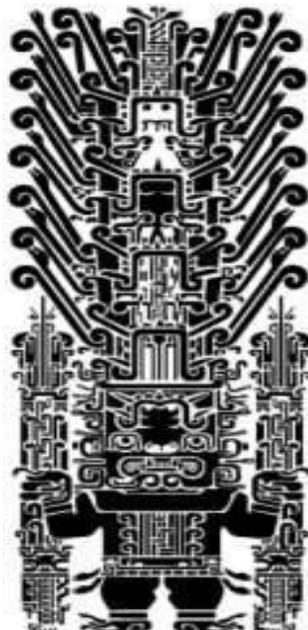


**UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL
FACULTAD DE MEDICINA “HIPÓLITO UNANUE”**

ESCUELA DE NUTRICION



**NIVEL DE CONOCIMIENTO MATERNO SOBRE LONCHERA SALUDABLE Y
SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS PREESCOLARES
DE LA IEI SANTA MARIA, LINCE, 2017.**

***LEVEL OF MATERNAL KNOWLEDGE ABOUT HEALTHY LUNCH BOX AND
ITS RELATION WITH THE NUTRITIONAL STATUS OF PRESCHOOLERS
OF THE IEI SANTA MARIA, LINCE, 2017.***

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición

AUTORA

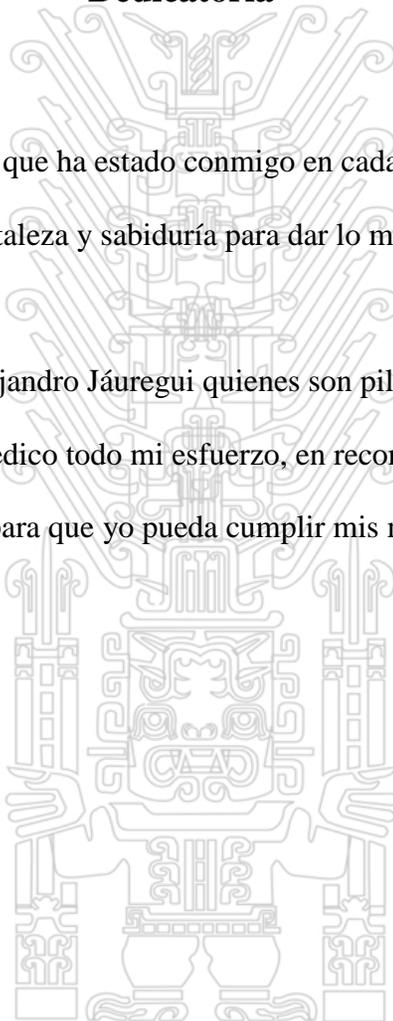
JAUREGUI ROMERO ERIKA

2018

Dedicatoria

Doy primero gracias a Dios por que ha estado conmigo en cada paso que doy, cuidándome y dándome fortaleza y sabiduría para dar lo mejor de mí.

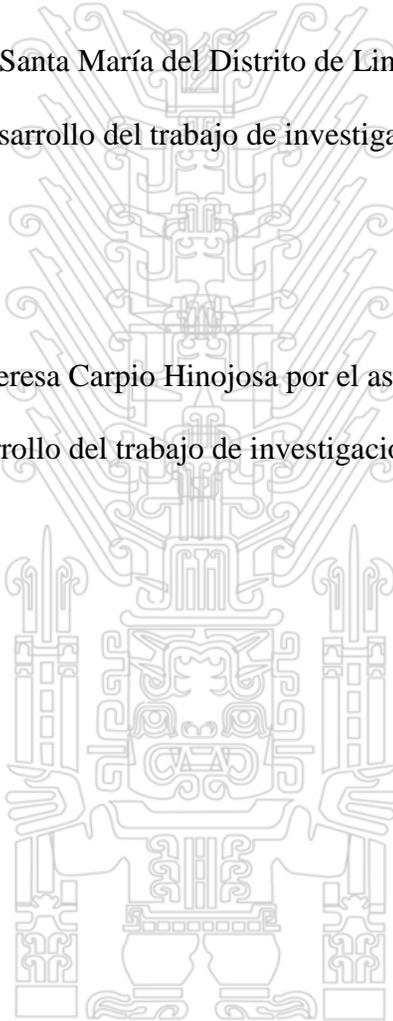
A mis padres Irma Romero y Alejandro Jáuregui quienes son pilares fundamentales en mi vida, con mucho amor y cariño, les dedico todo mi esfuerzo, en reconocimiento a todo el sacrificio puesto para que yo pueda cumplir mis metas.



Agradecimiento

A la Institución Educativa Inicial Santa María del Distrito de Lince por su apoyo y colaboración en el desarrollo del trabajo de investigación.

A mi Asesora la Doctora María Teresa Carpio Hinojosa por el asesoramiento y orientación en el desarrollo del trabajo de investigación.



INDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
RESUMEN	VI
ABSTRACT	VII
PRESENTACIÓN	VIII
CAPITULO I: INTRODUCCION	1
1.1 Formulación del problema	8
1.2 Justificación e Importancia del estudio	9
1.3 Objetivos	10
1.3.1 Objetivo General	10
1.3.2 Objetivo Específicos	11
1.4 Hipótesis	11
1.4.1 Hipótesis General	11
1.4.2 Hipótesis Específicas	12
1.5 Marco Teórico	12
1.5.1 Antecedentes bibliográficos	12
1.5.2 Marco Conceptual	17
1.5.3 Definición y Operacionalización de Variables	30
CAPITULO II: MÉTODO	32

2.1 Tipo de estudio y Diseño de Investigación	32
2.2 Área o sede de estudio	32
2.3 Población/ Muestra	33
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	33
2.5 Validez y Confiabilidad del Instrumento	35
2.6 Proceso de recolección de datos	35
2.7 Procesamiento y Análisis de datos	37
2.8 Aspectos éticos	37
CAPITULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	38
3.1 Resultados.....	38
3.2 Discusión.....	51
CAPITULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	58
4.1 Conclusiones.....	58
4.2 Recomendaciones	59
5. Referencia bibliográficas	61
6. Anexos	69

RESUMEN

El presente estudio titulado: “Nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y su relación con el estado nutricional de los preescolares de la IEI Santa María, Lince, 2017”, tiene como objetivo: Determinar la relación entre el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y el estado nutricional de los preescolares. El método que se utilizó fue de tipo cuantitativo, diseño descriptivo correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 80 madres y sus niños; obtenida mediante el muestreo probabilístico, aleatorio simple. La técnica empleada para la recolección de datos fue la encuesta, el instrumento fue el cuestionario y la ficha de observación. Los resultados obtenidos muestran que el 55% de las madres presentó un nivel de conocimiento medio, 33.75% bajo y 11.25% alto. En cuanto al estado nutricional el 55% son normales y el 45% tienen problemas nutricionales.

La conclusión fue que al determinar la relación entre las variables mediante la prueba de chi cuadrado se aceptó la hipótesis alterna ($p < 0.01$), con lo cual se determina que si existe relación entre el nivel de conocimiento materno y el estado nutricional de los preescolares. Asimismo al evaluar la fuerza de la relación se evidenció que presentar un nivel alto de conocimiento por parte de las madres genera en 9.21 veces la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional, mientras que presentar un nivel bajo del conocimiento disminuye en un 95.1% la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional.

Palabras claves: Lonchera saludable, Estado nutricional, Conocimiento materno, Preescolares.

ABSTRACT

The present study entitled: Level of maternal knowledge about healthy lunch box and its relation with the nutritional status of preschoolers of the IEI Santa Maria, at Lince, in 2017; has as objective: To determine the relationship between the level of maternal knowledge about healthy lunch box and nutritional status of the preschoolers. The method used was quantitative, correlational descriptive design and cross-sectional. The sample consisted of 80 mothers and their children; obtained by simple random, probabilistic sampling. The technique used for the data collection was the survey, the instrument was the questionnaire and the observation sheet. The results obtained show that 55% of the mothers presented a medium level of knowledge, 33.75% low and 11.25% high. In terms of nutritional status, 55% are normal and 45% have nutritional problems.

The conclusion was that in determining the relationship between the variables using the chi-square test, the alternative hypothesis was accepted (p value <0.01), which determines whether there is a relationship between the level of maternal knowledge and the nutritional status of preschoolers. Likewise, when evaluating the strength of the relationship, it was evidenced that presenting a high level of knowledge on the part of the mothers generates 9.21 times the probability of presenting an adequate nutritional status, while presenting a low level of knowledge decreases by 95.1% the probability to present an adequate nutritional status.

Keywords: Healthy lunch box, Nutritional status, Maternal knowledge, Preschoolers.

PRESENTACIÓN

Los problemas de malnutrición infantil siguen siendo motivo de preocupación de los gobiernos, puesto que es un problema de salud pública. La malnutrición se refiere a las carencias, los excesos y los desequilibrios de la ingesta calórica y de nutrientes de un niño, los cuales desencadenan problemas como la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad; conllevando a serias amenazas y complicaciones en el crecimiento y desarrollo óptimo de la población infantil.

La malnutrición infantil es un problema que muchas veces es consecuencia del deficiente conocimiento e inadecuadas prácticas alimentarias que poseen las madres. El desconocimiento de las madres en cuanto a los alimentos que deben enviar en la lonchera a sus niños, es un factor muy importante en el desarrollo nutricional del niño, que en las últimas décadas se ha visto afectada por la repercusión de los cambios sociales en la dinámica familiar y los cambios culturales en la crianza de los niños.

Puesto que el estado nutricional adecuado es importante para el desarrollo intelectual, sobre todo en la etapa preescolar y escolar, ya que ambas etapas presentan notables cambios físicos y psicológicos.

Actualmente es sabido que la salud y la nutrición de los preescolares influyen directamente en su formación, rendimiento escolar, conducta, atención y la concentración durante las horas de clase. Muchos de los preescolares tienen hábitos alimenticios inadecuados, debido a la falta de educación nutricional de las madres, lo cual afecta el estado nutricional de los preescolares.

De allí la importancia de realizar el presente estudio titulado “Nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y su relación con el estado nutricional de los preescolares de la IEI Santa María”, el cual tiene como objetivo determinar la relación entre el nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables y el estado nutricional de los preescolares de la IEI Santa María, con el propósito de que los resultados obtenidos permitan conseguir la participación activa de las madres sobre la alimentación de sus niños; ayudando a promover estilos de vida saludables que conlleven a prevenir enfermedades o complicaciones por déficit o exceso de nutriente y que se logre intervenir a través de este proyecto con un programa educativo dirigido a mejorar el nivel de conocimiento que tenga la madre sobre los beneficios, importancia y contenido de una lonchera saludable en base a los resultados para contribuir en la mejora del estado nutricional de los preescolares.



I. INTRODUCCION

Actualmente los problemas de malnutrición son reconocidos como problemas de salud pública, teniendo mayor presencia e incidencia en la población infantil y en la mayoría de los casos en los países en vías de desarrollo. Este problema abarca dos estados nutricionales: la desnutrición y la obesidad infantil, los cuales a largo plazo pueden desencadenar una alta tasa de morbimortalidad. Por ello existe la necesidad de aumentar esfuerzos en concientizar y promover una alimentación saludable y balanceada para todos los grupos de edades, pero haciendo hincapié principalmente en los niños y niñas menores de 5 años, para que desde pequeños puedan crecer con un estilo de vida saludable.

En este sentido se estima que a nivel mundial 52 millones de niños menores de 5 años presentan emaciación, 17 millones padecen emaciación grave, 155 millones sufren retraso del crecimiento, y alrededor de 1.5 millones de niños con emaciación fallecen cada año, mientras que 41 millones tienen sobrepeso u obesidad (Organización Mundial de la Salud: OMS, 2017). Según el informe mundial sobre el estado de la infancia, mencionan que Asia (87 millones) y África (59 millones) presentan mayor prevalencia de retraso de crecimiento en niños menores de 5 años, seguido de Latinoamérica y El Caribe y Oceanía; asimismo Asia (20 millones) presenta la mayor prevalencia de sobrepeso (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia: UNICEF, 2017).

En América Latina y el Caribe se observa una tendencia parecida: la prevalencia de retraso del crecimiento pasó de 18,4% en el año 2000 a 11,3% en 2015, donde 6,1 millones de niños menores

de 5 años presentaron desnutrición crónica, de ellos 3,3 millones eran de Sudamérica, 2,6 millones de Mesoamérica y 200 000 del Caribe; mientras que la tendencia del sobrepeso y la obesidad en menores de 5 años ha mostrado un constante incremento. Entre 1990 y 2015, la prevalencia mundial pasó de 4,8% (31 millones) a 6,2% (41 millones), es decir que aumentó cerca de un 30%. Estimaciones para los mismos años muestran que en América Latina y el Caribe la prevalencia de niños menores de 5 años con sobrepeso pasó de 6,6% (3,7 millones) a 7,2% (3,9 millones), de los cuales 2,5 millones de niños se encuentran en Sudamérica, 1,1 millones en Mesoamérica y 200 000 en el Caribe (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación: FAO, 2017).

Diversos estudios mencionan que estos problemas se encuentran en extremos opuestos, siendo la realidad muy compleja. De hecho, la malnutrición y la sobre nutrición coexisten con frecuencia dentro del mismo país, comunidad e incluso en el mismo individuo. Se observa que los niños con retraso en el crecimiento corren un mayor riesgo de padecer sobrepeso cuando son adultos. (UNICEF, 2015)

Por ello “la evaluación del estado nutricional es la mejor manera de determinar si efectivamente se están cumpliendo las necesidades nutricionales de las personas, una vez que la comida está disponible y es de fácil acceso” (FAO, 2017).

Asimismo, Clavo (2014) menciona que:

El estado nutricional es una preocupación tanto de los países desarrollados como los países subdesarrollados, ya que el estado nutricional fuera de los parámetros normales trae como

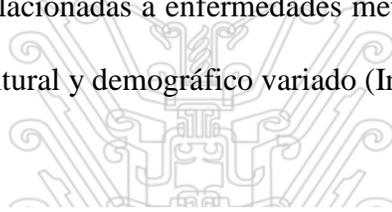
consecuencias deterioro de la salud y a su vez limita el desarrollo de la comunidad; un informe publicado por la FAO, muestran que ochocientos cincuenta y cuatro millones de personas del mundo están mal alimentadas, y la mayoría de éstas se encuentran en países subdesarrollados. (p.13)

Tal es el caso del sur del Sahara, Mozambique, Kenia, Asia y especialmente en África, quienes registran los más altos índices de desnutrición y mortalidad infantil, asociadas a esta causa; asimismo, estos países son los que presentan mayor retraso económico, cultural y social en el mundo; dato muy relevante, cuando se observa que el estado nutricional inadecuado y la falta de estímulos genera en la persona retraso físico e intelectual, limitando la explotación de sus capacidades. Asimismo, a nivel internacional Nicaragua es el país de América con índices más altos de desnutrición y Colombia ocupa el segundo lugar. (Colquicocha, 2009, p.4-5)

Actualmente México ocupa el primer lugar a nivel mundial en obesidad infantil, y el segundo en obesidad en adultos, precedido sólo por los Estados Unidos. Problema que está presente no sólo en la infancia y la adolescencia, sino también en población en edad preescolar. Siendo la principal causa los malos hábitos alimenticios, que acaban desembocando una alta prevalencia de sobrepeso-obesidad en la edad adulta (70%), favoreciendo a largo plazo la aparición de enfermedades no transmisibles (UNICEF, 2008).

La malnutrición tiene un alto impacto en la sociedad, especialmente la desnutrición infantil con repercusiones no sólo físicas sino también cognitivas, que alcanzan al individuo en todas sus etapas de vida, conllevando a una serie de consecuencias funcionales muy graves como el retraso en la

capacidad cognoscitiva, retardo en el aprendizaje, problemas en la capacidad de concentración y capacidad intelectual y retardo en el desarrollo psicomotor. En ese sentido, en los últimos años, en el Perú se han producido mejoras relacionadas con la desnutrición crónica en menores de cinco años, sin embargo, aún se reporta prevalencias muy altas. Pero por otro lado, el exceso de peso también muestra un incremento sostenido, incluso en edades muy tempranas, con sus repercusiones en la edad adulta relacionadas a enfermedades metabólicas, llamados todo ello en un contexto social, económico, cultural y demográfico variado (Instituto Nacional de Salud: INS, 2015).



No escapando nuestro país de dicha realidad, en el Perú, la prevalencia de la desnutrición crónica infantil (DCI) en niños menores de cinco años se redujo de 23.8%, en el 2009, a 13.1%, en el 2016. Según ámbito geográfico, en el año 2016, la mayor proporción de DCI en menores de cinco años se encuentra en las áreas rurales con un 26.5%, mientras que en el área urbana es 7.9%. Asimismo se viene mostrando una reducción continua de la DCI desde el 2009, disminuyendo en 13.8 puntos porcentuales la DCI en áreas rurales y 6.3 puntos porcentuales en áreas urbanas (Encuesta Demográfica y de Salud Familiar: ENDES, 2016).

