

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN - TARAPOTO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**Conocimiento y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en
madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión
Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño De Jesús Morales. Abril-Agosto
2019**

Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORES:

Rosa Steigner Anyarin Sánchez

Wendy Gonzalez Guerra

ASESOR:

Lic. Nut. Dra. María Elena Farro Roque

Tarapoto - Perú

2019



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución- NoComercial-Compartirigual 2.5 Perú](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/).

Vea una copia de esta licencia en <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN - TARAPOTO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Conocimiento y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en
madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión
Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño De Jesús Morales. Abril-Agosto
2019

Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORES:

Rosa Steigner Anyarin Sánchez
Wendy Gonzalez Guerra

ASESOR:

Lic. Nut. Dra. María Elena Farro Roque

Tarapoto - Peru

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN - TARAPOTO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



**Conocimientos y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en
madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión
Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño De Jesús Morales. Abril – agosto
2019**

Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORES:

Rosa Steigner Anyarin Sánchez

Wendy Gonzalez Guerra

ASESOR:

Lic. Nut. Dra. María Elena Farro Roque

Tarapoto – Perú

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN - TARAPOTO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



Conocimientos y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en
madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión
Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño De Jesús Morales. Abril – agosto
2019

AUTORES:

Rosa Steigner Anyarin Sánchez

Wendy Gonzalez Guerra

Sustentado y aprobado el día 19 de noviembre del 2019, ante el honorable jurado:

.....
Obst. Dra. Gabriela del Pilar Palomino Alvarado
Presidente

.....
Lic. Enf. Mg. Nérida I. Gonzalez Gonzalez
Secretaria

.....
Lic. Enf. Mg. Julia Cornejo Quispe
Vocal

Declaratoria de autenticidad

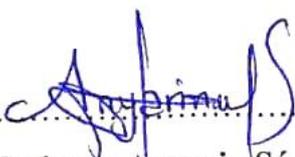
Rosa Steigner Anyarin Sánchez con DNI N° 71087282, **Wendy Gonzalez Guerra**, con DNI N° 43950080, egresadas de la Facultad de Ciencias de la Salud; Escuela profesional de Enfermería, de la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto, con la Tesis titulada: **Conocimientos y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño De Jesús Morales. Abril – agosto 2019**

Declaramos bajo juramento que:

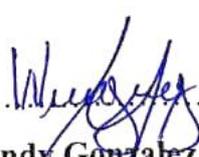
1. La tesis presentada es de nuestra autoría.
2. Respetamos las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
3. La tesis no ha sido auto plagiado; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De considerar que el trabajo cuenta con una falta grave, como el hecho de contar con datos fraudulentos, demostrar indicios y plagio (al no citar la información con sus autores), plagio (al presentar información de otros trabajos como propios), falsificación (al presentar la información e ideas de otras personas de forma falsa), entre otros, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto.

Tarapoto 19 de noviembre del 2019.


.....
Rosa Steigner Anyarin Sánchez
DNI N° 71087282




.....
Wendy Gonzalez Guerra
DNI N° 43950080



Constancia de asesoramiento

LA QUE SUSCRIBE EL PRESENTE DOCUMENTO, HACE CONSTAR:

Que he revisado y bajo mi asesoramiento, los señores Bachilleres en enfermería: Rosa Steigner Anyarin Sánchez y Wendy González Guerra, han ejecutado la tesis titulada:

Conocimientos y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño De Jesús Morales. Abril – agosto 2019

Para constancia, firmo en la ciudad de Tarapoto.

Tarapoto, 19 de noviembre del 2019.



.....
Lic. Nut. Dra. María Elena Farro Roque

ASESOR

Formato de autorización NO EXCLUSIVA para la publicación de trabajos de investigación, conducentes a optar grados académicos y títulos profesionales en el Repositorio Digital de Tesis.

1. Datos del autor:

Apellidos y nombres: GONZALEZ GUERRA WENDY	Teléfono: 948770729
Código de alumno : 044244	DNI: 43950080
Correo electrónico : Wendygonzalezguerra@gmail-com	

(En caso haya más autores, llenar un formulario por autor)

2. Datos Académicos

Facultad de: CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional de: ENFERMERIA

3. Tipo de trabajo de investigación

Tesis	(X)	Trabajo de investigación	()
Trabajo de suficiencia profesional	()		

4. Datos del Trabajo de investigación

Título: CONOCIMIENTO Y ACTITUDES SOBRE LA COMPOSICION DE LONCHERAS SALUDABLES EN MADRES DE AGE ESCOLARES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL PUBLICO DE GESTION PRIVADA N°1437-PA.P. MILAGROSO DIVINO NIÑO JESUS, MONTELES-ABRIL-AGOSTO-2019.
Año de publicación: 2019

5. Tipo de Acceso al documento

Acceso público *	(X)	Embargo	()
Acceso restringido **	()		

Si el autor elige el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, una licencia **No Exclusiva**, para publicar, conservar y sin modificar su contenido, pueda convertirla a cualquier formato de fichero, medio o soporte, siempre con fines de seguridad, preservación y difusión en el Repositorio de Tesis Digital. Respetando siempre los Derechos de Autor y Propiedad Intelectual de acuerdo y en el Marco de la Ley 822.

En caso que el autor elija la segunda opción, es necesario y obligatorio que indique el sustento correspondiente:

--

6. Originalidad del archivo digital.

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, como parte del proceso conducente a obtener el título profesional o grado académico, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado.

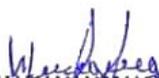
7. Otorgamiento de una licencia *CREATIVE COMMONS*

Para investigaciones que son de acceso abierto se les otorgó una licencia *Creative Commons*, con la finalidad de que cualquier usuario pueda acceder a la obra, bajo los términos que dicha licencia implica

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Digital de Tesis, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.

Según el inciso 12.2, del artículo 12° del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales - RENATI "Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los metadatos en sus repositorios institucionales precisando si son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI, a través del Repositorio ALICIA".


.....
Firma del Autor

8. Para ser llenado en la Oficina de Repositorio Digital de Ciencia y Tecnología de Acceso Abierto de la UNSM – T.

Fecha de recepción del documento:

11 / 12 / 2019



.....
Firma del Responsable de Repositorio
Digital de Ciencia y Tecnología de Acceso
Abierto de la UNSM – T.

***Acceso abierto:** uso lícito que confiere un titular de derechos de propiedad intelectual a cualquier persona, para que pueda acceder de manera inmediata y gratuita a una obra, datos procesados o estadísticas de monitoreo, sin necesidad de registro, suscripción, ni pago, estando autorizada a leerla, descargarla, reproducirla, distribuirla, imprimirla, buscarla y enlazar textos completos (Reglamento de la Ley No 30035).

** **Acceso restringido:** el documento no se visualizará en el Repositorio.

Formato de autorización NO EXCLUSIVA para la publicación de trabajos de investigación, conducentes a optar grados académicos y títulos profesionales en el Repositorio Digital de Tesis.

1. Datos del autor:

Apellidos y nombres: Anyarin Sánchez Rosa Steigner	
Código de alumno : 71087281	Teléfono: 949306911
Correo electrónico : steiar21@gmail.com	DNI: 71087281

(En caso haya más autores, llenar un formulario por autor)

2. Datos Académicos

Facultad de: Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de: Enfermería

3. Tipo de trabajo de investigación

Tesis	<input checked="" type="checkbox"/>	Trabajo de investigación	<input type="checkbox"/>
Trabajo de suficiencia profesional	<input type="checkbox"/>		

4. Datos del Trabajo de investigación

Título: Conocimiento y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en madres de preescolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N° 1137 PNP Milagroso Divino Niño De Jesús Morales. Abril - Agosto 2019
Año de publicación: 2019

5. Tipo de Acceso al documento

Acceso público *	<input checked="" type="checkbox"/>	Embargo	<input type="checkbox"/>
Acceso restringido **	<input type="checkbox"/>		

Si el autor elige el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, una licencia No Exclusiva, para publicar, conservar y sin modificar su contenido, pueda convertirla a cualquier formato de fichero, medio o soporte, siempre con fines de seguridad, preservación y difusión en el Repositorio de Tesis Digital. Respetando siempre los Derechos de Autor y Propiedad Intelectual de acuerdo y en el Marco de la Ley 822.

En caso que el autor elija la segunda opción, es necesario y obligatorio que indique el sustento correspondiente:

6. Originalidad del archivo digital.

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, como parte del proceso conducente a obtener el título profesional o grado académico, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado.

7. Otorgamiento de una licencia *CREATIVE COMMONS*

Para investigaciones que son de acceso abierto se les otorgó una licencia *Creative Commons*, con la finalidad de que cualquier usuario pueda acceder a la obra, bajo los términos que dicha licencia implica

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Digital de Tesis, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.

Según el inciso 12.2, del artículo 12° del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales - RENATI "Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los metadatos en sus repositorios institucionales precisando si son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI, a través del Repositorio ALICIA".


.....
Firma del Autor

8. Para ser llenado en la Oficina de Repositorio Digital de Ciencia y Tecnología de Acceso Abierto de la UNSM – T.

Fecha de recepción del documento:

11 / 12 / 2019



.....
Firma del Responsable de Repositorio
Digital de Ciencia y Tecnología de Acceso
Abierto de la UNSM – T.

***Acceso abierto:** uso lícito que confiere un titular de derechos de propiedad intelectual a cualquier persona, para que pueda acceder de manera inmediata y gratuita a una obra, datos procesados o estadísticas de monitoreo, sin necesidad de registro, suscripción, ni pago, estando autorizada a leerla, descargarla, reproducirla, distribuirla, imprimirla, buscarla y enlazar textos completos (Reglamento de la Ley No 30035).

** **Acceso restringido:** el documento no se visualizará en el Repositorio.

Dedicatoria

A Dios por darme la libertad de vivir y permitirme cumplir una de mis metas en mi vida.

A mi madre Bettsy Sánchez por enseñarme su honestidad, humildad y fortalecer siempre mi corazón; a mi padre Daniel Anyarin por sus consejos invaluable que encaminan mi vida.

A mis hermanos Arlington y Yerick por su apoyo incondicional brindado, día a día,

A mi novio Jimmy W. por el hermoso regalo de existir en mi vida.

“Con todo mi amor y aprecio”

Rosa Steigner.

Dedicatoria

A Dios por ser mi guía y orientarme por un buen camino, por darme la fe y la fuerza para seguir adelante.

A mi madre porque he llegado a esta etapa gracias a sus consejos, hoy puedo ver alcanzada una de mis metas y el orgullo que siente por mí, fue lo que me hizo ir hasta el final, gracias por tu paciencia y comprensión.

