



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

“PROMOVIENDO LA CULTURA ALIMENTICIA EN LOS
ESCOLARES DE 4°A - 4°B DE LA I.E. N°10156 – PUEBLO JOVEN
JORGE CHÁVEZ - CHICLAYO - 2016”.

TESIS PARA OPTAR EL TITULO DE LICENCIADA EN
ENFERMERIA

BACHILLER: TIRADO SALDAÑA JENSY NOEMI

Pimentel-Perú
2016

DEDICATORIA

A mis padres, Virginia Saldaña C. que desde el cielo me sigue cuidando y guiando, y Damacio Tirado C., por su gran esfuerzo y dedicación para mi formación personal y Profesional; por todo el amor que me brinda, por su apoyo constante, sus grandes y sabios consejos que siempre me brindaron para salir adelante día a día.

A mi familia; por todas las muestras de cariño y enorme aprecio hacia mi persona; y por el impulso y ánimo que siempre me brindan para continuar con mi formación Profesional.

A los Docentes de mi formación profesional; por su apoyo incondicional, paciencia, motivación e importante guía para la realización profesional; y sobre todo por esa gran Amistad que me han confiado, y por ser un ejemplo de Profesional a seguir.

Jensy Noemi.

AGRADECIMIENTO

A Dios y a la Virgen María, por inspirarme esa fuerza y tesón para luchar y perseverar en el logro de mis metas, por protegerme siempre, guiar mi camino y permitir que las personas que más Quiero siempre me acompañen, sin importar donde quiera que estén.

A mi padre, por su fortaleza y lucha constante, pero sobre todo por el amor que me brindan todos los días de mi vida, el mismo que me motiva para el logro de mis objetivos.

A mi madre, que desde el cielo guía mis pasos, por el gran amor brindado y por siempre enseñarme a luchar por mis objetivos.

A mi hermano que desde el cielo junto a mi madre siguen guiándome por el camino del bien.

A mis hermanas por todos sus consejos y apoyo constante, por su cariño, impulso y ánimo para continuar en el logro de mis objetivos

A mis sobrinos que me apoyan constantemente, con su cariño, impulso y ánimo para continuar en el logro de mis objetivos.

La autora.

ÍNDICE

CARATULA	I
DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
INDICE	IV
RESUMEN	VI
ABSTRACT	VIII
INTRODUCCION	X
CAPÍTULO I:	
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1. Descripción de la realidad problemática	14
1.2. Formulación del Problema de investigación	20
1.2.1. Problema Principal	20
1.2.2. Problemas Secundarios	20
1.3. Objetivos de la Investigación	21
1.3.1. Objetivo General	21
1.3.2. Objetivos Específicos	21
1.4. Justificación e Importancia de la Investigación	22
CAPÍTULO II:	
2. MARCO TEÓRICO	24
2.1. Antecedentes del estudio de Investigación	24
2.2. Bases Teóricas	30
2.2.1. Sistematización de la variable 1	30
2.2.2. Sistematización de la variable 2	45
2.3. Bases Legales	50
2.4. Definición de Términos Básicos	52

CAPÍTULO III:

3.	HIPÓTESIS Y VARIABLES	55
3.1.	Hipótesis General	55
3.2.	Hipótesis Específicas	55
3.3.	Variables	55
3.3.1.	Operacionalización de Variables	56

CAPÍTULO IV:

4.	METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	59
4.1.	Tipo y diseño de la Investigación	59
4.2.	Nivel de Investigación	59
4.3.	Métodos	60
4.4.	Población y muestra	60
4.5.	Técnicas e Instrumentos de la Recolección de Datos	61
4.5.1.	Tipos de técnicas e instrumentos	61
4.5.2.	Procedimientos para la recolección de datos	62
4.5.3.	Criterios de validez y confiabilidad de los instrumentos	62

CAPÍTULO V:

5.	ANÁLISIS Y RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	65
5.1.	Resultados de la Investigación	65
5.2.	Contrastación de hipótesis	103
5.3.	Discusión de los resultados	105

CONCLUSIONES	108
RECOMENDACIONES	110
REFERENCIAS DE INFORMACIÓN	111
ANEXOS	117

RESÚMEN

La presente investigación sistematiza en su contenido, promover la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B de la I.E. N°10156 Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo, debido a la situación de salud actual de los escolares en nuestro país, evidencia un creciente número de niños con problemas nutricionales; debido a los malos hábitos alimenticios transmitidos directamente por los padres y/o cuidadores, la familia, el medio social y la escuela, que no sólo determinarán la cultura alimenticia del niño sino también influirán directamente en su crecimiento y desarrollo.

Frente al análisis de esta problemática nos trazamos como objetivo promover, caracterizar, analizar y comprender la cultura alimenticia de los escolares de la IE N° 10156 del P.J. Jorge Chávez.

La base teórica conceptual se sustenta por la teoría de los “Cuidados Transculturales” de Madeleine Leininger, “Modelo de promoción de la salud” de Nola Pender y “Modelo de adaptación” de Sor Callista Roy.

Los sujetos de investigación fueron 34 escolares, la participación de 30 madres de familia y/o familiar cuidador, y 2 profesores de la Institución Educativa en estudio.

La técnica de recolección de datos fue la entrevista abierta a profundidad, para poder identificar, analizar y comprender la cultura alimenticia de los escolares y posteriormente determinar el nivel de conocimientos sobre la importancia de una buena cultura alimenticia a través de la aplicación de un pre test, relacionar que factores de la cultura alimenticia influyen en el estado nutricional de los escolares, evaluar el estado nutricional de los niños a través de peso y talla, el aporte de la Escuela para la formación de una adecuada cultura alimenticia.

Considerando finalmente la aplicación de un programa educativo de alimentación saludable a los escolares y las madres de familia, para así promover la cultura alimenticia.

Posteriormente, se aplicó un post test para determinar si se logró concientizar a las madres o cuidadoras de los niños de la importancia de tener una buena cultura alimenticia para sus hijos.

Palabras Clave: Cultura, Cultura Alimenticia y escolares.

ABSTRACT

This research systematized in its content, promote food culture of schoolchildren 4th A and 4th B S.I. N ° 10156 Young People Jorge Chavez - Chiclayo, due to the current health situation of school in our country, shows a growing number of children with nutritional problems; due to poor eating habits transmitted by parents and / or caregivers directly, family, school and social environment, which will determine not only the food culture of the child but also directly influence their growth and development.

Facing the analysis of this problem set ourselves the objective of promoting, characterize, analyze and understand the food culture of school EI No. 10156 of P.J. Jorge Chavez.

The conceptual theoretical basis is based on the theory of "Transcultural Care" Madeleine Leininger, "Model health promotion" of Nola Pender and "model adaptation" of Sister Callista Roy.

Research subjects were 34 school, the participation of 30 mothers and / or family caregiver, and 2 teachers from the educational institution under study.

The technique of data collection was open depth interview to identify, analyze and understand the food culture of the school and then determine the level of knowledge about the importance of good food culture through the application of a pre test, factors related to food culture influence the nutritional status of school, assess the nutritional status of children through weight and height, the contribution of the School for the formation of proper food culture.

Finally considering the implementation of an educational program healthy school feeding and mothers, in order to promote food culture.

Subsequently, a post test was applied to determine whether they achieved awareness among mothers or caregivers of children of the importance of having a good food culture for their children.

Keywords: Culture, Culture Food and school.

INTRODUCCIÓN

La transición desde una alimentación láctea a una variedad de dietas propias del hogar es un reflejo del conocimiento que posee la madre respecto a la alimentación, la amplitud de alimentos de consumo humano, y sus modos de preparación, pero sobre todo, está muy ligado a la cultura a la que pertenece el grupo familiar. De esta forma en cualquier cultura el tipo de los alimentos y modos de consumirlos de un adulto ya han sido incorporados a la edad preescolar y consolidados en la edad escolar¹.

Es así pues, que el estado nutricional del escolar será consecuencia del consumo de alimentos, y la disponibilidad de éstos está condicionado por aspectos sociales, económicos y culturales como son: el ingreso económico, nivel educativo de los padres o cuidadores, lugar de procedencia, así como también la influencia de los medios de comunicación, creencias de los padres, y la falta de acceso a la información sobre alimentación y nutrición, entre otros; que pueden fomentar en el escolar un buen estado nutricional o conducirlo a diferentes problemas nutricionales, que influyen directamente en su crecimiento y desarrollo y que, en algunos casos continúan presentes en etapas posteriores, lo cual explica porque muchos adolescentes y adultos tienen conductas inadecuadas de alimentación, y presentan en gran medida problemas psicosociales estrechamente relacionados con la figura corporal como la bulimia o anorexia y problemas de salud como cardiovasculares, hipertensión, diabetes entre otros².

Considerado que una inadecuada consolidación de hábitos alimenticios afecta la salud de los individuos y en especial de los niños, por lo tanto se puede entender ello como un factor determinante del estado nutricional ya sea por déficit o por exceso que trae como consecuencia las altas tasas de morbimortalidad infantil relacionado con los problemas nutricionales.

Es preciso señalar que el estado nutricional del escolar dependerá de la cultura alimenticia que en él se esté formando, y en éste proceso de formación interviene principalmente la madre, quien muchas veces se enfrenta a dos grandes problemas que impiden una transmisión de buenos hábitos alimenticios, como son: el analfabetismo y los hogares disfuncionales.

Teniendo en cuenta la problemática establecida; el trabajo de investigación que se presenta, se inspira en la necesidad de cómo promover la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B de la I.E. N°10156 Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo.

En el presente documento, el capítulo I, expone el problema de investigación comparándolo con realidades a nivel mundial, nacional y regional, así como el lugar de aplicación de este trabajo.

El objetivo principal de esta investigación fue promover la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo, para promover y garantizar un estado de bienestar físico, mental y social, que les otorgue la posibilidad de desarrollar al máximo sus capacidades y potencialidades para convertirse en el futuro en personas de éxito. El estudio se justifica debido a que la situación de salud actual de los escolares en nuestro país evidencia un creciente número de niños con problemas nutricionales; lo cual genera mayores índices de morbimortalidad infantil, y por lo general está asociado a los malos hábitos alimenticios transmitidos directamente por los padres y/o cuidadores, la familia, el medio social y la escuela, que no sólo determinarán la cultura alimenticia del niño sino también influirán directamente en su crecimiento y desarrollo.

En el Capítulo II se detalla el marco teórico, donde se describe los antecedentes de la investigación en el contexto internacional, nacional y regional relacionado con la investigación.

El Capítulo III, En coherencia a la problemática identificada y a los objetivos establecidos, se plantea la hipótesis queda planteada lógicamente de la siguiente manera: Si se promueve la Cultura alimenticia entonces se mejorará el estado nutricional en los escolares de 4ªA y 4ªB, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo, definiéndose claramente la terminología usada para la operacionalización de las variables e indicadores de estudio.

En el Capítulo IV, expone la metodología de investigación, el tipo de investigación es mixta que permitió recoger los datos, analizar y vincular datos cuantitativos y cualitativos , con un método descriptivo-explicativo de corte transversal cuasi-experimental, porque se centra en observar las variables tal y como se encuentran, sin manipular ninguna variable en particular.

La población en estudio fue de 34 escolares, 30 madres de familia y/o familiar cuidador, y 02 profesores de la Institución Educativa en estudio. La técnica utilizada fue la entrevista a profundidad.

El Capítulo V, expone la presentación y análisis temático; el cual se parte de los datos textuales descomponiéndose el Corpus en unidades posteriormente agrupándolos en categorías y subcategorías. Para determinar el nivel de conocimientos sobre cultura alimenticia se aplicó el pre test y post test plasmándose los resultados mediante tablas y gráficos estadísticos.

CAPITULO I

CAPITULO I:

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

1.1. Descripción de la situación problema.

La cultura alimenticia del niño escolar se forma en base a la cultura alimenticia de los padres y la familia, y son ellos quienes mediante el ejemplo respecto a sus prácticas alimenticias, dentro de las que se incluyen los horarios de alimentación, y alimentos preferidos; se convierten en modelos para los niños, creando en ellos ciertas costumbres alimenticias, las cuales perdurarán durante toda su vida, manteniendo ciertas vinculaciones entre lo que es y será el niño y lo que come; manifestándose principalmente en su estado nutricional, aspecto físico, intelectual y de salud ¹.

No obstante, es la madre quien ejerce uno de los roles fundamentales en la alimentación, ya que es ella quien incorpora al niño a dichas prácticas alimenticias. Ella ha adquirido en forma oral categorías y conceptos de alimentación infantil principalmente de su madre, lo que determina una transmisión cultural por vía femenina; así la madre alimenta al hijo de acuerdo a sus valores, creencias, costumbres, símbolos, representaciones sobre los alimentos y su preparación; es decir sus prácticas alimenticias se ven muy influidas por su saber o cultura popular ².

Es así pues, que el estado nutricional del escolar será consecuencia del consumo de alimentos, y la disponibilidad de éstos está condicionado por aspectos sociales, económicos y culturales como son: el ingreso económico, nivel educativo de los padres o cuidadores, lugar de procedencia, así como también la influencia

de los medios de comunicación, creencias de los padres, y la falta de acceso a la información sobre alimentación y nutrición, entre otros; que pueden fomentar en el escolar un buen estado nutricional o conducirlo a diferentes problemas nutricionales, que influyen directamente en su crecimiento y desarrollo y que, en algunos casos continúan presentes en etapas posteriores, lo cual explica por qué muchos adolescentes y adultos tienen conductas inadecuadas de alimentación, y presentan en gran medida problemas psicosociales estrechamente relacionados con la figura corporal como la bulimia o anorexia y problemas de salud como cardiovasculares, hipertensión, diabetes entre otros ².

Considerando que una inadecuada consolidación de hábitos alimenticios afecta la salud de los individuos y en especial de los niños, por lo tanto se puede entender ello como un factor determinante del estado nutricional ya sea por déficit o por exceso que trae como consecuencia las altas tasas de morbimortalidad infantil relacionado con los problemas nutricionales. Así, según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura, a nivel mundial el 55 % de los 12 millones de muertes anuales de niños están relacionadas con la malnutrición ³.

En América Latina, más del 50% de niños presentan algún grado de desnutrición; de los cuales aproximadamente 60 millones pertenece a familias que viven en extrema pobreza y un total de 41% padecen de retardo de crecimiento y déficit escolar ⁴.

Por otro lado, otro de los problemas relacionados directamente con el estado nutricional es el sobrepeso y la obesidad, que según Encuesta Nacional de Salud en México (ENSA) - 2013, estudios mundiales confirman que más del 15% de los niños en edad escolar

padecen de un incremento de peso por encima de lo normal, siendo el principal factor de éste problema el consumo excesivo de comida chatarra, problema que se inicia no solo desde que los menores comienzan a asistir a la escuela, sino también en casa, ya que los padres de familia muchas veces desconocen cómo debe ser una alimentación saludable ⁵.

Así mismo, nuestro país no es ajeno a ésta realidad; puesto que según ENSA - Perú (2013), señala que existe un elevado porcentaje de niños desnutridos, muchos de los cuales son escolares entre las edades de 6 a 9 años, con una tasa de desnutrición crónica de 21.9%; además Caritas Perú (2012), refiere que la pobreza sigue afectando alrededor del 50% de la población y la desnutrición crónica sigue el mismo patrón geográfico; así uno de cada cuatro niños peruanos está desnutriéndose, y por lo general presentan bajos niveles de salud y educación ⁶.

Cabe resaltar que los problemas de sobrepeso y obesidad también están presentes en los niños peruanos; encontrándose según los resultados de 30.000 evaluaciones a escolares a nivel nacional, analizadas por el Instituto Nutricional de Salud, sobrepeso y obesidad en un 29% y 39% respectivamente; afirmándose que el problema que hay en nuestro país es que no existe una adecuada cultura de alimentación ⁷.

Teniendo en cuenta ello, es preciso señalar que el estado nutricional del escolar dependerá de la cultura alimenticia que en él se esté formando, y en éste proceso de formación interviene principalmente la madre, quien muchas veces se enfrenta a dos grandes problemas que impiden una transmisión de buenos hábitos alimenticios, como son: El analfabetismo y los Hogares Disfuncionales.

Según el Censo Nacional (2007), un total de 10.6% de mujeres entre las edades de 15 y más años son analfabetas; de las cuales sus hijos tienen una probabilidad tres veces mayor de morir a la de los hijos de madres con educación superior; lo cual indica que a la larga los niños de éstas mujeres pueden terminar practicando conductas alimenticias incorrectas, contribuyendo a incrementar las tasas de morbimortalidad infantil. De igual manera se encuentra que según Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) - 2013, un total de siete de cada 100 mujeres son madres solteras, jefas o responsables del hogar, y por lo general presentan un bajo ingreso económico que obliga a que las madres trabajen, y dejen a sus hijos bajo el cuidado de otras personas, manteniendo así un inefectivo control de su alimentación ⁸.

A nivel del Departamento de Lambayeque, la investigadora durante sus prácticas comunitarias pre profesionales, ha observado que los problemas nutricionales también afectan la salud de los niños; encontrando durante la evaluación de Crecimiento y Desarrollo que la mayoría de escolares son niños pequeños para la edad, o presentan desde un bajo peso para la edad, hasta los problemas de sobrepeso, u obesidad; así mismo durante la evaluación manifiestan que asisten a la escuela sin desayuno, no ingieren alimentos las tres veces al día, no llevan refrigerio, sino que les da dinero para que a libre elección compren lo que deseen a la hora del recreo; observándose que la mayoría tienen preferencias por las golosinas y chocolates, entre otros.

Es preciso resaltar, que la mayoría de niños asisten a Instituciones Educativas de bajos recursos económicos, como la del caso en estudio; ubicadas en los Pueblos Jóvenes, y cuyos habitantes son

procedentes de lugares de la Sierra y Selva Peruana; tales como Jaén, San Ignacio, Chota, Amazonas, entre otros, que hacen de nuestro Departamento una zona multicultural. Además, en éstas poblaciones debido al bajo nivel socioeconómico que existe, se acostumbra a que la madre ofrezca e inculque al niño desde pequeño la ingestión de alimentos baratos y saciadores, tales como el pan, arroz y papas; así mismo muchas de las madres trabajan, por lo cual se les asigna a los niños la responsabilidad de preparar sus alimentos, servirlos y comerlos, y dar de comer también a sus hermanitos menores.

En el centro de salud Jorge Chávez, se atiende a niños, en crecimiento y desarrollo donde se observa que la mayoría de problemas nutricionales se dan en las edades escolares ya que las madres dejan mayor tiempo a los niños en las instituciones educativas donde ellos mayormente compran golosinas al momento del recreo. En los tamizajes que se realizaban en el colegio de peso y talla a los escolares se observa alteración en su crecimiento de los niños.

Por otro lado, muchas veces la madre es valorada positivamente cuando cría un hijo con sobrepeso, lo cual conduce a que perciba como adecuado que las porciones y tipos de alimentos deben ser abundantes sin importar si son nutritivos. Así mismo, ellas refieren durante las visitas domiciliarias desconocer sobre los requerimientos nutricionales, manifestando: *“No se cómo preparar un menú nutritivo, barato, variado, y sobre todo que le guste a mi hijo”*. *“La sopa es lo más nutritivo para el niño”*, *“Yo sólo le doy de almorzar bien a mi niño, porque el desayuno y la cena es algo ligero; sólo un café con pan”*, o también *“El problema no es que esté gordito, el problema sería que estuviese flaco porque entonces*

podría estar enfermo; a nosotras toda la vida nos han dicho que el niño cuando está gordito está saludable, lleno de vida". Frente al problema, como investigadora me propongo promover una cultura alimenticia a los escolares de 4°A y 4°B de la I.E. N°10156 Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo, mejorando de esta manera el estado nutricional de la población escolar.

1.2. Formulación del problema de la investigación.

1.2.1. Problema general.

¿Cómo promover la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B de la I.E. N°10156 Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016?

1.2.2. Problemas específicos.

- ¿Cómo es la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016?
- ¿Qué factores de la cultura alimenticia influyen en el estado nutricional de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016?
- ¿Cuál es el estado nutricional de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Promover la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.

1.3.2. Objetivos específicos.

- Analizar la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.
- Relacionar que factores de la cultura alimenticia influyen en el estado nutricional de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.
- Evaluar y determinar el estado nutricional a través del tamizaje de peso talla en los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.

1.4. Justificación e importancia.

El presente proyecto de investigación se justifica debido a que la situación de salud actual de los escolares en nuestro país evidencia un creciente número de niños con problemas nutricionales; lo cual genera mayores índices de morbimortalidad infantil, y por lo general está asociado a los malos hábitos alimenticios transmitidos directamente por los padres y/o cuidadores, la familia, el medio social y la escuela, que no sólo determinarán la cultura alimenticia del niño sino también influirán directamente en su crecimiento y desarrollo. Cabe resaltar que la cultura alimenticia que el escolar haya consolidado en ésta etapa de vida perdurará en etapas posteriores y de ello dependerá básicamente su estado de bienestar; por lo cual es elemental el rol que asume el profesional de enfermería en la identificación de la cultura alimenticia que se está formando el escolar, ya que mediante ello se podrá establecer cuidados de enfermería que promuevan y permitan promocionar una alimentación y nutrición saludable en los escolares; garantizando así, un estado de bienestar físico, mental y social, que les otorgue la posibilidad de desarrollar al máximo sus capacidades y potencialidades para convertirse en personas de éxito.

Los resultados del estudio, brindará una mirada holística a la cultura alimenticia de los escolares, caracterizándola y convirtiéndola en un aporte para la Ciencia Enfermera, ya que mediante el estudio que se realizó respecto a la forma en cómo los escolares adoptan sus hábitos de alimentación se fortaleció la intervención de Enfermería en cuanto a su cuidado Nutricional promoviendo una cultura alimenticia favorable para los escolares a través del programa educativo brindado. Además servirá como referencia para las instituciones formadoras como universidades y antecedente para otros estudios de investigación.

CAPITULO II

CAPITULO II

2. MARCO TEÓRICO.

2.1. Antecedentes del estudio de investigación.

A nivel Internacional

Ramos Chamorro, Lorena, (2012) Universidad de Granada - Granada: "Hábitos, comportamientos y actitudes de los adolescentes inmigrantes sobre nutrición", en su investigación concluye que la nutrición en los adolescentes requiere ser vigilada, no solo porque atraviesan por una etapa de crecimiento acelerado, sino también porque empiezan a tomar decisiones que pueden perjudicar a su salud. La alimentación en especial puede verse afectada si no son conscientes de su importancia, ya que aún no saben que alimentos deben comer, donde y cuando. Se incrementó significativamente los cambios en prácticas alimenticias, opinión sobre la interculturalidad, comidas sanas procedentes de todo el mundo y conocimientos sobre educación y salud; datos que obtuvieron con la comparación de los cuestionarios del antes y después de la intervención ⁹.

Olivares C., Bustos Z. (2012): "Actitudes y Prácticas de Alimentación y Actividad Física en Niños Obesos y sus Madres en Santiago de Chile, estudio cuyo objetivo fue identificar las actitudes y prácticas de alimentación y actividad física en niños obesos. Consta de una fase descriptiva que determinó el estado nutricional, las actitudes y prácticas alimentarias y de actividad física; y una segunda fase de estudio Cualitativo. Para identificar las actitudes y prácticas se aplicó

una encuesta a 88 escolares de 8 a 11 años. 68 niños y sus madres constituyeron 16 grupos focales en los que se estudiaron las motivaciones, barreras, sentimientos de autoestima y autoeficacia en relación a alimentación saludable. Se encontró bajo consumo de lácteos, verduras y frutas, y elevado consumo de alimentos de alta densidad energética. Los niños mostraron escasas motivaciones y múltiples barreras para adquirir hábitos de alimentación saludable y actividad física ¹⁰.

