

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

Título	: NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES EN MADRES DE PREESCOLARES EN UNA I.E.I PRIVADA Y UNA I.E.I PUBLICA- 2019.
Para optar	: El título profesional de licenciada en enfermería
Autor	: Bach. AYALA GUTIERREZ, Maribel
Asesora	: Dra. AGUILAR CUEVAS, Margoth
Línea de Investigación institucional	: Salud y Gestión de la Salud
Fecha de Inicio y Término	: Junio – Diciembre 2019

HUANCAYO – PERÚ

2020

DEDICATORIA

La presente investigación es dedicada a mis padres (Benedicta y Luis) por darme las fuerzas a seguir adelante y no rendirme. Y a mi hijo por su paciencia, tiempo, amor. A dios por ser la luz que ilumina mi alma y acompañarme siempre.

Maribel

AGRADECIMIENTO

A la directora de la Institución Educativa Inicial privado San Francisco de Paula Mary Luz Huamaní Rodríguez por permitirme aplicar mi instrumento de recolección de datos en dicha institución. Así mismo también a la directora de la Institución Educativa Inicial público N° 106/Mx P. María Bautista Flores por permitirme aplicar mi instrumento de recolección de datos en dicha institución.

Maribel

INTRODUCCIÓN

La lonchera saludable es un refrigerio complementario a la alimentación diaria de los preescolares, representan del 10% al 20% de lo que deben consumir durante la jornada de estudio de ninguna manera reemplazan a las comidas normales del desayuno, almuerzo y cena.

Los alimentos infaltables en la lonchera diaria deben ser los energéticos que aportan calorías para poder estudiar, jugar lo encontramos en el pan, cereales, etc; los ricos en proteínas que es importante para el crecimiento y desarrollo de los niños, también los que contienen vitaminas y minerales que regulan, protegen nuestro cuerpo como las frutas y verduras. Además, es fundamental incluir agua o jugos de frutas naturales como naranjas, papaya, piña, fresas, limonada, etc. El presente estudio titulado: "Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I. privada y una I.E.I pública-2019", tiene como objetivo: Determinar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Pula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019. Y la metodología a utilizar es: método general utilizado fue el científico y también el método hipotético deductivo, tipo básica, nivel descriptivo y diseño no experimental- transversal. El estudio está dividido en V capítulos: capítulo I; presenta planteamiento del problema: descripción de la realidad problemática, delimitación del problema, problema general y específicos, justificación, objetivos general y específicos; en el capítulo II; marco teórico; antecedentes, bases teóricas, marco conceptual; en el capítulo III hipótesis; hipótesis general y específicos, variables; en el capítulo IV; metodología; método de investigación, tipo de investigación, nivel de investigación, diseño de la investigación, población y muestra, técnicas e instrumentos de

recolección de datos, técnicas de procesamiento y análisis de datos, aspectos éticos de la investigación; capítulo V; resultados; descripción de resultados y contrastación de hipótesis; posterior a ello, se presentan el análisis y discusión de resultados, conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos que incluye la matriz de consistencia, matriz de operacionalización de variables, matriz de operacionalización del instrumento, el instrumento de investigación y consentimiento informado.

CONTENIDO

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO	iii
INTRODUCCIÓN	iv
CONTENIDO.....	vi
CONTENIDO DE TABLAS	9
CONTENIDO DE FIGURAS	11
RESUMEN.....	14
ABSTRACT.....	15
CAPÍTULO I.....	16
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	16
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	16
1.2. Delimitación del problema.....	19
1.3. Formulación del problema:	19
1.3.1. Problema general:	19
1.3.2. Problemas específicos:.....	19
1.4. Justificación:	20
1.4.1. Social.....	20
1.4.2. Teórico	20
1.4.3. Metodológico	21
1.5. Objetivos:.....	21
1.5.1. Objetivo general.....	21
1.5.2. Objetivos específicos:	21
MARCO TEÓRICO.....	23

2.1 Antecedentes	23
2.2 Bases teóricas.....	28
2.2.1 Conocimiento.....	28
2.2.2 Educación para la salud.....	29
2.2.3 Teoría de Nola Pender Modelo Promoción de la Salud.....	29
2.2.4 Alimentación saludable.....	30
2.3 Marco conceptual:.....	40
HIPÓTESIS	42
3.1 Hipótesis general:.....	42
3.2 Hipótesis específicas:.....	42
3.3 Variables:	43
3.3.1 Definición conceptual:	43
CAPITULO IV	44
METODOLOGÍA	44
4.1 Método de investigación:	44
4.2 Tipo de investigación:	44
4.3 Nivel de la investigación:.....	45
4.4 Diseño de la investigación:	45
4.5 Población y muestra.....	46
4.5.1 Población:	46
4.5.2 Muestra:	46
4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	46
4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos	47
4.8 Aspectos Éticos de la investigación	48
CAPITULO V.....	50
RESULTADOS	50
5.1 Descripción de resultados	50
5.2 Contrastación de hipótesis	92

5.2.1	Prueba de normalidad.....	92
5.2.2	Contrastación de hipótesis general.....	94
5.2.3	Contrastación de hipótesis específica 1.....	96
5.2.4	Contrastación de hipótesis específica 2.....	98
5.2.5	Contrastación de hipótesis específica 3.....	100
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS		102
CONCLUSIONES.....		106
RECOMENDACIONES.....		107
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:.....		109
ANEXOS.....		116
ANEXO N° 01 MATRIZ DE CONSISTENCIA		117
ANEXO N° 02 MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....		120
ANEXO N° 03: INSTRUMENTO PARA LA EVALUACIÓN DEL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES		121
ANEXO N° 04 LA DATA DE PROCESAMIENTO DE DATOS		134
ANEXO N° 05: CONSENTIMIENTO INFORMADO		136
ANEXO N° 06: FOTOS DE APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO		141

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1. Conocimiento sobre lonchera saludable según edad.....	53
Tabla 2. Conocimiento sobre lonchera saludable según grado de instrucción	55
Tabla 3. Conocimiento sobre lonchera saludable según lugar de procedencia.....	58
Tabla 4. Conocimiento sobre lonchera saludable según ocupación.....	60
Tabla 5. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos según edad.....	63
Tabla 6. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos según grado de instrucción	65
Tabla 7. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos según lugar de procedencia	68
Tabla 8. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos según ocupación..	70
Tabla 9. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores según edad	73
Tabla 10. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores según grado de instrucción	75
Tabla 11. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores según lugar de procedencia	78
Tabla 12. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores según ocupación	80
Tabla 13. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores según edad	82
Tabla 14. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores según grado de instrucción	85
Tabla 15. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores según lugar de procedencia	87
Tabla 16. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores según ocupación	90
Tabla 17. Prueba de Normalidad.....	93
Tabla 18. Prueba de Levene	93
Tabla 19. Rangos de hipótesis general	94
Tabla 20. Estadísticos de contraste de hipótesis general.....	95
Tabla 21. Rangos de hipótesis específica 1	96
Tabla 22. Estadísticos de contraste de hipótesis específica 1	97
Tabla 23. Rangos de hipótesis específica 2.....	98

Tabla 24. Estadísticos de contraste de hipótesis específica 2	99
Tabla 25. Rangos de hipótesis específica 3.....	100
Tabla 26. Estadísticos de contraste de hipótesis específica 3	101

CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1. Respuestas de institución pública	51
Figura 2. Respuestas de institución privada.....	52
Figura 3. Respuestas de institución privada.....	53
Figura 4. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución pública según edad	54
Figura 5. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución privada según edad	56
Figura 6. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución pública según grado de instrucción	56
Figura 7. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución privada según grado de instrucción	58
Figura 8. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución pública según lugar de procedencia	59
Figura 9. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución privada según lugar de procedencia	61
Figura 10. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución pública según ocupación	61
Figura 11. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución privada según ocupación	63
Figura 12. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución pública según edad	64
Figura 13. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución privada según edad.....	66
Figura 14. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución pública según grado de instrucción	66
Figura 15. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución privada según grado de instrucción.....	68
Figura 16. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución pública según lugar de procedencia	69
Figura 17. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución privada según lugar de procedencia	71

Figura 18. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución pública según ocupación	71
Figura 19. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución privada según ocupación	73
Figura 20. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución pública según edad	74
Figura 21. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución privada según edad	76
Figura 22. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución pública según grado de instrucción	76
Figura 23. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución privada según grado de instrucción	78
Figura 24. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución pública según lugar de procedencia	79
Figura 25. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución privada según lugar de procedencia	80
Figura 26. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución pública según ocupación	81
Figura 27. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución privada según ocupación	83
Figura 28. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución pública según edad	83
Figura 29. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución privada según edad	85
Figura 30. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución pública según grado de instrucción	86
Figura 31. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución privada según grado de instrucción	88
Figura 32. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución pública según lugar de procedencia	88
Figura 33. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución privada según lugar de procedencia	90

Figura 34. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución pública según ocupación	91
---	----

RESUMEN

Con el objetivo determinar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019. Se realizó un estudio de enfoque cuantitativo, método hipotético deductivo, tipo básico, nivel descriptivo, diseño no experimental – transversal. La muestra de estudio estuvo conformada por 40 madres de los alumnos preescolares de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula y las 40 madres de la Institución educativa inicial N°106 mixto público. Para la recolección de los datos se empleó como técnica encuesta cuyo instrumento fue el cuestionario. Se determinó que el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula en promedio fue de 15.45 respuestas correctas, mientras que en la I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019 se obtuvo un promedio de 14. Asimismo, dado un p-valor menor a 0.05, se acepta la hipótesis de investigación que dice que el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en una I.E.I. privada san Francisco de Paula y una I.E.I N° 106/Mx-P- 2019.

Palabras clave: conocimiento, lonchera saludable, alimentos energéticos, constructores y reguladores.

ABSTRACT

With the aim of determining the level of knowledge about healthy lunch boxes in mothers of preschoolers in the I.E.I. private San Francisco de Paula and I.E.I. N ° 106 / Mx-P - 2019. A study of quantitative approach, deductive hypothetical method, basic type, descriptive level, non-experimental-cross-sectional design was carried out. The study sample was made up of 40 mothers of the preschool students of the Private Initial Educational Institution San Francisco de Paula and the 40 mothers of the initial mixed public educational institution No. 106. To collect the data, a survey technique was used, the instrument of which was a questionnaire. It was determined what level of knowledge about healthy lunch boxes in mothers of preschool children of the I.E.I. Private San Francisco de Paula on average was 15.45 correct answers, while in the I.E.I. N ° 106 / Mx-P - 2019 an average of 14 was obtained. Likewise, given a p-value less than 0.05, the research hypothesis is accepted that says that the level of knowledge about healthy lunch boxes is different in mothers of preschoolers in an I.E.I. San Francisco de Paula and an I.E.I.N° 106/ Mx –P- 2019.

Keywords: knowledge, healthy lunch box, energy foods, builders and regulators.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

Una nutrición adecuada contribuye de manera fundamental el derecho de disfrutar del más alto nivel posible de salud física y mental de niños y niñas especialmente en la etapa preescolar. Pero más allá de eso, la mala nutrición en todas sus formas afecta al desarrollo humano, teniendo entre sus efectos un impacto en el progreso social y económico de los países. Además, la mala nutrición con lleva a la desnutrición aguda, global y crónica, sobrepeso y la obesidad, los cuales ocasionan consecuencias graves¹.

En el ámbito internacional la Organización Mundial de la Salud, manifiesta que el sobrepeso y la obesidad se han convertido en uno de los principales

problemas de salud pública en el mundo. Su origen multifactorial incluye cambios en los patrones alimentarios, un mayor consumo de productos ultra procesados, altos en azúcar y grasa, un rápido crecimiento económico, el sedentarismo, la percepción de la falta de tiempo, entre otros².

En el Perú la tendencia del exceso de peso (sobrepeso u obesidad) en los niños menores de cinco años se incrementó desde 24,4% en el 2009 al 2010 y 32,3% del 2013-2014. Los principales factores asociados al sobrepeso u obesidad en los niños son los cambios de los hábitos alimentarios, la ingesta de dietas hipercalóricas, mayor ingesta de bocadillos, bebidas azucaradas, el consumo de comidas rápidas y la baja actividad física de los escolares. El consumo de los alimentos está compuesto principalmente por el refrigerio o lonchera escolar que puede ser preparada en el hogar, adquirida en las tiendas o quioscos escolares y la venta de alimentos que expenden los ambulantes.³

A pesar de dicha reducción y mejoras de la salud, en la actualidad todavía se observan elevadas tasas de mortalidad y malnutrición infantil, más de cuatro de cada diez niños menores de 5 años fueron afectados con desnutrición crónica en Huancavelica (42,9%); a pesar de ser la más alta proporción de desnutrición en los departamentos del Perú, Lima también presenta una tasa de 5.4% ya que alberga al 30,8% de la población del país provenientes de las diferentes regiones del país.⁴

La alimentación es un acto voluntario que incluye todos los procesos de modificación, preparación e ingesta de alimentos por lo cual varían según la cultura, el entorno y los hábitos alimentarios. Pero en la etapa preescolar los padres juegan un rol muy importante en el desarrollo de los hábitos alimentarios de los hijos,

debido a que controlan la disponibilidad, accesibilidad y exposición a los alimentos. Además, los padres juegan el rol de modelos de conducta y deciden los alimentos que se incluyen en las loncheras.⁵

Sin embargo, las prácticas alimenticias inadecuadas dentro del hogar tienen un efecto negativo sobre las condiciones de salud del niño, sobre su habilidad para aprender, comunicarse, pensar analíticamente, socializar efectivamente y adaptarse a nuevos ambientes y personas. En consecuencia, también queda implícito que una dieta adecuada, es decir, aquellos alimentos balanceados en nutrientes, es la primera línea de defensa contra un conjunto de enfermedades que afectan principalmente a los niños, y que pueden dejar secuelas en ellos de por vida.⁶

En las instituciones educativas inicial tanto privada como pública, en la hora del refrigerio se observa las loncheras que mandan los padres a los niños, si contienen alimentos saludables o alimentos con escaso valor nutricional, la gran mayoría de los niños llevaban loncheras no saludables con alimentos denominados chatarras como: frugos, galletas., cereales, papilas lays, gomitas de mascar, entre otros. Además, se evidencian niños con bajo peso, baja talla para su edad como también algunos niños con sobrepeso. Al interrogar algunos padres de familia sobre el valor nutritivo y saludable que debe contener una lonchera, desconocen sobre el tema ya que se dejan influenciar por las propagandas que pasan en los medios de comunicación como: la televisión, la radio, entre otros. Así mismo refieren que no tienen tiempo para poder preparar las loncheras día a día por que trabajan, estudian, porque es más fácil, ahorran tiempo, etc. Ante la situación surge el interés por desarrollar la presente investigación orientada a mejorar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares.

1.2. Delimitación del problema

La investigación se realizó con la participación de las madres de familia de los preescolares de la I.E.I privada San Francisco de Paula y la I.E.I N° 106/Mx- Publica que se encuentran ubicados en el distrito de Carmen Alto – Ayacucho; en los meses de junio - diciembre 2019, Sobre loncheras saludables.

1.3. Formulación del problema:

1.3.1. Problema general:

¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de pre escolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019?

1.3.2. Problemas específicos:

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos energéticos de las loncheras saludables en madres de pre escolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019?
- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables en madres de pre escolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019?
- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables en madres de pre

escolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019?

1.4. Justificación:

1.4.1. Social

Esta investigación favorecerá a las madres de familia a mejorar sus pocos conocimientos que tienen sobre lonchera saludables, principalmente a los niños preescolares de la I.E.I privada San Francisco de Paula y la I.E.I N° 106/Mx- Publica, permitiendo un desarrollo físico y mental adecuado en esta etapa vital de la vida.

1.4.2. Teórico

La presente investigación servirá como fuente de información para la realización de otros estudios relacionados al tema nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madre de preescolares en una I.E.I Privado y una I.E.I publica – 2019. En la cual se encuentran diferentes autores que dan sustento a la investigación.

La investigación es respaldada por el modelo de promoción de la salud pues en su totalidad identificamos que las conductas y estilos de vida influyen en el estado nutricional del preescolar y estos pueden desempeñarse hábilmente en los centros de estudios. A su vez estas conductas están evidenciadas gracias a los conocimientos de las madres respecto a una buena lonchera saludable y su importancia. También, en el modelo propuesto por Nola Pender se promueve la vida saludable que es primordial antes que los cuidados,

porque de ese modo hay menos personas enfermas, se gasta menos recursos para poder mejorar en el futuro.⁷

1.4.3. Metodológico

Para efectos de esta investigación se elaboró un instrumento para identificar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables. Además, los resultados obtenidos de esta investigación servirán como antecedentes para las futuras investigaciones ya que en el distrito de Carmen Alto – Ayacucho, es la primera investigación que se realiza sobre loncheras saludables a partir de ello se realizaran nuevas investigaciones.

1.5. Objetivos:

1.5.1. Objetivo general

Determinar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.

1.5.2 Objetivos específicos:

- Estimar el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos energéticos de las loncheras saludables en madres de preescolares en una I. E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.
- Estimar el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables en madres de preescolares

en una I. E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.

- Estimar el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables en madres de preescolares en una I. E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

Internacional

Bracero R.⁸ En su investigación denominado. “Nivel de conocimiento de las madres sobre el aporte nutricional de la lonchera escolar en primera de básica del C.E.I Josefina Barba Chauano en el periodo de octubre a diciembre 2018”. (Tesis de pregrado). Universidad de Guayaquil, Ecuador. Utilizo una metodología cuantitativo – transversal de tipo descriptivo. Su población fue 200 madres de familia. El instrumento que utilizó será la encuesta ya que esta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: se evidenció que muchas madres no poseían los conocimientos suficientes para la elaboración de las loncheras por lo tanto el desarrollo y crecimiento saludable del niño

no serán los óptimos ya que no reciben los nutrientes esenciales en los alimentos que sus madres envían en sus loncheras a la escuela.

Jaramillo M.⁹ En su investigación denominado. “Características nutricionales de la lonchera escolar y el estado nutricional de los preescolares de la escuela Modesto A. Peña herrera en Cotacachi año lectivo 2016- 2017”. (Tesis de pregrado). Universidad Técnica del Norte, Ecuador. Utilizo una metodología de tipo descriptivo de corte transversal y prospectivo. Su población fue 69 preescolares. El instrumento que utilizó será la encuesta ya que esta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: Las loncheras de los preescolares están conformada en su mayoría por alimentos naturales y combinados, siendo los alimentos industrializados los menos consumidos en las loncheras.

Orellana R.¹⁰ En su investigación denominado: “Nivel de conocimiento sobre el contenido de la lonchera escolar y su relación con la caries dental por parte de los profesores y padres de familia del centro de educación inicial nuestra señora de la merced de la ciudad de esmeraldas, periodo 2016-2017”. (Tesis de pregrado). Universidad central del ecuador. Ecuador. Utilizo una metodología descriptiva de tipo transversal no experimental. Su población fue 126 padres de familia. El instrumento que utilizó será técnica de encuesta y guía de observación ya que esta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: los padres de familia si conocen sobre los alimentos saludables y alimentos que les puede causar problemas de salud, pero generalmente por ser más fáciles de adquirir, envían alimentos que sus hijos van a comer a gusto. Es importante recalcar que muchos de los padres de familia están con el tiempo y a veces no alcanzan a preparar en sus casas alimentos recomendados y adecuados para la lonchera.

Cordero R. y Guamán J.¹¹ En su investigación denominado. “Evaluación de conocimientos y prácticas sobre loncheras saludables que poseen los padres y/o cuidadores de preescolares de inicial de 1 y 2 de la escuela de educación básica Isabel Herrera de Velásquez de la ciudad de Milagro”. (Tesis de pregrado). Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, Ecuador. Utilizo una metodología no experimental de tipo cualitativo. Su población 76 padres y/o cuidadores. El instrumento que utilizo será la encuesta ya que esta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: Al observar a los padres y/o cuidadores solo presentan conocimientos sobre la función de líquidos y bebidas recomendadas, mientras que en los otros temas carecen de información, es importante tener conocimientos de los mismos para poder preparar una lonchera saludable.

Guallpa N, Guapisaca J y Guamán L.¹² En su investigación denominado “Conocimientos, actitudes y prácticas de las madres de familia sobre la alimentación de los escolares de la escuela Ángeles Rodríguez parroquia racar cuenca 2015”. (Tesis de pregrado). Universidad de cuenca, Ecuador. Utilizó una metodología descriptivo – transversal. Su población fue 120 madres de familia. El instrumento que utilizó será un formulario ya que esta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: el 15% de las madres responde que los alimentos que se deben incluir en una buena lonchera son gaseosa, galletas y manzana, el 85% de las madres responden que una buena lonchera debe incluir frutas y verduras, sanduche de carne molido, pollo, pavo, o atún, yogurt, queso, etc.

Nacional

Nario M. y López A.¹³ En su investigación denominado, “Conocimientos de las madres de niños de 03 a 05 años sobre la preparación de loncheras saludables en la I.E.I.Nº 400 Virgen del Rosario, Huaral 2016”. (tesis de posgrado). Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Perú. Utilizo una metodología cuantitativa de método descriptivo observacional de corte transversal. Su población fue 144 madres. El instrumento que utilizó será una encuesta ya que ésta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: las madres de familia de la I.E.I Nº 400 Virgen del Rosario de Huaral, conocen en su mayoría los grupos de alimentos, así tenemos que el 76% conoce de alimentos energéticos, 75% conoce de alimentos constructores y el 80% conoce de alimentos reguladores; para la preparación de loncheras saludables.

Chipana M, Miranda M. y Torres A.¹⁴ En su investigación denominado. “Intervención educativa en el conocimiento sobre loncheras saludables de las madres de los escolares de primero y segundo grado de primaria de la institución educativa particular Aurelio Baldor, Independencia- 2017”. (Tesis de pregrado). Universidad nacional del callao, Perú. Utilizo una metodología de diseño pre-experimental de tipo cuantitativo. Su población fue 51 madres de familia. El instrumento que utilizó será un cuestionario formulario ya que esta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: Las madres tienen un deficiente conocimiento sobre el grupo de alimentos y la función de ellos, podría deberse a patrones culturales arraigados.

Bocanegra M. y Ramos R.¹⁵ En Su investigación denominado. “Efectividad del programa educativo rico y sano van de la mano en el nivel de conocimiento sobre preparación de loncheras saludables en madres de niños preescolares en una institución

educativa inicial Chimbote 2016”. (Tesis de pregrado). Universidad nacional de santa, Perú. Utilizo una metodología cuantitativa de diseño cuasi experimental y nivel aplicativo. Su población fue 54 madres. El instrumento que utilizó será un formato tipo cuestionario ya que esta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: el conocimiento de las madres antes de la aplicación del programa educativo, en un porcentaje significativo no conocían sobre la preparación ya que sus puntajes fueron menores a 10 puntos referidos a la combinación de alimentos energéticos, constructores y reguladores dentro de la lonchera saludable.

Chunga C.¹⁶ En su investigación denominado. “Efectividad de una intervención educativa sobre preparación de loncheras saludables en las madres de niños en edad pre escolar de la institución educativa inicial n° 1147San José- la Unión, Marzo- Abril 2017”. (Tesis de pregrado). Universidad nacional de Piura, Perú. Utilizo una metodología cuantitativa de nivel aplicativo y método pre experimental. Su población fue 50 madres. El instrumento que utilizó será un cuestionario ya que esta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en las madres era bajo en la mayoría, según se evidencia en un 54%, luego hay un 24% que evidencian un nivel de conocimiento medio y solo el 22% evidencian un alto nivel de conocimiento.

Delgado N.¹⁷ En su investigación denominado. “Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de niños preescolares, institución educativa inicial n° 053 Señor de los Milagros, Chachapoyas 2016”. (Tesis de pregrado). Universidad nacional Toribio rodríguez de Mendoza de amazonas, Perú. Utilizo una metodología de enfoque cuantitativo de tipo observacional descriptivo. Su población fue 41 madres de familia. El

instrumento que utilizó será un cuestionario ya que esta permitirá recolectar información para realizar un análisis de los documentos consultados para esta investigación. Llego a la siguiente conclusión: 1) Las madres de niños(as) preescolares presentaron en su mayoría nivel de conocimiento bajo sobre loncheras saludables. 2) Las madres de preescolares según dimensión: alimentos energéticos, constructores y reguladores en su mayoría presentaron nivel de conocimiento medio.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Conocimiento

El conocimiento es acción y efecto de conocer. Entendimiento, inteligencia, razón natural. Noción saber o noticia elemental de algo. Estado de vigilia en que una persona es consciente de lo que le rodea¹⁸.

