



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Nivel de conocimiento y actitud de las madres sobre loncheras
saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa,
Huaraz – Perú, 2021

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Enfermería

AUTORA:

Alvarado Salazar, Juana Marilia (orcid.org/0000-0003-1211-6150)

ASESORA:

Mg. Fajardo Vizquerra, Leydi Susan (orcid.org/0000-0003-4692-0518)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Perinatal e Infantil

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud nutrición y salud alimentaria

LIMA – PERÚ

2022

DEDICATORIA

A Dios por haberme dado unos padres maravillosos Ricardo O. Alvarado Huamán y Leoncia G. Salazar Aranda quienes siempre han confiado en mí. Dándome el ejemplo de superación, humildad y sacrificio, enseñando a valorar todo lo que tengo. Porque han fomentado en mí, el deseo de superación y de triunfo en la vida.

A mis hermanos (a) Elizabeth, Richath y Miguel por la confianza para contribuir a la consecución de este logro.

AGRADECIMIENTO

A Dios, a mi familia y a mi universidad por permitirme convertirme en ser un profesional en lo que tanto me apasiona. A mis maestros por el gran apoyo brindado, el tiempo compartido y por impulsar el desarrollo de mi formación profesional y a todas las personas que apoyaron y me alentaron para concluir este trabajo.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de gráficos	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	11
3.1. Tipo y diseño de investigación	11
3.2. Variables y operacionalización	12
3.3. Población, muestra y muestreo	15
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	16
3.5. Procedimiento	18
3.6. Método de análisis de datos	19
3.7. Aspectos éticos	19
IV. RESULTADOS	21
V. DISCUSIÓN	26
VI. CONCLUSIONES	33
VII. RECOMENDACIONES	34
REFERENCIAS	35
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1: Relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021**21**

TABLA 2: Conocimiento de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021**22**

TABLA 3: Actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021**24**

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1: Conocimiento de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.....**23**

GRÁFICO 2: Actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.....**25**

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo: Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021. Estudio tipo básico, descriptivo y cuantitativo, diseño no experimental, transversal y correlacional, la población fueron 416 madres de niños preescolares y la muestra estuvo compuesta por 62 madres, se les aplicó dos instrumentos: Cuestionario de Nivel de Conocimiento Materno sobre Loncheras Saludables y Actitudes Maternas frente a las Loncheras Saludables, previamente validados por la investigadora; los datos se analizaron con lenguaje de programación R versión 4.0.2. Los resultados mostraron que el 79% de las madres tienen un nivel de conocimiento alto sobre loncheras saludables y el 98% tuvieron actitud favorable a estas loncheras; concluyendo que existe relación estadística baja entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú

Palabras clave: Conocimiento, actitud, loncheras saludables.

ABSTRACT

The objective of this study was to: Determine the relationship between the level of knowledge and the attitude of mothers about healthy lunch boxes at the Nicrupampa Initial Educational Institution, Huaraz - Peru, 2021. Basic, descriptive and quantitative study, a non-experimental design, cross-sectional and correlational, the population was 416 mothers of preschool children and the sample consisted of 62 mothers, two instruments were applied: Maternal Knowledge Level Questionnaire on Healthy Lunchboxes and Maternal Attitudes towards the Healthy Lunchboxes, previously validated by the researcher; the data was analyzed the programming language R version 4.0.2. The results showed that 79% of the mothers have a high level of knowledge about healthy lunch boxes and 98% had a favorable attitude towards these lunch boxes; concluding that there is a low statistical relationship between the level of knowledge and the attitude of mothers about healthy lunch boxes at the Nicrupampa Initial Educational Institution, Huaraz - Peru.

Keywords: Knowledge, attitude, healthy lunch boxes.

I. INTRODUCCIÓN

Una nutrición balanceada y completa en la etapa preescolar va a contribuir al crecimiento adecuado y satisfacer óptimamente a las demandas en la escuela. Una forma de conseguir este objetivo es proporcionar a los niños loncheras escolares saludables (1), lo que va a estar supeditada al contenido y la preparación de estas loncheras, porque van a complementar el aporte nutritivo y energético del desayuno; pues su propósito principal es proporcionar el aporte energético y nutricional para cubrir los requerimientos alimenticios de los niños, y conservar óptimos estándares de rendimiento físico e intelectual y desarrollar sus potencialidades en forma oportuna (2).

