



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Conocimiento y Cumplimiento de Loncheras Saludables, en Madres del
Colegio Inicial Nro 172, Las Palmas, Distrito La Banda De Shilcayo, Tarapoto –
2021

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO(A) EN
ENFERMERÍA

AUTORES:

Cuchilla Jara, Delia (0000-0002-0742-0820)

León Presentación, Esther Yanina (0004-0002-9963-8260)

ASESORA

Mg. De La Cruz Ruiz Maria Angelica (0000-0003-1392-5806)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Perinatal e Infantil

TARAPOTO – PERU

2021

DEDICATORIA

Agradecer a Dios por darme la fortaleza día a día para cumplir con mis sueños y objetivos.

A mis padres y hermanos quienes estuvieron en los momentos más difíciles.

A mis amigos, amigas y docentes quienes me motivaron a seguir adelante pese las adversidades.

Delia Cuchilla

DEDICATORIA

Agradecer a Dios por darme la fortaleza y por rodearme de personas maravillosas en el transcurso de mi formación profesional.

A mis hermanas por darme su apoyo para ser la persona que soy en la actualidad.

A mi hijo quien fue el motivo y la razón de salir adelante.

Yanina León.

AGRADECIMIENTO

Agradecer primeramente a Dios por darme
saluden estos tiempos de pandemia.

Agradecer a mi padre y mis hermanos por sus
apoyos.

Agradecer a la Universidad Cesar Vallejo por
permitirme el ingreso y brindarme la
oportunidadde culminar con la etapa de
pregrado.

Delia Cuchilla

AGRADECIMIENTO

Mi Agradecimiento va expreso para
misasesores, docentes e
instituciones que han contribuido en
la materialización dela presente
investigación.

A la Universidad Cesar Vallejo
en especial a mi docente de
curso detitulación.

Yanina León.

INDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenido	iv
Índice de tablas	v
Índice de gráficos y figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I.- INTRODUCCIÓN	09
II.- MARCO TEORICO	12
III.- METODOLOGIA	18
3.1.- Tipo y Diseño de Investigación	18
3.2.- Variables y operacionalización	18
3.3.- Población y Muestra	19
3.4.- Técnicas e instrumentos de recolección de datos	20
3.5.- Procedimientos	20
3.6.- Métodos de análisis de datos	20
3.7.- Aspectos éticos	21
IV.- RESULTADOS	22
V.- DISCUSIÓN	26
VI.- CONCLUSIONES	29
VII.- RECOMENDACIONES	30
REFERENCI	
ASANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 01 Conocimiento y cumplimiento de Loncheras Saludables	22
Tabla 02 Prueba de Hipótesis General mediante la R e Pearson	25

ÍNDICE DE GRAFICOS

Gráfico 01: Nivel de Conocimiento según Beneficios De La Lonchera Saludable , en Madres Del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, Distrito La Banda De Shilcayo, Tarapoto – 2021 23

Gráfico 02: Nivel de Cumplimiento según Alimentos No Recomendables en la Lonchera Saludable, en Madres Del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, Distrito La Banda De Shilcayo, Tarapoto – 2021 24

Resumen

En la presente el objetivo de la investigación es: Determinar la relación entre conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto –2021. En cuanto a la Metodología es una investigación descriptiva correlacional, la muestra de trabajo fue de (n=24 madres), para la información obtenida se utilizó un cuestionario tipo Likert, la validez del instrumento fue realizado mediante la prueba de concordancia del juicio de expertos en la cual se obtuvo un valor de (0,88); la confiabilidad se realizó mediante el alfa de Cronbach con un valor de $\alpha=0,93$, la prueba de hipótesis fue obtenida mediante el estadístico R de Pearson (0,983) con un nivel de significancia de ($p<0,05$). Los resultados obtenidos son que existe relación entre el conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, en las madres del Colegio Inicial Nro. 172. En cuanto al nivel de conocimientos según beneficios es medio con un 56% (13) seguido de un nivel alto con un 32% (8) y bajo con un 12% (3). Asimismo, en el nivel de cumplimiento según alimentos recomendables es medianamente adecuado con un 58% (14) seguido de un nivel adecuado con un 28% (7) y no adecuado con un 14% (3).

PALABRAS CLAVES: Conocimiento, Cumplimiento, Loncheras Saludables.

Abstract

At present, the objective of the research is: To determine the relationship between knowledge and compliance with healthy lunch boxes, in mothers of the Initial School No. 172, Las Palmas, La Banda de Shilcayo district, Tarapoto –2021. Regarding the Methodology, it is a correlational descriptive research, the work sample was of (n =24 mothers), a Likert-type questionnaire was used for the information obtained, the validity of the instrument was carried out by means of the concordance test of the expert judgment in which a value of (0.88) was obtained; reliability was performed using Cronbach's alpha with a value of (= 0.93), the hypothesis test was obtained using Pearson's R statistic (0.983) with a level of significance of (p <0.05). The results obtained are that there is a relationship between knowledge and compliance with healthy lunch boxes, in the mothers of Initial School No. 172. Regarding the level of knowledge according to benefits, it is medium with 56% (13) followed by a high level with a 32% (8) and low with 12% (3). Likewise, the level of compliance according to recommended foods is moderately adequate with 58% (14) followed by an adequate level with 28% (7) and not adequate with 14% (3).

KEY WORDS: Knowledge, Compliance, Healthy Lunch Boxes.

I.- INTRODUCCION

La lonchera escolar, es consumido por los niños durante su receso o recreo, para ayudar en su jornada estudiantil, por ello es un alimento que no reemplaza el desayuno, y deben considerarse dentro de su preparación, variedad de frutas y/o verduras, cereales entre otros, así mismo debería considerar un 10 al 15 por ciento para lograr la demanda diario de sus actividades en el niño.¹

En otros países latinoamericanos y como en el Perú, se tiene como problema de salud pública la malnutrición, lo que conduce a otras enfermedades tales como la obesidad y sobrepeso y ello específicamente en los niños, debido al exceso de consumo de grasas y azúcares.² Según un informe de investigación N° 65-2015 : desnutrición en el Perú: en donde indica que el resultado de la desnutrición infantiles del no consumo de alimentos balanceados, es decir no contienen los nutrientes que necesita el cuerpo humano para su desarrollo en esta etapa importante de la vida.³