A mi hijo por ser el amor incondicional que siempre me acompaña en este camino de mi vida, gracias por existir”

“Con todo mi amor y aprecio”

Wendy

Agradecimiento

A la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto y docentes de Enfermería que contribuyeron en mi formación profesional y en el desarrollo de mi tesis.

A la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, por brindarme las facilidades de sus instalaciones y realizar mi trabajo de investigación con las madres de los niños de 2 a 5 años para llevar a cabo mi tesis.

Gracias a nuestra asesora Dra. María Elena Farro Roque por dedicar su tiempo y conocimientos para guiarme, y el excelente asesoramiento recibido, además de ser una gran docente por darme respuesta a muchas interrogantes.

Muchas gracias a todas las personas que siempre me apoyaron en mi formación profesional y los que me ayudaron a realizar mi tesis, por su colaboración y apoyo desinteresado.

Las autoras.

Índice

	Pág.
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	viii
Índice	ix
Índice de Tabla	x
Índice de Gráfico	xi
Resumen	xii
Abstract	xiii
TITULO.....	1
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1. Marco conceptual.....	1
1.2. Antecedentes.....	2
1.3. Bases teóricas.....	4
1.4. Justificación	13
1.5. Problema	14
II. OBJETIVO.....	14
2.1. Objetivo general.....	14
2.2. Objetivo específico.	15
2.3. Hipótesis de investigación	15
2.4. Sistemas de variables	15
2.4.1. Identificación de variables.....	15
2.4.2. Operacionalización de variables.....	16
III. MATERIAL Y MÉTODOS.....	18
IV. RESULTADOS.....	22
V. DISCUSIONES.....	25
VI. CONCLUSIONES.....	27
VII. RECOMENDACIONES.....	28
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	29
IX. ANEXOS.....	32

Índice de tabla

Tabla	Título	Pág.
1.	Factores sociodemográficos de las madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales:.....	22
2.	Nivel de conocimientos sobre la composición de loncheras saludables en madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales.....	23
3.	Actitudes de madres de niños preescolares de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, sobre la composición de loncheras saludables.....	24
4.	Relación entre el nivel de conocimiento y actitudes en madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, sobre la composición de loncheras saludables. Se aplicó la prueba no paramétrica del chi cuadrado (X^2).....	24
5.	Porcentaje y número de madres que respondieron la escala de actitudes (Acuerdo, indiferente y desacuerdo) sobre la composición de loncheras saludables.....	37

Índice de Gráfico

Gráfico	Título	Pág.
1.	Nivel de conocimientos sobre la composición de loncheras saludables en madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales.....	36
2.	Resultados de escala de medición de actitudes de las madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, sobre la composición de loncheras saludables.	36
3.	Relación del nivel de conocimiento y escala de actitud en madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, sobre la composición de loncheras saludables.	39

Resumen

El presente trabajo de investigación se realizó en la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño Jesús – Morales, con el objetivo de determinar el nivel de conocimientos y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en madres de niños pre escolares. Para esto, se realizó un estudio de enfoque cuantitativo y descriptivo. El diseño de investigación es relacional con variable 01 (Nivel de conocimiento) y variable 02 (Actitudes); se estudió a 51 madres que cumplieron los criterios de inclusión y exclusión. Asimismo, se utilizó como técnica la entrevista y como instrumento una encuesta. Los resultados obtenidos son que 16% (8) madres tienen un nivel de conocimiento deficiente y actitud negativa, 45% (23) madres tienen conocimiento regular y actitud negativa, y solo 12% (6) madres tienen conocimiento bueno y actitud negativa, asimismo 6% (3) madres tienen un nivel de conocimiento deficiente y actitud positiva, 18% (9) madres tienen conocimiento regular y actitud positiva, y solo 4% (2) madres tienen conocimiento bueno y actitud positiva. Se concluye que no existe una relación significativa de dependencia entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres frente a la composición de loncheras saludables.

Palabras clave: Nivel de conocimiento y actitudes, lonchera saludable.

Abstract

This research work was carried out at the Public Initial Private Education Educational Institution No. 1137 PNP Miraculous Divine Child Jesus - Morales, with the objective of determining the level of knowledge and attitudes about the composition of healthy lunch boxes in mothers of preschool children. For this, a quantitative and descriptive approach study was carried out. The research design is relational with variable 01 (Level of knowledge) and variable 02 (Attitudes); 51 mothers who met the inclusion and exclusion criteria were studied. Likewise, the interview was used as a technique and as a survey instrument. The results obtained are that 16% (8) mothers have a poor level of knowledge and negative attitude, 45% (23) mothers have regular knowledge and negative attitude, and only 12% (6) mothers have good knowledge and negative attitude, likewise 6% (3) mothers have a poor level of knowledge and positive attitude, 18% (9) mothers have regular knowledge and positive attitude, and only 4% (2) mothers have good knowledge and positive attitude. It is concluded that there is no significant relationship of dependence between the level of knowledge and the attitude of mothers towards the composition of healthy lunchboxes.

Keywords: Level of knowledge and attitudes, healthy lunchbox.



TITULO

Conocimientos y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús - Morales. Abril - Agosto 2019.

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Marco conceptual

La niñez es una etapa fundamental en el desarrollo del ser humano y su influencia se extiende durante la vida adulta. Garantizar a los niños y niñas el mejor comienzo de la vida es la manera de asegurar el desarrollo y el progreso de las naciones; en ese sentido, la Convención de los Derechos del Niño, como marco normativo de referencia internacional, para el desarrollo de las políticas públicas a favor de la infancia, estableció diversos acuerdos que expresan la convicción plena del interés superior del niño y el aseguramiento de la protección y cuidados necesarios para su bienestar.

Los niños que se encuentran en la etapa preescolar se caracterizan por tener un rápido crecimiento y desarrollo de su organismo, tanto a nivel físico como cognitivo, lo cual exige ofrecerles una alimentación nutritiva. Estas exigencias pueden causar algunos trastornos nutricionales, ya sea por un déficit o exceso en su alimentación.

Los problemas nutricionales por deficiencia y por exceso de peso coexisten en el Perú, constituyéndose el sobrepeso, la obesidad y desnutrición como un problema de salud pública. En el Perú existen 14 730.000 casos de niños y niñas con baja talla para la edad (desnutrición crónica) lo que podría afectar no sólo su desarrollo físico, sino también que estos niños no desarrollen al máximo sus potencialidades; ya que el estado nutricional fuera de los parámetros normales, ocasiona un inadecuado desarrollo del sistema Nervioso (SN), originando un bajo rendimiento en la etapa escolar (1).

Los consumos de loncheras no saludables pueden ocasionar enfermedades a los niños, ya que no aportan proteínas para el crecimiento, no tienen vitaminas, ni minerales y su contenido altísimo de azúcar y grasas saturadas favorecen el desarrollo de la caries, la obesidad y la “diabetes”.

Los conocimientos y actitudes alimentarias de las madres con hijos preescolares son de suma importancia para mantener un estado nutricional adecuado en estos niños.

Desde el punto de vista nutricional los niños preescolares son un grupo vulnerable porque presentan tanto problemas por exceso de nutrientes (obesidad), como por deficiencia de los mismos (baja talla, bajo peso).

Para llegar a generar cambios importantes en la alimentación infantil es importante conocer las características de la población y su interrelación con el conocimiento y actitudes que cada madre posee sobre composición de las loncheras saludables. Muchas de estas actitudes alimentarias no son evidenciables directamente con facilidad, lo que sí se observa son las repercusiones negativas en la salud de los niños (bajo peso y talla, deficiente desarrollo psicomotor); sin embargo existen espacios que aperturan la posibilidad de examinar la realidad alimentaria de la niñez; uno de éstos son los colegios o Instituciones Educativas, en los cuales el niño permanece gran parte del día y por lo tanto el consumo de refrigerios, demuestra en su mayoría, las actitudes alimentarias de seno familiar (2).

De acuerdo a lo antes expuesto, el objetivo de este trabajo de investigación es determinar la relación entre el nivel de conocimientos y actitudes de las madres en cuanto a la composición de loncheras saludables. Para así promocionar estilos de vida saludable y que de igual manera los datos estadísticos obtenidos sirvan de referencia.

1.2. Antecedentes

Aráuz G. (2013) Realizó un estudio titulado: “Relación entre los conocimientos actitudes y prácticas alimentarias sobre el desayuno, lonchera y almuerzo, de las madres de los niños preescolares de 2 – 5 años que asisten al Centro Municipal de Educación Inicial Mundo Infantil y su estado nutricional durante el segundo trimestre del periodo escolar, Quito – Ecuador; 2012 – 2013”. Resultados: Se mostraron que, los conocimientos alimentarios de las madres no se relacionan con el estado nutricional de los hijos; mientras que las actitudes y prácticas alimentarias de las madres como, preparación de la alimentación, decisión alimentaria, si el preescolar desayuna, quien prepara el desayuno, quien decide la lonchera, frecuencia de consumo de cereales y derivados. Se relacionan con el indicador P/E. Así como también el indicador T/E se relaciona con la persona que prepara los alimentos, y el consumo de snacks, mientras que el indicador IMC/Edad se relaciona con el consumo de frutas, en conclusión demostró: Al analizar los conocimientos nutricionales de las madres sobre grupos de alimentos y tiempos de comida y su relación con el estado

nutricional de sus hijos, se pudo identificar que estos no influyen en que los niños presenten un buen estado nutricional, ya que, tengan o no las madres este tipo de conocimientos el estado nutricional general de los niños es predominantemente normal (3).

Santillana A. (2013) Realizó un estudio sobre “Relación entre el estado nutricional y el aporte calórico del contenido alimentario en los refrigerios de los preescolares del Jardín de niños Rosario Castellanos, de la población de 2da Manzana Santa Cruz Tepexpan, Jiquipilco, 2013, Estado de México.” El estudio fue de nivel aplicativo, transversal y descriptivo. Resultados, de acuerdo al indicador T/E el 72% de los niños tienen una talla normal, sin embargo, un 24% de la población presenta talla baja y un 4% talla alta. Por otro lado, al evaluar a los menores con los indicadores IMC y P/E no se presentaron casos de desnutrición severa ni de obesidad. En cuanto al análisis del contenido calórico de los alimentos el 52% de los alimentos que llevaban los niños se encontró dentro del rango adecuado en cuanto al aporte calórico (4).

Ramírez M. (2016) Realizó un estudio titulado: “Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa Ramón Castilla N°1199. Lima – Perú 2016. Resultados: El estudio es de tipo descriptivo y de corte transversal. Los resultados mostraron que el 51.5% de las madres tuvieron conocimiento medio y 31.3% alto. Con respecto al valor nutricional de las loncheras, el 52.2% de niños y 58.8% niñas tuvieron contenido alto. Asimismo, el contenido de proteínas fue bajo en el 80.4% de niños y el 70.6% de las niñas; en el caso de lípidos el contenido es bajo en el 69.3% niños y 76.5% de las niñas. Finalmente, el contenido de carbohidratos la categoría baja fue mayor (52.9) (5).

