

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

FACULTAD DE ENFERMERÍA



**Impacto de un Programa Educativo sobre el Conocimiento de
Loncheras Escolares Saludables en Madres de Niños del Nivel
Inicial de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán,
Arequipa- 2016**

Tesis presentada por las bachilleres:

**FÁTIMA LUCERO HIDALGO YRAULA
KRISTEL VALDIVIA GUTIÉRREZ**

**Para optar el título profesional de:
LICENCIADAS EN ENFERMERÍA**

Asesora:

Mgter. Gladys Escudero de Simborth

**AREQUIPA – PERÚ
2017**

PRESENTACIÓN

SEÑORA DECANA DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTA MARIA.

S.D

De conformidad con lo establecido en la Facultad de Enfermería que UD. dignamente dirige, presento a su consideración y a las señoras miembros del jurado del presente trabajo de investigación: **Impacto de un Programa Educativo sobre el Conocimiento de las Loncheras Escolares Saludables en las Madres de Niños del Nivel Inicial del Colegio Estatal Benigno Ballón Farfán, Arequipa- 2016**, requisito indispensable para optar el Título Profesional de Licenciadas en Enfermería.

Espero que el presente trabajo sea de conformidad y que cumpla con los requisitos académicos y técnicos correspondientes.

Arequipa, Marzo del 2017

FÁTIMA LUCERO HIDALGO YRAULA

KRISTEL VALDIVIA GUTIÉRREZ

ÍNDICE

RESUMEN	06
ABSTRAC	06
INTRODUCCIÓN	07

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO TEÓRICO

1. PROBLEMA	09
1.1. Enunciado del Problema	09
1.2. Descripción del Problema	09
1.2.1. Campo, Área y Línea	09
1.2.2. Operacionalización de Variables	10
1.2.3. Interrogantes Básicas	10
1.2.4. Tipo y Nivel del Problema	11
1.3. Justificación	11
2. OBJETIVOS	12
3. MARCO TEÓRICO	13
4. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS	33
5. HIPÓTESIS	36

CAPITULO II

PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

1. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	37
1.1. Técnica	37
1.2. Instrumento	37
2. CAMPO DE VERIFICACIÓN	38
2.1. Ubicación Espacial	38
2.2. Ubicación Temporal	38
3. UNIDADES DE ESTUDIO	39
4. ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS	39

CAPÍTULO III RESULTADOS

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	44
CONCLUSIONES	54
RECOMENDACIONES	55
BIBLIOGRAFÍA	56
ANEXOS	58



*A Dios por la vida...
A mis padres Salvador y Estela por su amor y apoyo incondicional
A mi esposo Junior por su cariño, apoyo y persistencia
A mi hijo Jeampool por su paciencia y sus ocurrencias.*

Fatima



*A Dios por bendecirme para llegar hasta donde he llegado;
A mis padres Efraín y Teresa por la confianza y el apoyo brindado, corrigiendo mis faltas y celebrando mis triunfos;
A mi novio Jean por su apoyo constante y amor incondicional, ha sido fuente de calma y consejo en todo momento;
A mi hija Amber por ser mi principal motivación. Como en todos mis logros, en este ha estado presente.*

Kristel

IMPACTO DE UN PROGRAMA EDUCATIVO SOBRE EL CONOCIMIENTO DE LONCHERAS ESCOLARES SALUDABLES EN MADRES DE NIÑOS DEL NIVEL INICIAL DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA BENIGNO BALLÓN FARFÁN, AREQUIPA-2016*

RESUMEN

El presente estudio buscó evaluar el impacto de un Programa Educativo sobre el conocimiento de loncheras escolares saludables en madres de niños del nivel inicial de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán, Arequipa – 2016.

Estudio cuasiexperimental con diseño pretest – posttest, y dos tipos de evaluación: la observación directa no participante para verificar la forma de preparación de loncheras y un formulario de preguntas de conocimientos acerca de la preparación de loncheras. Se comparan resultados con prueba chi cuadrado de McNemar. Se observó que luego del programa educativo, el nivel de conocimientos sobre la preparación de las loncheras mejoró incrementándose el nivel bueno de 40% a 58% ($p > 0.05$). La forma de preparación al inicio fue deficiente en 35%, regular en 33% y buena en un 33% de casos, mientras que luego del programa educativo fue buena en 60% de las participantes ($p < 0.05$).

Se concluye que el Programa Educativo aplicado sobre lonchera escolar saludable tiene un impacto significativo de mejorar el nivel de conocimientos y la forma de preparación de las mismas por las madres de niños del nivel inicial de la Institución Educativa Estatal Benigno Ballón Farfán, Arequipa.

PALABRAS CLAVES: Lonchera escolar – Programa educativo – Conocimientos - Preparación

IMPACT OF AN EDUCATIONAL PROGRAM ON THE KNOWLEDGE OF HEALTHY SCHOOL LONCHERS IN MOTHERS OF THE INITIAL LEVEL OF THE BENIGNO BALLÓN FARFÁN EDUCATIONAL INSTITUTION, AREQUIPA- 2016

ABSTRACT

The present study sought to evaluate the impact of an Educational Program on the knowledge of healthy school lunches in mothers of children from the initial level of the Benigno Ballón Farfán Educational Institution, Arequipa - 2016.

Quasiexperimental study with pretest - posttest design, and two types of evaluation: direct non-participant observation to verify the way of preparation of lunchboxes and a form of questions of knowledge about the preparation of lunchboxes. Results are compared with McNemar chi square test. It was observed that after the educational program, the level of knowledge about the preparation of lunch boxes improved, increasing the good level from 40% to 58% ($p > 0.05$). The form of preparation at the beginning was deficient in 35%, regular in 33% and good in 33% of cases, whereas after the educational program was good in 60% of the participants ($p < 0.05$).

It is concluded that the Educational Program applied on healthy school lunches has a significant impact of improving the level of knowledge and the way of preparing them for the mothers of children of the initial level of the Benigno Ballón Farfán State Educational Institution, Arequipa.

KEYWORDS: School lunch - Educational program - Knowledge – Preparation

* Fatima Hidalgo Yraula. Correo: fatima_19_20@hotmail.com Cel: 973251234
Kristel Valdivia Gutiérrez. Correo: lorelay_44@hotmail.com Cel: 983502149

INTRODUCCIÓN

Desde el punto de vista nutricional, la infancia es una etapa de la vida muy delicada. Por una parte las necesidades de nutrientes son elevadas y por lo tanto, el riesgo de deficiencias es mayor, pero además, dado que el organismo está inmaduro y en proceso de crecimiento y formación, los desequilibrios pueden tener un mayor impacto que en otras edades y llevar alteraciones en ocasiones irreversibles, por esto es importante el buen consumo de una lonchera saludable en la etapa pre escolar.

La lonchera escolar saludable es importante y necesaria para el niño en la etapa pre escolar porque permite cubrir las necesidades nutricionales en un 15%, asegurando así un rendimiento óptimo en el aprendizaje. Ésta aporta energía, ya que diariamente los niños sufren desgaste por las actividades desarrolladas durante las horas de clase, recreo y práctica de deporte. Mantiene adecuados niveles de desempeño físico e intelectual y desarrolla sus potenciales en etapa de desarrollo y crecimiento correspondiente.

El estado nutricional es el resultado de una amplia gama de condiciones sociales, económicas y constituye un indicador muy sensible del nivel general de desarrollo. Si bien es cierto que durante los últimos 25 años en el Perú, se han producido mejoras relativas en algunos factores relacionados con la nutrición, su grado de avance y la inestabilidad de estos aun condiciona y determina altas cifras de desnutrición en el año 2005 la desnutrición crónica en niños menores de 5 años bordeaba el 28%, mientras que el 2015 esta cifra se redujo a 14.4%., particularmente en las niñas y niños de las zonas más pobres del Perú¹.

La educación nutricional es muy importante para que las madres adquieran conocimientos sobre la alimentación saludable, ya que muchas de ellas toman en cuenta la cantidad y no la calidad de los alimentos que es indispensable para el crecimiento y desarrollo de sus hijos. Una lonchera

¹MINSA. Oficina de Estadística, 2009 pág.28

saludable se preparara correctamente si es que la madre tiene un alto nivel de conocimientos acerca de alimentación saludable.

Por tal motivo se realiza la investigación, con la seguridad que un programa educativo de intervención de enfermería nos ayude a mejorar la capacitación de las madres en la preparación de loncheras saludables logrando un mejor estado nutricional de los niños en una etapa crucial de su desarrollo cerebral y la adquisición de habilidades para la etapa de educación escolar.

El contenido del presente estudio, está organizado en tres capítulos; el primero de ellos hace referencia al Planteamiento Teórico; el segundo, al Planteamiento Operacional y finalmente el tercero, a los resultados, conclusiones y recomendaciones. Seguido por los anexos, los cuales contienen el desarrollo del instrumento utilizado y documentación complementaria.



CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO TEÓRICO

1 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Enunciado del Problema

Impacto de un Programa Educativo sobre el conocimiento de loncheras escolares saludables en madres de niños del nivel inicial de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán. Arequipa, 2016.

1.2 Descripción del Problema

1.2.1 Área del conocimiento

- Campo: Ciencias de la Salud
- Área: Salud del Niño
- Línea: Nutrición infantil

1.2.2 Operacionalización de Variables

El estudio tiene dos variables:

- **Independiente:** Programa Educativo de intervención
- **Dependiente:** Conocimiento sobre loncheras escolares

Variables	Indicadores	Subindicadores
Independiente Programa Educativo de Intervención	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pirámide alimenticia 2. Grupos de alimentos 3. Alimentación nutritiva 4. Lonchera saludable 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1. Definición 1.2. Importancia 2.1. Reguladores 2.2. Energéticos 3.1. Tipos de alimentos 3.2. Función de los alimentos 4.1. Composición 4.2. Preparación
Dependiente Conocimiento sobre lonchera escolar saludable	<ol style="list-style-type: none"> 1. Composición 2. Preparación 3. Responsable de la preparación 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1. Bueno (16-20 pts) 1.2. Regular (11-15 pts) 1.3. Deficiente (0-10 pts)

1.2.3 Interrogantes básicas

1. ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre loncheras escolares saludables y su preparación en madres de niños del nivel inicial de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán de Arequipa previa a la aplicación del Programa Educativo?

2. ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre loncheras escolares saludables y su preparación en madres de niños del nivel inicial de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán de Arequipa posterior a la aplicación del Programa Educativo?
3. ¿Cuál es el impacto que produce el Programa Educativo en el nivel de conocimientos en madres de niños del nivel inicial de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán de Arequipa?