A nivel departamental, en Huancavelica se puede observar que tres de cada diez niñas y niños menores de cinco años fueron afectados con DCI, en el 2016, y aunque representa la más alta proporción de desnutrición entre los departamentos del Perú, también muestra en el tiempo una tendencia de mayor reducción, entre los años 2007 y 2012. Los departamentos con la menor proporción de DCI, en menores de 5 años, durante el año 2016, fueron Tacna, Moquegua y la provincia de Lima (2.3%, 4.5% y 4.9%, respectivamente); sin embargo, 14 de las 25 regiones

(Huancavelica, Huánuco, Ucayali, Cajamarca, Loreto, Amazonas, Pasco, Apurímac, Ayacucho, Piura, Junín, Ancash, Cusco y Puno) mantienen prevalencia de DCI por encima del promedio nacional. Ante ello el Ministerio de Salud tiene como meta al 2021 reducir la DCI de 13.1% (2016) a 6.4% disminuyendo esta cifra en 6.7 puntos porcentuales (Ministerio de Salud: MINSA, 2017).

Por otro lado, la prevalencia de sobrepeso en niños menores de cinco años ha reducido de 6.3%, en el 2009, a 6.1%, en el 2016, manteniéndose estable a la actualidad. Asimismo la prevalencia de obesidad en menores de 5 años presentó una leve tendencia hacia el descenso; encontrándose que, en los últimos ocho años evaluados, la cifra se redujo de 2.9%, en el 2009, a 1.5%, en el 2016.

A nivel departamental, Tacna es la región con mayores cifras de prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad (16.2%), evidenciando que uno de cada cinco niñas y niños menores de cinco años tuvo una acumulación excesiva de grasa; mientras que, en las otras regiones del país, afectó a uno de cada diez niñas y niños de este grupo de edad. Por otro lado, la región de Lima concentró, casi al 40.0% de las niñas y niños menores de cinco años con exceso de peso, con un total de 92,572 afectados.

Al analizar las cifras de sobrepeso y obesidad por separado, se puede observar que, en el año 2016, Tacna, Moquegua, Callao, Lima, Ica, Lambayeque, La Libertad y Arequipa, fueron las regiones que presentaron prevalencias de sobrepeso superiores al promedio nacional (6.1%). Así mismo, las regiones de Tacna y Moquegua presentaron prevalencias de Obesidad por encima del 3.0%. Mientras que las regiones con menor prevalencia de sobrepeso y obesidad, en el año 2016, fueron Ayacucho, Loreto, Cusco y Apurímac (INS, 2017).

Por ello es importante ubicar a este grupo etario en riesgo potencial de complicaciones en su salud y retraso físico e intelectual, para prevenir el incremento de estos casos en la etapa escolar y adulta, donde es más difícil corregir o revertir el daño ocasionado por los malos hábitos alimentarios, lo cual muchas veces es producto del desconocimiento de las madres de familias sobre la alimentación saludable en la etapa preescolar. Según la ENDES (2016), refiere que las madres con menor nivel de educación tuvieron una mayor proporción de niñas y niños con desnutrición global en relación a las de mayor educación. Así, el 1,2% de infantes de madres con educación superior tuvo desnutrición global, proporción que se elevó a 9,6% cuando las madres no tuvieron nivel de educación.

De este modo la OMS (2015) considera que “llevar una dieta sana a lo largo de la vida ayuda a prevenir la malnutrición en todas sus formas, así como distintas enfermedades no transmisibles y diferentes afecciones”. Asimismo es importante señalar que la falta de educación alimentaria en los padres de familia y/o responsables del cuidado de los niños, condiciona a que elijan alimentos de forma inadecuada, sin tener en cuenta su valor nutricional. Sabiendo que los preescolares son los más propensos al consumo de alimentos con poco valor nutritivo debido a la influencia que los medios publicitarios ejercen sobre ellos poniendo en riesgo de esta manera su salud.

Asimismo, Abanto y Barrionuevo (2009) afirman que:

Existe una gran aceptación por productos de fácil adquisición para el consumo de los niños en edad preescolar y escolar. Además es posible que actualmente, las madres de familias no cuenten con tiempo suficiente para preparar un adecuado desayuno saludable o tengan

poco acceso a la información del valor nutricional de una lonchera saludable, provocando en muchas ocasiones una mala calidad alimenticia, para un desarrollo físico y mental óptimo del preescolar. Según datos del MINSA (2005); el consumo de una lonchera escolar poco saludable, alcanza el 63 por ciento, siendo más prevalente en los sectores más pobres, donde los niños muchas veces no llevan loncheras. (p.4)

Las loncheras escolares son de vital importancia y necesidad para los niños en la etapa preescolar y escolar, debido a que permite cubrir las necesidades energéticas, asegurando que el preescolar tenga un rendimiento adecuado durante la clase.

Además que la lonchera es un complemento nutricional, que cubre una parte del requerimiento nutricional del niño. Está compuesta por cuatro grupos de alimentos que van a proporcionar al organismo parte de los nutrientes y energía que los niños necesitan durante el día y así lograr un rendimiento óptimo durante la etapa educativa. Asimismo la lonchera escolar aporta del 10 al 15% de las recomendaciones dietéticas del escolar. Cada lonchera debe contener de 150 a 300 calorías como mínimo y no reemplaza al desayuno ni al almuerzo. Esta cantidad de calorías está en relación con la edad, estatura y actividad física. La lonchera de un preescolar debe tener entre 150 a 200 kcal, mientras que la de un escolar puede estar entre 200 a 300 kcal. (Maguiña, 2008, p.109)

En la actualidad cada vez son más las madres de familia quienes cometen los errores de preparar las loncheras escolares a base de alimentos procesados con alto contenido en grasas y carbohidratos, que no contienen los nutrientes esenciales requeridos en la etapa preescolar.

De este modo los factores condicionantes como un nivel de conocimiento bajo o carencia de ello, por parte de las madres de familia, son los que desencadenan que el preescolar presente un desequilibrio nutricional afectando su estado nutricional.

Bajo esta perspectiva, cada una de éstas variables juega un papel fundamental en el crecimiento y desarrollo adecuado del preescolar quien se encuentra en pleno proceso de aprendizaje y adquisición de hábitos alimentarios, de ahí que la investigación se realiza con el objetivo de determinar la relación entre el nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables y el estado nutricional de los preescolares de la IEI Santa María del distrito de lince, a fin de que los datos obtenidos permitan que el equipo de salud puedan determinar las acciones y estrategias a seguir en cuanto a la promoción de la lonchera saludable en niños menores de 5 años.

1.1 FORMULACION DEL PROBLEMA GENERAL

El problema sería establecido de la siguiente manera:

¿Cuál es el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y el estado nutricional de los preescolares de la I.E.I Santa María?

1.1.1 FORMULACION DE PROBLEMAS ESPECIFICOS

Problema Específico 1

- ¿Cuáles son los niveles de conocimientos que tienen las madres de los preescolares sobre lonchera saludable?

Problema Específico 2

- ¿Cuál es el estado nutricional de los preescolares de la institución educativa inicial?

Problema Específico 3

- ¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y el estado nutricional de los preescolares?

1.2 JUSTIFICACION E IMPORTANCIA DEL PROYECTO

Durante el desarrollo de las prácticas pre-profesionales como estudiante de nutrición en instituciones educativas de nivel inicial se detectaron y evidenciaron preescolares con problemas de malnutrición ya sea por déficit o por exceso, pudiéndose observar que la gran parte de los preescolares del distrito de lince llevan loncheras inadecuadas a sus centros de estudios, como consecuencia del grado de instrucción, lugar de procedencia, costumbres, falta de tiempo y falta de conocimiento de las madres de familia sobre la importancia de la nutrición en esta etapa de la vida, lo cual les dificulta la preparación de una lonchera adecuada y saludable.

Asimismo los hábitos y las costumbres alimentarias desempeñan un rol importante en el estado nutricional del niño, debido a que muchas veces se ven influenciados por el entorno en el cual se desarrollan; ya que en esta edad los niños suelen imitar conductas, comportamientos, hábitos y preferencias alimentarias por parte de la familia, amigos y de personas que ellos consideran modelo, así como la influencia de los medios de comunicación en la alimentación del niño, lo cuales pueden producir efectos positivos y negativos en su alimentación. Por ello es importante y

necesario profundizar el conocimiento de las madres en lo que respecta a la lonchera y alimentación saludable para así poder revertir y/o prevenir esta problemática.

Frente a esta problemática se ha creído conveniente realizar el presente trabajo de investigación, porque permite tener una noción de la realidad, con la finalidad de informar la situación nutricional de los preescolares a las autoridades del colegio para que reflexionen e implementen estrategias de concientización como escuelas de padres, programas nutricionales, talleres educativos sobre lonchera saludable y alimentación del preescolar. Asimismo se busca el fortalecimiento del desempeño del nutricionista, quien será el responsable de brindar educación nutricional a las personas responsables del cuidado y desarrollo del preescolar, como son la familia y escuela.

De igual manera, con esta investigación se fortalecerá una línea investigativa prioritaria en nutrición, ya que los resultados obtenidos permitirán tomar acciones preventivas; que favorecerá al equipo de salud evaluar el nivel de conocimiento que tiene la madre con respecto a la preparación de una lonchera saludable pudiendo intervenir mediante la educación nutricional, para detectar precozmente problemas de salud en el preescolar. Así mismo se espera que en base a los resultados obtenidos se puedan sugerir recomendaciones y de esta manera contribuir con el desarrollo de los preescolares y posteriormente sirva como base para que se siga realizando otras investigaciones.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo General

Determinar la relación entre el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y el estado nutricional de los preescolares de la I.E.I Santa María.

1.3.2 Objetivos Específicos

Objetivo Específico 1

- Evaluar el nivel de conocimiento que tienen las madres de los preescolares sobre lonchera saludable.

Objetivo Específico 2

- Determinar el estado nutricional de los preescolares de la institución educativa inicial.

Objetivo Específico 3

- Relacionar el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y el estado nutricional de los preescolares.

1.4 HIPOTESIS

1.4.1 Hipótesis General

Ha.

Existe relación significativa entre el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y el estado nutricional de los preescolares de la I.E.I Santa María.

Ho.

No existe relación significativa entre el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y el estado nutricional de los preescolares de la I.E.I Santa María.

1.4.2 Hipótesis Específicos

Hipótesis Específico 1

- El nivel de conocimiento que tienen las madres de los preescolares sobre lonchera saludable es de nivel bajo.

Hipótesis Específico 2

- El estado nutricional de los preescolares es inadecuado.

Hipótesis Específico 3

- A nivel alto de conocimiento materno sobre lonchera saludable el estado nutricional de los preescolares será adecuado.

1.5 MARCO TEORICO

1.5.1 ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS

Al realizar la revisión de estudios se ha podido encontrar algunas investigaciones con las variables de estudio:

A NIVEL INTERNACIONAL

Baque y Batallas (2013) realizaron también en Ecuador un estudio titulado “Desequilibrio nutricional relacionado con factores socioeconómico y biológico manifestado por el índice de masa corporal en preescolares. Escuela José Pedro Varela, La Libertad 2012-2013”. Los resultados de esta investigación demostraron que si hubo asociación entre el estado nutricional de

130 estudiantes en etapa preescolar y el desconocimiento y falta de tiempo de sus madres (70) para la preparación de loncheras saludables, prefiriendo loncheras de fácil preparación ricas en carbohidratos y de alto contenido graso.

En México, Santillana (2013) investigó sobre la “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”. Los resultados evidenciaron que se estableció un vínculo entre el estado nutricional de niños y niñas con el contenido calórico de sus refrigerios, en un estudio de tipo transversal y descriptivo de 54 preescolares a los cuales se les evaluó el estado nutricional antropométrico, como también se les supervisó el contenido de las loncheras escolares por 3 días consecutivos.

En Argentina; Berta, Fugas, Walz y Martinelli (2015) llevaron a cabo el estudio acerca del “Estado nutricional de escolares y su relación con el hábito y calidad del desayuno”. Concluyeron que hubo relación entre la frecuencia y calidad de desayuno con el IMC, en un estudio de tipo descriptivo y de corte transversal, conformado por 637 escolares a quienes se les evaluó el IMC, frecuencia y calidad del desayuno y alimentos consumidos durante la mañana. Demostrando que existe mayor riesgo de sobrepeso - obesidad, en quienes omiten el desayuno diariamente y en quienes consumen un desayuno de mala calidad.

En Guatemala, Tevalán (2015) investigó sobre la “Evaluación de la composición y el valor nutricional de las loncheras escolares, de cinco establecimientos educativos privados y cinco establecimientos públicos, del departamento de Guatemala. Enero – Mayo 2015”. Los resultados

demonstraron que las loncheras de los establecimientos educativos privados presentaron una mayor cantidad de energía y de grasa en comparación con las loncheras de los establecimientos públicos que presentaron mayores cantidades de proteína y carbohidratos. Asimismo el 85% de las loncheras evaluadas se encontraron por encima de la recomendación para la cantidad de energía y carbohidratos, 92% para la cantidad de proteína y 60% para la cantidad de grasa. Concluyendo que el valor nutricional de la mayoría de las loncheras se encontró por encima de las recomendaciones diarias para la población escolar, según sexo, y edad.

A NIVEL NACIONAL

Huayllacayan y Mora (2014) llevaron a cabo la investigación “Relación entre conocimiento materno sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes de primaria de la institución educativa N° 6069pachacútec, Lima”. Los resultados indicaron que se encontró relación entre el conocimiento materno con el estado nutricional de escolares, en un estudio de diseño descriptivo correlacional y de corte transversal, constituida por 100 alumnos del cuarto grado de primaria y sus respectivas madres, a quienes se les aplicó un cuestionario, evidenciando que el nivel de conocimiento materno sobre loncheras escolares según generalidades, función y contenido de la lonchera era de nivel medio, el estado nutricional según IMC es normal y un porcentaje significativo de estudiantes presentó sobrepeso con tendencia a obesidad.

Baldeón (2016) realizó un estudio acerca del “Conocimiento de las madres sobre la preparación de lonchera escolar saludable en la I.E.P. Jesús Guía, Santa Clara – Ate 2016”. En este estudio descriptivo de corte transversal, constituido por 64 madres, a quienes se les aplicó un cuestionario

sobre lonchera escolar saludable, se demostró que el mayor porcentaje de los madres conocen que los carbohidratos constituyen la principal fuente de energía, y que los alimentos que deben incluirse en la lonchera deben ser fáciles de preparar, nutritivas y variados; seguido de un porcentaje considerable que no conocen que los refrescos contribuyen a recuperar los líquidos perdidos durante el juego y que el hierro es necesario para evitar la anemia infantil.

Minaya, Pérez y Vásquez (2017) investigaron acerca de la “Relación entre el nivel de conocimiento y el cumplimiento de las loncheras saludables en las madres de los estudiantes de la institución educativa inicial Nuestra Señora de Fátima, del distrito de Comas”. Los resultados de esta investigación concluyeron que no existe relación entre el nivel de conocimiento y el cumplimiento de las loncheras saludables en las madres de los preescolares, en un estudio de tipo cuantitativo y de diseño descriptivo, correlacional y de corte transversal, constituida por 80 madres, a quienes se les aplicó un cuestionario para evaluar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables.

Ramírez (2017) llevo a cabo la investigación denominada “Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa”. En esta investigación de tipo descriptivo y de corte transversal, participaron 99 madres y 80 escolares, a quienes se les aplico el cuestionario para determinar el nivel de conocimiento y evaluó el valor nutricional de las loncheras, respectivamente. Concluyendo que el 51.5% de las madres tuvieron un nivel de conocimiento medio sobre preparación de loncheras; asimismo, más del 50% de las loncheras escolares tienen un valor nutritivo deficiente.

A NIVEL REGIONAL

Rodríguez y Santos (2013) llevaron a cabo la investigación acerca del “Conocimiento materno sobre loncheras nutritivas y el estado nutricional de los preescolares, Moche - 2013”. Demostrando que se encontró relación entre el nivel de conocimiento materno sobre loncheras nutritivas con el estado nutricional en el indicador P/T, pero no se encontró relación con los indicadores P/E y T/E de preescolares, en un estudio descriptivo correlacional de corte transversal, constituido por 71 madres y sus hijos, a quienes se les aplicó un cuestionario para identificar el nivel de conocimiento materno.

Colquehuanca (2014) realizó un estudio acerca del “Conocimiento sobre preparación de loncheras nutritivas en madres con niños de 4 a 5 años de educación inicial de la Institución Educativa Adventista Túpac Amaru y la Institución Educativa N° 305 - Juliaca, 2014”. Los resultados demostraron que hubo diferencias entre el nivel de conocimiento sobre la preparación de loncheras nutritivas en madres con niños preescolares de una Institución Educativa Nacional con madres de una Institución Educativa Adventista, en un estudio de diseño no experimental tipo descriptivo, transversal, y comparativo; constituida por 147 madres de la Institución Educativa Nacional, y 55 madres de la Institución Educativa Adventista; a quienes se les aplicó un cuestionario, evidenciando que existe mayor desconocimiento sobre la preparación de loncheras nutritivas en madres pertenecientes a la Institución Educativa Adventista. Concluyendo que si existe diferencias significativas sobre la preparación de loncheras nutritivas en madres de ambas instituciones.

Clavo (2014) llevó a cabo la investigación denominada “Conocimientos alimentarios en madres y su relación con el estado nutricional del escolar. Institución educativa Augusto Salazar Bondy – Chiclayo 2013”. Demostrando que no hubo relación entre el nivel de conocimiento alimentario en madres con el estado nutricional de escolares, en un estudio de tipo cuantitativo, con diseño Correlacional, transversal, constituida por 151 madres con sus respectivos hijos, a quienes se les aplicó un cuestionario para identificar el nivel de conocimiento alimentario en madres.