En el Ecuador, existe un 71 % de los niños con desnutrición crónica (371,000), este dato proviene de la clasificación de las viviendas los cuales son considerados como pobres, y muchos de ellos pertenecen a zonas rurales. Este dilema en el país, ha conllevado la instauración de diversos programas que permiten favorecer el desarrollo de menores y su crecimiento en etapa escolar, por ello se creó el Programa de Alimentación Escolar; la cual, es un comisionado encargado de asistir en el País a los escolares de jardines y escuelas fiscales, municipales y comunitarias más pobres con la alimentación (de 5 a 14 años de edad), en dos modalidades: Desayuno escolar y almuerzo escolar. ⁴

Más que un problema de la salud, la desnutrición infantil debe ser apreciado como un problema de salud pública sino como un índice de desarrollo de un país, por ello se viene realizando diversos programas para lograr la disminución importante en la desnutrición infantil, tanto de zonas rurales como urbanas, la prevalencia de desnutrición en el medio urbano de estrato socioeconómico bajo del estado peruano, es aún de magnitud considerable, resultando contradictorio e incongruente con la realidad, en la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar y cuyo resultado, que se han desarrollado

desde épocas pasadas, en nuestro país, con índices, que, a decir de algunos especialistas en el tema, no se ajustan a la realidad.

En el ámbito local de la jurisdicción del Departamento de San Martín, como profesionales de la salud en la carrera de enfermería, cumplimos el trabajo de prevenir y promover el bienestar de la salud en el desarrollo emocional y física de los menores que se encuentran en etapa pre-escolar, considerando diferentes aspectos que debes asegurar una alimentación adecuada; por lo tanto, se tiene que enseñar tanto a padres de familia y maestros de la Institución Educativa Inicial a mejorar la preparación e implementación de la lonchera del preescolar y fomentar la adopción de hábitos alimenticios que sean beneficiosos para el niño y su familia. ⁶

En el Colegio Inicial N° 172 “Las Palmas”, que comprende el Centro Poblado del mismo nombre, perteneciente al Distrito de la Banda de Shilcayo, Provincia y Departamento de San Martín, las clases se llevan con normalidad, debido a que este distrito los riesgos de contagio del Covid 19 ha disminuido, sin embargo las madres toman las medidas para que sus niños no tengan riesgo alguno y así evitar el contagio, por ello al acudir al colegio inicial se observó que los niños llevaban una lonchera poco saludable, a causa de que los padres de familias envían constantemente golosinas y comidas chatarra a sus menores hijos, para que puedan alimentarse en sus centros educativos, por tanto en los recesos los escolares tienen que consumir galletas, gaseosas, frituras y dulces que son refrigerios con bajo valor nutritivo, y esto es el causante de agotamiento y cansancio en los escolares, siendo la hora aproximada de mostrar disminución del interés por el estudio a partir del mediodía, se ve en la actualidad las madres no toman conciencia, acerca del contenido de la lonchera de sus niños y se consideró idónea para tomar la información necesaria y adecuada sobre el conocimiento y cumplimiento de preparación de la lonchera, considerando lo antes mencionado se formula lo siguiente:

Por lo antes expuesto se abordó la siguiente pregunta ¿Cuál es la relación entre conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, según madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto -2021? y de los problemas específicos se formuló lo siguiente ¿Cuál es el nivel

de conocimiento según beneficios de la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto – 2021?, ¿Cuál es el nivel de cumplimiento según alimentos recomendables en la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto –2021?.

Asimismo, entre los objetivos de nuestro estudio tenemos el objetivo general: Determinar cuál es la relación entre conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, según madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto – 2021 y entre los objetivos específicos: Identificar el nivel de conocimiento según beneficios de la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto – 2021. Identificar el nivel de cumplimiento según alimentos recomendables en la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto – 2021.

El nivel de importancia del proyecto de investigación es alta, porque permitirealizar en base a la realidad un adecuado análisis crítico, para encontrar diversos tipos de solución que puedan contribuir en el desarrollo y crecimiento de nuestros menores, así como la creación de estrategias, programas y políticas para poder hacer frente y resolver esta problemática, teniendo en cuenta el conocimiento en el cumplimiento de las loncheras saludables, sobre todo que las madres de familia tomen conciencia y sensibilización sobre el nivel importancia de ofrecer a sus niños loncheras nutritivas para lograr su desarrollo tanto físico, cognitivo, la cual observaremos que la ausencia de loncheras nutritivas repercutirá en el alza de los costos de salud pública y proporcionarán una menor calidad de vida a los escolares ya que pueden existir diversas enfermedades que infecten y que podrían ser fatales en los niños de este grupo etario

La justificación teórica es importante porque nos permitirá conocer cuánto saben nuestras madres de familia acerca de las loncheras y recomendar a futuro la importancia del cumplimiento para evitar complicaciones en la salud en esta etapa de vida.

La justificación práctica está vinculado a la contribución del estudio en la mejor performance de las Escuelas Saludables, cuyo propósito básico es mejorar el bienestar de los estudiantes.

La justificación metodológica corresponde al tipo de diseño utilizado en el estudio que es un correlacional, que permitirá lograr los objetivos propuestos, contando para ello con los recursos para su ejecución.

Se ejecutó el presente proyecto de investigación, tiene como objetivo la promoción y contribución del bienestar en el ámbito familiar, gubernamental y social en nuestro territorio nacional, siendo una ventana de posibilidades e inspirando a otros profesionales, entidades públicas y privadas para lograr una réplica a nivel nacional, en los siguientes proyectos de investigación a futuro realizado por estudiantes de enfermería.

Por lo tanto, se genera la siguiente hipótesis general: H1: Existe relación entre el conocimiento y cumplimiento del contenido de las Loncheras Saludables, según madres del colegio inicial N° 172, Las Palmas distrito la Banda de Shilcayo. Tarapoto 2021. Ho: No existe relación entre el conocimiento y cumplimiento del contenido de las Loncheras Saludables, según madres del colegio inicial N° 172, Las Palmas distrito la Banda de Shilcayo. Tarapoto 2021.

II.- MARCO TEORICO

Siña T; Valencia A. 2018. “Conocimientos sobre loncheras saludables según características sociodemográficas de madres de niños de nivel primaria: centro educativo particular Líder Ingenieros, San Juan de Lurigancho Lima; estudio cuantitativo de corte transversal con 114 madres de familia como la población, los resultados indican que el 21% obtuvieron conocimiento bajo, 64% conocimiento medio y el 15% conocimiento bajo” ⁷.

Tevalán G, 2015. Realizo la tesis titulada “Evaluación de composición y el valor nutricional de las loncheras escolares, de cinco establecimientos educativos y cinco establecimientos públicos” Guatemala – 2015, concluyendo que existe relación entre los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias sobre la preparación del desayuno, lonchera y almuerzo de las madres de los niños preescolares de 2-5 años que asisten al centro municipal de Educación Inicial mundo infantil, con (0,787) y con significancia (0,01); encontrando además entre nuestros hallazgos que hay un 82% de madres con niveles altos de conocimiento y un 78% de madres con niveles adecuados en el cumplimiento del contenido de loncheras saludables” ⁸.