1.2.4 Tipo y Nivel de investigación

Tipo : De Campo
Nivel : Descriptivo, explicativo.

1.3 Justificación del problema

El presente estudio busca establecer el impacto de un Programa Educativo sobre las loncheras escolares saludables y su forma de preparación, en madres de niños del nivel inicial de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán, Arequipa.

El estudio tiene **relevancia científica**, en razón a que el proceso investigado nos permitirá obtener conocimientos actualizados y vigentes en relación a nutrición, nutrición infantil y la importancia que tienen las loncheras, ya que es una parte significativa en la alimentación de los niños.

Tiene **relevancia práctica** porque se mejorará la preparación de loncheras para lograr una nutrición adecuada, que es esencial

para un buen aprendizaje del pre escolar, ya que depende mucho para su desarrollo, mental, físico y psicológico.

Tiene **relevancia social** contemporánea porque los trastornos nutricionales en niños de edad preescolar son frecuentes, en especial la anemia, que constituye un problema de salud pública aún no resuelto.

El estudio es **factible** por su diseño prospectivo y por qué se cuenta con las facilidades institucionales.

El realizar la presente investigación en el área de prevención en salud y nutrición infantil, se logrará una importante **contribución académica** al campo de la Enfermería, y por el desarrollo del proyecto en el área de pregrado, cumplimos con las **políticas de investigación** de la Universidad en esta etapa importante del desarrollo profesional.

2 OBJETIVOS

- a. Determinar el nivel de conocimiento de madres de niños de inicial sobre loncheras escolares saludables de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán de Arequipa, antes de la aplicación del Programa Educativo.
- b. Determinar el nivel de conocimiento de madres de niños de inicial sobre loncheras escolares saludables de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán de Arequipa, después de la aplicación del Programa Educativo.

- c. Establecer el impacto del Programa Educativo, sobre loncheras escolares saludables en el nivel de conocimientos de las madres de niños de inicial de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán de Arequipa.

3 MARCO TEÓRICO

3.1 Nutrición en edad preescolar

Los objetivos de la alimentación del niño en edad preescolar y escolar son asegurar un crecimiento y desarrollo adecuados, teniendo en cuenta su actividad física y promover hábitos alimentarios saludables para prevenir enfermedades nutricionales a corto y largo plazo.

La Alimentación del Preescolar resalta a los menores de 5 años, porque son de mayor riesgo nutricional debido a su requerimiento energético. A esta edad, los niños están incorporando nuevos alimentos a su dieta, lo que implica conocer nuevos sabores, texturas, colores. Estas experiencias generan sensaciones de agrado o de rechazo. Por esta razón se afirma que en la etapa preescolar se consolidan los hábitos alimentarios. Durante este período los niños deben recibir la misma alimentación que el resto de la familia. El preescolar está en etapa de desarrollar sus habilidades motoras, lo que es muy importante en la adquisición de independencia al comer. Es por eso que se deben seguir las siguientes recomendaciones:

- Brindar las comidas en un ambiente familiar tranquilo y de cariño.
- Dar alimentos que le sean familiares, porque los niños/as aceptan mejor aquellos alimentos que consumen sus padres.
- Cada nuevo alimento que se incorpore a la dieta, debe darse gradualmente, prefiriendo los alimentos solos a los combinados, porque así los reconocerán fácilmente.
- Ofrecer alimentos en trozos pequeños, de esta manera será más fácil utilizar la cuchara y el tenedor y desarrollar independencia para comer.
- Deben evitarse alimentos con sabores muy fuertes y las comidas muy condimentadas.
- Brindar alimentos con diferentes texturas y colores para reforzar sus habilidades masticatorias y estimular el apetito.

RACIONES RECOMENDADAS PARA EL PRE ESCOLAR

ALIMENTOS	CANTIDAD	FRECUENCIA
Cereal (arroz, pastas)	1 taza	Diaria
Maíz o tortillas	1 ½ unidades	Diaria/por tiempo de comida
Pan	1 unidad	Diaria
Frijoles	1½ cucharón	Diaria
Papas, yuca o camote	1 unidad o trozo pequeño	Diaria
Verduras	2 porciones pequeñas	Diaria
Frutas	2 unidades pequeñas	Diaria
Leche o Derivados	3 tazas	Diaria
Queso	1 trozo pequeño	Diario
Huevo	1 unidad	Diario o mínimo 3 veces por semana
Carnes, pescado y mariscos	1 trozo mediano	Diario o mínimo 3 veces por semana
Azúcar	4 cucharitas	Diaria
Aceite o grasa	3 cucharitas	Diaria

Fuente: Adaptado para Honduras de CADENA/Contenidos Actualizados de Nutrición y Alimentación. INCAP/OPS Publicación INCAP MDE/2012

3.1.1 Importancia de la adecuada nutrición en la edad preescolar

La niñez es la etapa de la vida donde más cambios se producen, estos cambios tienen que ver con el crecimiento tanto físico como intelectual de los niños, en ello radica la importancia de la alimentación infantil.

Dentro del vientre materno el niño depende de la alimentación de la madre para su normal desarrollo; una vez que nace hasta fines de su adolescencia necesita incorporar alimentos esenciales, que aseguren su crecimiento tanto físico como intelectual.²

Los nutrientes que no deben faltar en la alimentación de un niño son:

Para que una nutrición para niños sea sana debe incluir los siguientes nutrientes³:

- **Proteínas de alto valor biológico:** Estas contienen aminoácidos esenciales para la formación de células, tejidos, sistema nervioso (neuronas), huesos. Estas proteínas se encuentran principalmente en las carnes y clara de huevo.
- **Hidratos de carbono:** Son muy importantes como fuente de energía. Estos hidratos de carbono se pueden encontrar en verduras, frutas, legumbres y cereales integrales, que además aportan vitaminas y minerales, necesarios para distintas reacciones químicas que intervienen en el desarrollo integral del niño.
- **Grasas:** Son esenciales para la formación de membranas y el establecimiento de las adecuadas conexiones neuronales. Dentro del grupo de las grasas encontramos como fundamentales ácidos grasos poliinsaturados (omega 3, omega 6, omega 9, etc.), ácidos grasos mono insaturados (ácido oleico, linoleico, linolénico, etc.).

² Álvarez Román & Arpe, 2012 pág.38

³Vásquez, López, Nomdedeu & Calvet, 2005 pág.56

- **Hierro:** Este mineral es de suma importancia dentro de la alimentación infantil, sobre todo desde el nacimiento hasta los 3 años de edad, ya que es el período de mayor crecimiento tanto intelectual como físico. En esta etapa es donde el niño tiene mayor demanda de nutrientes, entre ellos el hierro. Se puede encontrar en el grupo de las carnes y vegetales de hojas verdes (acelga, espinaca, brócoli, legumbres, etc.)
- **Calcio:** Este es otro de los minerales fundamentales para la formación ósea. Su aporte se consigue a partir del grupo de los lácteos.
- **Zinc:** El zinc actúa como catalizador en el desarrollo del sistema inmunológico y en los procesos de desarrollo óseo y muscular de los niños. Se puede encontrar en carnes, sobre todo pescado, leche, vegetales verdes, etc.
- **Vitaminas del Complejo B:** Se encuentran en los cereales integrales (avena, cebada, germen de trigo, salvado de trigo, maíz, legumbres, etc.)

La importancia de la alimentación infantil radica en que es fundamental para lograr el mayor potencial físico, mental e intelectual de los niños.

3.2 LONCHERA ESCOLAR SALUDABLE

3.2.1 Concepto de lonchera escolar saludable

La lonchera escolar contiene comida que se da a media mañana y que cubre una parte del requerimiento de la alimentación del niño. Está compuesta por cuatro grupos de alimentos que van a proporcionar al organismo parte de las sustancias que los niños necesitan durante el día y así

lograr un rendimiento y concentración en el centro educativo. Estos alimentos deben ser de fácil digestión variedad, contraste en colores y preparación.⁴

3.2.2 Composición de la lonchera escolar saludable

La lonchera escolar aporta del 10 al 15 por ciento de las recomendaciones dietéticas del escolar. Cada lonchera pre escolar debe contener de 150 a 200 calorías como mínimo y no reemplazar al desayuno o al almuerzo. Esa cantidad de calorías está en relación con la edad, estatura y actividad física.

Los cuatro grupos de alimentos que deben contener la lonchera escolar son:⁵

- Alimentos energéticos: Brindar energía para realizar actividades. Comprenden a los carbohidratos, azúcares y grasas. Eje: pan, galletas, queque, budín, mantequilla, dulces caseros (mazamorras de frutas, cereales).
- Alimentos formadores: Son indispensables para el crecimiento y desarrollo del niño, involucran a las proteínas principal que componen la estructura corporal como el músculo, vísceras, cerebro, etc. Eje: pescado, huevos, productos lácteos (yogurt, queso), productos de origen vegetal (habas, soya, semillas oleaginosas (pecanas, maní).
- Alimentos reguladores y protectores: Aportan principalmente vitaminas, minerales y fibra, estas las encontramos en las verduras y en las frutas.
- Agua: Participa en una gran variedad de funciones dentro del organismo, su pérdida es a través de la

⁴Valdivia et. Al 2012 pág.114

⁵Biesalski. 2007 pág. 97

transpiración, sobre todo cuando se realiza actividad física o en climas cálidos y esto disminuye el rendimiento físico del niño por lo tanto es importante asegurar un aporte continuo de la misma. Ejemplo: agua de membrillo, agua de carambola, agua de quinua, emoliente y agua mineral.

3.2.3 Recomendaciones en la preparación de loncheras

saludables

Una lonchera no debe contener bebidas artificiales, embutidos, salsas, comida chatarra ni golosinas, debido a que estos alimentos aportan energía que no es utilizada por el organismo para sus funciones vitales sino más bien es almacenada como grasa. Además, estos alimentos contienen elevadas cantidades de azúcar y grasas de tipo saturada e hidrogenada o también llamadas grasas trans responsables de elevar el colesterol sanguíneo y promover enfermedades cardiacas.

Una forma de garantizar que el niño consuma todos sus alimentos incluidos en la lonchera, es hacerlo participar en la preparación y la selección de los mismos. Se debe lavar diariamente la parte interna de la lonchera para prevenir enfermedades, sobre todo en temporada de verano, donde los residuos se descomponen con mayor facilidad que en el invierno y pueden convertirse en focos infecciosos y enfermedades gastrointestinales.

Se debe usar una servilleta de papel o tela limpia antes de colocar los alimentos en la lonchera, de este modo se evita el contacto con la superficie de la misma.