El conocimiento hace referencia a la acción y efecto que tienen lugar cuando un sujeto cognoscente, en ejercicio de sus facultades intelectuales, aprende un objeto de conocimiento¹⁹.

Hay varios tipos de conocimiento: 1) el empírico, basado en la experiencia, en la vida cotidiana; corresponde al sentido común, como tal es inexacto, vago e impreciso; 2) el científico, que se obtiene a través de un método riguroso y preciso que confiere validez, objetividad, sistematización y verificabilidad a los datos obtenidos. Es el conocimiento que se utiliza en los sistemas conceptuales- teorías- de las diferentes ramas del saber; 3) el conocimiento intuitivo, descrito como la aprehensión directa e inmediata de un hecho, forma, significado o verdad sin ninguna referencia o experiencia anterior²⁰.

2.2.2 Educación para la salud

La educación para la salud comprende las actividades educativas diseñadas para ampliar el conocimiento de la población en relación con la salud y desarrollar valores, actitudes y habilidades personales que promuevan salud.

Además, la educación para la salud contribuye al bienestar de los individuos, familias y comunidades desarrolla habilidades, destrezas e incrementa el autocuidado y responsabilidad con la salud individual y colectiva mediante un trabajo sistemático con toda la población. Debe generar el desarrollo de todas aquellas potencialidades que transformen al individuo y a la comunidad en dueños de su propio destino y en constructores de alternativas, a través de la adopción de estilos de vida saludables y del autocuidado de su propia salud.²¹

La educación para la salud tiene como objetivo, transmitir conocimientos que motiven y potencien el saber, así como el desarrollo de conductas encaminadas a la conservación de la salud del individuo, la familia y la comunidad, para lograr estilos de vidas saludables.²²

2.2.3 Teoría de Nola Pender Modelo Promoción de la Salud

Nola Pender autora del modelo de promoción de la salud que pretende ilustrar la naturaleza multifacética de las personas en su interacción con el entorno cuando intentan alcanzar el estado deseado de salud; enfatiza el nexo entre características personales y experiencias, conocimientos, creencias y aspectos situacionales vinculados con los comportamientos o conductas de salud que se pretende lograr.

El modelo de promoción de la salud expone de forma amplia los aspectos relevantes que intervienen en la modificación de la conducta de los seres humanos, sus actitudes y motivaciones hacia el accionar que promoverá la salud.²³

2.2.4 Alimentación saludable.

La alimentación es el conjunto de actividades y de procesos a través de los cuales tomamos los alimentos necesarios para el mantenimiento de la vida y la salud. Incluyen los procesos relacionados con la elección y combinación de alimentos para establecer nuestra dieta.²⁴

Los alimentos saludables brindan a los niños y niñas las proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales que necesitan para su crecimiento normal, también ayudan a mantener un peso normal y proporcionar energía para estudiar y jugar.²⁵

2.2.4.1. Alimentación del niño en las etapas preescolar y escolar

Las etapas de la niñez se identifican convencionalmente por las particularidades somáticas y psicosociales que los niños comparten durante su crecimiento y desarrollo. Generalmente abarcan dos grandes periodos: el preescolar y el escolar. En cada uno es deseable que los infantes se encuentren en condiciones óptimas de salud y nutrición, a fin de que mantengan la velocidad de incremento corporal y la maduración neurobiológica, que propician su gradual integración a la cultura en que nacen.

Hay poca información sobre la alimentación del niño preescolar y escolar. A partir de los 3 a 4 años, un niño puede sin duda alguna, comer de todo, pero no sin importar cómo ni cuándo. En consecuencia, se le alimenta igual que a los mayores, excepto que se disminuye la ración. Se trata de un concepto erróneo que puede tener consecuencias negativas en el mantenimiento de un estado de salud adecuado y en la prevención de futuras enfermedades nutricionales como obesidad, hipertensión, diabetes, etc.²⁶

2.2.4.2. Características de la alimentación del preescolar.

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

La niñez es una etapa fundamental para la formación de hábitos, por lo que es importante fomentar en ellos buenas prácticas de alimentación y en un estilo de vida saludable que los acompañen durante su vida.

En el periodo preescolar es común que el apetito varíe constantemente, pues, como mencioné anteriormente, ello responde a los cambios en el ritmo de crecimiento. Otra característica en el niño preescolar es que está conociendo el mundo que lo rodea, por lo que la comida tiende a estar en un segundo plano; por ello se recomienda raciones frecuentes, pero de poco volumen. La dieta debe ser variada, equilibrada e individualizada.²⁶

2.2.5. Loncheras saludables

La lonchera preescolar es un refrigerio complementario a la alimentación diaria de los niños y las niñas, de ninguna manera reemplazan a las comidas normales del desayuno, almuerzo y cena. Además, se debe variar las comidas para que el niño y niña no las rechace.²⁷

Es imprescindible que la lonchera del niño cuente con una adecuada planificación y elaboración acorde con su edad, puesto que influye directamente sobre su desarrollo y desempeño, el cual requiere un adecuado balance de alimentos y nutrientes a lo largo del día. Representa entre el 10% y el 20% de lo que deben consumir durante la jornada preescolar.²⁶

2.2.5.1. Importancia de la lonchera saludable.

Las loncheras son muy importantes porque van a proporcionar al organismo parte de sustancias nutritivas que el preescolar necesita durante la jornada de estudio para mejorar su atención y concentración ya que ellos están en constante aprendizaje y juego. Además, una lonchera saludable nos brinda los siguientes beneficios: establece adecuados hábitos alimenticios; fomenta la toma de conciencia de una alimentación saludable; proporciona nutrientes necesarios para un buen crecimiento además promueve el consumo de alimentos saludables y nutritivos desde la niñez.

2.2.5.2. Contenido de una lonchera saludable

Las loncheras no reemplazan el desayuno ni el almuerzo ni la cena; la cantidad de calorías está de acuerdo con la edad, estatura y actividad física de los niños. Una lonchera debe ser, además de nutritiva, balanceada, por lo tanto, debe incluir los siguientes grupos básicos de alimentos:

2.2.5.2.1. Dimensiones de las variables de estudio

A. Dimensión 1: Alimentos energéticos:

Su función principal es la de aportar energía al organismo. Los seres vivos, por tanto, el hombre, son sistemas sumamente inestables, que para subsistir necesitan un continuo aporte de energía²⁸.

Brindan energía para realizar actividades. Comprenden a los carbohidratos, azúcares y grasas. Ejemplo: las harinas (pan, galleta, queque, budín), mantequilla, dulces caseros como mazamorra de frutas y cereales.²⁹

- **Los carbohidratos:**

Se recomiendan como la principal fuente de energía porque se degrada con rapidez y por tanto se les puede utilizar de inmediato. Los carbohidratos se dividen en dos grupos principales: azúcares que tiene estructuras simples y almidones con estructuras más complejas.³⁰

Las grasas: Constituyen la principal reserva energética del organismo. Utilizan vías metabólicas alternativas. Tienen un equivalente de calorímetro de 9Kcal/gramo:

- **De origen animal:** manteca de cerdo, mantequilla, quesos, tocinos, cebo de res, entre otros.
- **De origen vegetal:** aceites vegetales de todas clases (maní, soya, girasol, oliva, palma, maíz, canola, entre otros)²⁸.

B. Dimensión 2: Alimentos constructores:

Su función es construir o reparar células y tejidos e integrarse a los sistemas enzimáticos y hormonales. Por ejemplo: durante el crecimiento y desarrollo, el embarazo, la lactancia, la reparación de tejidos en heridas, quemaduras, entre otros.²⁸

Involucran a las proteínas principales componentes de las estructuras corporales como músculos, viseras, cerebro, etc. Son indispensables para el crecimiento y desarrollo del niño. Ejemplo: pescado, productos lácteos (yogurt, queso, etc.), huevo y en los productos de origen vegetal como: las habas, soya, semillas oleaginosas (pecanas, maní).²⁹

- **Las proteínas:**

Las proteínas conforman la estructura de los tejidos del cuerpo y permiten mantenerlos, reponerlos y hacerlos crecer. Los músculos, los órganos y el sistema inmunitario están hechas mayoritariamente de proteínas. Además, las proteínas se dividen en dos grupos: las proteínas completas que tienen todos los aminoácidos esenciales en cantidad suficiente para mantener la vida y permitir un normal desarrollo y crecimiento estos los encontramos en alimentos de origen animal como leche, pescado, carne y huevo. Las proteínas incompletas carecen de alguno de los aminoácidos esenciales estos los encontramos en alimentos de origen vegetal como cereales, legumbres y frutos secos³¹.

Son los componentes esenciales de los tejidos y órganos del cuerpo. Casi la mitad del peso seco de las células corporales es proteína. Las proteínas también pueden utilizarse como fuente auxiliar de energía si la ingesta calórica es inadecuada.³⁰

C. Dimensión 3: Alimentos reguladores:

Su función es la de actuar como catalizadores en el metabolismo de las proteínas, las grasas y los carbohidratos. Los nutrientes principales son: las vitaminas y minerales que básicamente los contiene las frutas y vegetales²⁸.

Aportan principalmente vitaminas, minerales y fibra. Estos los encontramos en las verduras y frutas.²⁹

- **Las vitaminas:** Son sustancias orgánicas que el cuerpo necesita en pequeñas cantidades para un metabolismo, crecimiento y mantenimiento

normales. Las sustancias orgánicas se derivan de la materia viva contiene carbono. Las vitaminas actúan como reguladores o ajustadores de los procesos metabólicos y como coenzimas.³⁰

Además, las vitaminas son indispensables en pequeñas cantidades para el metabolismo celular y el crecimiento del organismo. El mayor aporte de vitaminas está en las frutas y verduras.³²

- **Los minerales:** Tienen importantes funciones y forman parte de la estructura de muchos tejidos. Sus principales funciones son la formación de los huesos y dientes y así como de la formación de la sangre³³.

Además, los minerales: Contribuyen en forma vital al crecimiento y mantenimiento de la salud del organismo. Los minerales representan 4% del peso corporal total y son sustancias inorgánicas.³⁰

- **El agua:** Que se ingiere a través de bebidas y comidas asegura la correcta hidratación del cuerpo, lo cual repercute, al mismo tiempo, en el rendimiento físico y cognitivo, así como en la regulación de la temperatura. Por ello, es necesario ingerir cantidades adecuadas de agua, ya sea a través de la ingesta de líquidos y de comidas de valor nutritivo.

Las bebidas que deben contener las lonchares escolares son: agua hervida o cualquier refresco de fruta natural como limonada, naranjada, maracuyá, piña o manzana, entre otros; pero debe evitarse enviar café, gaseosas o jugos artificiales que no son nada nutritivo para los preescolares.²⁹

Así mismo, el agua: es el nutriente más esencial para nuestro organismo, ya que las 2/3 partes del cuerpo son agua. Además, el agua cumple las

siguientes funciones: hidratación, mantenimiento de la temperatura corporal, entre otros³².

Lista sugerida de alimentos para incluir en la lonchera³⁴.

Alimentos que protegen	Alimentos que nos forman	Alimentos que nos dan energía
Agua de manzana con quinua	Plátano	Maíz y trigo tostado
Jugo de naranja	Zanahoria pelada	Habas tostada y chancaca
Piña o maracuyá	Huevo duro	Papa sancochada
Mate de manzanilla	Manzana de quinua	Pan integral
Mate de hierba luisa	Quaker con leche	Pan con mermelada
Mandarina	Leche con miel	Camote frito y yuca frito
Agua de cebada	Leche con kiwicha	Habas sancochadas

2.2.6. Características de los alimentos en una lonchera saludable:

- **Inocuidad:** todos los alimentos deberán ser manipulados con el mayor cuidado para que estos no se constituyan como agentes contaminantes. Del mismo modo es importante tener en cuenta los envases a utilizar ya que los utilizados deberán ser los más apropiados para no deteriorar el alimento durante el transcurso del horario escolar.³⁵
- **Practicidad:** la preparación de los alimentos debe ser rápidos y sencillos, a modo de que podamos asegurarnos que son colocados en condiciones óptimas en la lonchera. Por su parte, los envases deben ser herméticos e higiénicos garantizando que sean fáciles de llevar por los preescolares.³⁵

- **Variedad:** uno de los métodos más efectivos para promover el consumo de alimentos saludables y nutritivos es la creatividad y variedad en las presentaciones enviadas, tanto en colores, texturas y combinaciones. Por ello, la lonchera debe ser planificada con tiempo para tener los alimentos adecuados a nuestro alcance y lograr enviar una lonchera saludable.³⁵
- **Idoneidad:** la lonchera debe ser pensada y elaborada según la edad del niño, su grado de actividad y el tiempo que éste permanece fuera de casa, así tenemos en preescolares de (2 a 5 años), la energía aportada por este refrigerio será de aproximadamente 200 Kcal. (ejemplo: pan con queso, mango en trozos y refresco de maracuyá). En tanto la fruta será perfecto si son llevados picados, permaneciendo en ella la cascara.³⁵

2.2.7. Recomendaciones para preparar la lonchera preescolar

Lavarse las manos con agua y jabón antes de preparar los alimentos; lavar muy bien las frutas y las verduras frescas y secas, remojándolo en vinagre, bicarbonato de sodio o lejía (máximo por 10 minutos).³⁴

Una forma de garantizar que el niño consuma todos los alimentos incluidos en la lonchera, es hacerlo participar en la preparación y la selección de los mismos. Se debe lavar la parte interna de la lonchera para prevenir enfermedades, sobre todo en temporadas de verano, donde los residuos se descomponen con mayor facilidad que en el invierno y pueden convertirse en focos infecciosos de enfermedades gastrointestinales; se debe mandar la fruta entera con toda la cascara para no desaprovechar la fibra y evitar la oxidación de la pulpa con la consecuente pérdida de nutrientes; utilizar muchos colores, sabores, texturas y formas para hacer la

lonchera más apetecible; seleccionar alimentos de la temporada y adecuados al clima²⁹.

Limitar los productos de repostería industrial, snacks, refrescos y golosinas que llenan, pero que no nutren porque contienen demasiada caloría, se debe consumir en pequeñas cantidades y esporádicamente³¹.

La preparación de loncheras saludables durante la semana

- Lunes: energía 159 Kcal. /proteínas 6.1/Hierro 0.8mg.

Choclo con queso: un cuarto de choclo desgranado, una tajada de queso fresco acompañado de una limonada y una mandarina pequeña.

- Martes: energía 189 Kcal. /proteínas 2.6/ hierro 2.2mg.

Pan con tortillas de verduras: un pan, un huevo, una cabeza de cebolla pequeña, una cucharadita de zanahoria rallada, sal yodada acompañado de refresco de manzana y un durazno pequeño.

- Miércoles: energía 217 Kcal. /proteínas 6.2/ hierro 6.7mg.

Pan con sangrecita al jugo ingredientes: un pan, dos cucharaditas copadas de sangre de pollo sancochado, una cucharadita de aceite vegetal, una cabeza de cebolla pequeña, sal acompañado de limonada y una mandarina pequeña.

- Jueves: energía 226 Kcal. /proteínas 6.6/hierro 2.6mg.

Papa con huevo sancochado ingredientes: media papa amarilla mediana, 4 huevos de codorniz sancochado, sal acompañado de refresco de carambola y granadilla mediana.

- Viernes: 235 Kcal. /proteínas 8.3/hierro 1.0mg.

Pan con pejerrey frito ingredientes: un pan, un pejerrey pequeño, una cucharadita colmada de harina, una cucharadita de aceite vegetal, dos rodajas de tomate, sal acompañado de limonada y una mandarina pequeña³⁶.

2.2.8. Rol del profesional de enfermería en la nutrición del niño en los centros educativos.

La enfermera cumple diversas funciones, una de ellas es la función como educadora de los padres de niños en etapa preescolar, desempeñando su trabajo en el programa del niño sano en los centros de salud, abordando temas fundamentales como: alimentación y nutrición, descanso, sueño, higiene personal, ejercicios físicos; creando así canales de comunicación, con la finalidad de que tanto los preescolares como los padres tengan la libertad y la confianza para acudir a la consulta de enfermería, para así concientizar a los padres de familia la importancia de una buena alimentación saludable³⁷.

2.2.9. Responsabilidad de los padres y docentes en la alimentación preescolar.

2.7.9.1. Responsabilidad de los docentes en la alimentación del preescolar:

La escuela debe ser la base para el aprendizaje de habilidades para la vida, incorporando la nutrición y las buenas prácticas de alimentación saludable tanto en maestros y escolares como en padres y madres de familia y en las comunidades en general.

El propósito de los docentes en la educación alimentaria y nutricional en las escuelas es lograr que los niños adquieran una capacidad crítica para elegir una alimentación saludable en un mundo que cambia rápidamente, con una continua diversificación de los alimentos procesados y una pérdida de las buenas costumbres en la alimentación familiar³⁸.

Es importante hacer notar que la educación alimentaria nutricional en las escuelas, debe tomar en cuenta los siguientes factores:

- Una nutrición adecuada es crucial para el desarrollo físico y mental de los niños y niñas en crecimiento.
- Los preescolares son consumidores actuales y a futuro; por eso necesitan una educación e información relevantes a fin de adquirir hábitos alimentarios saludables a lo largo de su vida.
- La información y formación adecuada en alimentación y nutrición, es una necesidad tanto de maestros, alumnos, padres de familias y comunidad³⁸.

2.7.9.2. Responsabilidad de los padres en la alimentación preescolar:

La formación de hábitos alimentarios saludables debe comenzar desde los primeros años de edad ya que los hábitos instalados tempranamente tienden a perdurar a lo largo de toda la vida. El rol de los padres y representantes de niños y niñas en el desarrollo de hábitos alimenticios saludables es fundamental ya que no solo enseñar con el ejemplo sino con la práctica, incorporando cada día en su dieta alimentos acorde a su edad³⁹.

2.3 Marco conceptual:

- **Conocimiento:** Es el acumulo de información, adquirido de forma científica o empírica. Partiremos de que conocer es aprehender o captar con la inteligencia los entes y así convertirlos en objetos de un acto de conocimiento. Todo acto de conocimiento supone una referencia mutua o relación entre: sujeto – objeto.

Es toda aquella información que refiere poseer la madre del niño en edad preescolar sobre la preparación de la lonchera, así como el contenido de

alimentos (energéticos, constructores y reguladores) y su forma de preparación a través de las respuestas expresadas por las madres referente a la preparación de la lonchera, el cual será obtenido mediante la aplicación de un cuestionario⁴⁰.

- **Lonchera saludable:** Los alimentos infaltables en la lonchera diaria deben ser los energéticos que aportan calorías para jugar y estudiar (pan, cereales), los ricos en proteínas para el crecimiento y desarrollo (lácteos, huevos, carnes) y los que contienen vitaminas y minerales que regulan y protegen nuestro cuerpo (frutas y verduras)³⁶.
- **Energéticos:** Como su nombre lo indica, brindan la energía necesaria para las actividades que realiza el niño durante las clases²⁹.
- **Constructores:** aportan proteínas y están implicados directamente en el crecimiento y desarrollo del niño²⁹.
- **Reguladores:** proporcionan vitaminas y minerales y se relacionan con el correcto funcionamiento del organismo y la protección frente a enfermedades²⁹.

CAPITULO III

HIPÓTESIS

3.1 Hipótesis general:

El nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.

3.2 Hipótesis específicas:

- El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos energéticos de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.

- El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P- 2019.
- El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.

3.3 Variables:

3.3.1 Definición conceptual:

Conocimiento sobre lonchera saludable: es un proceso mental por el cual las madres adquieren las ideas, conceptos y principios de la realidad, a través de las prácticas sobre la preparación de la lonchera del preescolar, lo cual debe contener alimentos saludables para la alimentación del preescolar.¹⁵

CAPITULO IV

METODOLOGÍA

4.1 Método de investigación:

El método general utilizado fue el método científico ya que mediante una serie de procedimientos ordenados se logra la meta final o producto específico⁴¹.

En la investigación se empleó un método hipotético deductivo. Ya que la estructuración de la investigación parte de teorías y conceptos lo cual permitió una adecuada interpretación del fenómeno estudiado. Dicho modelo se genera de hipótesis, conceptos e indicadores⁴².

4.2 Tipo de investigación:

Por su aplicación, la investigación es básica. Se realiza con el propósito de acrecentar los conocimientos teóricos para el progreso de una determinada ciencia, sin

interesarse directamente en sus posibles aplicaciones o consecuencias prácticas, es más formal y persigue propósito teórico en el sentido de aumentar el acervo de conocimiento de una determinada teoría⁴³.

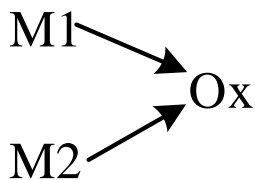
4.3 Nivel de la investigación:

La presente investigación se desarrolló en un nivel descriptivo porque buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretende medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren esto es objetivo⁴⁴.

4.4 Diseño de la investigación:

La investigación corresponde a un diseño no experimental – transversal. Ya que no se manipuló deliberadamente la variable de estudio, se observó el fenómeno tal y como viene ocurriendo y transversal, debido que la recolección de la información y medición de la variable se realizaron por única vez⁴⁵.

Se presenta a continuación el esquema:



M1: muestra 1

M2: Muestra 2

Ox= variable de estudio

4.5 Población y muestra

4.5.1 Población:

La población es el conjunto total de una unidad de estudio. La población en la presente investigación está compuesta por 40 madres de preescolares de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula y 40 madres de la Institución educativa inicial N°106 mixto público.

4.5.2 Muestra:

Para efectos del presente estudio, no fue necesario calcular la muestra pues toda la población fue objeto de estudio, la muestra fue censal, es decir las 40 madres de los alumnos preescolares de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula y las 40 madres de la Institución educativa inicial N°106 mixto público. Es un muestreo no probabilístico intencional.

4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica de investigación es el procedimiento de cómo se recolectó la información del estudio con la finalidad de contrastar las hipótesis de propuestas. En la presente investigación se empleó como técnica una encuesta.

El instrumento de investigación es el material donde se registran la información recolectada de la unidad de estudio. De acuerdo al propósito del estudio se empleó como instrumento un formulario tipo cuestionario, el cual consta de las siguientes partes: introducción, datos generales en relación a la madre y el contenido propiamente dicho, 20 preguntas sobre conocimientos de loncheras saludables y que fueron de opciones múltiples, además cada pregunta correcta equivale a 1 punto. (Anexo 3).

Si el puntaje alcanzado oscila entre 17 y 20, se calificó como nivel alto, si se ubica entre 13 y 16, se ubica como nivel medio y si es menor de 13, se considera nivel bajo.

Se empleó un cuestionario validado por Conde y Contreras (2017). En la universidad privada Arzobispo Loayza. Cuyo tema de investigación fue nivel de conocimiento sobre loncheras nutritivas en madres de niños preescolares de la institución educativa inicial Santa Rosita- Santa Anita, 2016.⁴⁵

Además el instrumento contó con 20 ítems y arrojó una confiabilidad de 0.75. Por tanto, el instrumento es confiable para su aplicación.

4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Una vez recolectada la información, se procedió a la tabulación de las respuestas. Para el análisis descriptivo se hizo uso de la herramienta Microsoft Excel lo cual permitió presentar los resultados en tablas y figuras. Por otro lado, para la contratación de las hipótesis planteadas se empleó la estadística inferencial mediante la herramienta estadística Spss V – 25 y se aplicó la prueba kolmogorov – smirnov, prueba de levene, prueba T- student, U de mann- whitney y w de wilcoxon.