Merino (2016) realizó una investigación denominada “Efectividad de un programa educativo en el conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional de preescolares”. Los resultados demostraron que el programa fue efectivo al mejorar en un 15% el nivel de conocimiento de las madres y en un 30% el estado nutricional de los preescolares después de su aplicación; todo ello en un estudio de tipo pre experimental con diseño pre prueba y post prueba en 20 preescolares y sus madres. Concluyendo en la importancia de la utilización de los programas educativos como herramienta de fortalecimiento y mejoramiento del conocimiento de las madres, con el fin de garantizar una mejoría en estado nutricional del preescolar.

1.5.2 MARCO CONCEPTUAL

CONOCIMIENTO

El conocimiento se define a través de una disciplina llamada epistemología, una doctrina filosófica que se conoce como la teoría del conocimiento. La epistemología define conocimiento como aquel conjunto de saberes, que como veremos se dan a diferentes niveles, que poseemos sobre algo. Y que es un proceso activo y en virtud del cual la

realidad se refleja y se produce de manera de ideas o nociones en el pensamiento humano (Cahuapuma y Yucra, 2014, p.10)

De este modo “Jean Piaget, plantea que el desarrollo del conocimiento es entendido como un proceso espontáneo, a diferencia del aprendizaje, que es un proceso provocado por otras personas (docentes, padres) o situaciones externas”. (Colquicocha, 2009, p.40)

Salazar Bondy, desde el punto de vista filosófico lo define como acto y contenido, dice que el conocimiento como acto es la aprehensión de una cosa, una propiedad, un hecho; entendiéndose como aprehensión al proceso mental y no físico. Del conocimiento como contenido asume que aquel se adquiere gracias a los actos de conocer, al producto de la operación mental de conocer, este conocimiento se puede adquirir, acumular, transmitir y derivar de unos a otros como: conocimiento vulgar, conocimiento científico y conocimiento filosófico. (Requena, 2006, p.19)

NIVEL DE CONOCIMIENTO MATERNO

Según Quiroz y Vizconde, definen al nivel de conocimientos como la información que toda persona tiene a su alcance sobre determinado tema y actúa como factor de cambio de actitudes, conductas, creencias y costumbres, el cual permite a los padres brindar cuidados e inculcar en el niño prácticas saludables. (Abanto y Barrionuevo, 2009, p.17)

De este modo, Merino (2016) menciona que el nivel de conocimiento materno es la noción y experiencia acumulada y adquirida por la madre a lo largo de la vida, que favorecerá a mejorar y mantener la salud de su familia. Asimismo, señala que el conocimiento depende de varios factores, como, el grado de instrucción de la madre, experiencias previas en el cuidado de niños y la influencia de las creencias y consejos por parte del entorno de la madre, la cual muchas veces puede ser información errónea.

EVALUACIÓN DEL NIVEL DE CONOCIMIENTO

El conocimiento puede ser medido por niveles, estableciéndolo en tres niveles:

Bueno: Denominado también “óptimo”, porque hay adecuada distribución cognoscitiva, las intervenciones son positivas, la conceptualización y el pensamiento son coherentes, la expresión es acertada y fundamentada además hay una corrección profunda en las ideas básicas del tema o materia.

Regular: Llamada también “medianamente logrado”, hay una integración parcial de ideas manifiestas, conceptos básicos y emite otros, eventualmente propone modificaciones para un mejor logro de objetivos y la corrección es esporádica con las ideas básicas de un tema o materia.

Deficiente: Considerado como “pésimo”, porque hay ideas desorganizadas, inadecuada distribución cognoscitiva en la expresión de conceptos básicos, los términos no son precisos ni adecuados, acerca del fundamento lógico. (Cahuapuma y Yucra, 2014, p.10)

LONCHERA SALUDABLE EN EL NIÑO PREESCOLAR

La lonchera es un complemento nutricional, que cubre una parte del requerimiento nutricional del niño. Está compuesta por cuatro grupos de alimentos que van a proporcionar al organismo parte de los nutrientes y energía que los niños necesitan durante el día y así lograr un rendimiento óptimo durante la etapa educativa (Maguiña, 2008).

La lonchera saludable constituye una comida adicional a las tres comidas principales, por lo consiguiente no es un reemplazo de las mismas. Contiene del 10 al 15% del valor calórico total de los alimentos ingeridos en el día, lo que se traduce en unas 150 a 350 Kcal (dependiendo de la edad, peso, talla y actividad física). La lonchera de un preescolar puede aportar de 150 a 200 kcal, mientras que la de un escolar puede estar entre 200 a 350 kcal y puede suministrarse a media mañana o media tarde dependiendo de la jornada escolar. (Valdivia; et al., 2012, p.8)

COMPOSICIÓN NUTRICIONAL DE LA LONCHERA SALUDABLE

La lonchera está compuesta por alimentos energéticos, constructores y reguladores; además de líquidos.

a) Alimentos energéticos.

Son los que proporcionan energía al organismo para que puedan realizarse todas las funciones orgánicas que nos mantienen con vida. Entre ellos están los hidratos de carbono y los lípidos (Ortega, 2013).

- **Carbohidratos**

Los carbohidratos se presentan en forma de azúcares, almidones y fibras. Constituyen la principal fuente de energía rápida para nuestro organismo, especialmente para el cerebro y el sistema nervioso; participan en la síntesis de material genético y tienen un papel importante en la estructura de los órganos del cuerpo y las neuronas; si los comparamos con un coche, los carbohidratos serían la gasolina que permite ponerlo en funcionamiento. Un aporte adecuado de este nutriente implica el mantenimiento del peso y la composición corporal. (Lerma y Aguilar, s.f, p.4)

Aportan 4 Kcal/gramo al igual que las proteínas y son considerados macronutrientes energéticos al igual que las grasas. Los podemos encontrar en una innumerable cantidad y variedad de alimentos y cumplen un rol muy importante en el metabolismo de las grasas y del ahorro de proteínas. (Alvarado, 2013, p.19)

Se recomienda el consumo de carbohidratos complejos porque son de absorción más lenta y actúan como combustibles para producir energía; tales como: los vegetales, cereales, pan, pastas, arroz, frutas y legumbres) y disminuir el aporte de carbohidratos simples (mono disacáridos), porque son de absorción rápida y tienen poco valor nutritivo; tales como: la mermelada, miel, dulces, etc.

- **Lípidos**

Las grasas son esenciales para que se cubran los requerimientos energéticos, de vitaminas liposolubles y ácido grasos esenciales.

Las grasas aíslan el cuerpo e impiden pérdidas excesivas de calor, son vehículos de transporte de las vitaminas liposolubles (A, D, E y K), imprescindibles para la formación de determinadas hormonas, suministran ácidos grasos esenciales y ayudan a conservar el tono celular y la luminosidad de la piel. Se clasifican en grasas saturadas e insaturadas. (Lerma y Aguilar, s.f, p.5)

La grasa saturada se encuentra principalmente en alimentos de origen animal como la leche entera y sus derivados (queso, mantequilla, crema, helados), así como en las carnes grasosas y los embutidos; los cuales pueden provocar problemas cardiovasculares si se consumen en exceso.

La grasa insaturada se recomienda consumir en mayor proporción y se encuentra en los aceites vegetales, pescados, nueces, almendras, semillas y aguacate. (Lerma y Aguilar, s.f, p.5)

b) Alimentos constructores o formadores

Son alimentos encargados de proporcionar la materia necesaria para construir, renovar o reparar las células o las estructuras del cuerpo. Hacen posible el crecimiento al formar los huesos y los músculos. Son particularmente importantes en periodos de crecimiento. Las proteínas son los alimentos formadores por excelencia (Ortega, 2013).

- **Proteínas**

La FAO, (2014) menciona que las proteínas son constituyentes fundamentales del cuerpo y participan en todo los procesos vitales. Después del agua, las proteínas representan la mayor proporción de los tejidos corporales.

Las proteínas son grandes moléculas constituidas por aminoácidos que contienen nitrógeno, unidas entre sí por cadenas aminas. Las grasas y los carbohidratos no pueden sustituir a las proteínas porque no contienen nitrógeno.

Las proteínas de los alimentos proporcionan al organismo los aminoácidos esenciales. Estos son indispensables para formar y reparar órganos y tejidos, formar hormonas, enzimas, jugos digestivos, anticuerpos y otros constituyentes orgánicos.

Las proteínas que poseen la cantidad suficiente de cada uno de los aminoácidos esenciales se les denomina proteínas de alto valor biológico y están contenidas en alimentos de origen animal como: pescados, mariscos, carnes, leche, yogur, queso y huevo. Y cuando la proteína es deficiente en uno o más aminoácidos esenciales, se les denomina proteína de bajo valor biológico y están contenidas en los alimentos de origen vegetal como: los cereales, legumbres, frutos secos y semillas.

Si bien las proteínas vegetales son de menor calidad que las de origen animal, cuando se combinan cereales y legumbres, pueden reemplazar a la carne, leche o huevos (FAO, 2014).

c) Alimentos reguladores

Favorece a que los alimentos energéticos y alimentos formadores cumplan con sus funciones.

Entre ellos tenemos a las vitaminas y minerales.

- **Vitaminas**

Son nutrientes reguladores (biocatalizadores); facilitan y controlan las diversas funciones fisiológicas con el fin de que todos los procesos que tienen lugar en el organismo se den con

normalidad. Se requieren en pequeñas cantidades para el crecimiento, mantenimiento de la vida y la reproducción.

Se conocen 13 vitaminas que son esenciales para el hombre. El propio cuerpo no las puede sintetizar, por lo que se debe asegurar su aporte a través de la alimentación. Atendiendo a su composición, se clasifican en dos grupos:

- A) liposolubles: A, D, E y K. No se disuelven en agua sino en grasa, se almacenan, y su suplementación debe regularse sólo bajo prescripción médica.
- B) hidrosolubles: vitaminas del grupo B y vitamina C. Son solubles en agua, por lo que puede haber pérdidas importantes cuando los alimentos se remojan, hierven o están en contacto con abundante agua. El organismo no las almacena, elimina su exceso por la orina, por lo que es necesario obtener un aporte suficiente a través de la alimentación todos los días.

Las vitaminas están distribuidas tanto en alimentos vegetales como animales: frutas, verduras, cereales, leche y sus derivados, legumbre y productos cárnicos. (Lerma y Aguilar, s.f, p.5)

- **Minerales**

Son elementos que el cuerpo requiere en proporciones muy pequeñas para su crecimiento, conservación y reproducción; al igual que las vitaminas, no aportan energía. Se agrupan en:

- a) macro minerales, que son sustancias necesarias en cantidades de 100 mg o más, entre las que se encuentran el calcio, fósforo, sodio, potasio, magnesio, cloro y azufre.
- b) micro minerales, que requerimos en menos de 100 mg. Entre ellos se encuentran el hierro, zinc, cobre, yodo, cromo, selenio, cobalto, molibdeno, manganeso y flúor, entre otros.

Están ampliamente distribuidos en los distintos alimentos, al igual que las vitaminas, por

lo que es muy raro que se produzcan déficits si la alimentación es variada y equilibrada.
(Lerma y Aguilar, s.f, p.5)

d) Líquidos (Agua)

Es el componente principal del cuerpo humano, no solo presente en las bebidas sino también en todos los alimentos ,es el constituyente más importante en el mantenimiento de la vida, las funciones del agua están dadas porque transporta sustancias hacia las células y desde ellas; aporta un medio acuoso para el metabolismo celular y actúa como un solvente para los solutos disponibles en la función celular, mantiene la constancia fisicoquímica del líquido intracelular y extra celular, mantiene el volumen plasmático o vascular, ayuda en la digestión de los alimentos, aporta un medio para la excreción de los residuos corporales a través de la piel, los pulmones ,los riñones, el tracto intestinal y regula la temperatura corporal. (Baldeón, 2016, p.21)

ALIMENTOS QUE DEBE CONTENER UNA LONCHERA SALUDABLE

La lonchera saludable debe ser una lonchera variada y balanceada, de tal modo que contenga un alimento de cada grupo (energético, constructor, regulador y líquidos).

Ejemplo de una Lonchera Saludable:

- Choclo con queso + mandarina + limonada.
- Ensalada de frutas con pasas + refresco de quinua + agua.
- Papa con huevo de codorniz + manzana Israel + refresco de naranja.
- Pan de molde integral con queso y espinaca + pera + refresco de carambola.

- Pan con tortilla de verduras + mandarina + refresco de cebada.
- Yogurt + plátano de seda + refresco de manzana de agua. (MINSA, 2015)

ALIMENTOS NO RECOMENDADOS EN LA LONCHERA SALUDABLE

Maguiña (2008) afirma que “la lonchera saludable no debe contener bebidas artificiales, embutidos, salsas, comida chatarra ni golosinas, debido a que estos alimentos aportan energía que no es utilizada por el organismo para sus funciones vitales sino más bien es almacenada como grasa. (Maguiña, 2008, p.109)

ESTADO NUTRICIONAL

Según Novillo (2012) el “estado nutricional de la población infantil y adolescente es un indicador de salud y de bienestar general” (p.34).

Clasificaciones del estado nutricional

El estado nutricional de un individuo podrá pertenecer a alguna de las siguientes categorías:

- a) **Bien nutrido:** Normal o eutrófico
- b) **Malnutrido:** Por déficit (bajo peso, riesgo de desnutrición , desnutrido)

Por exceso (sobrepeso, riesgo de obesidad, obesidad, obesidad mórbida)

Las personas que se encuentran con un estado nutricional normal han logrado un equilibrio entre la ingesta de alimentos y su gasto energético. Por otro lado, quienes se encuentren con malnutrición por déficit podrían presentar una ingesta menor al gasto, asociada a una baja ingesta alimentaria o a una alta demanda nutritiva secundaria a alguna condición patológica o fisiológica. Finalmente

quienes presenten un estado nutricional de malnutrición por exceso podrían estar manteniendo una situación de ingesta alimentaria mayor al gasto energético (Hott, 2014).

EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

La valoración nutricional “permite determinar el estado de nutrición de la persona, valorar las necesidades o requerimientos nutricionales y pronosticar los posibles riesgos de salud o algunas deficiencias que pueda presentar en relación con su estado nutricional” (Clavo, 2014, p.45).

Esta valoración debe formar parte de los exámenes habituales de salud así como de estudios epidemiológicos que permitan identificar a los individuos de riesgo, dado que refleja el resultado de la ingesta, digestión absorción, metabolismo y excreción de los nutrientes suficientes o no para las necesidades energéticas y de macro y micronutrientes de la persona. (Ravasco et al., 2010)

Asimismo, la valoración nutricional incluye un método seguro, sencillo, objetivo y económico que comprende un conjunto de acciones y técnicas de medición como es la antropometría. La cual “determinan los diferentes niveles y grados de nutrición de un individuo mediante parámetros antropométricos e índices derivados de la relación entre el peso y la talla” (Jiménez, 2016, p.13).

De este modo los indicadores antropométricos más usados son los siguientes:

Talla para la edad (T/E)

La T/E refleja el crecimiento lineal alcanzado para esa edad, en un momento determinado.

Cuando la T/E se encuentra baja la OMS propone la siguiente diferenciación: baja estatura y detención del crecimiento.

La baja estatura es la definición descriptiva de la talla baja para la edad. No indica nada acerca de la razón de que un individuo sea bajo y puede reflejar la variación normal o un proceso patológico. La detención del crecimiento es otro término usado comúnmente, pero implica que la baja estatura es patológica: refleja un proceso de fracaso en realizar el potencial de crecimiento lineal como resultado de condiciones sanitarias y nutricionales no óptimas y solo puede ser determinado a través de sucesivas mediciones.

Como las deficiencias de la talla son consecuencia de un proceso a largo plazo, a menudo se usa el término malnutrición crónica para describir la talla baja para la edad, que parece implicar que la nutrición insuficiente o el consumo inadecuado de alimentos son la causa de la deficiencia observada. Detecta la desnutrición crónica. (Evaluación Nutricional, 2015)

- **P/E:** Desnutrición (< -2 DE), Normal (entre -2 DE y $+2$ DE), Sobrepeso ($> +2$ DE).

Peso para la talla (P/T)

El P/T refleja el peso relativo alcanzado para una talla dada, describe la masa corporal total en relación a dicha talla y permite medir situaciones pasadas. Su empleo tiene la ventaja de que no requiere conocer la edad. Sin embargo, es importante señalar que el P/T no sirve como sustituto de la T/E o el P/E, ya que cada índice refleja una combinación diferente de procesos biológicos.

Cuando el índice se encuentra bajo, la OMS propone una distinción al interpretar dicho Peso bajo para la talla: delgadez y emaciación. La descripción adecuada del peso bajo para la talla es delgadez, término que no implica necesariamente un proceso patológico. El término emaciación, por el contrario, se utiliza para describir un proceso grave y reciente que ha llevado a una pérdida

considerable de peso, por lo general como consecuencia de una deficiencia alimentaria aguda y/o una enfermedad grave. Los niños también pueden ser delgados como resultado de una deficiencia crónica de la dieta o una enfermedad; el empleo del término emaciado es apropiado para aquellos niños en quienes se sabe que la delgadez es causada por uno de estos procesos patológicos. Detecta la desnutrición aguda, crónica. (Evaluación Nutricional, 2015)

- **P/T:** Desnutrición Severa (< -3 DE), Desnutrición (≥ -3 DE), Normal (entre -2 DE y $+2$ DE), Sobrepeso ($< +3$ DE) y Obesidad ($> +3$ DE).

Peso para la edad (P/E)

El P/E refleja la masa corporal en relación con la edad cronológica. Es influido por la talla del niño y por su peso relativo, y por su carácter compuesto resulta compleja su interpretación.