Se debe mandar la fruta entera con toda la cáscara para no desaprovechar la fibra y evitar la oxidación de la pulpa con la consecuente pérdida de nutrientes.

Las propinas es un tema importante de tratar y conviene evaluar si vale la pena dárselas en la mañana antes de ir al colegio. Un chocolate, una galleta con relleno puede terminar con el poco apetito del niño. Además, no solo no come los alimentos incluidos en la lonchera sino que tampoco almuerza cuando llega a casa.

Utilizar muchos colores, sabores, texturas y formas para hacer la lonchera más apetecible.

3.3 PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN EDUCACIÓN

NUTRICIONAL

3.3.1 Programa de complementación alimentaria:

El PCA es un programa de apoyo alimentario a familias en situación de pobreza, pobreza extrema, en riesgo y de salud, así como a grupos vulnerables, niños, pacientes con TBC, adultos mayores y personas con discapacidad en situación de riesgo moral, abandono y víctimas de violencia familiar⁶.

A. Beneficiarios

- 1. Comedores Populares:** Brinda asistencia alimentaria a niños, madres gestantes, madres lactantes y/o familias en condiciones de pobreza y pobreza extrema. Tiene por finalidad complementar la ración alimentaria de las familias pobres y extremos pobres.
- 2. Hogares y Albergues:** Tiene por finalidad mejorar el nivel alimenticio de niños y adolescentes menores de

⁶Guía para Vigilancia Nutricional del escolar. Programa de salud integral Educa. Marzo 1997
pág. 49

edad que se encuentren en situación de abandono y alojados en hogares y albergues.

3. PANTBC: El programa de alimentación y nutrición para el paciente ambulatorio con tuberculosis y familia (PANTBC), permite ejecutar actividades de complementación alimentaria – nutricional y evaluación nutricional. Tiene por finalidad cumplir la función de apoyo a procesos de recuperación a los enfermos de tuberculosis⁷.

3.3.2 Programa de vaso de leche:

Es un programa que proporciona una ración alimentaria diaria (leche en cualquiera de sus formas u otro producto), a una población beneficiaria en situación de pobreza y extrema pobreza.

I. Objetivos

- Disminuir los niveles de pobreza y pobreza extrema de las familias de escasos recursos periurbano y sobre todo del ámbito rural.
- Disminuir los niveles de desnutrición, morbilidad y mortalidad en la población infantil inmersa en el Programa.
- Mejorar el estado de nutrición y la calidad de vida de los beneficiarios (niños de 0–06 años, madres gestantes y lactantes).
- Ofrecer complemento nutricional sin costo, a través de una ración de alimentos.

⁷ Página web [https:// www.midis.gob.pe](https://www.midis.gob.pe)

- Brindar Asistencia Nutricional a través de raciones alimentarias.

La población que atiende el Programa del Vaso de Leche en las municipalidades son:⁸

A. Primera Prioridad

- Niños 0-6 años
- Madres gestantes
- Madres en periodo de lactancia

De ellos priorizando la atención a quienes presenten un estado de desnutrición o se encuentren afectados por tuberculosis (TBC).

B. Segunda Prioridad

- Niños de 7 a 13 años
- Ancianos (Personas Adultas Mayores de 60 años y más) – Según el Plan Nacional Para las Personas Adultas Mayores 2013-2017)
- Personas afectadas por TBC

Son atendidos, si se cumple con la atención a la población de la PRIMERA PRIORIDAD.

La población beneficiaria corresponde a la población en situación de pobreza y pobreza extrema.

⁸ Página web <https://> Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social. Programa de Vaso de Leche.

3.3.3 Programa Nacional de Alimentación Escolar (Qali

Warmma):

El Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warmma, tiene como finalidad brindar un servicio de calidad cumpliendo los siguientes objetivos:

- Garantizar el servicio alimentario durante todos los días del año escolar a los usuarios del Programa de acuerdo a sus características y las zonas donde viven.
- Contribuir a mejorar la atención de los usuarios del Programa en clases, favoreciendo su asistencia y permanencia.
- Promover mejores hábitos de alimentación en los usuarios del Programa.

Nuestros usuarios son niños y niñas a partir del nivel inicial (3 años), nivel primaria de las instituciones públicas.

- **Planificación del Menú Escolar**

El menú escolar brindado por el Qali Warmma, es nutritivo, inocuo, aceptable y diversificado; y su planificación está orientada a programar los desayunos y almuerzos expresados en tipos de combinaciones de uno o más grupos de alimentos, esto con la finalidad de maximizar la diversificación de los desayunos y almuerzos brindados por el programa y promover la alimentación saludable.

A. Características de los desayunos y almuerzos:

1. Modalidad Raciones

▪ **Desayunos:**

El desayuno aporta cerca del 20% al 25% de los requerimientos energéticos diarios. El desayuno está constituido por un bebible industrializado más un componente sólido:

▪ **Bebible Industrializado:** Leche enriquecida y leche con cereales de larga vida útil y de presentación individual.

▪ **El componente sólido:**

- Pan Común: Pan francés, pan tres puntas, pan chapla, pan de piso, entre otros. Este deberá estar acompañado por: queso maduro o aceitunas o huevo o mantequilla.
- Pan Especial: pan de quinua, pan de kiwicha, pan de cañihua, pan de plátano, pan de queso, pan integral, entre otros. Este puede ser acompañado por mantequilla.
- Pan dulce: bizcocho, chancay de huevo, pan de yema, entre otros.

2. Modalidad Productos

▪ **Desayunos:**

El desayuno está constituido por un bebible preparado en la I.E más un componente sólido.

Los bebibles o mazamorras pueden ser preparados con o sin leche, cereales o derivados como avena, quinua, kiwicha, trigo, maíz o sus

harinas y hojuelas, harinas de menestras, harinas de tubérculos, etc.

El componente sólido depende del bebibible o mazamorra preparada:

–Galletas con o sin acompañamiento.

–Segundos a base de cereales, entre otros, las cuales son acompañadas en un producto de origen animal – POA.

▪ **Almuerzos:**

Es un segundo, que aporta alrededor del 35% al 40% de los requerimientos energéticos diarios y contiene:

- Cereales como arroz, fideos y trigo. Grano andino: Quinoa; y tubérculos: Papa seca.
- Menestra: Se brinda menestras como mínimo 2 veces por semana y pueden ser: Arveja seca partida, frijol, haba seca entera, lenteja, pallar seco entre otros.
- Todas las preparaciones contienen productos de origen animal (POA), tales como: conserva de pescado (excepto grated) en aceite vegetal, conserva de pescado en salsa de tomate, conserva de carne de pollo, conserva de carne de res, conserva de bofe de res, chalona de ovino sin hueso, charqui sin hueso, entre otros.
- Las preparaciones se pueden aderezar con ajos, cebolla y otros potenciadores de sabor naturales que sean sanos y agradables⁹.

⁹ Página Web [https:// Programa Nacional de Alimentación Escolar \(Qali Warma\).](https:// Programa Nacional de Alimentación Escolar (Qali Warma).)

3.4 ROL DE LA ENFERMERA EN LA NUTRICIÓN DEL PREESCOLAR

Los Cuidados de Enfermería en la nutrición del preescolar son asistir, informar, educar y asesorar, desde el aspecto bio-psico-social del niño y con un desarrollo estructurado en diferentes etapas. Tras el diagnóstico nutricional y educativo la enfermera ofrece una atención integral y evaluación continua de la lonchera escolar.

Todo ello con actitud científica, abierta, constante, personalizada y con empatía. La enfermera es responsable de proporcionar los cuidados y conocimientos necesarios para atender y educar a las personas en distintas etapas del ciclo vital.

La enfermera procura mejorar el nivel de conocimientos de la población, referente a la elección adecuada de alimentos, las características de una dieta equilibrada y los riesgos del consumo habitual de alimentos considerados poco saludables.

Los hábitos alimenticios son un factor determinante del estado de salud de la población, porque se configuran en la infancia y se desarrollan y asientan a lo largo de la vida del niño, pudiendo influir sobre ellos a través de Programas Educativos capacitando a las madres en la preparación de loncheras saludables logrando así un mejor estado nutricional de los niños en una etapa crucial de su desarrollo cerebral y la adquisición de habilidades para la etapa de educación escolar¹⁰.

¹⁰ De Torres, ML. "Asesoramiento en Nutrición 2: Trastornos de la Conducta Alimentaria" Enfermería y Salud. Colegio de Enfermeros. Perú. Julio 2005.

3.5 PROGRAMA EDUCATIVO

“LONCHERA ESCOLAR SALUDABLE”

PRESENTACIÓN

En los últimos años, el avance científico, ha logrado diferentes cambios en los estilos de vida de la población principalmente en la alimentación en los niños, con la gran influencia de la publicidad en la televisión sobre el consumo de alimentos chatarra.

El estado nutricional en la niñez se asocia al desarrollo cognitivo y a las enfermedades como la desnutrición, anemia y sobrepeso, un estado nutricional deficiente traerá consigo efectos adversos en el futuro, vinculado a la capacidad de respuesta frente a las enfermedades, considerándose así un principal motivo de cuidado en la población infantil. Lo que evidencia que durante la infancia, es esencial un equilibrado aporte nutricional para obtener un adecuado estado de salud, un óptimo crecimiento y desarrollo físico y psicosocial, además de ayudar al establecimiento de hábitos alimentarios saludables

La lonchera realmente nutritiva, debe contener alimentos energéticos, reguladores y constructores. Sus funciones son mantener suficientes reservas de nutrientes durante el día escolar, suministrar alimentos nutritivos que al pequeño le gusten y crear hábitos saludables de alimentación. La idea de preparar la lonchera es que cada día el niño, al abrir su lonchera encuentre alimentos variados y balanceados presentados en forma agradable de manera que esté encantado de comerlos al momento de verlos.

1. DIAGNÓSTICO

Madres con escasos conocimientos sobre una buena preparación de loncheras escolares saludables relacionado a limitada información sobre el tema.

2. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL: Promover los buenos hábitos alimenticios en las madres de los niños del Nivel Inicial con la implementación de loncheras escolares saludables.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Al término del programa educativo, las madres asistentes de niños del nivel inicial tendrán conocimientos sobre:

- La importancia de una lonchera saludable.
- El tipo de alimentos que debe contener la lonchera según la pirámide de alimentos y su clasificación.
- La preparación de loncheras nutritivas a través de sesiones educativas y demostrativas.

3. ACTIVIDADES

3.1 EJECUCIÓN: Elaboración del Programa Educativo.

El plan educativo se desarrollara en la I.E Benigno Ballón Farfán del 12 al 26 de Septiembre de 2016 (Según Cronograma Educativo).