A la fecha se han ejecutado un sinnúmero de investigaciones sobre los problemas nutricionales de los niños preescolares, los cuales han revelado que los índices de obesidad y sobrepeso infantil están aumentando cada año y el principal factor contribuyente a este problema es el desconocimiento materno sobre nutrición infantil. Según, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en su informe anual publicó que el 20% de la población menor de 5 años con sobrepeso/obesidad en el planeta (3).

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) reportó que en América Latina y El Caribe la desnutrición crónica en la población preescolar disminuyó de 22,7% en 1990 a 9% en 2019 y el sobrepeso en esta población sufrió un aumento del 6,2% al 7,5%. Además, resalta que, la prevalencia del hambre infantil se está incrementando, llegando al 7,4%; donde predomina Mesoamérica con 9,3% y Sudamérica con 5,6%. Pero estas cifras tienden a aumentar por efectos de la pandemia de COVID-19 y las proyecciones del comportamiento de la población (4).

En el Perú, se presenta un panorama similar, en el 2020 fue la desnutrición crónica en preescolares menores de 5 años fue del 12,1%, siendo mayor en el área rural (24,7%) (5). Sin embargo, en el 2019 era mayor la prevalencia de la desnutrición infantil (16,3%), predominando Huancavelica (30,1%), Cajamarca (29,9%) y Piura (22,3%); de igual manera, el sobrepeso en este grupo etáreo se mantiene en 6% (Tacna con 12% y Moquegua con 10,4%) y la obesidad en 7,5%; es decir 3 de

cada 40 niños tiene exceso de peso, presentado cifras mayores Tacna (15,5%) y Moquegua (13,1%) (6).

En Ancash, los índices de desnutrición infantil van en aumento, en el 2020 fue del 16,8% y en el 2019 16,2% (7). Pero en el 2018 fue mayor esta prevalencia (21,6%), encontrándose en riesgo el 43,2% en menores de 5 años; con sobrepeso el 5,8% y con obesidad el 1,5% de este grupo poblacional. Específicamente en Huaraz la desnutrición crónica infantil fue del 18,8% y en Independencia del 18,6%; el sobrepeso fue 4,6% en Huaraz y 4,3% en Independencia; la obesidad del 0,7% en Huaraz y 1% en Independencia (8).

Durante la actividad comunitaria, muchas madres manifestaron desconocer la importancia de las loncheras para sus niños, la mayoría pensaban que era como un “mini refrigerio”; por eso, los que estudiaban por las mañanas iban tomando un buen desayuno y los de la tarde iban almorzando. Ante esta situación, se formuló el siguiente problema:

¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021?

Por otro lado, en cuanto a la justificación del estudio tiene una justificación teórica, puesto que no hay estudios actualizados sobre el presente problema de investigación y principalmente en la población a estudiar, lo que va a permitir fortalecer los argumentos científicos y sistemáticos. Se empleó referencias bibliográficas actuales que tratan del tema.

Su justificación metodológica/práctica se sustenta en que permitirá establecer un diagnóstico situacional acerca de cuánto conocen y cuál es la actitud materna sobre las loncheras saludables, luego permitirá organizar y ejecutar programas educativos a madres para destacar la necesidad de las loncheras saludables; así mismo, destacará la necesidad de los controles del preescolar en el Programa de Control de Crecimiento y Desarrollo (CRED) del C. S. Nicrupampa y determinará el riesgo nutricional en que están los preescolares de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa y, por último, sus resultados se presentarán a la jefatura médica y de enfermería del C. S. Nicrupampa para implementar medidas

preventivas. Por último, servirá de antecedente o como guía para la formulación de hipótesis de futuros estudios.