Hurtado. M; Hage I (2012): “Creencias y prácticas alimentarias e higiénicas en madres, según el estado nutricional de su hijo”, Venezuela. El objetivo de su Investigación fue estudiar en las madres las creencias, prácticas y disposición al cambio, en áreas de alimentación, nutrición e higiene y su relación con el estado nutricional de sus hijos. Se aplicó un instrumento de evaluación a 50 madres de Isla de Coche; teniendo como resultado una marcada insuficiencia conceptual y práctica referente a los elementos básicos en estudio (alimentación e higiene). Dada la influencia materna sobre la nutrición infantil, se justifica que las actividades de educación para la salud, sean precedidas por el reconocimiento y atención de las creencias y hábitos que la generan y sustentan ¹¹.

A nivel nacional

Ávila D. G. (2013): “Influencia de los hábitos alimentarios en el estado nutricional de los escolares que asisten al colegio "Jorge Isaacs". Rímac – Lima. El objetivo de su investigación fue determinar la influencia de los hábitos alimentarios en el estado nutricional de los escolares del colegio Jorge Isaacs; Se utilizaron indicadores

antropométricos en los ≤ 10 años, e IMC en los > 10 años; y se aplicó una encuesta a padres de familia y escolares sobre las características socio-demográficas de la familia, el suministro y preparación de los alimentos y los hábitos alimentarios. El estado nutricional, de los ≤ 10 años fue en su mayoría normal; y de los > 10 años en exceso debido al bajo nivel educativo de la madre, horario inadecuado de comidas y realización de otras actividades al consumir los alimentos. Así mismo, la presencia de hermanos menores se relaciona con el déficit de peso y talla, y cuando el escolar es hijo único o el menor hay mayor tendencia al exceso de peso ¹².

Sonia Patricia Villagran Andrade. (2011): “Nutrición y alimentación en el desarrollo de los niños y niñas de 5 a 6 años de los centros infantiles fiscales de la parroquia de San Antonio de Pichincha”. En su investigación concluyo que la utilización de correctos hábitos alimentarios es crucial para la promoción de la salud individual de los niños, así como para prevenir un gran número de enfermedades que en mayor o menor medida están relacionadas con la alimentación. Por todo ello, el adquirir conocimientos sobre los alimentos, la frecuencia de consumo y las cantidades que son adecuadas en función de las circunstancias de cada niño, conforman la base fundamental para crear una actitud responsable hacia la forma de alimentarse. Es necesario proporcionar los conocimientos y favorecer la adquisición de destrezas y habilidades en materia de alimentación, ya que los hábitos alimentarios forman parte de los factores que condicionan el estado de salud de los niños. ¹³.

Yhosep Llanos Monzón - Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez de Juliaca. (2013). "La Cultura alimentaria influye en el consumo saludable de alimentos en la institución educativa adventista "Fernando Stahl" de la ciudad de Juliaca". En su investigación refiere que: La influencia de la cultura alimentaria es vital y consecuente en el hábito de consumo de alimentos, más si estos son saludables y se enmarcan en el contexto educativo. Puesto que nos basamos en el análisis estadístico que muestra una relación por encima del 50 % de la población de encuestados de la Institución educativa adventista "Fernando Stahl" de Juliaca. La cultura alimentaria en la institución educativa es deficiente puesto que los resultados muestran que no existe un adecuado dominio de la nutrición y consumo de alimentos. Basados en el análisis que no supera el 50 %. Se identificó que el consumo mayoritario en la institución, es de alimentos ricos en grasas como la hamburguesa esto en 40 %; así también el consumo de bebidas ricas en glúcidos como las gaseosas en un 27.5 %. Concluyendo que el consumos de alimentos no saludables es permanente en la institución. El análisis de las dos variables se desarrollan de la siguiente manera: Si existe una buena cultura alimentaria, existirá una buena selección y consumo de alimentos saludables; puesto que si no existe una cultura alimentaria esta reflejara en una mala selección y consumo de alimentos no saludables. Todo esto dentro de la institución educativa. Teniendo esta realidad latente y activa ¹⁴.

A nivel local.

Sarria Vásquez, Cindy Fiorella (2010); "Cultura alimenticia de los escolares de la institución educativa siglo XXI - Chiclayo". En su investigación concluye que: La cultura alimenticia de los escolares

viene a estar determinada por la cultura alimenticia de sus padres; es decir las prácticas de alimentación que se realizan en el hogar, y los modelos de alimentación que los padres transmiten a sus menores hijos; los mismos que fueron heredados por sus antepasados, permaneciendo viva su cultura; y que de no ser los más adecuados conllevan a la formación de hábitos alimenticios inadecuados en los escolares. Según los hallazgos encontrados en la presente investigación, las prácticas alimenticias de los escolares, y el consumo de sus alimentos se ve fuertemente influenciados por las prácticas alimenticias propias del lugar de procedencia de los padres; es decir de su Pueblo o Ciudad Natal; y de su familia de origen, lo cual explica por qué los padres y sus menores hijos tienen elevado consumo de alimentos ricos en grasas y carbohidratos como la papa, el arroz, las frituras (cuy frito, chicharrón de chancho), mote, entre otros; permaneciendo vivas de ésta forma sus costumbres y tradiciones de alimentación. La alimentación del niño escolar está sujeta a un consumo deficiente de alimentos nutritivos que no le aportan cantidades suficientes de minerales, vitaminas, proteínas, grasas e inclusive agua.

Chávez Arellano. (2013). "Cultura y hábitos alimentarios en una comunidad de Pueblo Nuevo de Ferreñafe – Lambayeque". En su investigación concluye en: contribuir a la comprensión de las formas de alimentación de las familias de Pueblo Nuevo de Ferreñafe, a partir de una perspectiva cultural y social. La obtención de datos e información se realizó a través de:

a) una revisión documental sobre datos diversos de la población de estudio;

- b) un cuestionario que se aplicó a familias ferreñafanas sobre sus formas de adquisición y preparación de alimentos;
- c) la observación directa y
- d) entrevistas a amas de casa.

2.3. Bases teóricas.

2.3.1. Sistematización de la variable 1.

Cultura Alimenticia

Cultura es todo aquello que ha sido aprendido o producido por un grupo de personas; por ejemplo, los patrones de reacción emocional, las prácticas de crianza de los niños, la alimentación, las leyes, el arte, las actividades y conductas que tienen lugar durante la práctica de algún deporte competitivo, las reglas de juego y los objetos físicos empleados en dicho deporte, y las instituciones de la sociedad entre otras muchas realidades y fenómenos ¹⁵.

La cultura, es también el conocimiento que las personas usan para generar e interpretar la conducta social. Este conocimiento es aprendido y gradualmente compartido; sin embargo ello no significa limitar la cultura solamente a la situación cuando las personas están en grupo, sino que incluye también las acciones individuales que otras personas ya tienen aprendidas y comprendidas ¹⁶.

Este conocimiento cultural está codificado en un sistema de símbolos complejo, que involucra, entre otras cosas, lo que se denomina “definiciones de la situación” y las cuales deben ser aprendidas por cada nueva generación mediante lo que se conoce como procesos de socialización cuya finalidad es convertir a cada nueva persona que viene al mundo en alguien “competente” para desenvolverse en el medio social y cultural en el que nació.

Respecto a ello el antropólogo británico Sir Edward Tylor, definió cultura por primera vez en 1871, estableciendo que ésta incluía conocimientos, creencias, moralidad, costumbres y cualquier otra destreza y hábitos que adquieren los seres humanos como miembros de una sociedad ¹⁷.

Características Fundamentales

- 1) Se aprende a través del lenguaje y proceso de socialización;
- 2) La comparten todos los miembros del mismo grupo cultural;
- 3) Recibe la influencia de condiciones específicas que se relacionan con aspectos ambientales y técnicos, así como con la disponibilidad de recursos.

Así pues, se entiende por cultura al conjunto de valores, normas y formas de actuar aprendidos, compartidos y transmitidos dentro de un grupo determinado, que principalmente es la familia, junto con la influencia del entorno social de la persona, los cuales orientarán sus razonamientos, decisiones y acciones según modos de acción predeterminados.

Partiendo del significado de cultura; es preciso señalar que la Cultura alimenticia, determina los modelos de alimentación transmitidos de una generación a otra, es decir de persona a persona a través del tiempo, lo cual comprende: los tipos de alimentos que se consumen y el momento en que se sirven, número y frecuencia de comidas,

quién come con quién, la persona que recibe las porciones selectas; el lugar en que se prepara, sirven y comen los alimentos; así como el lugar donde se obtienen aquellos que son preferidos; ya sea en tiendas de abarrotes o mercados¹⁸.

La alimentación es una necesidad fisiológica indispensable y necesaria para la vida que tiene una importante dimensión social y cultural; y ésta última dimensión cultural nace en la familia, puede reforzarse con la influencia del medio escolar y se reafirma o modifica en la comunidad en contacto con la sociedad, y así mismo sufre las presiones de los medios publicitarios ejercidas por las empresas agroalimentarias, quienes en su mayoría de veces generan en las personas ciertas conductas de alimentación inadecuadas, que afectan a su salud¹⁷.

La cultura alimenticia involucra a los Hábitos alimenticios; los cuales están referidos a las costumbres de alimentación; formadas principalmente en las primeras etapas de vida; y dentro de las cuales se incluyen los procesos de selección, transformación, e ingestión de los alimentos ya sea para el mantenimiento de una buena salud lo cual debería ser un acto satisfactorio y gratificante; o también por el simple hecho de satisfacer la necesidad de alimentación. En la adquisición de estos hábitos alimenticios y por ende de la cultura de alimentación además de influir las costumbres practicadas por un determinado grupo cultural, también influyen otros factores como son económicos, sociales, psicológicos y educativos¹⁹.

Se entiende entonces, que la cultura alimenticia de las poblaciones son la expresión de sus creencias y tradiciones, ligados al medio geográfico y a la disponibilidad alimentaria; lo cual formará sus hábitos de alimentación, cuya modificación no es tarea fácil, pero sí posible, siendo las primeras etapas de la vida los mejores momentos para modificarlos.

Las pautas de conducta que rigen nuestras vidas domésticas están fuertemente arraigadas en la tradición y, siendo la familia el primer escenario de la convivencia social, toda transformación que en ella se produce tiene enorme trascendencia en el ejercicio de las funciones socializadoras y educativas que se derivan de ella provocando cambios y tendencias en el consumo de alimentos ²⁰.

Es así que la alimentación representa una necesidad fisiológica indispensable y necesaria para la vida, tiene una importante dimensión social y cultural; y ésta última dimensión cultural según Brunner L y Suddarth, nace en la familia, puede reforzarse con la influencia del medio escolar y se reafirma o modifica en la comunidad en contacto con la sociedad²¹.

Así pues, al referirnos a la dimensión cultural de la alimentación, hacemos hincapié en aquellos modelos de alimentación que tanto la familia como la sociedad transmite durante toda la vida de generación en generación, es decir de persona a persona a través del tiempo, lo cual según Vásquez C., comprende: los tipos de alimentos que se consumen y el momento en que se sirven, número y frecuencia de comidas, quién come con quién, la persona

que recibe las porciones selectas; el lugar en que se prepara, sirven y comen los alimentos; así como el lugar donde se obtienen aquellos que son preferidos; ya sea en tiendas de abarrotes o mercados¹⁸.

Estos modelos de alimentación se transmiten principalmente de padres a hijos y están influenciados por varios factores entre los que destacan: el lugar geográfico, el clima, la vegetación, la disponibilidad de la región, costumbres y experiencias, por supuesto que también tienen que ver la capacidad de adquisición, la forma de selección y preparación de los alimentos y la forma de consumirlos. Los padres y los cuidadores, haciendo elecciones dietéticas adecuadas, pueden favorecer su óptimo crecimiento y garantizar un estado de salud bueno a lo largo de toda su vida; es decir de acuerdo a los modelos de alimentación que se le transmitan al escolar en el hogar podremos determinar cuáles serán sus prácticas alimenticias en un futuro.

Cabe resaltar que estos pueden o no ser los adecuados, y que en muchas ocasiones puede depender también de la situación económica de los padres, entre otros factores que se citan en las presentes Subcategorías que a continuación se detallan:

Alimentándolo de acuerdo al lugar de procedencia de los padres.

La forma de alimentarse de las poblaciones está estrechamente ligada a su estructura organizativa y a la distribución de papeles de los miembros que constituyen los

diferentes grupos. Según Duran C., el individuo encuentra el primer medio de socialización de su "yo" en la familia y se integra en la comunidad mediante la práctica de conductas socialmente aceptadas, es decir que responden a pautas sancionadas por la cultura en la que está inmerso. En lo relativo a la alimentación familiar este es un hecho visible y de gran interés que se manifiesta en el arraigo de los hábitos alimentarios transmitidos en este medio y el referente que constituye para el individuo su patrón alimentario de origen¹⁹.

Con esto se entiende que es de gran importancia el medio familiar en la transmisión de hábitos alimentarios adecuados, que nos permite afirmar que los modelos familiares con los que los escolares conviven, tienen una gran fuerza de implantación, muy especialmente en los primeros años de vida. Según Osorio E. ¹, el niño aprende a comer principalmente de su madre, quien a su vez ha adquirido en forma oral categorías y conceptos de alimentación infantil propia de su familia y de su lugar de procedencia; así la madre alimenta al hijo de acuerdo a sus valores, creencias, costumbres, símbolos, representaciones sobre los alimentos y las preparaciones alimentarias.

Según Hernández R., el niño desarrolla sus propios gustos, preferencias y aversiones configurando su patrón de conducta dietética. A lo largo de las diferentes etapas de su vida entra en contacto con otros medios sociales que directa o indirectamente, van a proponer modificaciones o refuerzos a sus hábitos alimentarios iniciales. En cualquier caso las experiencias, gratificantes o no, que en relación con los alimentos haya vivido en el marco de su familia

permanecerán durante toda su vida, tanto mejores sean las relaciones afectivas y la integración con los suyos².

La etapa escolar según Medellín, G., es un periodo de crecimiento estable, pero a la vez de un gran proceso de formación de conducta en los niños, en donde prima el aprendizaje de los modelos y enseñanzas transmitidas por la escuela, la socialización con su nuevo grupo de amigos, y los conocimientos y hábitos impartidos en el hogar, por parte de quienes ellos consideran su mejor ejemplo “los padres”; adquiriendo de ésta forma destrezas, conceptos nuevos y complejos gracias a los grandes cambios en el pensamiento y en las formas de aprender¹⁸.

Durante ésta etapa de vida, el niño necesita de una dieta variada, con alimentos que aporten como mínimo 23% de los requerimientos de energía diaria, que equivale a un consumo de 70 Kcal/ Kg de peso; 48% de los requerimientos de proteína diaria, que representa a un 1.0 gramo/ Kg de peso; así mismo un consumo de 1300 mg de calcio por día lo que contribuye a la mineralización ósea óptima; y un consumo de 10 mg de zinc/día para favorecer el crecimiento adecuado ¹⁵.

Por otro lado; según Whaley y Wong, el niño durante ésta etapa, por lo general tiene muy buen apetito, come en abundancia y sin horario establecido, lo cual los padres deben tener en cuenta para evitar el establecimiento de hábitos alimenticios inadecuados. Por lo tanto es necesario cuidar éste aspecto, ya que en etapas posteriores el niño(a) tiende a padecer obesidad o desnutrición de tipo afectivo¹⁹.

según Durán S., la alimentación debe ser completa; incluyendo en los tres alimentos principales del día: desayuno, almuerzo y cena, y que sean alimentos de los tres grupos: Cereales, grasas y tubérculos que proporcionan la energía para poder realizar las actividades físicas, mentales, intelectuales y sociales diarias; Leguminosas y alimentos de origen animal que proporcionan proteínas para poder crecer y reparar los tejidos del cuerpo, y Agua, para ayudar a que todos los procesos del cuerpo se realicen adecuadamente y porque ella forma parte de nuestro cuerpo en forma importante²².

Los momentos de la alimentación según Vásquez C., son unos de los determinantes principales de la Cultura alimenticia, los cuales a su vez están regidos por los modelos de alimentación transmitidos de una generación a otra, es decir de persona a persona a través del tiempo. Así pues, se entiende como momentos de la alimentación, al instante en el cual se sirven y consumen los alimentos, abarcando los tipos de alimentos, el número y frecuencia de comidas, la compañía durante la alimentación, la persona que recibe las porciones selectas; el lugar y la persona que prepara, sirve y comen los alimentos¹⁴.

Los alimentos son todo aquello que comemos y bebemos. Es importante para nuestro cuerpo alimentarse varias veces al día, por eso si dejamos de hacerlo, sentiremos sed o hambre. Los alimentos permiten desarrollarnos físicamente, mantener nuestro cuerpo sano, mantener el calor del cuerpo, sustituir sustancias gastadas o estropeadas por otras nuevas y movernos, estudiar, hablar.

Existen tres tipos de alimentos; los de origen vegetal, animal o mineral:

- Origen vegetal: proceden de las plantas, tales como verduras, frutas, cereales o legumbres.
- Origen animal: proceden de los animales, tales como el pescado, las carnes, la leche o los huevos.
- Origen mineral: proceden de los minerales, tales como el agua o la sal.

Una dieta equilibrada ha de contener gran cantidad y variedad de alimentos para que las personas estén sanas y fuertes. Por este motivo, la dieta ideal cambia según la edad o trabajo que tengamos o la actividad física que desarrollemos.

Para seguir la pirámide alimenticia para niños tenemos que alimentarlos de forma variada y no abusar de las carnes o dulces ni olvidar las verduras. Es mejor, asimismo, tomar alimentos frescos y naturales y reducir aquellos envasados ³⁵.

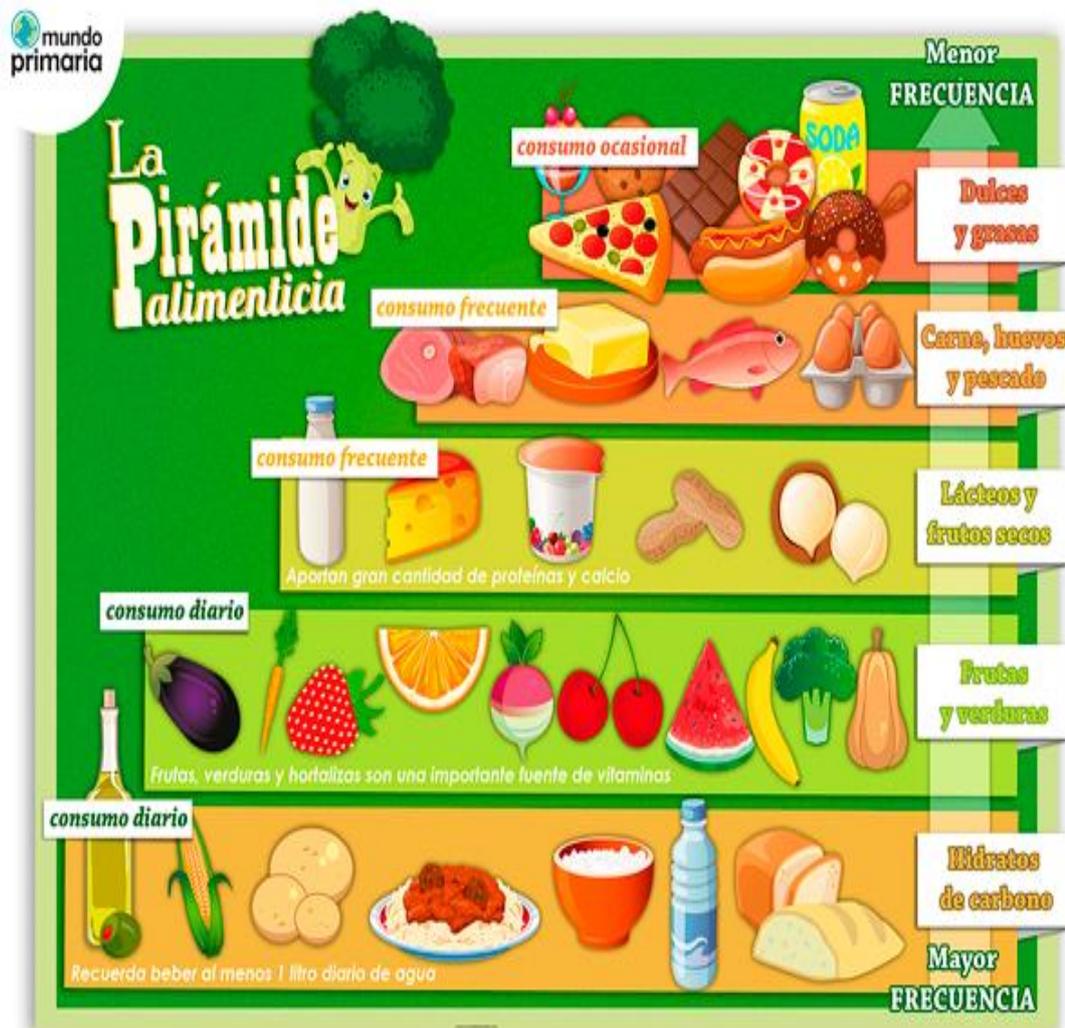
Los alimentos se pueden clasificar en cinco grupos dependiendo de su composición:

- Hidratos de carbono
- Frutos y verduras
- Lácteos y frutos secos
- Carne, huevos y pescado
- Dulces y grasas

Siguiendo la pirámide alimenticia para niños, tendremos que brindar hidratos, frutas y verduras todos los días, lácteos, frutos secos, carne, huevos y pescado dos o tres veces en

semana y dulces y grasas una o dos veces en semana y sin abusar.

La alimentación debe tomarse muy en serio ya que de ella dependemos para estar sanos y poder vivir muchos años. Si seguimos la pirámide alimenticia para niños podrán estar sanos y contentos y ellos se desarrollan adecuadamente ²³.



Teorías de Enfermería

“Cuidados Transculturales” de Madeleine Leininger.

Para dar sustento a ésta investigación y teniendo en cuenta que el estudio que se realizara es respecto a la Cultura Alimenticia del escolar, se trabajara a la luz de la teoría de los “Cuidados Transculturales” de Madeleine Leininger, quien basa su teoría en su convicción de que la cultura determina los patrones y estilos de vida que tienen influencia en las acciones y decisiones de las personas. Para Leininger la persona es un ser que no puede ser separado de su bagaje cultural; ya que sus expresiones y comportamientos reflejan los valores, enseñanzas y prácticas culturales. La persona se relaciona con su entorno y éste puede ser el ambiente físico, social, ecológico, etc.; el cual proporciona un significado a las experiencias en su vida; por esto, un comportamiento sólo es significativo en la medida en que se incluye en el entorno ²⁴.

Ésta teórica menciona que existen dimensiones estructurales, culturales y sociales, que incluyen valores religiosos, de parentesco, políticos, económicos, educativos tecnológicos y culturales que pueden influir en la conducta humana en diferentes contextos ambientales.

En su opinión Leininger afirma que las enfermeras deben proporcionar cuidados teniendo en cuenta en todo momento la cultura de la persona, para tratarla no sólo en base a su bagaje cultural sino también conocer sus formas de pensar y actuar, y en base a ese conocimiento realizar acciones que fomenten la modificación de aquellas costumbres negativas; y además de ello hace hincapié en tres aspectos fundamentales que se deben tener en cuenta en los cuidados Transculturales; dentro de los cuales señala: La Conservación o mantenimiento de los cuidados culturales, La Adaptación o Negociación de los cuidados culturales y la reorientación o reestructuración de los cuidados culturales ¹⁵.