Retamozo, C, realizo la tesis titulada “Efectividad de un Programa Educativo con Metodología Interactiva en la Preparación de Loncheras Saludables en Padres de Niños Preescolares de una Institución Educativa, Lima – 2015, que tuvo como objetivo determinar la Efectividad de la Metodología Interactiva; el estudio fue de tipo cuantitativo, de diseño Cuasi Experimental, se aplicó en 48 padres de familia de una Institución Educativa Inicial de Lima; los resultados confirmaron la hipótesis mediante la prueba de Student, con un nivel de significancia del 95%; concluyendo que el Programa Educativo con Metodología Interactiva, es adecuado y Efectivo para conductas relacionados a la Preparación de Loncheras Saludables” ⁹.

Reyes, O; 2015; realizo la tesis titulada “Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de conocimientos y prácticas sobre preparación de

lonchera, que tienen las madres de niños en edad preescolar, llegando a la conclusión que el programa educativo sobre la preparación de lonchera nutritiva es eficaz en la mejora y el desarrollo de conocimientos y prácticas de las madres de familia”¹⁰.

Colquehuanca, Z, realizó la investigación titulada “Conocimientos sobre preparación de loncheras nutritivas en madres con niños de 4 a 5 años de educación inicial de la IEI Túpac Amaru y la Institución Educativa N° 305 Juliaca – 2016; concluyendo que se encuentra una diferencia significativa en el conocimiento de las madres de familia de la institución educativa pública superiores al conocimiento de las madres de la institución educativa privada sobre la preparación de loncheras nutritivas”¹¹.

El conocimiento según Bunge lo determina, como la facultad del individuo para comprender por medio de la razón la naturaleza, cualidades y relaciones de las cosas, siendo la evolución en el cual la persona que conoce advierte y relaciona mediante sus sentidos, y el objeto conocido o percibido. Por lo tanto, cuando una persona descubre un objeto y encuentra ciertas características de dicho objeto, se puede afirmar que dicha persona obtiene el conocimiento, de objeto que percibió. El “conocimiento científico es conocimiento racional, sistemático, exacto, verificable, pero no infalible. Es un producto de la actividad humana en la comunidad social y comunidad científica”¹².

Se deriva en una cuestión de importancia en medir al que usa la información: "la fase de evaluación del conocimiento tiene como problema, medir el significado de la información para quién la procese de manera sistemática y reflexiva". Por lo tanto, para obtener mejor valor del conocimiento es necesario realiza un contraste y absorber información de otras áreas de investigación, de base psicológica, sociológica, entre otros, y debe confrontar al problema de cómo medir algo sin separar del proceso de medición al propio observador. Entonces, el conocimiento es la medición que se hace a una persona en la cual se observa el nivel de percepción de los objetos y su selección por datos informativos o no informativos.¹³ El conocimiento se puede organizar en tres niveles (bajo, medio

y alto) de acuerdo a la escala Stanones para obtener resultados matemáticos.

El “cumplimiento según Cabanellas, se asocia a la responsabilidad, a la correcta ejecución de una determinada obligación para con terceros en el plazo acordado, según los requisitos previamente establecidos; por otro lado, el concepto de cumplimiento es un estado en el cual alguien o algo están de acuerdo con las directrices, las especificaciones o la legislación establecidas” ¹⁴.

El “término lonchera, proviene del término en inglés lunch, que significa almuerzo; en nuestro país se conoce comúnmente como “lonchera” al receso, que las personas esencialmente los niños llevan a los centros educativos como un bolso, maletín, entre otras alternativas” ¹⁵. Se domina loncheras saludables al conjunto de alimentos que suministran energía y nutrientes necesarios a los menores para cubrir la alimentación necesaria y adecuada de los niños, para poder ser un apoyo en el crecimiento y desarrollo físico e intelectual de los menores sobre todo en etapa escolar. ¹⁵ En ese contexto, son dos las figuras fundamentales que se debe agarrar en balance para examinar una lonchera escolar como nutritiva y son: Que sea con el valor nutricional adecuado y correspondiente a las lonchera saludable y que esté adecuado a las necesidades alimentarias del menor; que la lonchera contenga alimentos naturales y teniendo una correcta higiene. ¹⁶

Las loncheras escolares, son importantes en el desarrollo escolar, ya que reponen energías alrededor del mediodía, después que los niños pasaron el proceso del aprendizaje; por tanto las loncheras benefician en la concentración y atención del menor en clases y en el desarrollo y crecimiento, siendo un complemento importante para la rutina diaria de los escolares. ¹⁷

El MINSA señaló que las loncheras escolares son un complemento alimentario importante e irremplazable por otros alimentos de origen químicos que pueden resultar dañino, por lo que las loncheras saludables son indispensables para el crecimiento y el desarrollo intelectual del menor durante su etapa escolar. ¹⁸

Se recomienda que el consumo de las loncheras saludables para los menores, sea de forma permanente y constante para la alimentación adecuada de los niños, ya que su preparación de tal no tiene que resultar siendo costosa y tampoco complicada en la preparación. ¹⁹

Los Beneficios de la “Lonchera Saludable es que aseguran un buen rendimiento escolar y es por ello que el nutricionista del Seguro Social, Marco Taboada, recomendó que estas meriendas deben tener tres tipos de alimentos, los energéticos (carbohidratos), los formadores (de origen animal) y los protectores (verduras y frutas) de una lonchera saludable asimismo también contribuye a la obtención de buenas prácticas alimenticias; fomenta la vida saludable; proporciona nutrientes necesarios para un adecuado crecimiento; y promueve la selección de alimentos más equilibrados para su nutrición” ²⁰.

Alimentos Recomendables: comer sanamente no es tan fácil debido al ritmo de vida, a veces es imposible comer bien, pero se debe cuidar la salud, por ello dentro del grupo de alimentos recomendables tenemos, un alimento sólido, una fruta y un refresco. La leche, carnes (pescado, pollo, pavo, entre otros) huevos, menestras y cereales. Una lonchera saludable está dada por pan con pollo, manzana y refresco de cebada o agua, Los carbohidratos (papa, arroz, camote) constituyen la principal fuente de energía etc.²¹

Refrescos: Está comprobado científicamente que “tomar refrescos incrementa el riesgo de diabetes y enfermedades cardíacas, debido a su alto contenido de azúcar. Tan sólo una lata de refresco contiene el equivalente a siete cucharadas, los refrescos light también son mala opción para la salud y deberías evitarlos ya que contienen alto contenido de fósforo, sustancia que daña los riñones y que hace que se pierda calcio en la orina, debilitando los huesos” ²².