4. TÉCNICAS EDUCATIVAS

- Charlas
- Diálogo simultáneo
- Lluvia de ideas

- Socio drama
- Juegos educativos
- Franelografo
- Rotafolio
- Figuras tridimensionales

5. AYUDAS DIDÁCTICAS

- Producción de videos
- Diapositivas
- Trifoliados
- Volantes
- Exposiciones
- Afiches
- Retroproyector

6. RECURSOS

a) Humanos

- Investigadoras:
 - Fátima Lucero Hidalgo Yraula
 - Kristel Valdivia Gutiérrez

b) Materiales

- Material de escritorio: Hojas bond, Hojas de colores, lapiceros, lápices, papelógrafos, cartulinas, fólderres Manila, clips, empastado, anillado, impresiones, etc.
- Material audiovisual: proyector de imágenes.
- Materiales educativos:
 - Afiche sobre: Pirámide alimenticia, tres grupos alimenticios, clasificación de los alimentos de acuerdo a sus características, cuadro de modelos de loncheras saludables.

- Power point
- Trípticos para cada sesión.

Los mensajes: Se ha elegido pocos mensajes claves, que permitan recordarlos fácilmente y evite la competencia entre ellos, faciliten su repetición y finalmente que posibilite que las personas se familiaricen rápidamente con ellos.

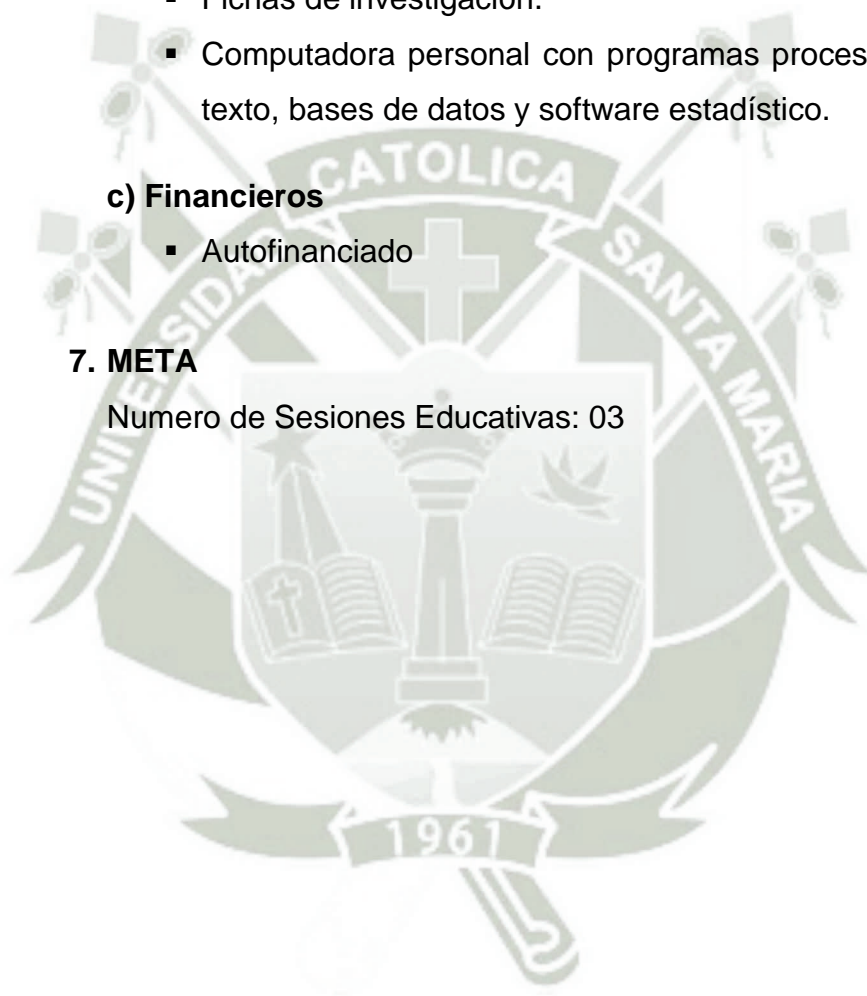
- Fichas de investigación.
- Computadora personal con programas procesadores de texto, bases de datos y software estadístico.

c) Financieros

- Autofinanciado

7. META

Numero de Sesiones Educativas: 03



8. CRONOGRAMA EDUCATIVO

LUGAR: Institución Educativa Estatal Benigno Ballón Farfán Paucarpata- Arequipa

ACTIVIDADES	RESPONSABLES	AYUDA AUDIOVISUAL	TÉCNICA EDUCATIVA	HORA	SEPTIEMBRE		
					12	19	26
<p>SESIÓN NÚMERO 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Definición de la pirámide alimenticia. - Importancia de la pirámide alimenticia. - Reconocer los grupos de alimentos. - Alimentación nutritiva. - Importancia de la alimentación nutritiva. <p>SESIÓN NÚMERO 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> -La lonchera preescolar. -Importancia de la lonchera preescolar. -Objetivos de la lonchera preescolar. -Composición la lonchera preescolar. -Alimentos ideales en la lonchera. 	FÁTIMA HIDALGO YRAULA KRISTEL VALDIVIA GUTIÉRREZ	VIDEOS, DIAPOSITIVAS Y LÁMINAS	EXPOSICIÓN Y SESION DEMOSTRATIVA	16:00	X X X X X	X X X X X	

<p>SESIÓN NÚMERO 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alimentos prohibidos para la lonchera. - Combinaciones de alimentos para la lonchera saludable. - Programación de las loncheras para las cuatro semanas del mes. - Recomendaciones para una buena preparación de la lonchera 							<p>X X X X</p>
--	--	--	--	--	--	--	----------------------------

4 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

4.1 A nivel local

Luego de haber realizado la búsqueda no se han encontrado resultados sobre el tema.

4.2 A nivel nacional

1. **Autor:** Florián NI, Torres NA

Título: Lonchera escolar y estado nutricional de los niños (as) Pacasmayo, 2013

Fuente: Tesis para optar el título de licenciadas en enfermería. Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de Trujillo, Perú, 2014.

Objetivos Específicos:

- Determinar el tipo de lonchera escolar de los niños(as) de 03 y 04 años de edad de la I.E. N° 81658 de Huáscar – Jequetepeque – Pacasmayo, en el año 2013.
- Determinar el estado nutricional de los niños(as) de 03 y 04 años de edad en la I.E. N° 81658 de Huáscar – Jequetepeque – Pacasmayo, en el año 2013.

Conclusiones:

Primera.-Del total de niños(as) el 28.6 por ciento tiene lonchera escolar saludable y el 71.4 por ciento tiene lonchera escolar no saludable.

Segunda.-En el estado nutricional, según Peso / Talla, el 5.7 por ciento presenta desnutrición aguda, otro 5.7 por ciento

presento sobrepeso y el 88.6 por ciento se encuentra normal. En relación a Talla / Edad, un 14.3 por ciento presento talla baja y el 85.7 por ciento se encuentra normal. Respecto a Peso / Edad, el 5.7 por ciento presento desnutrición, otro 5.7 por ciento presento sobrepeso y el 88.6 por ciento se encuentra normal.

Tercera.- Existe relación estadística altamente significativa entre el tipo de lonchera escolar con el estado nutricional de los niños(as). $P=0.000$

2. Autor: Alvarado JM.

Título: Conocimiento de las madres de niños en edad preescolar sobre preparación de loncheras saludables en la I.E.I. 115-24 Semillitas del Saber. César Vallejo - 2012.

Fuente: Tesis presentada en la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos para título de especialista. 2013

Objetivos Específicos:

- Determinar los conocimientos que tienen las madres de niños en edad preescolar sobre la preparación de loncheras saludables en la 9 institución educativa inicial 115-24 Semillitas del Saber .Cesar Vallejo – 2012.

Conclusiones:

Primera.- Los conocimientos de las madres de niños en edad pre escolar sobre la preparación de loncheras saludables el mayor porcentaje de las madres desconocen los alimentos que dan energía, la función dela vitamina K y los alimentos

que contienen proteínas; seguido de un porcentaje considerable de madres que conocen la composición de la lonchera saludable y la vitamina necesaria para fortalecer huesos, dientes y tejidos.

Segunda.-Respecto a los conocimientos de las madres sobre la preparación de loncheras saludables según dimensiones tenemos que el mayor porcentaje desconoce en la dimensión energéticos los aspectos referidos al almacenamiento del aporte energético y la función de los alimentos energéticos, en los alimentos constructores las necesidades de proteínas y el origen de las proteínas; y en los alimentos reguladores los alimentos que contienen vitamina A y los alimentos que ayudan en la absorción de hierro, y un porcentaje considerable de madres en lo energético conocen los alimentos que contienen grasa y el origen de los alimentos energéticos, en lo constructores la importancia de las proteínas y la frecuencia de los alimentos que contiene proteínas; y en la dimensión reguladores los alimentos que aportan vitamina C y los alimentos que contienen calcio.

4.3 A nivel internacional

3. Autor: Sánchez-Chávez NP, Reyes-Hernández D, Reyes-Gómez U, Maya-Morales A, Reyes-Hernández U, Reyes-Hernández KL.

Título: Conductas para Preparar Loncheras Mediante un Programa de Intervención Educativa Sobre Nutrición con

Madres de Preescolares.

Fuente: Bol Clin Hosp Infant Edo Son 2010; 27 (1)

Objetivo: Modificar las conductas para preparar loncheras mediante un programa de intervención educativa sobre nutrición con madres de preescolares

Conclusiones:

Primera.-Las intervenciones educativas sobre nutrición modifican las conductas alimenticias de las madres.

Segunda.- Por cada intervención educativa aumenta 1.2 puntos en conocimientos adquiridos en la etapa de evaluación, y el conocimiento posterior a las intervenciones educativas de evaluación, 117 de las 119 prepararon loncheras saludables.

5 HIPÓTESIS

Dado que algunos niños llevan loncheras que no corresponden visiblemente a sus necesidades nutricionales.

Es probable que un Programa Educativo aplicado a las madres de los niños del Nivel Inicial de la Institución Educativa Estatal Benigno Ballón Farfán, sobre loncheras escolares saludables tenga impacto positivo, mejorando el nivel de conocimientos y preparación de las mismas.



CAPÍTULO II

PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

1. TÉCNICAS, INSTRUMENTOS Y MATERIALES DE INVESTIGACIÓN

1.1. TÉCNICAS:

En la presente investigación se aplicó la técnica de la intervención experimental educativa.