Reyes S. (2015) Realizó un estudio sobre “efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de loncheras, que tienen las madres de preescolares en una Institución Educativa privada en Santa Anita. Lima- Perú. 2015”. Resultados: Del 100%.(27) madres encuestados, antes de participar de la intervención educativa, 30% (8) tienen conocimientos y prácticas sobre los tipos de alimentos y preparación de la lonchera. Después de participar del programa educativo 70 % (19) madres, incrementaron los conocimientos y prácticas sobre los tipos de alimentos y preparación de la lonchera (6).

Bustamante F, Tinoco A. (2014) Realizó un estudio sobre: “Relación entre nivel de conocimiento y prácticas en Alimentación saludable en madres con niños menores de

cinco Años del caserío Bello Horizonte Junio – Septiembre 2014”. Resultados: El 77,3% de las madres con niños mayores de 5 Años, tienen un nivel de conocimiento medio sobre alimentación saludable; el 83,3% de madres con niños menores de 5 años en el caserío Bello Horizonte Tienen prácticas desfavorables sobre la alimentación saludable; la alimentación Usual de las madres con niños menores de 5 años en el caserío Bello es a base De panes, arroz, plátano, leche, aceite, azúcar, yuca y papa; que el consumo de Pescado y carne de res es con una frecuencia de 1 a 2 veces por mes; y el Consumo de frutas y verduras con una frecuencia de quincenal (7).

1.3. Bases teóricas

Etapa Preescolar:

Los preescolares son niños de 2 a 5 años de edad .Este periodo es una etapa de crecimiento y desarrollo continuo para el niño. Atravesará muchos cambios en su desarrollo físico, mental, emocional y social. Según Whaley define la etapa preescolar “como un periodo que abarca de 2 a 5 años, constituye el final de la primera infancia. Es una edad de descubrimientos, inventos, ingeniosidad, curiosidad y desarrollo de tipos de conductas socio culturales”. Su control de los sistemas y corporales, la experiencia de periodos breves y prolongados de separación, la capacidad de interactuar cooperativamente con niños y adultos, el uso del lenguaje para simbolizaciones mentales y el crecimiento de la atención y la memoria son logros que desarrolla el niño en esta etapa. Asimismo la infancia es el periodo de desarrollo cerebral más intenso de toda la vida. Es fundamental proporcionar una estimulación y nutrición adecuadas para el desarrollo durante los tres primeros años de vida, ya que es en estos años cuando el cerebro de un niño es más sensible a las influencias del entorno exterior .Un rápido desarrollo cerebral afecta al desarrollo cognitivo, social y emocional, que ayuda a garantizar que cada niño o niña alcance su potencial y se integre como parte productiva en una sociedad mundial en rápido cambio (4).

Características físicas y biológicas de la etapa preescolar.

Durante la etapa preescolar el niño va a mostrar velocidades de crecimiento anuales estables, sin que se observen diferencias significativas en cuanto al crecimiento o desarrollo según el género; el niño requerirá cinco años para incrementar su estatura en 50 por ciento aumentando de entre 5 y 7 cm por año mientras que duplicará su peso, ganando de 2.5 a 3.5 Kg por año. Este ritmo de crecimiento tendrá como consecuencia la merma en

el apetito. A los tres años el niño tiene 20 piezas de dentición primaria o temporal. Alrededor de los seis años será cuando surjan los primeros molares permanentes.

Es por esto que en esta etapa la masticación y el tragar permanecen un tanto inmaduros, de tal forma que el consumo de ciertos alimentos puede ser lento (7).

Características psicológicas de la etapa preescolar.

Durante el primer año de vida se establece la base para un crecimiento correcto, un aprendizaje adecuado y un desarrollo emocional equilibrado sin embargo, será a lo largo de la edad preescolar que se dará el desarrollo socioemocional a través de interacciones con el grupo de amigos, el niño aprende a compartir, tiene un mayor desarrollo del lenguaje; esta etapa se caracteriza también por el pensamiento mágico ya que no hay una separación entre los deseos, los sueños y los sucesos reales. El comer ahora es menos importante que en etapas previas y secundarias al gran desarrollo social y cognitivo; el niño ha aumentado la motilidad, autonomía y la curiosidad, disminuye su apetito y se vuelve inconstante con las comidas (7).

Características sociales y adaptativas de la etapa preescolar.

A los tres años el niño puede conversar y hacer tratos, es cariñoso y trata de agradar, a los cuatro años, pasa más tiempo en una relación social, es hablador y sus frases están saturadas por el pronombre en primera persona, a los cinco años el niño tiene mayor capacidad para la amistad, juega en grupos y con amigos imaginarios; durante las comidas se muestra sociable. El niño preescolar va desarrollando sus preferencias, influido por el aspecto, sabor y olor de los alimentos. Los hábitos que se adquieren en esta época son de gran importancia para el futuro del niño (8).

Alimentación y nutrición en la etapa preescolar

El estudio de la alimentación y la nutrición ha sido abordado desde las ciencias exactas enfocadas a aspectos fisiológicos y las ciencias sociales que incluyen los hábitos y costumbres alimentarias de cada sociedad. En ambos procesos intervienen factores biológicos, socioculturales, psicológicos y ambientales. En el caso de la alimentación como un proceso social, esto no sólo permite al organismo adquirir sustancias energéticas y estructurales necesarias para la vida, sino también son símbolos que sirven para analizar la conducta.

Por otro lado, la nutrición como proceso aporta energía para el funcionamiento corporal, regula procesos metabólicos y ayuda a prevenir enfermedades. Desde 2005 la llamada tridimensionalidad de la nutrición establece las relaciones entre los alimentos y los sistemas biológicos, sociales y ambientales de cada sociedad (4).

Los procesos antes mencionados cumplen dos objetivos primordiales durante la infancia:

1) conseguir un estado nutritivo óptimo, mantener un ritmo de crecimiento adecuado y tener una progresiva madurez biopsicosocial.

2) establecer recomendaciones dietéticas que permitan prevenir enfermedades de origen nutricional que se manifiestan en la edad adulta pero que inician durante la infancia.

Es en esta etapa cuando se adquieren los hábitos alimentarios que tendrán durante toda su vida; sin embargo, también es una etapa de gran variabilidad debido a la presencia de factores como: el desarrollo económico, avances tecnológicos, la incorporación de la mujer al ámbito laboral, la gran influencia de la publicidad y la televisión, la incorporación más temprana de los niños a la escuela y la mayor posibilidad por parte de los niños de elegir alimentos con elevado aporte calórico y baja calidad nutricional (9).

Necesidades nutricionales en Preescolares:

Los patrones de alimentación y las necesidades de nutrientes durante la niñez van a estar condicionadas por las necesidades basales, la velocidad de crecimiento, el desarrollo psicológico y el grado de actividad física.

Necesidades energéticas.

Todos los alimentos, en función de su contenido en nutrientes, aportan calorías, en mayor o menor grado. Los alimentos al consumirse liberan estas calorías que nos permiten mantener nuestras funciones vitales (temperatura, respiración, etc.), además de proporcionarnos la energía necesaria para crecer, trabajar, desarrollar la actividad física, etc.

Las recomendaciones energéticas en las edades preescolar y escolar deben ajustarse de forma individual, teniendo en cuenta el peso, la velocidad de crecimiento y el grado de actividad física. Ello determina que los valores dados para las necesidades nutricionales y los aportes recomendados tengan sólo un valor orientativo. Proporcionan puntos de

referencia para aplicarse a colectividades (comedores escolares, centros de vacaciones, etc.), pero no deberían en ningún caso ser utilizados como bases rígidas para la alimentación de un niño o una niña (10).

Necesidades de proteínas

Las necesidades de proteínas se expresan en relación con el peso corporal ideal, el que corresponda a la estatura y desarrollo. Son muy altas en los lactantes, disminuyen posteriormente y se elevan de nuevo en la pubertad. Cumplen un papel principalmente de mantenimiento de la estructura corporal.

Podemos distinguir dos tipos de proteínas en la dieta habitual:

Proteínas de origen animal: proceden de la carne, pescado, leche, huevos, derivados cárnicos (embutidos, jamones, patés, etc.) y derivados lácteos (yogures, quesos, natillas, etc.). Estas proteínas son las de mayor calidad (mayor valor biológico) porque cubren las necesidades proteicas adecuadamente.

Proteínas de origen vegetal: provienen de los cereales, las legumbres, hortalizas, frutos secos y la soja. Estas proteínas son de inferior calidad, pero la combinación entre ellas (por ejemplo cereales, legumbres y verduras) nos permite obtener proteínas similares a las de origen animal.

La alimentación diaria debe mantener un aporte de proteínas entre un 11-15% de la energía total, debiendo ser un 60% de las mismas de origen animal y un 40% de origen vegetal (10).

Necesidades de Grasas

Se recomienda que la grasa aporte un máximo del 35 % de las calorías de la dieta, con una proporción de ácidos grasos Mono insaturados del 15-18% y que la grasa saturada no sobrepase el 10%.

Como alimentos grasos destacamos

Con grasas predominantemente Insaturadas:

Aceite de oliva, aguacate

Frutos secos: nueces, almendras, avellanas y cacahuetes.

Con grasas predominantemente saturadas:

Mantequilla, tocino, panceta, manteca de cerdo (10).

Necesidades de Carbohidratos y fibra

Los hidratos de carbono constituyen la principal fuente de energía de la alimentación humana (aproximadamente un 50%) por lo que hay que estimular el consumo de los alimentos que los contienen. Proceden mayoritariamente de los vegetales: cereales, verduras, hortalizas, frutas, legumbres.

Hay dos tipos fundamentales de hidratos de carbono: los complejos como los que se encuentran en los cereales, y los simples, como el azúcar. Una alimentación saludable debe contar con cantidades adecuadas de ambos, pero con un predominio de los complejos.

- **Alimentos que contienen hidratos de carbono complejos:** arroz, pan, pastas, patatas, legumbres.
- **Alimentos que contienen hidratos de carbono simples:** azúcar, mermelada, miel, frutas, dulces en general.

Dentro de este grupo se encuentra la fibra dietética, de gran importancia para el funcionamiento del tubo digestivo (previene el estreñimiento), pero también ayuda a reducir el colesterol y disminuir los niveles de glucemia en los diabéticos.

Los alimentos que la contienen son:

Cereales integrales

Legumbres

Verduras, ensaladas, frutas

Frutos secos (10).

Necesidades de vitaminas y minerales de la etapa preescolar.