Papas fritas: No es tan malo que te “comas una hamburguesa, siempre y cuando evites las papas, sabemos que son deliciosas, pero tienen un altísimo contenido de aceite y sal, además de que tienen muchas calorías; mata el antojo comiéndote una o dos, tu cuerpo te lo va a agradecer” ²³.

Aderezos y salsas altas en grasa. Los “aderezos de las ensaladas, la mayonesa,

la salsa bechamel y similares tienen alto contenido de grasa saturada, una pequeña cantidad aporta muchas calorías, por lo que es mejor evitarlos por completo; además está comprobado que el gusto por la grasa es adquirido, así que si te abstienes de consumirla por dos semanas perderás el gusto por ella y poco a poco se te va a antojar menos”²⁴.

Los profesionales de enfermería laboran educando a la población en general sobre la calidad de vida y cuáles son los determinantes de la salud, implantando los estilos de vida saludable para que las personas puedan tener opciones que les faciliten tener hábitos de vida saludable como: la vacunación como parte importante del desarrollo y bienestar de las personas, aseo personal y su papel para evitar enfermedades, la alimentación saludable entre muchas otras. En el ejercicio profesional las enfermeras cumplen una labor importante como profesional sanitario, educador y cuidador en la salud; puesto que, trabaja en prevenir y promocionar la salud brindando los conocimientos necesarios y adecuados para que la población de manera conjunta e individual puedan desarrollar aptitudes adecuadas mejorando los hábitos alimenticios y otros aspectos que contribuyen el confort físico y mental de las personas.²⁵

El sustento de Nola J. Pender, reconocida teórica, refiere que “la promoción de la salud es una de las iniciativas organizadas dirigida a la población en general, para el desarrollo del estilo de vida saludable en cada persona, es una conjugación de ciencias, destrezas y creencias dirigidas a la conservación y a la restablecimiento de la salud de todos los individuos, a través de acciones colectivas o sociales”²⁶.

Es trabajo de suma importancia que los personales de enfermería promuevan modos de vida saludable y sus diferentes características, utilizando diferentes herramientas de educación adecuados al contexto socio económico de las comunidades, esto en beneficio de todas las personas, pero en mayor énfasis al desarrollo de los niños.²⁶

III.- MÉTODOLÓGIA

3.1. Tipo y diseño de investigación

El estudio es de “tipo básico porque tiene como finalidad la obtención y recopilación de información para ir construyendo una base de conocimiento que se va agregando a la información previa existente; su diseño es no Experimental porque se observan los fenómenos o sucesos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos. y su nivel es descriptivo correlacional, descriptivo porque implica observar y describir la conducta de un sujeto sin intervenir sobre él de ninguna manera y es correlacional por que medir el grado de relación entre los constructos teóricos en referencia” ²⁷.

3.2 .- Variables y operacionalización:

- Variable Independiente = Conocimiento sobre loncheras saludables (anexo 1) Definición conceptual. Proceso de aprendizaje por la que las madres de familia pueden obtener conocimientos de conceptos, ideas y principios de la realidad objetiva, para poder realizar la preparación de loncheras saludables y nutritivas: alimentación adicional a las comidas principales (desayuno, almuerzo y cena) para mejorar y cubrir las necesidades nutricionales de los menores en etapa escolar, la cual debe contener alimentos constructores, energéticos, líquidos y reguladores.²⁸ Definición operacional. El conocimiento de las madres de familia se podrá medir a través de la aplicación de un cuestionario tipo Likert con 14 preguntas.
Indicadores. Están divididos en Alimentos energéticos: Alimentos constructores, Alimentos reguladores y Líquidos
Escala de medición.

1. Alto	29 - 43
2. Medio	15 - 28
3. Bajo	0 - 14
- Variable Dependiente: Cumplimiento sobre loncheras saludables
Definición conceptual. Se refiere a la acción y efecto de cumplir con lo que se encuentra establecido, sobre loncheras saludables.²⁹

Definición operacional. Para determinar el cumplimiento de las loncheras saludables se aplica un cuestionario tipo Likert con 9 preguntas

Indicadores. Alimentos balanceados, frutas y zumo de frutas.

Escala de medición.

1. No Adecuado 19 - 27
2. Medianamente Adecuado 10 - 18
3. Adecuado 0 – 9 " 29

3.3.- Población y Muestra

La población total del estudio estuvo conformada por 24 madres de niños menores de 4 años del Colegio Inicial Nro. 172 Las Palmas.

La población es censal, en la cual se ha seleccionado el total de las unidades de la población que poseen una característica en común, la cual no hace posible el estudio y nos da origen a los datos que requiere la investigación.

Criterios de inclusión

- Madres del Colegio Inicial Nro. 172, que deseen participar en investigación.
- Madres del Colegio Inicial Nro. 172, que firmen el consentimiento informado.
- Madres del Colegio Inicial Nro. 172, que sepan leer y escribir

Los criterios para la exclusión fueron:

- Madres del Colegio Inicial Nro. 172, que no deseen participar en investigación.
- Madres del Colegio Inicial Nro. 172, que no firmen el

consentimiento informado.

- Madres del Colegio Inicial Nro. 172, que no sepan leer y escribir

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

La “técnica empleada en la investigación fue la Encuesta, el instrumento un Cuestionario que consta de 23 ítems, introducción datos generales, selección de información específica que explora las variables” .

La validez hace referencia a la capacidad de un instrumento de medición para cuantificar de forma significativa y adecuada; la validez del instrumento se determinó mediante Juicio de Expertos, donde participaron 5 profesionales de enfermería con experiencia en las variables a investigar. (Anexo 2)

Para la confiabilidad de los instrumentos se procedió a realizar los resultados obtenidos mediante una prueba piloto en 20 madres de familia de otra institución inicial, los datos obtenidos ingresaron al programa estadísticos SPSS para la obtención del coeficiente alfa de Cronbach obteniéndose como valor 0.81, por lo que se concluye que el instrumento es válido y confiable. (Anexo 3)

3.5.- Procedimientos

Para la recolección de datos se llevó a cabo en el Colegio Inicial Nro. 172 Las Palmas, por lo que se tuvo que realizar trámites oficinista para obtener el permiso respectivo de la directora del colegio inicial, asimismo se solicitó los permisos respectivos de las madres de familia y se contó con todas las medidas de bioseguridad como mascarilla, protector facial, alcohol. Etc, Se procedió a la presentación individual de la investigación y el objetivo del mismo, se coordinó un área específica para la entrevista a cada madre de familia. El instrumento fue aplicado aproximadamente en 20 minutos por cada entrevistada. Los datos recolectados se tabularon manualmente mediante el

programa estadístico SPSS 24 para que puedan ser presentados a través de tablas y gráficos con sus respectivos análisis.