En cuanto a la Conservación se refiere a ésta como las acciones o actividades profesionales de asistencia, apoyo, facilitación y capacitación que ayudan a las personas de una cultura determinada a recuperar o conservar su bienestar, a recuperarse de las enfermedades o a saber afrontar impedimentos físicos o mentales, o la misma muerte.

Es preciso mencionar entonces, que el trabajo de enfermería parte desde el conocimiento del contexto cultural en el que se desenvuelve el Ser Humano; en este caso el escolar; el cual abarca la familia y la escuela; y a partir de ello identificar no sólo a niños que padecen problemas nutricionales, sino a los que tiene prácticas inadecuadas de alimentación, puesto que en base a ello se podrán planificar cuidados de enfermería enfocados a promocionar la salud nutricional y prevenir la enfermedad; sin olvidar que en todo momento debemos respetar las costumbres, hábitos y creencias de las personas; puesto que no se trata de erradicarlas bruscamente sino de generar una Cultura de Alimentación adecuada a partir de la misma iniciativa de las personas involucradas.

Respecto a la Adaptación o Negociación, indica que son las acciones o actividades creativas profesionales de asistencia, apoyo, facilitación y capacitación que ayudan a las personas de una cultura determinada a adaptarse o llegar a un acuerdo con otras culturas, para así obtener resultados beneficiosos y satisfactorios del trato con personal sanitario profesional.

Esto señala que la persona no sólo se adapta a la influencia de la cultura familiar o de su entorno social, sino también tiene la capacidad de adaptarse a los diferentes cambios en Pro de su Salud, los cuales pueden ser fomentados por el personal de salud, especialmente por las enfermeras, como por ejemplo en el cuidado nutricional de los niños, en donde se involucre a las madres, puesto que es necesario que las buenas prácticas de alimentación empiecen por casa; y luego en la escuela ya que los

profesores son personas educadoras de gran importancia para los niños, puesto que son las personas a quienes más obedecen, admiran e imitan luego de los padres; de ésta manera con la intervención oportuna del profesional enfermero se logrará una cultura de alimentación óptima en los escolares.

Por último hace referencia sobre la Reorientación o Reestructuración de los cuidados culturales; señalando a ésta como las acciones o actividades profesionales de asistencia, apoyo, facilitación y capacitación que ayudan a las personas a reorganizar, cambiar y modificar en gran medida sus modos de vida para obtener nuevos modelos de atención sanitaria, diferentes y beneficiosos, y que, a su vez, respeten los valores y creencias culturales de las personas y les faciliten un modo de vida más beneficioso y saludable que el de antes de que se determinaran las modificaciones del acuerdo mutuo.

Así pues, un cuidado de enfermería beneficioso en la alimentación del escolar, no debe situarse sólo en la Adaptación de conductas adecuadas de alimentación tanto por parte del escolar, la familia, y la intervención de la escuela; sino que el logro máximo a alcanzar sería que tanto la familia y más específicamente la madre y/o cuidador con el escolar Reorienten sus prácticas y hábitos de Alimentación; es decir que por sí mismos, luego de la intervención del Profesional Enfermero en la Promoción de una Alimentación y Nutrición Saludable, continúen teniendo conductas adecuadas de alimentación; de ésta forma se garantiza que el cuidado sea efectivo; puesto que se habría generado una Cultura Alimenticia escolar Adecuada, previniendo así mismo problemas de salud en un futuro; puesto que la cultura que se forme en ésta etapa de vida perdurará constante en etapas posteriores.

Teniendo en cuenta entonces, las diversas concepciones respecto a cultura, cultura alimenticia, la importancia de la temática en la etapa escolar

y la teoría de Madeleine Leininger, cabe resaltar que la formación de los hábitos alimenticios de los escolares, van a estar influenciados por la cultura que se practique en su familia, dependiendo del tipo de familia en la que se desarrolle y forme el escolar, los horarios de alimentación, los ingresos económicos, ya que de ello, dependerá el tiempo en que los padres y/o cuidador cuiden a los niños o permanezcan trabajando, así mismo los conocimientos que tengan las madres y/o cuidador respecto a una dieta saludable, y agregado a todo ello las preferencias de los escolares hacia determinados alimentos; y la intervención de las escuelas como formadoras y participantes activas del proceso de consolidación de los hábitos alimenticios y con ello de la adecuación de su patrón cultural alimenticio.

“Modelo de promoción de la salud” de Nola Pender.

Esta teoría identifica en el individuo factores cognitivos-preceptuales que son modificados por las características situacionales, personales e interpersonales, lo cual da como resultado la participación en conductas favorecedoras de salud, cuando existe una pauta para la acción.

El modelo de promoción de la salud sirve para identificar conceptos relevantes sobre las conductas de promoción de la salud y para integrar los hallazgos de investigación de tal manera que faciliten la generación de hipótesis comprobables.

Esta teoría continua siendo perfeccionada y ampliada en cuanto su capacidad para explicar las relaciones entre los factores que se cree influye en las modificaciones de la conducta sanitaria.

El modelo se basa en la educación de las personas sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable.

“hay que promover la vida saludable que es primordial antes que los cuidados porque de ese modo hay menos gente enferma, se gastan menos recursos, se le da independencia a la gente y se mejora hacia el futuro”

METAPARADIGMAS:

Salud: Estado altamente positivo.

Persona: Es el individuo y el centro de la teorista. Cada persona está definida de una forma única por su propio patrón cognitivo-perceptual y sus factores variables.

Entorno: No se describe con precisión, pero se representan las interacciones entre los factores cognitivo- preceptuales y los factores modificantes que influyen sobre la aparición de conductas promotoras de salud.

Enfermería: El bienestar como especialidad de la enfermería, ha tenido su auge durante el último decenio, responsabilidad personal en los cuidados sanitarios es la base de cualquier plan de reforma de tales ciudadanos y la enfermera se constituye en el principal agente encargado de motivar a los usuarios para que mantengan su salud personal.

2.3.2. Sistematización de la variable 2.

Etapa escolar

Etapa escolar, según la clasificación establecida por el Ministerio de Salud del Perú (MINSA, 2006), se encuentra comprendida dentro de las edades 6 a 10 años; y es un periodo de crecimiento, en el cual el niño se desenvuelve dentro de un entorno más amplio (compañeros, familia y maestros), y su desarrollo se caracteriza por importantes logros en todos los aspectos. La etapa escolar o “edad creadora” es la época de construcción del sentido del deber y de la responsabilidad; así como de una gran aceleración de la socialización, con la consiguiente formación de la conciencia.

Así mismo, a ésta etapa por lo general se le denomina los años intermedios o “años escolares” y comienza con la entrada a la escuela, lo cual tiene un impacto importante en el desarrollo de los niños; ya que éste es el momento en el que se asocia con otros niños de su misma edad y aprende de la cultura de la infancia ²³. En éste periodo surge el anhelo de conocer y lograr propósitos, de la admiración hacia los maestros y otros adultos; y el microsistema social de la escuela desempeña un papel fundamental en el desarrollo emocional y social de los niños; sin embargo, aprende su rol social del progenitor del mismo sexo al identificarse con él o ella²⁴.

Según Eric Erikson, entre los 6 años y la primera adolescencia se alcanza un sentido de laboriosidad frente a inferioridad, descrito como el *estadio del logro*; esto supone el entusiasmo para desarrollar capacidades propias, las cuales se adquieren a través del proceso de educación formal y autodirigido. Los

intereses infantiles aumentan, el niño se muestra con un sentimiento y deseo creciente de Independencia, es decir quiere aprender tareas que pueda llevar a su finalización; y éste deseo se satisface mediante la exploración y manipulación del entorno y la interacción con sus semejantes. A menudo la adquisición de capacidades constituye un medio para alcanzar el éxito en las actividades sociales; sin embargo en ésta edad ningún niño es capaz de hacer todo bien y deben aprender que es imposible que dominen todas las capacidades que intenten ²³.

Por otro lado, la etapa escolar indica el periodo en donde se asientan los cimientos para las funciones de los adultos en el trabajo, en la diversión y en la interacción social; durante estos años tienen lugar importantes progresos en el desarrollo, los niños adquieren competencias en sus actividades físicas, cognitivas y sociales. La escuela y la experiencia educacional amplían el mundo del niño y constituyen una transición de una vida de juego relativamente libre a una vida de juego, aprendizaje, y trabajo estructurados. ²².

Así pues, la etapa escolar es un periodo de crecimiento estable, pero a la vez de un gran proceso de formación de conducta en los niños, en donde prima el aprendizaje de los modelos y enseñanzas transmitidas por la escuela, la socialización con su nuevo grupo de amigos, y los conocimientos y hábitos impartidos por parte de quienes ellos consideran su mejor ejemplo “los padres”; adquiriendo de ésta forma destrezas, conceptos nuevos y complejos gracias a los grandes cambios en el pensamiento y en las formas de aprender.

La alimentación de los niños escolares está determinada por los gustos y aversiones establecidos en los primeros años; y surge el denominado niño “caprichoso” o selectivo; y aunque por lo general al niño empiezan a gustarle una mayor variedad de comidas; debido a la fácil disponibilidad de tiendas de comidas rápidas, la inmensa variedad de “comida chatarra” tentadora que existe, y sumado a ello la falta de conocimientos de los padres y/o cuidadores sobre una dieta nutritiva o el control de la misma, es muy fácil que los niños se llenen de calorías vacías, y formen de ésta manera su Cultura Alimenticia Escolar, la cual perdurará constante en toda su vida ²³.

Durante ésta etapa de vida, el niño necesita de una dieta variada (con alimentos que aporten como mínimo 23% de los requerimientos de energía diaria y 48% de los requerimientos de proteína diaria.), y por lo general tiene muy buen apetito, come en abundancia y sin horario establecido. Por lo tanto es necesario cuidar éste aspecto, ya que en etapas posteriores el niño(a) tiende a padecer obesidad o desnutrición de tipo afectivo ²⁴, porque muchas veces por descuido de sus padres o debido a su ausencia durante la mayor parte del día por motivos de trabajo, son ellos quienes deben preparar y servir sus alimentos; asumiendo entonces una responsabilidad para la que no está preparado; o de lo contrario suelen quedarse bajo el poder de un adulto, ya sea abuelitos, tíos, vecinos o hermanos mayores, quien muchas veces no asumen con responsabilidad el cuidado de su alimentación, y no se cumple efectivamente con una dieta nutritiva para la edad, ni con horarios adecuados de comidas.

El niño escolar ha recibido una alimentación láctea durante su primer año de vida, cambiando progresivamente hacia una alimentación variada propia del hogar, adquiriendo de ésta forma en sus primeras etapas una determinada cultura alimenticia que consolidará al llegar a la de escolar, la cual ha sido transmitida por sus padres, en especial la madre quien lo alimenta de acuerdo a sus valores, creencias, costumbres, símbolos, representaciones sobre los alimentos y preparaciones alimentarias.

Cabe resaltar, que los niños escolares empiezan a desarrollar un tipo de alimentación aún más independiente del medio familiar que en el preescolar. Así en la formación de su cultura alimenticia interviene la supervisión de los padres y/o cuidadores; la cual ya no es tan estricta, puesto que los niños suelen desayunar rápida y escasamente; muchos llevan el desayuno a la escuela, ingiriéndolo a la hora del recreo; sin tener un horario adecuado de alimentación; así mismo, tienden a abusar de productos manufacturados de tiendas y además en ésta edad la influencia de los medios de comunicación como la televisión, en relación a la oferta de alimentos intervienen activamente en la adecuación de sus gustos y preferencias, y en las primeras concepciones que se formen respecto a la figura corporal ideal ¹⁸.

Teorías de Enfermería

“Modelo de adaptación” de Sor Callista Roy.

El modelo de adaptación de Roy es una teoría de sistemas, con un análisis significativo de las interacciones, que contiene cinco elementos esenciales:

- **Paciente:** lo define como la persona que recibe los cuidados.
- **Meta:** que el paciente se adapte al cambio.
- **Salud:** proceso de llegar a ser una persona integrada y total.
- **Entorno:** Condiciones, circunstancias e influencias que rodean y afectan el desarrollo y la conducta de la persona.
- **Dirección de las actividades:** la facilitación a la adaptación.

Para tratar estos cinco elementos se utiliza los sistemas, los mecanismos de afrontamiento y los módulos de adaptación, que dependen de tres clases de estímulo.

- **Focales:** son los que afectan en forma inmediata y directa a la persona en un momento determinado.
- **Contextuales:** son todos los demás estímulos presentes en la situación que contribuyen al efecto del estímulo focal.
- **Residuales:** corresponde a todas las creencias, actitudes y factores que proceden de experiencias pasadas y que pueden tener influencias en la situación presente, pero sus efectos son indeterminados.

2.4. Bases legales.

- La Declaración Universal de Derechos Humanos

Artículo 25: "Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, viudez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad".

- Ley 30021, Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes

Artículo 01: El cual supervisa y restringe la publicidad infantil que incentive el consumo de alimentos y bebidas no alcohólicas con grasas trans, alto contenido de azúcar, sodio y grasas saturadas.

- LEY N° 27337 - Código de los Niños y Adolescentes.

Artículo 32: Política.- La política de promoción, protección y atención al niño y al adolescente es el conjunto de orientaciones y directrices de carácter público, cuyo objetivo superior es garantizar sus derechos consagrados en la normatividad.

Artículo 33: Desarrollo de programas.- La política de atención al niño y al adolescente estará orientada a desarrollar:

a. Programas de prevención que garanticen condiciones de vida adecuadas;

b. Programas de promoción que motiven su participación y la de su familia y que permitan desarrollar sus potencialidades;

- **DECRETO NÚMERO 32-2005;** - Proyecto de ley N° 3981. Propone la creación del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria.

2.5. Definición de términos básicos.

- Alimentación. Es la ingestión de alimento por parte de los organismos para proveerse de sus necesidades alimenticias, fundamentalmente para conseguir energía y desarrollarse.
- Cultura. Los conjuntos de saberes, creencias y pautas de conducta de un grupo social, incluyendo los medios materiales que usan sus miembros para comunicarse entre sí y resolver sus necesidades de todo tipo.
- Cultura Alimenticia. Formación de hábitos alimentarios necesarios para mejorar la calidad de vida y que sirva de base y permita a la población la adopción de actitudes y prácticas alimentarias adecuadas y saludables.
- Edad escolar. Período comprendido entre los 6 - 10 años de edad aproximadamente, cuyo evento central es el ingreso a la escuela. A esta edad el niño cambia el ambiente cotidiano, dejando "fuera" a las personas que forman parte de su familia y de su mundo hasta entonces. Con su ingreso a la escuela el niño amplía más su contacto con la sociedad, y se inserta en el estudio, mismo que a partir de ese momento se establece como actividad fundamental de la etapa. El niño se enfrenta a un ambiente nuevo, donde debe aprender de sus profesores y lograr la aceptación de un grupo. Es precisamente en la escuela donde aprenderá y adquirirá las herramientas que le ayudarán a desenvolverse en el mundo adulto.
- Estado nutricional. Grado de adecuación de las características anatómica y fisiológicas del individuo, con respecto a parámetro considerados normales, relacionados con la ingesta, la utilización y la excreción de nutrientes.

- Nivel educativo. Los niveles de sistema educativo son: analfabetismo, educación inicial, educación primaria, educación secundaria y educación superior.
- Obesidad. Estado patológico que se caracteriza por un exceso o una acumulación excesiva y general de grasa en el cuerpo.
- Practicas alimenticias. Corresponde al término genérico que reúne el conjunto de las prácticas sociales relativas a la alimentación del ser humano. Influenciadas por la cultura, la religión o las tendencias, las prácticas alimentarias evolucionan con el tiempo.
- Reestructuración. Modificación de la manera en que está estructurada u organizada cierta cosa.
- Sobrepeso. Es el aumento de peso corporal por encima de un patrón dado. Para evaluar si una persona presenta sobrepeso, los expertos emplean una fórmula llamada índice de masa corporal (IMC), que calcula el nivel de grasa corporal en relación con el peso, estatura y talla.
- Tradiciones. Es cada una de aquellas pautas de convivencia que una comunidad considera dignas de constituirse como una parte integral de sus usos y costumbres. La tradición suele versar genéricamente sobre el conocimiento y también sobre principios o fundamentos socioculturales selectos, que por considerarlos especialmente valiosos o acertados se pretende se extiendan al común, así unas generaciones los transmitirán a las siguientes a fin de que se conserven, se consoliden, se adecúen a nuevas circunstancias.

CAPITULO III

3. Hipótesis y variables

3.1. Hipótesis general.

- Si se promueve la cultura alimenticia entonces se mejorará el estado nutricional en los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.

3.2. Hipótesis específicas.

- La cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016, no es la más adecuada para su estado nutricional.
- Existen factores en la cultura alimenticia que influyen significativamente en el estado nutricional de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.
- El estado nutricional de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016, está relacionado con la cultura alimenticia que ellos tienen.

3.3. Variables.

Variable independiente: Cultura alimenticia.

Variable dependiente: Escolares del 4°A y 4°B.

3.3.1. Operacionalización de las variables

Variables	Definición Conceptual	Dimensión	Indicadores – Ítems	Técnicas e instrumentos
Independiente Cultura Alimenticia	<p>Conjunto de valores, normas y formas de actuar aprendidos, compartidos y transmitidos dentro de un grupo determinado.</p> <p>Cultura alimenticia, determina los modelos de alimentación transmitidos de una generación a otra.</p>	<p>Factores que influyen en la alimentación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sociales • Económicos • Psicológicos • Educativos. <p>Cantidad y frecuencia de comidas</p> <p>Alimentos que más consumen.</p>	<p>¿Qué factores influyen en la alimentación de tu niño?</p> <p>¿Conoce usted que factores influyen en la alimentación de sus alumnos?</p> <p>Número de comidas diarias que recibe el escolar: 2, 3, 4 -5</p> <p>¿Qué tipos de alimentos ingiere?</p>	<p>Entrevista</p> <p>Pre test</p> <p>Post test</p>

<p>Dependiente</p> <p>Escolares 4° año</p>	<p>Es la etapa comprendida entre los 6 y 10 años de edad. El niño aprende a emprender actitudes, establece relaciones con sus compañeros, comienza a formar conceptos basados en la realidad.</p>	<p>a. Etapa escolar</p> <p>b. Evaluación Nutricional:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desnutrición • Riesgo de desnutrición • Normal • Riesgo de sobrepeso • Sobrepeso 	<ul style="list-style-type: none"> • Niños 9 años edad • Niños 10 años. <ul style="list-style-type: none"> • Inferior al percentil 3. • Del percentil 3-15. <ul style="list-style-type: none"> • Del percentil 16-85. • Del percentil 86-97. <ul style="list-style-type: none"> • Superior al percentil 97. 	<p>Entrevista</p> <p>Programa de salud infantil.</p> <p>Patrones de crecimiento infantil de la OMS</p>
--	---	--	---	--

CAPITULO IV

CAPITULO IV

4. Metodología de la investigación

4.1. Tipo y diseño de investigación.

Mixta: Cualitativa - cuantitativa, descriptiva, transversal, cuasi-experimental.

Los métodos de investigación mixta son la integración sistemática de los métodos cuantitativo y cualitativo en un solo estudio con el fin de obtener una “fotografía” más completa del fenómeno. Éstos pueden ser conjuntados de tal manera que las aproximaciones cuantitativa y cualitativa conserven sus estructuras y procedimientos originales (“forma pura”) o pueden ser adaptados, alterados o sintetizados (“forma modificada”).²⁶.

Con el fin de mezclar la investigación de una manera eficaz, los investigadores primero deben tener en cuenta todas las características pertinentes de la investigación cuantitativa y la investigación cualitativa.

EL objetivo de la investigación de métodos mixtos no es para reemplazar cualquiera de estos métodos, sino más bien a extraer de ambos métodos sus fortalezas y minimizar sus debilidades. Los métodos de investigación mixta son también un intento de legitimar el uso de múltiples enfoques para responder a las preguntas de investigación, en lugar de restringir o limitar las opciones de los investigadores (es decir, rechazar el dogmatismo).²⁷.

Descriptiva – Transversal, se va a describir, evaluar, promover las características de la Cultura Alimenticia que tienen los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016, en un momento dado.

Cuasi-experimental, es una forma de investigación experimental utilizada ampliamente en las ciencias sociales y la psicología, este método es muy útil

para medir las variables sociales. Son un método muy bueno para obtener una visión general y luego seguir con un estudio de caso o un experimento cuantitativo, para así centrarse en las razones subyacentes de los resultados generados.

4.2. Nivel de la investigación.

De acuerdo a la naturaleza del estudio de la investigación reúne por su nivel las características de un estudio explicativo de tipo:

- El nivel descriptivo documental, porque se interrelaciona la Promoción de la Cultura alimenticia, presente en la población de escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.
- El nivel de correlación de variables, porque esta investigación comprobaba una hipótesis a través de la incidencia de la variable independiente en la variable dependiente.

4.3. Métodos

Mixta – Positivista; porque se va a recolectar la información necesaria para el estudio y así analizar los datos, contestar preguntas de investigación, que se aplicó en la entrevista a los alumnos en edad escolar, sus padres o cuidadores y docentes de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del PP.JJ. Jorge Chávez – Chiclayo para luego realizar un programa educativo en mejora de su cultura alimenticia.

4.4. Población y muestra

Este tipo de investigación permitió trabajar con un grupo de escolares, madres y/o cuidadores del escolar, y profesores; a fin de revelar las

formas de alimentación que transmiten las madres y/o cuidador a los niños en ésta etapa de vida, así como también la intervención de los profesores desde el ámbito educativo, haciendo una especie de inmersión en la situación y el fenómeno estudiado; tratado de ésta forma de entender al otro poniéndose en su lugar, todo ello para lograr una interpretación y análisis óptimos de la información recolectada, a fin de revelar y caracterizar cómo es la cultura alimenticia de los escolares y una vez analizado poder realizar el programa educativo en mejora de su cultura alimenticia.

Se trabajó con los alumnos de la I.E. 10156; con las aulas de 4°A y 4°B; con la población total de:

4°A 13 alumnos turno mañana.

4°B 21 alumnos turno tarde.

Madres de familia o cuidadores del niño: 30.

Docentes 02.

4.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

4.5.1. Tipos de técnicas e instrumentos.

La recolección de datos se realizara mediante una Entrevista abierta a profundidad, la cual fue aplicada a los escolares, las madres y/o cuidador del escolar y a los profesores; ello con la finalidad de contrastar resultados mediante la Triangulación de datos. La Entrevista es una de las estrategias más utilizadas para obtener información en la investigación social; nos permitió recoger información sobre acontecimientos y aspectos subjetivos de las personas, creencias y actitudes, opiniones, valores o conocimiento, que de otra manera no estarían al alcance del investigador, se aplicó un pre test para evaluar el nivel de conocimiento de las madres antes del programa educativo brindado y un post test para

determinar si se logró promover la cultura alimenticia de estos escolares. ²⁸.

4.5.2. Procedimientos para la recolección de datos.

La Entrevista Abierta a Profundidad constituye un proceso de interacción específico y parcialmente controlado; en donde el esquema de preguntas y secuencia de las mismas no está prefijado; las preguntas suelen ser de carácter “abierto”, y el entrevistado tiene que construir la respuesta. Son entrevistas flexibles y permiten mayor adaptación a las necesidades de la investigación y a las características de los sujetos; el método de registro por lo general es la grabación de las entrevistas, procediendo posteriormente a la transcripción de los discursos sin alterar el contenido, logrando así facilidad en el análisis respectivo ²⁹.

4.5.3. Criterios de validez y confiabilidad de los instrumentos.

La entrevista fue validada por un juicio de expertos.