Cuando el P/E se encuentra bajo, la OMS propone la siguiente diferenciación: Peso bajo para describir el peso bajo para la edad, mientras que se ha usado peso insuficiente para referirse al proceso patológico subyacente. Detecta la desnutrición global. (Evaluación Nutricional, 2015)

- **P/E:** Desnutrición (< -2 DE), Normal (entre -2 DE y $+2$ DE), Sobrepeso ($> +2$ DE).

Índice de masa corporal según edad (IMC/E)

El IMC/E es un indicador que también combina el peso corporal con la talla y la edad del niño pero es especialmente útil cuando se quiere clasificar sobrepeso u obesidad. La curva de IMC/E y la curva de P/T tienden a mostrar resultados similares aunque el documento enfatiza que es preferible el uso del P/T para clasificar bajo peso. (Evaluación Nutricional, 2015)

- **IMC/EDAD:** Desnutrición (< -2 DE), Normal (entre -2 DE y $+1$ DE), Sobrepeso ($< +2$ DE) y Obesidad ($> +2$ DE).

1.5.3 DEFINICIÓN Y OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE INDEPENDIENTE

Variable independiente	Definición conceptual	Dimensiones	Definición operacional	Indicadores	Categoría
Conocimiento materno sobre Lonchera Saludable del preescolar.	Es la información, ideas y experiencia acumulada y adquirida por la madre sobre el contenido y la importancia de brindar una lonchera saludable al preescolar.	Generalidades	Es toda aquella Información básica e importante que tienen las madres sobre la loncheras saludables.	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto • Función • importancia • Frecuencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Alto • Medio • Bajo
		Alimentos que debe contener la lonchera y las funciones de cada grupo de alimentos	La lonchera debe ser saludable, balanceada y adecuada de acuerdo a la edad del niño y debe contener alimentos ricos en proteínas, que ayuden a formar y reparar tejidos y órganos; ricos en carbohidratos y grasas saludables que brinden energías al organismo y también deben tener vitaminas y minerales para que los protejan de las enfermedades. También debe ir acompañado de líquidos para mantener una buena hidratación.	<ul style="list-style-type: none"> • Energéticos • Constructores • Reguladores • Líquidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Alto • Medio • Bajo
		Alimentos no recomendados en una lonchera saludable.	Alimentos poco nutritivos, de fácil acceso (caramelos, gaseosas, salchichas, hotdog)	<ul style="list-style-type: none"> • Comida chatarra • Productos procesados 	<ul style="list-style-type: none"> • Alto • Medio • Bajo

VARABLE DEPENDIENTE

Variable dependiente	Definición conceptual	Dimensiones	Definición operacional	Indicadores	Categoría
Estado nutricional del Preescolar	Es la condición del organismo que resulta de la relación entre las necesidades nutritivas individuales y la ingestión, absorción y utilización de los nutrientes contenidos en los alimentos.	Peso/Edad (IMC/EDAD)	Refleja la masa corporal alcanzada en relación con la edad cronológica. Es un índice compuesto, influenciado por la estatura y el peso relativo.	<ul style="list-style-type: none"> • Edad • Genero • Peso • Talla 	<ul style="list-style-type: none"> • Desnutrición • Normal. • Sobrepeso. • Obesidad.
		Talla/Edad	Refleja el crecimiento lineal alcanzado en relación con la edad cronológica y sus déficits. Se relaciona con alteraciones del estado nutricional y la salud a largo plazo.	<ul style="list-style-type: none"> • Edad • Genero • Talla 	<ul style="list-style-type: none"> • Talla baja Severa • Talla baja • Normal • Talla alta
		Peso/Talla	Refleja el peso relativo para una talla dada y define la probabilidad de la masa corporal, independientemente de la edad. Un peso para la talla bajo es indicador de desnutrición y alto de sobrepeso y obesidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Genero • Peso • Talla 	<ul style="list-style-type: none"> • Desnutrición Severa • Desnutrición • Normal. • Sobrepeso. • Obesidad.

II. MÉTODOS

2.1 TIPO DE ESTUDIO Y DISEÑO

La presente investigación fue de tipo cuantitativo, diseño descriptivo correlacional y de corte transversal.

Es cuantitativo, porque estudia los hechos y fenómenos de la realidad, permitiéndonos medir las variables de estudio y generalizar los resultados para poder determinar la relación entre los conocimientos sobre loncheras saludables y el estado nutricional de los preescolares de la I.E.I “Santa María”.

Es descriptivo correlacional, porque permite relacionar las variables de estudio; es decir, determina el grado en el cual las variaciones en uno o varios factores de la variable independiente (conocimiento) tiene efecto en la modificación de la variable dependiente (estado nutricional).

Es de corte trasversal, porque permitió obtener los datos e información necesaria de los preescolares y de las madres de familia en un determinado tiempo y espacio.

2.2 AREA DE ESTUDIO

La presente investigación se realizó en la Institución Educativa Inicial “Santa María” del distrito de Lince en el departamento de Lima, Perú.

2.3 POBLACION Y MUESTRA DE ESTUDIO

La población estuvo conformada por todos los estudiantes preescolares y las madres de los preescolares que estudian en la Institución Educativa Inicial “Santa María”. La muestra estuvo constituida por 80 niños y sus madres (Anexo 1), lo cual fue obtenida mediante el muestreo probabilístico, aleatorio simple; teniendo en cuenta los siguientes criterios:

Criterios de Inclusión

- Preescolares cuyas edades oscilan entre 3 a 6 años 2 meses de edad.
- Preescolares que asistan regularmente a la Institución Educativa Inicial “Santa María”
- Madres alfabetas.
- Madres que acepten participar en el trabajo de investigación.

Criterios de Exclusión

- Preescolares con problemas de fracturas, luxaciones en miembros inferiores.
- Madres analfabetas.
- Madres que no completen la encuesta.
- Madres que no acepten participar en el trabajo de investigación.
- Otro familiar: Tío, abuelo, etc.

2.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos de la primera variable: conocimiento materno sobre loncheras saludables, se utilizó como técnica la encuesta e instrumento el cuestionario.

a) **Encuesta.-** Esta técnica permitió recolectar datos del nivel de conocimientos materno sobre lonchera saludable en la Institución Educativa Inicial “Santa María”

Instrumento.

Cuestionario.- Se empleó el cuestionario para obtener la información necesaria sobre el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable, el cual se llevó a cabo en una reunión, teniendo de 10 a 15 minutos para desarrollarlo. Este cuestionario se dividió en dos partes la primera parte contenía datos generales de la madre constituida por 7 ítems. La segunda parte sobre el nivel de conocimientos sobre loncheras saludables del preescolar, estuvo constituida por 14 ítems (Anexo 2).

Escala de calificación:

Las respuestas de las madres de familia se calificó en dos categorías:

Correcto = 1 puntos (cuando la madre marca la respuesta correcta).

Incorrecto = 0 puntos (cuando la madre marca la respuesta incorrecta).

Para obtener la categoría de medición de la variable nivel de conocimientos se empleó la Escala de Estanones que utiliza el promedio y la desviación estándar para obtener las escalas de alto, medio y bajo (Anexo 3).

Conocimiento Alto = 12 a 14 puntos.

Conocimiento Medio = 8 a 11 puntos.

Conocimiento Bajo = 0 a 7 puntos.

Para evaluar la segunda variable se empleó la técnica de la observación y el instrumento una ficha de observación.

b) Observación.- Esta técnica permitió obtener los datos del estado nutricional del preescolar.

Instrumento.

Ficha de observación.- Este instrumento fue elaborado para obtener datos sobre el estado nutricional del preescolar. La ficha consta de datos generales como: número de orden, nombre y apellidos, fecha de nacimiento, edad, peso, talla y el diagnóstico nutricional (Anexo 4).

Para obtener el peso y la talla de los preescolares, se utilizó una balanza de pie y un tallímetro respectivamente, y para determinar el estado nutricional del preescolar se usó las Tablas de Valoración Nutricional de la OMS (2007)

2.5 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

El instrumento fue sometido a prueba de validez de contenido mediante el juicio de expertos, conformados por 6 nutricionistas especialistas en el tema, cuyas recomendaciones fueron tomadas en cuenta para realizar los ajustes necesarios al instrumento.

Luego se procedió a realizar la Prueba Piloto, a través de esta prueba se pudo realizar la Confiabilidad del instrumento mediante la prueba estadística R de Kuder – Richardson. El resultado obtenido fue el valor $r_{K-R} = 0.71$ siendo el instrumento muy confiable (Anexo 5).

2.6 PROCESOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

El proceso de recolección de datos se obtuvo mediante la aplicación de los instrumentos descritos anteriormente, para lo cual se siguieron los siguientes pasos:

En primer lugar, se coordinó con la Directora de la Institución Educativa Inicial “Santa María” y docentes de las diferentes aulas, explicándoles los objetivos y propósito de la investigación con la finalidad de obtener la autorización correspondiente y las facilidades para la toma de datos (Anexo 6).

En segundo lugar, se solicitó la autorización de las madres de familia para su participación en el proyecto de investigación con el propósito de aplicar el cuestionario sobre conocimientos sobre loncheras saludables a las madres, realizadas en una reunión de padres de familia programadas por la institución. Asimismo se explicó el objetivo y la técnica de recolección de datos, y el resguardo que va a tener su identidad a través del formato del consentimiento informado asegurándoles que los datos obtenidos serán mantenidos en reserva para conservar su anonimato y confidencialidad (Anexo 7).

Luego de tener los permisos requeridos para obtener la información necesaria se capacitó a las docentes de cada aula, con el objetivo de obtener su apoyo durante el proceso de recolección de datos.

Posteriormente se aplicó la técnica de la encuesta con su instrumento el cuestionario a las madres de familia, teniendo una duración de 10 a 15 minutos, el cual permitió cuantificar y comparar la información que fue utilizada para la recolección de datos de la variable de estudio. Continuamente se coordinó con las profesoras de las diferentes aulas de la Institución Educativa Inicial “Santa María” para la valoración antropométrica: Peso y Talla, en cada aula, aplicándose la técnica de la observación con su instrumento la ficha de observación para verificar el estado nutricional de los preescolares y así diagnosticar el estado nutricional según tablas de la OMS (2007).

Finalmente se llevó a cabo un “Taller Educativo sobre Loncheras Saludables” dedicado a todas las madres de familia y docentes, además se proporcionó a cada madre materiales educativos sobre el tema y los resultados del diagnóstico nutricional de sus hijos y a la directora de la Institución Educativa Inicial se proporcionó un informe con los resultados del estudio.

2.7 PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

Previo al análisis de datos se procedió a codificar los resultados obtenidos en el programa Excel 2010, así mismo se verificó que todos los datos se encontraran completos y se garantice la calidad de los mismos. Una vez obtenida la base de datos fueron exportadas al paquete estadístico SPSS v.19 para un análisis descriptivo e inferencial.

La evaluación de la relación mediante proporciones independientes fue evaluado con la prueba Chi Cuadrado de Pearson para determinar si existe una categoría que presente una proporción significativamente mayor a las demás, considerándose un 95% de nivel de confianza y un $p < 0.05$ para asumir que existe relación (Anexo 8). Para evaluar la fuerza de la relación se utilizó el Odds Ratio a fin de determinar numéricamente en cuánto favorece o desfavorece el presentar un nivel de conocimiento sobre el estado nutricional del preescolar (Anexo 9).

2.8 ASPECTOS ETICOS

La presente investigación, respetará los principios éticos, los cuales son:

El principio de Autonomía, ya que las propias madres tendrán la decisión de participar o no de la investigación, la cual se desarrolló respetando el consentimiento informado de la persona interesada, basado en información adecuada.

El principio de Beneficencia y no Maleficencia, pues se buscó brindar el bien a las personas que formen parte de esta investigación, respetando las ideas de cada persona. La no maleficencia, porque el instrumento no causó daño alguno contra las participantes. Asimismo se maximizó los beneficios para el proyecto de investigación mientras se minimizó los riesgos de la investigación.

El principio de Confidencialidad, pues desde el comienzo del desarrollo de la investigación se explicó a cada participante el propósito y finalidad de la información obtenida, garantizándole que se respetará la privacidad de la información obtenida, asegurando la confidencialidad de las participantes y sin fines de lucro.

Por último el principio de justicia ya que se respetó la equidad y se mantendrán los resultados solo para uso de la investigación, respetando todas las consideraciones éticas ya mencionadas. Se dejó en claro que la información recolectada solo se utilizará para cumplir los objetivos del estudio.

III. RESULTADOS Y DISCUSION

3.1 Resultados

Luego de recolectar los datos, éstos fueron presentados en tablas y figuras estadísticas para su respectivo análisis e interpretación.

Respecto a los datos generales; al evaluar las características que presentaron las madres de la Institución Educativa Santa María se encontró una mayor cantidad de madres entre los rangos de edad de 30 a 39 años (36.25%) y 20 a 29 años (28.75%). Dentro del grado de instrucción el 42.5% (n=34) presentó secundaria completa así como una gran mayoría procedía de la región Costa (46.25%) y Sierra (40%). Dentro del estado civil la mitad es conviviente, seguido por un 35% (n=28) que es casada. El promedio de hijos que presentaba cada madre fue de 2.37 siendo los 3 y 2 hijos la cantidad de mayor frecuencia (31.25% y 30% respectivamente). Dentro de la ocupación la de mayor proporción fue ser ama de casa (47.5%). (Tabla 1, Figura 1-6)

Tabla 1. Datos sociodemográficos de las madres de los preescolares de la Institución Educativa Santa María

	N	%
Rangos de edad (años)		
20 – 29	23	28.75
30 – 39	29	36.25
40 – 49	17	21.25
50 – 59	11	13.75
Grado de instrucción		
Primaria completa	6	7.50
Primaria incompleta	4	5.00
Secundaria completa	34	42.50
Secundaria incompleta	15	18.75
Técnico o superior	21	26.25
Región de procedencia		
Costa	37	46.25
Sierra	32	40.00
Selva	11	13.75
Estado civil		
Soltera	3	3.75

Casada	28	35.00
Viuda	4	5.00
Divorciada	5	6.25
Conviviente	40	50.00
Número de hijos		
1 hijo	19	23.75
2 hijos	24	30.00
3 hijos	25	31.25
4 hijos	12	15.00
<i>Media (D.S)</i>	2.375	(1.011)
Ocupación		
Ama de casa	38	47.50
Independiente	24	30.00
Dependiente	18	22.50
Total	80	100