4.8 Aspectos Éticos de la investigación

Los aspectos éticos de la investigación están basados en el comité de ética de la universidad peruana los andes que se tuvieron en cuenta en la presente investigación son: Art. 27 que nos menciona: Protección de la persona y de diferentes grupos étnicos y socio culturales, consentimiento informado y expreso, beneficencia y no maleficencia, protección al medio ambiente y el respeto de la biodiversidad, responsabilidad y veracidad. Además en el Art 28 nos menciona las normas de comportamiento éticos de quienes investigan: ejecutar investigaciones pertinentes, originales y coherentes con las líneas de investigación institucional; proceder con rigor científico asegurando la validez, la fiabilidad y credibilidad de sus métodos, fuentes y datos; asumir en todo momento la responsabilidad de la investigación, siendo conscientes de las consecuencias individuales, sociales y académicos que se derivan de los misma; garantizar la confidencialidad y anonimato de las personas involucradas en la investigación, excepto cuando se acuerde lo contrario; reportar los hallazgos de la investigación de manera abierta, completa y oportuna a la comunidad científica, así mismo devolver los resultados a las personas, grupos y comunidad participante de la investigación cuando el caso lo amerite; tratar con sigilo la información obtenida y no utilizarla para el lucro personal, ilícita o para otros propósitos distintos de los fines de la investigación; cumplir con las normas institucionales nacionales e internacionales que regulen la investigación, como las que velan por la protección de los sujetos humanos, sujetos animales y la protección del medio ambiente; revelar los conflictos de intereses que puedan presentarse en sus distintos roles como autor, evaluador y asesor; en las publicaciones científicas, deben evitar incurrir en las siguientes faltas deontológicas:

- Falsificar o inventar datos totalmente con fines de ajuste, tergiversar o sesgar los resultados de la investigación.
- Plagiar lo publicado por otros autores de manera total o parcial.
- Incluir como autor a quien no ha contribuido sustancialmente al diseño y realización del trabajo.
- Publicar repetidamente los hallazgos.

No aceptar subvenciones o contratos de investigaciones que especifiquen condiciones inconsistentes con su juicio científico, con la visión y misión de la universidad peruana los andes o que permitan a los patrocinadores retrasar la publicación académica, porque no están de acuerdo con los resultados; publicar los trabajos de investigación es estricto cumplimiento al reglamento de propiedad intelectual de la universidad peruana los andes y normas referidas a derechos del autor.

CAPITULO V

RESULTADOS

5.1 Descripción de resultados

Tras la aplicación de la encuesta a las madres de los alumnos preescolares de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula y de la Institución educativa inicial N°106 mixto público sobre el conocimiento de las loncheras saludables y las dimensiones que comprende: grupo de alimentos energéticos, constructores y reguladores, se obtuvieron los siguientes resultados:

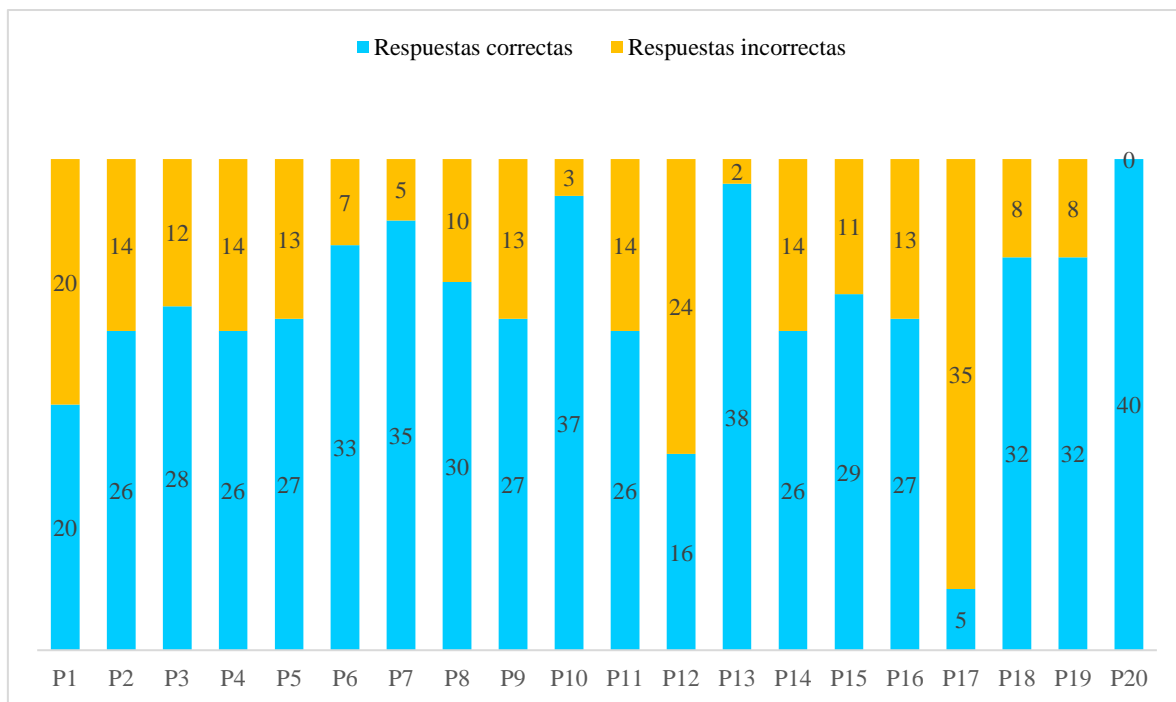


Figura 1. Respuestas de institución pública

Interpretación:

En la figura 1 se tiene detalle de las respuestas correctas e incorrectas sobre las loncheras saludables de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público, correspondiendo que en tres ítems (1, 12 y 17) se obtuvo un alto número de respuestas incorrectas, muy por debajo de la media de madres de familia que respondieron de forma correcta. Se logró conocer que todas respondieron adecuadamente cuando se les consultó sobre el ejemplo de lonchera que lleva su niño (a) al jardín. De igual modo, cuando se les consultó sobre la bebida y los alimentos que tienen vitamina A y que tiene que estar en la lonchera. Empero, cuando se les consultó sobre los alimentos que contengan hierro y tienen que estar en la lonchera de su niño (a) la mayoría tuvo dificultades para responder adecuadamente. Asimismo, ante la interrogante de la importancia de la vitamina K, un alto número de madres respondió de forma errónea.

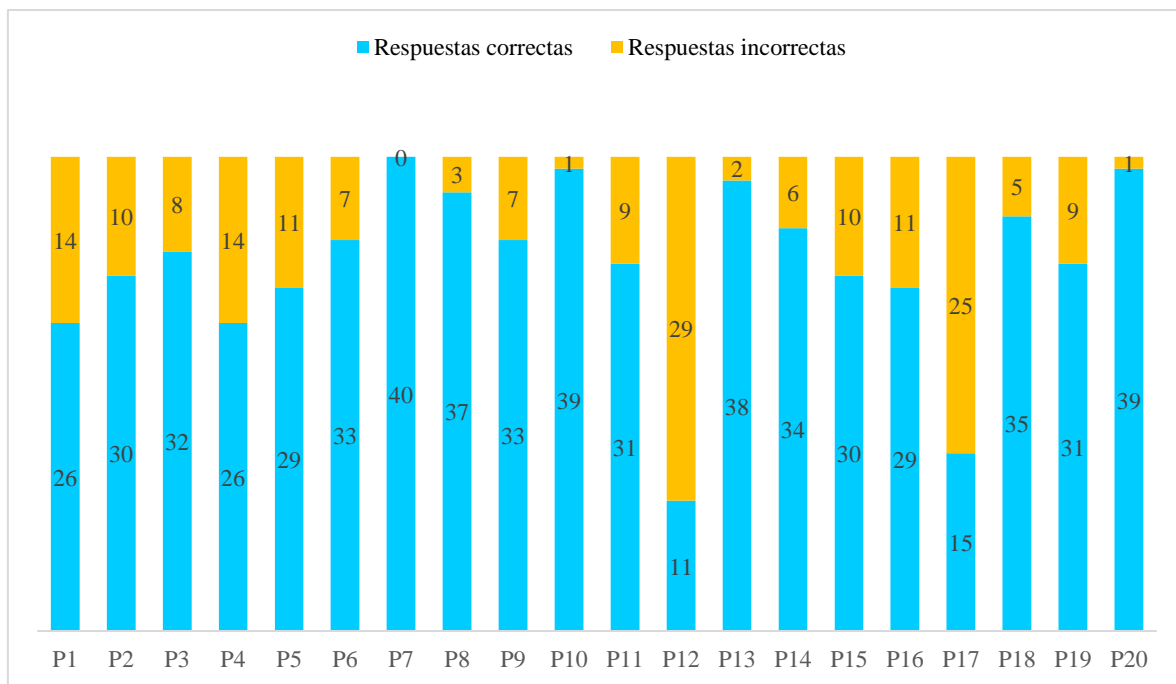


Figura 2. Respuestas de institución privada

Interpretación:

En la figura 2 se tiene detalle de las respuestas correctas e incorrectas sobre las loncheras saludables de las madres de familia pertenecientes a la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula, encontrándose que la mayoría de madres participantes no respondió de forma correcta cuando se les consultó sobre la importancia de la vitamina K, tampoco evidenciaron conocer los alimentos que contengan hierro y deben estar en la lonchera. Por otro lado, se logró conocer que todas respondieron adecuadamente cuando se les consultó sobre los alimentos más ricos en proteínas, además, un alto número de madres respondió acertadamente sobre qué alimentos tienen vitamina A y deben estar considerados en la lonchera, también cuando se les consultó un ejemplo de lonchera que debe llevar su niño (a) al colegio.

Tabla 1. Conocimiento sobre lonchera saludable según edad

	Lonchera Saludable																	
	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
menor a 25 años	4	5.0	3	3.8	1	1.3	8	10.0	6	7.5	6	7.5	2	2.5	14	17.5	22	27.5
26 - 30 años	3	3.8	6	7.5	0	0.0	9	11.2	0	0.0	8	10.0	4	5.0	12	15.0	21	26.2
31 - 35 años	5	6.3	5	6.3	2	2.5	12	15.0	2	2.5	6	7.5	3	3.8	11	13.8	23	28.8
mayor a 35 años	3	3.8	5	6.3	3	3.8	11	13.8	0	0.0	3	3.8	0	0.0	3	3.7	14	17.5
Total	15	18.7	19	23.8	6	7.5	40	50.0	8	10	23	28.8	9	11.2	40	50.0	80	100.0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

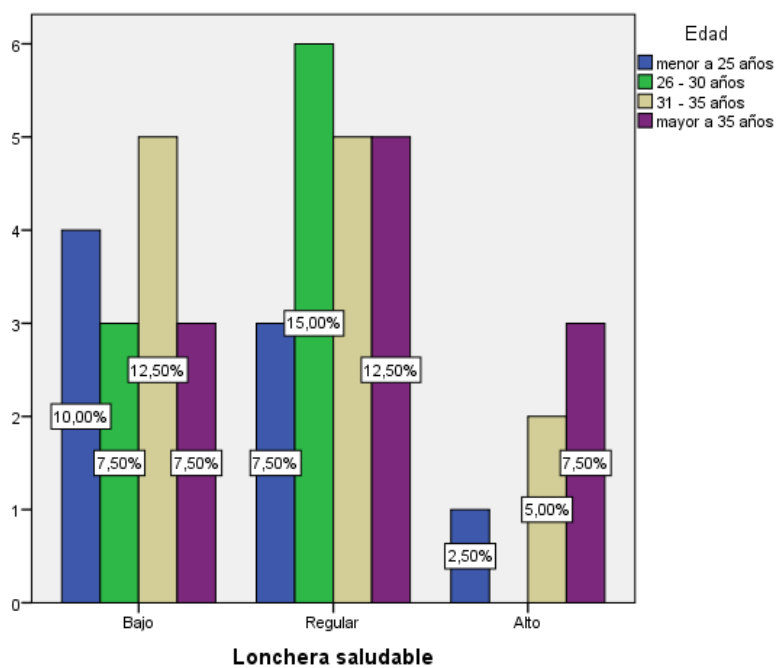


Figura 3. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución pública según edad

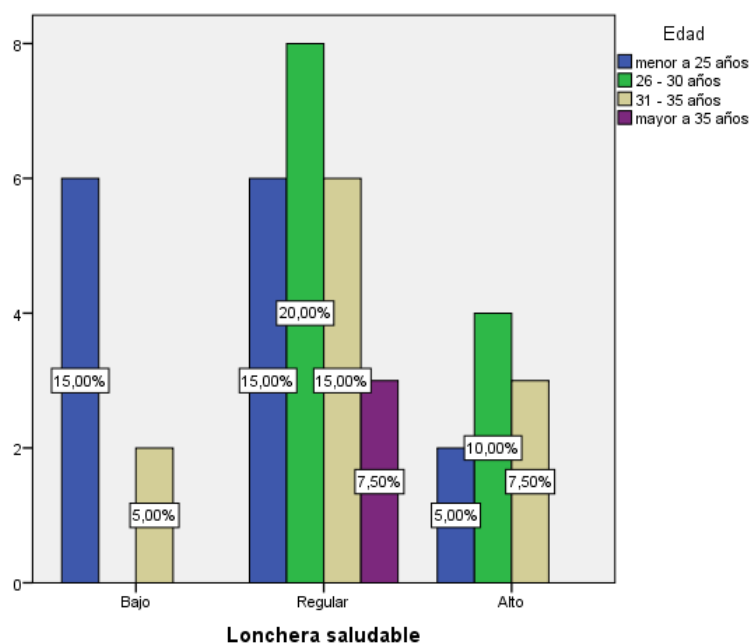


Figura 4. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución privada según edad

Interpretación:

En la tabla 1 y figura 3 se presentan los resultados respecto al conocimiento sobre lonchera saludable de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su edad, notándose que, el 37.5% tiene un nivel bajo de conocimiento, de ellas, las madres con menos de 25 años comprenden el 10%, las madres con un rango de edad de 26 a 30 años el 7.5%, quienes tienen más de 31 años y menos de 35 un 12.5%, y finalmente quienes tienen más de 35 años un 7.5%. En cuanto al 47.5% de madres que poseen un nivel regular, 7.5% de las madres son menores a 25 años, 15% tienen entre 26 y 30 años, 12.5% se encuentra en el rango de 31-35 años y también en el mismo porcentaje se ubican las madres mayores a 35 años. Respecto al 15% de madres que poseen un nivel alto, el 2.5% tiene menos de 25 años, ninguna tiene entre 26-30 años, 5% se encuentra en el rango de 31-35 años y finalmente el 7.5% de madres tiene más de 35 años. Por tanto, se logra conocer que, en las madres de la institución

pública predomina el rango de edad 31-35 años y un nivel regular de conocimiento sobre loncheras saludables, sobre todo en las madres de 26 a 30 años.

De igual modo, teniendo en cuenta la figura 4 que brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su edad, del 20% de madres que poseen un nivel bajo de conocimiento, el 15% corresponden a madres con edad menor a 25 años, y 5% tienen entre 31-35 años; en cuando al nivel de conocimiento regular, del 57.5%, 15% de las madres son menores a 25 años, 20% tienen entre 26 y 30 años, 15% tienen entre 31-35 años y 7.5% son mayores a 35 años. Por último, en el nivel de conocimiento alto, del 22.5% de madres, el 5% tienen menos de 25 años, 10% tienen más de 26, pero menos de 30 años y 7.5% se encuentra en el rango de 31-35 años. Es así que, en las madres de la institución educativa privada existe un mayor número de madres menores a 25 años, así también, predomina el nivel regular sobre conocimiento de lonchera saludable, sobre todo en madres de 26 a 30 años.

Tabla 2. Conocimiento sobre lonchera saludable según grado de instrucción

	Pública								Privada								Total	
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Primaria completa	2	2,5	0	0,0	0	0,0	2	2,5	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0	2	2,5
Primaria incompleta	2	2,5	0	0,0	0	0,0	2	2,5	0	0,0	1	1,3	0	0,0	1	1,3	3	3,8
Secundaria completa	7	8,8	8	10,0	3	3,8	18	22,5	2	2,5	5	6,3	0	0,0	7	8,8	25	31,2
Secundaria incompleta	4	5,0	1	1,3	0	0,0	5	6,2	0	0,0	1	1,3	1	1,3	2	2,5	7	8,7
Superior	0	0,0	10	12,5	3	3,8	13	16,3	6	7,5	16	20,0	8	10,0	30	37,5	43	53,8
Total	15	18,7	19	23,8	6	7,5	40	50,0	8	10	23	28,8	9	11,2	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

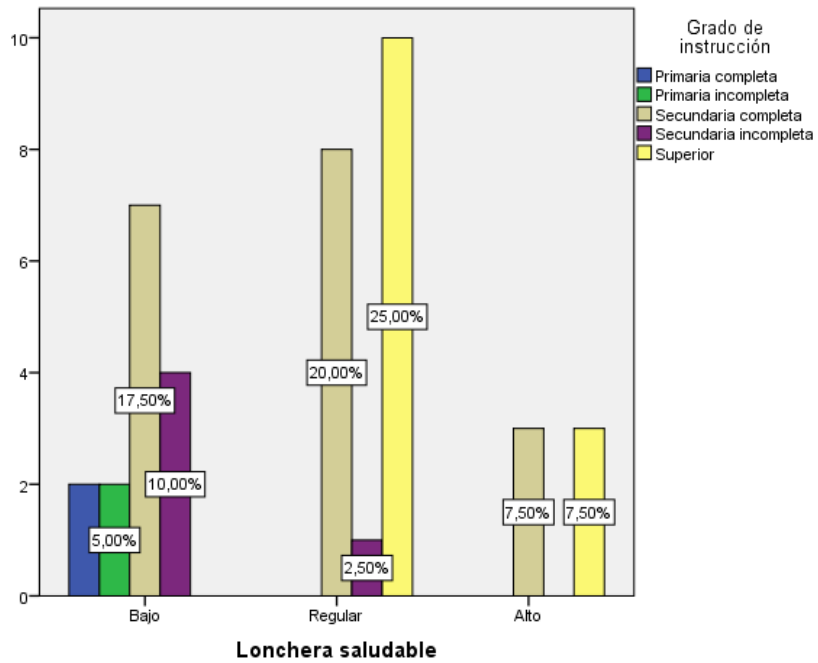


Figura 5. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución pública según grado de instrucción

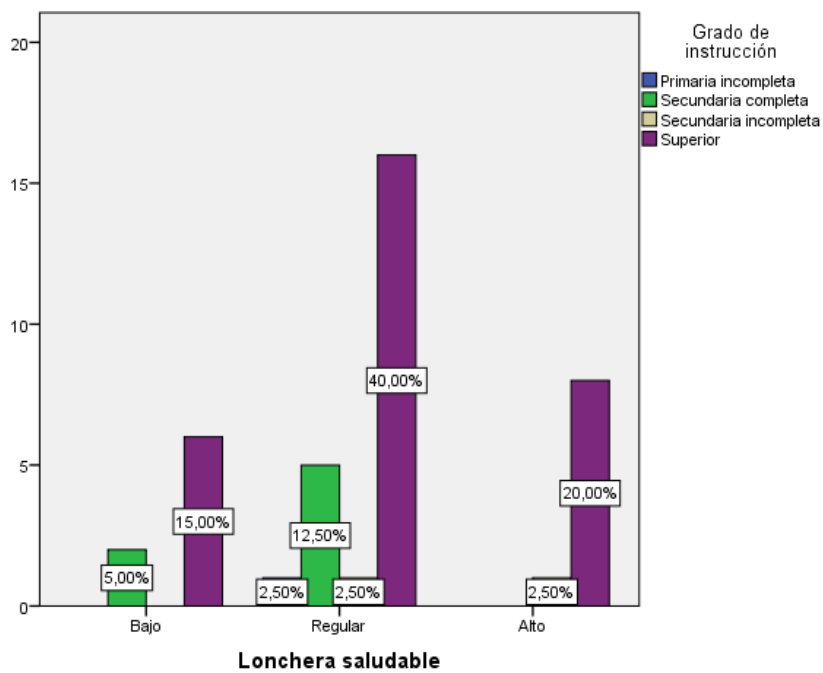


Figura 6. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución privada según grado de instrucción

Interpretación:

En la tabla 2 y figura 5 se brinda detalles de los resultados respecto al conocimiento sobre lonchera saludable en las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su grado de instrucción, notándose que, del 37.5% de madres que tienen un nivel bajo de conocimiento, el 5% de ellas son madres con primaria completa y, en el mismo porcentaje su grado de instrucción es primaria incompleta, el 17.5% son madres con secundaria completa, 10% cuentan con secundaria incompleta y ninguna con educación superior. En cuanto al nivel regular, del 47.5% de madres, el 20% tienen secundaria completa, 2.5% tienen secundaria incompleta, y 25% cuentan con educación superior. Respecto al 15% de madres que poseen un nivel alto, el 7.5% tiene secundaria completa y en el mismo porcentaje cuentan educación superior. Por tanto, se logra conocer que, en las madres de la institución pública predomina el grado de instrucción secundaria completa (45%), seguido de educación superior (32.5%).

Teniendo en cuenta la figura 6 que brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su grado de instrucción, se conoce que, del 20% de madres con un nivel bajo de conocimiento, el 5% corresponden a madres con secundaria completa, y el 15% cuentan con educación superior; en cuanto al 57.5% de madres con nivel de conocimiento regular, 2.5% de las madres tiene primaria incompleta, 12.5% tiene secundaria completa, 2.5% tienen secundaria incompleta y 40% tienen educación superior. Por último, del 22.5% de madres con conocimiento alto, el 2.5% tiene secundaria incompleta y 20% cuentan con educación superior. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina el grado de instrucción superior (75%), seguido de secundaria completa (17.5%).

Tabla 3. Conocimiento sobre lonchera saludable según lugar de procedencia

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ayacucho	11	13,8	16	20,0	3	3,8	30	37,5	5	6,3	12	15,0	6	7,5	23	28,8	53	66,2
Cangallo	0	0,0	2	2,5	1	1,3	3	3,8	2	2,5	5	6,3	1	1,3	8	10	11	13,8
Otros	4	5,0	1	1,3	2	2,5	7	8,8	1	1,3	6	7,5	2	2,5	9	11,2	16	20
Total	15	18,7	19	23,8	6	7,5	40	50,0	8	10	23	28,8	9	11,2	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

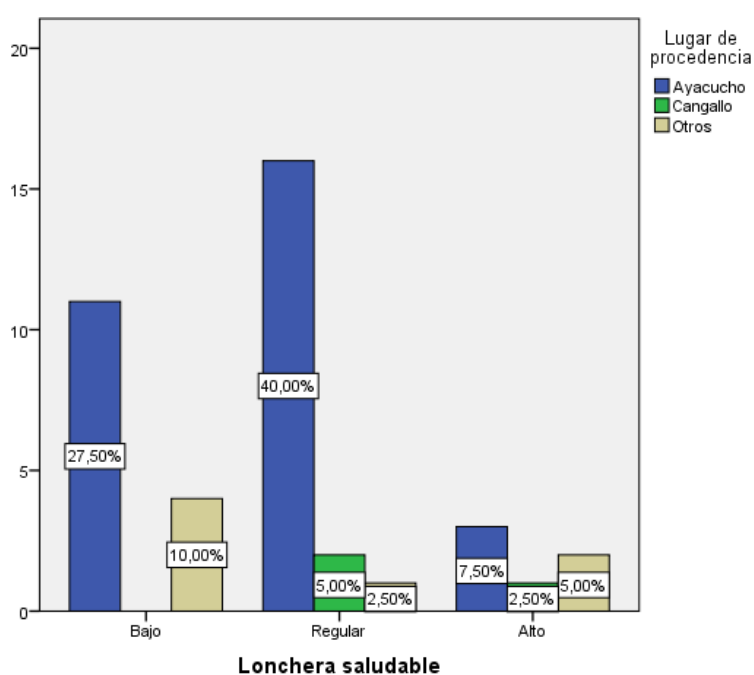


Figura 7. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución pública según lugar de procedencia

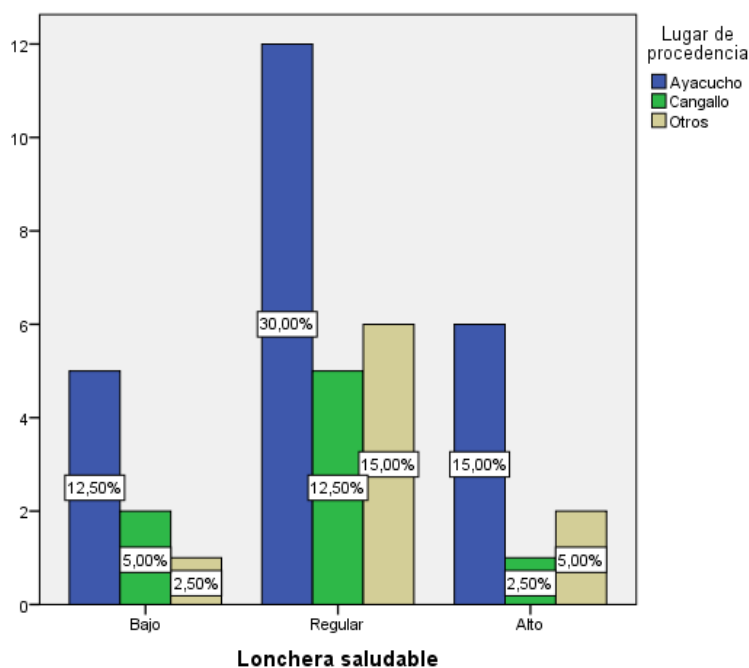


Figura 8. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución privada según lugar de procedencia

Interpretación:

La tabla 3 y figura 7 muestran los resultados respecto al conocimiento sobre lonchera saludable de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su lugar de procedencia, notándose que, del 37.5% de madres que tienen un nivel bajo, 27.5% provienen de Ayacucho, ninguno de Cangallo y 10% pertenecen a otros lugares. En cuanto al 47.5% de madres que poseen un nivel regular, 40% provienen de Ayacucho, 5% tienen como lugar de procedencia a Cangallo, y 2.5% de las madres provienen de otros lugares. Respecto al 15% de madres con conocimiento alto, el 7.5% de madres tienen como lugar de procedencia Ayacucho, 2.5% provienen de Cangallo y 5% provienen de otros lugares. Es por ello, que se evidencia que, de las madres de la institución pública predomina el lugar de procedencia Ayacucho (75%), seguido de otros lugares (17.5%).