El juicio de expertos es un método de validación útil para verificar la fiabilidad de una investigación que se define como “una opinión informada de personas con trayectoria en el tema, que son reconocidas por otros como expertos cualificados en éste, y que pueden dar información, evidencia, juicios y valoraciones”.

Serán entrevistados los escolares, las madres y/o cuidadores de los escolares, y los profesores, quienes participaran de forma voluntaria; asignándole a cada uno un Seudónimo con la finalidad de mantener su dignidad y privacidad; considerando siempre el mantener la entrevista orientada hacia el fenómeno investigado.

Los primeros minutos se utilizaran para dialogar de manera informal antes de comenzar a interrogar estableciendo una relación empática donde se le dará a conocer el consentimiento informado que garantizara el carácter de anonimato y confidencialidad del estudio; posterior a ello se iniciara con una pregunta en general; y después se animara al sujeto a seguir dialogando.

CAPITULO V

CAPITULO V

5. ANALISIS Y RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

5.1. Resultados de la Investigación

El resultado de la investigación se da a través del análisis temático de datos; el cual parte de datos textuales, se trata de descomponer el Corpus en unidades para proceder posteriormente a su agrupamiento en categorías siguiendo el criterio de analogía. Es decir, considerando las similitudes o semejanzas que existen entre éstas en función de criterios preestablecidos³⁰.

Luego de realizar la recolección de datos a través de las entrevistas realizadas a los escolares como sujeto de estudio, así como también a las madres de familia y/o cuidadores de los escolares, y al profesor Tutor de la Institución Educativa con la finalidad de contrastar resultados; se procedió a la transcripción de los datos obtenidos de cada entrevista y a una la lectura minuciosa de los mismas, para poder identificar, analizar y posterior a ello caracterizar la cultura alimenticia de los escolares de la I.E. N°10156 Pueblo Joven Jorge Chávez.

Los datos fueron analizados a través del análisis Temático, obteniendo como resultado 4 Categorías con sus respectivas subcategorías y unidades de análisis; las cuales se detallan a continuación:

1. IDENTIFICANDO LOS MODELOS DE ALIMENTACIÓN TRANSMITIDOS A LOS ESCOLARES EN EL HOGAR.

- 1.1. Alimentándolo de acuerdo al lugar de procedencia de los padres.
- 1.2. Identificando la ingesta diaria de las comidas básicas en el hogar.

1.3. Describiendo los momentos en que se sirven y consumen los alimentos.

2. CARACTERIZANDO EL REFRIGERIO ESCOLAR.

2.1. Identificando la ingesta de alimentos durante la hora del recreo.

3. CREENCIAS Y CONDUCTAS QUE INFLUYEN EN LA FORMACIÓN DE LA CULTURA ALIMENTICIA DE LOS ESCOLARES.

3.1. Creencias erróneas de la madre en relación a la alimentación.

3.2. Identificando conductas generadoras de Cultura alimenticia.

4. OBSTÁCULOS PARA LA FORMACIÓN DE UNA ADECUADA CULTURA ALIMENTICIA:

4.1 . Bajos ingreso económicos, y disponibilidad de tiempo.

4.2 . Ausencia y falta de compromiso de la madre y/o familiar cuidador.

4.3 . Desconocimiento sobre la importancia de las mezclas y preparación de los alimentos.

4.4 . Influencia de los medios de comunicación.

1. IDENTIFICANDO LOS MODELOS DE ALIMENTACIÓN TRANSMITIDOS A LOS ESCOLARES EN EL HOGAR.

Las pautas de conducta que rigen nuestras vidas domésticas están fuertemente arraigadas en la tradición y, siendo la familia el primer escenario de la convivencia social, toda transformación que en ella se produce tiene enorme trascendencia en el ejercicio de las funciones

socializadoras y educativas que se derivan de ella provocando cambios y tendencias en el consumo de alimentos³¹.

De esta categoría, emergen las siguientes subcategorías:

1.1 Alimentándolo de acuerdo al lugar de procedencia de los padres:

La forma de alimentarse de las poblaciones está estrechamente ligada a su estructura organizativa y a la distribución de papeles de los miembros que constituyen los diferentes grupos. Según (Duran C.³²) es de gran importancia el medio familiar en la transmisión de hábitos alimentarios adecuados, que nos permite afirmar que los modelos familiares con los que los escolares conviven, tienen una gran fuerza de implantación, muy especialmente en los primeros años de vida; reflejándose con los siguientes discursos:

“...Mi mamá siempre me da de comer yuca, camote, papa, mote; en mi desayuno me da papa sancochada con queso, arroz siempre todos los días, sopa de papas con carne, avena con leche...”. (Escolar)

Durán S³³, sostiene que la influencia del ámbito familiar, y cultural en la alimentación, es decisiva para lograr buenos hábitos de alimentación, ya que desde temprana edad se proporcionan determinados tipos de alimentos, y en determinados horarios, los cuales muchas veces están regidos de acuerdo a las costumbres familiares, es decir lo que a las madres se les inculcó desde niñas en su lugar de procedencia; así mismo se deja notar que la tradición alimenticia es un determinante de la comida de cada día, lo cual forma las preferencias y aversiones que manifiestan los individuos. Ello también se puede corroborar con las manifestaciones brindadas por las madres de familia y/o familiar cuidador; encontrando de esta forma las siguientes unidades de análisis:

“...El arroz es algo que se come a diario, ellos no perdonan ni un día que no les haga arroz, también comemos seguido el mote, la yuca, el plátano verde, los camotes, tamalitos que cocino, ya se han acostumbrado, eso es lo que yo siempre he comido desde que estaba en mi tierra (Ayabaca) ... lo que es pollo, la carne, el pescado muy poco porque no alcanza para comprar eso; antes sí comíamos más, pero ahora a veces le doy su comida así no más sin carne, con su papita estofada, la verdura no la comemos mucho, no les gusta, y casi siempre la dejan...” (Madre).

“...Aquí en mi casa comemos bastante la yuca, el camote, la papa sancochada o frita, el arroz; por ejemplo yo prefiero darle a mi hijito arroz calentadito con guiso en el desayuno o su buen plato de yucas con su huevo frito como nos daban antes en mi tierra (Jaén), que darle pan, porque no lo llena, cuando le tengo que dar pan me sale caro porque él come hasta 1 sol de panes (10 panes)...” (Madre)

De este modo, al interactuar con las madres de los escolares, ellas refieren que alimentan a sus menores hijos de acuerdo a como fueron alimentadas ellas, y que además las dietas que preparan son en base a alimentos baratos, acorde con sus posibilidades, refiriendo que dichos alimentos son nutritivos porque a ellas las alimentaron así en su Pueblo natal; siendo en su mayoría procedentes de lugares de la Sierra y Selva Peruana; tales como Jaén, San Ignacio, Chota, Amazonas, entre otros.

1.2 Identificando la ingesta diaria de las comidas básicas en el hogar:

La etapa escolar según Medellín, G. ¹⁸, es un periodo de crecimiento estable, pero a la vez de un gran proceso de formación de conducta en los niños, en donde prima el aprendizaje de los modelos y enseñanzas transmitidas por la escuela, la socialización con su nuevo grupo de amigos, y los conocimientos y hábitos impartidos en el hogar,

por parte de quienes ellos consideran su mejor ejemplo “los padres”; adquiriendo de ésta forma destrezas, conceptos nuevos y complejos gracias a los grandes cambios en el pensamiento y en las formas de aprender.

Durante ésta etapa de vida, el niño necesita de una dieta variada, con alimentos que aporten como mínimo 23% de los requerimientos de energía diaria, que equivale a un consumo de 70 Kcal/ Kg de peso; 48% de los requerimientos de proteína diaria, que representa a un 1.0 gramo/ Kg de peso; así mismo un consumo de 1300 mg de calcio por día lo que contribuye a la mineralización ósea óptima; y un consumo de 10 mg de zinc/día para favorecer el crecimiento adecuado ³²

Es importante que los padres preparen dietas equilibradas y nutritivas, de modo que fomente un buen crecimiento y desarrollo; y prevenga futuros problemas de salud; la dieta ideal debe ser baja en grasas, alta en calcio y carbohidratos complejos (almidón y fibras) y suficiente, pero no excesiva, en calorías. Así, encontramos que según los escolares, su alimentación está basada en los siguientes alimentos que a continuación se citan en las siguientes unidades de análisis:

“...Yo tomo mi desayuno, como mi almuerzo y mi merienda... en mi desayuno como pan con cocoa, o sino café, o té, a veces tortilla de huevo; antes tomaba leche pero ahora no porque no le alcanza a mi mamá para comprarla; cuando a veces me hago tarde no tomo nada y traigo un pan con café para comer a la hora de recreo (10 de la mañana)...en mi almuerzo como a veces arroz con papa y guiso, o sino mi mamá prepara sopa de fideos y nada más... en la noche mi mamá hace aguadito y cuando no hay nada para comer tomo manzanilla o té nada más...” (Escolar)

“...Yo tomo mi desayuno, mi almuerzo y a veces merienda en las noches... en el desayuno como a veces arroz con pollo que mi mamá

hace temprano para el almuerzo, ella se va a trabajar, vende golosinas y regresa a las 10 de la noche y deja cocinado el almuerzo; a veces también desayuno sopa; o sino como pan con mantequilla y café o té... en mi almuerzo a veces como sopa de carne, arroz con tortilla de huevo o huevo frito; o papa frita ... y en la noche compro salchipollo, o si queda del almuerzo comemos, pero a veces no comemos nada porque mi mamá llega a las 10 de la noche y como no hay nada para comer, nos encuentra durmiendo...”(Escolar)

Teniendo en cuenta las manifestaciones de los escolares se entiende que las características de una alimentación nutritiva no siempre se cumple; según Durán S³⁶, ésta debe ser completa; incluyendo en los tres alimentos principales del día: desayuno, almuerzo y cena, y que sean alimentos de los tres grupos: Cereales, grasas y tubérculos que proporcionan la energía para poder realizar las actividades físicas, mentales, intelectuales y sociales diarias; Leguminosas y alimentos de origen animal que proporcionan proteínas para poder crecer y reparar los tejidos del cuerpo, y Agua, para ayudar a que todos los procesos del cuerpo se realicen adecuadamente y porque ella forma parte de nuestro cuerpo en forma importante³². Así mismo según las manifestaciones de las madres de familia y/o familiar cuidador, encontramos las siguientes unidades de análisis:

“...Hay días en que desayunamos pan con café y mantequilla; o sino una taza de avena; cuando ha quedado comida del día anterior eso le doy calentándola para que coma...En el almuerzo come todos los días arroz, puré, o sopita de huesitos, porque no siempre hay para la carne. Leche y fruta come muy poco en realidad, ahora todo está caro y no alcanza para comprarlas, a veces puede ser un platanito o una mandarina... ya en las noches come algo leve un pancito con café, o con su tecito...”(Cuidadora)

“...Hay días que amanece y no hay nada para darle, y sólo toma una manzanilla...Cuando puedo comprar leche, le doy para que tome;

pero es muy raro que le pueda dar ...mayormente desayuna cocoa, hierba luisa o manzanilla, con uno o dos pancitos que puede ser con mantequilla, o sino puritos, como le digo a veces no hay nada para darle por eso en la noche trato de guardar mi comida y le doy en su desayuno aunque yo no coma nada...en la tarde a veces no tengo para darle carne y le doy arrocito puro con sopa de fideo, o sino con plátano frito; o su tortilla de huevo para que alcance para todos; a veces se puede hacer sopa de pollito, de huevo o huesitos de la carne; porque la carne pura está cara, también hago sopa de verduras, mayormente hago sopa y muy pocas veces hago segundo; yo cocino y ella se sirve...En las noches no siempre se come; cuando no hay nada le doy de tomar sólo anís o manzanilla; pero cuando hay, le doy una taza de avena, o sino aguadito con menudencia...” (Madre)

La alimentación diaria de los escolares está basada en alimentos poco nutritivos, cada comida del día, desde el desayuno, almuerzo y cena no es lo suficiente beneficiosa para el crecimiento y desarrollo de los niños quienes según Aguilar J.³³, debido al aumento en los deberes escolares, un mayor empleo de su capacidad intelectual, social, así como también el incremento de las horas de estudio, deben consumir una alimentación balanceada que cubra todas sus necesidades nutricionales. Conviene así por ejemplo, que el desayuno sea abundante y contenga una representación de todos los grupos de alimentos, para que los niños puedan desarrollar con normalidad su actividad escolar.

Las proteínas de la dieta según Aguilar J.³³, deben ser tanto de origen animal como vegetal, lo cual no se observa en la alimentación de estos escolares, quienes por pertenecer en su mayoría a un estrato económico bajo no consumen carnes, lácteos, frutas y vegetales; refiriendo las madres que son alimentos caros que no están al alcance de sus posibilidades como para darles todos los días a sus menores hijos, por lo cual la mayoría de días les ofrecen de comer sopa de

huesos de la carne, o sino arroz puro con papa guisada, entre otras comidas, cuya presentación se torna poco atractiva para los niños, lo cual genera en algunos un menor apetito.

1.3 Describiendo los momentos en que se sirven y consumen los alimentos:

Los momentos de la alimentación según Vásquez C. ¹⁷, son unos de los determinantes principales de la Cultura alimenticia, los cuales a su vez están regidos por los modelos de alimentación transmitidos de una generación a otra, es decir de persona a persona a través del tiempo. Así pues, se entiende como momentos de la alimentación, al instante en el cual se sirven y consumen los alimentos, abarcando los tipos de alimentos, el número y frecuencia de comidas, la compañía durante la alimentación, la persona que recibe las porciones selectas; el lugar y la persona que prepara, sirve y comen los alimentos.

Es así pues, que al hablar de los momentos de la alimentación, es importante destacar que muchas veces por descuido de los padres hacia el escolar o debido a su ausencia durante la mayor parte del día por motivos de trabajo, son ellos (los escolares) quienes deben preparar y servir sus alimentos; asumiendo entonces la responsabilidad que no está preparado para asumir; o de lo contrario suelen quedarse bajo el poder de un adulto, ya sea abuelitos, tíos, vecinos o hermanos mayores, quien muchas veces no asumen con responsabilidad el cuidado de su alimentación, y no se cumple efectivamente con una dieta nutritiva para la edad, ni con horarios adecuados de comidas. Ello se ve reflejado en las siguientes unidades de significado:

“...Mi mamá cocina y deja preparada la comida porque se va trabajar temprano y regresa a las 10 de la noche; yo llego del colegio a calentar la comida para mí y mis hermanitas y les sirvo a ellas primero a las 2

de la tarde, y yo como más tardecito porque a veces no me da hambre... nosotras comemos solas; y cuando no nos gusta la comida, comemos un poquito nada más; aunque por el hambre comemos casi todo...” (Escolar)

“...Mi mamá cocina en la mañana, mi abuelita en las noches y yo en las tardes porque mi abuelita trabaja cuidando niños en la casa... en mi almuerzo hago arroz con huevo frito y sopa; y sirvo para mi hermano y para mí, los dos comemos solos todos los días, como a las 2:30 o 3 de la tarde, depende de cuánto me demore en cocinar...” (Escolar)

De este modo, se entiende que los padres dejan a sus menores hijos la responsabilidad no sólo de servir su comida, sino también delegan en algunos casos la responsabilidad de preparar los alimentos, no estando ellos lo suficientemente capacitados para reconocer qué alimentos son los más nutritivos para cocinar, y además de ello, son los menores quienes deben alimentar a sus hermanitos que son aún mucho más pequeños que ellos; provocando de ésta forma que los momentos de alimentación no sean los propicios ni los más adecuados para ellos; así como también exponiéndolos al riesgo de sufrir algún accidente, como las quemaduras, ello debido al manejo del fuego para la preparación de los alimentos y las mismas condiciones de la vivienda, las cuales en algunos casos presentan cocinas que funcionan a base de carbón, kerosene, leña u otros productos peligrosos que no son de fácil manipulación.

Según Erik Erickson, el escolar atraviesa por la etapa de laboriosidad o industriiosidad frente a la inferioridad, lo cual quiere decir que en ésta etapa, el escolar empieza a desarrollar el sentido de la división del trabajo, y empezará a realizar actividades cada vez más complejas, adoptando nuevas tareas y capacidades, incrementando su productividad; por lo cual es importante que los padres asignen

responsabilidades a los niños; sin embargo éstas deben estar de acuerdo a sus capacidades; por ello el asignar la tarea de cocinar es algo beneficioso para el aprendizaje y formación de la responsabilidad del niño, siempre y cuando no se delegue la función totalmente, es decir no se llegue a una situación en la que el escolar se sienta obligado a preparar diariamente sus alimentos y alimentar a sus hermanos menores, limitándoles el tiempo para realizar las actividades diarias propias de su edad, ocasionando que los horarios de alimentación no sean los adecuados.

2. CARACTERIZANDO EL REFRIGERIO ESCOLAR.

La escuela según el Ministerio de Salud del Perú (MINSa) ³⁴, es un espejo de la sociedad, de la capacitación y vocación de los profesores, de los recursos materiales con que cuenta, de la valoración de los padres hacia la educación de los hijos y de su participación en la misma. En la escuela el niño, además de pasar la mayor parte del día, recibe la influencia de sus compañeros o niños de su misma edad, así mismo de adultos significativos, como profesores, entrenadores o ídolos deportivos; puesto que en ésta etapa las amistades y otros contactos adquieren mucha importancia en el niño.

2.1 .Identificando la ingesta de comida chatarra a la hora del recreo.

La escuela es uno de los lugares donde los niños y niñas también se alimentan corporalmente a través de los refrigerios escolares, comedores o de los kioscos, y en donde se pueden formar hábitos de alimentación adecuados e inadecuados, así como buenas prácticas de higiene alimenticia, de modo que se adquieran comportamientos y actitudes que contribuirán a la solución de problemas de salud y ambientales³³.

Como ya se ha mencionado durante los primeros años de la persona se forman los hábitos alimenticios, por lo cual los padres deben considerar que para los niños escolares es importante ofrecerles alimentos que les proporcionen energía y vitalidad como hierro, magnesio y todas las vitaminas del complejo B como atún, pera, plátano, pollo, chirimoya entre otros; los refrigerios deben ser saludables, nutritivos y ligeros, siendo lo más indicado para la alimentación de los niños los lácteos como queso o yogurt; frutas frescas al natural o en jugos; verduras como lechuga, tomate, zanahoria, entre otros ³⁴; sin embargo muchas veces la realidad es diferente puesto que muchos padres envían a sus hijos dinero, por lo cual ingieren alimentos con alto contenido en azúcares, hidratos de carbono y grasas; fomentando en ellos la preferencia por aquellos alimentos “chatarra” que son de fácil disponibilidad, como por ejemplo las golosinas¹⁹.

Tal es así que según las presentes unidades de análisis, encontramos que los escolares a la hora del recreo tienen preferencia por los siguientes alimentos:

“...Con mis 0.30 céntimos que me da mi mamá para el colegio; compro galletas, chizitos, caramelos, chicles, chifles... me gustan los helados; también la papita rellena, el arroz chaufa; los chees tres...”
(Escolar)

“... yo compro en el recreo cancha, manzana de dulce, marcianos, chupetines, galletas, chocolates...” (Escolar)

Esto se corrobora con el relato de la madre:

“...le mando a veces 0.20 o 0.30 céntimos; y él comprará marcianos, chicles, galletas casino, chizitos, dulces eso es lo que más le gusta... Por él comiera todas las golosinas que pudiese, pero come de vez en

cuando, cuando le doy dinero que no es mucho tampoco; y supongo que en el colegio también come dulces...". (Madre)

La preferencia de los escolares hacia determinados alimentos es un aspecto importante de destacar en la formación de su cultura alimenticia; ya que según Menenghello J ³⁵, cuando los escolares se desarrollan dentro del ambiente de la escuela, bajo el influjo de sus compañeros, y con libre elección para consumir lo que deseen; se alejan en gran medida de los patrones alimentarios recomendados, sintiendo gran preferencia por los dulces, helados, golosinas diversas, etc., que pueden afectar significativamente el comportamiento alimentario del escolar y fomentar en ellos una cultura alimenticia inadecuada con hábitos negativos, que persistirán en etapas posteriores.

3. CREENCIAS Y CONDUCTAS QUE INFLUYEN EN LA FORMACIÓN DE LA CULTURA ALIMENTICIA DE LOS ESCOLARES:

Las creencias y conductas influyen notablemente en la formación de la cultura alimenticia y en la predisposición al consumo de determinados tipos de alimentos a lo largo de nuestra vida. Por su parte, las creencias según Defez I. ³⁶, son una fuerza muy poderosa dentro de nuestra conducta; éstas pueden estar relacionadas con diferentes aspectos, tales como los estilos de vida, la manera de comportarse, los modos de alimentarse, etc.; y pueden moldear, influir y hasta determinar nuestra salud, la manera en que nos relacionamos e incluso nuestro grado de felicidad y de éxito.

3.1 Creencias erróneas en relación a la alimentación:

Las experiencias tempranas del niño con la comida, y en especial las prácticas alimentarias de los padres tienen fundamental importancia en los hábitos de alimentación desarrollados por los individuos.

La madre según Bustamante E.³⁷; es la responsable de incorporar al niño a las prácticas alimentarias y al contexto social de la familia. Este rol lo ejerce con la participación de un entorno familiar variable. Por ejemplo en ambientes pobres, es frecuente que la familia sea de tipo extendida, donde la madre vive en el hogar de los abuelos, junto a su(s) hijo(s) y al padre de su(s) hijo(s). Bajo éste contexto es muy fácil que la madre sufra el influjo de sus familiares respecto a los alimentos y le atribuya a un grupo determinado de éstos ciertas características; que se constituirán en creencias, las mismas que estarán presentes cada vez que tenga que alimentar a su menor hijo; así por ejemplo encontraremos que para ellas ciertas frutas son “frías”, “pesadas”, o que ciertas comidas son “sustanciosas” por su alto contenido en grasas. Todo ello se ve reflejado en las siguientes unidades de análisis:

“...Como ella se enferma de sus bronquios, mayormente no le doy fruta para que coma en la casa o lleve al colegio porque la fruta es fría y le vaya a hacer mal, le doy solamente y de vez en cuando un plátano de la isla; lo que sí le doy para que lleve es una galletita de soda o de sal, le mando un frugo, o gelatina...” (Madre).

“...la sustancia de la carne está en el huesito, ahí están las vitaminas y por eso yo le hago a la sopa todos los días, porque es un algo bien nutritivo para los niños...” (Madre)

“...yo le doy mayormente la sopa, muy poco el segundo; porque a mí me parece que la sopa es mucho más nutritiva; todo depende de cómo

se haga; además aunque uno quisiera darle una comida mejor no puede porque no alcanza el dinero...". (Madre)

Según Murillo S.³⁸, las tradiciones que existen en nuestra población relacionadas con la salud, se reflejan en la alimentación de los niños y en el manejo y tratamiento de las enfermedades, especialmente aquellas que podrían relacionarse con alguna forma de malnutrición. Por ejemplo, la madre puede suprimir o restringirle al niño ciertos alimentos durante períodos de enfermedad, o por el contrario, ofrecerle remedios inadecuados o perjudiciales a su salud. De tal forma, el efecto secundario de una enfermedad puede ser mucho más grave que su efecto primario, siendo este fenómeno más notorio en sociedades tradicionales de bajo nivel educativo.

