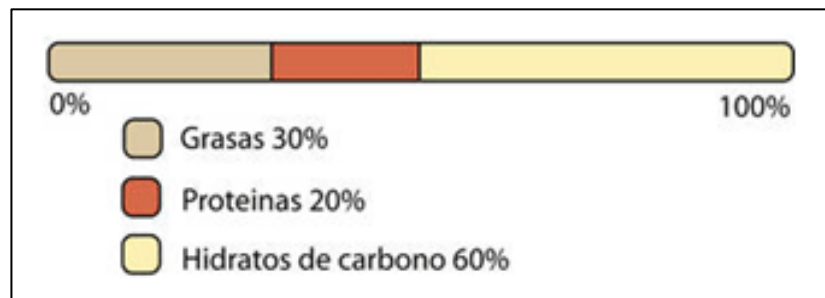
Alrededor de los dos años, el niño ya debe realizar entre cuatro y cinco tomas diarias de alimentos (desayuno, Merienda, almuerzo, merienda y cena), siendo este el periodo clave para el aprendizaje de hábitos alimentarios adecuados que se inician en el núcleo familiar y se complementan en el ámbito escolar, jugando aquí un importante papel, la escuela, los padres, maestros y personas encargadas de la alimentación de los niños. En el escolar la maduración motora y cognoscitiva le permite aceptar y tolerar la dieta del adulto sin dificultad. Generalmente no se crean problemas de alimentación en esta etapa, aunque permanecen aquellos que se desarrollaron en la edad preescolar si no fueron atendidos a tiempo, en especial los problemas de trastornos conductuales del apetito por exceso o déficit. Sin embargo, algunos preescolares con problemas de alimentación lo superan en esta edad.

La energía recomendada:

De 1 a 3 años	de 1000 a 1300 CAL/ DIA
De 4 a 6 años	de 1400 a 1600 CAL/DIA
De 7 a 10 años	de 1700 a 2000CAL/DIA

Para calcular la cantidad de calorías en la elaboración de un menú diario se utilizan como valores de referencia la tabla de composición de alimentos de uso práctico para la población venezolana. Revisión 1999.

En estas etapas de la vida, su niño debe consumir, los macronutrientes distribuidos de la siguiente manera:



La alimentación debe repartirse en 5 comidas diarias: 3 comidas principales y 2 meriendas.

4.- NECESIDADES NUTRICIONALES EN ESCOLARES

4.1. Energéticos: Carbohidratos Y Lípidos

Por un lado, tanto el efecto como la calidad de nutrientes en todos los alimentos, nos aportan calorías en varios grados. Al consumirse se libera estas calorías en energía, siendo el organismo quien tiene que cubrir este aporte energético.

Carbohidratos: Una clasificación más reciente divide los azúcares, de acuerdo al estado físico en:

- Azúcar intracelular o intrínseco, que está presente en los alimentos. Es una importante fuente para la nutrición y presenta bajo potencial cariogénico (por ejemplo: Frutas y vegetales).
- Azúcar extracelular o extrínseca no-láctico es el azúcar adicionado a los alimentos. Presenta alto potencial cariogénico y efecto dañino para la salud cuando se la ingiere en gran cantidad (por ejemplo: bizcochuelos, galletas y aguas gaseosas).²⁶
- Azúcar de la leche (lactosa) está presente en la leche y sus derivados. Tiene bajo potencial cariogénico, debido a los componentes protectores de la leche”.

La fibra dietética: esta se encuentra en los alimentos de origen vegetal. Se calcula que la dieta debe contener, al menos, unos 25 gramos de fibra diaria”.

Grasas: se aconseja el consumo de grasas de origen vegetal (monosacáridos) y por el contrario disminuir el consumo de grasas de origen animal (saturadas).²⁷

4.2. Constructores: Proteínas

Las necesidades de proteínas se pronuncian con relación al peso corporal correcto, esto corresponde a la estatura y desarrollo. Se encuentran en: carnes, huevos, leche, quesos, yogurt, frijoles.²⁶

4.3. Lonchera Escolar

La lonchera escolar es una comida que se da a media mañana y que cubre una parte del requerimiento de la alimentación del niño. Está compuesta por cuatro grupos de alimentos que van a proporcionar al organismo parte de las sustancias que los niños necesitan durante el día 4 y así lograr un rendimiento y concentración en el centro educativo 5 estos alimentos deben ser de fácil digestión, variedad, contraste en colores y preparación.

Los cuatros grupos de alimentos que debe contener la lonchera escolar son:

- 1.- Alimentos energéticos: brindan energía para realizar actividades. Comprenden a los carbohidratos, azúcares y grasas. Por ejemplo: las harinas (pan, galletas queque budín) mantequilla, dulces caseros como mazamorra de frutas y cereales.
- 2.- Alimentos formadores.- involucran a las proteínas principales componentes de las estructuras corporales como músculos, vísceras, cerebro, etc.
- 3.- Alimentos reguladores.- aportan principalmente vitaminas, minerales y fibra. Estos los encontramos en las verduras y frutas.
- 4.- Agua.- participa en una gran variedad de funciones dentro del organismo. Su pérdida a través de la transpiración sobre todo cuando se realiza actividad física o en climas cálidos pueden disminuir el rendimiento físico del niño y de cualquier persona por lo tanto es importante asegurar un aporte continuo de la misma. Ej. Agua de membrillo, agua de carambola, agua de quinua, agua mineral²⁸

4.4. Composición De Lonchera Escolar

La lonchera escolar aporta el 10 al 15% de las recomendaciones dietéticas del escolar. Cada lonchera debe contener de 150 a 300 calorías como mínimo y no reemplazar al desayuno ni al almuerzo. Esta cantidad de calorías está en relación con la edad, estatura y actividad física. La lonchera de un preescolar debe tener entre 150 a 200 cal mientras que la de un escolar debe estar entre 200 a 300 cal. La lonchera no debe contener bebidas artificiales, embutidos, salsas, comida chatarra ni golosinas debido a que estos alimentos aportan energía que no es utilizada por el organismo para sus funciones vitales sino más bien es almacenada como grasa. Además, estos alimentos contienen elevadas cantidades de azúcar y grasa tipo saturada e hidrogenado o también llamadas grasas *trans*

responsables de elevar el colesterol sanguíneo y promovedor de enfermedades cardíacas²⁹.

El refrigerio escolar es un conjunto de alimentos que tiene por finalidad proveer la energía y nutrientes necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales y mantener adecuados niveles de desempeño físico e intelectual en su etapa de desarrollo y crecimiento correspondiente. La lonchera escolar constituye una comida adicional a las tres comidas principales³⁰.

El refrigerio escolar proporciona entre el 20 al 25% de las necesidades calórico-proteicas diarias. Es por ello que el refrigerio escolar juega un rol importante en la nutrición infantil y en la salud dental. Por lo cual, el odontólogo debe intervenir para establecer un esquema de loncheras que además de ser nutritivas deben ser lo menos cariogénicas posible.

Se ha relacionado el consumo de azúcares extrínsecos con una alta prevalencia de caries dental en niños. Uno de los enfoques de la prevención de la caries dental propone la restricción del consumo de azúcares extrínsecos y la promoción de la ingestión de azúcares intrínsecos incluyendo la asesoría dietética.

Uno de los enfoques de la prevención de la caries dental propone la restricción del consumo de los azúcares extrínsecos y la promoción de la ingestión de azúcares intrínsecos incluyendo la asesoría dietética³¹.

Las loncheras Escolares deben ofrecer una alimentación saludable a los niños y niñas. Se recomienda que los responsables del bar tengan conocimientos básicos de los alimentos y su manipulación y preparación, y que apliquen normas de higiene adecuada, en la planta física y en higiene personal.

Brindar a los niños alimentos nutritivos frescos y naturales, como: frutas, leche, yogurt, jugos de frutas. Se recomienda que cada preparación contenga alimentos que contribuyan al crecimiento

armónico de niños y niñas, que les brinden la energía necesaria para realizar las actividades diarias y que les protejan de las enfermedades³².