Teniendo en cuenta la figura 8 que brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su lugar de

procedencia, del 20% de madres con nivel bajo de conocimiento, el 12.5% corresponden a madres que provienen de Ayacucho, 5% proviene de Cangallo y 2.5% provienen de otros lugares. En cuanto al 57.5% de madres que tienen un nivel de conocimiento regular, 30% de las madres provienen de Ayacucho, 12.5% provienen de Cangallo y 15% provienen de otros lugares. Por último, del 22.5% de madres con conocimiento alto, el 15% de las madres proviene de Ayacucho, 2.5% proviene de Cangallo y 5% tienen como lugar de procedencia otros lugares. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina el lugar de procedencia Ayacucho (57.5%), seguido de otros lugares (22.5%).

Tabla 4. Conocimiento sobre lonchera saludable según ocupación

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ama de casa	11	13,8	6	7,5	4	5,0	21	26,2	2	2,5	9	11,3	4	5,0	15	18,8	36	45
Docente	0	0,0	1	1,3	1	1,3	2	2,5	0	0,0	3	3,8	1	1,3	4	5	6	7,5
Comerciante	2	2,5	6	7,5	0	0,0	8	10	2	2,5	2	2,5	0	0,0	4	5	12	15
Estudiante	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0	3	3,8	6	7,5	2	2,5	11	13,7	11	13,8
Otros	2	2,5	6	7,5	1	1,3	9	11,3	1	1,3	3	3,8	2	2,5	6	7,5	15	18,8
Total	15	18,7	19	23,8	6	7,5	40	50,0	8	10	23	28,8	9	11,2	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

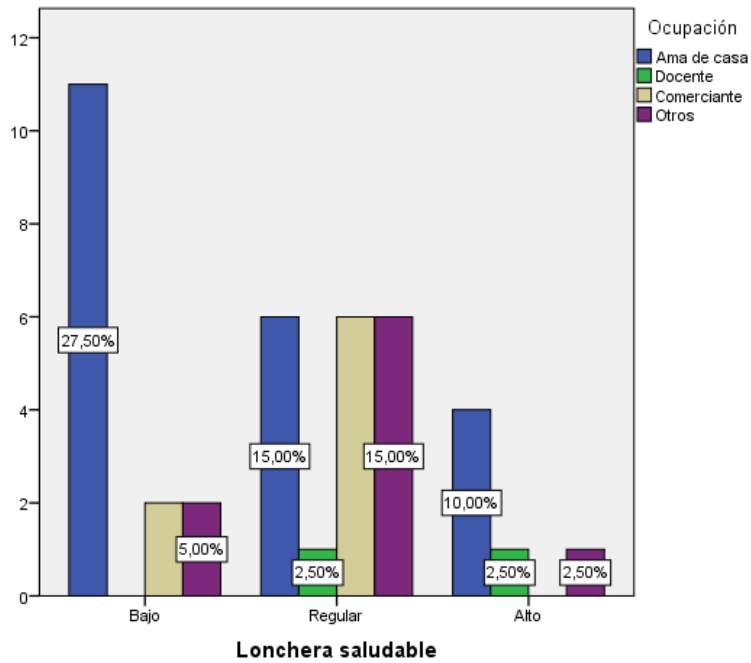


Figura 9. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución pública según ocupación

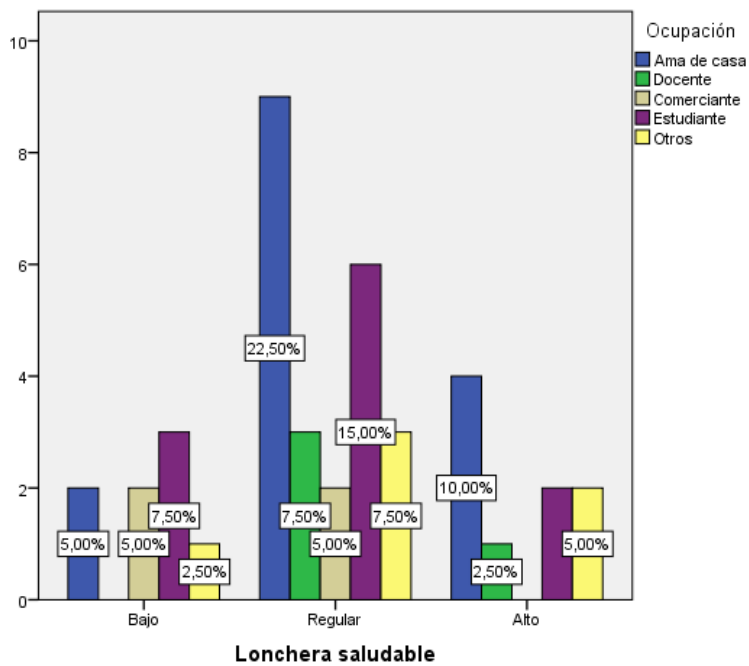


Figura 10. Conocimiento sobre lonchera saludable de institución privada según ocupación

Interpretación:

La tabla 4 y figura 9 presentan los resultados respecto al conocimiento sobre lonchera saludable de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su ocupación, donde el 37.5% de madres que tienen un nivel bajo, 27.5% son amas de casa, ninguna es docente, 5% es comerciante y en igual porcentaje tienen otras ocupaciones. En cuanto al 47.5% de madres con nivel regular, 15% son amas de casa, 2.5% son docentes, 15% son comerciantes y en igual porcentaje otras ocupaciones. Respecto al 15% de madres con nivel alto, el 10% de madres tienen como ocupación ama de casa, 2.5% son docentes, ninguna es comerciante y 2.5% tienen otras ocupaciones. Así, se conoce que predomina la ocupación ama de casa en las madres de la institución pública (52.5%), seguida de otras ocupaciones (22.5%).

En base a la figura 10, se cuenta con la siguiente información de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su ocupación, donde el 20% de las madres con nivel bajo de conocimiento, el 5% corresponden a amas de casa, ninguna es docente, 5% son comerciantes, 7.5% son estudiantes, y 2.5% tienen otras ocupaciones. En cuanto al 57.5% de madres con nivel de conocimiento regular, 22.5% son amas de casa, 7.5% son docentes, 5% son comerciantes, 15% son estudiantes y 7.5% tienen otras ocupaciones. Por último, del 22.5% de madres con nivel de conocimiento alto, el 10% son amas de casa, 2.5% son docentes, ninguno es comerciante, 5% son estudiantes y en el mismo porcentaje tienen otras ocupaciones. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina la ocupación ama de casa (37.5%), seguido de estudiante (27.5%).

Tabla 5. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos según edad

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
menor a 25 años	5	6,3	2	2,5	1	1,3	8	10,0	8	10,0	4	5,0	2	2,5	14	17,5	22	27,5
26 - 30 años	4	5,0	2	2,5	3	3,8	9	11,2	3	3,8	5	6,3	4	5,0	12	15,0	21	26,2
31 - 35 años	10	12,5	2	2,5	0	0,0	12	15,0	6	7,5	3	3,8	2	2,5	11	13,8	23	28,8
mayor a 35 años	5	6,3	3	3,8	3	3,8	11	13,8	1	1,3	2	2,5	0	0,0	3	3,7	14	17,5
Total	24	30	9	11,2	7	8,8	40	50,0	18	22,5	14	17,5	8	10	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

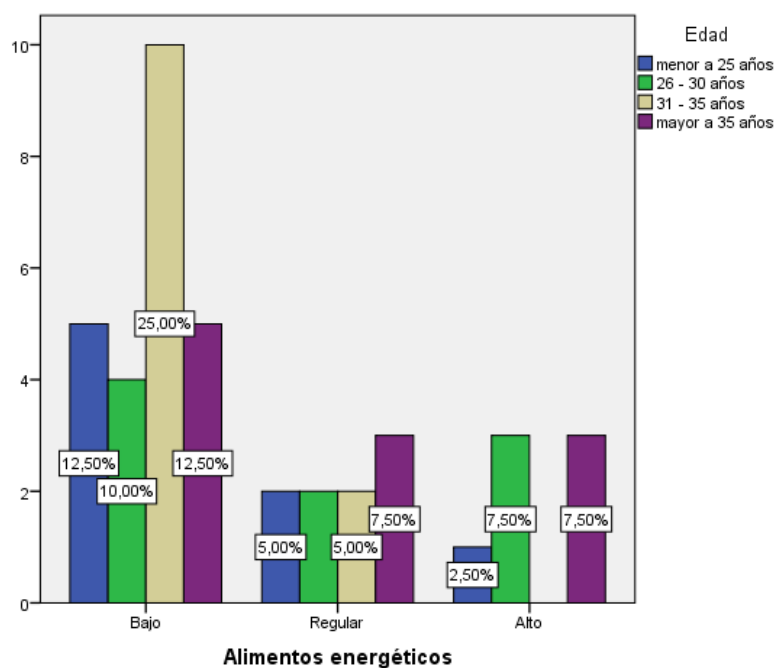


Figura 11. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución pública según edad

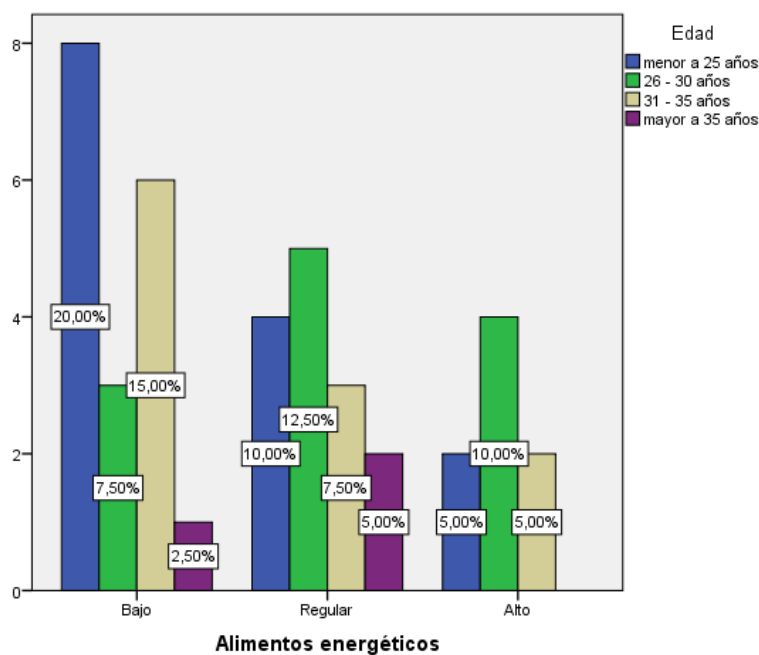


Figura 12. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución privada según edad

Interpretación:

En la tabla 5 y figura 11 se presentan los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su edad, notándose que, del 60% de madres que tienen un nivel bajo, 12.5% comprenden madres con menos de 25 años, 10% son madres con un rango de edad de 26 a 30 años, 25% tienen más de 31 años y menos de 35, y 12.5% tienen más de 35 años. Del 22.5% de madres que poseen conocimiento regular, 5% de las madres son menores a 25 años, 5% también tienen entre 26 y 30 años, en igual porcentaje se encuentra en el rango de 31-35 años y 7,5% se ubican quienes son mayores a 35 años. Respecto al 17.5% de madres con un nivel alto de conocimiento, el 2.5% tienen menos de 25 años, 7.5% tiene entre 26-30 años, ninguno se encuentra en el rango de 31-35 años y finalmente 7.5% su edad es mayor a 35 años. Por tanto, se logra conocer que, las madres de la institución pública mayores a 35 años tienen mayor conocimiento de los alimentos

energéticos, y las madres que se encuentran en el rango de edad 31-35 años son quienes tienen menor conocimiento.

La figura 12 brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su edad, siendo que, del 45% de madres con un nivel bajo de conocimiento, el 20% corresponden a madres con edad menor a 25 años, 7.5% son madres entre 26 y 30 años, 15% en un rango de 31-35 años y 2.5% son madres mayores a 35 años. En cuanto al 35% de madres con un nivel de conocimiento regular, 10% de las madres son menores a 25 años, 12.5% tienen entre 26 y 30 años, 7.5% tienen entre 31-35 años y 5% son mayores a 35 años. Por último, del 20% de madres con un nivel de conocimiento alto, el 5% de las madres tienen menos de 25 años, 10% tienen más de 26, pero menos de 30 años y el 5% se encuentra en el rango de 31-35 años. Por tanto, las madres de 26 a 30 años tienen un mayor conocimiento de los alimentos energéticos, y las que tienen menos de 25 años tienen menor conocimiento.

Tabla 6. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos según grado de instrucción

	Pública								Privada								Total	
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Primaria completa	2	2,5	0	0,0	0	0,0	2	2,5	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0	2	2,5
Primaria incompleta	2	2,5	0	0,0	0	0,0	2	2,5	1	1,3	0	0,0	0	0,0	1	1,3	3	3,8
Secundaria completa	9	11,3	5	6,3	4	5,0	18	22,5	3	3,8	4	5,0	0	0,0	7	8,8	25	31,2
Secundaria incompleta	5	6,3	0	0,0	0	0,0	5	6,2	1	1,3	0	0,0	1	1,3	2	2,5	7	8,7
Superior	6	7,5	4	5,0	3	3,8	13	16,3	13	16,3	10	12,5	7	8,8	30	37,5	43	53,8
Total	24	30	9	11,2	7	8,8	40	50,0	18	22,5	14	17,5	8	10	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

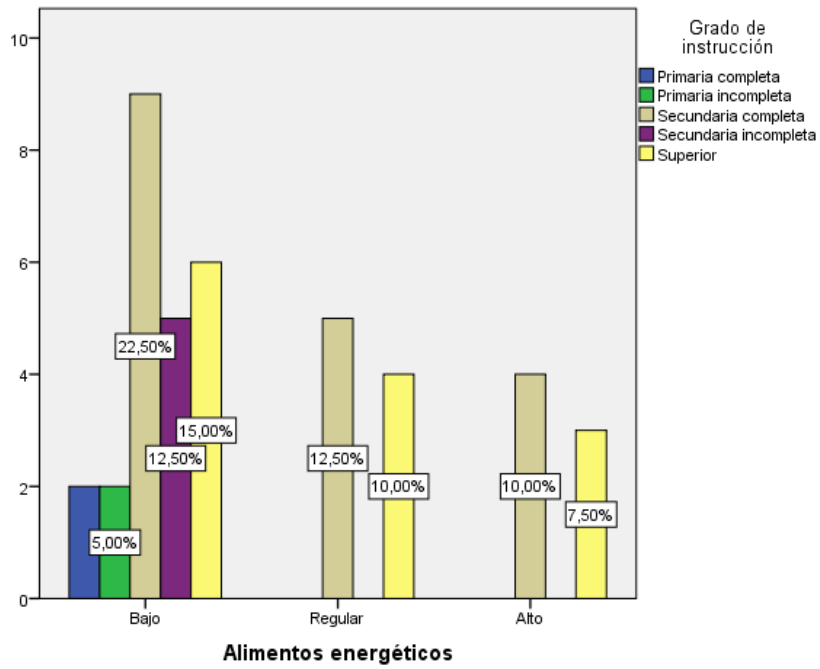


Figura 13. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución pública según grado de instrucción

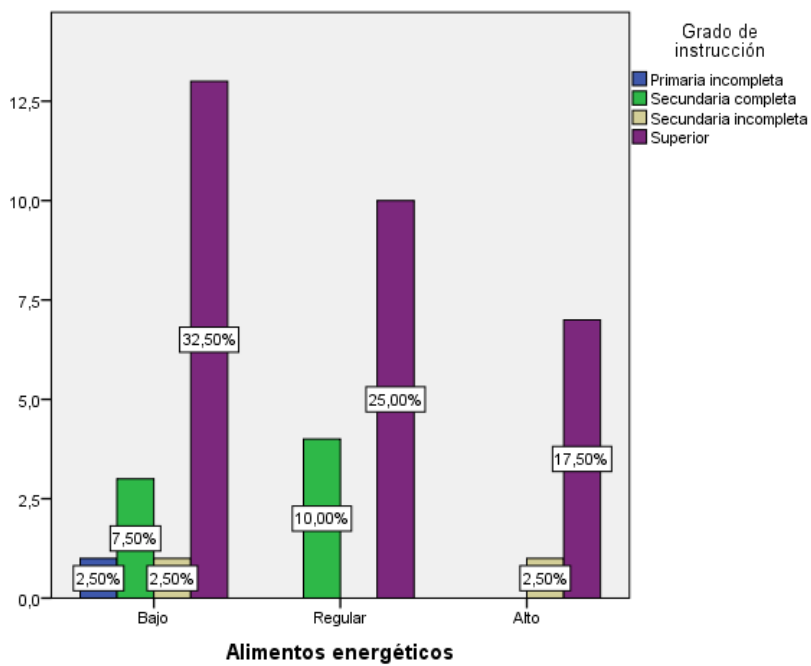


Figura 14. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución privada según grado de instrucción

Interpretación:

En la tabla 6 y figura 13 se brinda detalle de los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su grado de instrucción, siendo que del 60% de madres que tienen un nivel bajo, 5% comprenden madres con primaria completa y, en mismo porcentaje primaria incompleta, 22.5% son madres con secundaria completa, 12.5% cuentan con secundaria incompleta y 15% con educación superior. En cuanto al 22.5% de madres con nivel regular, 12.5% de las madres tienen secundaria completa y 10% cuentan con educación superior. Respecto al 17.5% de madres con nivel alto, el 10% de madres tienen secundaria completa y 7.5% tienen educación superior. Por tanto, se logra conocer que, las madres que tienen un mayor conocimiento de los alimentos energéticos son aquellas que tienen secundaria completa.

La figura 14 brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su grado de instrucción, siendo que, del 45% de madres con nivel bajo de conocimiento, el 2.5% corresponden a madres con secundaria incompleta, 7.5% cuentan con secundaria completa, 2,5% tienen secundaria incompleta y 32.5% cuentan con educación superior. Respecto al 35% de madres con nivel de conocimiento regular, 10% tienen secundaria completa y 25% tienen educación superior. Por último, del 20% de madres con nivel de conocimiento alto, el 2.5% de las madres tienen secundaria incompleta y 17.5% cuentan con educación superior. Es así que, las madres de la institución educativa privada que tienen un mayor conocimiento de los alimentos energéticos son aquellas que tienen educación superior.

Tabla 7. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos según lugar de procedencia

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ayacucho	20	25,0	5	6,3	5	6,3	30	37,5	10	12,5	7	8,8	6	7,5	23	28,8	53	66,2
Cangallo	0	0,0	2	2,5	1	1,3	3	3,8	4	5,0	3	3,8	1	1,3	8	10	11	13,8
Otros	4	5,0	2	2,5	1	1,3	7	8,8	4	5,0	4	5,0	1	1,3	9	11,2	16	20
Total	24	30	9	11,2	7	8,8	40	50,0	18	22,5	14	17,5	8	10	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

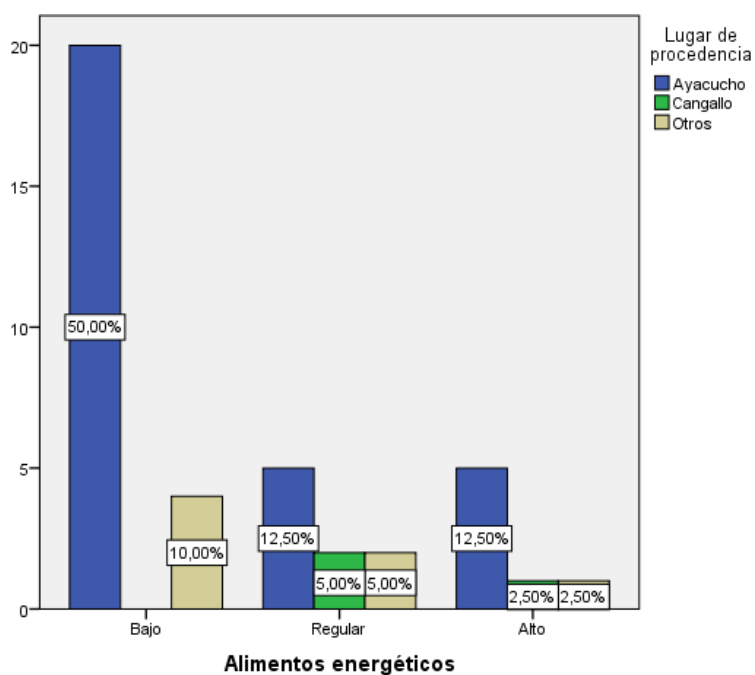


Figura 15. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución pública según lugar de procedencia

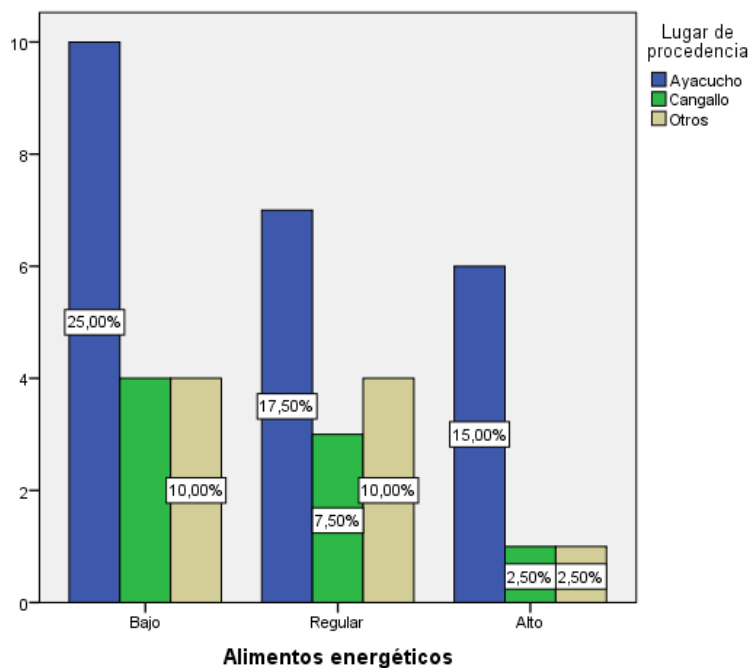


Figura 16. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución privada según lugar de procedencia

Interpretación:

La tabla 7 y figura 15 muestran los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su lugar de procedencia, notándose que, del 60% de madres que tienen un nivel bajo, 50% provienen de Ayacucho, ninguno de Cangallo y, 10% pertenecen a otros lugares. En cuanto al 22.5% de madres con nivel regular, 12.5% provienen de Ayacucho, 5% tienen como lugar de procedencia a Cangallo y en igual porcentaje provienen de otros lugares. Respecto al 17.5% de madres con nivel alto, el 12.5% de madres tienen como lugar de procedencia Ayacucho, 2.5% provienen de Cangallo y en igual porcentaje provienen de otros lugares. Así, se evidencia que, las madres de la institución pública con lugar de procedencia Ayacucho presentan un mayor nivel de conocimiento de los alimentos energéticos.

Teniendo en cuenta la figura 16 que brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su lugar de

procedencia, se conoce que, 45% de madres con nivel bajo de conocimiento, el 25% provienen de Ayacucho, 10% proviene de Cangallo y en igual porcentaje provienen de otros lugares. En cuanto al 35% de madres con nivel de conocimiento regular, 17.5% provienen de Ayacucho, 7.5% provienen de Cangallo y 10% provienen de otros lugares. Por último, del 20% de madres con nivel de conocimiento alto, el 15% proviene de Ayacucho, 2.5% proviene de Cangallo y en mismo porcentaje otros lugares. Es así que, las madres de la institución educativa privada de procedencia Ayacucho tienen un mayor conocimiento de los alimentos energéticos.