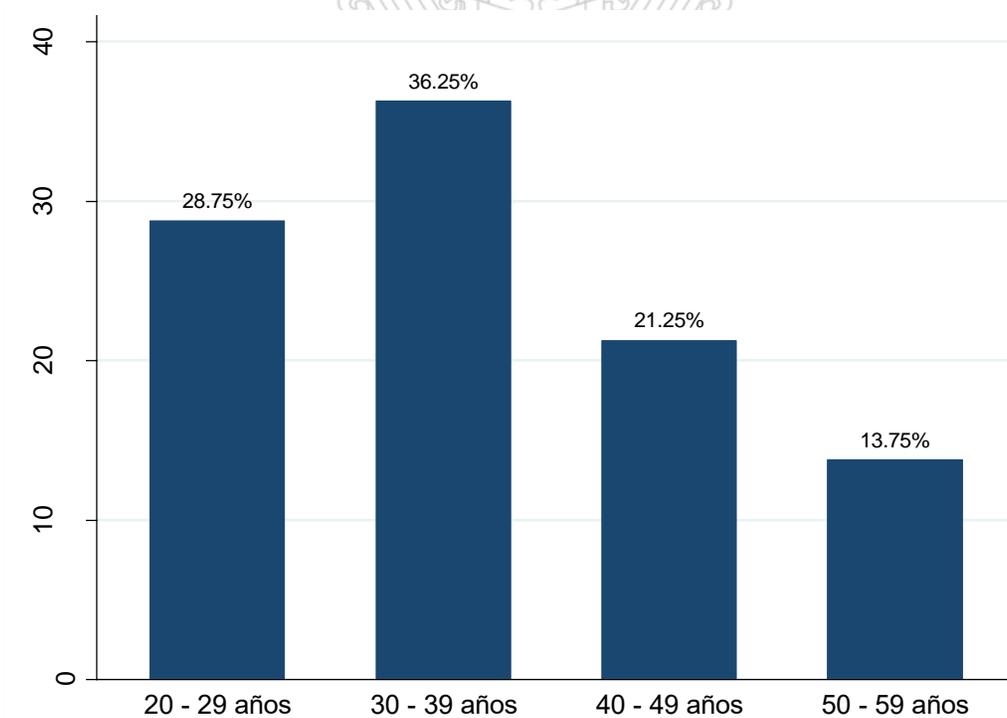


Figura 1. Rango de edad de las madres de los preescolares

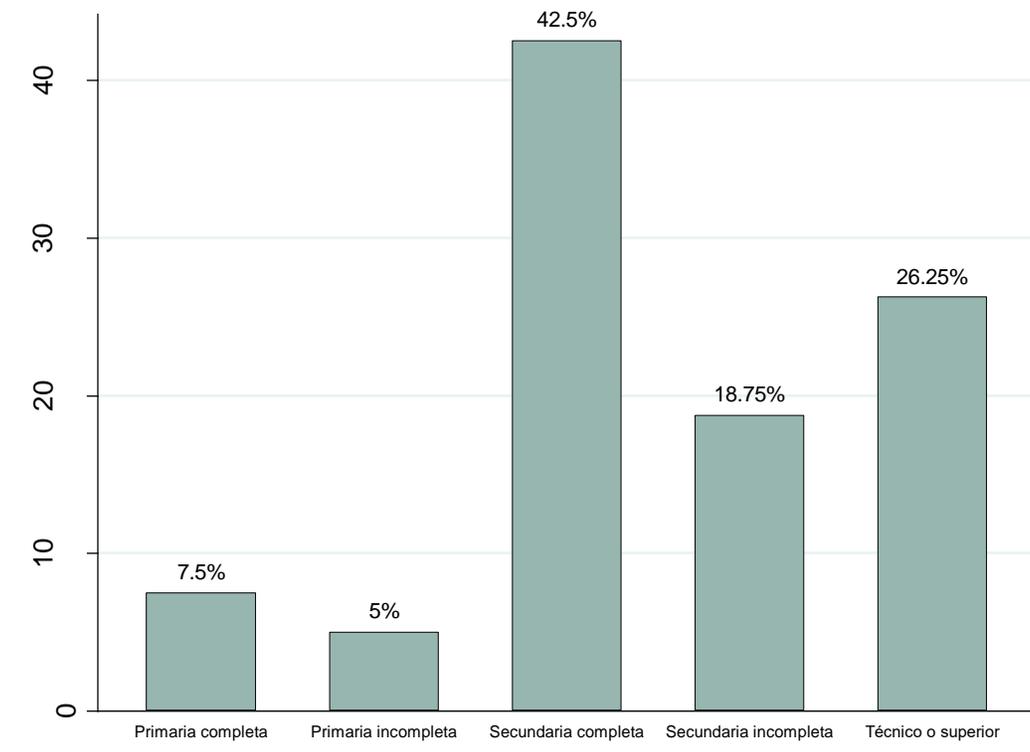


Figura 2. Grado de instrucción de las madres de los preescolares

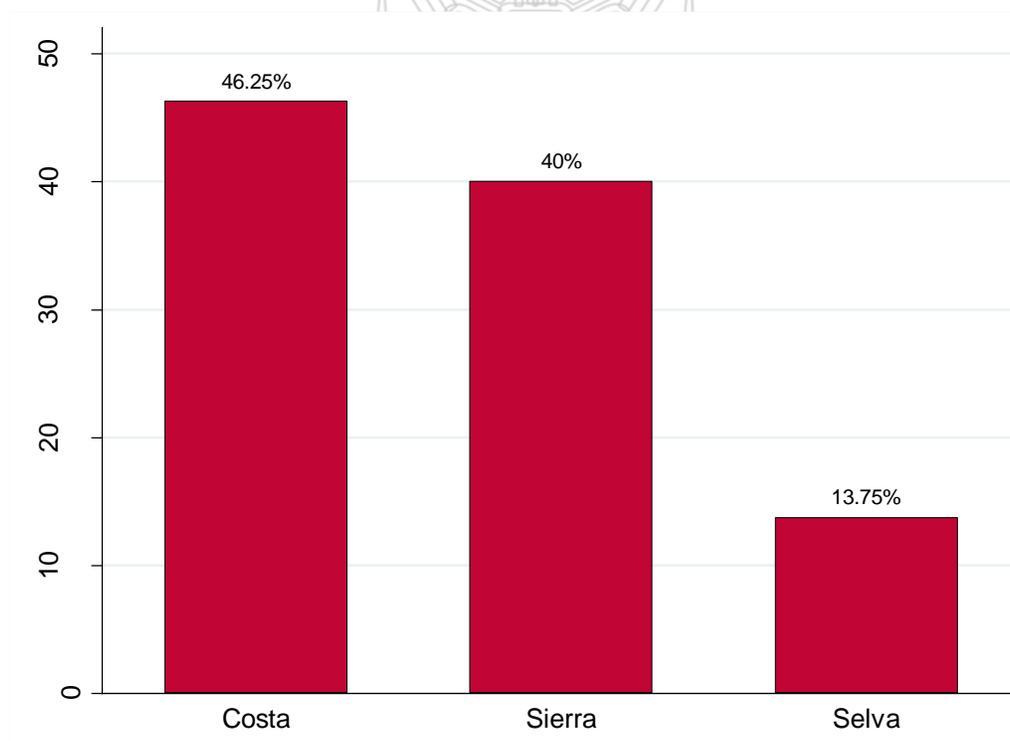


Figura 3. Región de procedencia de las madres de los preescolares

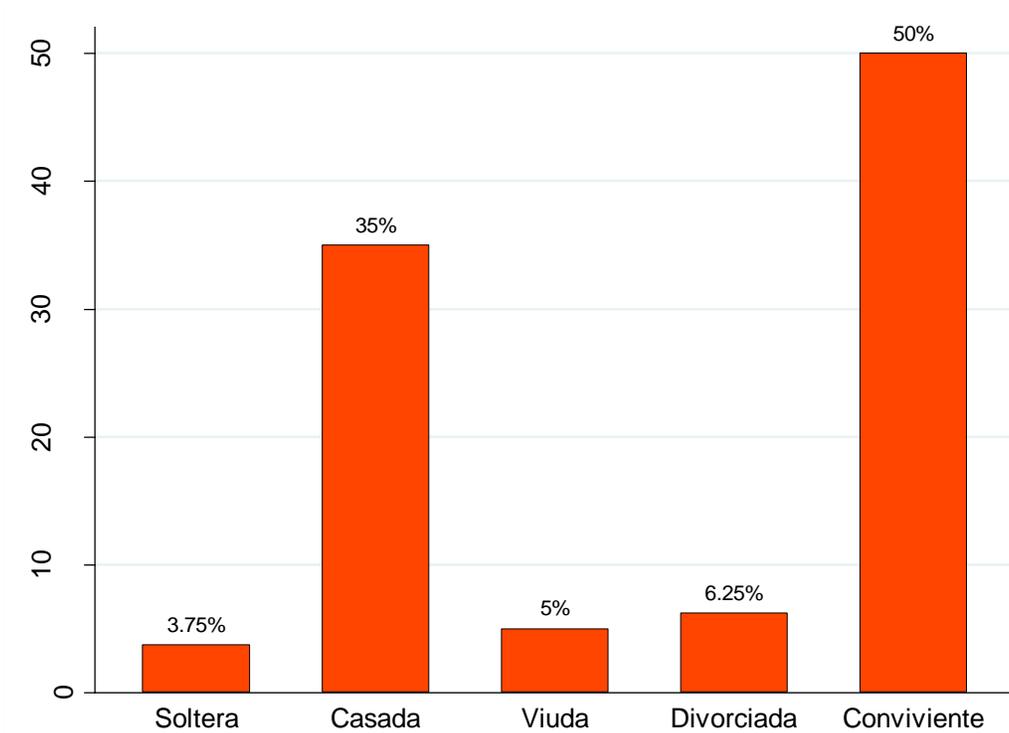


Figura 4. Estado civil de las madres de los preescolares

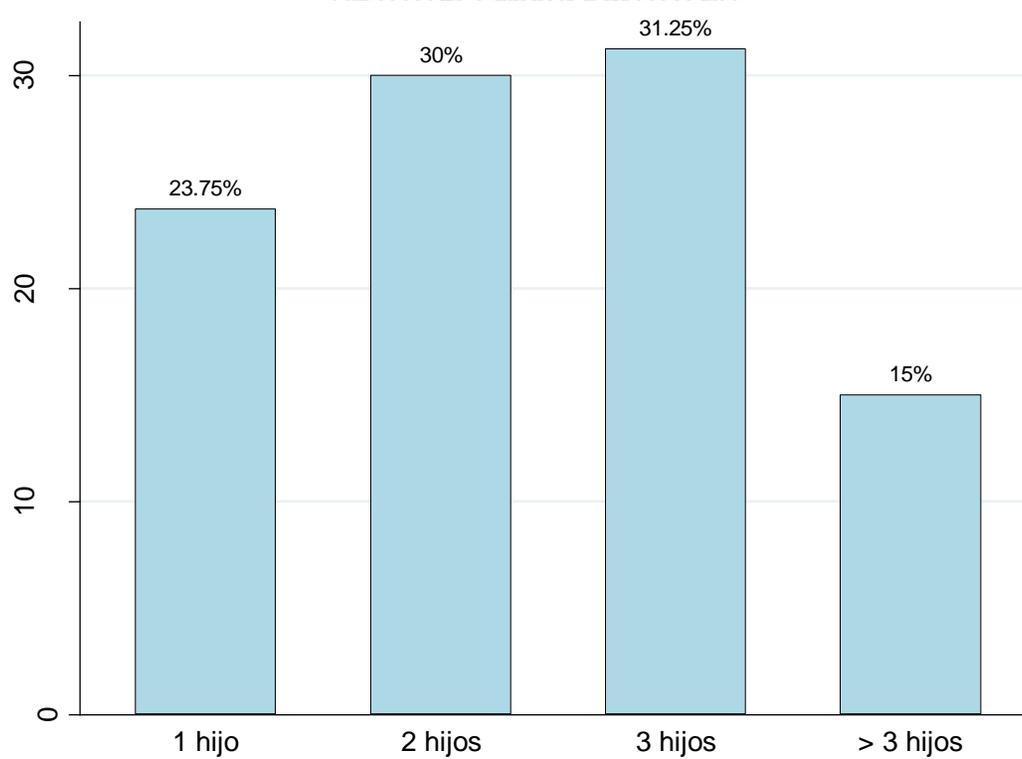


Figura 5. Número de hijos por madre

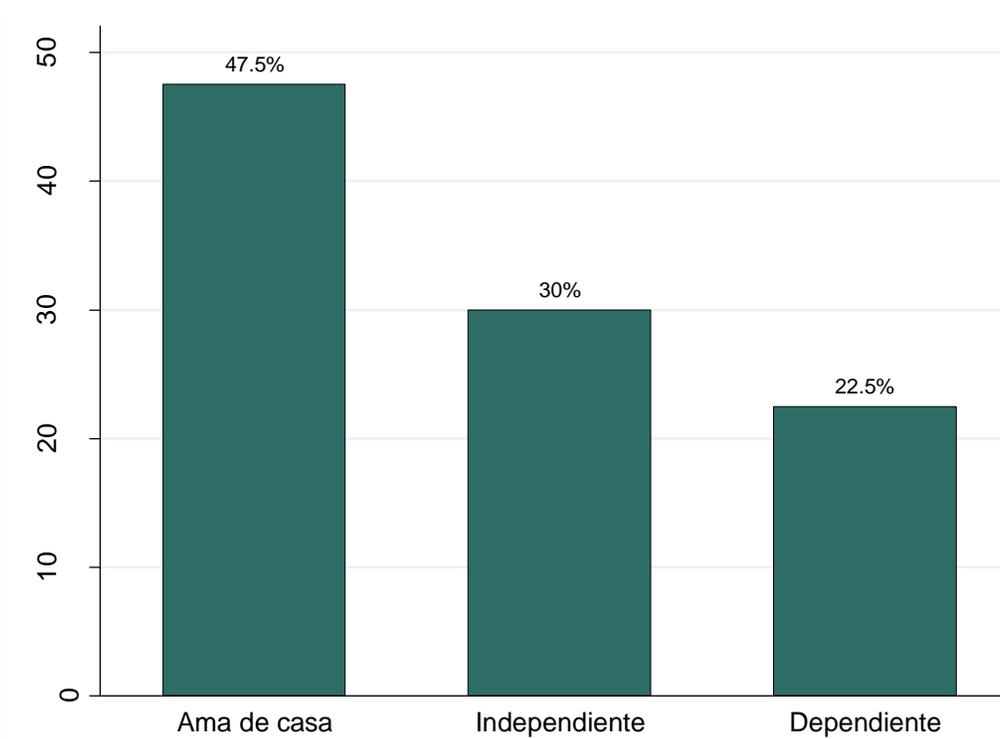


Figura 6. Ocupación de las madres de los preescolares

Al evaluar las características de los preescolares que asisten a la Institución Educativa Santa María se consideraron el aula del tercer año (n=25), cuarto año (n=26) y quinto año (n=29), aun así existieron estudiantes que no presentaron la edad correspondiente para su grado académico, siendo el grupo con mayor participantes aquellos que tienen 4 años cumplidos (36.25%) y la edad promedio de la muestra estudiada fue de 4.2 años (D.S=0.97). Así también existió un 53.75% (n=43) de estudiantes del sexo femenino. (Tabla 2)

Tabla 2. Datos sociodemográficos de los preescolares de la Institución Educativa Santa María

	N	%
Año preescolar		
III Año	25	31.25
IV Año	26	32.50
V Año	29	36.25
Edad		
3 años	22	27.50
4 años	29	36.25
5 años	20	25.00
6 años	9	11.25
(Media, DS)	4.2	0.97
Sexo		
Femenino	43	53.75
Masculino	37	46.25
Total	80	100

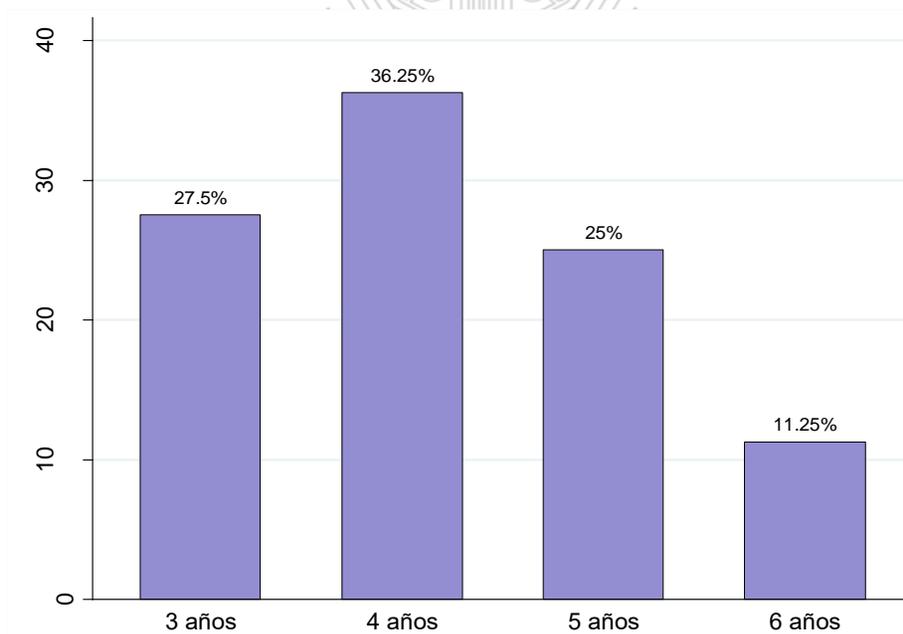


Figura 7. Rangos de edad de los preescolares de la Institución

Educativa Santa María

En la tabla 3 se observa el nivel de conocimiento que presentaron las madres de los preescolares con respecto a las loncheras saludables se encontró que en su mayoría presentó un nivel de conocimiento medio (55%), seguido por un 33.75% que presentó un nivel de conocimiento bajo y por último un 11.25% presentó un nivel de conocimiento alto. (Figura 8) Siendo así **se niega la primera hipótesis alterna y se acepta la nula** que determina que el nivel de conocimiento de las madres no es en su mayoría bajo.

Tabla 3. Nivel de conocimiento de las madres de los preescolares sobre loncheras saludables

	N	%
Nivel de conocimiento		
Alto	9	11.25
Medio	44	55.00
Bajo	27	33.75
Total	80	100

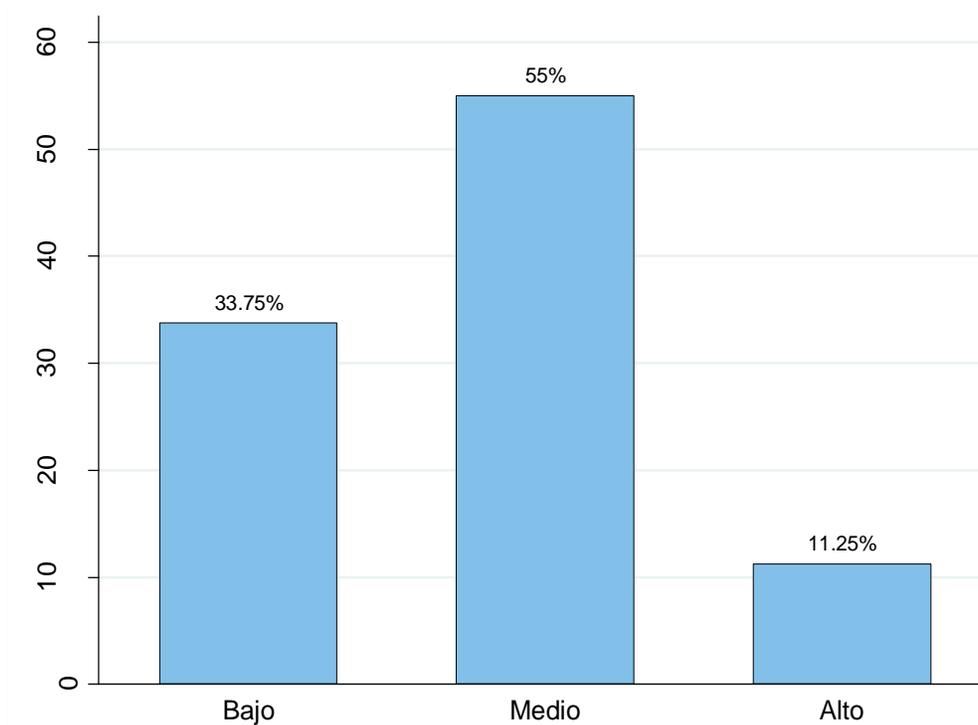


Figura 8. Nivel de conocimiento de las madres de los preescolares sobre loncheras saludables

En la tabla 4 se presentan los indicadores requeridos para evaluar el estado nutricional, donde se encontró que el peso de los estudiantes presentó un promedio de 17.38 kg, 19.19 kg y 20.31kg dentro del tercer, cuarto y quinto año respectivamente (figura 9); así mismo la talla de los estudiantes se encontró en 0.99m, 1.06m y 1.13m en el tercer, cuarto y quinto año (figura 10).