5.- EVALUACIÓN DIETÉTICA

Es una estimación retrospectiva y prospectiva de la ingesta del niño. Es importante para obtener información sobre el desarrollo del evaluado, su nivel socio económico, sus actitudes y comportamiento en relación con la alimentación y de su familia, la interacción entre los padres y el niño y el entorno psicosocial de la familia, todos estos aspectos son componentes importantes de la evaluación global del niño.

Para una información cualitativa sobre la ingesta dietética, la frecuencia y horario de las comidas, tipo de preparaciones y alimentos ofrecidos, es necesario valorar la suficiencia de nutrientes. Generalmente los padres suelen proporcionar información exacta de la ingesta dietética de los hijos. La historia dietética debe hacer referencia a la alimentación, la diversidad de alimentos, la forma de preparación, el consumo de suplementos de vitaminas y minerales, los problemas relacionados con la alimentación como vómitos, diarrea, estreñimiento, alergias y cólicos. En muchos de los casos es difícil obtener información cuantitativa sobre la ingesta típica del niño. Los niños en edad escolar pueden ser o no capaces de proporcionar una historia nutricional exacta, por lo que se debe preferir preguntar a los padres de familia, bajo la supervisión de un nutricionista.

La evaluación del consumo alimentario es un instrumento que sirve para ejecutar acciones preventivas, pues el conocimiento de los hábitos y costumbres alimentarias de las familias de los escolares permitirá promocionar la dieta saludable de acuerdo con los objetivos nutricionales y las guías de alimentación; ayuda también a detectar errores dietéticos en niños sanos y así poder aconsejar una rectificación preventiva de estos errores desequilibrados.

- **Métodos Cualitativos**

- **Frecuencia de Consumo.** - Ayuda a conocer con exactitud el consumo frecuente de alimentos, es uno de los que más se aplica tanto a nivel familiar como individual, requiere establecer previamente una lista de alimentos más comunes o los de interés para un estudio, como puede ser los asociados a determinadas deficiencias o patologías.
- **Historia Dietética.** - Este método obtiene información retrospectiva de la ingestión usual de alimentos y de los patrones alimentarios de la familia del escolar durante períodos largos. Es un método de entrevista, se emplean para determinar la ingestión habitual de alimentos o de algunos tipos de alimentos específicos, deberá incluir información sobre dietas previas, como dietas vegetarianas, dietas para tratamiento de enfermedades crónicas y dietas para adelgazamiento; el rechazo o la intolerancia a ciertos alimentos, el uso de suplementos de vitaminas, minerales y alimentos, el uso de medicamentos, ya que algunos pueden mejorar o amenazar el nivel nutricional y de salud del niño o del adolescente.

2.3. Definición de términos básicos:

- **Azúcares Extrínsecos.** - Aquellos que son añadidos. Presenta alto potencial cariogénico y efecto dañino para la salud cuando se la ingiere en gran cantidad (por ejemplo: bizcochuelos, galletas y aguas gaseosas)
- **Azúcares Intrínsecos.** - Son aquellos naturalmente presentes en los alimentos. Es una importante fuente para la nutrición y presenta bajo potencial cariogénico (por ejemplo: Frutas y vegetales).
- **Carbohidratos.** - También conocidos como glúcidos, hidratos de carbono o sacáridos son moléculas orgánicas, específicamente, polihidroxialdehídos y polihidroxicetonas derivados de alcoholes, que representan la forma biológica primaria de almacenamiento y consumo de energía
- **Dieta.** - Tiene la finalidad de obtener los tipos y cantidades adecuadas de alimentos y bebidas con el fin de proporcionar nutrición y energía para el mantenimiento de órganos, tejidos y células del cuerpo, al igual que para apoyar el crecimiento y desarrollo normales.
- **Etapa Escolar.** - La etapa escolar comprende entre los seis y doce años de edad, esta etapa se acompaña de un crecimiento lento pero constante y de un incremento constante de la ingestión de alimentos.

2.4. Variables

- **Variable:**

Para evaluar la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del

1er grado de primaria, se estableció observar ciertas características organizadas en las loncheras de los escolares.

Frecuencia de loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos:

Operacionalización de Variables:

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA Y TIPO	VALORES
Frecuencia de loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos	La frecuencia es la cantidad de loncheras que contienen alimentos con azúcares extrínsecos presentes en los escolares.	Alimentos sólidos con azúcares extrínsecos	Identifica los alimentos sólidos con azúcares extrínsecos.	Cualitativa Nominal	Si No
		Alimentos líquidos con Azúcares extrínsecos.	Identifica los alimentos líquidos con azúcares extrínsecos.	Cualitativa Nominal	Si No
		Alimentos con azúcares Intrínsecos	Identifica los alimentos con azúcares intrínsecos	Cualitativa Nominal	Si No
		Género	Identifica las características fenotípicas de los escolares.	Cualitativa Nominal	Femenino Masculino

CAPITULO III METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Diseño Metodológico

3.1.1. Tipo de investigación

- **Investigación aplicada.** Denominada también activa, práctica o empírica. Se encuentra íntimamente ligada a la investigación básica ya que depende de sus descubrimientos y aportes teóricos para llevar a cabo la solución de problemas, con la finalidad de generar bienestar a la sociedad.

3.1.2. Nivel de investigación

- **Descriptivo.** Con el propósito de describir. Se describieron características cuantitativas y cualitativas de los sujetos investigados sobre la variable de estudio es decir, detallar como es la variable. En la presentación de los resultados se utilizó la estadística descriptiva.

3.1.3. Método y Diseño de Investigación

El estudio se desarrolló bajo:

- **Diseño No experimental.** - puesto que no se realizó experimento alguno, no se aplicó ningún tratamiento o programa, es decir, no

existió manipulación de variables observándose de manera natural los hechos o fenómenos; es decir, tal y como sucedieron en su contexto natural.

- **Corte Transversal.-** ya que se recolectó los datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito fue describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado.

En el desarrollo del diseño planteado se observó, analizó y reportó los hechos, es decir se describieron. Asimismo, Según la planificación de la toma de datos ésta se realizó de manera Prospectiva.

3.2.Población y muestra

3.2.1.Población

La población lo conformaron 50 loncheras de los escolares del primer grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte matriculados en el año 2016.

- **Criterios de inclusión:**
 - Escolares matriculados en el primer grado de primaria.
 - Escolares que presenten una lonchera escolar.
 - Escolares en buen estado de salud.
- **Criterios de exclusión:**
 - Escolares que no se encuentren matriculados.
 - Escolares que no lleven lonchera escolar.
 - Escolares en mal estado de salud.

3.2.2.Muestra

La unidad de análisis será las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte que cumplieron con los criterios de selección establecidos.

El tamaño de la muestra se encontró utilizando la fórmula que nos proporciona el muestreo cuando el interés es estudiar la proporción en estudio descriptivo:

$$\frac{k^2 Npq}{e^2(N - 1) + k^2 pq}$$

Dónde:

n= Tamaño de la muestra

N= Tamaño de la población

k= Valor estándar de la distribución anormal asociado a un nivel de confianza

e= error de muestreo

PQ= varianza para variable categórica

Considerando un 98% de confianza (k= 1.96), una varianza máxima que asegure un tamaño de muestra suficiente grande (PQ= 0.25) un error de muestreo de 5% (e= 0.05), para un tamaño poblacional de N= 50 , se obtiene = 46

Por lo tanto la muestra estuvo conformada por 86 loncheras de los escolares del 1er grado de primaria.

3.3.Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

3.3.1.Técnicas:

Para determinar frecuencia de los alimentos con azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria, se empleó la

técnica de la observación directa, por cuanto ésta permitió obtener y evaluar una considerable cantidad de información.