1.2. INSTRUMENTOS:

El instrumento utilizado consiste en una ficha de datos para la identificación de las madres y su nivel de conocimientos sobre loncheras saludables (Anexo 1), y en una ficha de observación de preparación de loncheras escolares (Anexo 2), tanto para una evaluación pre test como para la etapa pos test.

2. CAMPO DE VERIFICACIÓN

2.1. Ubicación Espacial:

El presente estudio se realizó en la I.E Benigno Ballón Farfán de Arequipa, que se encuentra ubicado en el Distrito de Paucarpata, Av. Brasil N°300, departamento Arequipa. Fue creada el 28 de abril de 1961 con RM N° 5900. En 1976 con la R.D. N° 0372 se denomina “Benigno Ballón Farfán”, brinda por 54 años, un servicio eficiente y de calidad que se refleja en los éxitos alcanzados en las diferentes áreas, siendo un colegio muy importante del distrito de Paucarpata en la ciudad de Arequipa; ello nos compromete a seguir mejorando cada vez más, y alcanzar en nuestros corazones y en nuestras mentes triunfos educativos.

Es una Institución Educativa que brinda una formación integral de calidad a los estudiantes con una cultura de valores acorde con el avance de la comunicación, ciencia y tecnología, con una actitud flexible al cambio. Contribuye al desarrollo del estudiante en sus capacidades, habilidades y destrezas para el logro de su integración a la sociedad. Elaboramos y ejecutamos proyectos que conllevan al logro de los aprendizajes significativos que permite elevar la calidad educativa mejorando el rendimiento escolar.

2.2. Ubicación Temporal:

El estudio se realizó en forma coyuntural durante los meses de Mayo-Diciembre del 2016.

3. UNIDADES DE ESTUDIO:

Madres de niños del Nivel Inicial de la I.E.E. Benigno Ballón Farfán.

3.1. Universo:

Se consideró a las madres de niños del Nivel Inicial de la I.E. Benigno Ballón Farfán, que asciende a 53; en quienes se les aplicó los criterios de selección: Inclusión y Exclusión.

- **Criterios de Inclusión.-**

- Madres de niños de nivel inicial.
- Aceptación de su participación en el estudio por parte de los padres.

- **Criterios de Exclusión.-**

- Madres que no completaron el Programa de Intervención Educativo.
- Madres con limitaciones de comunicación por idioma.

Con la explicación de los criterios antes mencionados la población queda conformada por 43 madres.

4. ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

4.1. Organización

Se coordinó con la UGEL respectiva y con la Dirección de la I.E “Benigno Ballón Farfán” para obtener la autorización para el estudio.

Se solicitó la participación de los padres de familia mediante una reunión para explicar la importancia y la metodología del estudio. Los padres que aceptaron la participación recibieron mediante la firma del consentimiento informado, una ficha de datos y un cuestionario de conocimientos acerca de la preparación de loncheras saludables y su importancia, y se les observó indirectamente para ver cómo preparan

las loncheras ofreciendo insumos de diferentes tipos.

Luego se explicó el programa educativo, consistente en tres sesiones educativas en las que se les impartió charlas y talleres sobre preparación de loncheras saludables, a cargo de nutricionistas así como de las autoras del trabajo. Una vez concluido el programa de intervención, que incluyó con la entrega de material educativo (folletos, recetarios, etc.) se esperó un tiempo prudencial de 2 semanas para volver a aplicar los cuestionarios y la ficha de observación.

Una vez concluida la recolección de datos, éstos se organizaron en una base matriz de datos para su posterior elaboración de las tablas estadísticas mediante la estadística simple.

4.1. Recursos

b. Humanos

- Investigadoras, tutor.

c. Materiales

- Fichas de investigación
- Material de escritorio
- Computadora personal con programas procesadores de texto, bases de datos y software estadístico.

d. Financieros

- Autofinanciado

4.2. Validación de los instrumentos

El cuestionario de conocimientos y la ficha de observación se elaboraron en base a la revisión teórica y a estudios similares con apoyo del tutor, y se validaron en una prueba piloto para determinar su validez de constructo y validez de criterio.

Se establecieron puntuaciones a las escalas de observación y conocimientos. Para la escala de observación de preparación de loncheras, se consideraron respuestas en escala de Likert de 3 ítems (bueno, 2 puntos; regular 1 punto, malo 0 puntos), y la suma se convirtió a escala vigesimal. La escala de conocimientos se calificó con un punto por cada respuesta correcta entre las preguntas de conocimientos. La puntuación total se convirtió a escala vigesimal por regla de tres simple.

La valoración de los conocimientos se realizó de la siguiente manera:

Nº de ítems: 20

- Valor de cada ítem: 1 pto
- Valor total: 20 pts

La valoración de la práctica mediante la observación directa se obtuvo de la siguiente forma:

Nº de ítems: 6

- Valor máx por cada ítem: 2 pts
- Valor total: 12 pts

Categoría	Puntaje
Adecuada	12 – 8 pts
Ligeramente inadecuada	7 – 4 pts
Inadecuada	3 – 0 pts

4.3. Criterios para manejo de resultados

a) Plan de Procesamiento

Los datos registrados en los Anexos fueron codificados y tabulados para su análisis e interpretación.

b) Plan de Clasificación:

Se empleó una matriz de sistematización de datos.

c) Plan de Codificación:

Se procedió a la codificación de los datos que contenían indicadores en la escala nominal y ordinal para facilitar el ingreso de datos.

d) Plan de Recuento.

El recuento de los datos fue electrónico, en base a la matriz diseñada en la hoja de cálculo.

e) Plan de análisis

Se empleó estadística descriptiva con distribución de frecuencias (absolutas y relativas), medidas de tendencia central (promedio) y de dispersión (rango, desviación

estándar) para variables continuas; las variables categóricas se presentan como proporciones. La comparación de valores numéricos entre grupos pareados se realizó con la prueba t pareada, y para la comparación de variables categóricas se empleó la prueba chi cuadrado de McNemar. Para el análisis de datos se empleó la hoja de cálculo de Excel 2016 con su complemento analítico y el paquete SPSS v.22.0.





CAPÍTULO III

RESULTADOS

I. DATOS GENERALES

TABLA 1

MADRES DE NIÑOS DEL NIVEL INICIAL SEGÚN EDAD. INSTITUCIÓN
EDUCATIVA BENIGNO BALLÓN FARFÁN. AREQUIPA, 2016

EDAD (años)	Nº	%
20-24	4	9
25-29	18	42
30-34	10	23
35-39	8	19
40-44	3	7
TOTAL	43	100

Fuente: Elaboración propia, Arequipa. 2016

En la **Tabla N° 1** se observa que las madres de los niños de inicial en mayor frecuencia y porcentaje (42%) tienen de 25 o 29 años, seguido por las madres de 30 a 34 años de edad con el 23%, continúan las madres de 35 a 39 años de edad con el 19%. En menores porcentajes (9 y 7%) representan a las madres de 20 – 24 años y de 40 – 44 años, respectivamente.

De lo que se deduce que el grupo de edad predominante corresponde a madres jóvenes.

TABLA 2

**MADRES DE NIÑOS DEL NIVEL INICIAL SEGÚN NÚMERO DE HIJOS.
INSTITUCIÓN EDUCATIVA BENIGNO BALLÓN FARFÁN. AREQUIPA, 2016**

N° HIJOS	N°	%
1	9	21
2	16	37
3	12	28
≥4	6	14
TOTAL	43	100

Fuente: Elaboración propia, Arequipa.2016

En la **Tabla N° 2** se observa que las madres investigadas en el 65% acumulado tienen 2 a 3 hijos. El 21% tienen un solo hijo y el 14% de 4 a más hijos.

De los resultados obtenidos resalta que la mayoría de madres tienen entre 2 a 3 hijos respectivamente.

TABLA 3

MADRES DE NIÑOS DEL NIVEL INICIAL SEGÚN GRADO DE INSTRUCCIÓN. INSTITUCIÓN EDUCATIVA BENIGNO BALLÓN FARFÁN. AREQUIPA, 2016

GRADO DE INSTRUCCIÓN	N°	%
PRIMARIA	5	12
SECUNDARIA	24	56
TEC/SUPERIOR	14	32
TOTAL	43	100

Fuente: Elaboración propia, Arequipa. 2016

En la **Tabla N° 3** la mayoría de las madres (56%) tienen grado de instrucción secundario. Más de la cuarta (32%) de las madres tienen educación técnico superior y un mínimo porcentaje (12%) de las madres tienen educación primaria.

De los resultados podemos resaltar que las madres investigadas al 100% tienen instrucción y más de las tres cuartas partes poseen un buen grado de instrucción (secundaria, técnico superior) que facilitaría la comprensión del tema.

TABLA 4

**MADRES DE NIÑOS DEL NIVEL INICIAL SEGÚN OCUPACIÓN.
INSTITUCIÓN EDUCATIVA BENIGNO BALLÓN FARFÁN AREQUIPA 2016**

OCUPACIÓN	N°	%
AMA DE CASA	28	65
EMPLEADA	8	19
COMERCIANTE	5	11
ESTUDIANTE	2	5
TOTAL	43	100%

Fuente: Elaboración propia, Arequipa.2016

En la Tabla N° 4 en las madres de los niños de inicial, la ocupación predominante es la de ama de casa con un 65%, continúa la ocupación de empleada con un 18%, luego la de comerciante con el 11% y finalmente el de estudiante con un 5%.

Los resultados nos inducen que más del 50% de madres son amas de casa.

II. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LONCHERAS ESCOLARES SALUDABLES

TABLA 5

MADRES DE NIÑOS DE NIVEL INICIAL SEGÚN RESPUESTAS SOBRE CONOCIMIENTO DE LA LONCHERA ESCOLAR SALUDABLE ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA EDUCATIVO

Conocimientos	Respuestas		Correctas		Incorrectas		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
1. Alimentos constructores o formadores	21	49	22	51	43	100		
2. Función de los alimentos constructores o formadores	19	44	24	56	43	100		
3. Alimentos reguladores o protectores	18	45	25	55	43	100		
4. Función de los alimentos reguladores o protectores	23	53	20	47	43	100		
5. Fuente de los alimentos protectores o reguladores	16	37	27	63	43	100		
6. Alimentos energéticos	18	42	25	58	43	100		
7. Función de los alimentos energéticos	20	47	23	53	43	100		
8. Fuente de alimentos energéticos	17	40	26	60	43	100		
9. Importancia de la lonchera escolar	17	40	26	60	43	100		
10. Objetivo de la lonchera saludable	18	42	25	58	43	100		
11. Preparación adecuada de la lonchera	17	40	26	60	43	100		
12. Alimentos que debe contener la lonchera escolar	12	28	31	72	43	100		
13. Alimentos que no debe contener la lonchera escolar	14	33	29	68	43	100		
14. Alimentos balanceados necesarios en una lonchera	20	47	23	53	43	100		
15. Bebidas que debe contener la lonchera escolar	15	35	28	65	43	100		
16. Bebidas que no debe contener la lonchera escolar	17	40	26	60	43	100		
17. Componentes de las bebidas	11	26	32	74	43	100		
18. Debida preparación de las bebidas en la lonchera	17	40	26	60	43	100		
19. Persona adecuada en la preparación de la lonchera	19	44	24	56	43	100		
20. Numero de preparación de una lonchera escolar	23	53	20	47	43	100		
Media Aritmética	17	40	26	60	43	100		

Fuente: Elaboración propia, Arequipa. 2016

En la **Tabla N° 5** se aprecia las respuestas correctas é incorrectas emitidas por las madres de los niños de nivel inicial sobre el conocimiento de a lonchera saludable escolar.

Previa la aplicación del Programa Educativo, las madres en el 40% promedio sus respuestas fueron correctas y el 60% promedio restante, respondieron incorrectamente.

Según los resultados, la mayoría de las madres investigadas conoce inadecuadamente lo que en esencia es una lonchera saludable.

TABLA 6

**MADRES DE NIÑOS DE NIVEL INICIAL SEGÚN RESPUESTAS SOBRE
CONOCIMIENTO DE LA LONCHERA ESCOLAR SALUDABLE DESPUES
DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA EDUCATIVO**

Conocimientos	Respuestas		Correctas		Incorrectas		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
1. Alimentos constructores o formadores	29	67	14	33	43	100		
2. Función de los alimentos constructores o formadores	32	74	13	26	43	100		
3. Alimentos reguladores o protectores	25	58	18	42	43	100		
4. Función de los alimentos reguladores o protectores	40	93	3	7	43	100		
5. Fuente de los alimentos protectores o reguladores	22	51	21	49	43	100		
6. Alimentos energéticos	26	60	17	40	43	100		
7. Función de los alimentos energéticos	23	53	20	47	43	100		
8. Fuente de alimentos energéticos	24	56	19	44	43	100		
9. Importancia de la lonchera escolar	28	65	15	35	43	100		
10. Objetivo de la lonchera saludable	24	56	19	44	43	100		
11. Preparación adecuada de la lonchera	29	67	14	33	43	100		
12. Alimentos que debe contener la lonchera escolar	27	63	16	37	43	100		
13. Alimentos que no debe contener la lonchera escolar	28	65	15	35	43	100		
14. Alimentos balanceados necesarios en una lonchera	27	63	16	37	43	100		
15. Bebidas que debe contener la lonchera escolar	22	51	21	49	43	100		
16. Bebidas que no debe contener la lonchera escolar	24	44	19	56	43	100		
17. Componentes de las bebidas	29	67	14	33	43	100		
18. Debida preparación de las bebidas en la lonchera	23	53	20	47	43	100		
19. Persona adecuada en la preparación de la lonchera	39	91	4	9	43	100		
20. Numero de preparación de una lonchera escolar	25	58	18	42	43	100		
Media Aritmética	27	63	16	37	43	100		

Fuente: Elaboración propia, Arequipa.2016

En la **Tabla N° 6** se aprecia que, posterior a la aplicación del Programa Educativo, las madres investigadas en un 63% promedio respondieron correctamente las cuestiones planteadas en relación al conocimiento de la Lonchera escolar saludable. Y el 37% promedio restante respondieron incorrectamente.

Según los resultados, un buen número de las madres investigadas mejoraron su nivel de conocimiento de lo que en esencia es una lonchera saludable.

Referencia de resultados en la Tabla N° 7.

TABLA 7

**NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE LONCHERAS ESCOLARES
SALUDABLES ANTES Y DESPUÉS DEL PROGRAMA EDUCATIVO A LAS
MADRES DE LOS NIÑOS DEL NIVEL INICIAL DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA BENIGNO BALLÓN FARFÁN. AREQUIPA, 2016**

NIVEL DE CONOCIMIENTO	Antes		Después	
	N°	%	N°	%
Bueno	17	40	25	58
Regular	26	60	18	42
Deficiente	0	0	0	0
Total	43	100	43	100

Fuente: Elaboración propia, Arequipa.2016

$\chi^2 = 52.21$ G. libertad = 2 $p < 0.05$

En la **Tabla N° 7** se muestra el impacto del Programa Educativo en el nivel de conocimientos sobre las loncheras escolares en las madres de niños de inicial; el nivel mejoró significativamente, pasando de deficiente (60%) a un porcentaje de 42%. Luego de haber sido aplicado el programa educativo se incrementó el nivel bueno de 40% a un porcentaje de 58% y en el nivel regular disminuyó el porcentaje del 60% al 42%. Estas diferencias fueron estadísticamente significativas ($p > 0.05$).

III. NIVEL DE PREPARACIÓN DE LA LONCHERA ESCOLAR SALUDABLE

TABLA 8

MADRES DE LOS NIÑOS DE NIVEL INICIAL SEGÚN PREPARACIÓN DE LA LONCHERA ESCOLAR SALUDABLE ANTES DE APLICAR EL PROGRAMA EDUCATIVO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA BENIGNO BALLÓN FARFÁN, AREQUIPA 2016

Formas Preparación	Adecuada		Ligeramente Inadecuada		Inadecuada		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
1. Lavado de manos	10	23	11	26	22	51	43	100
2. Manipulación de alimentos	16	37	12	28	15	35	43	100
3. Uso de implementos	17	40	15	35	11	26	43	100
4. Limpieza de implementos	8	18	21	49	14	33	43	100
5. Distribución de alimentos	15	35	14	35	14	33	43	100
6. Porciones adecuadas	20	47	10	23	13	30	43	100
Media Aritmética	14	33	14	33	15	35	43	100

Fuente: Elaboración propia, Arequipa. 2016

En la **Tabla N° 8** se observa que el 33% promedio de las madres investigadas preparan adecuadamente las loncheras escolares de sus hijos; el 33% promedio, las preparan ligeramente inadecuadas y el 35% promedio restante las prepara inadecuadamente.

Estos resultados nos hacen deducir que solo la cuarta parte de las madres preparan las loncheras de sus hijos en forma adecuada.

TABLA 9

MADRES DE LOS NIÑOS DE NIVEL INICIAL SEGÚN PREPARACIÓN DE LA LONCHERA ESCOLAR SALUDABLE POSTERIOR A LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA EDUCATIVO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA BENIGNO BALLÓN FARFÁN, AREQUIPA 2016

Formas Preparación	Adecuada		Ligeramente Inadecuada		Inadecuada		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
1. Lavado de manos	21	49	12	28	10	23	43	100
2. Manipulación de alimentos	30	70	5	12	8	18	43	100
3. Uso de implementos	28	65	7	17	8	18	43	100
4. Limpieza de implementos	16	37	20	47	7	16	43	100
5. Distribución de alimentos	29	67	4	10	10	23	43	100
6. Porciones adecuadas	29	67	5	12	9	21	43	100
Media Aritmética	26	60	9	22	8	18	43	100

Fuente: Elaboración propia, Arequipa. 2016

En la **Tabla N° 9** se observa que el 60% promedio de las madres investigadas, después de haber participado en las sesiones educativas sobre loncheras escolares saludables, preparan las loncheras en forma adecuada; el 22% promedio, ligeramente inadecuadas y el 18% promedio, las siguen preparando inadecuadas.

Analizando los resultados, se precisa que el 40% no preparan adecuadamente las loncheras escolares saludables.

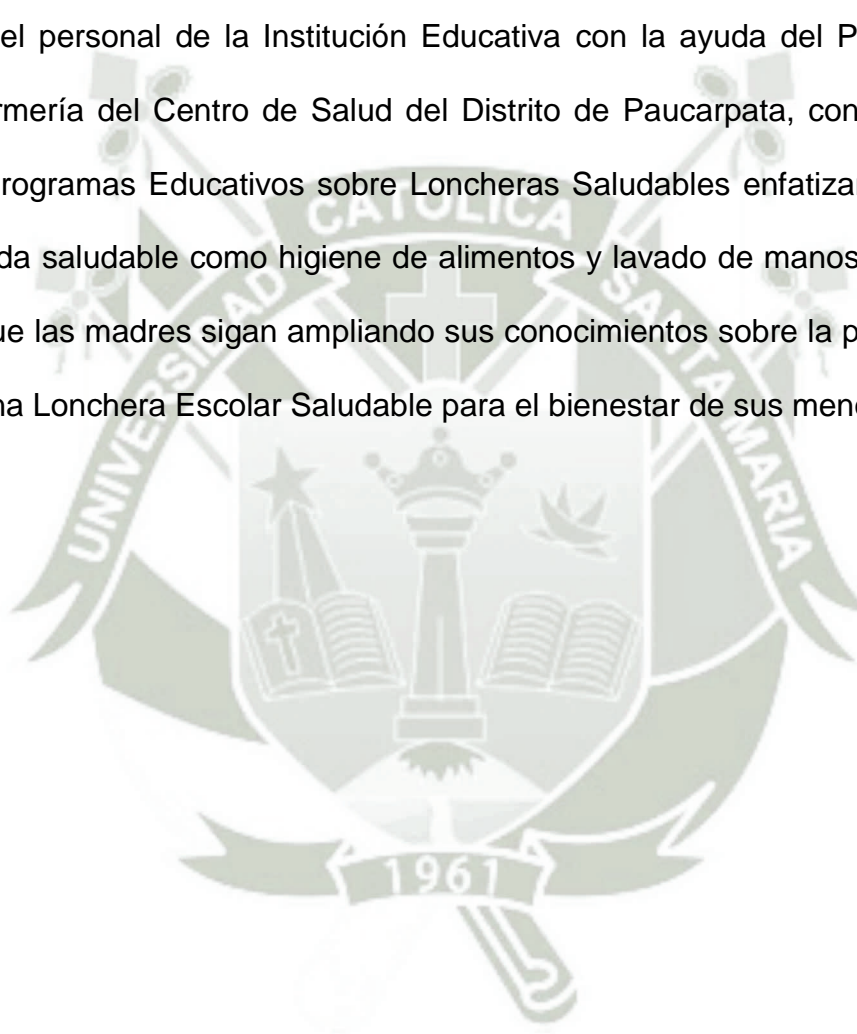
CONCLUSIONES

- Primera.-** El nivel de conocimiento de madres antes del Programa de Intervención sobre loncheras escolares saludables de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán, fue regular.
- Segunda.-** El nivel de conocimiento de madres después del Programa de Intervención sobre la preparación de las loncheras escolares de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán, mejoró hasta ser bueno.
- Tercera.-** El Programa Educativo sobre los conocimientos y preparación de la lonchera escolar saludable en las madres de niños del Nivel Inicial de la Institución Educativa Benigno Ballón Farfán, tuvo un impacto positivo significativo.