Las vitaminas son sustancias nutritivas esenciales para la vida, que se encuentran dentro de los alimentos y que carecen de aporte calórico.

La forma de asegurar un aporte adecuado de todas las vitaminas es proporcionar al escolar una alimentación variada, con una elevada presencia de frutas y verduras.

Los minerales son igualmente esenciales para la vida. En la etapa escolar son de especial importancia:

El calcio es esencial para la formación del esqueleto. La alimentación debe ser rica en productos que lo contengan, sobre todo:

Productos lácteos: leche, queso, yogur, batidos, postres lácteos en general

Pescado, en especial aquellas variedades que pueden consumirse con espinas (boquerones, sardinillas en conserva, etc.)

Las necesidades de hierro son muy elevadas durante los periodos de crecimiento rápido, por lo que el aporte de este mineral es esencial en la edad preescolar. Como fuentes alimentarias destacamos:

Hígado, riñones, carne de vacuno en general, yema de huevo, moluscos (mejillón), legumbres, frutos secos, pasas, ciruelas secas, cereales de desayuno.

El yodo. El consumo de sal yodada para condimentar las comidas es una práctica deseable, porque garantiza la presencia de este importante mineral en la dieta. Otras fuentes son los pescados marinos y sal yodada (10).

Refrigerios o loncheras

En relación a las entre comidas, el preescolar las consume como parte de su lonchera, a manera de recuperación de la energía gastada. Es así que según el MINSA define loncheras a toda preparación que se consumen entre comidas, no reemplazan a ninguna de las comidas habituales (Desayuno, Almuerzo, Lonche o Cena). Estas preparaciones incorporan alimentos naturales o elaborados tales como lácteos, frutas, verduras, cereales entre otros.

Además de las calorías totales del día, lo que debe cumplir la lonchera del niño se encuentra entre 10 y 15%, asimismo debe contener los tres grupos nutricionales, para ser considerada saludable, así tenemos:

Energéticos:

Necesarios para el mantenimiento de las funciones del organismo y el movimiento de los músculos, aportan energía fundamentalmente. Los alimentos ricos en calorías son las grasas y los carbohidratos. Si se comen en exceso se acumulan en el tejido adiposo ocasionando que la persona engorde. Las fuentes alimentarias de los carbohidratos son: cereales y tubérculos. Los cereales son granos pequeños, todos los cereales brindan la

misma cantidad de energía, es decir un kilo de arroz alimenta igual que un kilo de trigo o un kilo de fideo. El maíz cuando está seco se le considera como cereal, cuando está fresco (choclo) se le ubica dentro de los alimentos reguladores.

Los cereales más conocidos son: trigo, arroz, maíz, avena, quinua, pan harinas, galletas, fideos. Los tubérculos tienen como característica crecer bajo tierra, es decir son raíces (10).

Constructores y Reparadores:

Necesarios para la formación y reparación de órganos y tejidos, alimentos “básicos” de la mayor parte de las dietas actuales. Este grupo es una fuente importante de proteína, aunque también producen 4 calorías por gramo de proteínas. Si se comen en exceso no se acumulan en el organismo. Los grupos de alimentos formadores son: menestras y los de origen animal. Las menestras se caracterizan porque el fruto generalmente se encuentra en vainas y solo cuando se les encuentra en forma seca o de harinas se le considera menestras, si se encuentran frescas se les considera alimentos reguladores. Todas las menestras tienen el mismo valor nutritivo. El hierro que se encuentra en las menestras para ser útil a nuestro organismo requiere ser acompañado de vitamina C, porque si no el intestino no puede absorberlo. Las menestras más conocidas son los frijoles en todas sus variedades (panamito, caballero, canario, soya, etc), lentejas, arvejas, garbanzos, pallares, habas.

Los de origen animal están constituidos por todos los tipos de carne (pescado, pollo, etc), vísceras (hígado, sangrecita, bofe, etc), productos lácteos (leche, queso, yogurt, etc) y los huevos. Las carnes además de proteínas brindan proteínas del complejo B y hierro. El hierro de las carnes para ser absorbido no necesita de vitamina C. En el pescado las partes negras de su carne son las que contienen la mayor cantidad de hierro (11).

Alimentos Reguladores:

Ayuda a que los otros alimentos (energéticos y formadores) cumplan con sus funciones. Se caracterizan por tener en su composición vitaminas y minerales. Los grupos de alimentos reguladores están compuestos por las frutas y verduras.

El grupo de frutas y verduras es el único insustituible por ser la única fuente de ácido ascórbico. Aporta además carotenos, vitamina K, ácido fólico, disacáridos, algo de hierro y calcio.

En cuanto a las características de las loncheras, tenemos:

- Fáciles de elaborar: Utilizar alimentos de fácil preparación.
- Prácticos de llevar: Que permita el uso de envases simples, higiénicos y herméticos.
- Ligeros: Evitar preparaciones “pesadas”: comidas grasosas, abundantes o muy saladas.
- Nutritivos: Que aporte entre el 15 al 20% de los requerimientos promedio de energía del escolar (Preescolar: 150 Kcal)
- Variados: Usar diversos alimentos disponibles en la zona. Es importante además considerar algunos factores para la elaboración de los refrigerios o loncheras. Así encontramos:
 - Edad: Considerar si es preescolar.
 - Estado Nutricional: Evaluar el peso y la talla de la niña o niño y tomar en cuenta si está normal, adelgazado, con sobrepeso o talla baja.
 - Actividad del niño: Tomar en cuenta la actividad física de la niña o niño.
 - Actividad física intensa: deportista o que camina largas distancias en zonas rurales.
 - Actividad física moderada: que realiza actividades educativas y físicas cotidianas.
 - Actividad física sedentaria: muy poca actividad física.
 - Preferencias alimentarias: Incluir alimentos saludables del gusto de la niña o niño.

Como bien fue indicada la lonchera es una preparación que no sustituye las comidas principales del niño y que además posee características especiales sencillas para una preparación saludable; sin embargo, para que estas loncheras constituyan parte de una alimentación balanceada, es necesario la concientización y educación del grupo humano cercano al preescolar (familia y profesores); siendo esta actividad de educación, parte del paquete de atención integral de salud al niño sano, que se desarrolla en el componente CRED (crecimiento y desarrollo) muy poco practicado por el primer nivel de atención (12).

Teoría de Nola Pender

El modelo de promoción de la salud propuesto por Nola Pender, es uno de los modelos más predominantes en la promoción de la salud y estilos de vida, este modelo está dividido en factores cognitivos perceptuales tales como las creencias, ideas que tienen las personas sobre salud, conductas o comportamientos que la favorecen, la modificación de estos factores y la motivación para realizar conductas positivas para el mejoramiento de la salud.

El modelo de promoción de la salud logra integrar los métodos de enfermería en las conductas de salud de las personas. Es una guía para la observación y la exploración de los procesos biopsicosociales, que son el modelo a seguir del individuo para la realización de las conductas destinadas a mejorar la calidad de vida a nivel de salud. La investigación es respaldada por el modelo de promoción de la salud pues en su totalidad identificamos que las conductas y estilos de vida influenciarán en el estado nutricional de los preescolares y estos podrán desempeñarse hábilmente en su centro de estudios. A su vez estas conductas están evidenciadas gracias a los conocimientos y/o nociones de las madres respecto a una buena lonchera escolar y la importancia de ella. Cabe resaltar que mediante la intervención de enfermería en los centros estudiantiles se puede lograr reforzar y afianzar estos conocimientos a las madres para que estas puedan elaborar una buena lonchera escolar y mantengan a sus hijos en un buen estado nutricional (13).

Teorías del cambio de comportamiento:

El modelo de Creencias de Salud, desarrollada por (Rosenstock, 1974, 1977), se encuentra estrechamente identificado con el campo de la educación en salud. Mantiene que el comportamiento de salud es una función tanto del conocimiento como de las actitudes. Específicamente, este modelo enfatiza que la percepción de una persona acerca de su vulnerabilidad a una enfermedad y la eficacia del tratamiento, tendrán influencia sobre sus decisiones en relación con sus comportamientos de salud. De acuerdo al Modelo de Creencias de Salud, el comportamiento depende de si las personas consideran que son susceptibles a un problema de salud en particular; consideran que se trata de un problema serio; están convencidos de que el tratamiento o las actividades de prevención son eficaces, y al mismo tiempo consideran que éstos no son costosos; y reciben un incentivo para tomar medidas de salud. Por ejemplo, una mujer considera la importancia de lavarse las manos, ya que ella y sus hijos pueden contraer enfermedades como la diarrea; y sabe que es la principal causa de muerte en niños menores de cinco años (14).

1.4. Justificación

Una buena alimentación en los primeros años de vida del ser humano es esencial para su adecuado crecimiento y desarrollo. Sin embargo, muchas veces las madres y/o cuidadores de niños no conocen los alimentos que necesitan de acuerdo a los requerimientos nutricionales.

La alimentación variada y equilibrada proporciona las cantidades apropiadas de energía y nutrientes que necesita diariamente un niño, por estar en una etapa de crecimiento rápido (15).

La tendencia alimenticia de las familias ha sufrido grandes cambios como parte del proceso de globalización, el avance de la ciencia y tecnología, trayendo como resultado un cambio en sus hábitos alimenticios, pasando del consumo de alimentos tradicionales al consumo de los “alimentos chatarra” ricos en grasas, sodio y azúcares que traen consigo una nutrición deficiente (16).

Las loncheras saludables son necesarias para los niños en las etapas preescolar y escolar porque permiten cubrir las necesidades nutricionales, asegurando así un rendimiento óptimo en el centro educativo. La lonchera nutritiva está compuesta por alimentos que proporcionan energía (pan, galletas, queques caseros, etc.), los cuales son más beneficiosos al combinarse con algún alimento de origen animal, el queso, la tortilla de huevo, hígado, entre otros. También se sugiere enviar una fruta de la estación como plátano, uva, manzana, durazno, destacando los cítricos como las naranjas, mandarinas, etc. Dichos alimentos deben ser de fácil digestión, variedad y preparación y que en ningún caso debe reemplazar al desayuno ni al almuerzo del niño (13).

Las instituciones educativas de nivel inicial es una Institución que acoge a la totalidad de la infancia durante un importante número de años, además dicha población se halla en un momento evolutivo y de socialización en el cual se maduran y perfilan las actitudes y comportamientos que se consolidarán en la vida adulta; y es en este campo, principalmente, donde la enfermera tiene que llevar a cabo su rol preventivo promocional con actividades intra y extramurales, en el que sus servicios o intervenciones recaigan directamente sobre el individuo, la familia y la comunidad en forma integral (17).

Es de vital importancia establecer cuanto saben las mamás respecto a las loncheras nutritivas, porque según estas, podrán aportar a los escolares una mejor alimentación basándose en una nutrición equilibrada.