Tabla 8. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos según ocupación

	Pública								Privada								Total	
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ama de casa	13	16,3	4	5,0	4	5,0	21	26,2	7	8,8	4	5,0	4	5,0	15	18,8	36	45
Docente	0	0,0	2	2,5	0	0,0	2	2,5	2	2,5	1	1,3	1	1,3	4	5	6	7,5
Comerciante	5	6,3	1	1,3	2	2,5	8	10	3	3,8	1	1,3	0	0,0	4	5	12	15
Estudiante	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0	5	6,3	5	6,3	1	1,3	11	13,7	11	13,8
Otros	6	7,5	2	2,5	1	1,3	9	11,3	1	1,3	3	3,8	2	2,5	6	7,5	15	18,8
Total	24	30	9	11,2	7	8,8	40	50,0	18	22,5	14	17,5	8	10	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

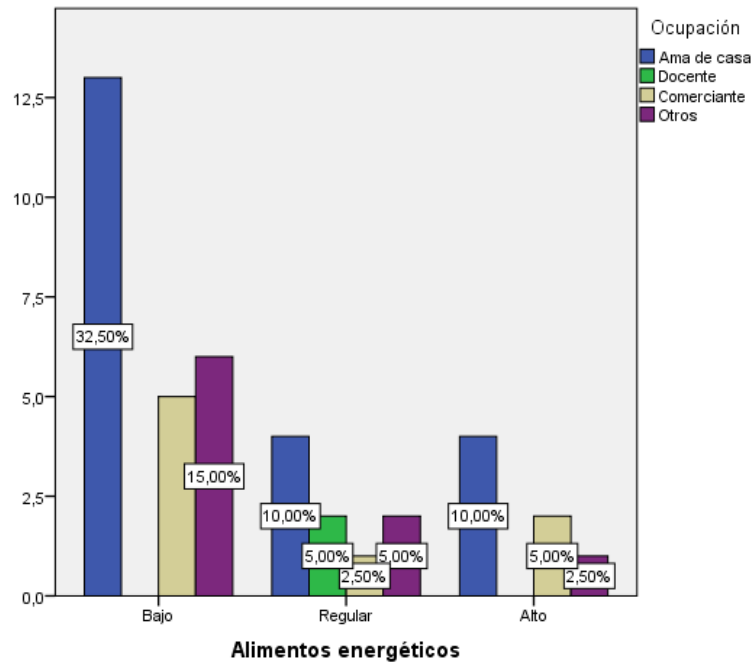


Figura 17. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución pública según ocupación

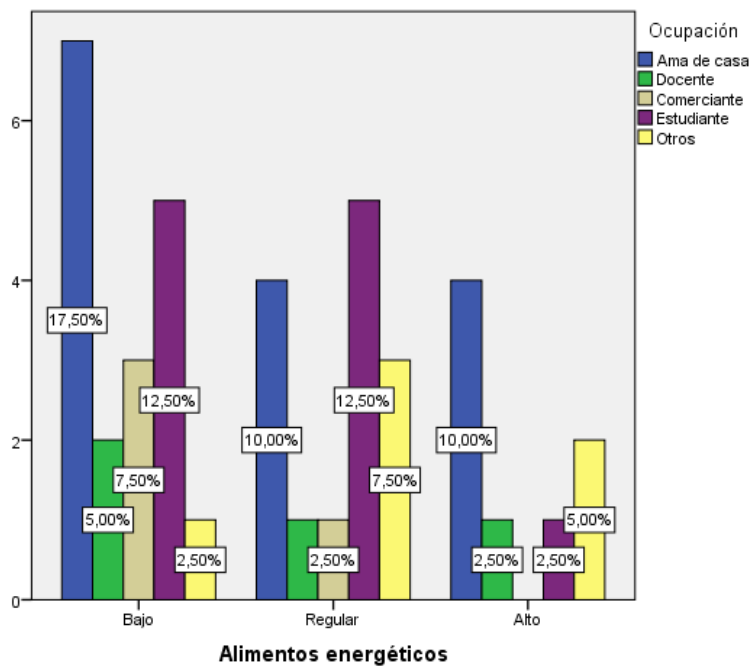


Figura 18. Conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de institución privada según ocupación

Interpretación:

La tabla 8 y figura 17 presentan los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos energéticos de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su ocupación, notándose que, del 47.5% de las madres con un nivel bajo de conocimiento, 32.5% son amas de casa, ninguna es docente y 15% son madres que tienen otras ocupaciones. En cuanto al 22.5% de madres con nivel regular, 10% son amas de casa, 5% son docentes, 2.5% son comerciantes y 5% son madres con otras ocupaciones. Respecto al 17.5% de madres con nivel alto, el 10% de madres tienen como ocupación amas de casa, ninguna es docente, 5% son comerciantes y 2.5% tienen otras ocupaciones. Es por ello, que las madres que poseen un mayor conocimiento de los alimentos energéticos son las amas de casa.

En base a la figura 18, se cuenta con la siguiente información de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su ocupación, siendo que, del 45% de madres con nivel bajo de conocimiento, el 17.5% corresponden a amas de casa, 5% es docente, 7.5% son comerciantes y 12.5% son estudiantes, y 2.5% tienen otras ocupaciones. Por otro lado, en cuanto al 35% de madres con conocimiento regular, 10% de las madres son amas de casa, 2.5% son docentes, y en igual porcentaje las madres son comerciantes, 12.5% son estudiantes y 7.5% tienen otras ocupaciones. Por último, el 20% de madres con nivel de conocimiento alto, el 10% de las madres son amas de casa, 2.5% son docentes, ninguno es comerciante, 2.5% son estudiantes y 5% tienen otras ocupaciones. Es así que, las madres de la institución educativa privada que poseen un mayor conocimiento de los alimentos energéticos son quienes tienen ocupación ama de casa.

Tabla 9. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores según edad

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
menor a 25 años	6	7,5	2	2,5	0	0,0	8	10,0	6	7,5	8	10,0	0	0,0	14	17,5	22	27,5
26 - 30 años	5	6,3	4	5,0	0	0,0	9	11,2	3	3,8	9	11,3	0	0,0	12	15,0	21	26,2
31 - 35 años	7	8,8	5	6,3	0	0,0	12	15,0	4	5,0	7	8,8	0	0,0	11	13,8	23	28,8
mayor a 35 años	5	6,3	6	7,5	0	0,0	11	13,8	1	1,3	2	2,5	0	0,0	3	3,7	14	17,5
Total	23	28,8	17	21,2	0	0	40	50,0	14	17,5	26	32,5	0	0	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

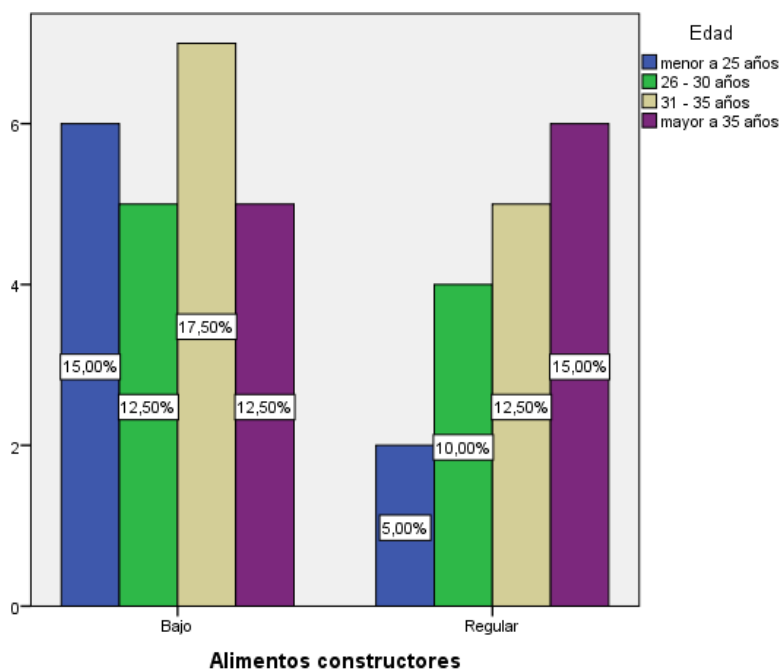


Figura 19. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución pública según edad

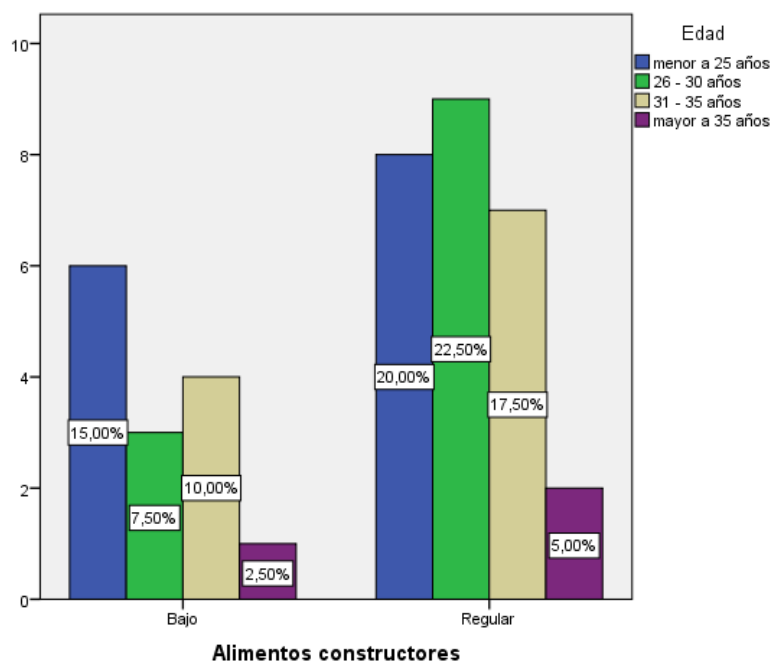


Figura 20. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución privada según edad

Interpretación:

En la tabla 9 y figura 19 se presentan los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su edad, notándose que del 57.5% de madres que tienen un nivel bajo, 15% comprenden madres con menos de 25 años, 12.5% son madres con un rango de edad de 26 a 30 años, 17.5% tienen más de 31 años y menos de 35, y 12.5% tienen más de 35 años. En cuanto al 42.5% de madres con conocimiento regular, 5% de las madres son menores a 25 años, 12.5% también tienen entre 26 y 30 años, 12.5% se encuentra en el rango de 31-35 años y 15% se ubican quienes son mayores a 35 años. Por tanto, se logra conocer que las madres de la institución pública con un rango de edad 31-35 años presentan un mayor desconocimiento de los alimentos constructores.

Teniendo en cuenta la figura 20 que brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su edad, siendo que, del 35% de madres con nivel bajo de conocimiento, el 15% corresponden a madres con edad menor a 25 años, 7.5% son madres entre 26 y 30 años, 10% en un rango de 31-35 años y 2.5% son madres mayores a 35 años. En cuanto al 65% de madres con nivel de conocimiento regular, 20% de las madres son menores a 25 años, 22.5% tienen entre 26 y 30 años, 17.5% tienen entre 31-35 años y 5% son mayores a 35 años. Es así que, en las madres de la institución educativa privada con edad menor a 25 años tienen menor conocimiento de los alimentos constructores.

Tabla 10. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores según grado de instrucción

	Pública								Privada								Total	
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Primaria completa	2	2,5	0	0,0	0	0,0	2	2,5	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0	2	2,5
Primaria incompleta	2	2,5	0	0,0	0	0,0	2	2,5	0	0,0	1	1,3	0	0,0	1	1,3	3	3,8
Secundaria completa	11	13,8	7	8,8	0	0,0	18	22,5	2	2,5	5	6,3	0	0,0	7	8,8	25	31,2
Secundaria incompleta	5	6,3	0	0,0	0	0,0	5	6,2	1	1,3	1	1,3	0	0,0	2	2,5	7	8,7
Superior	3	3,8	10	12,5	0	0,0	13	16,3	11	13,8	19	23,8	0	0,0	30	37,5	43	53,8
Total	23	28,8	17	21,2	0	0	40	50,0	14	17,5	26	32,5	0	0	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

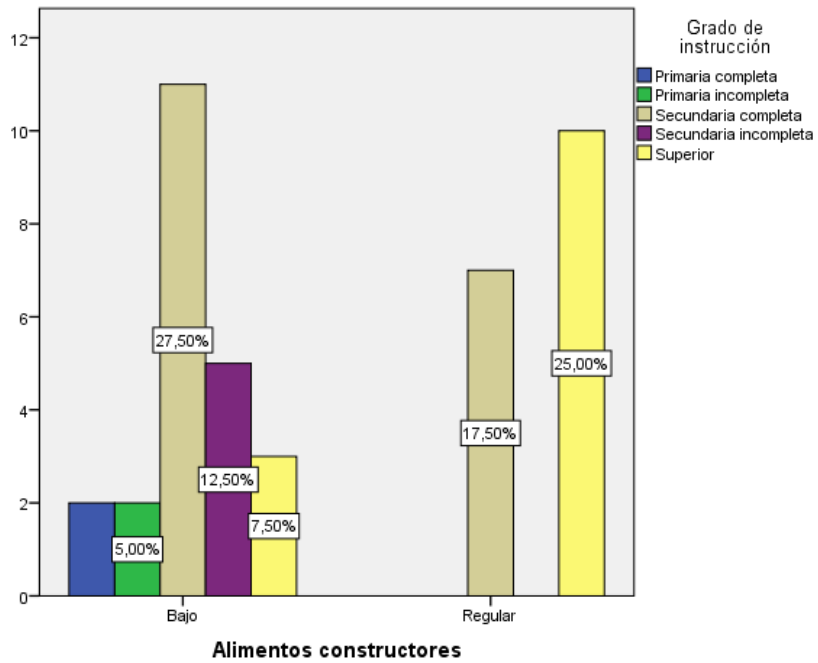


Figura 21. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución pública según grado de instrucción

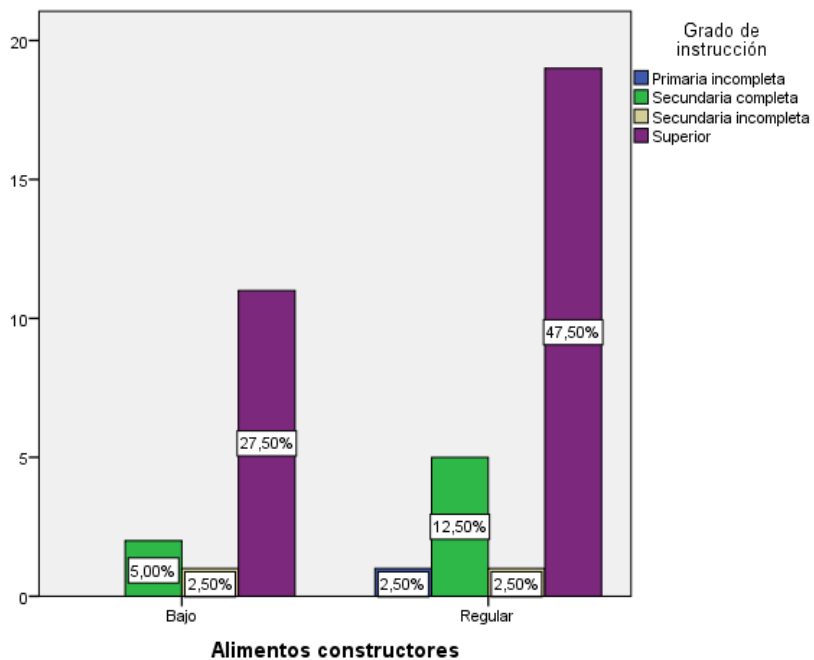


Figura 22. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución privada según grado de instrucción

Interpretación:

En la tabla 10 y figura 21 se brinda detalle de los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su grado de instrucción, notándose que del 57.5% de madres con un nivel bajo de conocimiento, 5% cuentan con primaria completa y, en mismo porcentaje primaria incompleta, 27.5% son madres con secundaria completa, 12.5% cuentan con secundaria incompleta y 7.5% con educación superior. En cuanto al 42.5% de madres con nivel regular, 17.5% de las madres tienen secundaria completa y 25% cuentan con educación superior. Por tanto, se logra conocer que, en las madres de la institución pública predomina el grado de instrucción secundaria completa, quienes no tienen conocimiento de los alimentos constructores.

La figura 22 brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su grado de instrucción, siendo que, del 35% de madres con un nivel bajo de conocimiento, el 5% cuentan con secundaria completa, 2.5% tienen secundaria incompleta y 27.5% cuentan con educación superior. Respecto al 65% de madres con nivel de conocimiento regular, 2.5% de las madres tiene primaria incompleta, 12.5% tienen grado de instrucción con secundaria completa y 2.5% cuentan con secundaria incompleta y 47.5% tienen educación superior. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina el grado de instrucción superior, quienes no cuentan con conocimiento de los alimentos constructores.

Tabla 11. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores según lugar de procedencia

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ayacucho	16	20,0	14	17,5	0	0,0	30	37,5	4	5,0	19	23,8	0	0,0	23	28,8	53	66,2
Cangallo	2	2,5	1	1,3	0	0,0	3	3,8	4	5,0	4	5,0	0	0,0	8	10	11	13,8
Otros	5	6,3	2	2,5	0	0,0	7	8,8	6	7,5	3	3,8	0	0,0	9	11,2	16	20
Total	23	28,8	17	21,2	0	0	40	50,0	14	17,5	26	32,5	0	0	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

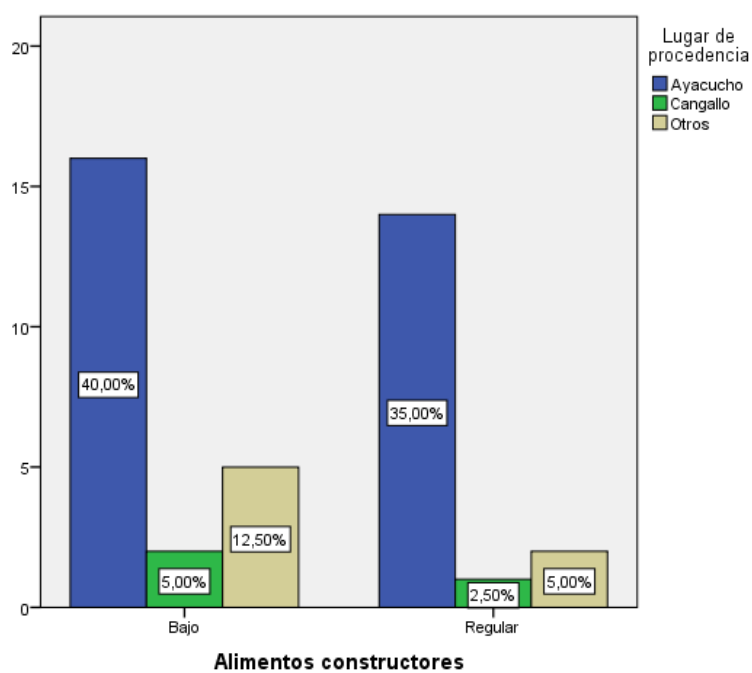


Figura 23. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución pública según lugar de procedencia

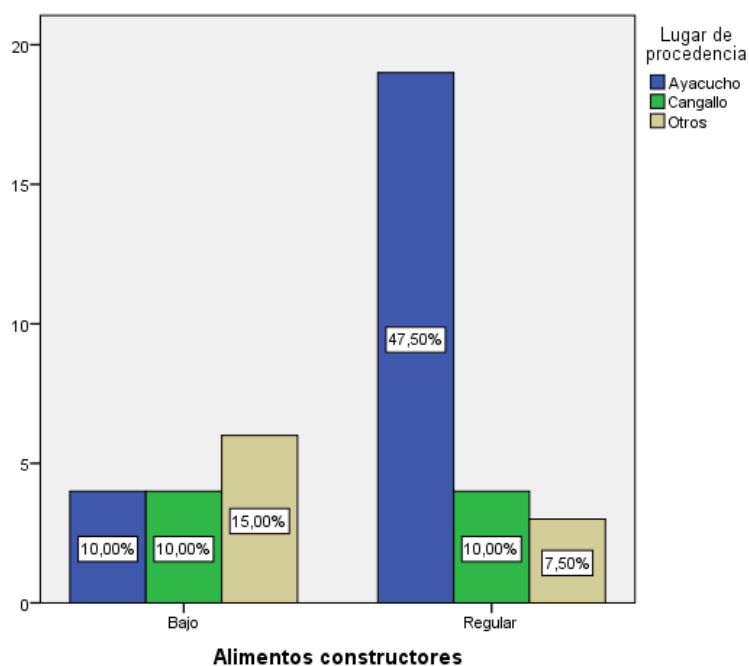


Figura 24. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución privada según lugar de procedencia

Interpretación:

La tabla 11 y figura 23 muestran los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su lugar de procedencia, notándose que, del 57.5% de madres que poseen un nivel bajo de conocimiento, 40% provienen de Ayacucho, 5% a Cangallo y, 12.5% pertenecen a otros lugares. En cuanto al 42.5% de madres con nivel regular, 35% provienen de Ayacucho, 2.5% tienen como lugar de procedencia a Cangallo y 5% provienen de otros lugares. Es por ello, que se evidencia que, de las madres de la institución pública predomina el lugar de procedencia Ayacucho, las cuales no poseen conocimiento sobre los alimentos constructores.

La figura 24 brinda detalles de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su lugar de procedencia, siendo que, del 35% de madres con nivel bajo de conocimiento, el 10% corresponden a madres

que provienen de Ayacucho, en igual porcentaje provienen de Cangallo y 15% provienen de otros lugares. Por otro lado, en cuanto al 65% de madres con un nivel de conocimiento regular, 47.5% de las madres provienen de Ayacucho, 10% provienen de Cangallo y 7.5% provienen de otros lugares. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina otros lugares de procedencia que no tienen conocimiento sobre los alimentos constructores.

Tabla 12. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores según ocupación

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ama de casa	13	16,3	8	10,0	0	0,0	21	26,2	4	5,0	11	13,8	0	0,0	15	18,8	36	45
Docente	1	1,3	1	1,3	0	0,0	2	2,5	1	1,3	3	3,8	0	0,0	4	5	6	7,5
Comerciante	4	5,0	4	5,0	0	0,0	8	10	2	2,5	2	2,5	0	0,0	4	5	12	15
Estudiante	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0	6	7,5	5	6,3	0	0,0	11	13,7	11	13,8
Otros	5	6,3	4	5,0	0	0,0	9	11,3	1	1,3	5	6,3	0	0,0	6	7,5	15	18,8
Total	23	28,8	17	21,2	0	0	40	50,0	14	17,5	26	32,5	0	0	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

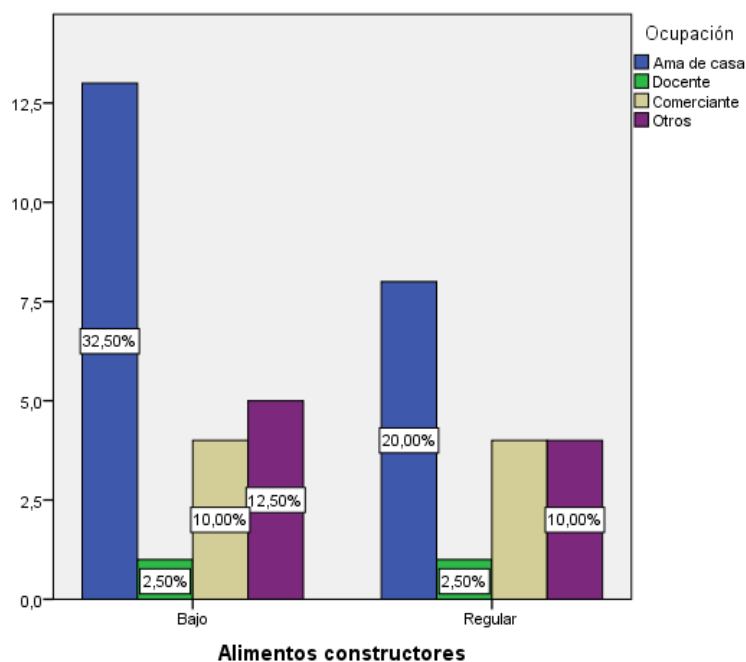


Figura 25. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución pública según ocupación

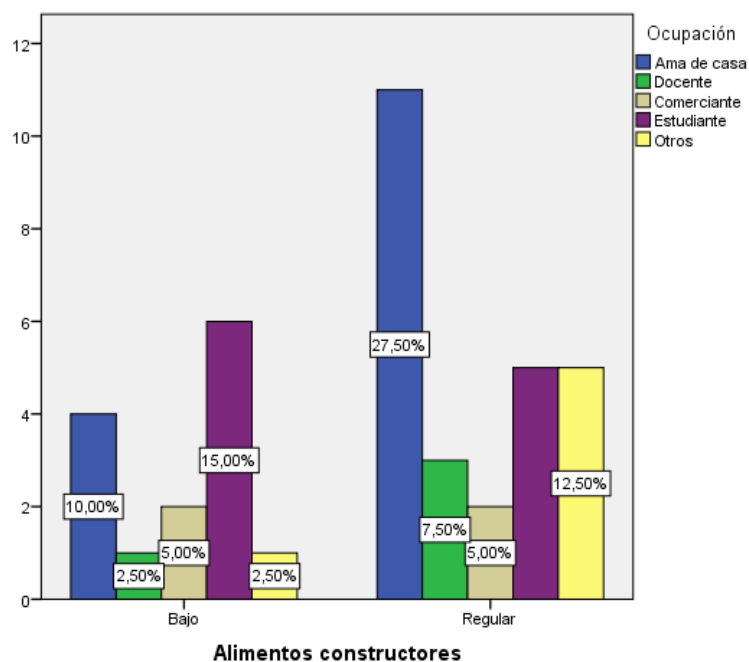


Figura 26. Conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de institución privada según ocupación

Interpretación:

La tabla 12 y figura 25 presentan los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos constructores de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su ocupación, notándose que, del 57.5% de madres que tienen un nivel bajo, 32.5% son amas de casa, 2.5% son docentes, 10% de las madres son comerciantes y 12.5% son madres que tienen otras ocupaciones. En cuanto al 42.5% de madres con un nivel regular, 20% son amas de casa, 2.5% son docentes, 10% son comerciantes y en mismo porcentaje las madres tienen otras ocupaciones. Así, las madres de la institución pública que tienen menor desconocimiento sobre los alimentos constructores son aquellas que tienen ocupación de ama de casa.