La identificación y evaluación de los aspectos que fueron determinantes. El considerar esta técnica, se debe a la facilidad que proporcionó para recabar la información.

3.3.2. Instrumentos:

Para llevar a cabo el procedimiento e instrumento de recolección de datos, se solicitó la autorización de la Directora de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte donde se procedió a explicarles en qué consistió el proyecto y cuáles son los objetivos. Luego de su aprobación para la ejecución del estudio, se procedió a observar la muestra con los alumnos que estuvieron presentes, dispuestos a participar, previo la firma del consentimiento informado por parte de sus apoderados.

De acuerdo al objetivo de esta investigación, se diseñó un estudio, observacional, de corte transversal. La muestra a evaluar estuvo constituida por 86 loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de ambos géneros.

En el recojo de información se empleó como instrumento una Ficha preparada que consta de datos de filiación y así mismo una segunda estructura donde se especificó los tipos de alimentos que conforman las loncheras de los escolares.¹

CAPITULO IV

RESULTADOS

VALIDACIÓN DE OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

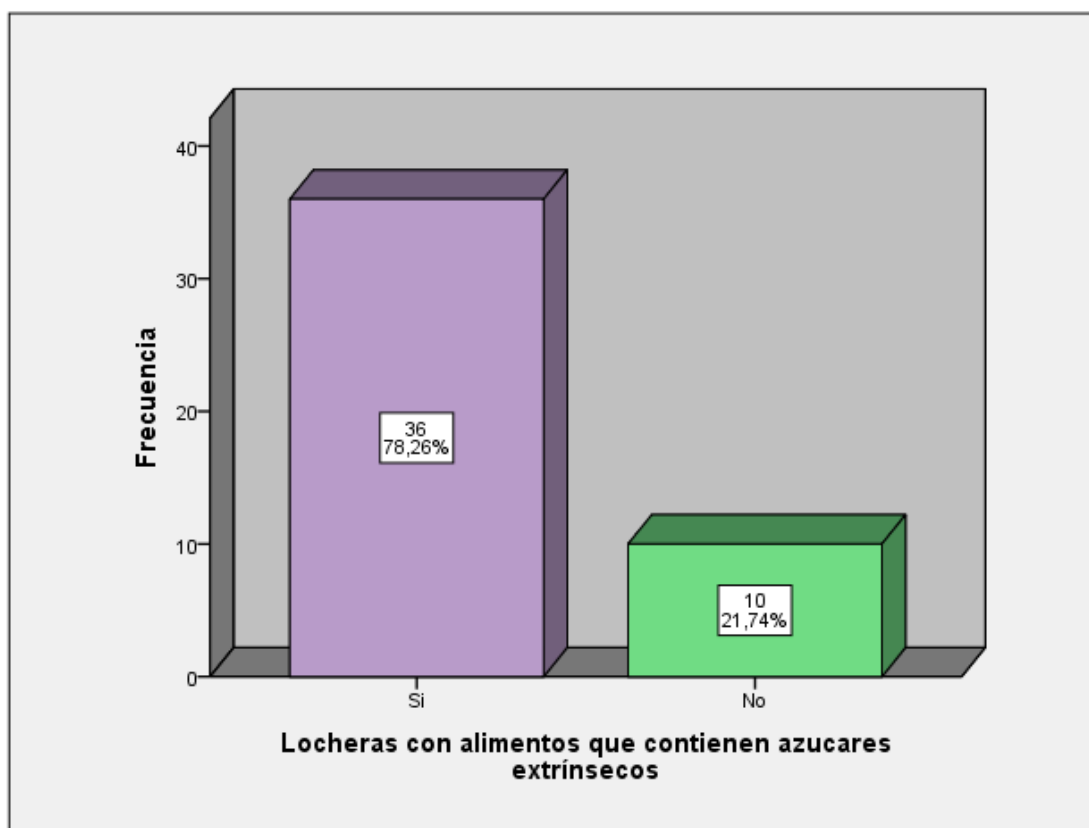
- Determinar la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del Distrito de Lince en el 2016.

Tabla n° 1

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	36	78,3	78,3	78,3
	No	10	21,7	21,7	100,0
	Total	46	100,0	100,0	

Fuente: Loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos

Gráfico n° 1 Loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos



En la tabla n°1 y gráfico n°1 de la frecuencia de las loncheras con alimentos con azúcares extrínsecos el 78.3% de las loncheras contienen algún alimento con azúcares extrínsecos y solo el 10% de las loncheras no presenta alimento con azúcares extrínsecos.

Objetivos Específicos

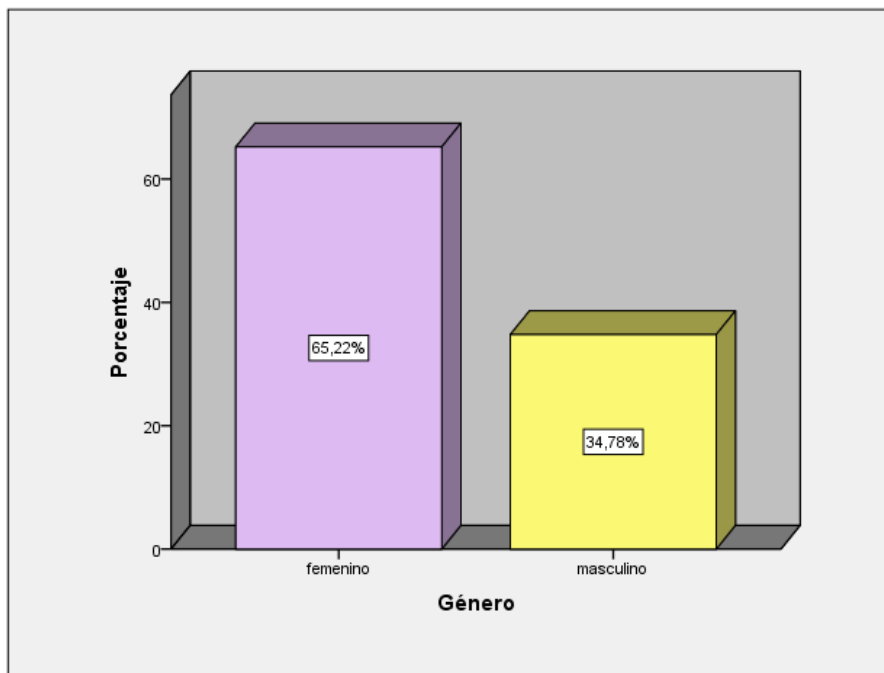
1. Encontrar la distribución de los escolares del 1er grado de primaria según género en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

Tabla n° 2

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido femenino	30	65,2	65,2	65,2
masculino	16	34,8	34,8	100,0
Total	46	100,0	100,0	

Fuente: Distribución de los escolares según género.

Gráfico n°2 Distribución de los escolares según género.



En la tabla n°2 y gráfico n°2 Respecto a la distribución de los escolares del 1er grado de primaria según género encontramos que el 65.2% son del género femenino y el 34.8% del género masculino.