3.6.- Métodos de análisis de datos

Para analizar los datos se realizó la codificación de datos, la tabulación de los mismos, para programarlos en el paquete estadístico SPSS statistics versión 24, obteniendo los resultados para la mejora de la interpretación de los resultados, para luego contrastar la hipótesis planteada mediante la prueba la R e Pearson

3.7.- Aspectos éticos

Autonomía: este principio permitirá a las madres ser partícipes del estudio, ellas en todo momento se encontrarán informadas y si deseen participar firmarán el consentimiento informado.

Beneficencia: Es hacer el bien a los usuarios, actuar para hacer el bien, obtener máximos beneficios y minimizar riesgos.

No maleficencia: es no causar daño a los demás es respetar la salud física e integral de las personas.

Justicia: Toda persona debe ser tratada con respeto y dignidad, no hacer distinción de género, color y procedencia.

IV.- RESULTADOS

Tabla 01

**CONOCIMIENTO Y CUMPLIMIENTO DE LONCHERAS SALUDABLES,
SEGÚN MADRES DEL COLEGIO INICIAL NRO. 172, LAS PALMAS,**

DISTRITO LA BANDA DE SHILCAYO, TARAPOTO – 2021.

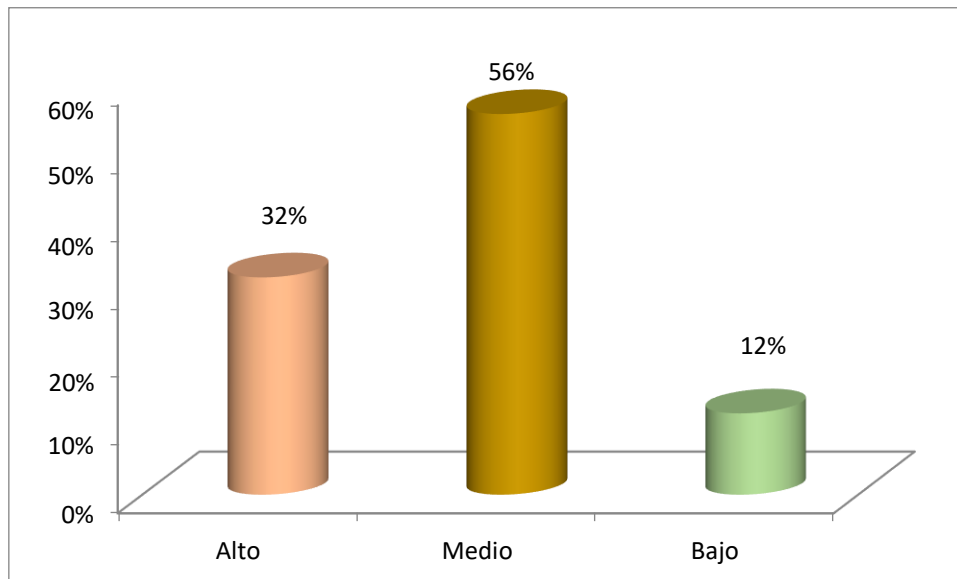
Conocimiento	Cumplimiento							
	No Adecuado		Medianamente Adecuado		Adecuado		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	6	25%	1	4%	0	0%	7	29%
Medio	1	4%	12	50%	0	0%	13	54%
Alto	0	0%	1	4%	3	13%	4	17%
Total	7	29%	14	58%	3	13%	24	100%

Interpretación

La tabla 01, muestra la relación entre el conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables según madres del Colegio Inicial N° 127. El 50% (12) madres del colegio Inicial, tienen un conocimiento medio y un cumplimiento medianamente adecuado; Pero el 25% (6) tiene un conocimiento bajo y un cumplimiento no adecuado. Sin embargo, tenemos a un 4% (1) con un conocimiento bajo y un cumplimiento medianamente adecuado.

Gráfico 01

NIVEL DE CONOCIMIENTO SEGÚN BENEFICIOS DE LA LONCHERA SALUDABLE, EN MADRES DEL COLEGIO INICIAL NRO. 172, LAS PALMAS, DISTRITO LA BANDA DE SHILCAYO, TARAPOTO – 2021



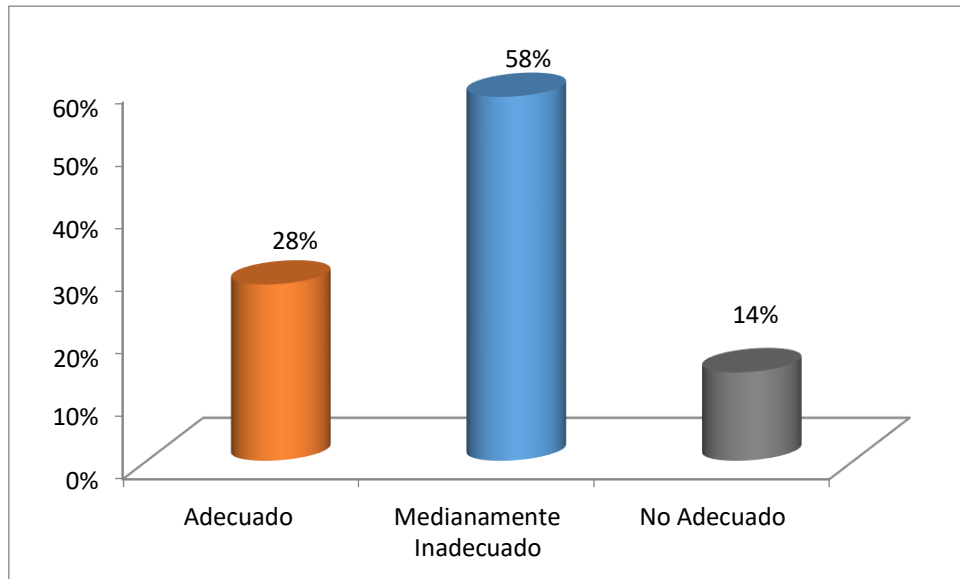
Interpretación:

El nivel de conocimiento según beneficios de la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, Distrito LA Banda De Shilcayo, es medio con un 56% (13) seguido de un nivel alto con un 32% (8) y bajo con un 12% (3).