Ello beneficiará en mejorar la capacidad del escolar en desenvolverse óptimamente en las clases, logrando así un aprendizaje adecuado (18).

Por ello la importancia de realizar este estudio que nos permita conocer los conocimientos y las actitudes de las madres en relación a la alimentación infantil destacando la importancia de las loncheras saludables en preescolares, teniendo en cuenta que el 15% de la energía total debe ser aportada por la lonchera; de tal manera que está debe cumplir con los requerimientos nutricionales para un niño en la etapa preescolar.

Por tal motivo se propuso como objetivo principal del estudio es determinar la relación entre el nivel de conocimientos y actitudes de las madres sobre la composición de las loncheras saludables de preescolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales. Abril – Agosto 2019, con la finalidad de que las madres fortalezcan las prácticas adecuadas de las loncheras brindando a sus niños el aporte energético necesario de acuerdo a su edad.

1.5. Problema

¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimientos y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales?.

II. OBJETIVO

2.1. Objetivo general.

Determinar la relación entre el nivel de conocimientos y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales. Abril – Agosto 2019.

2.2. Objetivo específico.

Identificar las características sociodemográficas de las madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales.

Identificar los conocimientos que tienen las madres de niños preescolares, sobre la composición de las loncheras saludables.

Identificar las actitudes que tienen las madres de niños preescolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales, sobre la composición de las loncheras saludables.

2.3. Hipótesis de investigación

Existe una relación significativa entre el nivel de conocimiento y actitudes sobre la composición de loncheras saludables en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales.

2.4. Sistemas de variables

2.4.1. Identificación de variables.

Variable 01: Nivel de conocimientos de madres sobre loncheras saludables.

Variable 02: Actitud de las madres sobre loncheras saludables.

2.4.2. Operacionalización de variables.

Variable Independiente	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Conocimientos	Conjunto de saberes ideas, conceptos, enunciados que pueden ser adquiridos por medio de una educación formal e informal (18)	Es toda aquella información que refieren tener las madres de niños preescolares sobre los alimentos que debe contener la lonchera	Alimentos Energéticos	Necesarios para el mantenimiento de las funciones del organismo y el movimiento de los músculos Ejemplo: alimentos ricos en calorías grasas y carbohidratos.	Ordinal
			Alimentos Reguladores	Ayuda a que los otros alimentos (energéticos y formadores) cumplan con sus funciones. Están compuestos por las frutas y verduras.	
			Alimentos Formadores	Necesarios para la formación y reparación de órganos y tejidos. Este grupo posee una fuente importante de proteína	

Variable Dependiente	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores (Ítems)	Escala de Medición
Actitudes	La actitud es la disposición voluntaria de una persona frente a la existencia en general o a un aspecto particular de esta (19).	Forma de actuar de la madre en relación a la alimentación. Son las Predisposiciones que tienen las madres de preescolares hacia la alimentación y los alimentos que nutran y favorezcan el crecimiento preescolar.	Desayuno	El desayuno aporta el 20% de la energía total, se considera la comida más importante del día por los alimentos que lo componen.	Ordinal
			Lonchera	Es una comida que se suele consumir a media mañana y tiene como objetivo cubrir parte del requerimiento diario del niño. Representa entre el 10% al 15%.	
			Almuerzo	Un almuerzo saludable contiene los nutrientes y la energía que necesitan los niños para crecer, aprender y jugar. Provee el 50% del requerimiento diario del niño	
			Cena	La cena debe ser una comida nutritiva, pero a la vez ligera. Lo cual proveerá el 30%	

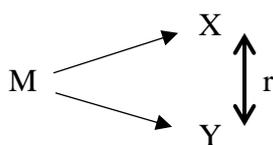
III. MATERIAL Y MÉTODOS

3.1. Tipo de estudio

El presente estudio es de tipo transversal, porque está dirigido a obtener información en un tiempo limitado. Es una investigación de enfoque cuantitativo y descriptivo, porque se relacionan las variables de estudio en torno al Nivel de Conocimientos y actitudes sobre la composición de loncheras saludables de las madres de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales.

3.2. Diseño de investigación

El diseño es:



Dónde:

M: Muestra

X: Conocimiento que tiene la población en estudio.

r: Relación

Y: Actitud que tiene la población en estudio.

3.3. Universo, población y muestra

La población de este estudio estuvo constituido por todas las madres de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales del 2019, que hacen un total de:

SECCIONES	POBLACION	MADRES EN ESTUDIO
2 Años	14 Madres	11 Madres
3 Años	23 Madres	12 Madres
4 Años	23 Madres	13 Madres
5 Años	15 Madres	15 Madres
TOTAL	75 MADRES	51 MADRES

La muestra:

El grupo de estudio estuvo conformado por las madres de las secciones de 2, 3, 4, 5 años, donde se trabajó con una muestra de 51 madres, que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. (Fuente: Secretaria del Jardín de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales).

3.3.1. Criterios de inclusión.

- Madres de niños matriculados en la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales.
- Madres que acepten participar voluntariamente en el estudio de investigación.

3.3.2. Criterios de exclusión.

- Madres con dificultades para la comunicación.
- Tener la condición de apoderado.

3.4. Procedimiento

- Se solicitó permiso a la Directora de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales, para la realización del presente estudio de investigación y asimismo pedir sus respectivas autorizaciones, para poder aplicar la encuesta.
- Se dialogó con los profesores de dicha institución, para la fecha de la aplicación de la encuesta a madres seleccionadas.
- Se coordinó con los docentes de aula para organizarnos y contar con la autorización respectiva
- Se aplicó la encuesta a las madres de niños de 2 a 5 años de edad que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N°1137 PNP Milagroso Divino Niño de Jesús Morales.
- Posteriormente se tabuló los datos obtenidos y se analizarán los resultados con el apoyo de especialistas, para la presentación y sustentación de tesis.

3.5. Técnicas e instrumento de recolección de datos

Conocimiento:

Para medir los conocimientos, se utilizó un instrumento elaborado y validado por Susy Yulissa Mamani en el año 2011 (18). Este instrumento consta de las siguientes partes: Datos generales: sexo, lugar de procedencia, grado de instrucción y parte de conocimientos, donde contiene 13 ítems preguntas frecuencia, cantidad y formas de preparación de los alimentos en la lonchera.

Cada pregunta tiene el siguiente puntaje de respuesta:

0 = incorrecto

2 = correcto

Siendo la escala de medición:

Deficiente : 0 – 8

Regular : 9 – 17

Bueno : 18 – 26

Actitudes:

En cuanto a las actitudes, se utilizó un instrumento, que consta de 30 ítems con respuesta tipo Likert. Asimismo, este instrumento validado fue elaborado por María Milagros Marrufo en el año 2012 (19).

Preguntas Positivas:

2,3,5,6,10,11,13,14,15,18,19,20,23,27,29

Acuerdo = 3, Indiferente = 2, Desacuerdo =1.

Preguntas negativas:

1,4,7,8,9,12,16,17,21,22,24,25,26,28,30.

Acuerdo = 1, Indiferente = 2, Desacuerdo =3.

Siendo la escala de medición:

Positivo : 61 – 90

Negativo : 30 – 60

3.6. Plan de tabulación y análisis de datos

El procesamiento de los datos se inició con el ingreso de la información al paquete SPSS V.25. Para el análisis de datos se utilizó las estadísticas descriptivas a través de frecuencias y porcentajes con un nivel de confiabilidad de 95% y 5% de error y los resultados de la investigación se presenta en tablas y gráficos. Los resultados que se obtuvo se compararon con otros trabajos de investigación en discusiones. Posteriormente se formuló las conclusiones y recomendaciones.

3.7. Aspectos éticos

Se aplican los siguientes principios: El principio de autonomía, que expresa la capacidad de decisión de las personas y el derecho de que se respete su voluntad, sin presiones, se cumplió mediante las firmas del consentimiento informado. Este estudio de investigación busca beneficiar a sus participantes y a la escuela inicial, brindando información actualizada sobre el conocimiento y actitudes de loncheras saludables, para evitar cualquier tipo de perjuicio o daño, por lo tanto, se cumple con el principio de beneficencia y no maleficencia.

Se les garantizó que los datos solo serían utilizados con fines de investigación manteniéndose confidencialidad de los resultados y el nombre del participante permanecería en el anonimato.

IV. RESULTADOS

4.1. Datos generales.

Tabla 1. Factores sociodemográficos de las madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales:

Variable	Frecuencia	%
Edad de la madre		
<20 años	1	2%
20 -25 años	11	22%
26- 30 años	24	47%
31- 40 años	12	23%
>40 años	3	6%
Total	51	100%
Grado de Instrucción		
Primaria Completa	0	0%
Primaria Incompleta	0	0%
Secundaria Completa	3	6%
Secundaria Incompleta	4	8%
Técnico o Superior	44	86%
Total	51	100%
Lugar de Procedencia		
Tarapoto	35	69%
Lamas	0	0%
Moyobamba	0	0%
Yurimaguas	0	0%
Otros	16	31%
Total	51	100%
Número de hijos		
1 hijo	40	78%
2-3 hijos	10	20%
4 hijos a más	1	2%
Total	51	100%
Ocupación Actual		
Ama de casa	15	29%
Empleada publica	16	31%
Comerciante	9	18%
Otros	11	22%
Total	51	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla n° 1, se observa que del 100% de las madres encuestadas, con respecto al 47% se encuentran entre las edades de 26 – 30 años, el 23% (12) de madres están entre los 31 a 40 años de edad, el 22% (11) de madres tienen de 20 a 25 años de edad, el 6% (3) de madres son mayor a 40 años de edad y el 2% (1) de madres presentan una edad menor de 20 años.

En la variable de grado de instrucción el 86% (44) de madres son técnico o superior, el 8% (4) de madres cuentan con secundaria incompleta y el 6% (3) de madres tienen secundaria completa. El lugar de procedencia de las madres es del 69% (35) de la ciudad de Tarapoto y el 31% (16) es de otro lugar no mencionado en la encuesta.

En cuanto al número de hijos el 78%(40) tienen 1 hijo, el 20% tienen de 2 a 3 hijos y el 2%(1) 4 hijos a más. Así también su ocupación actual de las madres el 29%(15) son ama de casa, el 31% empleada publica, el 18% (9) comerciantes y el 22% (11) se dedican a otra ocupación no mencionada en la encuesta.

Tabla 2. Nivel de conocimientos sobre la composición de loncheras saludables en madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales.

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Deficiente (0-8)	11	21%
Regular (9-17)	32	63%
Bueno (18-26)	8	16%
Total	51	100%

Fuente: Elaboración propia.