Encontramos que muchas de las madres alimentan a sus hijos de acuerdo a sus creencias, valores, costumbres, símbolos, representaciones sobre los alimentos y preparaciones alimentarias ². Según lo que ellas refieren al niño (a) no se le debe dar fruta cuando sufre de los bronquios porque la fruta es "*fría*"; o también que en "*el hueso de la carne está lo nutritivo*"; y que "*la sopa es más nutritivo que el segundo*". Teniendo en cuenta ello, es preciso señalar que existen creencias importantes para la alimentación del escolar, que repercutirán sobre su estado de salud; puesto que muchas veces son erróneas, tal y como las que se han citado, ya que desde el punto de vista analítico las madres estarían prohibiendo a sus menores ciertos tipos de alimentos nutritivos como son las frutas, y estarían brindándoles una alimentación deficiente al darles sólo sopas.

3.2 Identificando conductas generadoras de Cultura alimenticia:

La conducta según Osorio E.¹, es un conjunto de actos de un hombre, exteriores y visibles para su observador; que revela más que sus palabras, sus verdaderos pensamientos, sus propósitos y sus ideales.

Cuando hablamos de conducta, aludimos en primera instancia, a las actividades claras y evidentes observables por los demás: como caminar, hablar, la actividad cotidiana; etc.; a los cual se le denomina conducta evidente por ser externamente observable.

Así pues, la conducta alimentaria se define como el comportamiento normal relacionado con: los hábitos de alimentación, la selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos; y que según Martínez M.³⁹, en el caso de los escolares puede estar influenciada por diversos factores, tales como las costumbres en el hogar en relación a la alimentación, la participación de los amigos en la escuela, papel fundamental, puesto que los escolares tienden a imitar comportamientos; la diversidad de productos “chatarra” existentes en el mercado y los medios de comunicación. Así encontramos la siguiente unidad de análisis que refleja la conducta de los escolares en relación a la alimentación:

“...cuando voy a comprar algo, veo primero qué compran mis amigos y compro lo mismo, a ellos les gusta comer caramelos, chicles, galletas y a mí también... cuando yo tengo algo que les gusta les invito, y ellos a mí también me invitan lo que han comprado...”.
(Escolar)

Respecto a ello, se puede evidenciar que la conducta alimenticia de los escolares, responde hacia la actitud mostrada por sus compañeros de escuela; es decir tiende hacia la imitación; ya que ellos mismos refieren *“veo primero que compran mis amigos y yo como lo mismo”*; así mismo *“cuando yo tengo algo que les gusta les invito, y ellos a mí también me invitan lo que han comprado”*. Según Maham K.⁴⁰, a medida que los niños crecen, su mundo se expande y sus contactos sociales adquieren más importancia; la influencia de sus compañeros aumenta con la edad y se proyecta a las actitudes y opciones de

alimentos. Esto se manifiesta por una renuencia súbita a consumir un alimento o pedir algún alimento “popular” actual.

Así pues, lo mismo ocurre con la alimentación el escolar puede verse fuertemente influenciado por su grupo en cuanto a la compra de alimentos, estableciendo sus preferencias en base a las preferencias de sus compañeros; manteniendo de ésta forma un consumo excesivo de alimentos “chatarra”, los cuales como refieren ellos *“comparten entre amigos”*, siendo de su preferencia los caramelos, chicles, galletas, entre otros. Ello se puede corroborar lo que los profesores manifiestan en las siguientes unidades de análisis:

“...El niño aprende por imitación; si ve comiendo un determinado alimento o tal vez un dulce a otro niño, de hecho que va a querer; o si la mamá lo acostumbra a comer ciertos alimentos y a ciertos horarios lo va a hacer...”. (Profesor)

En los seres humanos según Osorio E. ¹, los modos de alimentarse, preferencias y rechazos hacia determinados alimentos están fuertemente condicionados por el aprendizaje y las experiencias vividas en los primeros años de vida. En general, el niño incorpora la mayoría de los hábitos y prácticas alimentarias durante las primeras etapas de vida, percibiendo conductas, conocimientos, y actitudes; que son dados por la familia, y que pueden ser buenos o perjudiciales; a su vez configura su propia conducta alimenticia.

Las conductas de alimentación que el niño forme en ésta etapa de vida, se ven fuertemente influenciadas por las costumbres de alimentación en casa; ello se deja notar en lo que refieren los profesores *“si la mamá lo acostumbra a comer ciertos alimentos y a ciertos horarios el niño lo va a hacer”*, por lo cual se entiende que si al escolar se le brinda una alimentación balanceada en base a alimentos nutritivos y variados, y se le educa respecto a la importancia

de los mismos para una buena salud, va a ser menos fácil que se deje llevar por sus compañeros u otras personas e imite hábitos inadecuados de alimentación, y mantenga un consumo excesivo de comida chatarra.

4. OBSTÁCULOS PARA LA FORMACIÓN DE UNA ADECUADA CULTURA ALIMENTICIA.

La alimentación según Martínez M.⁴¹, ha ido cambiando a lo largo de la historia y lo seguirá haciendo con el tiempo, dado que es una necesidad que fluctúa con los gustos, con las sociedad, con las costumbres, con el bombardeo de información que se puede hacer desde el exterior; y con la aplicación de nuevas tecnologías.

4.1 Bajo ingreso económico y disponibilidad de Tiempo.

Uno de los principales obstáculos en la formación de la cultura alimenticia escolar, es el económico; el cual influye notoriamente en la disponibilidad de tiempo de los padres para alimentar correctamente a sus menores hijos. El factor socioeconómico según Dugas B.⁴⁵, cobra gran importancia en la alimentación correcta de los niños, tal es así que en las familias de ingresos altos la ingestión de nutrientes es más adecuada que en la de ingresos y educación más bajos, quienes son los que presentan la mayor parte de los problemas nutricionales.

Es preciso señalar también que las familias con bajos ingresos económicos como en el caso de los sujetos de investigación, son la que tienen menor disponibilidad de tiempo para el control de la dieta de sus menores hijos, ya que ambos padres son quienes deben de trabajar para cubrir los gastos del hogar; o en muchas ocasiones existen hogares disfuncionales, en los que la madre es padre y

madre para los niños, y por lo cual se ve obligada a trabajar puesto que ella es el único sustento de la familia; dejando el cuidado de sus hijos bajo el poder de terceros, ya sea abuelitos, tíos, vecinos o hermanos mayores, quien muchas veces no asumen con responsabilidad el cuidado de su alimentación, y no se cumple efectivamente con una dieta nutritiva para la edad, ni con horarios adecuados de comidas²⁰. Teniendo en cuenta ello, refieren en el siguiente discurso:

“...Su papá no le pasa nada de pensión, ni para su comida siquiera le da, mi hija tiene que trabajar para mantener a sus hijos, mientras yo los cuido; pero como yo también trabajo cuidando niños dentro de mi casa, no tengo tiempo para hacer el almuerzo y él solito lo hace; no hará gran cosa pero cocina; y sirve para él y su hermanito; los dos comen solitos casi siempre...”. (Cuidadora)

“...a veces la situación económica es difícil, hay días regulares en que ingresa un poco más de dinero a la casa, pero hay otros en los que ingresa muy poco, y uno tiene que estar ingeniándose para que alcance para la comida de todo el día, y los gastos que puedan surgir porque mis cuatro hijos estudian... a mí me gustaría darle un postre, porque el a veces me pide, darle fruta todos los días, pero no puedo darle... tampoco puedo darles leche todos los días porque no alcanza con 1 litro o 1 tarro para mis cuatro hijos, y para comprar 2 litros con un ingreso diario de 9 soles imagínese ya prácticamente me alcanzaría para darle desayuno nada más...”. (Madre)

Como se evidencia en los relatos, la mayoría de hogares pertenecen a un estrato socioeconómico bajo, en donde el ingreso económico diario es inferior a lo que se requiere para mantener niveles óptimos de alimentación, y en los cuales las madres son madres solteras, que han sido abandonadas por la pareja, quedando responsables no sólo de la alimentación de sus hijos, sino de la vivienda, vestido y educación. Según Maham K.⁴⁴, el número creciente de hogares encabezados por

la madre, conlleva a que éstas familias sean cada vez más vulnerables a múltiples tensiones, incluido un estado de salud y nutricional marginal, debido a la falta de trabajo, cuidados de niño y seguro de salud.

4.2. Ausencia y falta de compromiso de la madre y/o familiar cuidador:

La familia nuclear “tradicional” según Maham K.⁴², compuesta por dos padres con un solo ingreso, se ha modificado en los últimos decenios. Casi tres cuartas partes de las mujeres con niños en edad escolar trabajan fuera del hogar; por tanto los niños consumen una o más comidas en las guarderías, comedores o en escuelas; e inclusive llegan a ser ellos mismos quienes en casa preparen sus propios alimentos. En virtud de las limitaciones de tiempo, es posible que se modifique la compra de alimentos y las rutinas de preparación de la comida para incluir alimentos proporcionalmente más cómodos o rápidos.

“...Mi mamá cocina y deja preparada la comida porque se va trabajar temprano y regresa a las 10 de la noche; yo llego del colegio a calentar la comida para mí y mis hermanitas y servirla... nosotras comemos solas; y cuando no nos gusta la comida, comemos un poquito nada más; aunque por el hambre comemos casi todo”. (Escolar)

“...Mi mamá cocina en la mañana, mi abuelita en las noches y yo en las tardes porque mi abuelita trabaja cuidando niños en la casa... en mi almuerzo hago arroz con huevo frito y sopa; y sirvo para mi hermano y para mí, los dos comemos solos todos los días, más o menos a las 2:30 o 3 de la tarde, depende de cuánto me demore en cocinar”. (Escolar)

Se evidencia que existe ausencia de sus madres en el hogar durante gran parte del día, por lo cual en algunos casos las madres dejan la

comida preparada para que el menor la caliente y se sirva de comer, de acuerdo a la cantidad que el crea necesario, y en el horario que crea conveniente; lo cual es perjudicial puesto que según Merino G.⁴³ además de ser importante la presencia de los padres y en especial de la madre durante las comidas para garantizar la ingesta adecuada de alimentos; es de fundamental importancia que la madre se siente a la mesa con el menor, puesto que involucra aspectos psicológicos, sociales y culturales, es decir mediante el momento de la alimentación existe interacción entre los miembros de la familia e identificación y diferenciación de los roles familiares.

Si bien es cierto en muchos hogares, se da la falta de preocupación de los padres y/o cuidadores respecto a la alimentación de los escolares; en otros puede existir también cierto desconocimiento respecto a las preparaciones y mezclas alimenticias; por lo cual se brinda una alimentación deficiente a los escolares; ello se puede evidenciar en la Subcategoría que a continuación se detalla:

4.3 Desconocimiento sobre la importancia de las mezclas y preparación de los alimentos.

Una dieta balanceada según el MINS⁴⁴, viene a ser la cantidad suficiente, completa e integral y equilibrada de nutrientes, adecuada a la edad, al sexo, al clima y a la actividad que desarrolla el individuo. Una dieta adecuada tiene gran importancia para el estado nutricional de una persona, en especial para los niños, para su crecimiento y desarrollo, su estado de salud y su rendimiento físico y mental.

Para ello, el primer según Martínez M.³⁷, paso consiste en conocer bien los grupos básicos de alimentos en los que se divide la gran variedad de productos que se encuentran a disposición del ser humano. El segundo paso consiste en saber la proporción concreta en que deberán ser combinados los diferentes alimentos de cada grupo, a fin de llevar a la

práctica una alimentación sana. Parece un procedimiento sencillo y, en realidad lo es; basta con familiarizarse con los distintos grupos de alimentos y aprender las combinaciones oportunas.

Sin embargo, muchas veces nos enfrentamos a una realidad diferente, como se observa en la presente investigación, puesto que muchas madres no conocen las preparaciones y mezclas adecuadas de alimentos, ni mucho menos la cantidad que se debe servir en cada comida; ello por diferentes factores, tales como el bajo nivel educativo; puesto que la mayoría de madres son procedentes de lugares de la sierra y selva del Perú y poseen un nivel educativo de primaria y secundaria incompletos; así mismo el factor cultural, puesto que alimentan a sus hijos de acuerdo a sus creencias y a como ellas han sido alimentadas, es decir en base a determinados alimentos propios de su lugar de procedencia. Todo ello se ve reflejado en la siguiente unidad de análisis de las madres y/o familiar cuidador:

“...A mí no me han enseñado nunca a preparar una dieta nutritiva, barata y que no tenga sabor feo para mi hijito...Sólo una vez me dieron en la Posta un folleto con una dieta para mi niño que está gordito; pero la verdad es que esas dietas son caras, y no son tan fáciles de preparar, quita tiempo, y por eso no las hago; yo mejor le doy su comida de acuerdo a lo que tengo... en el colegio no nos hablan de esos temas...”.(Madre)

El mayor porcentaje de las madres desconocen la importancia de los alimentos y creen que por denominarse “*dieta balanceada*” siempre va a ser de alto costo económico, sin darse cuenta que las dietas nutritivas pueden ser en base a alimentos propios de nuestro país y a bajo costo. Según Martínez M ⁴³, para una alimentación equilibrada se debe tener en cuenta la cantidad media de un determinado alimento que, junto con otros alimentos, permite fijar una dieta balanceada; y a ello se le conoce como ración.

Una dieta balanceada durante el día, debe estar compuesta de la siguiente forma: 2 raciones del grupo de la carne, el pescado y los huevos; 2 raciones del grupo de la leche y de los derivados lácteos; 5 raciones del grupo del pan y las féculas; 2 raciones del grupo de las verduras y las hortalizas; 2 raciones del grupo de las frutas y 1 ración del grupo de las grasas ⁴³. Hay que tener en cuenta que las raciones varían según la edad de cada persona; y su dieta se ubica dentro de la categoría de la ración llamada de Crecimiento, que no debe descuidarse hasta por lo menos los 25 años, y que ha de contener mayor proporción de proteínas, azúcares y grasas sin distinción de sexo.

La disponibilidad de los alimentos nutritivos de nuestro país se relaciona con las diferentes épocas del año en que se producen; siendo en su mayoría de bajo costo y de gran valor nutritivo, si las preparaciones dietéticas son las adecuadas; sin embargo las madres desconocen su importancia y relacionan el factor económico con la inadecuada combinación de sus alimentos, dándoles a sus hijos demasiadas grasas, carbohidratos, azúcares, y poca ingesta de verduras, legumbres, etc., lo cual predispone a la formación de hábitos alimenticios inadecuados; así mismo las madres refieren que no conocen cómo deben alimentar a sus hijos porque no se les ha dado educación al respecto, lo cual es un punto clave para analizar el problema, puesto que para modificar comportamientos es necesario primero educar a las personas, en éste caso a las madres de familia y/o familiar cuidador sobre qué es lo más adecuado que deben dar de comer a sus hijos escolares.

4.5 Influencia de los medios de comunicación.

Según Maham K ⁴⁵; los niños en edad escolar ven televisión durante un promedio de más de 23 horas por semana, y la mitad de los anuncios comerciales en los programas para niños implican publicidad de alimentos, de manera que cada 5 minutos aproximadamente, aparece un anuncio comercial sobre algún alimento. La mayor parte de la

publicidad orientada a este segmento infantil es sobre alimentos bajos en fibra y con alto contenido de azúcar, grasa o sodio; propagándose a sí mismo y constantemente la imagen de una figura corporal estilizada, que puede generar en los escolares cierto deseo a mantenerse delgados y llegar a padecer trastornos alimenticios como anorexia y bulimia.

Los niños escolares según Ruano I.⁴⁶, por lo general prestan demasiada atención a los mensajes comerciales, sobre todo si se trata de un alimento nuevo en el mercado, lo cual despierta su interés por probarlo y determinar su sabor; y con ello inconscientemente van formando sus preferencias hacia éstos alimentos, los cuales significan un riesgo si su consumo es exagerado; puesto que no sólo causan obesidad sino también problemas relacionados con la salud bucal. Así pues, encontramos la influencia de los medios de comunicación y el obstáculo que representa en la formación de los buenos hábitos alimenticios de los escolares, en las siguientes unidades de significado:

“...En la televisión salen helados, galletas, chocolates, eso me gusta; y yo los compro cuando mi papá me da plata... También compro las galletas, la papitas, los chees tres, chizitos, y mi papá cuando comemos nos invita gaseosa...” (Escolar).

Lo cual se corrobora con lo que manifiestan las madres de familias en las siguientes unidades de análisis:

“mi hijita por ejemplo, termina sus tareas y ve un rato televisión; y ahí salen los famosos chocolates, helados, y ya está que me pide para comprar; o salimos a la calle y me dice yo quiero ese chocolate nuevo que ha salido en la televisión...”. (Madre)

El consumo de televisión según Ruano I.⁴⁷, se considera un marcador del estilo de vida, y se ha descrito que un número excesivo de horas (más de 14 horas semanales) viendo la televisión por parte de niños y

adolescentes se asocia con hipercolesterolemia y, por tanto, predispone al padecimiento de enfermedades cardiovasculares en la edad adulta. Asimismo, la costumbre de ver la televisión en exceso promueve un consumo elevado de productos azucarados, lo cual, junto con un menor gasto de las calorías ingeridas, un mayor sedentarismo y una reducción de las actividades deportivas, facilita el desarrollo de la obesidad.

Es por todo ello que la intervención de los padres, la escuela, y de enfermería, es de vital importancia no sólo para corregir o mejorar los hábitos alimenticios a través de la educación impartida a los escolares; sino también por la importante información que se le pueda brindar a la madre de familia y/o familiar cuidador respecto a una dieta equilibrada y al refrigerio escolar.

Luego de analizar ya caracterizar la cultura alimenticia a través de las entrevista abierta se desarrolló el Programa de alimentación saludable a los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – Pueblo Joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016, a través de los cuidados transculturales de enfermería, contribuyendo de esta manera mejorar sus paradigmas culturales sobre la alimentación.

PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN CUANTITATIVA DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO

Se realizaron en formato Excel la base de datos de los instrumentos (pre test y pos test) para poder ser analizados mediante el programa estadístico, fórmulas estadísticas de media y porcentaje y presentarlos en tablas y gráficos.

El instrumento utilizado en ésta investigación tiene un nivel de confiabilidad y validez debido a que se sometió a juicio de expertos que analizaron los ítems en la formulación de las preguntas y en la modificación de alternativas. La validez según Hernández y otros (2005), se conoce como el grado en que un instrumento logra medir lo que se pretende medir.

El estudio de campo se realizó a través de la entrevista a los 34 alumnos, 30 madres de familia y 02 profesores de estudio y los resultados se vaciaron en cuadros manualmente donde se tabuló y se graficó, como resultados obtenidos se analizaron en base a la revisión Bibliográfica a la variable e indicadores para llegar a las conclusiones y recomendaciones de acuerdo a los objetivos.

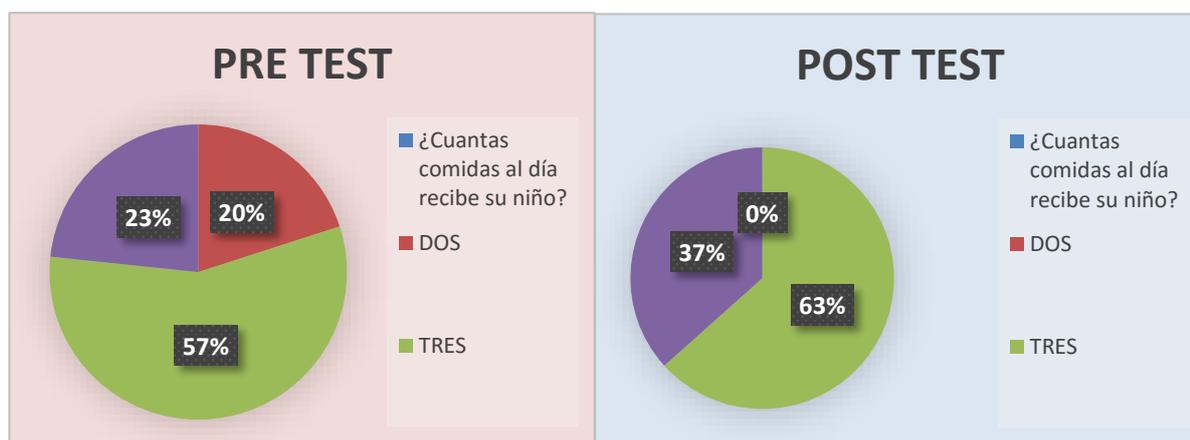
Así mismo estos instrumentos responden a las variables definidas operacionalmente en esta investigación.

TABLA N° 01: Numero de comidas al día que recibe su niño

PREGUNTAS	PRE TEST			POST TEST		
	DOS	TRES	DE 4-5	DOS	TRES	DE 4-5
¿Cuántas comidas al día recibe su niño?	6	17	7	0	19	11

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

FIGURA N°01 Número de comidas al día que recibe el niño



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

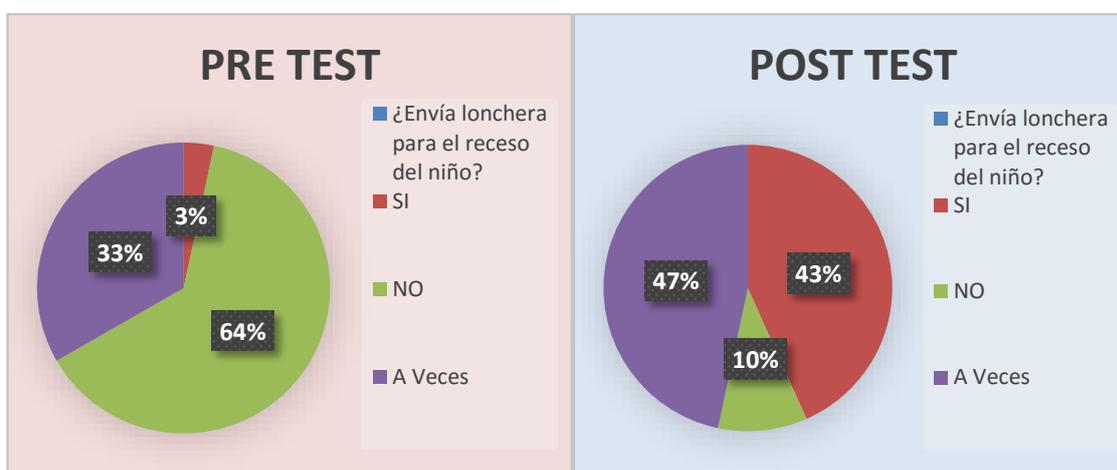
La Tabla y Figura N°01, frente a la pregunta ¿Cuántas comidas al día recibe su niño? Se obtuvo en el pre test dos comidas diarias el 20%; tres comidas diarias el 57%, de cuatro – cinco el 23%; luego de la aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje se mejoró ya que hubo un aumento de 63% de los niños que reciben tres comidas al día; el 37% consume de cuatro – cinco comidas al día y ya no hay niños que reciban dos comidas al día. Demostrando así que el programa educativo mejoró el nivel de conocimiento de la importancia de las comidas al día que debe recibir un niño.