Tabla 4. Peso y talla de los preescolares según el año preescolar

	III Año		IV Año		V Año	
	Media	D.S	Media	D.S	Media	D.S
Peso (<i>Kg</i>)	17.38	3.51	19.19	4.47	20.31	3.76
Talla (<i>m</i>)	0.99	0.07	1.06	0.06	1.13	0.06

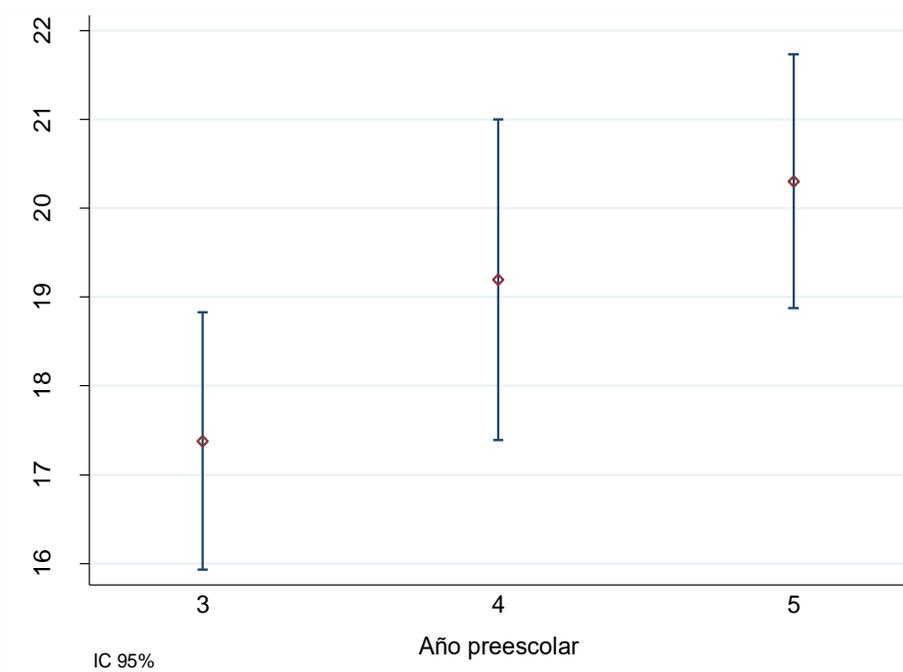


Figura 9. Peso de acuerdo al año preescolar en la Institución Educativa Santa María

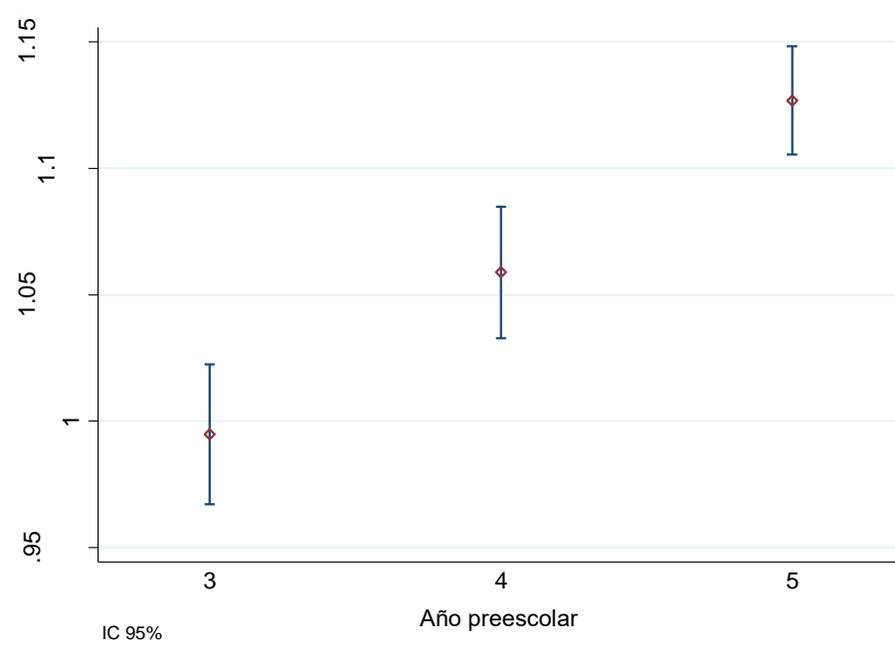


Figura 10. Talla de acuerdo al año preescolar en la Institución Educativa Santa María

Al evaluar el estado nutricional se encontró que en su mayoría presentó un estado normal (55%), seguido por un grupo que presentó sobrepeso (17.5%) y obesidad (16.25%). Dentro de la relación entre la talla y la edad también se observó que su mayoría presentó una talla adecuada para su edad (78.75%), seguido por quienes mostraban talla baja (11.25%) y luego talla alta (10%). (Tabla 5, Figura 11-12) Al considerar a quienes presentan un estado nutricional normal como adecuado se encuentra que el 55% presenta este estado nutricional y el 45% un estado nutricional inadecuado, con lo cual **se niega la segunda hipótesis alterna y se acepta la nula** que determina que el estado nutricional de los preescolares no es en su mayoría inadecuado.

Tabla 5. Estado nutricional y relación talla/edad de los preescolares de la Institución Educativa Santa María

	N	%
Estado nutricional		
Desnutrición	9	11.25
Normal	44	55.00
Sobrepeso	14	17.50
Obesidad	13	16.25
Talla/Edad		
Talla baja	9	11.25
Normal	63	78.75
Talla alta	8	10.00
Total	80	100

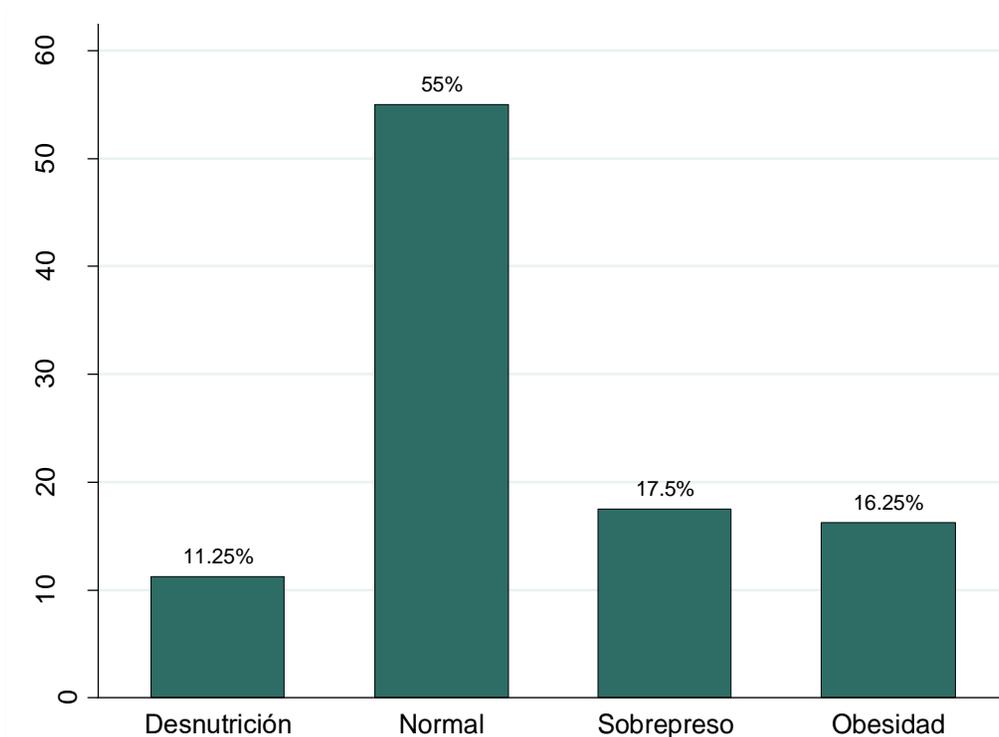


Figura 11. Estado nutricional de los preescolares de la Institución Educativa Santa María

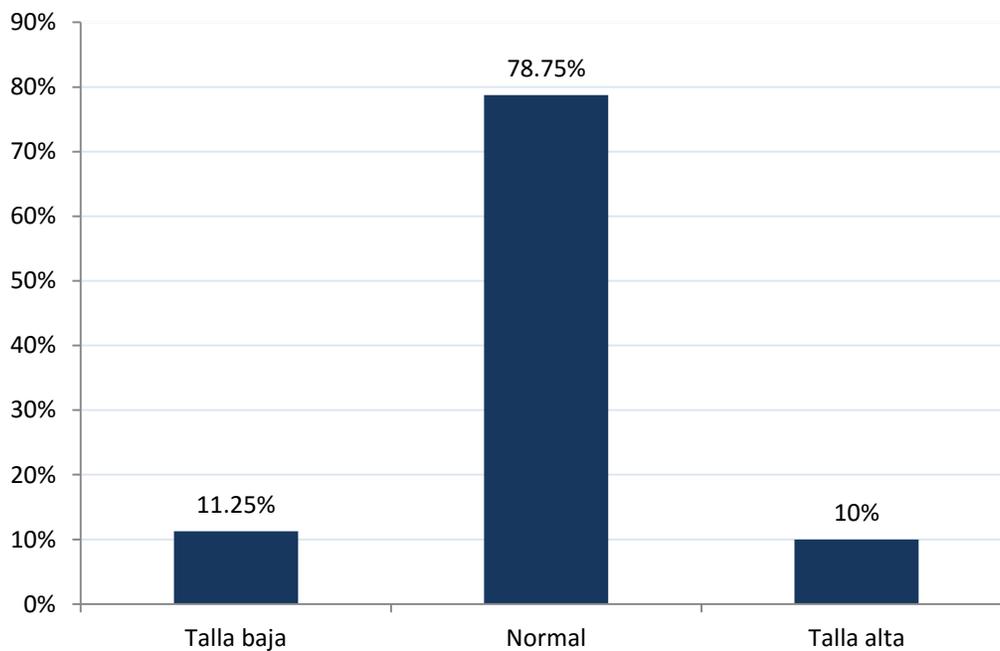


Figura 12. Relación talla y edad de los preescolares de la Institución Educativa Santa María

Al evaluar la relación entre el nivel de conocimiento y el estado nutricional se encontró que dentro de quienes presentaron un nivel de conocimiento bajo su gran mayoría presentó sobrepeso (37.04%) seguido de quienes presentaron obesidad (33.33%). Dentro de quienes presentaron nivel de conocimiento medio se encontró mayor frecuencia de estado nutricional normal (70.45%) y desnutrición (11.36%). Finalmente quienes presentaron nivel de conocimiento alto mostraron mayor cantidad de estudiantes con estado nutricional normal (88.89%) y desnutrición (11.11%), con lo cual **se acepta la tercera hipótesis alterna** que determina que el nivel alto de conocimiento se relaciona significativamente a un estado nutricional adecuado ($p < 0.01$). (Tabla 6)

Tabla 6. Relación entre el nivel de conocimientos y el estado nutricional

	Estado nutricional				Total	p valor [†]
	Desnut.	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
Nivel de conocimientos						
Bajo	3 (11.11)	5 (18.52)	10 (37.04)	9 (33.33)	27 (100)	
Medio	5 (11.36)	31 (70.45)	4 (9.09)	4 (9.09)	44 (100)	<0.01
Alto	1 (11.11)	8 (88.89)	0 (0)	0(0)	9 (100)	

[†] Evaluado mediante la prueba de Chi cuadrado de Pearson

Al evaluar la fuerza de la relación se encontró que presentar un nivel alto de conocimiento por parte de las madres genera en 9.21 veces la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional, así mismo el presentar un nivel medio de conocimiento genera en 4.87 veces la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional y por último el presentar un nivel bajo del conocimiento disminuye en un 95.1% la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional. En los tres niveles de conocimiento se encontró una asociación significativa ($p < 0.05$). (Tabla 7)

Tabla 7. Fuerza de la relación entre el alto nivel de conocimiento y el adecuado estado nutricional

	Estado nutricional		p valor [†]	OR
	Adecuado	No adecuado		
Nivel de conocimiento				
Alto	8	1	0.03	9.212
Medio	30	14	<0.01	4.87
Bajo	3	24	<0.01	0.049

[†] Evaluado mediante la prueba de Chi cuadrado de Pearson

Estado nutricional no adecuado = desnutrición, riesgo de desnutrición, sobrepeso y obesidad

3.2 Discusión

La alimentación y la nutrición en el presente son consideradas como una función obligatoria de los padres y del estado para con los niños y niñas. Un suministro adecuado de alimentos es esencial para vivir, para prevenir la malnutrición y además como factor de bienestar, productividad y desarrollo de las personas (Florián y Torres, 2014, p. 50).

Es por ello que la lonchera saludable debe ser preparada de manera equilibrada y balanceada, incluyendo alimentos de cada grupo (energéticos, constructores y reguladores; además de líquidos), que ayuden a recuperar la energía perdida durante las horas de clase.

Los resultados presentados en este estudio evidencian que la mayoría de las madres encuestadas se encuentran en la etapa de la adultez y adultez joven; con grado de instrucción de secundaria completa; procedencia de la costa; tienen un promedio de dos o tres hijos, el estado civil es conviviente y son amas de casa.

Asimismo los resultados presentados ponen en manifiesto que el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable tienen como indicador predominante el nivel medio 55%, luego el nivel bajo 33.75 % y finalmente nivel alto con un 11.25 %. Resultados que se asemejan a los de Flores (2006), quien refiere mediante su investigación que el nivel de conocimiento de las madres acerca de la alimentación en el preescolar es en promedio 89% de medio a bajo, con presencia significativa de un 11% de madres con nivel de conocimientos alto. Sin embargo; Minaya, Pérez y Vásquez (2017) sostienen que el nivel de conocimientos en madres de preescolares sobre loncheras saludables, fue en su mayoría alto (50%), seguido del nivel medio (46.2%) y un mínimo porcentaje significativo presentó nivel bajo (3.8%).

De este modo, Whaley (citado en Merino, 2016) afirma que la alimentación en el preescolar debe satisfacer los requerimientos calóricos, proteicos, grasos, además de las vitaminas y minerales necesarios, teniendo en cuenta una adecuada hidratación. En una inadecuada alimentación interviene el factor conocimiento de la madre, debido a que es la madre la que le proporciona los alimentos al niño. El desconocimiento genera una dieta insuficiente en el niño preescolar, lo cual conlleva a cuadros de alteración nutricional ya sea por exceso o por defecto. (p.82)

Por lo que se deduce que existe un porcentaje significativo de madres con un conocimiento de medio a bajo sobre lonchera saludable (88.75%), lo cual está relacionado a que desconocen la importancia de la lonchera y los principales beneficios que brindan los nutrientes que se encuentran en cada uno de los grupos de alimentos, limitando a que las madres puedan preparar una lonchera saludable que proporcione los nutrientes suficientes y necesarios para cubrir sus

necesidades nutricionales y que le ayude a recuperar las energías perdidas durante sus actividades, asegurando así un rendimiento óptimo.

En relación al estado nutricional, se evidencia que la mayoría de preescolares evaluados presento un estado nutricional normal (55%), seguido por un grupo significativo que presentó sobrepeso (17.5%) y obesidad (16.25%), asimismo el 11.25% padecen de desnutrición. A diferencia de Requena (2006) quien demuestra en su estudio que el 34% de preescolares tienen problemas de desnutrición. De igual manera estos resultados difieren con el estudio realizado por Clavo (2014) quien demuestra que 1.0% de preescolares presentan sobrepeso y el 9.0% padecen de obesidad. Actualmente los problemas de malnutrición tienen mayor presencia e incidencia en la población infantil y en la mayoría de los casos en los países en vías de desarrollo; tanto en adultos como en niños y cada vez a edades más tempranas. En este sentido la OMS (2017) estima que a nivel mundial 41 millones de niños menores de 5 años padecen de sobrepeso u obesidad. Con los resultados encontrados en el estudio se puede tener un panorama de cómo se encuentra la situación nutricional, evidenciando la mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad en preescolares.

El sobrepeso y obesidad están aumentando en todo el mundo debido a un desequilibrio entre la cantidad de comida ingerida y energía gastada, generalmente hay un aumento en la ingesta a base de alimentos de alto contenido calórico (envasados, comidas precocinadas, etc.), especialmente carbohidratos y grasas; y una disminución del gasto energético. (Díaz y Narro, 2014, p.20)

Por lo tanto, se puede inferir que hay un número significativo de niños con cuadros de sobrepeso y obesidad, lo cual podría desencadenar una serie de complicaciones y alteraciones en su salud; asimismo existe un número elevado de niños que se encuentran con estado nutricional normal.