RECOMENDACIONES

Considerando los resultados de la investigación, nos permitimos recomendar lo siguiente:

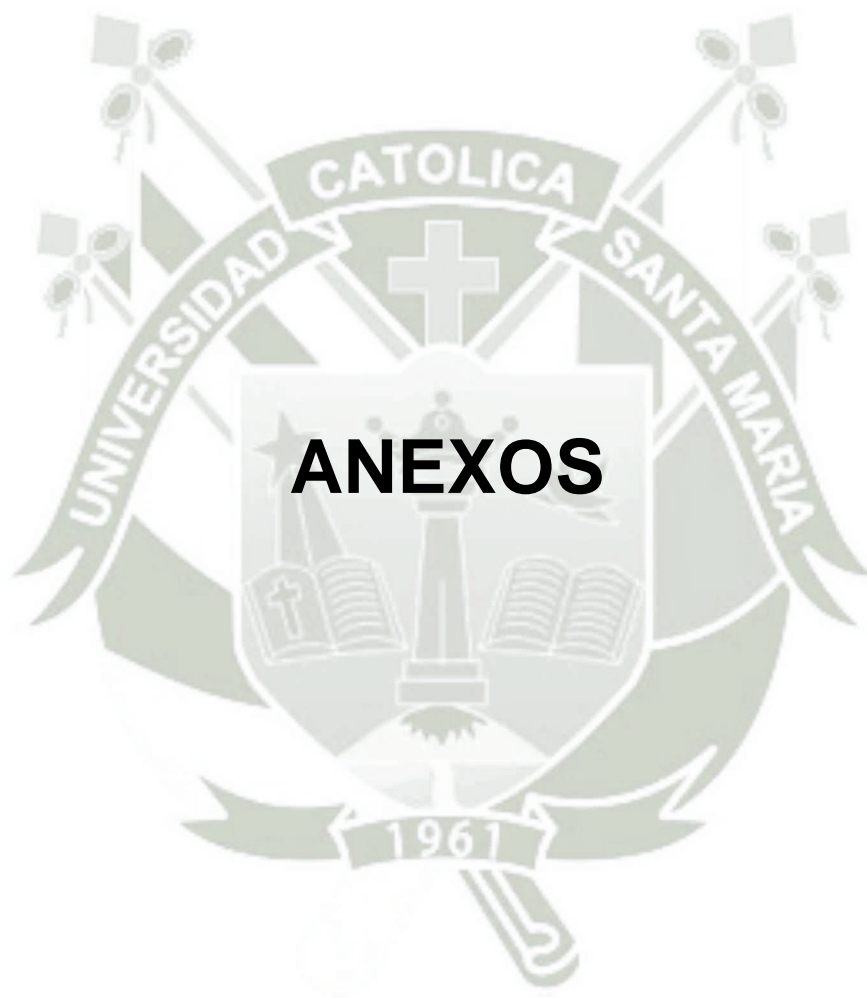
- 1) Que el personal de la Institución Educativa con la ayuda del Personal de Enfermería del Centro de Salud del Distrito de Paucarpata, continúen con los Programas Educativos sobre Loncheras Saludables enfatizando estilos de vida saludable como higiene de alimentos y lavado de manos, con el fin de que las madres sigan ampliando sus conocimientos sobre la preparación de una Lonchera Escolar Saludable para el bienestar de sus menores hijos.



BIBLIOGRAFÍA

1. ALVARADO JM. Conocimiento de las madres de niños en edad preescolar sobre preparación de loncheras saludables en la I.E.I. 115-24 Semillitas del Saber. César Vallejo - 2012. Tesis presentada en la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos para título de especialista. 2013.
2. APOLINARIO, Juana. “Conocimientos y Prácticas que tienen las madres acerca de la alimentación y su relación con el estado nutricional en los escolares del C.E Mateo Pumacahua del distrito de Surco Abril – Mayo 1995”. En Tesis para optar el título de enfermera. Lima-Perú.UNMSM.2003.
3. FLORIÁN NI, TORRES NA. Lonchera escolar y estado nutricional de los niños (as) Pacasmayo, 2013. Tesis para optar el título de licenciadas en enfermería. Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de Trujillo, Perú, 2014.
4. Guía para Vigilancia Nutricional del escolar. Primera edición. Programa de salud integral Educa. Marzo 1997
5. MARTAIX J. Nutricion y Alimentacion Humana, editorial Oceano Barcelona. España 2005
6. MEZA DUZCEK, Carmen. “Manual de educación alimentaria para una comunidad” Lima-Perú. 1974
7. MICHAEL C. LATHAM. Nutrición Humana en el Mundo en Desarrollo. • MINSA. “Programa de alimentación y nutrición escolar”. Ed . Bracamonte. Lima 2004. • OPS. “Lineamientos para el diseño de intervención educativa comunicaciones de Alimentación y Nutricional” Lima- Perú. Julio 2009.
8. OPS. Plan Nacional de Nutrición y alimentación” ed. Propaced. Perú 1999. • PEÑA, DEAN. Efectividad de un programa educativo en el incremento de conocimientos en las madres de niños en edad preescolar sobre la preparación de loncheras saludables en la institución educativa inicial “San

- Martin de Porres “Lima – Cercado. 73 2011. En tesis para optar el título de enfermero. Lima-Perú.UNMSM 2011.
9. ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD. Nutrición y alimentación del niño en los primeros años de vida. 1997
 10. OROZCO J, RUIZ A. Efectividad de un Programa Educativo para mejorar Conocimientos sobre Alimentación Saludable en los niños y niñas de 5 años de una I.E.I. de Chiclayo-2013. Rev. Salud & Vida Sipanense. Vol. 1/Nº1. ISSN 2313-0369/2014
 11. RAMOS GALVAN R. Alimentación normal en niños y adolescentes Editorial el Manual Moderno. Mexico, 1985.
 12. REQUENA, Lisseth.”Conocimientos y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la Institución Educativa n° 524 Nuestra Señora de la Esperanza, Octubre 2005”. En tesis para optar el título de enfermera. Lima-Perú. UNMSM 2006.
 13. SÁNCHEZ-CHÁVEZ NP, REYES-HERNÁNDEZ D, REYES-GÓMEZ U, MAYA-MORALES A, REYES-HERNÁNDEZ U, REYES-HERNÁNDEZ KL. Conductas para Preparar Loncheras Mediante un Programa de Intervención Educativa Sobre Nutrición con Madres de Preescolares. Bol Clin Hosp Infant Edo Son 2010; 27.
 14. SUNG I. NUTRICION Y SALUD Editorial Isabel Primera Edición Zarate Lima Perú 2000.
 15. WHALEY Y WONG. Enfermería Pediátrica. Cuarta Edición. Madrid. Mosby/Doyma Libros. 1999.



INSTRUMENTO 1 CONSENTIMIENTO INFORMADO

YO.....
.....

Que después de atender las indicaciones dadas por las investigadoras (Estudiantes de Enfermería de la UCSM, Fátima Hidalgo Yraula y Kristel Valdivia Gutiérrez) estoy de acuerdo en:

- Desarrollar el cuestionario manteniendo mi confidencialidad y resguardando mi identidad.
- Participar en esta investigación pues es voluntario y soy libre de abandonarlo en cualquier momento.
- Permitir que la información obtenida sea publicada y que pueda conocer los resultados.

Presto libremente mi conformidad para participar en el presente estudio.

.....
Firma del Entrevistado

.....
Firma del Investigador

.....
Firma del Investigador

INSTRUMENTO 2

FORMULARIO DE PREGUNTAS

Ficha: N° _____

Momento: Pre test

Pos test

Buenos días señora, somos Fátima Lucero Hidalgo Yraula y Kristel Valdivia Gutiérrez, Bachilleres de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María, estamos desarrollando un estudio sobre el conocimiento y elaboración de una lonchera escolar en esta Institución y en coordinación con la Dirección de este Centro Educativo, les pedimos su colaboración respondiendo este cuestionario con sinceridad. Gracias.

I.- Datos Generales:

1. Edad de la Madre: Fecha de Nacimiento:

2. Nivel de Instrucción

- a) Primaria Completa ()
- b) Primaria Incompleta ()
- c) Secundaria Completa ()
- d) Secundaria Incompleta ()
- e) Técnico o Superior ()

3. Número de hijos:

4. Ocupación Actual:

INSTRUCCIONES

A continuación se presentan las siguientes interrogantes, respondan marcando con un aspa en la alternativa que usted considere la respuesta correcta.

1.- Los alimentos constructores o formadores que ayudan en el crecimiento son:

- a) Leche, huevo, queso.
- b) Gaseosa, golosinas, pan.
- c) Frugos, galletas, fruta.
- d) Pollo, pan y frugos

- 2.- La función más importante de los alimentos constructores o formadores es:
 - a) Proteger a los niños de las enfermedades.
 - b) Recuperar energías.
 - c) Formar y reparar tejidos del cuerpo.
 - d) Motivar al niño.
- 3.- Los alimentos reguladores o protectores son los que contienen vitaminas y son:
 - a) Zanahoria, naranja.
 - b) Papa, camote.
 - c) Pan, mantequilla.
 - d) Golosina, fruta
- 4.- La función más importante de los alimentos reguladores o protectores es:
 - a) Motivar al niño en clase.
 - b) Despertar interés en el niño.
 - c) Mantener un buen funcionamiento del cuerpo.
 - d) Favorecer el desarrollo del niño.
- 5.- Los alimentos reguladores o protectores los encontramos en algunos alimentos como:
 - a) Brócoli, naranja.
 - b) Pan, manzana.
 - c) Jugos, galletas.
 - d) Naranja, chocolate.
- 6.- Los alimentos energéticos aportan energía y son:
 - a) Pastas, arroz, frutas secas.
 - b) Golosinas, carne, refrescos.
 - c) Aceite, golosinas, fruta.
 - d) Pan, frugos, cereales.
- 7.- Los alimentos energéticos cumplen una función importante:
 - a) Brindan energía para realizar actividades.
 - b) Brindan calorías.
 - c) Aumentan de peso.
 - d) Mantienen al niño despierto.
- 8.- En cuál de los siguientes alimentos encontramos alimentos energéticos:
 - a) Dulces, galletas.
 - b) Chocolate, papa.
 - c) Leche, naranja.
 - d) Huevos, lácteos.