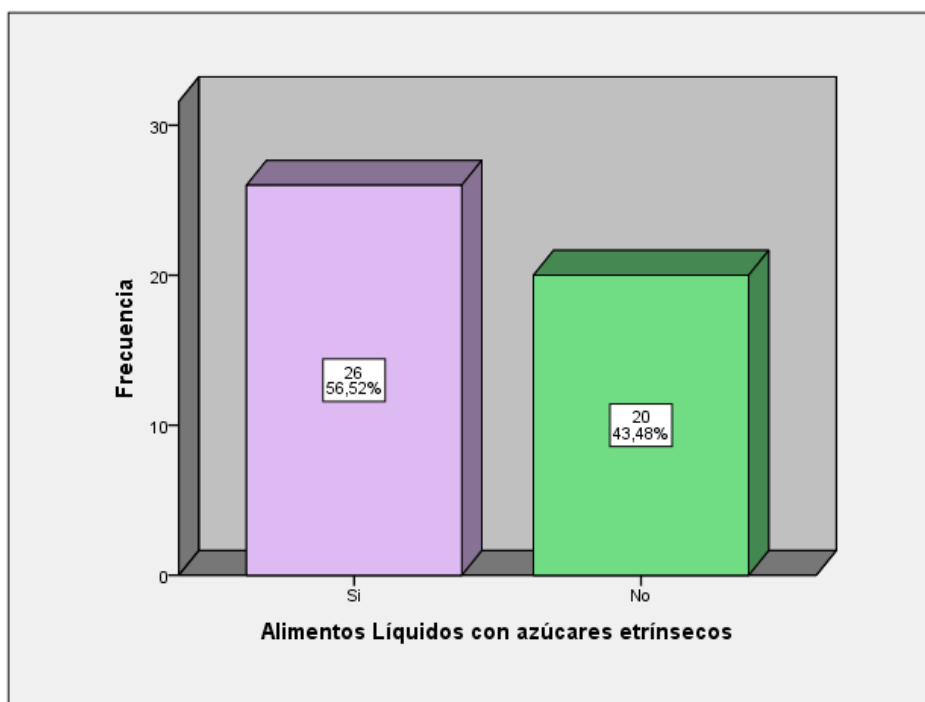
2. Identificar la frecuencia de los alimentos líquidos con azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

Tabla N°3

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	26	56,5	56,5	56,5
	No	20	43,5	43,5	100,0
	Total	46	100,0	100,0	

Fuente: Frecuencia de alimentos líquidos con azúcares extrínsecos.

Gráfico N° 3 Frecuencia de alimentos líquidos con azúcares extrínsecos.



En la tabla n°3 y gráfico n°3 respecto frecuencia de alimentos Líquidos con azúcares extrínsecos encontramos que el 56.5% de las loncheras presenta líquidos con azúcares extrínsecos.

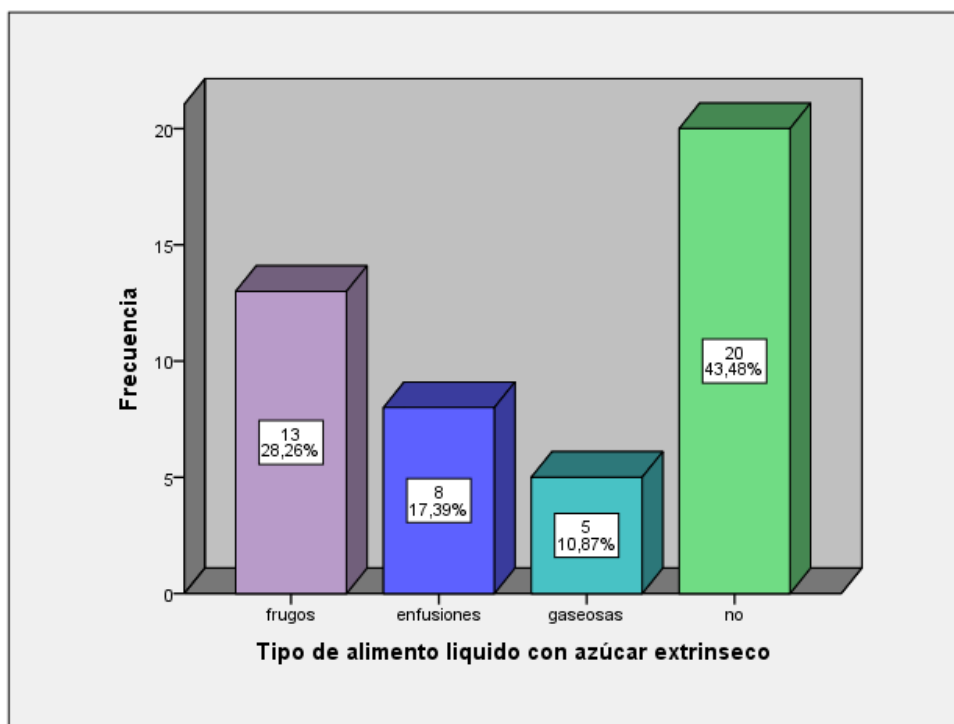
3. Identificar el tipo de alimento líquido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

Tabla n° 4

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	frugos	13	28,3	28,3	28,3
	enfusiones	8	17,4	17,4	45,7
	gaseosas	5	10,9	10,9	56,5
	no	20	43,5	43,5	100,0
	Total	46	100,0	100,0	

Fuente: Tipo de alimento liquido con azúcar extrínseco

Gráfico n°4 Tipo de alimento líquido con azúcar extrínseco.



En la tabla n°4 y gráfico n°4 respecto al tipo de alimento con azúcar extrínseco el más frecuente es frugos con 28.3% seguido de enfusiones con el 17.4% y por último con el 10.9% las gaseosas.

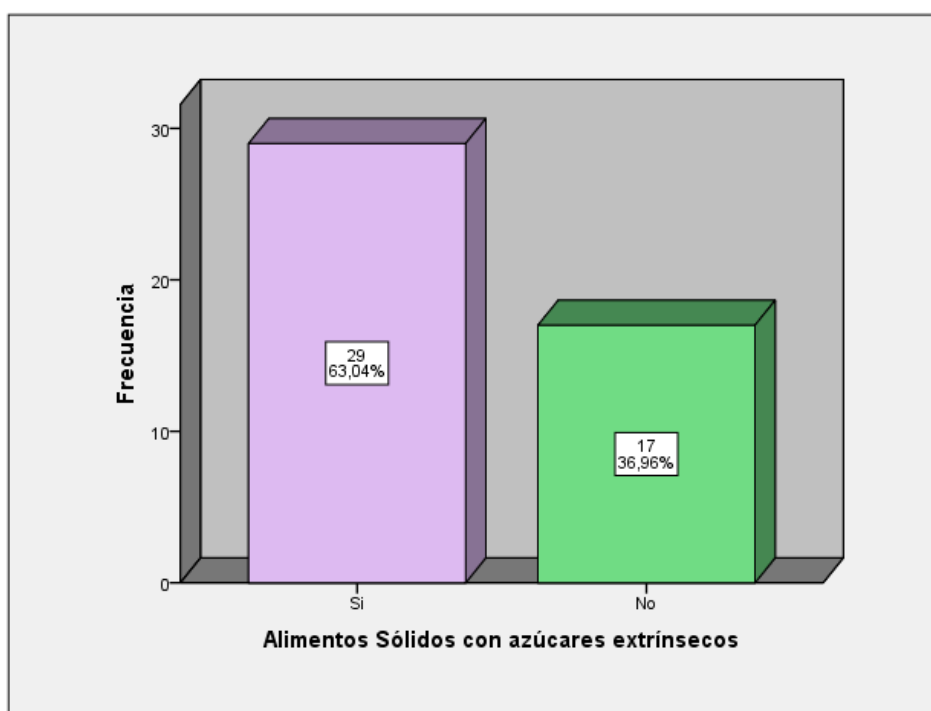
4. Identificar la frecuencia de los alimentos sólidos con azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

Tabla n° 5

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	29	63,0	63,0	63,0
	No	17	37,0	37,0	100,0
	Total	46	100,0	100,0	

Fuente: Frecuencia de alimentos sólidos con azúcares extrínsecos

Gráfico n°5 Frecuencia de alimentos sólidos con azúcares extrínsecos



En la tabla n°5 y gráfico n°5 respecto a la frecuencia de alimentos sólidos con azúcares extrínsecos se observa que el 63% de las loncheras presenta sólidos con azúcares extrínsecos.