En base a la figura 26, se cuenta con la siguiente información de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su ocupación, siendo que, del 35% de madres con un nivel bajo de conocimiento, el 10% corresponden a amas de casa, 2.5% es docente, 5% son comerciantes, 15% son

estudiantes, y 2.5% tienen otras ocupaciones. Por otro lado, en cuanto al 65% de madres con un nivel de conocimiento regular, 27.5% de las madres son amas de casa, 7.5% son docentes, 5% de las madres son comerciantes, 12.5% son estudiantes y en el mismo porcentaje tienen otras ocupaciones. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina la ocupación estudiante como aquellas que no conocen sobre alimentos constructores.

Tabla 13. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores según edad

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
menor a 25 años	2	2,5	5	6,3	1	1,3	8	10.0	6	7,5	7	8,8	1	1,3	14	17.5	22	27.5
26 - 30 años	4	5,0	4	5,0	1	1,3	9	11.2	0	0,0	9	11,3	3	3,8	12	15.0	21	26.2
31 - 35 años	5	6,3	5	6,3	2	2,5	12	15.0	3	3,8	4	5,0	4	5,0	11	13.8	23	28.8
mayor a 35 años	5	6,3	5	6,3	1	1,3	11	13.8	1	1,3	2	2,5	0	0,0	3	3.7	14	17.5
Total	16	20	19	23.8	5	6.2	40	50.0	10	12.5	22	27.5	8	10	40	50.0	80	100.0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

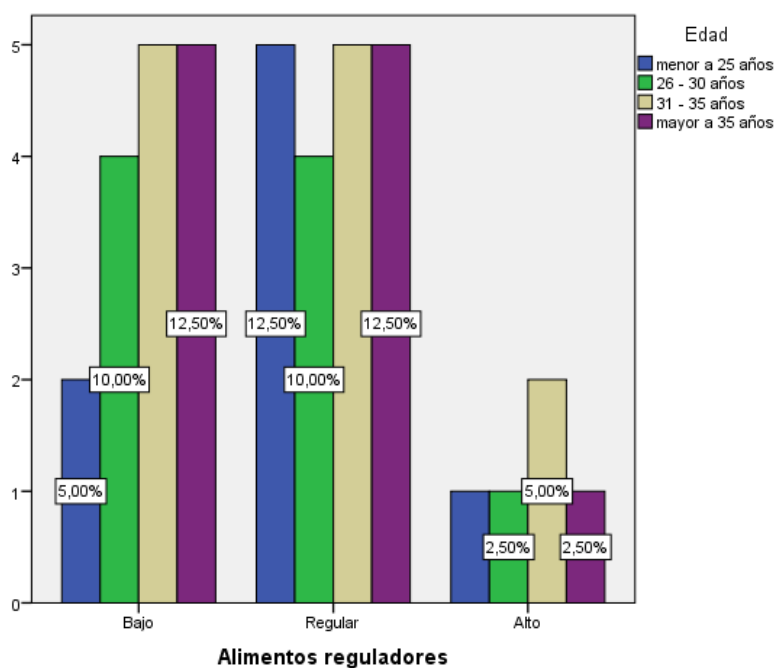


Figura 27. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución pública según edad

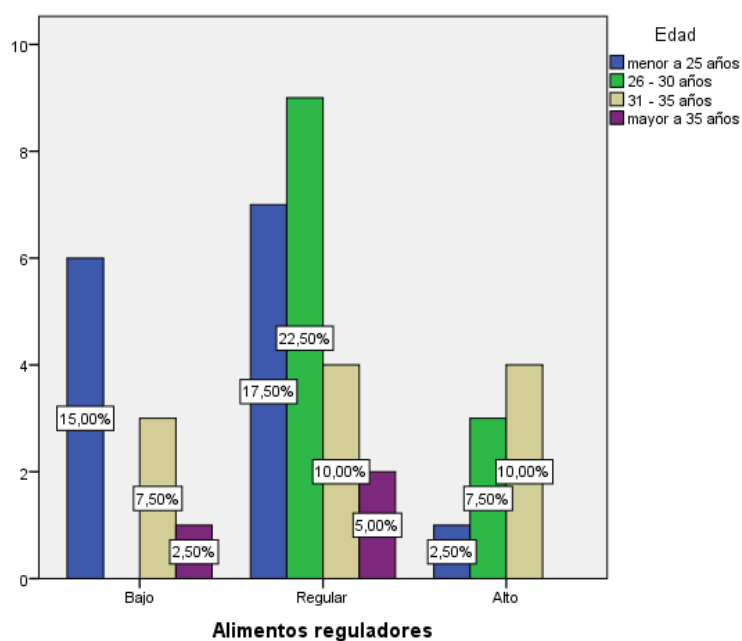


Figura 28. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución privada según edad

Interpretación:

En la tabla 13 y figura 27 se presentan los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N° 106 mixto público según su edad, notándose que del 40% de madres

que tienen un nivel bajo de conocimiento, 5% comprenden madres con menos de 25 años, 10% son madres con un rango de edad de 26 a 30 años, 12.5% tienen más de 31 años y menos de 35, y el mismo porcentaje tienen más de 35 años. En cuanto al 47.5% de madres con un nivel regular, 12.5% de las madres son menores a 25 años, 10% también tienen entre 26 y 30 años, 12.5% se encuentra en el rango de 31-35 años y en mismo porcentaje se ubican quienes son mayores a 35 años. Del 12.5% de madres que tienen un nivel alto, 2.5% tienen menos de 25 años y están en el mismo porcentaje entre 26 y 30 años, 5% de las madres se encuentran entre 31 y 35 años y 2.5% tienen más de 35 años. Ello refleja que las madres que tienen más de 35 años tienen mayor desconocimiento de los alimentos reguladores.

Teniendo en cuenta la figura 28 que brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula, del 25% de madres con un nivel bajo de conocimiento, el 15% corresponden a madres con edad menor a 25 años, ninguna se encuentra entre 26 y 30 años, 7.5% en un rango de 31-35 años y 2.5% son madres mayores a 35 años. En cuanto al 55% de madres con un nivel de conocimiento regular, 17.5% de las madres son menores a 25 años, 22.5% tienen entre 26 y 30 años, 10% tienen entre 31-35 años y 5% son mayores a 35 años. Por último, del 20% de madres con un nivel de conocimiento alto, el 2.5% de las madres tienen menos de 25 años, 7.5% tienen más de 26, pero menos de 30 años y 10% se encuentra en el rango de 31-35 años. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina la edad mayor a 35 años que no tienen conocimiento de los alimentos reguladores.

Tabla 14. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores según grado de instrucción

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Primaria completa	2	2,5	0	0,0	0	0,0	2	2.5	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0	2	2.5
Primaria incompleta	2	2,5	0	0,0	0	0,0	2	2.5	1	1,3	0	0,0	0	0,0	1	1.3	3	3.8
Secundaria completa	6	7,5	10	12,5	2	2,5	18	22.5	3	3,8	4	5,0	0	0,0	7	8.8	25	31.2
Secundaria incompleta	3	3,8	2	2,5	0	0,0	5	6.2	0	0,0	1	1,3	1	1,3	2	2.5	7	8.7
Superior	3	3,8	7	8,8	3	3,8	13	16.3	6	7,5	17	21,3	7	8,8	30	37.5	43	53.8
Total	16	20	19	23.8	5	6.2	40	50.0	10	12.5	22	27.5	8	10	40	50.0	80	100.0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

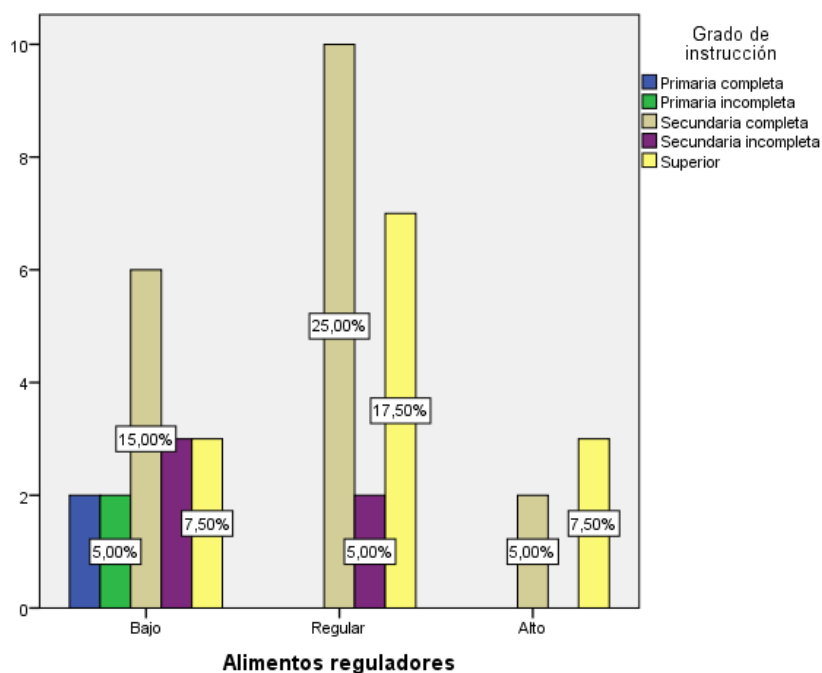


Figura 29. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución pública según grado de instrucción

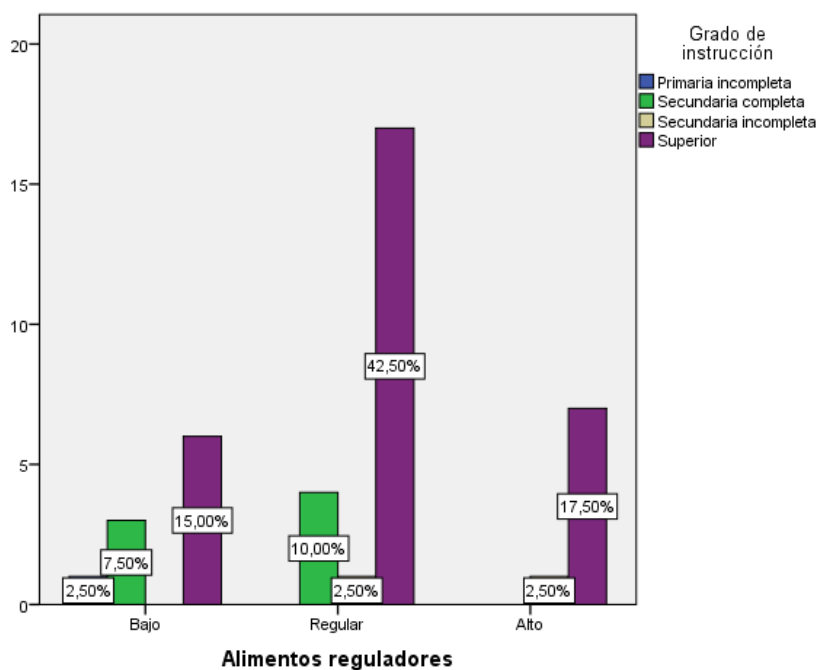


Figura 30. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución privada según grado de instrucción

Interpretación:

En la tabla 14 y figura 29 se brinda detalle de los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su grado de instrucción, notándose que, del 40% de las madres que tienen un nivel bajo de conocimiento, 5% comprenden madres con primaria completa y, en mismo porcentaje primaria incompleta, 15% son madres con secundaria completa, 7.5% cuentan con secundaria incompleta y 7.5% con educación superior. En cuanto al 47.5% de las madres con un nivel regular, 25% de las madres tienen secundaria completa, 5% cuentan con secundaria incompleta y 17.5% tienen educación superior. Además, en cuanto al 12.5% de las madres con un nivel alto de conocimiento, se conoce que 5% tienen secundaria completa y 7.5% tienen educación superior. Por tanto, se logra conocer que, en las madres de la institución pública predomina el grado de instrucción secundaria completa que no tiene conocimiento de los alimentos reguladores.

Teniendo en cuenta la figura 30 que brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su grado de instrucción, del 25% de las madres con nivel bajo de conocimiento, el 2.5% cuenta con primaria incompleta, 7.5% tienen secundaria completa y 15% cuentan con educación superior. Respecto al 55% de madres con un nivel de conocimiento regular, 10% de las madres tienen secundaria completa, 2.5% tienen grado de instrucción con secundaria incompleta y 42.5% cuentan con educación superior. Por último, en cuanto al 20% de madres con nivel alto, el 2.5% tienen secundaria incompleta, y 17.5% cuentan con educación superior. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina el grado de instrucción superior que no tienen un alto conocimiento de los alimentos reguladores.

Tabla 15. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores según lugar de procedencia

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ayacucho	11	13,8	15	18,8	4	5,0	30	37,5	5	6,3	14	17,5	4	5,0	23	28,8	53	66,2
Cangallo	1	1,3	2	2,5	0	0,0	3	3,8	3	3,8	3	3,8	2	2,5	8	10	11	13,8
Otros	4	5,0	2	2,5	1	1,3	7	8,8	2	2,5	5	6,3	2	2,5	9	11,2	16	20
Total	16	20	19	23,8	5	6,2	40	50,0	10	12,5	22	27,5	8	10	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

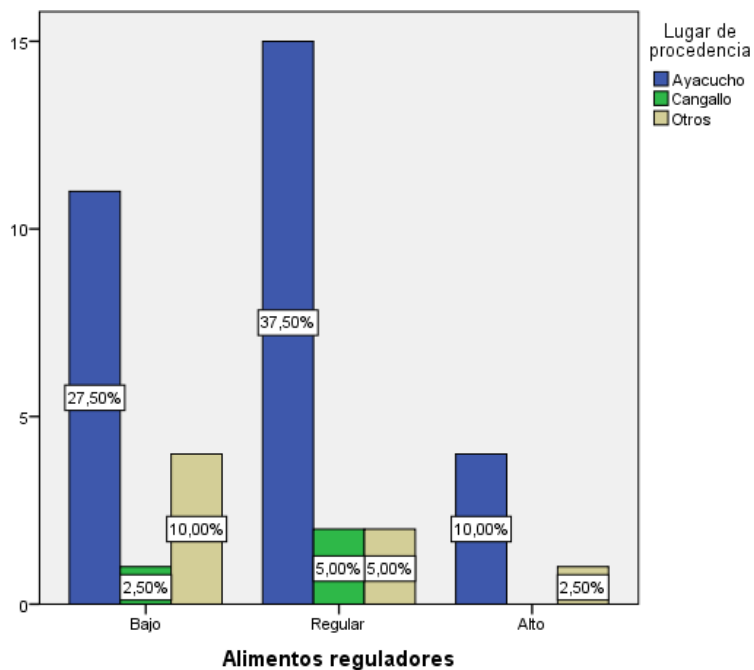


Figura 31. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución pública según lugar de procedencia

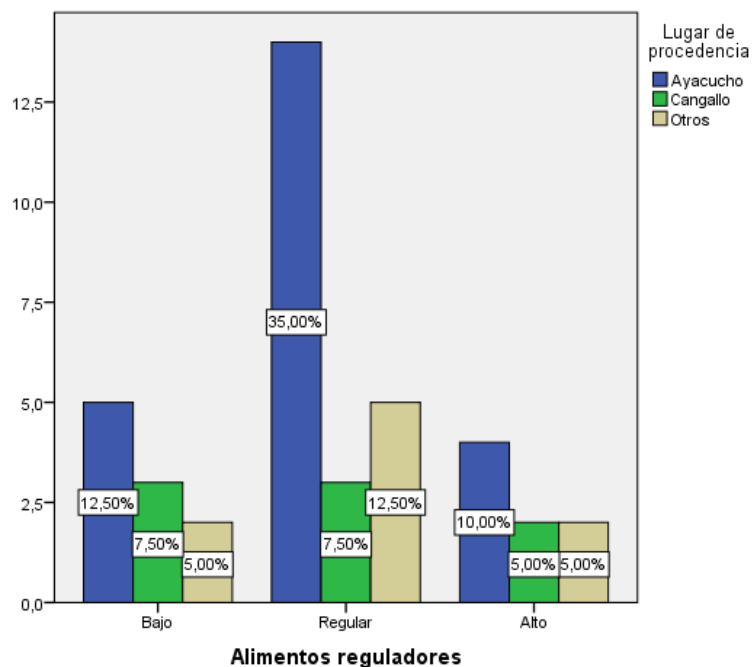


Figura 32. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución privada según lugar de procedencia

Interpretación:

La tabla 15 y figura 31 muestran los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su lugar de procedencia, donde el 40% de las madres tienen un nivel bajo, 27.5% provienen de Ayacucho, 2.5% a Cangallo y, 10% pertenecen a otros lugares. En cuanto al 47.5% de madres que tienen un nivel regular, 37.5% provienen de Ayacucho, 5% tienen como lugar de procedencia a Cangallo y en el mismo porcentaje provienen de otros lugares. En cuanto al 12.5% de madres que tienen un nivel alto de conocimiento, 10% de las madres pertenecen a Ayacucho y 2.5% son de otros lugares. Es por ello, que se evidencia que, de las madres de la institución pública predomina el lugar de procedencia Ayacucho que no tienen conocimiento de los alimentos reguladores.

De igual modo, teniendo en cuenta la figura 32 que brinda detalle de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su lugar de procedencia, siendo que, del 25% de las madres con un nivel bajo de conocimiento, el 12.5% corresponden a madres que provienen de Ayacucho, 7.5% provienen de Cangallo y 5% provienen de otros lugares. Por otro lado, del 55% de madres con un nivel de conocimiento regular, 35% de las madres provienen de Ayacucho, 7.5% provienen de Cangallo y 12.5% provienen de otros lugares. Asimismo, en cuanto al 20% de madres con nivel de conocimiento alto, el 10% pertenece a Ayacucho, 5% procede de Cangallo y en el mismo porcentaje otros lugares. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina el lugar de procedencia Ayacucho que no cuentan con un conocimiento adecuado de los alimentos reguladores.

Tabla 16. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores según ocupación

	Pública								Privada									
	Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Bajo		Regular		Alto		Subtotal		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Ama de casa	9	11,3	9	11,3	3	3,8	21	26,2	4	5,0	7	8,8	4	5,0	15	18,8	36	45
Docente	0	0,0	1	1,3	1	1,3	2	2,5	0	0,0	3	3,8	1	1,3	4	5	6	7,5
Comerciante	4	5,0	4	5,0	0	0,0	8	10	2	2,5	2	2,5	0	0,0	4	5	12	15
Estudiante	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0	3	3,8	7	8,8	1	1,3	11	13,7	11	13,8
Otros	3	3,8	5	6,3	1	1,3	9	11,3	1	1,3	3	3,8	2	2,5	6	7,5	15	18,8
Total	16	20	19	23,8	5	6,2	40	50,0	10	12,5	22	27,5	8	10	40	50,0	80	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

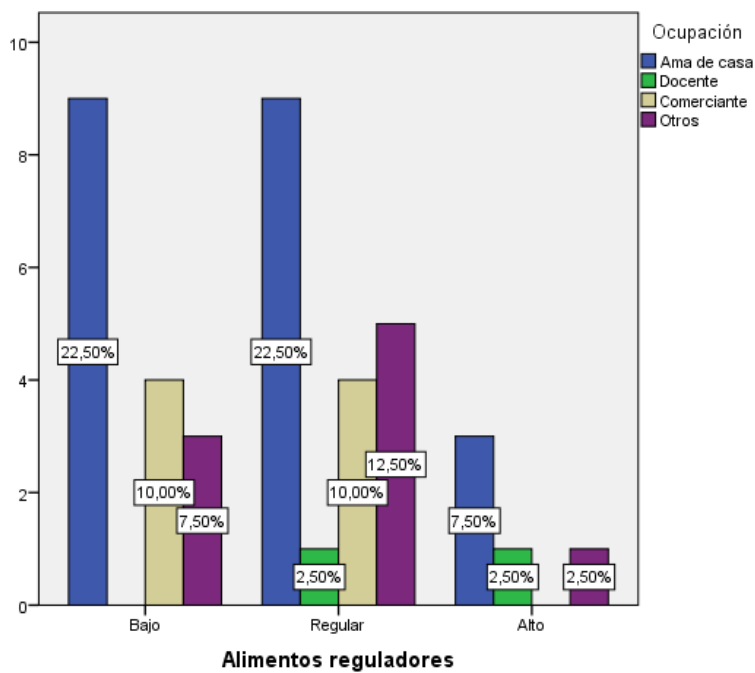


Figura 33. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución pública según ocupación

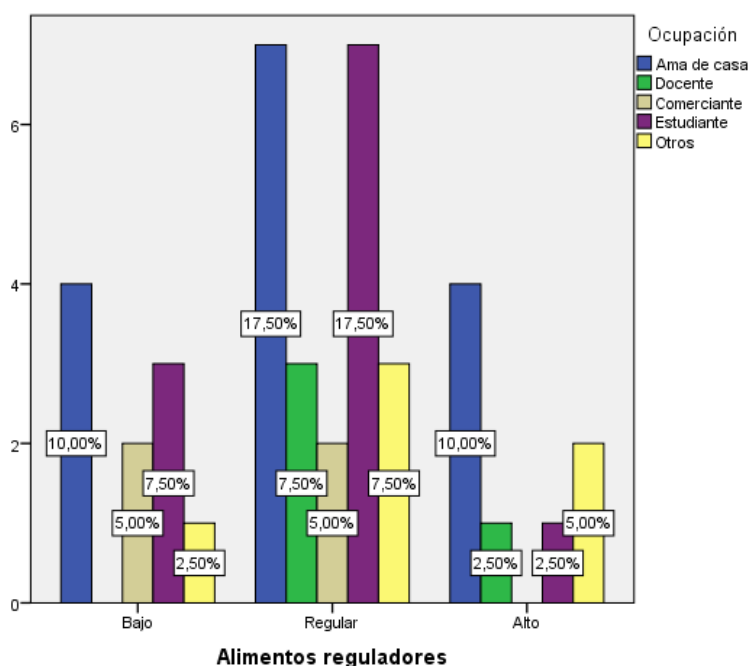


Figura 34. Conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de institución privada según ocupación

Interpretación:

La tabla 16 y figura 33 presentan los resultados respecto al conocimiento sobre grupo de alimentos reguladores de las madres de familia pertenecientes a la Institución educativa inicial N°106 mixto público según su ocupación, donde del 40% de madres que tienen un nivel bajo, 22.5% son amas de casa, ninguno es docente, 10% de las madres son comerciantes y 7.5% son madres que tienen otras ocupaciones. En cuanto al 47.5% de madres con un nivel regular, 22.5% son amas de casa, 2.5% son docentes, 10% son comerciantes y 12.5% de las madres tienen otras ocupaciones. En cuanto al 12.5% de madres con un nivel alto, 7.5% son amas de casa, 2.5% son docentes, ninguno es comerciante y 2.5% realizan otras ocupaciones. Se evidencia que, la madre de la institución pública predomina la ocupación de ama de casa que no tienen conocimiento de los alimentos reguladores.