GRAFICO N° 2

NIVEL DE CUMPLIMIENTO, SEGÚN ALIMENTOS NO RECOMENDABLES DE LA LONCHERA SALUDABLE, EN MADRES DEL COLEGIO INICIAL NRO. 172, LAS PALMAS, DISTRITO LA BANDA DE SHILCAYO,

TARAPOTO – 2021



Interpretación:

El nivel de cumplimiento según alimentos no recomendables de la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, Distrito LA Banda De Shilcayo, es medianamente adecuado con un 58% (14) seguido de un nivel adecuado con un 28% (7) y no adecuado con un 14% (3).

PRUEBA DE HIPOTESIS

Prueba de la Hipótesis General:

H_1 = Existe relación entre el conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, según madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito

La Banda De Shilcayo, Tarapoto - 2021.

H_0 = No existe relación entre el conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, según madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito LaBanda De Shilcayo, Tarapoto - 2021.

$H_1 \neq H_0$

Tabla 2: Prueba de Hipótesis General mediante la R e Pearson

		Conocimientc	Cumplimiento
Correlación de Pearson		1	,983**
Conocimiento	Sig. (bilateral)		,000
	N	24	24
Correlación de Pearson		,983**	1
Cumplimiento	Sig. (bilateral)	,000	
	N	24	24

Interpretación:

Se “formuló la hipótesis y se aplicó la prueba de R de Pearson para la comprobación de la relación entre las dos variables; el resultado nos muestra un p de 0,000 ($p < 0,05$), por lo cual se acepta la Hipótesis General”. Se concluye que existe una relación significativa entre el conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, según madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda De Shilcayo, Tarapoto - 2021

V.- DISCUSIÓN

Durante el desarrollo del niño es de suma importancia su estado nutricional, porque está relacionada al conocimiento del cuidador en este caso de la madre sobre una buena alimentación balanceada.

En relación al Objetivo General, se buscó Determinar cuál es la relación entre conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, según madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto – 2021. Para obtener los resultados se realizó la tabla cruzada en donde se obtuvo los siguientes resultados, nos muestra la relación entre el conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables según madres del Colegio Inicial N° 127. El 50% (12) madres del colegio Inicial, tienen un conocimiento medio y un cumplimiento medianamente adecuado; Pero el 25% (6) tiene un conocimiento bajo y un cumplimiento no adecuado. Sin embargo, tenemos a un 4% (1) con un conocimiento bajo y un cumplimiento medianamente adecuado.

Estos resultados coinciden con Tevalan G. (2015) quien encontró que “existe relación entre los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias sobre la preparación del desayuno, lonchera y almuerzo de las madres de los niños preescolares de 2-5 años que asisten al centro municipal de Educación Inicial mundo infantil, con (0,787) y con significancia (0,01)”⁸.

Por ello es importante la relación que existe entre conocimiento y cumplimiento debido a que el conocimiento es la acción y efecto de conocer, es decir, de adquirir información valiosa para comprender la realidad por medio de la razón, el entendimiento y la inteligencia. En su sentido más general, la palabra conocimiento alude a la información acumulada sobre un determinado tema o asunto y el cumplimiento es un estado en el cual alguien o algo está de acuerdo con las directrices y/o las especificaciones, es decir los dos variables se deben relacionar para establecer acciones de mejora en el logro de resultados.

Con respecto al Objetivo específico se buscó Identificar el nivel de conocimiento según beneficios de la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto – 2021. Encontrando

los siguientes resultados El nivel de conocimiento según beneficios de la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, Distrito LA Banda De Shilcayo, es medio con un 56% (13) seguido de un nivel alto con un 32% (8) y bajo con un 12% (3).

Es fundamental que las madres de familia conozcan los beneficios de una lonchera saludable para que sus niños puedan estar fortalecidos y así asegurara el aporte de energía y nutrientes en esta etapa importante de su ciclo de vida.

El beneficio de una lonchera saludable fomenta la toma de conciencia de una vida saludable con alimentación adecuada y balanceada en nuestros niños. Es importante que las madres identifiquen los contenidos de una lonchera saludable como los carbohidratos, vitaminas y proteínas, ello asegurará en el niño el reforzamiento de su estado de salud, aunque la lonchera no supe una alimentación suplemento vital para recargar energías en nuestros niños.

Asimismo, el segundo objetivo específico fue Identificar el nivel de cumplimiento según alimentos recomendables en la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto – 2021. El nivel de cumplimiento según alimentos no recomendables de la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, Distrito LA Banda De Shilcayo, es medianamente adecuado con un 58% (14) seguido de un nivel adecuado con un 28% (7) y no adecuado con un 14% (3).

Estos resultados coinciden con la investigación realizada por Retamozo, C, realiza la tesis titulada “Efectividad de un Programa Educativo con Metodología Interactiva en la Preparación de Loncheras Saludables en Padres de Niños Preescolares de una Institución Educativa”, Lima – 2015; tuvo como objetivo poder determinar la Efectividad de la Metodología Interactiva; la investigación fue de tipo cuantitativo, de diseño Cuasi Experimental, se aplicó en 48 padres de familia de una Institución Educativa Inicial de Lima; los resultados posibilitaron confirmar la hipótesis mediante la prueba de Student, con un nivel de significancia del 95%; concluyendo que se verificó que el Programa Educativo con

metodología Interactiva, es adecuado y Efectivo para conductas relacionados a la Preparación de Loncheras Saludables”⁹.

Es crucial que las madres conozcan cuales son los alimentos no recomendables debido a que en esta etapa preescolar el niño necesita los aportes y beneficios de una lonchera saludable

VI.- CONCLUSIONES

La presente investigación se titula conocimiento y cumplimiento de Loncheras Saludables, en Madres del colegio Inicial N° 172. Las Palmas Distrito de la Banda de Shicalyo, Tarapoto Encontrando los siguientes resultados.