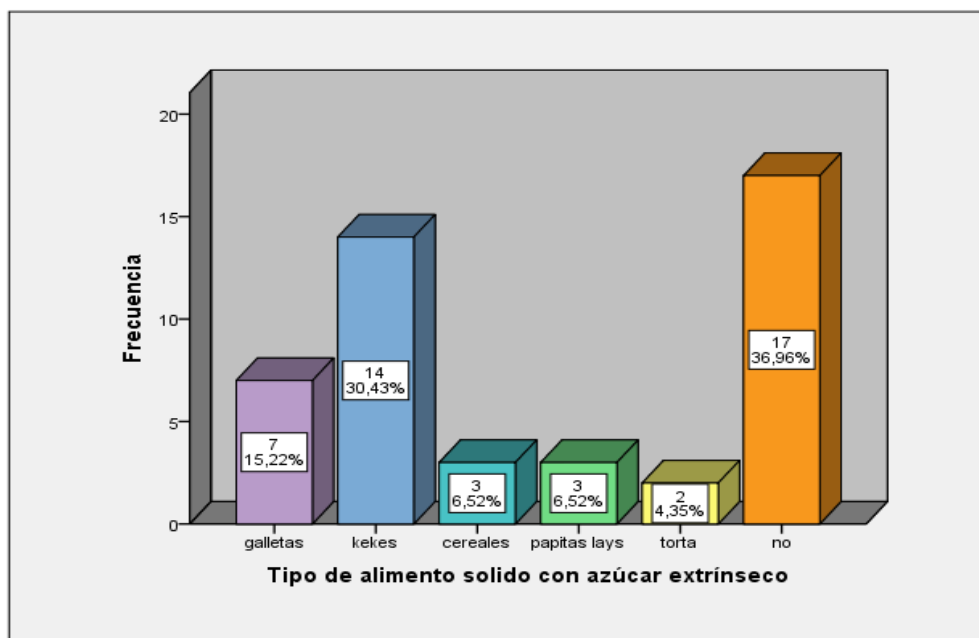
5. Identificar el tipo de alimento sólido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

Tabla n° 6

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	galletas	7	15,2	15,2	15,2
	queques	14	30,4	30,4	45,7
	cereales	3	6,5	6,5	52,2
	papitas lays	3	6,5	6,5	58,7
	torta	2	4,3	4,3	63,0
	no	17	37,0	37,0	100,0
	Total	46	100,0	100,0	

Fuente: Tipo de alimento sólido con azúcar extrínseco.

Gráfico n°6 Tipo de alimento sólido con azúcar extrínseco.



En la tabla n°6 y gráfico n°6 Respecto al tipo de alimento sólido con azúcar extrínseco el más frecuente son los queques con 30.4%, las galletas con el 15.2%, los cereales 6.5%, papitas lays con el 6.5% y por último las tortas con el 4.3%.

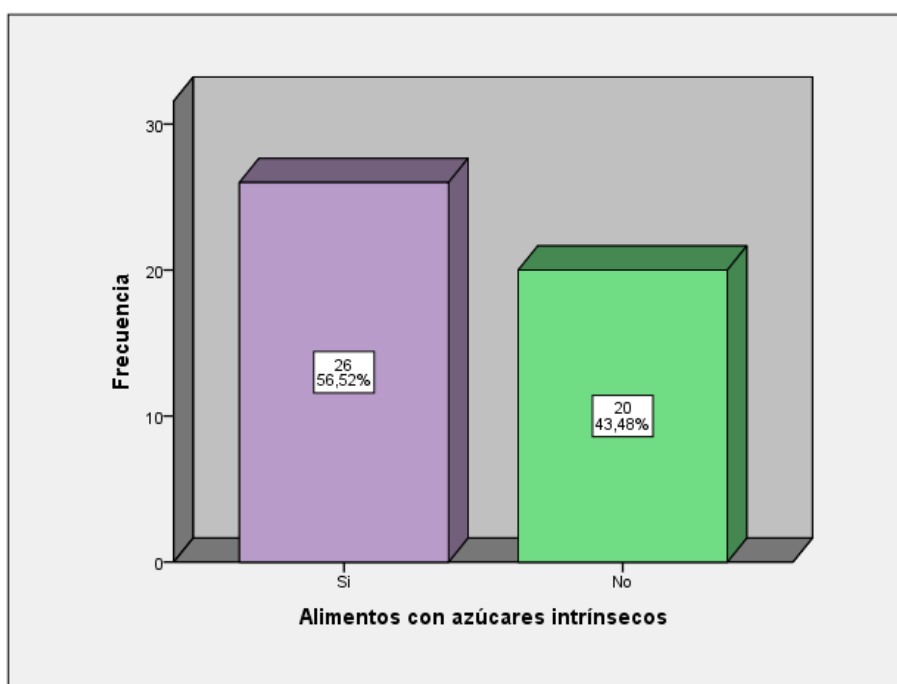
6. Identificar la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares intrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

Tabla n° 7

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	26	56,5	56,5	56,5
	No	20	43,5	43,5	100,0
	Total	46	100,0	100,0	

Fuente: Frecuencia de los alimentos con azúcares intrínsecos

Gráfico n°7 Frecuencia de los alimentos con azúcares intrínsecos



En la tabla n°7 y gráfico n°7. Respecto a la frecuencia de alimentos con azúcares intrínsecos se observa que el 56.5% de las loncheras presenta alimentos con azúcares extrínsecos.

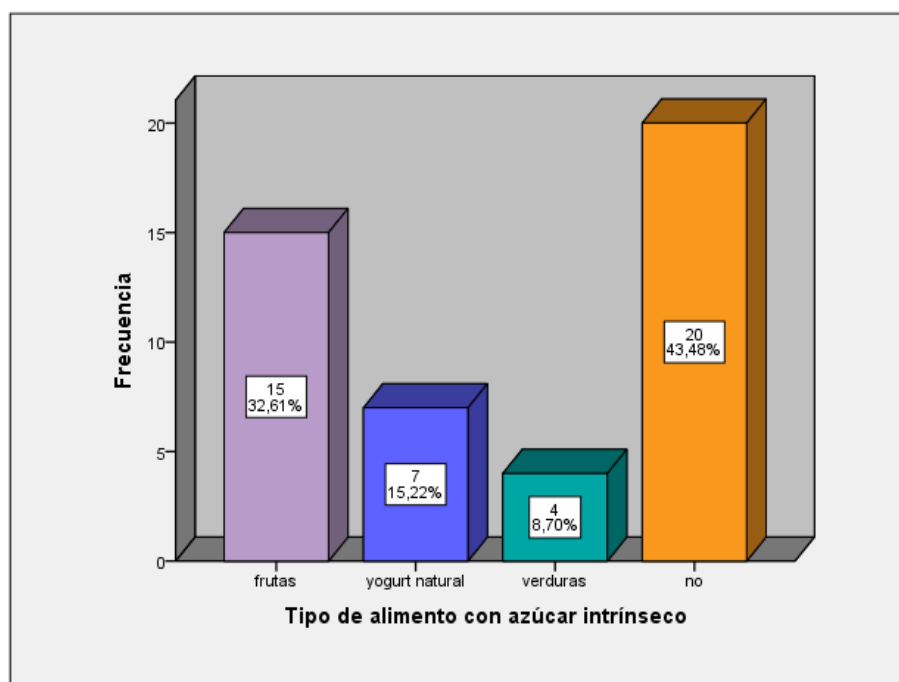
7. Identificar el tipo de alimento con azúcares intrínsecos más frecuente de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.

Tabla n° 8

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido frutas	15	32,6	32,6	32,6
yogurt natural	7	15,2	15,2	47,8
verduras	4	8,7	8,7	56,5
no	20	43,5	43,5	100,0
Total	46	100,0	100,0	

Fuente: Tipo de alimento con azúcar intrínseco.

Gráfico n°8 Tipo de alimento con azúcar intrínseco.



En la tabla n°8 y gráfico n°8 respecto al tipo de alimento con azúcar intrínseco el más frecuente son las frutas con 32.6%, seguido del yogurt con el 15.2% y por último las verduras con el 8.7%.