En base a la figura 34, se cuenta con la siguiente información de las respuestas de las madres de la Institución Educativa Inicial Privada San Francisco de Paula según su

ocupación, siendo que, del 25% de madres con un nivel bajo de conocimiento, el 10% corresponden a amas de casa, ninguno es docente, 5% son comerciantes, 7.5% son estudiantes, y 2.5% tienen otras ocupaciones. Por otro lado, en cuanto al 55% de madres con un nivel de conocimiento regular, 17.5% de las madres son amas de casa, 7.5% son docentes, 5% de las madres son comerciantes, 17.5% son estudiantes y 7.5% tienen otras ocupaciones. Del 20% de madres con conocimiento alto, 10% son amas de casa, 2.5% docente, ninguna es comerciante, 2.5% son estudiantes y 5% tienen otras ocupaciones. Es así que, en las madres de la institución educativa privada predomina la ocupación ama de casa quienes no cuentan con un nivel de conocimiento adecuado de los alimentos reguladores.

5.2 Contratación de hipótesis

5.2.1 Prueba de normalidad

De forma previa a la contratación de hipótesis, se aplicó la prueba estadística Kolmogorov-Smirnov para comprobar las hipótesis planteadas en la investigación con ayuda del programa estadístico SPSS V25. Para llevar a cabo dicha acción, se consideró un nivel de significancia de 5%, así como:

H₀: Los datos presentan distribución normal.

H₁: Los datos no presentan distribución normal.

La regla de decisión es la siguiente:

Si $\text{Sig}(e) < \text{sig}(t)=0.05$, se rechaza H_0

Si $\text{Sig}(e) > \text{sig}(t)=0.05$, se acepta H_0

Tabla 17. Prueba de Normalidad

Institución Educativa		Kolmogorov-Smirnov ^a		
		Estadístico	gl	Sig.
Lonchera saludable	Pública	0.130	40	0.087
	Privada	0.108	40	0,200*
Alimentos energéticos	Pública	0.155	40	0.016
	Privada	0.209	40	0.000
Alimentos constructores	Pública	0.249	40	0.000
	Privada	0.398	40	0.000
Alimentos reguladores	Pública	0.196	40	0.000
	Privada	0.175	40	0.003

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

En la tabla 17 se muestra la prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov, realizada a los datos del conocimiento de las loncheras saludables, donde se obtuvo un p -valor de 0.087 y 0.200 siendo mayores al nivel de significancia. Por tanto, los datos provienen de una población con distribución normal. Por otro lado, las dimensiones sobre los alimentos energéticos, constructores y reguladores no provienen de una población con distribución normal debido que el p – valor obtenido es menor al nivel de significancia.

Tabla 18. Prueba de Levene

Lonchera saludable	Prueba de Levene de igualdad de varianzas	
	F	Sig.
Se asumen varianzas iguales	1.138	0.289

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

De acuerdo a los resultados obtenidos del análisis de Levene, existe evidencia estadística para manifestar que las varianzas del conocimiento sobre las loncheras saludables de las

madres de la Institución Pública y Privada son iguales, ya que el p-valor de 0.289 es mayor al nivel de significancia 5%.

5.2.2 Contrastación de hipótesis general

Se plantean las siguientes hipótesis estadísticas:

Ho: El nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables no es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.

Hi: El nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.

Nivel de confianza: $1 - \alpha = 95\% = 0.95$

Nivel de significancia: $\alpha = 5\% = 0,05$

La regla de decisión es la siguiente:

$p < \alpha = 0.05$, se rechaza la hipótesis nula H_0

$p > \alpha = 0.05$, se acepta la hipótesis nula H_0

Tabla 19. Rangos de hipótesis general

Institución Educativa		N	Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Lonchera saludable	Pública	40	14.00	3.266	0.516
	Privada	40	15.45	2.631	0.416

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

Interpretación

Los estadísticos descriptivos de la tabla 19 indican las respuestas correctas promedio de las madres de la Institución Pública fue 14, mientras que las respuestas correctas promedio de las madres de la Institución Privada fue de 15.45. Todo ellos respecto al conocimiento sobre las loncheras saludables.

Tabla 20. Estadísticos de contraste de hipótesis general

Lonchera saludable	Prueba t para la igualdad de medias						
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
						Inferior	Superior
Se asumen varianzas iguales	-2.187	78	0.032	-1.45	0.663	-2.77	-0.13

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

Interpretación

De acuerdo al análisis de la tabla 20, se observa un p – valor igual a 0.032, se puede determinar que en promedio, las respuestas correctas sobre lonchera saludable de las madres de la Institución Pública son estadísticamente diferentes al promedio de respuestas correctas de las madres de la Institución Privada, debido que el p – valor < 0.05, se acepta la hipótesis del investigador H_1 , que dice que el nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.

5.2.3 Contrastación de hipótesis específica 1

Se plantean las siguientes hipótesis estadísticas:

Ho: El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos energéticos de las loncheras saludables no es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.

Hi: El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos energéticos de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.

Nivel de confianza: $1 - \alpha = 95\% = 0.95$

Nivel de significancia: $\alpha = 5\% = 0,05$

La regla de decisión es la siguiente:

$p < \alpha = 0.05$, se rechaza la hipótesis nula H_0

$p > \alpha = 0.05$, se acepta la hipótesis nula H_0

Tabla 21. Rangos de hipótesis específica 1

Institución Educativa		N	Rango promedio	Suma de rangos
Alimentos energéticos	Pública	40	36.84	1473.50
	Privada	40	44.16	1766.50
	Total	80		

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

Interpretación

Los estadísticos descriptivos de la tabla 21 indican la descripción de los dos grupos comparados, rango promedio respecto al conocimiento de los alimentos energéticos por las madres de la Institución Pública fue 36.84, mientras el rango promedio de las madres de la Institución Privada fue de 44.16.

Tabla 22. Estadísticos de contraste de hipótesis específica 1

	Alimentos energéticos
U de Mann-Whitney	653.500
W de Wilcoxon	1473.500
Z	-1.456
Sig. asintótica(bilateral)	0.145

a. Variable de agrupación: Institución Educativa

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

Interpretación

De acuerdo al análisis de la tabla 22, se observa un p – valor igual a 0.145, se puede determinar, el conocimiento sobre los alimentos energéticos de las madres de la Institución Pública no son estadísticamente diferentes a los conocimientos de las madres de la Institución Privada, debido que el p – valor > 0.05 , se acepta la hipótesis del nula H_0 , que dice el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos energéticos de las loncheras saludables no es diferente en madres de preescolares en la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.

5.2.4 Contrastación de hipótesis específica 2

Se plantean las siguientes hipótesis estadísticas:

Ho: El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables no es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P- 2019.

Hi: El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P- 2019.

Nivel de confianza: $1 - \alpha = 95\% = 0.95$

Nivel de significancia: $\alpha = 5\% = 0,05$

La regla de decisión es la siguiente:

$p < \alpha = 0.05$, se rechaza la hipótesis nula H_0

$p > \alpha = 0.05$, se acepta la hipótesis nula H_0

Tabla 23. Rangos de hipótesis específica 2

Institución Educativa		N	Rango promedio	Suma de rangos
Alimentos constructores	Pública	40	35.18	1407.00
	Privada	40	45.83	1833.00
	Total	80		

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

Interpretación

Los estadísticos descriptivos de la tabla 23 indican la descripción de los dos grupos comparados, rango promedio respecto al conocimiento de los alimentos constructores por las madres de la Institución Pública fue 35.18, mientras el rango promedio de las madres de la Institución Privada fue de 45.83.

Tabla 24. Estadísticos de contraste de hipótesis específica 2

	Alimentos constructores
U de Mann-Whitney	587.000
W de Wilcoxon	1407.000
Z	-2.273
Sig. asintótica(bilateral)	0.023

a. Variable de agrupación: Institución Educativa

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

Interpretación

De acuerdo al análisis de la tabla 24, se observa un p – valor igual a 0.023, se puede determinar, el conocimiento sobre los alimentos constructores de las madres de la Institución Pública son estadísticamente diferentes a los conocimientos de las madres de la Institución Privada, debido que el p – valor < 0.05 , se acepta la hipótesis del investigador H_1 , que dice el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P- 2019.

5.2.5 Contrastación de hipótesis específica 3

Se plantean las siguientes hipótesis estadísticas:

Ho: El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables no es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.

Hi: El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.

Nivel de confianza: $1 - \alpha = 95\% = 0.95$

Nivel de significancia: $\alpha = 5\% = 0,05$

La regla de decisión es la siguiente:

$p < \alpha = 0.05$, se rechaza la hipótesis nula H_0

$p > \alpha = 0.05$, se acepta la hipótesis nula H_0

Tabla 25. Rangos de hipótesis específica 3

Institución Educativa		N	Rango promedio	Suma de rangos
Alimentos reguladores	Pública	40	37.51	1500.50
	Privada	40	43.49	1739.50
	Total	80		

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

Interpretación

Los estadísticos descriptivos de la tabla 25 indican la descripción de los dos grupos comparados, rango promedio respecto al conocimiento de los alimentos reguladores por

las madres de la Institución Pública fue 37.51, mientras el rango promedio de las madres de la Institución Privada fue de 43.49.

Tabla 26. Estadísticos de contraste de hipótesis específica 3

	Alimentos reguladores
U de Mann-Whitney	680.500
W de Wilcoxon	1500.500
Z	-1.178
Sig. asintótica(bilateral)	0.239

a. Variable de agrupación: Institución Educativa

Fuente: Cuestionario aplicado. Elaboración Propia

Interpretación

De acuerdo al análisis de la tabla 26, se observa un p – valor igual a 0.239, se puede determinar, el conocimiento sobre los alimentos reguladores de las madres de la Institución Pública no son estadísticamente diferentes a los conocimientos de las madres de la Institución Privada, debido que el p – valor > 0.05 , se acepta la hipótesis del nula H_0 , que dice el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables no es diferente en madres de preescolares en la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La presente investigación tiene como principal fin determinar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019. Es por ello que se toma como punto de partida las bases teóricas de la variable conocimiento sobre loncheras saludables, por lo que, de forma desagregada, es decir, el término conocimiento se conoce como la acción cuando un sujeto cognoscente en pleno uso de sus facultades intelectuales es capaz de adquirir un nuevo conocimiento¹⁹. De igual modo, cabe destacar que, Nola Pender desarrolla la teoría del Modelo Promoción de la Salud, la cual busca ilustrar la naturaleza multifacética de una persona cuando interactúa con su entorno como parte de su búsqueda de alcanzar un estado de salud deseado.²³

Las loncheras saludables son consideradas como los refrigerios que complementan la alimentación diaria de un niño o niña, es decir, no se busca reemplazar la alimentación normal y cotidiana (desayuno, almuerzo y cena), sino reforzarla; la misma que debe ser variada para que el niño la acepte.²⁷

En cuando al contenido de las loncheras saludables se consideran tres: alimentos energéticos, constructores y reguladores. Sobre los primeros, se considera a los carbohidratos y las grasas porque brindan energía a la persona; los alimentos constructores contribuyen al crecimiento y desarrollo de la persona, incluye las proteínas; y los alimentos reguladores entregan vitaminas, minerales y fibras al cuerpo humano además de agua, se encuentran principalmente en frutas y vegetales.²⁹

En base a lo expresado, se recurrió a la aplicación de un cuestionario de madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019, por lo que, se logró conocer que todas las madres de la institución pública respondieron adecuadamente cuando se les consultó sobre el ejemplo de lonchera que lleva su niño (a)

al colegio. De igual modo, cuando se les consultó sobre la bebida y los alimentos que tienen vitamina A y que tiene que estar en la lonchera un número considerable de madres de familia respondieron de forma acertada. Pero, cuando se les consultó sobre los alimentos que contengan hierro y tienen que estar en la lonchera de su niño (a) la mayoría tuvo dificultades para poder responder adecuadamente, asimismo, ante la interrogante de la importancia de la vitamina K, un alto número de madres no respondió correctamente. Por otro lado, en cuanto a las madres de la institución privada, todas respondieron adecuadamente cuando se les consultó sobre los alimentos más ricos en proteínas, así mismo, un alto número de madres respondió acertadamente sobre qué alimentos tienen vitamina A y que deben estar considerados en la lonchera y sobre el ejemplo de lonchera que debe llevar su niño (a) al colegio. Por otro lado, la mayoría de madres participantes no respondieron de forma correcta cuando se les consultó sobre la importancia de la vitamina K, tampoco respecto a los alimentos que contengan hierro y deben estar en la lonchera. Respecto a las participantes, 27.5% tienen una edad menor a 25 años, 26.25% tienen un rango de edad entre 26 y 30 años, 28.75% cuentan con 31-35 años y 17.5% son mayores a 35 años. En cuanto al grado de instrucción, 2.5% de las madres cuentan con primaria completa, 3.75% tienen primaria incompleta, 31.25% tienen secundaria completa, 8.75% tienen secundaria incompleta y 53.75% tienen educación superior. Respecto al lugar de procedencia, el 66.2% proviene de Ayacucho, el 13.8% proviene de Cangallo y 20% de otros lugares. Finalmente, según su ocupación se consideró que, el 45% es ama de casa, 7.5% es docente, 15% es comerciante, 13.75% es estudiante y 18.75% cuenta con otras ocupaciones.

Mediante el análisis inferencial, se logró aceptar la hipótesis de investigación que señala que, el nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019,

dado un p – valor igual a 0.032, menos al 0.05 establecido. Asimismo, se obtuvo que las respuestas correctas promedio de las madres que pertenecen a la institución pública fue de 14, mientras que para el caso de las madres de la institución privada comprendió 15.45. También se conoce que en las madres de la institución pública y privada predomina el nivel de conocimiento regular. Dichos resultados se muestran congruentes con Chunga quien obtuvo que, el 54% de las madres de niños en edad pre escolar de una institución educativa de Piura tienen un nivel de conocimiento sobre loncheras saludables bajo, el 24% tiene un nivel medio y solo 22% tiene un alto nivel¹⁶. La misma problemática lo señalan Chipana, Miranda y Torres, en su investigación realizada en Lima quien muestra que las madres tienen un deficiente conocimiento sobre el grupo de alimentos y la función que desempeñan¹⁴; de igual modo, Bocanegra y Ramos, obtuvo que, en un porcentaje significativo, las madres no obtuvieron un puntaje aprobatorio sobre la combinación adecuada de alimentos energéticos, constructores y reguladores de la lonchera saludables¹⁵. En el ámbito internacional, los resultados muestran relación con Bracero, quien concluye que una institución educativa inicial de Ecuador, las madres no cuentan con conocimientos suficientes para elaborar las loncheras de sus niños y niñas, lo que dificulta el desarrollo y crecimiento saludable de sus hijos⁸. De igual modo, Gualpa, Guapisaca y Guamán, refiere que, solo el 15% de las madres de una escuela de Ecuador responden que las gaseosas, galletas y manzanas son alimentos que se deben incluir en una buena, mientras que el 85% respondió adecuadamente, señalando que una buena lonchera incluye frutas, verduras, yogurt, queso, etc¹².

El segundo hallazgo de la investigación fue aceptar la hipótesis nula de investigación que refiere que, el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos energéticos de las loncheras saludables no es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019, se obtuvo p – valor

igual a 0.145. Además, el rango promedio sobre el conocimiento de los alimentos energéticos para las madres de instituciones públicas fue de 36.84, mientras que para la institución privada ascendió a 44.16. También se conoce que en las madres de la institución pública y privada predomina el nivel de conocimiento bajo. Ello es congruente con Delgado, quien refiere un nivel de conocimiento medio de los alimentos energéticos¹⁷.

El tercer hallazgo de la investigación fue aceptar la hipótesis que indica que, el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P- 2019, se obtuvo un p – valor igual a 0.023, menos al establecido. En cuanto al rango promedio sobre el conocimiento de los alimentos constructores por las madres de la institución pública fue de 35.18, mientras que, para el caso de la institución privada fue de 45.83. También se conoce que en las madres de la institución pública y privada predomina el nivel de conocimiento regular. Ello es congruente con Delgado, quien refiere un nivel de conocimiento medio de los alimentos constructores¹⁷.

El cuarto hallazgo nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables no es diferente en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula y I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019, ya que se obtuvo un p – valor igual a 0.239, además de obtener un rango promedio para madres de institución pública de 37.51, mientras que para madres de institución privada fue de 43.49. También se conoce que en las madres de la institución pública y privada predomina el nivel de conocimiento regular. Ello es congruente con Delgado, quien refiere un nivel de conocimiento medio de los alimentos reguladores¹⁷.

CONCLUSIONES

1. Se determinó que el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares de la I.E.I. privada San Francisco de Paula en promedio fue de 15.45 respuestas correctas, mientras que en la I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019 se obtuvo un promedio de 14. Asimismo, dado un p-valor menor a 0.05, se acepta la hipótesis de investigación que el nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables es diferente en madres preescolares de una institución educativa pública de una privada.
2. Se estimó que el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos energéticos de las loncheras saludables en madres de preescolares de la I. E.I. privada San Francisco de Paula fue de 44.16 y en la I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019 se obtuvo un rango de promedio de respuestas correctas de 36.84, menor al de la institución privada.
3. Se estimó que el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables en madres de preescolares de la I. E.I. privada San Francisco de Paula fue de 45.83, mientras que en la I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019 se obtuvo un rango promedio de respuestas correctas de 35.18, menor al obtenido en la institución privada.
4. Se estimó que el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables en madres de preescolares de la I. E.I. privada San Francisco de Paula fue de 43.49, mientras que en la I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019 se obtuvo un rango promedio de 37.51 de respuestas correctas, menor al obtenido en la institución privada.

RECOMENDACIONES

1. El personal docente y directivo de la I.E.I. N° 106/Mx-P deben realizar coordinaciones con entidades gubernamentales a fin que se lleven a cabo charlas educativas sobre el tema de las loncheras saludables y la importancia en el crecimiento y desarrollo de sus niños, así también en la I.E.I. privada San Francisco de Paula se debe afianzar y complementar el conocimiento que tienen las madres.
2. Los directores de la I.E.I. N° 106/Mx-P deben brindar capacitaciones a sus docentes para que supervisen la lonchera escolar de los niños, a fin que lleven alimentos energéticos adecuados para su formación, y de ser el caso de no incluir los alimentos necesarios, poder detectarlo oportunamente y brindar capacitaciones a las madres de familia. Asimismo, a pesar de tener un mayor conocimiento de los alimentos energéticos, la administración de la I. E.I. privada San Francisco de Paula no deben descuidar la supervisión de las loncheras de los niños y niñas para garantizar una alimentación adecuada.
3. Los directores de la I.E.I. N° 106/Mx-P deben incluir en su proceso de enseñanza los nutrientes que ofrecen los alimentos, a fin de que puedan conocer los alimentos constructores que aportan gran porcentaje de proteínas y así las madres puedan reconocer los alimentos que necesitan sus hijos e hijas. De igual modo, en la I.E.I. privada San Francisco de Paula seguir concientizando a los padres de familia para que continúen con la dieta diaria adecuada de alimentos constructores que envían en las loncheras de sus niños y niñas (leche, yogurt, huevo).
4. La comunidad educativa de la I.E.I. N° 106/Mx-P debe apoyarse de los centros de salud y demás organismos involucrados para conocer los alimentos reguladores

que necesitan sus niños y niñas, así llevar una dieta equilibrada de vitaminas y minerales, y a la vez prevenir enfermedades. De igual modo, las madres de la I.E.I. privada San Francisco de Paula deben continuar informándose sobre la lista de alimentos reguladores que requieren sus niños y niñas para que crezcan y se desarrollen normalmente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). Malnutrición en niños y niñas en América Latina y el Caribe. Ginebra: OMS; 2018.
2. Organización de las Naciones Unidas (FAO); Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS). Washington: FAO y OPS; 2018.
3. Tarqui C y Albares D. Prevalencia de uso de loncheras saludables en escolares peruanos del nivel primario. Salud publica [Publicación periódica en línea] 2018 Mayo. [acceso 28 de mayo de 2019]; 20 (3). Disponible en https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rsap/v20n3/0124-0064-rsap-20-03-319.pdf.
4. Retamozo C. Efectividad de un programa educativo con metodología interactiva en la preparación de loncheras saludables en padres de niños preescolares de una institución educativa, 2014 [tesis para lograr el grado de licenciada en enfermería]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2015.
5. Santillana E y Jiménez A. Programas para mejorar el contenido nutricional de las fiambreras (loncheras). Scielo [revista en internet] 2013 Mayo. [acceso 29 de mayo de 2019]; 28(6). Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112013000600006.
6. Cortez R. La nutrición de los niños en edad preescolar. Centro de investigación Universidad del Pacífico. Enviando al consorcio de Investigación Económica y Social como parte de la serie investigaciones auspiciadas por el DRC-CIES 2001-

2002. Disponible en: <http://www.bvsde.ops-oms.org/texcom/nutricion/Pm0117.pdf>.

7. Marriner A. Modelos y teorías de enfermería, España: Mc GRawhill; 2007.
8. Bracero R. Nivel de conocimiento de las madres sobre el aporte nutricional de la lonchera escolar en primera de básica del C.E.I Josefina Barba Chauano en el periodo de octubre a diciembre 2018 [tesis para optar para la obtención del título de licenciada en enfermería]. Guayaquil-Ecuador: Universidad de Guayaquil; 2019.
9. Jaramillo M. Características nutricionales de la lonchera escolar y el estado nutricional de los preescolares de la escuela Modesto A. Peñaherrera en Cotacachi año lectivo 2016- 2017[tesis para la obtención del título de licenciatura de nutrición y salud comunitario]. Ibarra – Ecuador: Universidad Técnica del Norte; 2017.
10. Orellana R. Nivel de conocimiento sobre el contenido de la lonchera escolar y su relación con la caries dental por parte de los profesores y padres de familia del centro de educación inicial nuestra señora de la merced de la ciudad de esmeraldas, periodo 2016-2017 [tesis para la obtención del título de odontólogo]. Quito – Ecuador: Universidad Central del Ecuador; 2017.
11. Córdova R., Guamán J. Evaluación de conocimientos y prácticas sobre loncheras saludables que poseen los padres y/o cuidadores de preescolares de inicial 1 y 2 de la escuela de educación básica Isabel Herrera de Velásquez de la ciudad de milagro [tesis para la obtención del grado de licenciada en nutrición dietética y estética]. Guayaquil – Ecuador: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil; 2016.

- 12.** Guallpa N., Guapisaca J., Guaman L. Conocimientos, actitudes y prácticas de las madres de familia sobre la alimentación de los escolares de la escuela Ángeles Rodríguez Parroquia Racar Cuenca 2015 [tesis previa a la obtención del título de licenciada en enfermería]. Cuenca – Ecuador: Universidad de Cuenca; 2015.
- 13.** Nario M. y López A. conocimiento de las madres de niños de 03 a 05 años sobre la preparación de loncheras saludables en la I.E.I. N° Virgen del Rosario, Huaral 2016 [tesis para optar el título de segunda especialidad profesional en nutrición clínica]. Huacho: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2019.
- 14.** Chipana M., Miranda M., Torres A. Intervención educativa en el conocimiento sobre loncheras saludables de las madres de los escolares de primero y segundo grado de primaria de la institución educativa particular Aurelio Baldor, Independencia - 2017 [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Callao: Universidad Nacional del Callao; 2018.
- 15.** Bocanegra M., Ramos R. Efectividad del programa educativo “Rico y sano van de la mano” en el nivel de conocimiento sobre preparación de loncheras saludables en Madres de Niños preescolares en una Institución Educativa inicial. Chimbote. 2016 [tesis para optar el grado de licenciada en enfermería]. Nuevo Chimbote: Universidad Nacional de Santa; 2017.
- 16.** Chunga C. Efectividad de una intervención educativa sobre preparación de loncheras saludables en las madres de los niños en edad preescolar de la Institución Educativa Inicial N° 1447 San José- la Unión, Marzo – Abril 2017 [tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Piura: Universidad Nacional de Piura; 2017.
- 17.** Delgado N. Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de niños preescolares, institución educativa inicial N° 053 Señor de los Milagros,

Chachapoyas 2016 [tesis para la obtención de licenciada en enfermería].
Chachapoyas: Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas;
2017.