1. En cuanto al objetivo general se encontró que las madres de familia del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda De Shilcayo, Tarapoto obtuvieron un mayor porcentaje en el conocimiento medio relacionado a un cumplimiento medianamente adecuado., asimismo se muestra la relación entre el conocimiento y cumplimiento de loncheras en donde la mayoría de las madres, tienen un conocimiento medio y un cumplimiento medianamente adecuado; seguido de un número menor el cual se obtuvo un conocimiento bajo y un cumplimiento no adecuado y un porcentaje muy mínimo con un conocimiento bajo y un cumplimiento medianamente adecuado. En cuanto a la comprobación de la relación entre las dos variables, Se concluye que existe una relación significativa entre el conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables.
2. Con respecto al primer objetivo que es Identificar el nivel de conocimiento según beneficios de la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto. Se obtuvo un mayor porcentaje en el conocimiento medio.
3. Con respecto al segundo objetivo específico que es Identificar el nivel de cumplimiento según alimentos recomendables en la lonchera saludable en madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto. Se obtuvo un mayor porcentaje en el indicador Medianamente adecuado

VII.- RECOMENDACIONES

1. Recomendar a la Dirección del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto promover alianzas estratégicas con las postas médicas o centros médicos cercanos al Colegio Inicial, con la finalidad de realizar capacitaciones a los padres y profesores acerca de los alimentos saludables de las loncheras y su difusión mediante avisos y mensajes electrónicos.
2. Asimismo, la Dirección Colegio Inicial Nro. 172, debe realizar actividades educativas que promuevan las loncheras con alimentos saludables y nutritivos, como el día de la fruta, lonchera campesina en las diversas secciones del Colegio Inicial.
3. La Dirección del Colegio debe coordinar con los padres de los niños para la llevar a cabo ferias de alimentación saludable y nutritiva, acerca de alimentos recomendables ricos en vitaminas, proteínas, energéticos y calorías.

REFERENCIAS

1. Canales H. Efectividad de la sesión educativa "Aprendiendo a preparar

- loncheras nutritivas" en el incremento de conocimientos de madres de preescolares en la Institución Educativa San José, El Agustino. proyecto. Lima - 2015.
2. Colquehuanca, Z, "Conocimientos sobre preparación de loncheras nutritivas en madres con niños de 4 a 5 años de educación inicial de la IEL Túpac Amaru y la institución Educativa N° 305" Juliaca - 2016.
 3. Cortez R. La nutrición de los niños en edad pre-escolar: aproximandolos costos y beneficios de la inversión pública... Lima - Perú. 2010.
 4. Crisologo A. Métodos y modelos de la investigación científica. Perú. Torolindo. 1990; p. 53-6.
 5. Espíritu A. "Guía para una alimentación saludable". Artículo de sobre situación nutricional. Chile - 2016
 6. Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2014). Desarrollo de la perspectiva teórica: revisión de la literatura y construcción del marco teórico. En Metodología de la Investigación (4ªed., pp. 58-87). México: McGraw-Hill.
 7. Siña T; Valencia A. Conocimientos sobre loncheras saludables según características sociodemográficas de madres de niños de nivel primaria: centro educativo particular Líder Ingenieros. San Juan de Lurigancho Lima-2018.
 8. Tevalán G, "Evaluación de composición y el valor nutricional de las loncheras escolares, de cinco establecimientos educativas y cinco establecimientos públicos" Guatemala – 2015.
 9. Retamozo, C, "Efectividad de un Programa Educativo con Metodología Interactiva en la Preparación de Loncheras Saludables en Padres de Niños Preescolares de una Institución Educativa", Lima– 2015.
 10. Reyes; "Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de conocimientos y prácticas sobre preparación de la lonchera, que tienen las madres de niños en edad preescolar en una Institución Educativa Privada en Santa Anita" Lima – 2015.
 11. Maguiña M. Alimentación del preescolar y escolar: Loncheras o refrigerios escolares, Lima - Perú. 2015.
 12. Bunge, Mario (2016). *Diccionario de filosofía* (2º edición). México: Siglo

Disponible
<http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/1001/906>.

13. MINSA. [El ministerio de Salud y la comida chatarra. Lima - Perú].2018.
14. Cabanellas, Guillermo (2017) Definición básica de cumplimiento. Disponible en <https://www.google.com/search?q=cumplimiento>
15. MINSA. [Lineamientos De Gestión De Estrategia Sanitaria De Alimentación Y Nutrición Saludable. Lima-Perú]; 2017.
16. MINSA. Promoción de alimentación y nutrición saludable en las instituciones educativas. ; 2016.
17. MINSA. [Diabetes, Sobrepeso y Caries pueden ser causados por el consumo de Loncheras Chatarra].; 2015.
18. MINSA. [La Desnutrición Crónica en Menores de 5 años se redujo en 1.4 puntos porcentuales con relación al 2011 - 2016.
19. MINSA. Plan Nacional para la Reducción de la Desnutrición Crónica Infantil y la Prevención de la Anemia. Ministerio de Salud; 2016.
20. Municipalidad De Miraflores. [Punto Saludable. Manual del kiosco y lonchera escolar saludable. Lima]. 2017.
21. NUTRINET. [Online]. Available from: Peru 2016. www.nutrinet.org.pe.
22. Nutrición Publica. Consejos para una Lonchera Saludable [Internet]. ;2016.
23. Taboada M. Recomendaciones para la obtención de Loncheras nutritivas en los niños en etapa preescolar. Disponible en <https://www.researchgate.net/profile/Marco-Taboada-2>
24. Paris E, Sanchez I, Bertramino D, Copto A. Meneghello “Nutrición Saludable”. 5ta edición. Tomo II. Ed. Panamericano. 5th ed. Buenos Aires - Argentina: Panamericana; 2017.
25. Gomez D, “Consumo de comida chatarra en los niños en etapa preescolar”. 2017.Disponible en <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/3349>

26. Bellido A.. (2016).Dietoterapia nutrición y Metabolismos. (3ª ed., pp. 142-187). España. Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición.
27. Peña E. Peña E, Efectividad del Programa Educativo en el incrementode conocimientos en las madres de niños en edad preescolar sobre la preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial“San Martín de Porres” Distrito de Lima Cercado, 2015.
28. Raile M, Marriner A. [Modelos y teorías en enfermería séptima edición. Elsevier, editor. Barcelona - España]. 2017.
29. Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2016). Metodología de la Investigación (6ª ed., pp. 258-267). México: McGraw-Hill.
30. Salcedo B. Desnutrición infantil en el Perú. 2015. Disponible en <http://www.congreso.gob.pe/dgp/Didp/index.html>
31. UNICEF. Fondo de la Naciones Unidas para la Infancia, Datos y cifrasclave sobre nutrición, 2012. Disponible en:http://www.unicef.org/argentina/spanish/UNICEF_Reporte_Nutricion_ESP_15-4.pdf... Available from: http://www.unicef.org/argentina/spanish/UNICEF_Reporte_Nutricion_ESP_15-4.pdf.
32. UNICEF. [Datos y cifras clave sobre nutrición, Available from: http://www.unicef.org/argentina/spanish/UNICEF_Reporte_Nutricion_ESP_15-4.pdf. 2012