CAPITULO V

DISCUSIÓN

En el presente estudio se puede afirmar:

1.- De la frecuencia de las loncheras con alimentos con azúcares extrínsecos el 78.3% de las loncheras contienen algún alimento con azúcares extrínsecos y solo el 10% de las loncheras no presenta alimento con azúcares extrínsecos.

2.- Respecto a la distribución de los escolares del 1er grado de primaria según género encontramos que el 65.2% son del género femenino y el 34.8% del género masculino.

3.- Respecto frecuencia de alimentos Líquidos con azúcares extrínsecos encontramos que el 56.5% de las loncheras presenta líquidos con azúcares extrínsecos.

4.- Respecto al tipo de alimento con azúcar extrínseco el más frecuente es frugos con 28.3% seguido de enfusiones con el 17.4% y por último con el 10.9% las gaseosas.

5.- Respecto a la frecuencia de alimentos sólidos con azúcares extrínsecos se observa que el 63% de las loncheras presenta sólidos con azúcares extrínsecos.

6.- Respecto al tipo de alimento sólido con azúcar extrínseco el más frecuente son los queques con 30.4%, las galletas con el 15.2%, los cereales, papitas lays con el 6.5% y por último las tortas con el 4.3%.

7.- Respecto a la frecuencia de alimentos con azúcares intrínsecos se observa que el 56.5% de las loncheras presenta alimentos con azúcares extrínsecos.

8.- Respecto al tipo de alimento con azúcar intrínseco el más frecuente son las frutas con 32.6%, seguido del yogurt con el 15.2% y por último las verduras con el 8.7%.

Estos resultados hallados coinciden con:

1.- Ibarra M, (Ecuador - 2015) en su tesis “Influencia de la ingesta de una dieta cariogénica en el proceso carioso y la capacidad reguladora de la saliva durante el mismo en niños de entre cuatro y ocho años de edad” se obtuvo como conclusiones que, la ingesta de una dieta cariogénica, si tiene una importante influencia sobre los mecanismos de defensa bucales, porque afectan directamente al pH salival y a su vez a la capacidad amortiguadora de la saliva .

2.- Tevalán B, (Guatemala - 2015) en su tesis “Evaluación de la composición y el valor nutricional de las loncheras escolares, de cinco establecimientos educativos privados y cinco establecimientos públicos, del departamento de Guatemala”. Resultados: Los alimentos que se encontraron en la mayoría de las loncheras fueron: panes ingrediente proteico, jugos, galletas, frutas, frituras. El 85% de las loncheras se encontraron por encima de la recomendación para la cantidad de energía y carbohidratos, 92% para la cantidad de proteína y 60% para la cantidad de grasa. La cantidad de energía en las loncheras fue mayor en los establecimientos privados.

3.- Carrasco M. (Lima - 2006) en su tesis “Contenido de las loncheras escolares de pre escolares de la Institución Educativa Miguel Grau, Lima,

Perú”. **CONCLUSIONES.** El azúcar más consumido fue el extrínseco líquido, en la forma de jugo envasado, seguido de los azúcares extrínsecos sólidos, en la forma de galletas dulce.

CAPITULO VI

CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados del presente estudio llegamos a las siguientes conclusiones:

PRIMERO.- El 78.3% de las loncheras de los escolares contienen alimentos con azúcares extrínsecos. (Ver figura n° 1)

SEGUNDO.- El 65.2% son del género femenino y el 34.8% del género masculino. (Ver figura n° 2)

TERCERO.- El 56.5% de las loncheras de los escolares presenta líquidos con azúcares extrínsecos. (Ver figura n° 3)

CUARTO.- El alimento líquido con azúcar extrínseco más consumido es el frugos con el 28.3% seguido de enfusiones con el 17.4% y por último con el 10.9% las gaseosas (ver figura n° 4).

QUINTO.- El 63% de las loncheras presenta sólidos con azúcares extrínsecos (ver figura n° 5).

SEXTO.- El alimento sólido con azúcar extrínseco más consumido son los queques con 30.4%, seguido de las galletas con el 15.2%, los cereales con el 6.5%, las papitas lays con el 6.5% y por último las tortas con el 4.3%. (ver figura n° 6).

SEPTIMO.- El 56.5% de las loncheras presenta alimentos con azúcares extrínsecos (ver figura n° 7)

OCTAVO.- El alimento con azúcar intrínseco más consumido son las frutas con 32.6%, seguido del yogurt con el 15.2% y por último las verduras con el 8.7%. (ver figura n° 8)

CAPITULO VII

RECOMENDACIONES

PRIMERO.- Se recomienda realizar una concientización general en los padres de familia respecto al consumo dietético de sus menores hijos y sobre todo la predisposición a la caries dental.

SEGUNDO.- Recomendar a los padres de familia y a los docentes encargados de los escolares evitar el consumo excesivo de los azúcares extrínsecos, y un adecuado cepillado dental después del consumo.

TERCERO.- Recomendar a los estudiantes de estomatología implementar medios educativos referentes a los hábitos alimenticios y la salud dental de los niños.

CUARTO.- Así mismo promover la participación de los profesores en realizar charlas educativas.

FUENTES BIBLIOGRÁFICA

- 1.- Espinel V. Grado de conocimientos dietéticos de madres y su relación con número de caries estudiantes “Alina Campaña de Jarrín” de séptimo a noveno de básica en la ciudad de Cayambe. ii – vi – 2015. *Int. J. Odontostomat.*, 7(3): 441-446
- 2.- Ibarra M, Influencia de la ingesta de una dieta cariogénica en el proceso carioso y la capacidad reguladora de la saliva durante el mismo en niños de entre cuatro y ocho años de edad. *[Tesis para optar el título de Cirujano Dentista Universidad de Guayaquil]*. 2015. Ecuador.
- 3.- Tevalán B. Evaluación de la composición y el valor nutricional de las loncheras escolares, de cinco establecimientos educativos privados y cinco establecimientos públicos, del Departamento de Guatemala. *[Tesis para optar el título de Licenciada en Nutrición Universidad Rafael Landívar]*. 2015. Guatemala.
- 4.- Delgado S. Alimentos cariogénicos, colación escolar y comida Chatarra relacionada con la incidencia de caries dental Y su prevención, en los niños/as de 6 a 10 años de edad de las escuelas fiscales mixtas: “Ing. José Alejandrino Velasco”, “Zoila María Astudillo Celi-sección vespertina”, “Julio Servio Ordoñez Espinosa” de la ciudad de Loja”. *[Tesis para optar el título de Odontólogo Universidad de Loja]*. 2012. Ecuador.
- 5.- Salazar M, et al. Evaluación del potencial cariogénico de los alimentos contenidos en las loncheras de pre-escolar y escolares del Centro Educativo Luz de América. *[Tesis para optar el título de Odontólogo Universidad Regional Autónoma de los Andes]*. 2011. Ecuador.
- 6.- Chamorro I. Evaluación del potencial cariogénico de los alimentos contenidos en loncheras de preescolares del centro educativo ecológico trilingüe Gonzalo Ruales Benalcazar”. *[Tesis para optar el título de Especialista en Odontopediatría Universidad San Francisco de Quito]*. 2009. Ecuador.