- 18.** Real Academia Española. Diccionario de la lengua española. Madrid: RAE; 2012.
- 19.** Ezequiel. Diccionario de pedagogía. Republica argentina: Magisterio, Viamonte;
1674.
- 20.** Rosa. Diccionario y guía de ideas sobre educación. Editorial San Marcos.
- 21.** Herrera N., Torres M. y Mujica E. Ministerio de salud pública unidad de promoción
de salud y prevención de enfermedades. Normas y procedimientos de la educación
para la salud. Lima: MINSA; 2015.
- 22.** Álvarez R. Educación para la salud. Manual de educación. La Habana: Editorial
Ciencias Médicas; 2002.
- 23.** Aristizabal P., Blanco D., Sánchez A, Ostiguin R. El modelo de la promoción de la
salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. ENEO-
UNAM.2011; 8(4): [17-21 pp.].
- 24.** Kuklinski C. Nutrición y bromatología. Barcelona: Editorial Omega S.A.; 2003.
- 25.** Ministerio de Salud. Modulo educativo para la promoción de la alimentación y
nutrición saludable dirigida al personal de salud. Lima: MINSA; 2014.
- 26.** Del Pilar M. Dietética en la teoría de las prácticas, alimentación en las diferentes
etapas de vida. Lima: UNMSM; 2008.

27. Avendaño J., Bruno E., Sánchez S., Gómez Y., Secién L., Apaza T. Guía técnica de promoción de la alimentación y nutrición en la etapa preescolar. Lima: Biblioteca Nacional del Perú; 2012.
28. Mariño A., Núñez M., Gámez A. Alimentación saludable: Healthy Nutrition. 2015; <https://www.medigraphic.com/pdfs/actamedica/acm-2016/acm161e.pdf>.
29. Boletín. (2019). La lonchera 20 en Nutrición. Perú. Pag. 14: disponible en: https://www.nestle.com.pe/nutricion/nutrigroup/documents/actualizacion_2018/boletin-18.pdf.
30. Lutz C. Nutrición y Dieta terapia. 5ª ed. México: Mc Graw Hill; 2011.
31. Cháve M. Nutrición infantil: como alimentar bien. Biblioteca Nacional del Perú: Mirbet; 2009.
32. Gallego S. La alimentación infantil. 2010 https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_35/SANDRA_GALLEGO_RAMIREZ_1.pdf.
33. Manual de la alimentación escolar saludable. Patricia Serafin: 2012. Disponible en: <http://www.fao.org/3/as234s/as234s.pdf>.
34. Delgado J., Espinoza R. Guía para padres y madres de familia: preparando una lonchera saludable. Perú: Fargraf S.R.L.;2010.
35. Maguiña M. Alimentación del preescolar y escolar: loncheras o refrigerios escolares. Renut [revista en internet] 2008 mayo [acceso 30 de mayo de 2019]; 2(3). Disponible en: https://www.iidenut.org/pdf_revista_tec_libre/renut%203/RENUT%202007%20T_EC_3_107-115.pdf.

36. Ugarte D., Pancca N. Loncheras saludables guía para padres. Perú: 2014.
37. Ruiz M.; Martínez R.; González P. Roles de la enfermería. [Monografía de internet]. 2000[acceso el 10 de julio del 2019]. Disponible en: <http://www.uclm.es/ab/enfermeria/revista/numero%2015/numero15/roles%20de%20enfermeria.htm>.
38. FAO. Plan de capacitación para la enseñanza de la alimentación y nutrición dirigida a docente de primero y segundo ciclo. Honduras: Tegucigalpa; 2012.
39. Castillo Y. Proyecto importancia de la alimentación de los niños y niñas en edad preescolar. Monografía
disponible:<https://www.monografias.com/trabajos104/proyecto-importancia-alimentacion-ninos-y-ninas/proyecto-importancia-alimentacion-ninos-y-ninas.shtml>
40. Cheesman S. Conceptos básicos en investigación. Disponible: <https://investigar1.files.wordpress.com/2010/05/conceptos.pdf>.
41. Carrasco D. S. Metodología de la investigación científica. Lima: San Marcos; 5^{ta}Ed. 2005.
42. Quivy, R. y Carnpenhoudt, L. Manual de investigación en Ciencias Sociales. México: Limusa; 2005
43. Ander, E. Aprender a investigar: nociones básicas para la investigación social. Córdoba: Brujas; 2011.
44. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la investigación. México; editorial McGRAW – HILL. 5^{ta}edición, 2010.

- 45.** Hernández R, Fernández C., Baptista P. Metodología de la investigación. México: Mc Graw Hill; 1997.

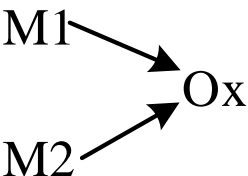
- 46.** Conde J, Contreras Y. Nivel de conocimiento sobre loncheras nutritivas en madres de niños preescolares de la institución educativa inicial Santa Rosita- Santa Anita, 2016 [tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Lima: universidad privada Arzobispo Loayza; 2017.

ANEXOS

ANEXO N° 01 MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I. E.I. privada y una I.E.I. pública – 2019.

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p>Problema general: ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019?</p> <p>Problemas específicos: - ¿Cuál es el nivel de conocimiento</p>	<p>Objetivo general: Determinar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.</p> <p>Objetivos específicos: - Estimar el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos</p>	<p>Hipótesis general: El nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.</p> <p>Hipótesis específicas: - El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos</p>	<p>Variable: Conocimiento sobre lonchera saludable.</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grupo de alimentos energéticos. - Grupo de alimentos constructores. - Grupo de alimentos reguladores. 	<p>Método de investigación: General método científico Hipotético deductivo.</p> <p>Tipo de investigación: Básica.</p> <p>Nivel de investigación: Descriptivo.</p> <p>Diseño de investigación: se trata de un diseño no experimental - transversal. Se presenta a continuación el esquema:</p>

<p>sobre el grupo de alimentos energéticos de las loncheras saludables en madres de pre escolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019?</p> <p>- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables en madres de pre escolares en una</p>	<p>energéticos de las loncheras saludables en madres de preescolares en una I. E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.</p> <p>- Estimar el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables en madres de preescolares en una I. E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.</p>	<p>energéticos de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.</p> <p>- El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos constructores de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P- 2019.</p>		<div style="text-align: center;">  <pre> graph LR M1 --> Ox M2 --> Ox </pre> </div> <p>M1: muestra 1 M2: Muestra 2 Ox= variable de estudio</p> <p>Población: La población es el conjunto total de una unidad de estudio. La población en la presente investigación está compuesta por 40 madres de alumnos preescolares de la institución educativa inicial Privada San Francisco de Paula y 40 madres de la institución educativa inicial n° 106 mixto público.</p> <p>Muestra:</p>
--	--	---	--	---

<p>I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019?</p> <p>- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019?</p>	<p>- Estimar el nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P – 2019.</p>	<p>- El nivel de conocimiento sobre el grupo de alimentos reguladores de las loncheras saludables es diferente en madres de preescolares en una I.E.I. privada San Francisco de Paula y una I.E.I. N° 106/Mx-P - 2019.</p>		<p>Para efectos del presente estudio, no será necesario calcular muestra pues toda la población fue objetos de estudio, la muestra fue censal, es decir las 40 madres de los alumnos preescolares de la institución educativa inicial privada San Francisco de Paula y las 40 madres de la institución educativa inicial n° 106 mixto público. Es un muestreo no probabilístico intencional.</p> <p>Técnica e instrumentos de recolección de datos:</p> <p>La técnica que se empleó es una encuesta y el instrumento un formulario tipo cuestionario validado por Conde y Contreras.</p>
--	---	--	--	---

ANEXO N° 2 MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSION	INDICADOR	ITEMS	ESCALA DE MEDICION
Conocimiento sobre lonchera saludable.	La lonchera es importante y necesaria; no se trata de sobre alimentar sino de nutrir; por lo tanto una buena lonchera permitirá cubrir las necesidades nutricionales del estudiante; asegurando la salud y el mejor rendimiento en el estudio ³⁴ .	Grupo de alimento energético	Consumo de carbohidratos	1,2	ordinal
			Consumo de grasas	3,4,5	
		Grupo de alimento constructor	Consumo de proteínas	6,7,8,9	
		Grupo de alimento regulador	Consumo de vitaminas	10,11,12	
			Consumo de agua	13,14	
			Consumo de minerales	15,16,17,18,19,20	

**ANEXO N° 3: INSTRUMENTO PARA LA EVALUACIÓN DEL NIVEL DE
CONOCIMIENTO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES**

INTRODUCCION

Buenos días padres de familia se solicita su colaboración para responder el presente cuestionario que tiene por finalidad, medir el conocimiento sobre loncheras saludables. Se garantiza la confidencialidad de los datos que Ud. Proporcione.

DATOS GENERALES:

- **EDAD DE LA MADRE** :

- **GRADO DE INSTRUCCIÓN** :
 - a) Primaria completa ()
 - b) Primaria incompleta ()
 - c) Secundaria completa ()
 - d) Secundaria incompleta ()
 - e) Técnico o superior ()

- **LUGAR DE PROCEDENCIA** :

- **NUMERO DE HIJOS** :

- **OCUPACION ACTUAL** :

INSTRUCCIONES

A continuación, se presentan los siguientes interrogantes, respondan marcando con una aspa en una sola respuesta de la alternativa que usted considera que es lo correcto.

CONOCIMIENTO DEL GRUPO DE ALIMENTOS ENERGETICOS

1. Los carbohidratos son nutrientes y nos dan:
 - a) Energía a nuestro organismo
 - b) Brinda proteínas
 - c) Por qué nos protege de las enfermedades
 - d) Proporciona nutrientes al organismo

2. Que alimentos son ricos en carbohidratos
 - a) Zanahoria, mandarina, pasas
 - b) Avena, arroz, trigo, maíz, cebada
 - c) Leche, huevo, pescado
 - d) Fresa, yogurt, queso

3. Alimentos que contienen más grasa.
 - a) Chirimoya, mango
 - b) Maní, pasas
 - c) Chocolate, caramelo

- d) Aceite, mantequilla
4. Las grasas dan a nuestro organismo:
- a) Energía y calor
 - b) Frio
 - c) Cansancio
 - d) Estrés
5. Cuantas veces su niño (a) tiene que llevar en la lonchera alimentos que dan energía.
- a) Una vez a la semana
 - b) Interdiario
 - c) Todos los días
 - d) No debe llevar

CONOCIMIENTO DEL GRUPO DE ALIMENTOS CONSTRUCTORES

6. La proteína es necesario para
- a) Proporcionar energía
 - b) Proporcionar vitaminas
 - c) Proporcionar minerales
 - d) Crecimiento y desarrollo
7. Los alimentos más ricos en proteínas son:

- a) Pescado y huevo
 - b) Mandarina y plátano
 - c) Pan y papa
 - d) Zapallo y pollo
8. Las proteínas (menstras, huevo y queso) son de origen:
- a) Animal y vegetal
 - b) Mineral
 - c) Vegetal
 - d) Animal
9. Cuantas veces a la semana su niño (a) tiene que llevar alimentos que contengan proteínas:
- a) Una vez
 - b) Dos veces a la semana
 - c) Todos los días
 - d) Interdiario

CONOCIMIENTO DEL GRUPO DE ALIMENTOS REGULADORES

10. Los alimentos que tienen vitamina A y que deben ser considerados en lonchera es:
- a) Mango, espinaca y zanahoria
 - b) Galleta, chizito y frugos

- c) Gelatina, gaseosa y chifle
- d) Chicharon, frijoles y ajonjolí

11. La vitamina que fortalece los huesos, dientes y tejidos es la:

- a) Vitamina Q
- b) Vitamina H
- c) Vitamina C_a
- d) Vitamina B1

12. La vitamina K es fundamental:

- a) Para la digestión
- b) Para el metabolismo de las células
- c) Para regenerar los huesos
- d) Necesarias para la coagulación normal de la sangre

13. La bebida que tiene que estar en la lonchera es:

- a) Frugos
- b) Gaseosas
- c) Refresco natural
- d) Café

14. Que alimentos tiene gran contenido de agua:

- a) Avena, trigo
- b) Pan, frugos
- c) Frutas, verduras
- d) Quinoa, gelatina

15. El refresco que ayuda en la absorción del hierro son:

- a) Refresco de naranja
- b) Leche
- c) Agua mineral
- d) Gelatina

16. Los alimentos que contienen calcio y tiene que estar presente en la lonchera:

- a) Manzana, yogurt
- b) Fresa, limón
- c) Papa, camote
- d) Leche, queso

17. Los alimentos que contengan hierro y tienen que estar en la lonchera son:

- a) Huevo frito y yogurt
- b) Pan con mermelada y frugos
- c) Pan con pollo y jugo de mango

d) Papa y queso

18. La fruta que aporta más potasio y tiene que estar presente en la lonchera es:

a) Durazno

b) Plátano

c) Manzana

d) Chirimoya

19. El mineral principal para la hemoglobina en la sangre es:

a) Potasio

b) Calcio

c) Zinc

d) Hierro

20. Qué ejemplo de lonchera tiene que llevar su niño (a) al colegio

a) Pan con tortilla de verdura + Refresco de naranja + Manzana.

b) Papitas fritas + Huevo frito + Galletas.

c) Leche + Pan con Huevo + Chocolate.

d) Gaseosa + Galleta + Chizito.

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

SOLICITUD DE PERMISO PARA LA REALIZACION DE LA INVESTIGACIÓN

Yo... Mary Luz Huamani Rodríguez.....

Directora de la I.E.I. San Francisco de Paula, doy mi consentimiento a la Srta. Ayala Gutiérrez Maribel, identificada con DNI 70076385 alumna de enfermería de la universidad Peruana los Andes que realice un estudio de investigación en ésta institución educativa, mediante la aplicación de un cuestionario a los padres de familia de esta institución.

Habiendo sido informada que la encuesta a realizar formara parte de un estudio de investigación. "Conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I.privada y una I.E.I. publica-2019".

He decidido libre y voluntariamente autorizar el desarrollo de dicha investigación en esta institución. Ya que se me ha informado que los participantes gozan de ciertos derechos y pueden decidir no continuar siendo parte del estudio en cualquier momento aun después iniciada la investigación y que la información obtenida será debidamente reservada, y no dejaran de gozar con los servicios de la I.E."San Francisco de Paula"- Ayacucho.

Ayacucho, 2019.

I.E.I.P. "SAN FRANCISCO DE PAULA"
Mary Luz Huamani Rodríguez
Mary Luz Huamani Rodríguez
DIRECTORA

DNI 44677926

Directora de la I.E.I.

"San Francisco de Paula"

Mary Luz Huamani Rodríguez

Firma de la investigadora

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

SOLICITUD DE PERMISO PARA LA REALIZACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Yo... María Bautista Flores

Directora de la I.E.I N° 106/Mx- Publica, doy mi consentimiento a la Srta. Ayala Gutiérrez Maribel, identificada con DNI 70076385 alumna de enfermería de la universidad Peruana los Andes que realice un estudio de investigación en ésta institución educativa, mediante la aplicación de un cuestionario a los padres de familia de esta institución.

Habiendo sido informada que la encuesta a realizar formara parte de un estudio de investigación. "Conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I.privada y una I.E.I. publica-2019".

He decidido libre y voluntariamente autorizar el desarrollo de dicha investigación en esta institución. Ya que se me ha informado que los participantes gozan de ciertos derechos y pueden decidir no continuar siendo parte del estudio en cualquier momento aun después iniciada la investigación y que la información obtenida será debidamente reservada, y no dejaran de gozar con los servicios de la I.E.I N° 106/Mx- Publica - Ayacucho.

Ayacucho, 2019.



Directora de la I.E.I.

N° 106/Mx- Publica

.....

Firma de la investigadora

ANEXO N° 4: LA DATADE PROCESAMIENTO DE DATOS

Encuesta particular:

N°	EDAD	GRADO DE INSTRUCCIÓN	LUGAR DE PROCEDENCIA	NÚMERO DE HIJOS	OCUPACION ACTUAL	ITEM 1	ITEM 2	ITEM 3	ITEM 4	ITEM 5	ITEM 6	ITEM 7	ITEM 8	ITEM 9	ITEM 10	ITEM 11	ITEM 12	ITEM 13	ITEM 14	ITEM 15	ITEM 16	ITEM 17	ITEM 18	ITEM 19	ITEM 20
1	37	3	HUANCAPI	2	AMA DE CASA	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1
2	22	5	KIMBIRI	1	ESTUDIANTE	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
3	23	3	AYACUCHO-HUAMANGA	2	AUXILIAR-EDUCACION INICIAL	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1
4	39	5	AYACUCHO-HUAMANGA	1	AMA DE CASA	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1
5	29	5	CANGALLO	2	TRABAJO	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
6	32	5	CANGALLO	2	AMA DE CASA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	23	5	CHUNGUI	1	ESTUDIANTE	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
8	21	5	LAMAR	1	ESTUDIANTE	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1
9	28	5	LIMA	2	AMA DE CASA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
10	34	5	CARMEN ALTO-HUAMANGA	2	NEGOCIO	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1
11	23	5	LORETO-CONTAMANA	1	ESTUDIANTE	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1

1 2	28	5	CANGALLO	1	CUIDADO DE PASIENTE	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1
1 3	31	3	CARMEN ALTO-HUAMANGA	3	NEGOCIO	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1
1 4	26	3	CARMEN ALTO-HUAMANGA	1	AMA DE CASA	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
1 5	24	5		1	AMA DE CASA	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1
1 6	33	5	AYACUCHO-HUAMANGA	1	NEGOCIO	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1
1 7	22	5		1	ESTUDIANTE	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0
1 8	35	2	VICTOR FAJARDO	6	AMA DE CASA	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1
1 9	29	3	LIMA	1	AMA DE CASA	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1
2 0	33	5	CANGALLO	3	AMA DE CASA	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1
2 1	24	4	AYACUCHO-HUAMANGA	2	AMA DE CASA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
2 2	20	5	AYACUCHO-HUAMANGA	1	ESTUDIANTE	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1
2 3	35	5	CARMEN ALTO-HUAMANGA	2	AUXILIAR-JURIDICCIONAL	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
2 4	26	4	OCROS	2	AMA DE CASA	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1

25	35	5	AYACUCHO-HUAMANGA	2	DOCENTE	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1
26	39	5	VINCHOS	2	DOCENTE	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1
27	29	3	AYACUCHO-HUAMANGA	1	COSMETOLOGA	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1
28	34	5	AYACUCHO-HUAMANGA	3	AMA DE CASA	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
29	27	5	AYACUCHO-HUAMANGA	1	COMERCIANTE	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1
30	22	5	AYACUCHO-HUAMANGA	1	AMA DE CASA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1
31	28	5	CARMEN ALTO-HUAMANGA	1	AMA DE CASA	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
32	30	5	CARMEN ALTO-HUAMANGA	1	SUPERVISORA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1
33	24	3	YANAMA	1	RESTAURANDT	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1
34	26	5	CARMEN ALTO-HUAMANGA	1	BOTICA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
35	25	5	LIMA	1	AMA DE CASA	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1
36	33	5	HUANTA	2	ESTUDIANTE	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
37	30	5	AYACUCHO-	2	ESTUDIANTE	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1

			HUAMANG A																						
3 8	24	5	APURIMAC - CHINCHER OS	1	ESTUDIANT E	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1
3 9	23	5	AYACUCH O- HUAMANG A	1	ESTUDIANT E	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1
4 0	33	5	PICHARI	2	ESTUDIANT E	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1

Encuesta estatal:

N°	Edad	Grado de Instrucción	Lugar de Procedencia	Número de Hijos	Ocupación Actual	Item N° 1	Item N° 2	Item N° 3	Item N° 4	Item N° 5	Item N° 6	Item N° 7	Item N° 8	Item N° 9	Item N° 10	Item N° 11	Item N° 12	Item N° 13	Item N° 14	Item N° 15	Item N° 16	Item N° 17	Item N° 18	Item N° 19	Item N° 20
1	36	3	Sivia	4	Comerciante	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1
2	38	3	Socos	2	Ama de Casa	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1
3	42	2	Carmen Alto -Huamanga	2	Negocio	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1
4	27	3	Carmen Alto -Huamanga	3	Ama de Casa	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1
5	28	3	Ayacucho -Huamanga	1	Trabajo y Estudio	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1
6	45	5	Ayacucho -Huamanga	3	Empleada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1
7	23	4	Ayacucho -Huamanga	2	Ama de Casa	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
8	24	3	Ayacucho -Huamanga	2	Ama de Casa	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1
9	22	4	Ayacucho -Huamanga	1	Ama de Casa	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1
10	35	5	Carmen Alto -Huamanga	3	Ama de Casa	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
11	35	1	Ayacucho -Huamanga	3	Trabajo	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
12	27	3	Carmen Alto -Huamanga	3	Ama de Casa	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1
13	32	3	Ayacucho -Huamanga	2	Ama de Casa	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1
14	23	3	Cangallo	1	Recepción	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1
15	30	3	Ayacucho -Huamanga	3	Confeción	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
16	36	3	Carmen Alto -Huamanga	2	Docente	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
17	25	3	Carmen Alto -Huamanga	2	Ama de Casa	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
18	30	5	Carmen Alto -Huamanga	3	Ama de Casa	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
19	35	3	Carmen Alto -Huamanga	4	Comerciante	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1

20	35	5	Ayacucho - Huamanga	1	Ama de Casa	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	
21	29	5	Carmen Alto -Huamanga	1	trabajo	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1
22	25	3	Ayacucho - Huamanga	1	Ama de Casa	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	
23	26	5	Ayacucho - Huamanga	2	Comerciante	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1
24	26	3	Ayacucho - Huamanga	3	Comerciante	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1
25	35	2	Ayacucho - Huamanga	1	Ama de Casa	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1
26	45	5	N.S. Lourdes	2	Docente	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1
27	35	4	Chuschi	3	Ama de Casa	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1
28	32	5	Ayacucho - Huamanga	1	INEI	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
29	41	3	Puquio	4	Ama de Casa	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1
30	39	5	Puquio	3	Ama de Casa	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1
31	35	4	Carmen Alto -Huamanga	2	Ama de Casa	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1
32	25	3	Ayacucho - Huamanga	3	Ama de Casa	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1
33	42	5	Carmen Alto -Huamanga	3	Comerciante	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1
34	32	5	Ayacucho - Huamanga	1	trabajo	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1
35	31	5	Huanca sancos	2	Ama de Casa	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
36	28	3	Ayacucho - Huamanga	3	Comerciante	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1
37	34	3	Ayacucho - Huamanga	4	Comerciante	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1
38	40	5	Ayacucho - Huamanga	3	Bióloga	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1
39	42	4	Puquio	3	Ama de Casa	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1
40	25	1	Paras	3	Ama de Casa	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1

ANEXO N° 5: CONSENTIMIENTO INFORMADO

A continuación se presenta el modelo que firmaron cada uno de los participantes.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, RITA LINARES VEGA.....Identificado
con DNI N° 47811520 Y domiciliado en
Jr. PORVENIR 404 - CARMEN ALTO - AYACUCHO

Declaro:

Que, voluntariamente acepto mi participación en esta encuesta para dar información acerca del presente tema de investigación:

“NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES EN MADRES DE PREESCOLARES EN UNA I.E.I PRIVADA Y UNA I.E.I PUBLICA - 2019”

Así, mismo declaro que he sido informado(a) de los objetivos de estudio, además se me garantiza que la información que se vierta en el instrumento será solo y exclusivamente para fines de la investigación asegurándome la máxima confidencialidad y el anonimato.



Firma del informante

DECLARACIÓN JURADA DE CONFIDENCIALIDAD PARA INVESTIGACIÓN

Yo, Mariel Ayala Gutiérrez, con DNI 70076385. Egresada de la facultad de ciencias de la salud, de la escuela académica de enfermería, con código de matrícula D09490A, en mi condición de autora de la investigación titulado “NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES EN MADRES DE PREESCOLARES EN UNA I.E.I PRIVADA Y UNA I.E.I PÚBLICA - 2019”. Me comprometo a:

Preservar los datos de investigación, solo para fines de investigación.

.....

MARIBEL AYALA GUTIERREZ

DNI: 70076385

ANEXO 6: FOTOS DE APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO

Fotos de la institución educativa inicial n° 106/ Mx. Pública.







Fotos de la institución educativa inicial San Francisco de Paula particular