Se puede observar (Tabla 2) que el nivel de conocimientos de las 51 madres que participaron de la encuesta, el 63% (32 madres) tienen un conocimiento Regular sobre la composición de loncheras saludables, el 21% (11 madres) muestra conocimiento Deficiente y solo el 16% (8 madres) obtuvieron un nivel Bueno de conocimiento sobre loncheras saludables.

Tabla 3. Actitudes de madres de niños preescolares de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, sobre la composición de loncheras saludables.

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Negativo (30 - 60)	37	73%
Positivo (61 - 90)	14	27%
Total	51	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 3, se observa que del 100% de madres encuestadas, el 73% tiene actitud negativa y el 27% tiene actitud positiva sobre la composición de loncheras saludables.

Tabla 4. Relación entre el nivel de conocimiento y actitudes en madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, sobre la composición de loncheras saludables. Se aplicó la prueba no paramétrica del chi cuadrado (X^2).

Nivel de Conocimiento	Escala de Actitudes		Total	X^2 p<0,05
	Negativo (30-60)	Positivo (61-90)		
Deficiente (0-8)	8	3	11	g.l. = 2 $X^2 = 0.03161$ p = 0.99
Regular (9-17)	23	9	32	
Bueno (18-26)	6	2	8	
Total	37	14	51	

*Nivel de Confianza 95%.

También se realizó la relación entre el nivel de conocimiento y escala de actitudes que se muestra en la tabla 4, en la cual se aplicó la prueba no paramétrica del chi cuadrado leída con un nivel de significancia ($p < 0,05$).

La prueba estadística nos indica que rechazamos la hipótesis planteada, debido a que el nivel de significancia, $p = 0.99$, mayor que ($p > 0.05$), es decir que no existe una relación significativa de dependencia entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres frente a la composición de loncheras saludables. Con un Chi-cuadrado $X^2 = 0.031606485$.

V. DISCUSIONES

Un hecho muy importante sobre el nivel de conocimientos y actitud de las madres frente a la composición de loncheras saludables, es que no se relacionan el conocimiento y actitudes de las madres, esto se compara con Aráus G. (2013) que realizó un estudio de “Relación entre los conocimientos actitudes y prácticas alimentarias sobre el desayuno, lonchera y almuerzo, de las madres de los niños preescolares de 2 – 5 años que asisten al Centro Municipal de Educación Inicial Mundo Infantil y su estado nutricional durante el segundo trimestre del periodo escolar 2012 – 2013” y tuvo como resultados que los conocimientos alimentarios de las madres no se relacionan con el estado nutricional de los hijos; mientras que las actitudes y prácticas alimentarias de las madres como, preparación de la alimentación, decisión alimentaria, si el preescolar desayuna, quien prepara el desayuno, quien decide la lonchera, frecuencia de consumo de cereales y derivados.

Así mismo en este trabajo de investigación se obtuvo que el 63% de las madres tuvieron un nivel de conocimiento regular que se concuerda con Ramírez M. (2016) que realizó un estudio titulado: “Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa Ramón Castilla N°1199. Lima – Perú 2016. Obtuvo resultados que el 51.5% de las madres tuvieron conocimiento medio. Mientras que Reyes S. (2015) en un estudio sobre “Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de loncheras, que tienen las madres de preescolares en una Institución Educativa privada en Santa Anita. Lima- Perú. 2015” que antes de la intervención del programa los participantes tuvieron conocimientos bajos, pero luego de haber aplicado el programa las madres incrementaron su conocimiento hasta en 70%.

Dentro de las 51 madres que participaron de la encuesta sobre el nivel de conocimientos sobre loncheras saludables el 63% (32 madres) tienen un conocimiento Regular, el 11% (11 madres) muestra conocimiento Deficiente y solo el 16% (8 madres) obtuvieron un nivel Bueno de conocimiento sobre loncheras saludables. Esto implica que las madres deben capacitarse para incrementar sus conocimientos para la preparación de loncheras saludables para sus niños. Así también Mamani L. (2015) Realizó un estudio sobre “Sesiones educativas en el nivel de conocimientos y prácticas sobre loncheras escolares en padres con niños preescolares en la Institución Educativa inicial Santa Rosa – Azángaro – Perú, 2015. Los resultados demostraron que antes de las sesiones educativas el (48%) 12

padres tenían un nivel de conocimientos bajo, el (40%) 10 padres un nivel de conocimiento medio y el (12%) 3 un nivel de conocimiento alto, posterior a las sesiones educativas el (4%) 1 padre tenía un nivel de conocimiento bajo. Son (20%) 5 padres con un nivel de conocimiento medio y el (76%) 19 padres tenían un nivel de conocimiento alto.

En este presente estudio se evaluó a 51 (100%) madres, de la cual solo se tuvo 2 (4%) madres que tuvieron un nivel de conocimiento bueno y actitud positiva frente a la composición de loncheras saludables que realizan para sus niños. Esto concuerda también con Mamani L. (2015) que mediante su investigación determinó que las prácticas que tenían los padres en la preparación de las loncheras escolares el (8%) 2 padres tenían prácticas saludables y el (92%) 23 padres tenían practicas no saludables. Esto puede conllevar a recomendar a la I.E.I. N°1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales que realicen la enseñanza a las madres sobre un programa para la preparación de loncheras saludables para sus niños, como podemos mencionar que Mamani L. (2015) después de haber tenido resultados negativos en su primer encuesta desarrollo la intervención de un programa saludable para incrementar el nivel de conocimiento en la madres, obteniendo que el (80%) 20 padres tenían practicas saludables y el (20%) 5 de los padres tenían practicas no saludables.

También se ha tenido resultados similares en nuestra región como podemos comparar nuestros resultados con Bustamante F. y Tinoco A. (2014) que realizó un estudio sobre: “Relación entre nivel de conocimiento y prácticas en Alimentación saludable en madres con niños menores de cinco Años del caserío Bello Horizonte Junio – Septiembre 2014”, y concluyo que el 77,3% de las madres con niños mayores de 5 Años, tienen un nivel de conocimiento medio sobre alimentación saludable y que el 83,3% de madres con niños menores de 5 años en el caserío Bello Horizonte tienen prácticas desfavorables sobre la alimentación saludable. Esto conlleva a tener en cuenta la preparación de las loncheras de los niños, que sea con alimentos saludables que beneficien al desarrollo de los niños.

VI. CONCLUSIONES

- En cuanto a los factores sociodemográficos de las madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, que del 100% de madres encuestadas el 47% se encuentra entre una edad de 26 a 30 años de edad. Asimismo, el 86% de las madres tienen educación técnica o superior, el 78% solo tienen 1 hijo y el 31% son empleadas públicas.
- Las madres presentaron un nivel de conocimiento regular en un 63%, seguidamente de un 21% que presentaron un nivel de conocimiento deficiente y solo el 16% obtuvieron un nivel de conocimiento bueno sobre loncheras saludables.
- La población encuestada presenta actitud negativa en un 73%, y solo el 27% presentó una actitud positiva frente a la preparación de loncheras saludables.
- Se concluye que no existe una relación significativa de dependencia entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres frente a la composición de loncheras saludables.

VII. RECOMENDACIONES

- Se recomienda a la UGEL implementar una política de bienestar en las instituciones Educativas para fortalecer las capacidades de docentes, padres de familia y niños en edad preescolar sobre alimentación y nutrición adecuada, a través de talleres a docentes, escuela de padres y temas transversales en el currículo educativo, contribuyendo al fomento de estilos de vida saludable que contribuirá a mejorar el Estado nutricional de los niños.
- A los profesionales de los establecimientos de salud implementar estrategias preventivo - promocionales para fortalecer la alimentación saludable en niños preescolares, a través de visitas y trabajo permanente con las autoridades, docentes, padres y niños en las instituciones educativas.
- Realizar más estudios en preescolares ya que este es un grupo se encuentra en riesgo según la OMS. Además, que en las escuelas ofrecen un entorno excelente para promover el consumo de alimentos sanos y mejorar la seguridad nutricional a largo plazo.
- Este estudio servirá como línea de base para programa de intervención educacional, que podría ser ampliado evaluando la práctica de alimentación saludable en las loncheras diaria que se proporciona a los niños en etapa preescolar, profundizando en las razones por las que no se utilizan las loncheras saludables en los niños.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Calderón, E. Conocimientos, actitudes y prácticas de madres en la alimentación de niños preescolares en la comunidad de Las Tapias, 2015 – Guadalupe, México.
2. Montero U. Evaluación de los hábitos alimentarios de una población de estudiantes universitarios en relación con sus conocimientos nutricionales. Disponible: <http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v21n4/original1.pdf>
3. Aráuz G. Relación entre los conocimientos actitudes y prácticas alimentarias sobre el desayuno, lonchera y almuerzo, de las madres de los niños preescolares de 2-5 años que asisten al Centro Municipal de Educación Inicial Mundo Infantil y su estado nutricional durante el segundo trimestre del periodo escolar 2012-2013. Quito, Ecuador: Pontificia Universidad Católica de Ecuador.
4. Santillana A. Relación entre el estado nutricio y el aporte calórico del contenido alimentario en los refrigerios de los preescolares del Jardín de niños Rosario Castellanos, de la población de 2da Manzana Santa Cruz Tepexpan, Jiquipilco, Estado de México. México: Universidad Autónoma del Estado de México. 2013
5. Ramírez M. Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa Ramón Castilla N°1199. Lima, Perú: Universidad Peruana Unión; 2016.
6. Reyes S. Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera, que tienen las madres de preescolares en una Institución Educativa Privada En Santa Anita - Lima. Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos. 2015
7. Bustamante F, Tinoco A. Relación entre nivel de conocimiento y prácticas en Alimentación saludable en madres con niños menores de cinco Años del caserío Bello Horizonte Junio – Septiembre 2014. San Martín, Perú: Universidad Nacional de San Martín. 2014.