- 7.- Gordillo J. Relación entre la prevalencia de caries dental y el tipo de azúcar consumido del programa Qali Warma y en el refrigerio escolar en niños de 3 a 8 años de Quirihuac, Laredo - 2013. [*Tesis para optar el título de Cirujano Dentista Privada Antenor Orrego*]. 2014. Perú.
- 8.- Garcia L. Relación entre consumo de alimentos cariogénicos e higiene bucal con caries dental en escolares. 2012 *Kiru* 9(1): 34 - 38
- 9- Carrasco M. Contenido de las loncheras escolares de pre escolares de la Institución Educativa Miguel Grau, Lima, Perú. 2006. *Kiru* 3(2): 60 - 63
- 10.- Flores M, Montenegro M. Relación entre la frecuencia diaria de consumo de azúcares extrínsecos y la prevalencia de caries dental. 2015. *Revista Estomatológica Herediana*. 15 (1): 36 - 39
- 11.- Mahan, L. Kathleen; Escott-Stump, Sylvia. Krause Dietoterapia. 12° Edición. España: Elsevier Masson. 2009. España.
- 12.- Brown, Judith E. Nutrición en las diferentes etapas de la vida. 3° Edición. México: McGraw Hill; 2010.
- 13.- SÁNCHEZ, RAMOS Ximena. Programa nacional de Alimentación y Nutrición. PANN 2000, Pág. 1,2, 5
- 14.- Wrolstad R, Acree T, Decker E, Penner M, Reid D, Schwartz S, Shoemaker C, Smith D, Sporns P. Handbook of food analytical chemistry. John Wiley & Sons, Inc. USA: New Jersey; 2010: 649.
- 15.- Fennema O. Química de los Alimentos. 2da edición. Editorial Acribia. España: Zaragoza. 2000.
- 16.- Valdés S. Hidratos de carbono. En: Badui S. Química de los alimentos. 4ta ed. México: Pearson Educación 2006. p. 29-109.
- 17.- WHO. Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation (WHO Technical Report Series 916) World Health Organization: Geneva. 2003.

- 18.- US Department of Agriculture (USDA); US Department of Health of Human Services (HHS). Report of the Dietary Guidelines Advisory Committee. [aut. libro] US Department of Agriculture (USDA) USDA/UHS y US Department of Health of Human Services (HHS).Dietary Guidelines for Americans. USA: s.n., 2000.
- 19.- Buttriss JL., C. S. Stokes Dietary fibre and health: an overview. British Nutrition Foundation. Nutr Bull, 2008 33,186–200..
- 20.- Mann J, Cummings JH, Englyst HN, Key T, Liu S, Riccardi G, et al. FAO/WHO Scientific Update on carbohydrates in human nutrition: conclusions. European J Clin Nutr 2007; 61(1):S132–S137.
- 21.- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). Los carbohidratos en la nutrición humana. Roma: s.n., 1999.
- 22.- US Department of Agriculture (USDA); US Department of Health of Human Services (HHS). Dietary Guidelines for Americans. [En línea] 2010. [Citado el: 23 de 10 de 2012.] www.dietaryguidelines.gov.
- 23.- Van Dam RM, Seidell JC. Carbohydrate intake and obesity. Eur J Clin Nutr 2007; 61(1):75-99.
- 24.- <http://www.odontocat.com>
- 25.- Brown, Judith E. Nutrición en las diferentes etapas de la vida. 3º Edición. México: McGraw Hill; 2010.
- 26.- Guedes Pinto, A. Fundamentos de Odontología. Odontopediatría. Brasil: Santos. 2011
- 27.- López, C. La alimentación de tus niños. Madrid- España: Estrategia naos. 2005

- 28.- Ramos R. Alimentación normal en niños y adolescentes. Ed. El manual moderno .México 1985
- 29.- Guía vigilancia nutricional del escolar.1era edición . Programa de salud Integral Educa. Marzo 1997
- 30.- Valdivia G. Moran R. Quintanilla E. Manual Escolar Valderrama M. Hidalgo R. Manual del kiosco y lonchera escolar saludable Gerencia de Desarrollo Humano, Municipalidad de Miraflores lima: 2012.
- 31.- Cuadrado D, Peña R, Gómez J. El concepto de caries: hacia un tratamiento no invasivo. *Revista ADM*. 2013; 70:54 - 60.
- 32.- Rodríguez R, Ruiloba J, Herdoiza M. Manual de Educación para la Salud Bucal. MSP. 2008.14: 28
- 33.- American Heart Association. Sugars and Carbohydrates. [En línea] [Citado el: 05 de 12 de 2012.] http://www.heart.org/HEARTORG/GettingHealthy/Nutrition-Center/HealthyDietGoals/Sugars-and-Carbohydrates_UCM_303296_Article.jsp.
- 34.- EFSA (European Food Safety Authority). Scientific Opinion on Dietary Reference Values for carbohydrates and dietary fibre. *EFSA Journal* 2010; 8(3):1462.

ANEXOS

1. Instrumento de recolección de datos
2. Matriz de consistencia
3. Fotografías
4. Validación de Instrumento

1.- FICHA DE RECOLECCION DE DATOS

Fecha:

Número de Lonchera:

**“FRECUENCIA DE LOS ALIMENTOS CON AZÚCARES EXTRÍNSECOS EN
LAS LONCHERAS DE LOS ESCOLARES DEL 1ER GRADO DE PRIMARIA
EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR ALFONSO UGARTE DEL
DISTRITO DE LINCE EN EL 2016”**

Edad: () años

Género: M () F ()

1.- Alimentos sólidos con azúcares extrínsecos:

Si () No ()

Especificar: _____

2.- Alimentos líquidos con azúcares extrínsecos:

Si () No ()

Especificar: _____

3.- Alimentos con azúcares intrínsecos:

Si () No ()

Especificar: _____

2.- MATRIZ DE COSNISTENCIA

“FRECUENCIA DE LAS LONCHERAS CON ALIMENTOS QUE CONTIENEN AZÚCARES EXTRÍNSECOS EN LOS ESCOLARES DEL 1ER GRADO DE PRIMARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR ALFONSO UGARTE DEL DISTRITO DE LINCE EN EL 2016”

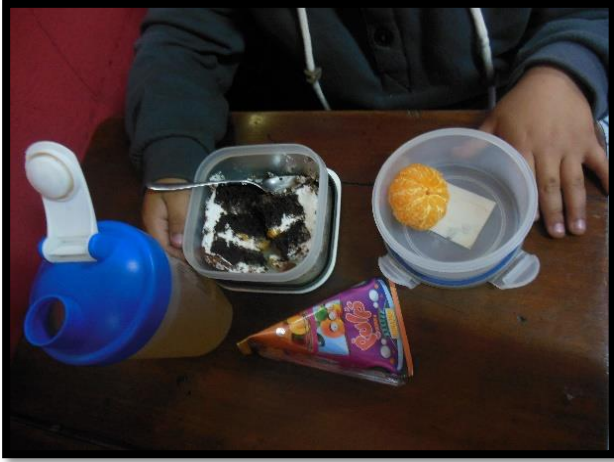
PROBLEMAS	OBJETIVOS	VARIABLES	DIMENSIÓN	INDICADOR	METODOLOGÍA
<p>PRINCIPAL</p> <p>¿Cuál es la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?</p> <p>SECUNDARIOS</p> <p>1.- ¿Cuál es la distribución de los escolares del 1er grado de primaria según género en la Institución Educativa Particular Alfonso</p>	<p>GENERAL</p> <p>Determinar la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.</p> <p>ESPECÍFICOS</p> <p>1.- Encontrar la distribución de los escolares del 1er grado de primaria según género en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del</p>	<p>VARIABLE:</p> <p>Frecuencia las loncheras que contienen Azúcares extrínsecos</p>	<p>Alimentos sólidos con azúcares extrínsecos.</p> <p>Alimentos líquidos con azúcares extrínsecos.</p> <p>Alimentos con azúcares Intrínsecos</p>	<p>Identifica los alimentos sólidos con azúcares extrínsecos.</p> <p>Identifica los alimentos líquidos con azúcares extrínsecos.</p> <p>Identifica los alimentos con azúcares intrínsecos</p>	<p>TIPO DE INVESTIGACIÓN Aplicada</p> <p>NIVEL: Descriptivo</p> <p>DISEÑO: No experimental, Transversal y Prospectivo</p> <p>POBLACIÓN Y MUESTRA La población lo conformarán 50 loncheras de los escolares del primer grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte matriculados en el año 2016.</p>