- 9.-La lonchera en niños de nivel inicial es importante porque debe:
- Ayudar a mantener despierto al niño.
 - Mejorar la atención del niño en clase.
 - Satisfacer el rendimiento del niño en clase.
 - Jugar con sus compañeros de clase.
- 10.- El objetivo de la lonchera saludable es:
- Mantener al niño despierto
 - Prevenir de enfermedades
 - Brindar energía necesaria
 - No sabe, no responde.
- 11.-Ud. cree que la lonchera que prepara a su niño es la adecuada:
- Siempre
 - A veces
 - Nunca
 - No sabe, no responde
- 12.- De los alimentos que se presentan a continuación, cuáles cree Ud. que debe contener una buena lonchera:
- Gaseosa, naranja, galleta
 - Pan con mantequilla, frugos, plátano
 - Pan integral, huevo sancochado y agua de piña
 - Chocolate, frugos, pan
- 13.- Alimentos que no debe contener la lonchera escolar:
- Gaseosa y manzana
 - Cereales y galletas
 - Golosinas y gaseosa
 - Chocolate y pan integral
- 14.-Los alimentos en la lonchera deben contener alimentos balanceados como:
- Un sándwich de pollo, una fruta y un refresco
 - Una golosina, una fruta y un frugos
 - Una fruta, un chocolate y agua
 - Un cereal, una galleta y agua

- 15.- Las bebidas que debe contener la lonchera son:
- Jugos de fruta e infusiones
 - Gaseosas y refrescos
 - Yogurt y gaseosas
 - Refrescos y yogurt
- 16.-Bebidas que se debe evitar en la lonchera es:
- Gaseosa y jugos de fruta
 - Leche y yogurt
 - Gaseosa y refrescos artificiales
 - Infusiones y gaseosas
- 17.- Las bebidas de la lonchera no deben contener:
- Azúcar
 - Agua
 - Colorantes, endulzantes
 - Espicias
- 18.- Las bebidas que lleva el niño en la lonchera se debe preparar con agua:
- Hervida caliente
 - Hervida tibia
 - Hervida fría
 - Sin hervir
- 19.- ¿Quién prepara la lonchera de su niño?
- Mamá
 - Papá
 - Papá y Mamá
 - Otro familiar
- 20.- ¿Cuántas veces a la semana le prepara la lonchera a su niño?
- 1 vez a la semana
 - 2 veces a la semana
 - 3 veces a la semana
 - + 4 veces a la semana

INSTRUMENTO 3

GUIA DE OBSERVACIÓN PREPARACIÓN DE LONCHERA SALUDABLE

Momento: Pretest

Postest

1. Técnica de lavado de manos (uñas limpias y cortas).

Bueno

Regular

Malo

2. Manipulación de los alimentos (lavado de los alimentos).

Bueno

Regular

Malo

3. Implementos de la lonchera (lonchera, tapers, botellas o “toma todo”, servilletas, cubiertos).

Bueno

Regular

Malo

4. Limpieza de implementos de la lonchera (todos los implementos de la lonchera deben estar en buen estado manteniendo una buena limpieza).

Bueno

Regular

Malo

5. Distribución de los alimentos (una lonchera escolar debe contener alimentos energéticos, formadores, reguladores, protectores y agua).

Bueno

Regular

Malo

6. Porciones recomendadas según la edad del niño (saber diferenciar la cantidad que ingiere un niño de acuerdo a su edad).

Bueno

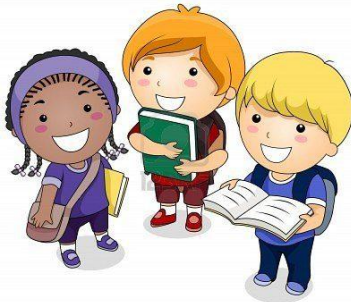
Regular

Malo

¿Por qué es importante la lonchera escolar?

Los escolares (niños principalmente) tienen requerimientos y necesidades especiales:

1. Están en constante crecimiento
2. Gastan mucha energía, (jugar, estudiar, etc.)



3. Realizan diversos deportes (básquet, fútbol, vóley, etc.)



Consejos prácticos a la hora de hacer la lonchera...

Debemos tener en cuenta la cantidad de agua que llevamos en la lonchera pues se requiere gran cantidad, sobre todo en los días de ejercicio físico.



Evitamos los dulces que dan sensación de llenura y plenitud pero no alimentan, igual la comida chatarra, que es muy grasosa y pobre en nutrientes necesarios.

Programemos nuestra lonchera para la semana:

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
BOCADILLO O PAN CON ACEITE	GALLETAS MAGDALENAS O DULCES CASEROS	FRUTA Lavada, pelada y cortada	FRUTOS SECOS Sin cáscara	LIBRE
ZUMO	LÁCTEOS Batidos Yogur Actimel...	ZUMO	LÁCTEOS Batidos Yogur Actimel...	

Utiliza también en la lonchera otros alimentos energéticos y constructores, como pan con lomito, queques, galletas sin relleno, papas fritas caseras, yucas fritas, huevo entero, queso, habas, maní, frutas secas como pasas, pecanas, guindones, etc. Los refrescos elabórenlos de preferencia con las frutas de estación.



Programemos nuestra lonchera para la semana:

Con un desayuno nutritivo

Que debe incluir uno o dos alimentos energéticos, que darán energía y fuerza, por lo que no deben faltar en la lonchera por ejemplo: pan, tostada, queque, cereales, camotes, mantequilla, mermelada, etc.



También debe contener: un alimento constructor, es decir que haga crecer por ejemplo: leche, huevo, jamón, pollo, pate, queso, hamburguesa, yogurt, sangrecita, etc.



Y por último: para complementar el desayuno es recomendable un jugo de frutas, por ejemplo naranja, papaya o la fruta natural.



¿Qué ocurre si no tomamos el desayuno diariamente?

Entre 8 a 10 horas antes del desayuno (horas en el que el cuerpo duerme el organismo sigue consumiendo energía) el cuerpo no ha ingerido ningún alimento, y necesita de energía para iniciar el día y sus actividades.



Por ello es importante consumir todos los días un desayuno nutritivo porque el cuerpo no deja de funcionar aunque no tenga “combustible” (alimentos), y en ausencia de este combustible activa un sistema de degradación que consiste en tomar energía de los músculos principalmente y la grasa.

Nuestro organismo prioriza a donde irá esa energía (órganos vitales: corazón, cerebro), y disminuye la función de crecimiento en el cuerpo. Por ello el niño(a) deja de crecer y desarrollarse adecuadamente.



En el Perú tres de cada diez niños tiene talla baja.

¿Y las loncheras que rol cumplen en nuestro cuerpo?

Las loncheras también cumplen una gran labor. No pretenden reemplazar al desayuno.



La lonchera debe aportar la energía que gastan los niños en el colegio. Pero no todos los casos son iguales, algunos niños permanecen en el colegio 4 horas, otros de 6 a 8 horas, por tanto sus necesidades variarán. Y el contenido de su lonchera también.

Las loncheras deberán llevar de preferencia alimentos de los tres grandes grupos de alimentos, pero los que no deben faltar son los energéticos.



UCSM ENFERMERÍA

LONCHERAS ESCOLARES SALUDABLES



**FATIMA HIDALGO YRAULA
KRISTEL VALDIVIA GUTIÉRREZ**



INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 40163
"BENIGNO BALLÓN FARFÁN"

"AÑO DE LA CONSOLIDACION DEL MAR DE GRAU"

CONSTANCIA

QUIEN SUSCRIBE, DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA 40163
"BENIGNO BALLON FARFAN" DE PAUCARPATA, DE LA JURISDICCION DE LA
UGEL AREQUPA SUR.


HACE CONSTAR:

Que, las Srtas. FATIMA LUCERO HIDALGO YRAULA y
KRISTEL VALDIVIA GUTIERREZ, alumnas egresadas de la Facultad de
Enfermería de la Universidad Particular "Católica Santa María", han ejecutado el
Proyecto denominado "IMPACTO DE UN PROGRAMA EDUCATIVO SOBRE EL
CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DE LAS LONCHEERAS ESCOLARES
SALUDABLES EN LAS MADRES DE NIÑOS DEL NIVEL INICIAL DE LA
INSTITUCION EDUCATIVA BENIGNO BALLON FARFAN AREQUIPA 2016",
realizado entre el 12 al 26 de setiembre del año en curso con niños, madres y
Profesoras del Nivel Inicial.

Se expide la presente a solicitud de parte interesada para
fines convenientes.

Arequipa, 19 de Diciembre del 2016




WILLMERT ANDRÉS SOSA TICONA
DIRECTOR

WAST/D.IE
AYTD/Sec. II
REg.:1159 y 1820

AV. BRASIL N° 300 -URB. 15 DE ENERO – PAUCARPATA / TELEFONO 407752 - 614732



Universidad Católica de Santa María

(51 54) 382038 Fax:(51 54) 251213 ✉ ucsm@ucsm.edu.pe 🌐 http://www.ucsm.edu.pe Apartado: 1350

INFORME N° 0925 -CB- 2016

A : Doctora JOSEFINA SONIA NUÑEZ CHAVEZ
DECANA DE LA FACULTAD DE ENFERMERIA

De : CENTRO DE INFORMACIÓN Y BIBLIOTECAS. SECCIÓN PROCESOS TÉCNICOS

Asunto : Evaluación de la Producción Intelectual

Expediente : 2016-0925

Fecha : 19 de diciembre de 2016

De acuerdo a lo dispuesto, informo a usted que la tesis:

IMPACTO DE UN PROGRAMA EDUCATIVO SOBRE EL CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DE LAS LONCHERAS ESCOLARES SALUDABLES EN LAS MADRES DE NIÑOS DEL NIVEL INICIAL DEL COLEGIO ESTATAL BENIGNO BALLÓN FARFÁN, AREQUIPA- 2016

Autor(es):

HIDALGO YRAULA FATIMA LUCERO/VALDIVIA GUTIERREZ KRISTEL

Ha sido sometida a la plataforma de originalidad Turnitin obteniendo **24 %** en el sumario de coincidencias en el marco teórico pero las citas y referencias, se han hecho correctamente

Es cuanto informo para conocimiento y fines consiguientes

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PROF. AMÉRICO HERRERA VERA
Coordinación del Centro de Información y Bibliotecas