8. Aliño M, Navarro R, López J, et al. La edad preescolar como momento singular del desarrollo humano. Rev. Cubana Pediatr. [Internet] 2007 [Consultado 18 Enero]; Vol. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312007000400010
9. Macías A, Guadalupe L, Camacho E. Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. Rev. Chilena Nutr. [Internet] 2012 [Consultado 21 Enero 2019] Vol. 39. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S07177518201200030006
10. Rebollo I, Rabat J. Nutrición saludable en el periodo preescolar (3-6 años) y escolar (6-12 años). Andalucía, España: SANCYD. [Internet]. [Consultado 03 de Febrero 2019] Disponible en: <http://sancyd.es/comedores/escolares/sancyd.php>
11. Fuentes E, Relación entre el aporte nutricional de las loncheras y el índice de masa corporal en un grupo de niños de transición del colegio Chanpagnat. Bogotá – Colombia: Pontificia Universidad Javeriana. 2014
12. Arévalo L, et al. Características de la lonchera del preescolar y conocimiento nutricional del cuidado: un estudio piloto en Lima. Revista Chilena de Pediatría. Rev Chile Pediatría [revista en internet] 2017. [Consultado 23 de febrero 2019]; 88(2):299-300. Disponible en <https://es.scribd.com/document/366769760/Caracteristicas-de-LaLonchera-Del-Preescolar-y-Conocimiento-Nutricional-Del-CuidadoUn-Estudio-Piloto-en-Lima-Peru-2016>
13. Huayllacayán S, Mora Y. Relación entre conocimiento materno sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes de primaria de la institución educativa N° 6069 Pachacútec. Lima, Perú: Universidad Ricardo Palma. 2014

14. Mejía D, Mora D, Portilla S. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre los hábitos alimentarios en los/las niños y niñas que asisten a la escuela Alejandro R. mera de la ciudad de Tulcán relacionada con su estado nutricional en el periodo marzo–agosto del 2013. Ecuador: Universidad politécnica Estatal del Carchi. 2013
15. Marrufo M. Actitudes de las madres hacia la alimentación infantil en preescolares del nido "Belén Kids", Los Olivos – Perú 2011: Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2012.
16. Pollitt, E. Consecuencias de la desnutrición en el escolar peruano, Pontificia Universidad Católica del Perú, Fondo Editorial de la PUCP. 2002, Vol. 20: 152 416 Lima – Perú 2011.
17. Mamani L. Sesiones educativas en el nivel de conocimientos y prácticas sobre loncheras escolares en padres con niños preescolares en la Institución Educativa Inicial Santa Rosa – Azangaro. Puno, Perú: Universidad Nacional del Altiplano. 2015.
18. Mamani S. Efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas de padres de niños preescolares sobre el contenido de la lonchera; I.E.I N°326 “María Montessori” distrito de Comas. Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor San Marcos. 2011
19. Marrufo M. Actitudes de las madres hacia la alimentación infantil en preescolares del nido Belén Kids, Los Olivos, 2012. Lima – Perú: Universidad Mayor de San Marcos. 2011

IX. ANEXOS

Anexo 01:

Cuestionario sobre conocimientos de loncheras saludables

Indicaciones:

Buenos días señora, mi nombre es Wendy Gonzalez Guerra y Rosa Steigner Anyarin Sánchez, somos estudiantes de enfermería de la UNSM y en coordinación con la Institución Educativa Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N° 1137- PNP “Milagroso Divino Niño Jesús – Morales”, estoy realizando un programa educativo en el conocimiento y actitudes hacia la composición de loncheras saludables en madres de los preescolares. Por lo cual solicito que respondan con total sinceridad, ya que esto se realiza con la finalidad de obtener información oportuna y veraz, para poder orientarlos o brindarles estrategias que les permita a ustedes mejorar sus conocimientos y prácticas sobre la lonchera del preescolar.

Se garantiza la confidencialidad de los datos que Ud. proporcione.

Muy agradecida.

I.- Datos generales:

1. Edad de la madre

- < 20 años ()
- 20 – 25 años ()
- 26 – 30 años ()
- 31 – 40 años ()
- > 40 años ()

2. Grado de instrucción

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

3. Lugar de procedencia:

- Tarapoto ()
- Lamas ()
- Moyobamba ()
- Yurimaguas ()
- Otros:.....

4. Número de hijos:

- 1 ()
- 2 – 3 ()
- 4 a más ()

5. Ocupación Actual:

- Ama de casa ()
- Empleada publica ()
- Comerciante ()
- Otros:.....

Instrucciones

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

1. Las loncheras se consumen a media mañana o media tarde y una de sus características es que:

- a) Pueden reemplazar una de las comidas principales del niño
- b) Proporcionan todos los nutrientes que requiere el organismo.
- c) No reemplazan las comidas principales (desayuno, almuerzo y cena).
- d) Protegen el organismo de forma completa.
- e) No sabe, no responde.

2. Los alimentos en la lonchera del niño son importantes, debido a que le permiten:

- a) Calmar el hambre.
- b) Recuperar energías
- c) Motivar al niño.
- d) Fortalecer el organismo.
- e) No sabe, no responde.

3. Los alimentos formadores, contienen proteínas y tienen como principal función en el niño:

- a) Proporcionar energía.
- b) Regular funciones de los órganos.
- c) Contribuir en el crecimiento (peso y talla).
- d) Regular la talla.
- e) No sabe, no responde.

4. Dos de los alimentos que ayudan al crecimiento del niño, son:

- a) Naranja y papaya
- b) Queso y soya.
- c) Zanahoria y brócoli.
- d) Papa y habas.
- e) No sabe, no responde.

5. Los alimentos energéticos, incluyen a los carbohidratos y grasas y tienen como principal función en el niño:

- a) Regular el peso.
- b) Proporcionar energía.
- c) Regular funciones del organismo.
- d) Formar y renovar órganos.
- e) No sabe, no responde.

6. Dos de los alimentos que proporcionan energía al niño, son:

- a) Manzana y plátano.
- b) Pollo y leche.
- c) Pan y quinua.
- d) Zanahoria y naranja.
- e) No sabe, no responde.

7. Los alimentos reguladores, incluyen a las vitaminas y minerales y tienen como principal función en el niño:

- a) Formar y reparar órganos.
- b) Regular funciones del organismo.
- c) Proporcionar energía.
- d) Regular la talla.
- e) No sabe, no responde.

8. Dos de los alimentos que proporcionan vitaminas y minerales al niño son:

- a) Pan y queso
- b) Pollo y quinua.
- c) Camote y avena.
- d) Naranja y manzana.
- e) No sabe, no responde.

9. La bebida que se debe enviar a los niños en la lonchera es:

- a) Gaseosa
- b) Leche
- c) Refresco de frutas
- d) Té
- e) No sabe, no responde.

10. ¿Cuántas porciones diarias de lácteos (leche, queso, yogurt) debe consumir el niño?

- a) 1 porción
- b) 2 porciones
- c) 3 porciones
- d) No sabe, no responde.
- e) Otros, especifique_____

11. ¿Cuántas tazas de cereales diarios (quinua, cebada, maíz, trigo, avena, arroz) debe consumir el niño?

- a) 2 tazas
- b) 1 taza.
- c) ½ taza.
- d) No sabe, no responde.
- e) Otros, especifique_____

12. ¿Cuántos vasos de agua al día debe consumir, como mínimo, el niño?

- a) 2 vasos.
- b) 4 vasos.
- c) 6 vasos.
- d) No sabe, no responde.
- e) Otros, especifique_____

13. De las siguientes alternativas, marque cuales son los alimentos que puede incluir una lonchera para ser considerada saludable:

- a) Refresco de naranja y pan con papas fritas.
- b) Frugos, galleta y chocolate.
- c) Gaseosa, pan y manzana.
- d) Refresco de naranja, pan con mantequilla y plátano.

Anexo 02:

Escala de actitudes:

Instrucciones: La presente escala es estrictamente anónima por lo que no necesita escribir su nombre ni apellidos; le agradeceré que lea cuidadosamente cada uno de los enunciados y responda lo que para usted es la respuesta más adecuada; deberá responder marcando con un aspa (X), utilizando los siguientes criterios:

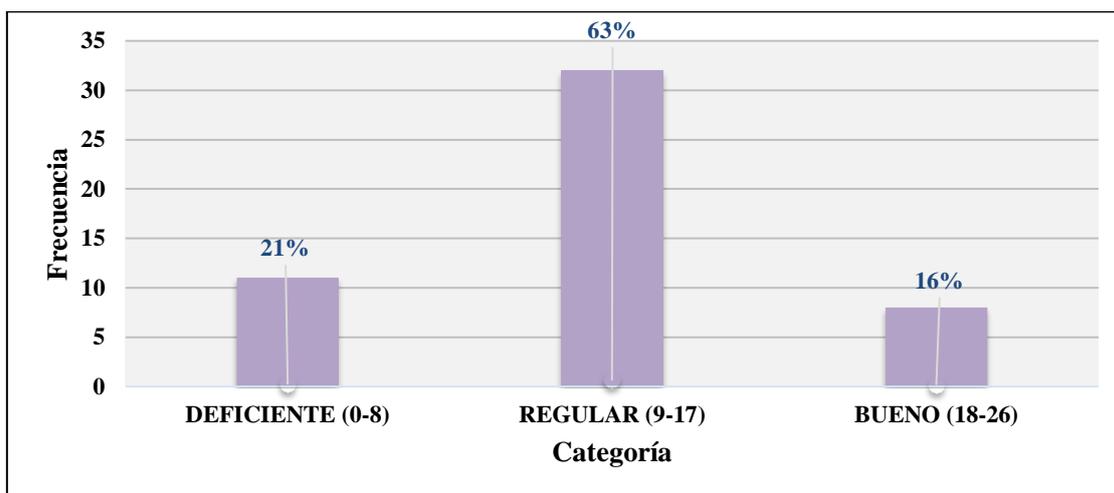
Recuerda que su sinceridad es muy importante, no hay respuestas buenas ni malas, asegúrese de contestar todos los enunciados.

Enunciado	Acuerdo	Indiferente	Desacuerdo

Nº	ITEMS	A	I	DA
1	Las carnes (de res, pollo) deben ser consumidas por los niños todos los días.			
2	La lonchera escolar ayuda a la alimentación balanceada del niño.			
3	Las frutas deben estar presentes en la lonchera escolar.			
4	Las infusiones (té, anís, manzanilla) son bebidas importantes e infaltables en la lonchera escolar.			
5	Los carbohidratos (azúcares) proporcionan energía a los niños.			
6	Las frutas y verduras de color naranja son fuente de vitamina A.			
7	A la hora de comer, el niño debe comer aparte para que tolere todo su plato de comida.			
8	Los alimentos de origen animal son más importantes que los de origen vegetal.			
9	Los carbohidratos (Azúcares) se encuentran sólo en las galletas, dulces y snacks.			
10	El niño debe comer junto con todos los miembros de la familia.			
11	El desayuno es el alimento más importante de la mañana.			
12	El hierro sólo se encuentra en alimentos de origen animal, como el hígado de res, por ejemplo.			
13	Los niños comen más cuando los padres les supervisan y estimulan a comer.			
14	Los alimentos aportan los nutrientes que permiten tener niños sanos y activos.			
15	Los alimentos ricos en hierro deben comerse con alimentos que tengan vitamina C para ayudar a su absorción.			
16	Se le debe dar líquidos entre cucharada y cucharada de Comida.			
17	Los alimentos energéticos sólo ayudan al niño a engordar.			
18	La lonchera escolar debe contener: Un sándwich, una fruta y refresco natural.			
19	Los carbohidratos, como el pan y cereales, tienen como función al de brindar energía a las células del organismo.			
20	Las carnes deben ser consumidas por los niños de 2 a 3 veces por semana.			
21	Considero que la leche de animales y productos lácteos contienen la misma cantidad de calcio y hierro.			
22	La lonchera escolar debe contener: Jugo de frutas, una galleta dulce y una golosina.			
23	Los alimentos energéticos ayudan a los niños a realizar sus actividades diarias.			
24	Después de comer, el niño debe tener una siesta.			
25	Las frutas sólo protegen a los niños de las enfermedades.			
26	Si le doy muchos carbohidratos (azúcares) a mi niño le voy a producir diabetes.			
27	La alimentación adecuada del niño debe contener: Desayuno – Refrigerio – Almuerzo – Lonche – Cena.			
28	Debo darle de comer a mi niño con la televisión o la radio prendida.			
29	Considero que la alimentación es dar nutrientes necesarios para el normal crecimiento y desarrollo del niño.			
30	Considero que la función de la lonchera escolar es reemplazar el desayuno del niño.			