<p>Ugarte del distrito de Lince en el 2016?</p> <p>2.- ¿Cuál es la frecuencia de los alimentos líquidos con azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?</p> <p>3.- ¿Cuál es el tipo de alimento líquido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?</p> <p>4.- ¿Cuál es la frecuencia de los alimentos sólidos con azúcares extrínsecos en las</p>	<p>distrito de Lince en el 2016.</p> <p>2.- Identificar la frecuencia de los alimentos líquidos con azúcares extrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.</p> <p>3.- Identificar el tipo de alimento líquido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria en la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.</p> <p>4.- Identificar la frecuencia de las loncheras con alimentos</p>		<p>Género</p>	<p>Identifica las características fenotípicas de los escolares.</p>	<p>Para cumplir con los objetivos la muestra evaluada estará conformada por 46 loncheras de los escolares del 1er grado de primaria, haciéndose la selección aleatoriamente, captando 3 de cada 5 de acuerdo a la lista de matrícula.</p>
--	--	--	---------------	---	---

<p>loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?</p>	<p>sólidos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.</p>				
<p>5.- ¿Cuál es el tipo de alimento sólido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?</p>	<p>5.- Identificar el tipo de alimento sólido con azúcares extrínsecos más frecuente en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.</p>				
<p>6.- ¿Cuál es la frecuencia de los alimentos que contienen azúcares intrínsecos en las loncheras de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del</p>	<p>6. Identificar la frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares intrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.</p>				

<p>distrito de Lince en el 2016?</p> <p>7.- ¿Cuál es el tipo de alimento con azúcares intrínsecos más frecuente de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016?</p>	<p>7. Identificar el tipo de alimento con azúcares intrínsecos más frecuente de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa Particular Alfonso Ugarte del distrito de Lince en el 2016.p80r.t7,r.t7,7</p>				
--	---	--	--	--	--

3.- Fotografías de loncheras de establecimientos Privados



Fuente: Loncheras de alumnos del 1er grado de primaria



Fuente: Loncheras de alumnos del 1er grado de primaria

4. Validación del Instrumento



VICERRECTORADO ACADÉMICO

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN JUICIO DE EXPERTO

I. DATOS GENERALES:

1.1 APELLIDOS Y NOMBRES DEL INFORMANTE: Gómez Carrión Christian Esteban

1.2 GRADO ACADEMICO: Doctor en Administración de la Educación

1.3 INSTITUCIÓN DONDE LABORA: Universidad Privada alas Peruanas

1.4 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Ficha de recolección de datos

1.5 AUTOR DEL INSTRUMENTO:.....Diana Grijalva Vasquez

1.6 TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: "frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria en la institución educativa particular Alfonso Ugarte del distrito de lince en el 2016"

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN (Calificación cuantitativa)

INDICADORES DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO	CRITERIOS CUALITATIVOS	Deficiente	Regular	Bueno	Muy bueno	Excelente
		(01-10) 01	(10-13) 02	(14-16) 03	(17-18) 04	(19-20) 05
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				4	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				4	
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la investigación.					5
4. ORGANIZACIÓN	Existe un constructo lógico en los ítems.					5
5. SUFICIENCIA	Valora las dimensiones en cantidad y calidad					5
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para cumplir con los objetivos trazados.				4	
7. CONSISTENCIA	Utiliza suficientes referentes bibliográficos.					5
8. COHERENCIA	Entre Hipótesis dimensiones e indicadores.					5
9. METODOLOGÍA	Cumple con los lineamientos metodológicos.					5
10. PERTINENCIA	Es asertivo y funcional para la Ciencia				4	
Sub Total					16	30
Total					46	

VALORACIÓN CUANTITATIVA (Total X 0.4).....18.4

VALORACIÓN CUALITATIVA:.....Muy Bueno

VALORACIÓN DE APLICABILIDAD:.....Aceptable

Legenda:

01-13 Improcedente

14-16 Aceptable con recomendación

17-20 Aceptable

Lugar y Fecha: 31-06-16


Firma del Docente
CP: 21280

DNI 41540958 Teléfono 956862661

VICERRECTORADO ACADÉMICO
FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN JUICIO DE EXPERTO
I. DATOS GENERALES:

1.1 APELLIDOS Y NOMBRES DEL INFORMANTE: Tineo Huamani Evert

1.2 GRADO ACADÉMICO:

1.3 INSTITUCIÓN DONDE LABORA:

1.4 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Ficha de recolección de datos

1.5 AUTOR DEL INSTRUMENTO: Diana Grijalva Vasquez

1.6 TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: "Frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria en la institución educativa particular Alfonso Ugarte del distrito de lince en el 2016"

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN (Calificación cuantitativa)

INDICADORES DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO	CRITERIOS CUALITATIVOS	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
		(01-10)	(10-13)	(14-16)	(17-18)	(19-20)
		01	02	03	04	05
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.			3		
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				4	
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la investigación.					5
4. ORGANIZACIÓN	Existe un constructo lógico en los ítems.				4	
5. SUFICIENCIA	Valora las dimensiones en cantidad y calidad					5
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para cumplir con los objetivos trazados.			3		
7. CONSISTENCIA	Utiliza suficientes referentes bibliográficos.					5
8. COHERENCIA	Entre Hipótesis dimensiones e indicadores.				4	
9. METODOLOGÍA	Cumple con los lineamientos metodológicos.					5
10. PERTINENCIA	Es asertivo y funcional para la Ciencia					5
Sub Total				6	12	25
Total						

 VALORACIÓN CUANTITATIVA (Total X 0.4)..... *17.2*

 VALORACIÓN CUALITATIVA:..... *Muy bueno*

 VALORACIÓN DE APLICABILIDAD:..... *Aceptable*
Leyenda:

01-13 Impropio

14-16 Aceptable con recomendación

17-20 Aceptable

 Lugar y Fecha: *31-08-16*

 Firma y Post firma: *[Firma]*
EVERT TINEO HUAMAN

Cirujano Dentista

C.O.P. 34629

 DNI *40264571* Teléfono: *254016*

VICERRECTORADO ACADÉMICO
FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN JUICIO DE EXPERTO
I. DATOS GENERALES:

1.1 APELLIDOS Y NOMBRES DEL INFORMANTE: Rivera Vidal Gladys Lita

1.2 GRADO ACADEMICO:

1.3 INSTITUCIÓN DONDE LABORA:

1.4 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Ficha de recolección de datos

1.5 AUTOR DEL INSTRUMENTO: Diana Grijalva Vasquez

1.6 TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: "Frecuencia de las loncheras con alimentos que contienen azúcares extrínsecos en los escolares del 1er grado de primaria en la institución educativa particular Alfonso Ugarte del distrito de lince en el 2016"

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN (Calificación cuantitativa)

INDICADORES DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO	CRITERIOS CUALITATIVOS	Deficiente	Regular	Bueno	Muy bueno	Excelente
		(01-10)	(10-13)	(14-16)	(17-18)	(19-20)
		01	02	03	04	05
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					5
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.			3		
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la investigación.			3		
4. ORGANIZACIÓN	Existe un constructo lógico en los items.				4	
5. SUFICIENCIA	Valora las dimensiones en cantidad y calidad				4	
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para cumplir con los objetivos trazados.					5
7. CONSISTENCIA	Utiliza suficientes referentes bibliográficos.				4	
8. COHERENCIA	Entre Hipótesis dimensiones e indicadores.			3	4	
9. METODOLOGÍA	Cumple con los lineamientos metodológicos.					5
10. PERTINENCIA	Es asertivo y funcional para la Ciencia				4	
Sub Total				9	20	15
Total						

VALORACIÓN CUANTITATIVA (Total X 0.4)..... 17.6

VALORACIÓN CUALITATIVA:..... Muy bueno

VALORACIÓN DE APLICABILIDAD:..... Aceptable

Leyenda:

01-13 Improcedente

14-16 Aceptable con recomendación

17-20 Aceptable

Lugar y Fecha: 31-08-16

Firma y Post firma: Gladys Lita Rivera Vidal

G. L. RIVERA VIDAL - DENTISTA

DNI 10050942 Teléfono 5287088