TABLA N° 02 Envió de lonchera para el receso del niño

PREGUNTAS	PRE TEST			POST TEST		
	SI	NO	A Veces	SI	NO	A Veces
¿Envía lonchera para el receso del niño?	1	19	10	13	3	14

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

FIGURA N°02 Envió de lonchera para el receso del niño



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016

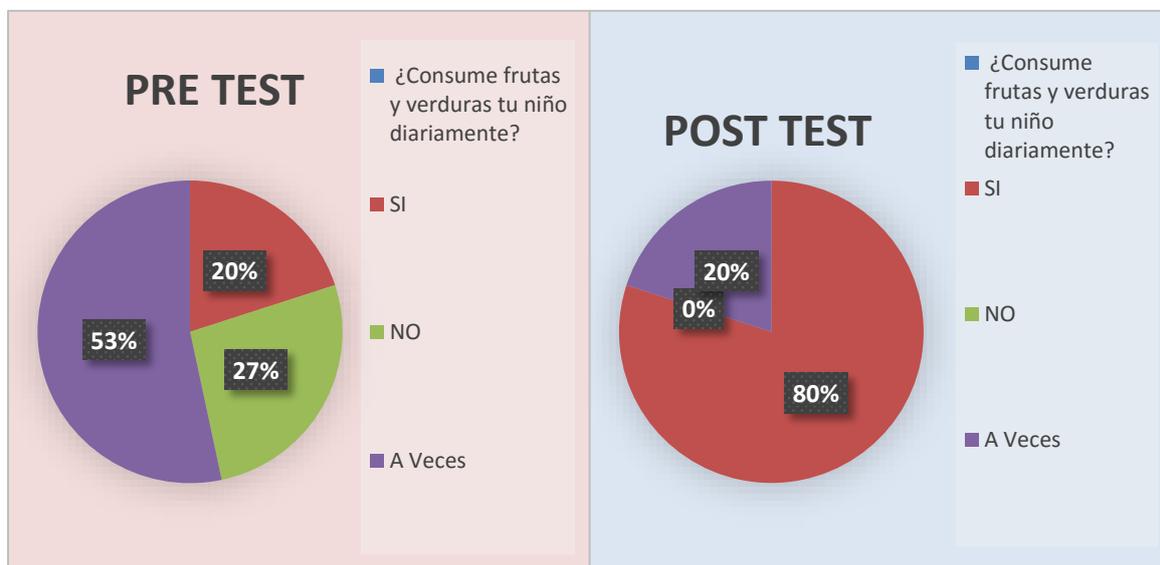
La Tabla y Figura N°02, a la pregunta ¿Envía lonchera para el receso del niño? Se obtuvo en el pre test si el 3%; no el 64%, a veces 33%; luego de la aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje se mejoró ya que hubo un aumento si 43%, no 10%, a veces 47%. Con estos resultados del post test estamos demostrando que el programa educativo realizado en esta población mejoró el conocimiento de la importancia de brindar una lonchera saludable a los escolares.

TABLA N°03: Consumo de frutas y verduras del niño

PREGUNTAS	PRE TEST			POST TEST		
	SI	NO	A Veces	SI	NO	A Veces
¿Consume frutas y verduras tu niño diariamente?	6	8	16	24	0	6

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016

FIGURA N°03: Consumo de frutas y verduras del niño



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016

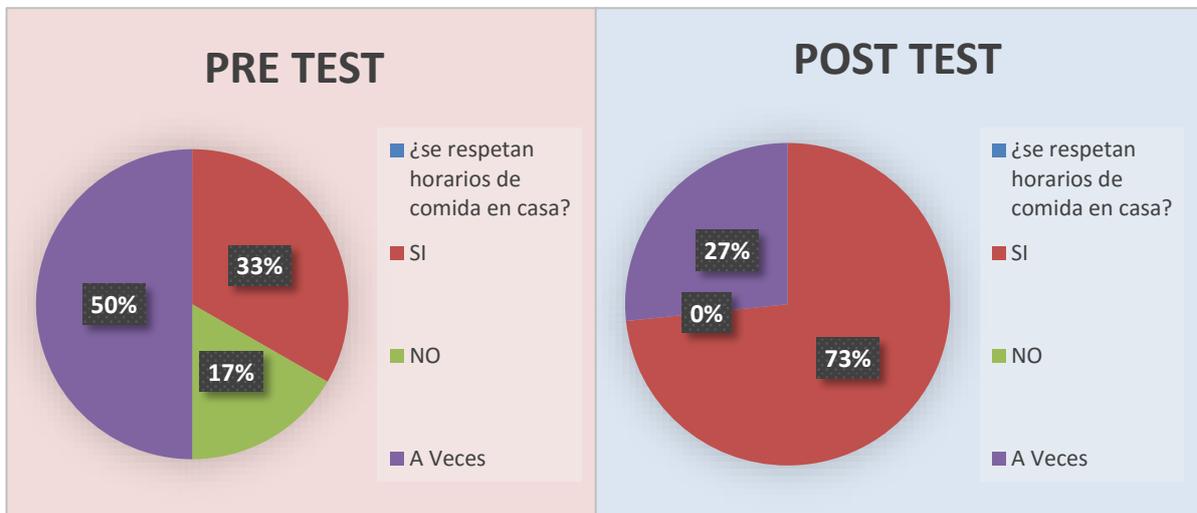
La Tabla y Figura N°03, con respecto a la pregunta ¿Consume frutas y verduras tu niño diariamente? Se obtuvo en el pre test si el 20%; no el 53%, a veces 27%; luego de la aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje se mejoró ya que hubo un aumento si 80%, no 0%, a veces 20%. Con estos resultados del post test estamos demostrando que el programa educativo realizado en esta población mejoro el conocimiento de la importancia del consumo de frutas y verduras en los escolares.

TABLA N° 04: Se respetan horarios de comida

PREGUNTAS	PRE TEST			POST TEST		
	SI	NO	A Veces	SI	NO	A Veces
¿Se respetan horarios de comida en casa?	10	5	15	22	0	8

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016

FIGURA N°04: Se respetan horarios de comida



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

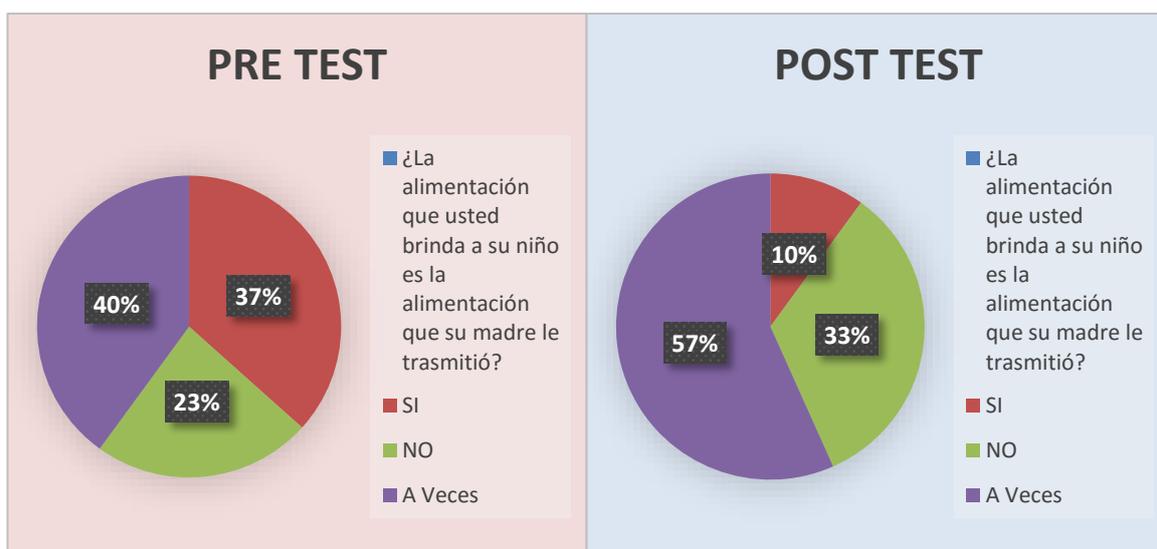
La Tabla y Figura N°04, con respecto a la pregunta ¿Se respetan horarios de comida en casa? Se obtuvo en el pre test si el 33%; no el 17%, a veces 50%; luego de la aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje se mejoró ya que hubo un aumento si 73%, no 0%, a veces 27%. Con estos resultados del post test estamos demostrando que el programa educativo realizado en esta población mejoro el conocimiento de la importancia de respetar los horarios de comidas en casa.

TABLA N° 05: La alimentación que brinda al niño es la alimentación que su madre le transmitió

¿La alimentación que usted brinda a su niño es la alimentación que su madre le transmitió?	SI	NO	A Veces	SI	NO	A Veces
		11	7	12	3	10

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

FIGURA N° 05: La alimentación que brinda al niño es la alimentación que su madre le transmitió



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

La Tabla y Figura N°05, con respecto a la pregunta ¿La alimentación que usted brinda a su niño es la alimentación que su madre le transmitió? Se obtuvo en el pre test si el 37%; no el 23%, a veces 40%; luego de la aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje se mejoró ya que hubo un aumento si 10%, no 33%, a veces 57%. Con estos resultados del post test estamos demostrando que el programa educativo realizado en esta población

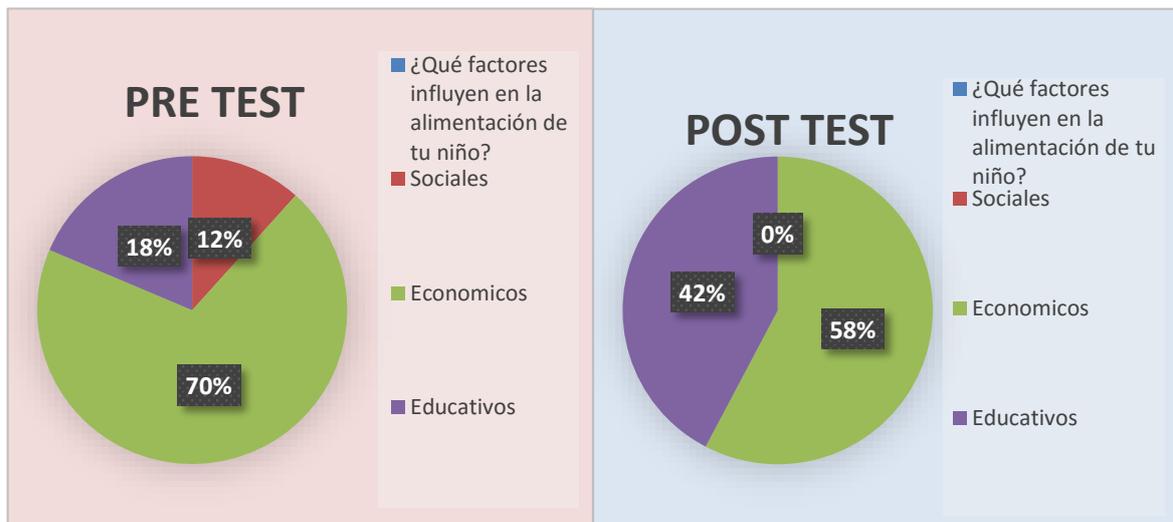
mejoro el conocimiento de la importancia de tener una alimentación balanceada y no continuar antiguamente como les enseñó sus madres.

TABLA N° 06: Factores que influyen en la alimentación de los niños

PREGUNTAS	PRE TEST			POST TEST		
	Sociales	Económicos	Educativos	Sociales	Económicos	Educativos
¿Qué factores influyen en la alimentación de tu niño?	5	30	8	0	30	22

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016

FIGURA N°06: Factores que influyen en la alimentación de los niños



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

La Tabla y Figura N°06, a la pregunta ¿Qué factores influyen en la alimentación de tu niño? Se obtuvo en el pre test sociales 12%; económicos 70%, educativos 18 %; luego de la aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje se mejoró ya que hubo un aumento educativos 42%,

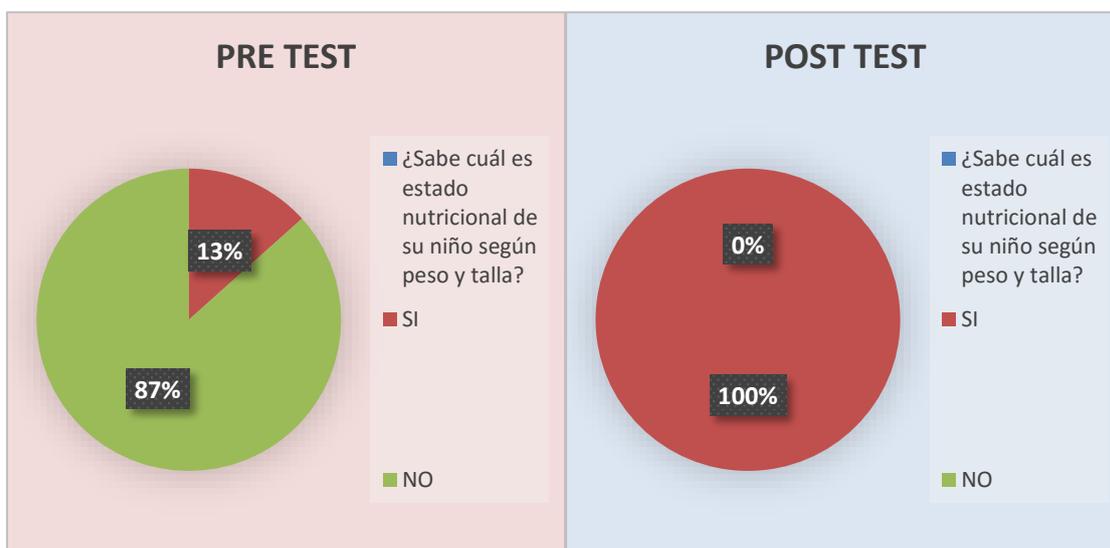
económicos 58%, sociales 0%. Con estos resultados del post test estamos demostrando que el programa educativo realizado en esta población mejoro el conocimiento de la importancia de tener una alimentación balanceada que nutra a los niños.

TABLA N° 07: ¿Conoce el estado nutricional de su niño?

PREGUNTAS	PRE TEST		POST TEST	
	SI	NO	SI	NO
¿Sabe cuál es estado nutricional de su niño según peso y talla?	4	26	30	0

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

FIGURA N° 07: ¿Conoce el estado nutricional de su niño?



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

La Tabla y Figura N°07, con respecto a la pregunta ¿Sabe cuál es estado nutricional de su niño según peso y talla? Se obtuvo en el pre test si 13%; no 87%; luego de la realización del tamizaje de peso y talla y aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje se mejoró ya

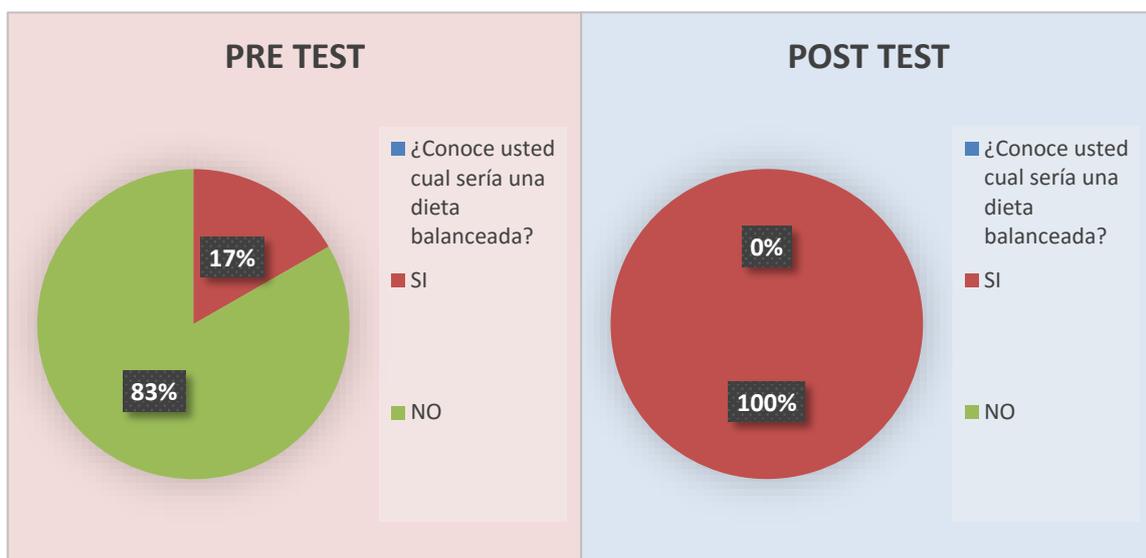
que hubo un aumento en el conocimiento del estado nutricional de sus niños con un si 100%, no 0%. Con estos resultados del post test estamos demostrando que el programa educativo realizado en esta población mejoro el conocimiento de la importancia de saber cuál es el estado nutricional de los niños.

TABLA N°08: ¿Conoce usted cual sería una dieta balanceada?

PREGUNTAS	PRE TEST		POST TEST	
	SI	NO	SI	NO
¿Conoce usted cual sería una dieta balanceada?	5	25	30	0

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016

FIGURA N° 08: ¿Conoce usted cual sería una dieta balanceada?



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

La Tabla y Figura N°08, con respecto a la pregunta ¿Conoce usted cual sería una dieta balanceada? Se obtuvo en el pre test si 17%; no 83%; luego de la aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje

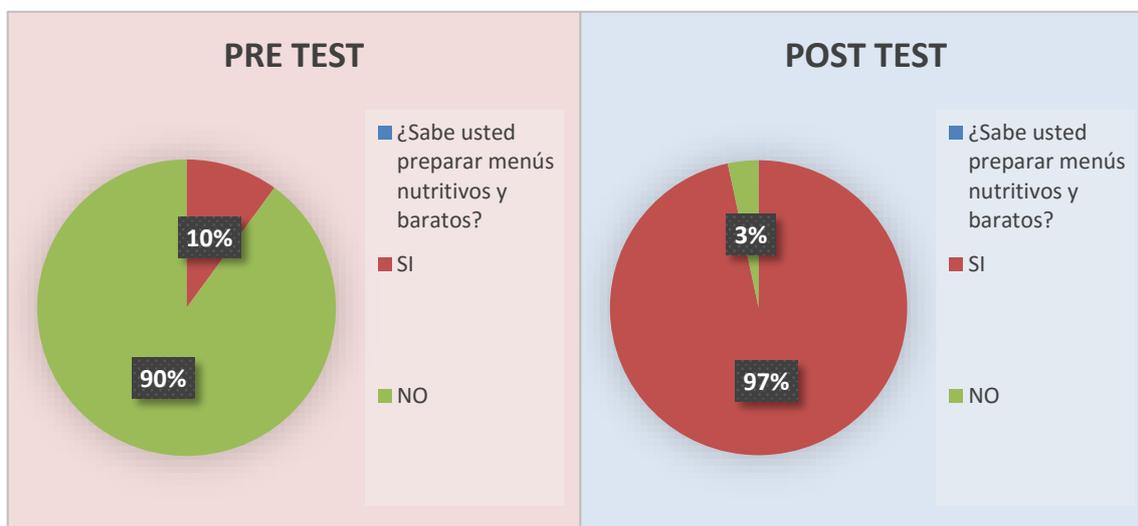
se mejoró ya que hubo un aumento en el conocimiento cual sería una dieta balanceada con un si 100%, no 0%. Con estos resultados del post test estamos demostrando que el programa educativo realizado en esta población mejoro el conocimiento de la importancia de que los niños deben recibir una dieta balanceada.

TABLA N°09: ¿Sabe preparar menús nutritivos y baratos?

PREGUNTAS	PRE TEST		POST TEST	
	SI	NO	SI	NO
¿Sabe usted preparar menús nutritivos y baratos?	3	27	29	1

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

FIGURA N° 09: ¿Sabe preparar menús nutritivos y baratos?



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

La Tabla y Figura N°09, con respecto a la pregunta ¿Sabe usted preparar menús nutritivos y baratos? Se obtuvo en el pre test si 10%; no 90%; luego de la aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje

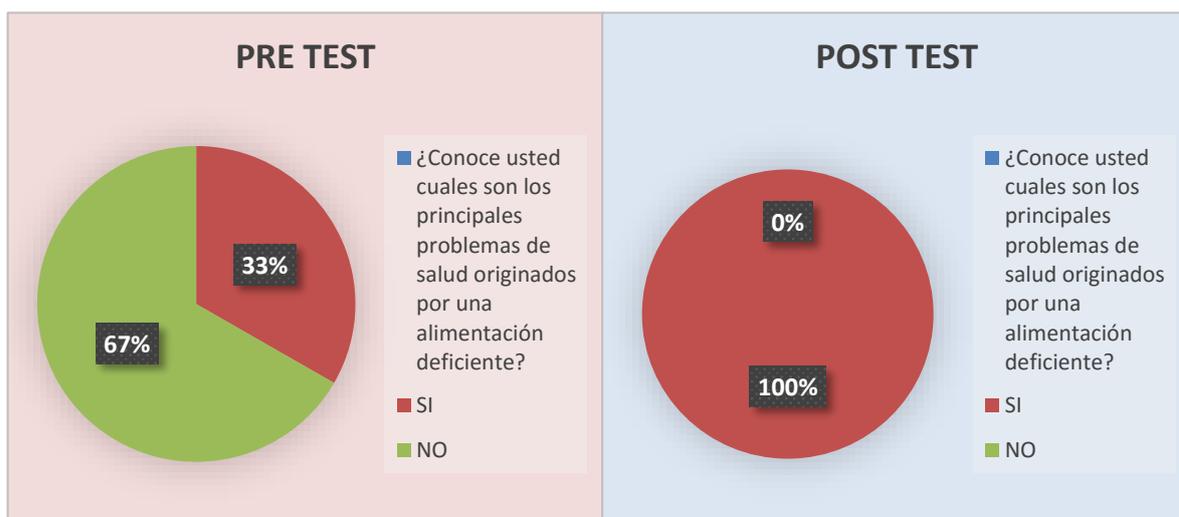
se mejoró ya que hubo un aumento en el conocimiento para la preparación de menús nutritivos y económicos si 97%, no 3%. Con estos resultados del post test estamos demostrando que el programa educativo realizado en esta población mejoro el conocimiento de la importancia de que los niños reciban menús nutritivos y que dentro de su economía pueden preparar alimentos nutritivos que satisfagan las necesidades de los niños.

TABLA N° 10: ¿Conoce usted cuales son los principales problemas de salud originados por una alimentación deficiente?

PREGUNTAS	PRE TEST		POST TEST	
	SI	NO	SI	NO
¿Conoce usted cuales son los principales problemas de salud originados por una alimentación deficiente?	10	20	30	0

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016

FIGURA N°10: ¿Conoce usted cuales son los principales problemas de salud originados por una alimentación deficiente?



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

La Tabla y Figura N°10, a la pregunta ¿Conoce usted cuales son los principales problemas de salud originados por una alimentación deficiente? Se obtuvo en el pre test si 33%; no 67%; luego de la aplicación del programa educativo en el post test se obtuvo que este porcentaje se mejoró ya que hubo un aumento en el conocimiento de cuáles son los principales problemas de salud originados por la alimentación deficiente si 100%, no 0 %. Con estos resultados del post test estamos demostrando que el programa educativo realizado en esta población mejoro el conocimiento de la importancia de que debemos recibir una alimentación balanceada.

TABLA N°11: Evaluación nutricional de los niños en estudio

Desnutrición	5
Riesgo de desnutrición	5
Normal	15
riesgo de Sobrepeso	4
Sobre peso	5
TOTAL DE NIÑOS	34

FUENTE: Evaluación nutricional de los niños en estudio a través de peso y talla evaluados en los patrones de crecimiento infantil de la OMS

FIGURA N°11: Evaluación nutricional de los niños en estudio



FUENTE: Evaluación nutricional de los niños en estudio a través de peso y talla evaluados en los patrones de crecimiento infantil de la OMS.