ANEXOS

ANEXO N° 1

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variables de Estudio	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Conocimiento de las madres sobre Loncheras Saludables	Es el nivel global de conocimientos, es decir es un proceso cognitivo que ayuda a determinar una alimentación balanceada sobre la preparación de las loncheras saludables ¹²	El conocimiento de las madres de familia se podrá medir a través de la aplicación de un cuestionario tipo Likert con 14 preguntas.	Beneficios de la lonchera saludable	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentos energéticos • Alimentos constructores • Alimentos reguladores • Líquidos 	Ordinal 1. Alto 29 - 43 2. Medio 15 - 28 3. Bajo 0 - 14
Cumplimiento de las madres sobre Loncheras Saludables	Se refiere a la acción y efecto de cumplir con lo que se encuentra establecido , sobre loncheras saludables . ¹⁴	Para determinar el cumplimiento del de las loncheras saludables se aplica un cuestionario tipo Likert con 9 preguntas	Alimentos recomendables	<ul style="list-style-type: none"> • La lonchera contiene fruta de la estación • Huevo duro con cáscara • Pan con tortilla • zumos de frutas 	Ordinal 1 Adecuado 19 - 27 Medianamente Adecuado 10 - 18 No Adecuado 0 - 9

ANEXO 2

DETERMINACIÓN DE LA CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO – ALFA DECROBACH

Instrumento 1: Escala de Likert para medir el conocimiento de las madres sobreloncheras saludables

Resumen de procesamiento de

		casos	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,81	14

Instrumento 1: Escala de Likert para medir el cumplimiento del contenido de las loncheras saludables

Resumen de procesamiento de

		casos	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,81	9

Tarapoto, 24 abril del 2021

CARTA N°001-2021- TARAPOTO

**Sra. Bessy
Cabrera Pizarro
Directora
IE N° 172 LAS PALMAS – LA BANDA DE SHILCAYO**

De mi mayor consideración:

*La que suscribe, Mgtr. Luz María Cruz Pardo , Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo Lima Este, tiene el agrado de presentar a las investigadoras Delia Cuchilla Jara con DNI N° 48474429 y Esther Yanina León Presentación , con DNI N°46293172 estudiantes de nuestra institución educativa, que cursa actualmente el X ciclo, quien optará el Título Profesional de Licenciada en Enfermería por nuestra Universidad con el Trabajo de Investigación titulado “ **Conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, en madres del colegio inicial n°172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto 2021**” para lo cual, solicito a usted conceda la autorización del campo de investigación para poder ejecutar dicho proyecto, con el objetivo de contribuir con un aporte científico, que repercutirá positivamente en la salud de la población y/o a la Carrera Profesional de Enfermería.*

Adjunto: Proyecto de investigación aprobado por la UCV Lima Este, incluye instrumento de recojo de información.



Prof. Bessy Cabrera Pizarro
DIRECTORA

Anexo N° 4
Encuesta

Buenos Días señores somos estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Cesar Vallejo . En esta oportunidad nos dirigimos ante usted pararealizar una encuesta acerca de conocimiento y cumplimiento de loncheras saludables, según madres del Colegio Inicial Nro. 172, Las Palmas, distrito La Banda de Shilcayo, Tarapoto – 2021. Por lo cual solicito a usted responda las siguientes preguntas que se han formulado, que será de manera anónima.

INSTRUCCIONES

- Lee detenidamente las preguntas antes de responder.
- No deje las preguntas sin responder.
- Marque con una X la respuesta correspondiente.
- Si se presenta dudas pregunte al encuestador.
- Los puntajes a considerar en el nivel de conocimientos es:

1	2	3
Bajo	Medio	Alto

- Los puntajes a considerar en el nivel de cumplimiento es:

1	2	3
No Adecuado	Medianament e Adecuado	Adecuado

NRO	<u>CUESTIONARIO</u> ITEMS	ESCALA
1	¿Usted considera que la lonchera es un conjunto de alimentos con alto valor nutritivo?	1 2 3
2	¿Usted cree que el alto valor nutritivo del contenido de la lonchera contiene alimentos energéticos, reguladores y	1 2 3

	constructores?			
3	¿Usted cree que los alimentos papa, maíz, maní y yuca son los que aportan energía al niño?	1	2	3
4	¿Usted cree que los alimentos constructores como yogurt natural, queso, leche y huevo son los que contribuyen crecimiento al niño?	1	2	3
5	¿Usted cree que los alimentos reguladores como, la naranja, manzana pera, zanahoria y lechuga son los alimentos previenen que enfermedades?	1	2	3
6	¿Usted cree que la bebida que se debe enviar a los niños en su lonchera debe ser refresco de fruta natural?	1	2	3
7	¿Usted cree que tomar líquido es importante para los niños, porque le ayudan favorecer la digestión?	1	2	3
8	¿Usted considera que el crecimiento adecuado depende de la lonchera de su hijo?	1	2	3
9	¿Usted considera que se previene enfermedades cumpliendo con una lonchera saludable?	1	2	3
10	¿Usted cree que brinda energía a su niño cuando consume lonchera saludable?	1	2	3
11	¿Usted cree que los alimentos chatarras no son recomendables para el contenido de las loncheras saludables?	1	2	3
12	¿Usted cree que las bebidas artificiales no son recomendables para la lonchera saludable?	1	2	3
13	¿Usted considera que los productos embutidos no son considerados para el contenido de la lonchera?	1	2	3
14	¿Usted cree que los alimentos con salsa son las que debería llevar en la lonchera su niño?	1	2	3
15	¿Usted envía fruta a su niño cuando lleva lonchera?	1	2	3
16	¿Usted envía alimentos como: pan integral, ¿tortilla de verdura, huevo y queso a su niño cuando lleva lonchera?	1	2	3
17	¿Usted envía refresco de fruta natural cuando lleva lonchera su hijo?			
18	¿Usted envía jugos preparados (pulpin)?	1	2	3
19	¿Usted envía comidas enlatadas a su hijo?	1	2	3

- | | | | | |
|----|---|---|---|---|
| 20 | ¿Usted elige el tipo de comida que lleva como lonchera su hijo? | 1 | 2 | 3 |
| 21 | ¿Usted envía a una temperatura adecuada la lonchera de su hijo? | 1 | 2 | 3 |
| 22 | ¿Usted envía alimentos en su lonchera de su niño que se pueda malograr? | 1 | 2 | 3 |
| 23 | ¿Usted prepara la lonchera minutos antes de que vaya al jardín su hijo? | 1 | 2 | 3 |