Dentro de la relación entre la talla y la edad también se observó que la mayoría de preescolares presentó una talla adecuada para su edad (78.75%), seguido por quienes presentaron talla baja (11.25%) y luego talla alta (10%). Resultados que se asemejan al trabajo de investigación de Florián y Torres (2014); quienes demuestran que según el indicador Talla/Edad el 85.7% de preescolares tienen un estado nutricional normal y el 14.3% presentan talla baja para su edad. De igual manera en el estudio realizado por Rodríguez y Santos (2013), quienes reportaron que según el indicador talla para la edad, el 90.1% de preescolares tienen talla normal, 7% tienen talla baja y 2.8% tienen talla alta. Por lo contrario; Díaz y Narro (2014) sostienen que según el indicador Talla/Edad, el 35% de preescolares presentó un estado nutricional normal y el 65% tienen talla baja para su edad; asimismo mencionan que los resultados probablemente se deban a la situación económica en los hogares, como también al nivel de conocimiento de las madres. Según ENDES (2016) la prevalencia de la desnutrición crónica infantil (DCI) en niños menores de cinco años ha disminuido de 23.8%, en el 2009, a 13.1%, en el 2016. La desnutrición es el resultado de enfermedades infecciosas continuas, prácticas inadecuadas de alimentación e higiene y el consumo insuficiente de alimentos nutritivos.

La desnutrición crónica se expresa en una menor estatura para la edad del niño y en un limitado desarrollo intelectual; es un proceso por el cual las reservas orgánicas que el

cuerpo ha ido acumulando mediante la ingesta alimentaria se agotan debido a una carencia calórico-proteica. (Briceño y Ruiz, 2011, p.15-16)

Asimismo, (Clavo, 2014) afirma que el bajo desarrollo de la estatura en preescolares permite conocer una insuficiencia alimentaria crónica, ya que la altura se afecta lentamente con el tiempo; este hecho se produce por una falta de suministro de alimentos y por desconocimiento o pobreza. (p. 74-75)

De todo ello se puede inferir que la mayoría de los preescolares (78.75%) presentan un estado nutricional normal, y esto posiblemente se deba a que en los últimos años, el estado peruano viene impulsado estrategias, programas y proyectos para enfrentar la inseguridad alimentaria y la vulnerabilidad que aqueja a los peruanos, ha puesto énfasis en la promoción de la salud lo que contribuye a que las madres de los preescolares que acuden a los centros de salud y campañas de salud, puedan aprender y corregir la información sobre el cuidado y la alimentación de sus hijos. Pero aun así se tiene que seguir trabajando impulsando nuevas estrategias que permitan erradicar la desnutrición en nuestro país, puesto que aún existe un pequeño grupo de preescolares con talla baja (11.25%), el cual es indicador de desnutrición crónica.

Al considerar a quienes presentan un estado nutricional normal como adecuado se pone en manifiesto que el 55% de preescolares presentaron un estado nutricional adecuado y el 45% un estado nutricional inadecuado. Los hallazgos coinciden con el estudio de Huayllacayan y Mora (2014), quienes evidencian que el 67% de escolares tienen un estado nutricional adecuado, mientras que un 33% inadecuado. Sin embargo estos hallazgos difieren con el

estudio realizado por Colquicocha (2009), quien argumenta que el 53.75% de escolares tienen un estado nutricional inadecuado, lo cual se ve reflejado en un exceso o disminución de nutrientes (obesidad, desnutrición crónica y baja hemoglobina) y 46.25% poseen un estado nutricional adecuado. El estado nutricional es la resultante final del balance entre la ingesta y el requerimiento de nutrientes, los cuales reflejan en todo momento si el aporte, absorción y utilización de los alimentos son adecuados a las necesidades del organismo.

Con nuestros resultados podemos determinar que la alimentación brindada por las madres mediante la lonchera no es la correcta pero si suficiente para mantener un estado nutricional adecuado. Sin embargo se debe seguir educando a las madres sobre la importancia del contenido apropiado de la lonchera saludable, puesto que el 45 % de preescolares poseen un inadecuado estado nutricional; cifra que se puede ir disminuyendo si se tiene el compromiso y dedicación en el cuidado de la alimentación del preescolar por parte de las madres de familias, quienes son las principales encargadas de la alimentación de sus niños.

Al evaluar la relación entre el nivel de conocimiento y el estado nutricional se encontró que dentro de quienes presentaron un nivel de conocimiento bajo la gran mayoría de preescolares presentó sobrepeso (37.04%) seguido de quienes presentaron obesidad (33.33%). Dentro de quienes presentaron nivel de conocimiento medio se encontró mayor frecuencia de estado nutricional normal (70.45%) y desnutrición (11.36%). Finalmente quienes presentaron nivel de conocimiento alto mostraron mayor cantidad de estudiantes con estado nutricional normal (88.89%).

Al aplicar la prueba estadística de Chi Cuadrado para comprobar la hipótesis planteada, se halló un chi calculado mayor que el chi teórico el cual es significativo para validar la hipótesis. Por lo cual el p valor es menor que 0.01 y se acepta la hipótesis alterna, con lo cual se determina que si existe relación entre el nivel de conocimiento materno y el estado nutricional de los preescolares.

Por ello es importante que las madres adquieran conocimientos en cuanto a los alimentos que deben enviar en la lonchera a sus niños, puesto que el nivel de conocimiento que poseen las madres sobre lonchera saludable tiene una relación directa con el estado nutricional en que se encuentren los niños.

Asimismo se muestra también la fuerza de la relación entre ambas variables de estudio, donde se encontró que presentar un nivel alto de conocimiento por parte de las madres genera en 9.21 veces la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional, así mismo el presentar un nivel medio de conocimiento genera en 4.87 veces la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional y por último el presentar un nivel bajo del conocimiento disminuye en un 95.1% la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional. En los tres niveles de conocimiento se encontró una asociación significativa ($p < 0.05$). Cabe mencionar que no se hallaron estudios similares que determinen la fuerza de la relación de ambas variables.

De este modo una educación oportuna y adecuada a todas las madres permitirá y favorecerá que el preescolar tenga un buen estado nutricional, mientras que una deficiente educación alimentaria y una pobre cultura alimenticia pueden repercutir en la salud del niño a través del

consumo de alimentos con escaso valor nutritivo, trayendo consigo múltiples problemas nutricionales en los niños ya sea por déficit y/o exceso de nutrientes.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMEDACIONES

4.1 Conclusiones

- El nivel de conocimiento en la mayoría de las madres de los preescolares con respecto a la lonchera saludable fue 88.75% de medio a bajo y solo el 11.25% presento un conocimiento alto. De este modo se negó la primera hipótesis alterna y se aceptó la nula que determina que el nivel de conocimiento de las madres no es en su mayoría bajo.
- En lo que se refiere al estado nutricional se evidencio que la mayoría de los preescolares presentaron un estado nutricional normal (55%), seguido por un grupo significativo que presento sobrepeso (17.5%) y obesidad (16.25%). De este modo al considerar a quienes presentaron un estado nutricional normal como adecuado se encontró que el 55% presento estado nutricional adecuado y el 45% un estado nutricional inadecuado, con lo cual se negó la segunda hipótesis alterna y se aceptó la nula que determina que el estado nutricional de los preescolares no es en su mayoría inadecuado.
- Al evaluar la relación entre el nivel de conocimiento y el estado nutricional se encontró que dentro de quienes presentaron un nivel de conocimiento bajo su gran mayoría presento sobrepeso (37.04%) seguido de quienes presentaron obesidad (33.33%). Dentro de quienes presentaron nivel de conocimiento medio se encontró mayor frecuencia de estado nutricional normal (70.45%) y desnutrición (11.36%). Finalmente quienes presentaron

nivel de conocimiento alto mostraron mayor cantidad de estudiantes con estado nutricional normal (88.89%) y desnutrición (11.11%), con lo cual se aceptó la tercera hipótesis alterna que determina que el nivel alto de conocimiento se relaciona significativamente a un estado nutricional adecuado ($p < 0.01$).

- En cuanto a la relación entre el nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y el estado nutricional de los preescolares se determinó que si existe relación mediante la prueba estadística del chi cuadrado aceptando la hipótesis de estudio (p valor < 0.01).

4.2 Recomendaciones

- Lograr que la Institución Educativa incorpore dentro de su plan anual de actividades; acciones dirigidas a la comunidad educativa como: capacitaciones y/o talleres sobre la importancia de la alimentación saludable; desde la primera etapa escolar, así como alternativas de loncheras saludables; sin dejar de lado el desarrollo de actividades deportivas.
- Capacitar al personal docente y sensibilizar a los padres de familia en temas sobre “Alimentación Saludable” y “Loncheras Escolares” a fin de incorporar habitualmente alimentos saludables, nutritivos y económicos en la Lonchera Escolar del preescolar.
- Implementar acciones de Vigilancia Nutricional periódica (Control de peso y talla) en las Instituciones Educativas, con la finalidad de mejorar y/o revertir algún grado de

malnutrición ya sea por déficit y/o exceso de los educandos, con el apoyo del Centro de Salud perteneciente a la jurisdicción.

- Desarrollar talleres y/o sesiones educativas sobre lonchera saludable, a fin de afianzar los conocimientos en las madres de familia; sobre los tipos de alimentos, la cantidad y la frecuencia que deben consumir sus hijos.
- Implementar en la IE la incorporación del “Merito a las Loncheras Saludables” donde los docentes capacitados por un nutricionista supervisen y premien con un “sticker de carita feliz” y aplausos a todos los niños que porten una Lonchera Saludable.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Abanto, J., & Barrionuevo, L. (2009). Efectividad del Programa Educativo: Mejorando mis Saberes acerca de Loncheras Escolares, en el nivel de conocimiento de padres de niños preescolares-la esperanza (tesis de pregrado). Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo, Perú.

Alvarado, J. (2013). Conocimientos de las madres en niños de edad preescolar sobre la preparación de la lonchera saludables en la Institución Educativa Inicial 115- 24 Semillitas del Saber (tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Arellano, A. (2011). Prevalencia del síndrome metabólico en adultos del sindicato de choferes profesionales del cantón pujilí, provincia de Cotopaxi (tesis de pregrado). Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Riobamba, Ecuador.

Baldeón, N. (2016). Conocimiento de las madres sobre la preparación de lonchera escolar saludable en la I.E.P. Jesús Guía, Santa Clara – Ate 2016 (tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Baque, Y., & Batallas, J. (2013). Desequilibrio nutricional relacionado con factores socioeconómico y biológico manifestado por el índice de masa corporal en preescolares. Escuela José Pedro Varela, La Libertad 2012-2013 (tesis de pregrado). Universidad Estatal Península de Santa Elena, La Libertad, Ecuador.

- Berta, E., Fugas, V., Walz, F. & Martinelli, M. (2015). Estado nutricional de escolares y su relación con el hábito y calidad del desayuno. *Revista Chilena*. Recuperado de <http://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v42n1/art06.pdf>
- Briceño, E., & Ruiz, A. (2011). Factores biosocioculturales maternos y estado nutricional del preescolar, del jardín Sagrado Corazón de Jesús. Huamachuco, 2011 (tesis de pregrado). Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo, Perú.
- Cátedra de evaluación nutricional (2015). Universidad de Buenos Aires. Recuperado de <http://fmed.uba.ar/depto/nutrievaluacion/teo2015.pdf>
- Cahuapuma, V., & Yucra, H. (2014). Nivel de conocimiento de las madres sobre lonchera saludable y su relación con el estado nutricional del preescolar de las IEI N° 275 LLavini e IEI N° 224 San José – Puno (tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.
- Colquehuanca, Z. (2014). Conocimiento sobre preparación de loncheras nutritivas en madres con niños de 4 a 5 años de educación inicial de la Institución Educativa Adventista Túpac Amaru y la Institución Educativa N° 305 – Juliaca (tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Puno, Perú.
- Colquicocha, J. (2009). Relación entre el estado nutricional y rendimiento escolar en niños de 6 a 12 años de edad de la I.E. Huáscar N° 0096 (tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Clavo, J. (2014). Conocimientos alimentarios en madres y su relación con el estado nutricional del escolar de la institución educativa agosto Salazar Bondy – Chiclayo (tesis de pregrado). Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Lambayeque, Perú.

Díaz, A., & Narro, J. (2014). Factores maternos y el estado nutricional del preescolar, Pacanguilla, 2014 (tesis de pregrado). Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo, Perú.

Durand, D. (2010). Relación entre el nivel de conocimientos que tienen las madres sobre alimentación infantil y el estado nutricional de niños preescolares en la Institución Educativa Inicial N° 111-Callao (tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (2016). Recuperado de https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1433/index.html

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2015). Nutrición. Recuperado de https://www.unicef.org/spanish/nutrition/index_faces-of-malnutrition.html

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2017). Estimaciones Conjuntas de la Malnutrición Infantil. Recuperado de https://data.unicef.org/wp-content/uploads/2017/06/JME-2017_brochure_June-25.pdf

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia en México (2008). Salud y Nutrición. Recuperado de <https://www.unicef.org/mexico/spanish/17047.htm>

Flores, J. (2006). Nivel Económico y Conocimientos que tienen las madres sobre la alimentación del preescolar y su relación con el Estado Nutricional en el Centro de Promoción Familiar Pestalozzi del Distrito de Lima Cercado (tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Florián, N., & Torres, N. (2014). Lonchera escolar y estado nutricional de los niños –Pacasmayo (tesis de pregrado). Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo, Perú.

Hott, M. (2014). Guía de evaluación del estado nutricional –Arica. Universidad de Tarapacá, Arica, Chile.

Huayllacayan, S., & Mora, Y. (2014). Relación entre conocimiento materno sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes de primaria de la institución educativa n° 6069pachacútec (tesis de pregrado). Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.

Instituto Nacional de Salud (2015). Situación Nutricional. Recuperado de http://www.ins.gob.pe/repositorioaps/0/5/jer/resu_sist_cena/LIMA%20CIUDAD.pdf

Instituto Nacional de Salud (2017). Situación del Sobrepeso y Obesidad en la Población Peruana. Recuperado de <http://www.observateperu.ins.gob.pe/sala-situacional/situacion-nutricional>

Jiménez, K. (2016). Estado nutricional, acceso y consumo alimentario de las familias de una comunidad rural (tesis de pregrado). Universidad de los Andes, Mérida, Venezuela.

Lerma, R., & Aguilar, J. (s.f.). Nutrición, fuente de vida con calidad. *Revista Universidad*. 22(1), 4-6. Recuperado de <http://www.revistauniversidad.uson.mx/revistas/22-22articulo%201.pdf>

Maguiña, M. (2008). Alimentación del preescolar y escolar: Loncheras o Refrigerios escolares. *Revista en Nutrición Pediátrica*. 2(3), 108-109. Recuperado de http://www.iidenut.org/pdf_revista_tec_libre/renut%203/RENUT%202007%20TEC_3_1_07-115.pdf

Minaya, L., Pérez, M., & Vásquez, S. (2017). Relación entre el nivel de conocimiento y el cumplimiento de las loncheras saludables en las madres de los estudiantes de la institución educativa inicial Nuestra Señora de Fátima, Comas (tesis de pregrado). Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima, Perú.

Merino, B. (2016). Efectividad de un programa educativo en el conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional de preescolares (tesis de maestría). Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo, Perú.

Ministerio de Salud (2017). Plan Nacional para la Reducción y Control de la Anemia Materno Infantil y la Desnutrición Crónica Infantil en el Perú: 2017-2021. Recuperado de ftp://ftp2.minsa.gob.pe/normaslegales/2017/RM_249-2017-MINSA.PDF

Ministerio de Salud (s.f.). Refrigerios escolares saludables. Recuperado de <http://www.portal.ins.gob.pe/en/20-alimentacion-y-nutricion-cenan/577-refrigerios-escolares-saludables>

Ministerio de Salud (2015). A preparar Loncheras Saludables para el inicio del año escolar. Recuperado el 14 de Diciembre 2017, de <http://www.minsa.gob.pe/index.asp?op=51¬a=16085>

Novillo, A. (2012). Influencia de la colación escolar en la nutrición y rendimiento escolar , de las niños y niñas de las escuelas fiscales de San Cayetano, de la ciudad de Loja, durante el periodo académico 2010-2011(tesis de maestría). Universidad Técnica Particular de Loja, Loja, Ecuador.

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (s.f.). Necesidades Nutricionales. Recuperado de <http://www.fao.org/docrep/014/am401s/am401s03.pdf>

Organización Mundial de la Salud (2015). Alimentación Sana. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/es/>

Organización Mundial de la Salud (2017). Malnutrición. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/malnutrition/es/>

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (2017). Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional. Recuperado de <http://www.fao.org/3/a-i6747s.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (2017). Evaluación Nutricional. Recuperado de <http://www.fao.org/nutrition/evaluacion-nutricional/es/>

Ortega, G. (2013). Grupos de alimentos. *ABC color*. 1(5), 2-3. Recuperado de <http://www.abc.com.py/edicion-impres/suplementos/escolar/grupos-de-alimentos633126.html>

Ramírez, M. (2017). Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa (tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

Ravasco, P., Anderson, H. & Mardones, F. (2010). Métodos de valoración del estado nutricional. *Nutrición Hospitalaria*. Recuperado de http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v25s3/09_articulo_09.pdf

Requena, L. (2006). Conocimiento y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de las loncheras y su relación con el estado nutricional del preescolar de la Institución Educativa N° 524 Nuestra Señora de la Esperanza (tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Rodríguez, M., & Santos, R. (2013). Conocimiento materno sobre loncheras nutritivas y el estado nutricional de los preescolares –moche (tesis de pregrado). Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo, Perú.

Santillana, V. (2013). 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. (tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Estado de México, Santa Cruz, México.