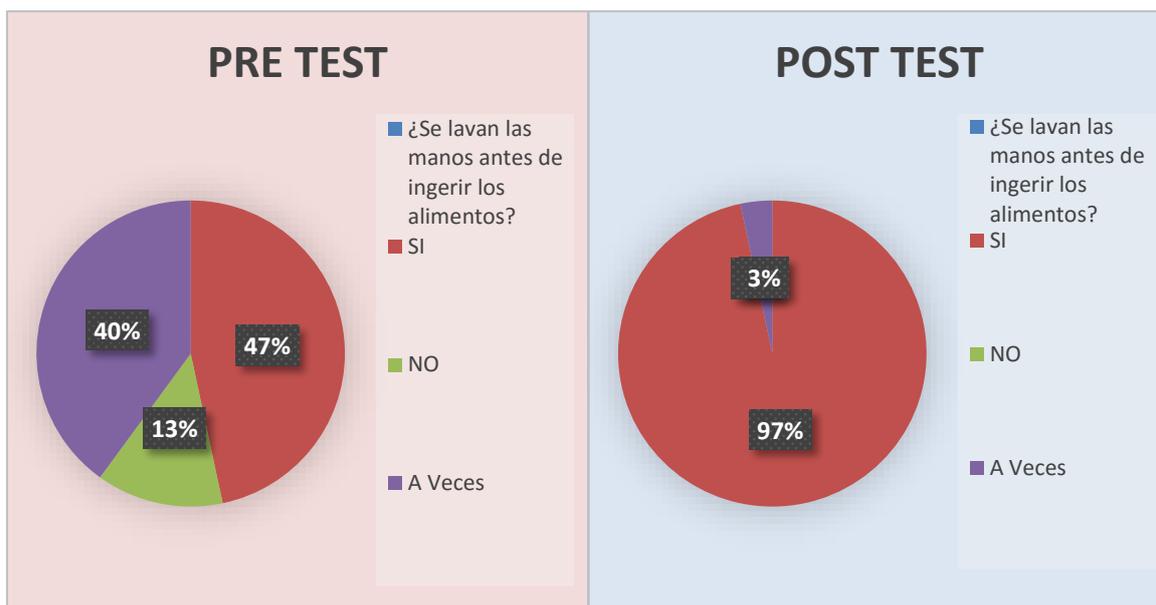
La Tabla y Figura N°11, con respecto al estado nutricional que se encuentran los niños en estudio, a través de un tamizaje de peso y talla podemos observar que su cultura alimenticia si influye en su estado nutricional ya que visualizamos que tenemos un 14% de niños en estado de desnutrición, 15% de los niños en riesgo de desnutrición con un 44% en estado normal, un 12% en riesgo de sobrepeso y un 15% en sobrepeso son cifras preocupantes para el estado de nutrición de los niños en estudio.

TABLA N° 12: Lavado de manos

PREGUNTAS	PRE TEST			POST TEST		
	SI	NO	A Veces	SI	NO	A Veces
¿Se lavan las manos antes de ingerir los alimentos?	14	4	12	29	0	1

FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016

GRAFICO N° 12: Lavado de manos



FUENTE: Pre test y post test aplicado a las madres de familia o cuidadores de los escolares de 4°A - 4°B de la I.E. N°10156 – pueblo joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

La Tabla y Gráfico N°12 relacionados a lavado de manos, observamos que en el pre test solo el 47% (14 personas) realizan el lavado de manos, el 40% (12) a veces y el 13% (04) no lo realizan, siendo un procedimiento sencillo y que no demanda de mucho esfuerzo y tiempo en realizarlo para poder prevenir las enfermedades; motivo por el cual se determinó la imperiosa necesidad de realizar un programa de orientación sobre como promover una alimentación saludable y contrarrestar los factores que influyen negativamente en ello. Al aplicar el post test, observamos que los resultados fueron positivamente, el 97% consideran importante realizar el lavado de manos antes de ingerir los alimentos.

5.2. Contrastación de hipótesis

Hipótesis 1: Si se promueve la cultura alimenticia entonces se mejorara el estado nutricional en los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del PP. JJ. Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.

Esta hipótesis es una hipótesis nula, ya que es una afirmación que no se puede rechazar porque no hay datos que rechacen esta hipótesis es una hipótesis a comprobar a mediano o largo tiempo y el proyecto que se ejecuto fue a corto tiempo pero si tenemos grandes características que esta hipótesis se puede comprobar a largo tiempo ya que después de la implantación del programa educativo se evidencio grandes mejoras en la cultura alimenticia de los escolares como podemos observar en los gráficos comparativos del pre test y post test realizados a las madres de los niños en estudio. Cuadros del 1-10.

Hipótesis 2: La cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del PP.JJ. Jorge Chávez – Chiclayo – 2016, no es la más adecuada para su estado nutricional.

Esta hipótesis si se pudo comprobar a través de las entrevistas realizadas a los niños, madres o cuidadores de los niños y docentes, donde podemos resaltar que hay un gran desconocimiento sobre la importancia de tener una buena cultura alimenticia las madres desconocen como alimentar a sus niños y cuáles son los alimentos necesarios para su edad esto influye en el estado nutricional de los niños y lo observamos también en la evaluación nutricional de peso y talla que se realizó a los niños, donde en el cuadro 11 podemos observar los porcentajes de estados nutricionales que ellos están presentando, en los gráficos del 1-5 y del 8-9 también podemos observar y comprobar esta hipótesis mediante la evaluación del pre test y el post test donde se observa una mejora.

Hipótesis 3: existen factores en la cultura alimenticia que influyen significativamente en el estado nutricional de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del PP.JJ. Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.

Esta hipótesis se pudo comprobar mediante en pre test y el post test realizado a las madres o cuidadores de los niños en estudio en el grafico N° 06 donde se observa que después del programa educativo aplicado también hay una mejora en este aspecto donde resaltan los factores principales como son los económicos y educativos, donde nos demuestran que ya hay una preocupación para que sus niños tengan una mejor alimentación.

Hipótesis 4: El estado nutricional de los escolares de 4°A y 4°B de la I.E. N°10156 del PP.JJ. Jorge Chávez – Chiclayo – 2016, está relacionado con la cultura alimenticia que ellos tienen.

Esta hipótesis se pudo comprobar a través del tamizaje de peso y talla que se realizó a los niños en estudio y se puede observar en el grafico N°11, donde observamos una alteración en algunos porcentajes de los niños estudiados y esto se debe a que estos niños no han recibido una alimentación adecuada por falta de conocimiento de sus madres o cuidadores sobre la importancia de una buena cultura alimenticia.

5.3. Discusión de los resultados

- Al analizar la cultura alimenticia de los escolares del 4°A y 4°B de la I.E. N°10156 – Pueblo Joven Jorge Chávez - Chiclayo, se desarrolló un Programa de alimentación saludable a los escolares, a través de los cuidados transculturales de enfermería de Madeleine Leininger.
- Se determinó el nivel de conocimientos en forma integral, a través del pre test y post test obteniéndose que de las 30 madres de familia que participaron en los talleres educativos la gran mayoría desconocía como brindar una alimentación balanceada a sus niños (83%), la cual se mejoró después de los talleres educativos al 100% contestaron que ya saben cómo realizarlo, resultados que concuerdan con el estudio de Yhosep Llanos Monzón, si existe una buena cultura alimentaria, existirá una buena selección y consumo de alimentos saludables;
- Las actitudes y prácticas alimentarias de los escolares en estudio, se refuerzan por los hábitos y costumbres de sus padres (37%), a veces (40%) y no siempre 23% , provienen en su mayoría de la zona de sierra y selva, prácticas que nacen en la familia que puede reforzarse con la influencia del medio escolar y se reafirma o modifica en la comunidad en contacto con la sociedad, tal como lo demuestra Sarria Vásquez, en su investigación concluye que: La cultura alimenticia de los escolares viene a estar determinada por la cultura alimenticia de sus padres; es decir las prácticas de alimentación que se realizan en el hogar, y los modelos de alimentación que los padres transmiten a sus menores hijos; los mismos que fueron heredados por sus antepasados, permaneciendo viva su cultura; y que de no ser los más adecuados conllevan a la formación de hábitos alimenticios inadecuados en los escolares
- La cultura alimenticia involucra a los Hábitos alimenticios; los cuales están referidos a las costumbres de alimentación; así

tenemos que algunos padres incluyen los 3 alimentos principales del día: desayuno, almuerzo y cena (57%), el 20% solo 2 comidas y el 23% más de 4 comidas, además su alimentación es a base de carbohidratos: yuca, camotes, papas, etc.

- En relación a los horarios de las comidas, los padres respondieron que a veces respetan los horarios (50%) por motivos de trabajo, existe un 17% que no respetan debido a la ausencia de la madre durante la mayor parte del día por motivos de trabajo, son ellos (los escolares) quienes deben preparar y servir sus alimentos; tal como sostiene Ramos Chamorro, en su investigación concluye que la nutrición en los adolescentes requiere ser vigilada, no solo porque atraviesan por una etapa de crecimiento acelerado, sino también porque empiezan a tomar decisiones que pueden perjudicar a su salud. La alimentación en especial puede verse afectada si no son conscientes de su importancia, ya que aún no saben que alimentos deben comer y cuando.
- En cuanto a las loncheras o refrigerios, el 64% respondieron que no llevan y el 33% a veces. Sus refrigerios son a base de golosinas, helados y muchas veces son influenciados por sus compañeros de aula.; resultados similares se encontró en el estudio de Olivares C., Bustos Z., los niños tienen un bajo consumo de lácteos, verduras y frutas, y elevado consumo de alimentos de alta densidad energética.
- Por otro lado en cuanto al consumo de frutas y verduras, el 53% respondieron que a veces lo ingieren y el 27% no los consumen.
- La alimentación es una necesidad fisiológica indispensable y necesaria para la vida que tiene una importante dimensión social y cultural. Se determinó a través del estudio que los factores que influyen en la cultura alimenticia de los escolares son económicos en el 70%, educativos 18% y sociales 12%. En su mayoría, pertenecen a un estrato socioeconómico de medio a bajo, son madres solteras obligadas a trabajar y representan el único sustento de la familia, dejando al cuidado de sus hijos a terceros o

hijos mayores quienes asumen la responsabilidad del cuidado de sus hermanos menores.

- A través del estudio se pudo evaluar y determinar el estado nutricional a través del tamizaje del Peso/Talla en los escolares, el 44% de los escolares se encontraban dentro de los parámetros normales, el 12% en riesgo de sobrepeso, el 14% en estado de desnutrición y el 15% en riesgo de desnutrición y sobrepeso.
- Los padres desconocen estado nutricional de sus niños (87%) y no tiene nociones sobre una dieta balanceada (83%), no saben preparar menús nutritivos y baratos dentro de sus posibilidades económicas y alimentos de la estación (90%), no conocen los problemas de salud originados por una alimentación deficiente (67%) y practican hábitos higiénicos inadecuados como el de no lavarse las manos antes de ingerir los alimentos (40%), a veces lo realizan (13%); resultados similares se encontró en el estudio de Hurtado. M; Hage I Determinaron en los padres una insuficiencia conceptual y práctica referente a los elementos básicos de alimentación e higiene.
- Mediante los resultados del estudio se puede decir que si se logró promover la cultura alimenticia de los niños para mejora y se observan mediante los gráficos del pre test y del post test. Fue de gran importancia sensibilizar a las madres sobre el estado nutricional de sus niños porque se observó la preocupación de cómo pueden mejorar el estado nutricional de sus hijos.

CONCLUSIONES

1. La cultura alimenticia de los escolares de 4° A y B de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo, no es completa y nutritiva:
 - El mayor porcentaje de los escolares proceden de la sierra y selva, su alimentación es a base de tubérculos (yuca, camotes, papas), proteínas son consumidas en escasas oportunidades y el consumo de frutas y verduras, a veces 53%
 - El 57% de los padres incluyen los 3 alimentos principales del día: desayuno, almuerzo y cena; el 20% solo 2 comidas y el 23% más de 4 comidas
 - No respetan horarios de las comidas: a veces 50%, no respetan 17%; debido a la ausencia de la madre durante la mayor parte del día por motivos de trabajo, son los escolares quienes deben preparar y servir sus alimentos
 - Solo el 3% de los escolares llevan loncheras, el 64% no lo realizan; otros llevan dinero y consumen golosinas, helados, galletas etc.
2. Los factores que influyen en la cultura alimenticia de los escolares son económicos en el 70%, educativos 18% y sociales 12%. En su mayoría, pertenecen a un estrato socioeconómico de medio a bajo, son madres solteras obligadas a trabajar y representan el único sustento de la familia, dejando al cuidado de sus hijos a terceros o hijos mayores quienes asumen la responsabilidad del cuidado de sus hermanos menores.

El mayor porcentaje de madres no saben del estado nutricional de sus hijos (87%), no tiene nociones sobre una dieta balanceada (83%), no saben preparar menús nutritivos y baratos dentro de sus posibilidades económicas y alimentos de la estación (90%), no conocen los problemas de salud originados por una alimentación deficiente (67%) y practican hábitos higiénicos inadecuados como el de no lavarse las manos antes de ingerir los alimentos 40%, a veces lo realizan 13%

3. La evaluación del estado nutricional de los niños a través del tamizaje de Peso/Talla, se obtuvo que el 44% de los escolares se encontraban dentro de los parámetros normales, el 12% en riesgo de sobrepeso, el 14% en estado de desnutrición y el 15% en riesgo de desnutrición y sobrepeso.

RECOMENDACIONES

- El Ministerio de Educación en coordinación con el Ministerio de Salud, tomen en consideración, la participación de Profesionales Enfermeros en las escuelas, ya que ello permitiría detectar los diferentes problemas a los que se enfrentan los escolares y mejorar su calidad de vida, no sólo en cuanto al aspecto nutricional, sino en todas sus dimensiones; contribuyendo a formar niños saludables y mejores personas a futuro.
- Los cuidados en la alimentación de los escolares, no debe ir enfocado directamente a modificar los hábitos y conductas alimenticias de forma radical y brusca, sino que es necesario la libre participación de las personas involucradas respetando sus creencias, tradiciones, y costumbres; tal como lo sostiene Madeleine Leininger en su teoría de los Cuidados Transculturales; sólo así se podrá promover una Cultura Alimenticia Adecuada en los escolares y sus familias.
- Para el logro de una Cultura Alimenticia adecuada en los Escolares, se necesita la intervención del equipo de salud multidisciplinario para detectar los diferentes problemas de salud que afectan la nutrición del escolar; proporcionar contenido educativo a los padres y a los escolares, respecto a dietas nutritivas a bajo costo y con alimentos propios de nuestro departamento y estación, desayunos, refrigerios nutritivos, y un kiosco escolar saludable.
- Las Instituciones Educativas de nivel Superior, específicamente a las Escuelas y/o Facultades de Enfermería, trabajar con los escolar, promoviendo estilos de vida saludables para mantener un estado nutricional adecuado y evitar enfermedades por malos hábitos higiénico dietéticos.

Referencias de información

1. Hernández R. Alimentación Infantil. 3era ed. España: Ediciones Díaz de Santos; 2001.73 p.
2. Osorio E, Weisstaub N, Castillo D. Desarrollo de la Conducta Alimentaria en la Infancia y sus Alteraciones. Scielo, Revista chilena de nutrición. [revista en Internet]. 2002 [19-10-2008]; 29 (3). Dirección electrónica: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S07175182002000300002&script=sci_arttext
3. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO). El espectro de la malnutrición - 2012. Dirección electrónica: <http://www.fao.org/worldfoodsummit/Spanish/fsheets/malnutrition.pdf>. 2012 Abril 24.
4. Matalinares C. Efectos del Déficit nutricional en la creatividad de alumnos de educación primaria. [Tesis Doctorado en Psicología]. Lima – Perú. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Psicología. 2011. 1 p. Dirección electrónica: http://www.cybertesis.edu.pe/sdx/sisbib/envoi?dest=file:/d:/cybertesis/tesis/production/sisbib/2004/matalinares_cm/xml/./pdf/matalinares_cmTH.front.3.pdf&type=application/pdf
5. Agencia Imagen Informativa del Golfo. Los ministerios de salud revelan que México mantiene el liderazgo con alta incidencia de obesidad en escolares - 2007. Dirección electrónica: <http://www.imagendelgolfo.com.mx/reportaje.php?idm=197>.
6. Cáritas del Perú. Iniciativa Contra la Desnutrición Infantil. La desnutrición limita el potencial intelectual del país y atenta contra el derecho fundamental a la salud y a la vida. Dirección electrónica: <http://www.caritas.org.pe/iniciativa.htm>. 2012 Abril 16.
7. Ministerio de Salud del Perú- Instituto Nacional de Salud (INS). niños con sobrepeso tienen más riesgo a desarrollar enfermedades crónicas de

adultos. Dirección electrónica: [http://www.ins.gob.pe/gxpsites/hgxpp001.aspx?2,1,148, O,S,0,PAG;CONC; 87;2;D;795;2;PAG](http://www.ins.gob.pe/gxpsites/hgxpp001.aspx?2,1,148,O,S,0,PAG;CONC;87;2;D;795;2;PAG)

8. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Analfabetismo en Perú cayó al 7,1% de la población, según censo de 2007. Dirección electrónica: http://www.lostiempos.com/noticias/23-07-10/23_07_08_ultimas_nac10.php
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2012. Lima, abril 2013. <http://proyectos.inei.gob.pe/endes/2012/Libro.pdf>
10. *Editor: Editorial de la Universidad de Granada. Autor: Lorena Ramos Chamorro.* <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/1556/1/16728191.pdf>
11. Rafael Isidro Durán Gómez – Veracruz – México - “Estilos de vida de los adolescentes de educación secundaria y media superior del municipio de Atlahuilco, Veracruz”. – 2013. <http://static2.docstoccdn.com/docs/112985192/Trabajodeinvestigacion-Isidro>
12. Universidad Técnica de Ambato. Incidencia de la desnutrición en el aprendizaje de los niños del 1er y 2do ciclo de educación básica de la escuela mixta fiscal “Secundino Eguez” de la parroquia Augusto Nicolás Martínez del Cantón Ambato, provincia de Tungurahua. <http://repo.uta.edu.ec/handle/123456789/2505>
13. Sonia Patricia Villagran Andrade - “Nutrición y alimentación en el desarrollo de los niños y niñas de 5 a 6 años de los centros infantiles fiscales de la parroquia de San Antonio de Pichincha”. -2013. <http://es.scribd.com/doc/165782624/37836-1>
14. Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez de Juliaca - "La Cultura alimentaria influye en el consumo saludable de alimentos en la institución educativa adventista "Fernando Stahl". <http://www.monografias.com/trabajos98/cultura-alimentaria-y-influencia->

consumo-alimentos-saludables/cultura-alimentaria-y-influencia-consumo-
alimentos-saludables.shtml

15. Marriner T. Modelos y teorías de la enfermería. 4ta Edición. España; Harcourt Brace: 1999
16. Sandoval Casilimas. Investigación cualitativa. 1era edición. Colombia; ARFO Editores: 2002.
17. Brunner L y Suddarth. Enfermería Médico Quirúrgica. 9na edición. México: Ed. Interamericana; 1983.
18. Vásquez C. Alimentación y Nutrición. Manual teórico – Práctico. 1era edición. España: Ed. Díaz de Santos; 1998.
19. Fernández-Crehuet J, Pinedo A. Alimentación, nutrición y salud pública. Medicina Preventiva y Salud Pública. Barcelona: Salvat editores S.A; 1988. p. 250-260
20. Ministerio de salud Etapas de vida prescolares, etc. <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/pdvedado/prescolar.pdf>
21. Teoría del desarrollo de la personalidad a la que denominó "Teoría psicosocial". http://es.wikipedia.org/wiki/Erik_Erikson
22. Potter Perry. Fundamentos de enfermería. 17ava ed. España: Edit. Mosby; 1996.
23. Whaley y Wong. Enfermería Pediátrica. 4ta ed. España: Mosby; 1996. 405 p.
24. Medellín, G. Crecimiento y Desarrollo del Ser Humano. Tomo I. Colombia; Mosby: 1996.
25. Kérouac S. Pepín J. El Pensamiento Enfermero. 1era edición. España; MASSON: 2002.

26. Canales F. Metodología de la Investigación. Manual para el desarrollo del personal de salud. 2da edición. España; 1994.
27. Polit, H. Investigación Científica en Ciencias de la Salud. 6ta edición. México: Mc Grw – HILL interamericana; 2000.
28. Rincón I, Arnal A. Técnicas de Investigación en Ciencias Sociales. 1era edición. Madrid: Editorial DYKINSON; 1995.
29. Delgado, J; Gutiérrez J. Métodos y técnicas Cualitativas en Ciencias Sociales. 1era edición. España: Editorial Síntesis; 19
30. Salud Intercultural: elementos para la construcción de bases conceptuales. Revista médica de Chile. [revista en Internet]. 2003 (3 pág.). [15-08-09]. Disponible en: <http://www.scielo.cl/pdf/rmc/v131n9/art14.pdf>.
31. Duran C. Los hábitos alimenticios de las familias. México. Revista Ciencias. [revista en Internet]. 2007 [15-08-09]. Disponible en: <http://www.revistaciencias.com/publicaciones/EEZkyplIAZFsasDrLEJ.php>
32. Durán S. Los hábitos Alimenticios de las Familias. Universidad Interamericana del Norte, Campus Mazatlan, Sinaloa. México. 2007.
33. Aguilar J. Tratado de Enfermería Infantil. Cuidados pediátricos. Océano Mosby S.A. Vol I. España.
34. Bustamante E. Enfermería Familiar. Principios de Cuidado a partir del saber (in) común de las familias. 1ra edición. Perú; Departamento de Salud Familiar y Comunitaria. Facultad de Enfermería. Universidad del Trujillo; 2007.
35. <http://www.mundoprimeria.com/primaria/piramide-alimenticia-para-ninos.html>
36. Duran C. Los hábitos alimenticios de las familias. México. Revista Ciencias. [revista en Internet]. 2007 [15-08-09]. Disponible en: <http://www.revistaciencias.com/publicaciones/EEZkyplIAZFsasDrLEJ.php>

37. Bustamante E. Enfermería Familiar. Principios de Cuidado a partir del saber (in) común de las familias. 1ra edición. Perú; Departamento de Salud Familiar y Comunitaria. Facultad de Enfermería. Universidad del Trujillo; 2007.
38. Ministerio de Salud. Nutrición por etapa de vida. Alimentación del Escolar. Perú. Dirección General de Promoción de la Salud. 2006. Disponible en: http://www.minsa.gob.pe/portal/Especiales/2007/nutricion/mat_period.asp
39. Mosquera M. Directora Ejecutiva de Acción por los Niños. Consumo de comida chatarra en kioscos escolares. Perú. 2005. Disponible en: <http://www.notinfancia.org.pe/Archivo/2005/Articulos/Articulo33.doc>
40. Menenghello J. Fanta E. Pediatría. 5ta edición. Buenos Aires: Ed. Panamericana; 1997.
41. Mataix V. Nutrición y Alimentación Humana. Situaciones fisiológicas y Patológicas. Vol. II. Barcelona: Ed. Océano; 2005.
42. Murillo S., Brenes H. Prácticas y Creencias en Nutrición y Salud de Madres Rurales Costarricenses. Revista médica. [revista en Internet]. 2004. [21-09-2009]. Disponible en: <http://www.binasss.sa.cr/revistas/rccm/v6n2/art3.pdf>
43. Facchini M. La preocupación por el peso y la figura corporal en las niñas y adolescentes actuales: ¿de dónde proviene? Scielo Revista Española de salud Pública. [revista en Internet]. 2006 [15-09-09] 104(4). Dirección electrónica: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S032500752006000400012&script=sci_arttext
44. Martínez M. Nutrición y Dietética. 1ra Edición. España: Ed. Síntesis S.A; 2003.
45. Maham K., Escott S. Nutrición y Dietoterapia de Krause. 10ma edición. México: Ed. Mc Graw Hill. Interamericana; 2000.
46. Merino G. Descubriendo los hábitos alimenticios en la escuela multicultural a través de los debates infantiles. Scielo. Revista Española de salud Pública. [revista en Internet]. 2008 [27-09-09] 17(3). Dirección electrónica: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S113212962008000300007&script=sci_arttext
47. Dugas B. Tratado en Enfermería Práctica. 4ta edición. México: Mc Graw Hill. Interamericana; 2000.