Anexo 03:

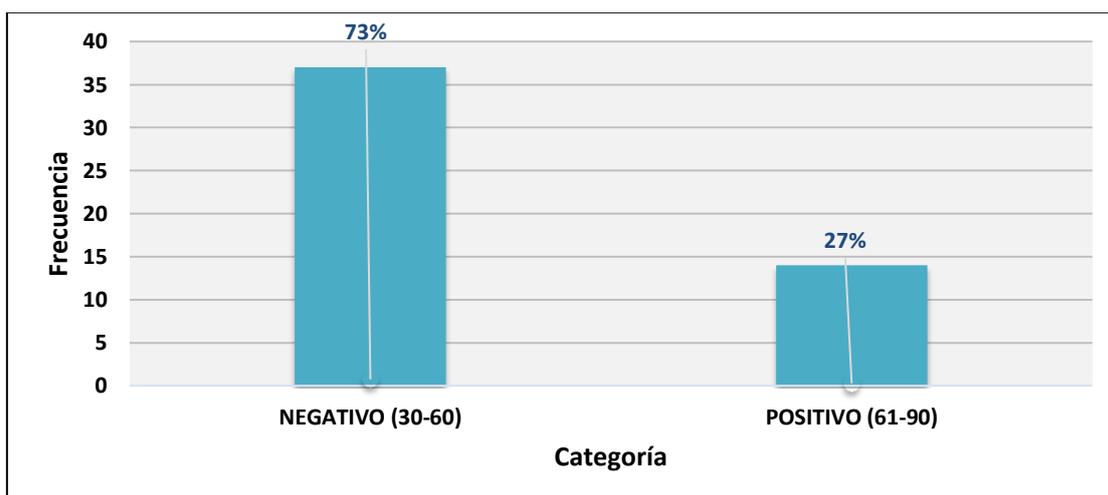
Gráfico 1. Nivel de conocimientos sobre la composición de loncheras saludables en madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales.



En el gráfico 1, se presenta el porcentaje de madres que tienen el conocimiento sobre loncheras saludables, resultando que el nivel de conocimiento sobre la composición de loncheras saludables es regular con un 63%.

Anexo 04:

Gráfico 2. Resultados de escala de medición de actitudes de las madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, sobre la composición de loncheras saludables.



Anexo 05:**Tabla 5.** Porcentaje y número de madres que respondieron la escala de actitudes (Acuerdo, indiferente y desacuerdo) sobre la composición de loncheras saludables.

N°	Escala de Actitudes	A	I	DA	TOTAL
1	Las carnes (de res, pollo) deben ser consumidas por los niños todos los días.	30 59%	14 27%	7 14%	51 100%
2	La lonchera escolar ayuda a la alimentación balanceada del niño.	47 92%	2 4%	2 4%	51 100%
3	Las frutas deben estar presentes en la lonchera escolar.	51 100%	0 0%	0 0%	51 100%
4	Las infusiones (té, anís, manzanilla) son bebidas importantes e infaltables en la lonchera escolar.	17 33%	20 39%	14 28%	51 100%
5	Los carbohidratos (azúcares) proporcionan energía a los niños.	29 56%	11 22%	11 22%	51 100%
6	Las frutas y verduras de color naranja son fuente de vitamina A.	34 67%	1 2%	16 31%	51 100%
7	A la hora de comer, el niño debe comer aparte para que tolere todo su plato de comida.	11 22%	11 22%	29 56%	51 100%
8	Los alimentos de origen animal son más importantes que los de origen vegetal.	9 17%	11 22%	31 61%	51 100%
9	Los carbohidratos (Azúcares) se encuentran sólo en las galletas, dulces y snacks.	7 14%	10 29%	34 67%	51 100%
10	El niño debe comer junto con todos los miembros de la familia.	50 98%	1 2%	0 0%	51 100%
11	El desayuno es el alimento más importante de la mañana.	50 98%	1 2%	0 0%	51 100%
12	El hierro sólo se encuentra en alimentos de origen animal, como el hígado de res, por ejemplo.	23 45%	11 22%	17 33%	51 100%
13	Los niños comen más cuando los padres les supervisan y estimulan a comer.	42 82%	6 12%	3 6%	51 100%
14	Los alimentos aportan los nutrientes que permiten tener niños sanos y activos.	50 98%	0 0%	1 2%	51 100%
15	Los alimentos ricos en hierro deben comerse con alimentos que tengan vitamina C para ayudar a su absorción.	31 61%	16 31%	4 8%	51 100%
16	Se le debe dar líquidos entre cucharada y cucharada de Comida.	10 20%	9 17%	32 63%	51 100%
17	Los alimentos energéticos sólo ayudan al niño a engordar.	9 18%	14 27%	28 55%	51 100%
18	La lonchera escolar debe contener: Un sándwich, una fruta y refresco natural.	47 92%	1 2%	3 6%	51 100%
19	Los carbohidratos, como el pan y cereales, tienen como función al de brindar energía a las células del	26 51%	18 35%	7 14%	51 100%

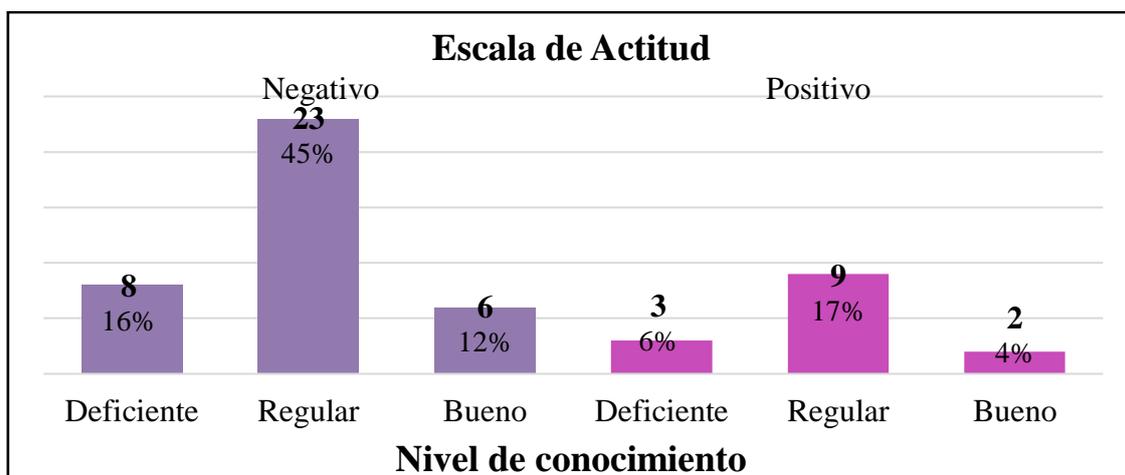
organismo.					
20	Las carnes deben ser consumidas por los niños de 2 a 3 veces por semana.	42 82%	3 6%	6 12%	51 100%
21	Considero que la leche de animales y productos lácteos contienen la misma cantidad de calcio y hierro.	26 51%	11 22%	14 27%	51 100%
22	La lonchera escolar debe contener: Jugo de frutas, una galleta dulce y una golosina.	3 6%	7 14%	41 80%	51 100%
23	Los alimentos energéticos ayudan a los niños a realizar sus actividades diarias.	41 80%	6 12%	4 8%	51 100%
24	Después de comer, el niño debe tener una siesta.	24 47%	13 26%	14 27%	51 100%
25	Las frutas sólo protegen a los niños de las enfermedades.	11 22%	13 25%	27 53%	51 100%
26	Si le doy muchos carbohidratos (azúcares) a mi niño le voy a producir diabetes.	27 53%	11 22%	13 25%	51 100%
27	La alimentación adecuada del niño debe contener: Desayuno – Refrigerio – Almuerzo – Lonche – Cena.	51 100%	0 0%	0 0%	51 100%
28	Debo darle de comer a mi niño con la televisión o la radio prendida.	1 2%	5 10%	45 88%	51 100%
29	Considero que la alimentación es dar nutrientes necesarios para el normal crecimiento y desarrollo del niño.	48 94%	1 2%	2 4%	51 100%
30	Considero que la función de la lonchera escolar es reemplazar el desayuno del niño.	4 8%	10 20%	37 72%	51 100%

Fuente: Elaboración propia.

Se realizó la calificación de la siguiente manera, las preguntas positivas (N° 2, 3, 5, 6, 10, 11, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 23, 27 y 29) tuvieron puntajes de Acuerdo (A) = 3, Indiferente (I) = 2 y Desacuerdo (DA) = 1, mientras que las preguntas negativas (N° 1, 4, 7, 8, 9, 12, 16, 17, 21, 22, 24, 25, 26, 28 y 30) tuvieron puntajes de Acuerdo (A) = 1, Indiferente (I) = 2 y Desacuerdo (DA) = 3.

Anexo 06

Gráfico 3. Relación del nivel de conocimiento y escala de actitud en madres de la I.E.I. N° 1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales, sobre la composición de loncheras saludables.



En el gráfico 3 también se interpreta la relación entre el nivel de conocimiento y actitudes que tienen las madres de la I.E.I. N°1137 – PNP Milagroso Divino Niño de Jesús – Morales sobre la composición de loncheras saludables, se obtuvo que 8 (16%) madres tienen un nivel de conocimiento deficiente y actitud negativa, 23 (45%) madres tienen conocimiento regular y actitud negativa, 6 (12%) madres tienen conocimiento bueno y actitud negativa, así mismo 3 (6%) madres tienen un nivel de conocimiento deficiente y actitud positiva, 9 (17%) madres tienen nivel de conocimiento regular y actitud positiva, y solo 2 (4%) madres tienen nivel de conocimiento bueno y actitud positiva.