Tevalán, B. (2015). Evaluación de la composición y el valor nutricional de las loncheras escolares, de cinco establecimientos educativos privados y cinco establecimientos públicos, del departamento de Guatemala. Enero – Mayo 2015 (tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Valdivia, G., et al. (2012). Manual del kiosco y lonchera escolar saludable. Gerencia de Desarrollo Humano: Municipalidad de Miraflores. 1(18): 11-13. Recuperado de http://www.miraflores.gob.pe/Manual_del_kiosco_y_lonchera_saludable.pdf

ANEXOS

ÍNDICE DE ANEXOS

- a) **ANEXO 1:** Cálculo del tamaño de la muestra
- b) **ANEXO 2:** Instrumento: Cuestionario
- c) **ANEXO 3:** Cálculo para la medición de la variable Conocimiento
- d) **ANEXO 4:** Ficha de Observación
- e) **ANEXO 5:** Prueba estadística para dar Confiabilidad al instrumento conocimientos
- f) **ANEXO 6:** Permiso a la Institución Educativa Inicial
- g) **ANEXO 7:** Hoja de Consentimiento Informado
- h) **ANEXO 8:** Determinación de la relación entre la variable conocimiento materno y el estado nutricional del preescolar mediante la distribución Chi Cuadrado y evaluación del p valor
- i) **ANEXO 9:** Determinación de la fuerza de la variable conocimiento materno y el estado nutricional del preescolar mediante el Odds Ratio.

ANEXO 01

CALCULO DEL TAMAÑO DE MUESTRA

Para el cálculo de la muestra se consideró la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 \times p(1-p) \times N}{e^2 \times (N-1) + Z^2 \times p(1-p)}$$

Donde:

Z: 1.96 coeficiente de confianza para 95% de confianza

p: 50% \Leftrightarrow 0.5 (Proporción de casos de la población que tienen las características que se desea estudiar)

q: 1- p = 50% \Leftrightarrow 0.5 (Proporción de individuos de la población que no tienen las características de interés)

N: Tamaño de la población = 100

E: Margen de error permisible 5% \Leftrightarrow 0,05

Reemplazando:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5)(100)}{(0.05)^2(100-1)+(1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = 80.03$$

La muestra estará constituida por 80 preescolares de la Institución Educativa Inicial Santa María.

ANEXO 02

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

CUESTIONARIO

INTRODUCCIÓN

Buenos días señora, mi nombre es Erika, Jáuregui Romero; soy estudiante de Nutrición de la UNFV y en coordinación con la Institución Educativa inicial Santa María, estoy realizando un estudio sobre “Nivel de conocimiento materno sobre loncheras escolares saludables y su relación con el estado nutricional de los preescolares” de dicha institución. 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 sobre la loncheras del preescolar y sobre todo a mejorar el estado nutricional de los preescolares. Se garantiza la confidencialidad de los datos que Ud. proporcione.

DATOS GENERALES:

1. Edad de la Madre:

- a) 20 a 29 años b) 30 a 39 años c) 40 a 49 años d) 50 a 59 años

2. Sexo: F M

3. Grado de Instrucción:

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

4. Lugar de Procedencia:

- a) Costa b) Sierra c) Selva

5. Estado civil:

- a) Soltero () b) casado () c) viudo () d) divorciado () e) conviviente
()

6. Número de hijos:

- a) 1 b) 2 c) 3 d) +3

7. Ocupación Actual:

a) Ama de casa ()

b) Independiente ()

c) Dependiente ()

INSTRUCCIONES

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

1. Una lonchera escolar es:

- a) es una comida intermedia a los comidas principales, pero no reemplaza las comidas principales.
- b) es una comida intermedia que puede reemplazar las comidas principales.
- c) es una comida que puede reemplazar el desayuno del niño.
- d) es una comida que puede reemplazar el almuerzo del niño.

2. La función de la lonchera escolar es:

- a) Mantener una dieta balanceada
- b) Satisfacer las necesidades nutricionales del niño
- c) Reemplazar el desayuno del niño
- d) Favorecer la memoria del niño

3. 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.

4. Con que frecuencia el escolar debe consumir alimentos de una lonchera:

- a) Tres veces por semana
- b) Todos los días de la semana
- c) Los días de clases escolares
- d) Solo una vez a la semana

5. La lonchera escolar debe contener los siguientes alimentos:

- a) Una cajita de frugos, una galleta salada y papas fritas.

- b) Una gaseosa, una galleta dulce y una fruta.
- c) Un sándwich, una fruta y refresco natural.
- d) Jugo de frutas, una galleta dulce y una golosina.

6. Los alimentos constructores, contienen proteínas y tienen como principal función en el niño:

- a) Proporcionar energía.
- b) Proteger el organismo.
- c) Formar y reparar tejidos del cuerpo.
- d) Motivar al niño.

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

- a) Naranja y yogurt.
- b) Queso y pollo.
- c) Zanahoria y atún.
- d) Papa y habas.

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

- a) Regular el peso.
- b) Brindan energía para realizar actividades.
- c) Mantienen al niño despierto.
- d) Formar y renovar órganos.

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

- a) Manzana y plátano.
- b) Pollo y leche.
- c) Pan y choclo.
- d) Zanahoria y brócoli.

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

- a) Formar y reparar órganos.
- b) Proteger contra las enfermedades.
- c) Proporcionar energía.
- d) Regular la talla.

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

- a) Pan y queso
- b) Pollo y quinua.
- c) Camote y trigo.
- d) zanahoria y manzana.

12. La bebida que debe estar presente en toda lonchera escolar es:

- a) Gaseosa
- b) Frugos
- c) Refresco natural
- d) te

13. Las bebidas contenidas en la Lonchera son importantes para el niño porque:

- a) Reemplaza el desayuno.
- b) Reponen los líquidos perdidos del niño.
- c) Hace crecer.
- d) Todas.

14. Los alimentos que no deben ir a la lonchera escolar son:

- a) Pan y queso.
- b) Frugo y queque.
- c) Choclo y huevo.
- d) Tortilla y manzana.

ANEXO 03

CALCULO PARA LA MEDICIÓN DE LA VARIABLE

CONOCIMIENTO

El instrumento que corresponde a los conocimientos está conformado por 14 ítems valorados con escala dicotómica 0 y 1 punto, según sea la respuesta incorrecta o correcta, respectivamente.

Para la clasificación del nivel de conocimiento materno se utilizó la comparación a través de la campana de Gauss con la constante 0.75 a través del siguiente procedimiento:

1. Se determinó el promedio (X):

$$X = 9.30$$

2. Se calculó la desviación estándar (D.E.):

$$DE = \sqrt{S^2}$$

Se calcula el valor de la varianza, obteniéndose:

$$S^2 = 7.27$$

Entonces, el valor de la desviación estándar es:

$$DE = 2.69$$

Luego se aplicó:

ESCALA DE ESTANONES

3. Se estableció los valores de a y b respectivamente:

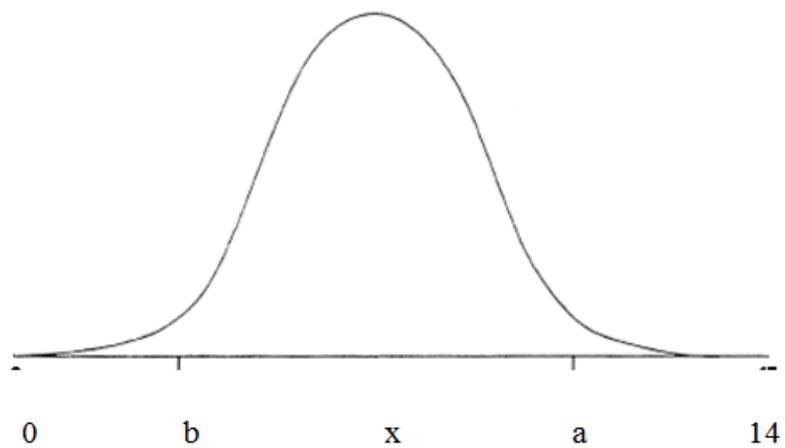
$$a = X + 0.75 (DE)$$

$$b = X - 0.75 (DE)$$

$$a = 9.30 + 0.75 (2.69) = 11.30$$

$$b = 9.30 - 0.75 (2.69) = 7.28$$

CATEGORIZACIÓN DEL CONOCIMIENTO



Conocimiento Bajo: $0 - b \Rightarrow 0 - 7$ pts.

Conocimiento Medio: $b+1 - a \Rightarrow 8 - 11$ pts.

Conocimiento Alto: $a+1 - 14 \Rightarrow 12 - 14$ pts.

ANEXO 05

PRUEBA ESTADÍSTICA PARA DAR CONFIABILIDAD AL INSTRUMENTO CONOCIMIENTOS

R DE KUDER – RICHARSON

$$r_{K-R} = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum p_i q_i}{S_T^2} \right] \quad r \geq 0.5$$

$K = N^\circ$ de ítems

$S_T^2 =$ Varianza del total

$p_i =$ Proporción de éxito

$q_i = 1 - p_i$

Reemplazando:

$$r_{K-R} = \frac{14}{13} \left[1 - \frac{2.48}{7.27} \right]$$

$$r_{K-R} = 1.08 (1 - 0.34)$$

$$r_{K-R} = 0.71$$

De acuerdo con el resultado, se concluye que el instrumento en estudio es muy confiable.

ANEXO 06

PERMISO A LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL

OFICIO CIRCULAR N° - 2017-MDL-GDS

Lince, 18 de Junio del 2017

Licenciada:

ROXANA TOMAIRO LENES

Directora

IEI SANTA MARIA

Presente.-

De mi mayor consideración:

Me dirijo a Usted con un cordial saludo e informarle que el proyecto de investigación:

“Nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables y su relación con el estado nutricional del preescolar de la institución educativa inicial Santa María, de lince. 2017”, tiene como objetivo conocer y evaluar el nivel de conocimiento que poseen las madres sobre loncheras saludables y determinar el estado nutricional de los preescolares de dicha institución educativa, con la finalidad de conocer si existe una relación entre ambas variables, contribuyendo y priorizando de este modo a mejorar el bienestar y calidad de vida de los niños y niñas menores de 5 años, para lo cual contamos con este proyecto de prevención, promoción, investigación e intervención nutricional.

Del mismo modo las acciones que se desarrollaran como parte del proyecto son las siguientes:

- EVALUACIÓN ANTROPOMÉTRICA (PESO, TALLA)
- CUESTIONARIO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES DIRIGIDA A LAS MADRES DE FAMILIA.

Asimismo se brindara capacitaciones y talleres a padres y madres de familia, personal docente y autoridad educativa sobre la situación nutricional del alumnado para que se puedan tomar acciones que permitan mejorar o revertir tal condición.

Para mayor información o coordinaciones que deseara realizar, sírvase comunicarse con Erika Jáuregui Romero interna de nutrición de la Universidad Nacional Federico Villarreal cel. 975245060 (rpc),
e-mail erikajjauregui@hotmail.com

Sin otro particular y reiterando mi compromiso con la salud nutricional de su alumnado, me despido de usted.

Atentamente;

ANEXO 07

HOJA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

“Nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y su relación con el estado nutricional de los preescolares de la IEI Santa María, Lince. 2017”

Investigadora: Jáuregui Romero, Erika

Propósito:

La Universidad Nacional Federico Villarreal hace estudios sobre la nutrición y el estado nutricional de los preescolares. Actualmente es sabido que la salud y la nutrición de los preescolares influyen directamente en su formación, su asistencia a la escuela y la concentración durante las horas de clase.

Muchos de los estudiantes tienen hábitos alimenticios inadecuados, debido a la falta de educación nutricional de las madres con respecto a las loncheras escolares nutritivas, lo cual afecta el estado nutricional de los preescolares. Sin embargo, la educación nutricional a las madres viene en descenso en los últimos tiempos. Es por ello que siendo alumna de la EAP Nutrición de la UNFV quiero conocer y evaluar el nivel de conocimiento que poseen las madres sobre loncheras saludables y determinar el estado nutricional de los preescolares de dicha institución educativa.

Participación:

Si usted desea y acepta participar en el estudio de investigación, inicialmente se le dará un cuestionario con preguntas para conocer que tanto sabe sobre el contenido necesario que requiere una lonchera escolar.

Su hijo será pesado y tallado, se evaluará mediante una lista de observaciones, basado en los percentiles de crecimientos y desarrollo.

Riesgos del estudio:

Este estudio no representa ningún riesgo para usted ni para su hijo(a). Para su participación en el estudio sólo debe completar una encuesta sobre loncheras saludables y permitir la participación de su hijo(a) en la evaluación del estado nutricional antropométrico.

Beneficios del estudio:

Tanto con su participación y con la de su menor hijo, se busca tener un panorama más claro acerca de Los conocimientos maternos sobre la preparación de las loncheras escolares y cómo influye en su estado nutricional de su niño. Con los resultados del estudio lograra determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento de las madres y el estado nutricional de sus hijos, con el único fin de favorecer el bienestar físico e intelectual de los niños.

Costo de la participación:

La participación en el estudio no tiene ningún costo para usted. La encuesta a las madres y la evaluación del estado nutricional antropométrico, se realizarán con su autorización y la de la institución educativa en fechas previamente coordinadas. Sólo es necesario que usted asista en el día programado.

Confidencialidad:

Toda información obtenida es completamente reservada, solamente los miembros del equipo de trabajo conocerán los resultados y la información. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Requisitos de participación:

Las candidatas deberán ser solo los padres de familia o apoderado de los preescolares.

Si usted está de acuerdo en participar en este proyecto para beneficio de usted y la de su menor hijo(a), deberá firmar este documento, con lo cual autoriza y acepta la participación en el estudio voluntario. Sin embargo, si usted no desea participar en el estudio por cualquier razón, puede retirarse con toda libertad sin que esto represente algún gasto, pago o consecuencia negativa por hacerlo.

Donde conseguir información:

Para cualquier consulta, queja o comentario por favor comuníquese con Erika Jáuregui Romero al teléfono 975245060, donde con mucho gusto serán atendidos.

Declaración voluntaria

Yo he sido informado (a) del objetivo del estudio, he conocido los riesgos, beneficios y la confidencialidad de la información obtenida. Entiendo que la participación en el estudio es gratuita. He sido informado(a) de la forma como se realizará el estudio a lo largo de la evaluación. Estoy enterado(a) también que puedo participar o no continuar en el estudio en el momento en el que lo considere necesario, o por alguna razón específica, sin que esto represente que tenga que pagar, o recibir alguna represalia de parte de la Institución Educativa Nacional N° 005. Por lo anterior acepto voluntariamente participar en la investigación de:

“Nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables y su relación con el estado nutricional de los preescolares de la IEI Santa María, Lince. 2017”

Nombre del participante:

Dirección:

DNI _____

Edad _____

Firma _____

ANEXO 08

**DETERMINACIÓN DE LA RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE CONOCIMIENTO
MATERNO Y EL ESTADO NUTRICIONAL DEL PREESCOLAR MEDIANTE LA
DISTRIBUCIÓN CHI CUADRADO Y EVALUACIÓN DEL P VALOR**

1. Planteamiento de la Hipótesis:

Ha: Existe relación significativa entre el nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables y el estado nutricional de los preescolares de la I.E.I Santa María.

Ho: No existe relación significativa entre el nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables y el estado nutricional de los preescolares de la I.E.I Santa María.

2. Formula del Chi cuadrado calculado:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

3. Reemplazando:

$$X^2 \text{ Calculado} = 27.231$$

4. Cálculo del Grado de libertad (gl):

$$gl = (\text{Nro. de filas} - 1) \times (\text{Nro. de columnas} - 1)$$

$$gl = (3 - 1) \times (4 - 1)$$

$$gl = 6$$

5. Entonces: **X^2 teórico < X^2 calculado**

$$(p < 0.05) 12.59 < 27.231$$

$$(p < 0.01) 16.81 < 27.2$$

Por lo tanto se encontró que el chi cuadrado calculado (27.231) es mayor al chi cuadrado teórico (16.81), por lo cual el p valor es menor que 0.01 y se acepta la hipótesis alterna, con lo cual se determina que si existe relación entre el nivel de conocimiento materno y el estado nutricional de los preescolares.

ANEXO 9

DETERMINACIÓN DE LA FUERZA DE LA VARIABLE CONOCIMIENTO MATERNO Y EL ESTADO NUTRICIONAL DEL PREESCOLAR MEDIANTE EL ODDS RATIO

1.- Fórmula del Odds Ratio:

	Enfermos	Sanos	Total
Expuestos	A	B	a + b
No expuestos	C	D	c + d
Total	a + c	b + d	a + b + c + d

$$\text{Odds Ratio (OR)} = \frac{a \times d}{c \times b}$$

2. Reemplazando:

a. Nivel de conocimiento alto:

$$\text{Odds Ratio (OR)} = \frac{8 \times 35}{1 \times 36} = 7.77$$

Por lo tanto presentar un nivel alto de conocimiento por parte de las madres genera en 7.77 veces la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional.

b. Nivel de conocimiento medio:

$$\text{Odds Ratio (OR)} = \frac{31 \times 23}{13 \times 13} = 4.22$$

Por lo tanto el presentar un nivel medio de conocimiento genera en 4.22 veces la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional.

c. Nivel de conocimiento bajo:

$$\text{Odds Ratio (OR)} = \frac{5 \times 14}{22 \times 39} = 0.08$$

Por último el presentar un nivel bajo del conocimiento disminuye en un 92% la probabilidad de presentar un adecuado estado nutricional.