ANEXOS

Anexo: 01

Matriz de consistencia

Titulo	Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Indicadores	Marco Teórico	Metodología
<p>“Promoviendo la Cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del PP.JJ. Jorge Chávez - Chiclayo - 2016”.</p>	<p>Problema general. ¿Cómo promover la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B de la I.E. N°10156 Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016?</p> <p>PROBLEMAS ESPECIFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo es la cultura alimenticia de los escolares de 4° y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016? 	<p>Objetivo general: Promover la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.</p> <p>OBJETIVOS ESPECIFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Analizar la cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016. 	<p>Hipótesis general: Si se promueve la cultura alimenticia entonces se mejorará el estado nutricional en los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016.</p> <p>HIPOTESIS ESPECIFICA</p> <ul style="list-style-type: none"> La cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016, no es la más adecuada para su estado nutricional. 	<p>Variable independiente: Cultura alimenticia.</p> <p>Variable dependiente: Escolares del 4° año</p>	<p>Variable Independiente:</p> <p>¿Cómo alimenta usted a su hijo y/o niño a su cuidado? ¿Qué alimentos son los más importantes para usted en la comida diaria? ¿Cuántas veces al día le da de comer a su hijo y/o niño a su cuidado? ¿Qué alimentos son los que más utiliza en sus comidas? ¿En qué momentos y a qué horas del día le da de comer a su hijo y/o niño a su cuidado? ¿Cómo es tu alimentación? ¿Qué comes en el desayuno, durante el recreo, el almuerzo y en la noche? ¿Quién cocina en tu casa? ¿Quién te sirve tu comida?</p>	<p>Cultura Alimenticia</p> <p>Etapa escolar</p> <p>Teorías de enfermería:</p> <ul style="list-style-type: none"> Cuidados Transculturales de Madeleine Leininger Promoción de la Salud de Nola Pender Modelo de Adaptación de Callista Roy 	<p>Investigación Mixta</p> <p>Propositiva</p> <p>Descriptiva, Explicativa.</p> <p>Cuasi-experimental.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué factores de la cultura alimenticia influyen en el estado nutricional de los escolares de 4ºA y 4ºB, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016? • ¿Cuál es el estado nutricional de los escolares de 4ºA y 4ºB, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016? 	<ul style="list-style-type: none"> • Relacionar que factores de la cultura alimenticia influyen en el estado nutricional de los escolares de 4ºA y 4ºB, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016. • Evaluar y determinar el estado nutricional a través del tamizaje de peso talla en los escolares de 4ºA y 4ºB, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016. 	<ul style="list-style-type: none"> • Existen factores en la cultura alimenticia que influyen significativamente en el estado nutricional de los escolares de 4ºA y 4ºB, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016. • El estado nutricional de los escolares de 4ºA y 4ºB, de la I.E. N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez – Chiclayo – 2016, está relacionado con la cultura alimenticia que ellos tienen. 		<p>¿Qué alimentos son tus preferidos, y donde los compras? ¿Te han hablado sobre qué es una buena alimentación? ¿Cómo es la alimentación de sus alumnos? ¿Cuáles son los alimentos que los niños prefieren a la hora del recreo? ¿Conoce usted que factores influyen en la alimentación de sus alumnos?</p> <p>Variable Dependiente: ¿Cuántas comidas al día recibe su niño? ¿Envía lonchera para el receso del niño? ¿Sabe cuál es estado nutricional de su niño según peso y talla?</p>		
--	---	---	--	--	--	--	--

Anexo: 02



CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR DE INVESTIGACIÓN CIENTIFICA.

Yo _____, con DNI.....Declaro que acepto participar en la investigación:

“Promoviendo la Cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del PP.JJ. Jorge Chávez - Chiclayo - 2016”. Siendo realizada por la estudiante de la Escuela de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas Filial Chiclayo, Jency Noemi Tirado Saldaña, asesorada por la Dra. María del Socorro Gallo Gallo.

La presente tiene como objetivo: Promover la Cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del PP.JJ. Jorge Chávez - Chiclayo - 2016.

Por lo cual, participaré de las entrevistas que serán grabadas por la estudiante respecto a la temática en estudio. Asumiendo que las informaciones dadas serán solamente de conocimiento de la investigadora y de su asesora, quienes garantizan el secreto, respeto a mi privacidad.

Estoy consciente que el informe final de la investigación será publicado, no siendo mencionados los nombres de los participantes, teniendo libertad de retirar mi consentimiento a cualquier momento y dejar de participar del estudio sin que esto genere algún perjuicio y/o gasto. Sé que de tener dudas sobre mi participación podré aclararlas con la investigadora.

Por último declaro que después de las aclaraciones convenientemente realizadas consiento participar de la presente investigación.

Chiclayo, _____ de _____ del 2016.

Anexo: 03

Entrevista a los escolares



ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Nº _____

Fecha: _____

ENTREVISTA DIRIGIDA A LOS ESCOLARES DE 4ºA -4ºB DE LA I.E. N°10156 DEL PP.JJ. JORGE CHÁVEZ - CHICLAYO - 2016

La presente entrevista es de carácter voluntario, tiene como objetivo identificar, analizar y caracterizar la cultura alimenticia de los escolares por lo que pedimos su valiosa colaboración.

Los resultados de la presente investigación son netamente confidenciales por lo que te solicitamos la veracidad de sus expresiones.

I.- INFORMACIÓN GENERAL:

- SEUDONIMO:
- EDAD:
- SEXO:
- CON QUIEN VIVE:

II.- INFORMACIÓN ESPECÍFICA:

Pregunta orientadora:

1. Cuéntame: ¿Cómo es tu alimentación?

Preguntas auxiliares:

2. ¿Qué comes en el desayuno, durante el recreo, el almuerzo y en la noche?
3. ¿Quién cocina en tu casa?
4. ¿Quién te sirve tu comida?
5. ¿Qué alimentos son tus preferidos, y donde los compras?
6. ¿Te han hablado sobre qué es una buena alimentación? ¿Por qué crees que es importante?

Anexo: 04

Entrevista a la Madre y/o Cuidador.



ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Nº _____

Fecha: _____

ENTREVISTA DIRIGIDA A LA MADRE Y/O CUIDADOR DE LOS ESCOLARES DE 4ºA – 4ºB, DE LA I.E. N°10156 DEL PP.JJ. JORGE CHÁVEZ - CHICLAYO – 2016.

La presente entrevista es de carácter voluntario, tiene como objetivo identificar, analizar y caracterizar la cultura alimenticia de los escolares por lo que pedimos su valiosa colaboración.

Los resultados de la presente investigación son netamente confidenciales por lo que le solicitamos la veracidad de sus expresiones.

I.- INFORMACIÓN GENERAL:

- SEUDONIMO:
- EDAD:
- PARENTESCO CON EL ESCOLAR:
- ESTADO CIVIL:
- LUGAR DE PROCEDENCIA:
- TIEMPO QUE RESIDE EN EL AA. HH. :
- GRADO DE INSTRUCCIÓN:
- N° DE HIJOS:
- OCUPACIÓN:
- INGRESO ECONÓMICO MENSUAL:
- RELIGIÓN:

II.- INFORMACIÓN ESPECÍFICA:

Pregunta orientadora:

1. Coménteme: ¿Cómo alimenta usted a su hijo y/o niño a su cuidado?

Preguntas auxiliares:

2. ¿Qué alimentos son los más importantes para usted en la comida diaria?
3. ¿Cuántas veces al día le da de comer a su hijo y/o niño a su cuidado?
4. ¿Qué alimentos son los que más utiliza en sus comidas?
5. ¿En qué momentos y a qué horas del día le da de comer a su hijo y/o niño a su cuidado?
6. ¿Qué hace usted cuando su niño no quiere comer algún tipo de alimento?

Anexo: 05

Entrevista a los docentes.



ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Nº _____

Fecha: _____

ENTREVISTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES DE LOS ESCOLARES DE 4ª – 4ºB, DE LA I.E. N°10156 DEL PP.JJ. JORGE CHÁVEZ - CHICLAYO – 2016

La presente entrevista es de carácter voluntario, tiene como objetivo identificar, analizar y caracterizar la cultura alimenticia de los escolares por lo que pedimos su valiosa colaboración.

Los resultados de la presente investigación son netamente confidenciales por lo que le solicitamos la veracidad de sus expresiones.

I.- INFORMACIÓN GENERAL:

- SEUDONIMO:
- EDAD:
- SEXO:
- TIEMPO QUE TRABAJA EN EL COLEGIO:
- PROCEDENCIA:

II.- INFORMACIÓN ESPECÍFICA:

Pregunta orientadora:

1. Profesor, coménteme: ¿Cómo es la alimentación de sus alumnos?

Preguntas auxiliares:

2. ¿Cuáles son los alimentos que los niños prefieren a la hora del recreo?
3. ¿Conoce usted que factores influyen en la alimentación de sus alumnos?
4. En los contenidos de sus asignaturas ¿ha considerado algún ítem o tema referente a una alimentación saludable?

Anexo: 06



“AÑO DE LA CONSOLIDACIÓN DEL MAR DE GRAU”

Chiclayo, 29 de abril de 2016

Lic. Enf.

Presente.

Me dirijo a usted con la finalidad de solicitar de su colaboración como experta en la validación del presente instrumento, esta acción permitirá recopilar información a fin de desarrollar una propuesta para la tesis titulada: “Promoviendo la Cultura alimenticia de los escolares de 4°A – 4°B, de la I.E. N°10156 del PP.JJ. Jorge Chávez – Chiclayo - 2016”. El mismo está constituido con los ítems relacionados a los aspectos que se desea investigar.

Es por ello que le agradecemos observar la pertinencia y coherencia de los ítems, en relación con los objetivos propuestos en el trabajo objeto de estudio la claridad y objetividad de las preguntas, así como también realizar las observaciones que usted considere pertinente, su opinión constituirá un valioso aporte para esta investigación.

Gracias por su colaboración.

Atentamente

Jensy Noemi Tirado Saldaña
Bach. Enfermería



PRE TEST Y POST TEST

Del proyecto de investigación “Promoviendo la Cultura alimenticia de los escolares de 4°A y 4°B, de la I.E. N°10156 del PP.JJ. Jorge Chávez - Chiclayo - 2016”.

Nombre:

1. ¿Se lavan las manos antes de ingerir los alimentos?
 - a. si
 - b. no
 - c. a veces

2. ¿Cuántas comidas al día recibe su niño?
 - a. Dos
 - b. Tres
 - c. De cuatro – cinco

3. ¿Envía lonchera para el receso del niño?
 - a. Si
 - b. No
 - c. A veces

4. ¿Consume frutas y verduras tu niño diariamente?
 - a. Si
 - b. No
 - c. A veces

5. ¿se respetan horarios de comida en casa?
 - a. Si

- b. No
- c. A veces.

6. ¿Qué factores influyen en la alimentación de tu niño?

- a. Sociales
- b. Económicos
- c. Psicológicos
- d. Educativos

7. ¿La alimentación que usted brinda a su niño es la alimentación que su madre le transmitió?

- a. Si
- b. No
- c. A veces

8. ¿Sabe cuál es estado nutricional de su niño según peso y talla?

- a. Si
- b. No

9. ¿Conoce usted cual sería una dieta balanceada?

- a. Si
- b. No

10. ¿Sabe usted preparar menús nutritivos y baratos?

- a. Si
- b. No

11. ¿Conoce usted cuales son los principales problemas de salud originados por una alimentación deficiente?

- a. Si
- b. No



PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE A LOS ESCOLARES DE 4ºA - 4ºB DE LA I.E. N°10156 – PUEBLO JOVEN JORGE CHÁVEZ - CHICLAYO – 2016, A TRAVÉS DE LOS CUIDADOS TRANSCULTURALES DE ENFERMERÍA

RESUMEN

La cultura alimenticia del niño(a) se consolida en la etapa escolar; y en dicho proceso de consolidación interviene principalmente la participación de los padres y la familia, puesto que ellos mediante el ejemplo respecto a sus prácticas alimenticias, dentro de las que se incluyen los horarios de alimentación, y alimentos preferidos; se convierten en modelos para los niños, creando en ellos ciertas costumbres alimenticias, las cuales perdurarán durante toda su vida, manteniendo ciertas vinculaciones entre lo que es y será el niño y lo que come; manifestándose principalmente en su estado nutricional, aspecto físico, intelectual y de salud

Cabe resaltar que la participación de la Escuela en la formación de los hábitos alimenticios adecuados es punto clave para garantizar que los niños tengan una conducta alimenticia adecuada; pero en muchos casos los docentes por sí solos no llegan a lograr cambios en relación a la alimentación de los escolares, por lo cual se presentan diferentes problemas nutricionales como la desnutrición u obesidad. Por ello es fundamental la participación de Enfermería dentro del ámbito de la escuela, para identificar los diferentes problemas nutricionales y realizar acciones conjuntamente con el equipo docente y los padres de familia a fin de mejorar la calidad de la alimentación de sus menores hijos; pero todo ello teniendo en cuenta siempre el aspecto cultural de las familias, logrando su libre participación, para garantizar así un crecimiento y desarrollo saludable del niño escolar.

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1. Área:

- Departamento de Ciencias de la Salud UAP: Enfermería

1.2. Responsable:

- Tirado Saldaña Jency Noemi
Bachiller de Enfermería de la Universidad Alas Peruanas.

II.-FUNDAMENTACION

La situación de salud actual de los escolares en nuestro país evidencia un creciente número de niños con problemas nutricionales; lo cual genera mayores índices de morbimortalidad infantil, y por lo general está asociado a los malos hábitos alimenticios transmitidos directamente por los padres y/o cuidadores, la familia, el medio social y la escuela, que no sólo determinarán la cultura alimenticia del niño sino también influirán directamente en su crecimiento y desarrollo.

Durante las prácticas clínicas se observa que los escolares tienen hábitos alimenticios inadecuados, que acuden a la escuela sin desayuno, practican inadecuados horarios de alimentación, los padres tienen cierta despreocupación por el refrigerio escolar; y que su alimentación está fuertemente influenciada por las costumbres y creencias propias de los Pueblos natales de la madres; así como también del factor económico, por lo cual los escolares no siempre se alimentan adecuadamente llegando a presentar problemas nutricionales ya sea por déficit o por exceso de peso; y formando por ende una cultura alimenticia inadecuada.

Cabe resaltar que la cultura alimenticia que el escolar haya consolidado en ésta etapa de vida perdurará en las etapas posteriores y de ello dependerá primordialmente su estado de bienestar; por ello es elemental el rol que asume el profesional de Enfermería en la identificación de la cultura alimenticia que se está formando el escolar ya que mediante ello se podrá establecer cuidados de enfermería que permitan Promocionar una alimentación y

nutrición saludable en los escolares; garantizando así, un estado de bienestar físico, mental y social, con el cual los niños tengan la posibilidad de desarrollar al máximo sus capacidades y potencialidades para convertirse en personas de éxito.

El presente trabajo de investigación propone nuevas estrategias para el trabajo en relación a la Alimentación de los escolares y a la formación de una Cultura Alimenticia adecuada; ello enfocado desde la perspectiva del Cuidado Transcultural de la Teórica Madeleine Leininger; teniendo como base del cuidado Enfermero la Adaptación y Reorientación de conductas alimenticias en los escolares, fomentando para ello la participación de las madres como principales cuidadoras, y de los profesores como personas educadoras y transmisoras de comportamientos, rescatando así, el verdadero sentido de Promoción de la Salud, el cual se enfoca hacia una responsabilidad Compartida entre el Equipo de Salud y la población involucrada.

III.-OBJETIVOS

3.1 GENERAL

- Promover a la formación de una Cultura adecuada de Alimentación en los escolares de 4° A y 4° B, en base a la intervención de Enfermería a través de los cuidados transculturales en la Institución Educativa N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

3.2 ESPECÍFICOS:

Con la ejecución de éste Programa se espera:

- Identificar y analizar los diversos factores que afectan la formación de los buenos hábitos de alimentación.
- Identificar y analizar el estado nutricional a través del tamizaje de peso y talla en los escolares, a fin de que los padres tengan conocimiento de ello y se involucren en el desarrollo del Programa.

- Incentivar la práctica de una alimentación balanceada en los escolares a través de la enseñanza de dietas nutritivas a bajo costo.
- Incentivar en los niños el consumo adecuado de alimentos durante la hora del recreo, y la práctica de un refrigerio escolar saludable.
- Planificar y ejecutar acciones de prevención de enfermedades nutricionales y problemas psicosociales presentes en la edad escolar y en etapas posteriores.
- Fomentar el cuidado de la alimentación de los escolares, desde la perspectiva de los cuidados transculturales enfocados por la teórica Madeleine Leininger.
- Promover la Salud Integral del Niño escolar, a través de una nutrición saludable que favorezca su crecimiento y desarrollo y disminuya el riesgo a enfermar o padecer trastornos de conducta alimenticia.
- Planificar y ejecutar acciones de promoción de la salud Nutricional del escolar.

IV.-BENEFICIARIOS

- Los escolares de 4° A y 4° B, de la Institución Educativa N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.
- Los profesores de la Institución Educativa N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.
- Las madres y/o familiares cuidadores de los Escolares de la Institución Educativa N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.

V.-METODOLOGÍA.

Constará de cuatro fases:

- La primera, será de sensibilización donde se difundirá y socializará el programa, explicando a las familias los objetivos del programa u como se desarrollará el mismo en la Institución Educativa N°10156 del Pueblo Joven Jorge Chávez - Chiclayo – 2016.
- La segunda es la planificación en esta fase, se realizará la aplicación de la técnica de “árbol de problemas y soluciones”, para identificar

situaciones, negativas, o necesidades prioritarias relacionada con la alimentación de los escolares. Para ello se consideró importante realizar una reunión con las madres para poder identificar los problemas relacionados con la alimentación adecuada de los escolares, darles a conocer el estado nutricional de sus menores hijos y coordinar conjuntamente las soluciones, mediante la aplicación de un programa educativo.

- La tercera es Ejecución, el programa se ejecutará de acuerdo a los problemas prioritarios presentes y se asignaran responsabilidades en las madres y/o familiar cuidador, docentes y a los mismos escolares.
- Las acciones de seguimiento, monitoreo y evaluación atravesarán todo el proceso de implementación del programa poniendo énfasis en aspectos del entorno en las familias y la escuela.

VII.-CRONOGRAMA

Coherente con la metodología descrita anteriormente.

CRONOGRAMA

FECHA	ACTIVIDADES	INDICADOR DE LOGRO	ESTANDAR (en porcentaje)
1 Sem	<p>SENSIBILIZACION</p> <ul style="list-style-type: none"> Coordinación con Instituciones para dar a conocer los objetivos que persigue el programa. 	<ul style="list-style-type: none"> Madres que asisten a reunión de sensibilización y participación de los docentes de la institución educativa N°10156. Niños a evaluar: Niños de 4°A y 4°B de la institución educativa: 34 	<ul style="list-style-type: none"> 100% de madres y niños participan de la actividad de sensibilización.
1 y 2 Sem	<p>PLANIFICACION</p> <ul style="list-style-type: none"> Participación de las madres en la técnica del “árbol de problemas y soluciones” para analizar la problemática en relación a la alimentación de los niños escolares. 	<ul style="list-style-type: none"> 30 madres. Que participan en el análisis del problema. Nº de Niños escolares Adscritos y evaluados = 34 	<ul style="list-style-type: none"> 91% de madres participan activamente. 100% de niños adscritos al programa.
1, 2 y 3 sem	<p>EJECUCION</p> <p>A.- La evaluación integral realizada por la enfermera consiste:</p> <ul style="list-style-type: none"> Evaluación nutricional en base a estándares nacionales para evaluar el grado de desnutrición u obesidad. 	<ul style="list-style-type: none"> 30 madres y/o familiar cuidador participan en todas las sesiones educativas. 	<ul style="list-style-type: none"> 91% de madres y niños participan de las sesiones educativas.

<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación del CRECIMIENTO (Valoración del peso y talla). • Identificación y análisis de factores que impiden la formación de una Cultura Alimenticia Adecuada en los escolares. • Participación en sesiones educativas dirigidas a las madres, escolares y docentes. <p>B.- Ejecución de sesiones educativas dirigidas por Enfermería; orientadas a:</p> <p>Padres y Docentes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Importancia del lavado de manos. • Pirámide nutricional. • Conociendo qué es una dieta Balanceada. • Conociendo la importancia de la alimentación equilibrada en los escolares. • Aprendiendo a establecer raciones adecuadas de alimentos y horarios de alimentación oportunos. • Aprendiendo a preparar menús nutritivos con alimentos propios de la región y a bajos costos. • Principales problemas de salud originados por una alimentación deficiente. • Repercusión de una inadecuada alimentación en el rendimiento escolar de mi hijo. 	<ul style="list-style-type: none"> • 34 niños participan de la evaluación y de todas las sesiones educativas • Los docentes de la Institución Educativa participan activamente de la Ejecución de Programa. 	<ul style="list-style-type: none"> • 100% de los niños participan en la evaluación y en las sesiones educativas. • 100% de participación de los docentes de la Institución Educativa.
--	---	---

	<p>A niños:</p> <ul style="list-style-type: none">• Importancia del lavado de manos.• Reconociendo los tipos de alimentos y su importancia en la alimentación.• Reconociendo por qué no debo comer comida chatarra: golosinas.		
--	--	--	--

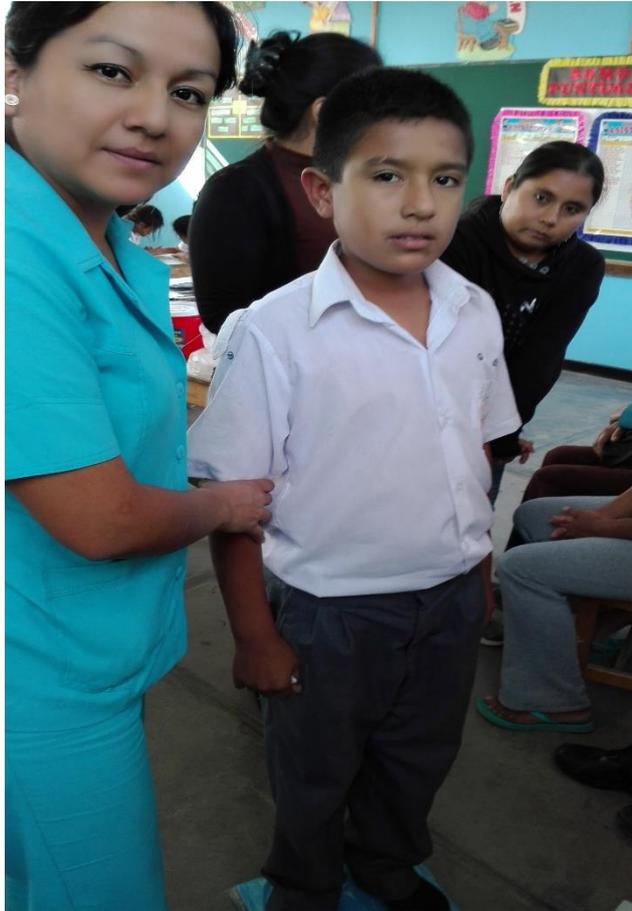
ANEXO 10

APLICANDO LA ENTREVISTA



PESANDO Y TALLANDO A LOS NIÑOS





INFORMANDO DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS



REALIZANDO LOS TALLERES EDUCATIVOS