Su justificación social se basa en el beneficio que tendrá la población infantil y las madres de estos niños que pertenecen al C. S. Nicrupampa, en quienes se les aplicará los instrumentos bajo el fin de contar información acerca del conocimiento y actitudes en la preparación, contenido e importancia de las loncheras escolares, en especial si se tiene en cuenta que la población a estudiar son niños preescolares y de distintos estratos socioeconómicos, por lo que no sólo beneficiará a la población en estudio, sino a la población en general al fin de prevenir los efectos nutricionales en el presente y futuro. Además, este estudio resaltaré el rol de la enfermería frente a la sociedad al destacar su rol preventivo promocional.

Ante ello, se plantea objetivo general: Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.

De igual manera, el presente estudio estableció la siguiente hipótesis general: «Existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.

Y, en cuanto a la hipótesis nula que:

No existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.

II. MARCO TEÓRICO

A través de los siguientes antecedentes, se resaltarán la verdadera importancia del estudio. Donde se precisan los siguientes estudios internacionales:

Asimismo, Muñoz y Zambrano 2019, en Ecuador en su investigación busca: Determinar el conocimiento de los padres de familia sobre elaboración y contenido de loncheras saludables. Es descriptivo, cuantitativo, transversal y no experimental, tuvo una muestra de 83 niños y 76 padres. Resultados: El 45% tuvo algún tipo de desnutrición y el 29,9% sufría de sobrepeso/obesidad; el 70% de las madres tuvieron conocimiento alto sobre loncheras saludables; el 48% de las loncheras contenían alimentos no saludables (9).

A su vez, Villar y Salinas 2019, realizó un estudio en Cuba para determinar la efectividad de un programa educativo. Cuasi experimental con pre y post prueba, muestra 83 niños. Resultados: El 79,5% de niños posterior al programa eligieron loncheras saludables; así mismo se presentaron modificaciones en la elección de alimentos dulces, salados y bebidas saludables. Conclusión: Existe efectividad significativa de la intervención educativa en la elección de loncheras saludables (10).

También tenemos Tevalán 2017, En Guatemala que tiene como objetivo: Evaluar la composición y valor nutricional de las loncheras saludables. Estudio descriptivo y cuantitativo. Resultados: Los principales alimentos componentes de componían las loncheras niños eran panes, jugos envasados, galletas, poca fruta y frituras; el 85% de las loncheras tuvieron alto contenido energético y de carbohidratos, 92% para las proteínas y 60% contenido de grasas (11).

De igual manera, Jaramillo 2017, en Ecuador su trabajo se planteó: Identificar las características nutricionales de la lonchera escolar y el estado nutricional de los niños en Cotacachi. Estudio descriptivo, transversal y prospectivo, muestra 69 niños. Resultados: El 40,6% llevaban alimentos preparados en casa; especialmente cereales (arroz, galletas, pan, papas fritas envasadas) y lácteos (yogurt, leche y queso), algunas frutas y bebidas industrializadas; la mayoría se componían de carbohidratos simples, grasas saturadas y proteínas animales; 4 niños registraron talla baja severa y 3 emaciación (12).

A su vez Colmenares y Montes 2017, en Venezuela en su tesis se proyectó: Precisar la relación entre el conocimiento materno con el contenido de la lonchera de los preescolares en instituciones educativas públicas. Trabajo descriptivo, diseño no experimental, transversal y de campo, la muestra fueron 43 madres y sus hijos. Resultados: El 60,46% de madres conocen la función de las loncheras, el 97,67% sabe qué alimentos debe contener y el 93,02% ejemplificó correctamente el contenido de la lonchera; el 69,76% presentó una alta práctica nutritiva. Conclusión: Las madres tienen un conocimiento medio a alto con respecto a la preparación, importancia y contenido (13).

En cuanto a los estudios nacionales tenemos que:

A sí mismo, Guerrero 2020, en Pimentel se propuso: Determinar la relación nutricional del niño con la calidad de las loncheras. Estudio descriptivo correlacional, muestra conformada por 106 niños con sus madres. Resultados: El 66% eran eutróficos, el 14,2% obesidad y el 9,2% desnutrición aguda; el 63,2% reportó calidad de la lonchera como regular y el 21,7% como mala. Conclusión: No presentó asociación estadística entre el estado nutricional y la calidad de las loncheras (14).

De igual manera, Anyarín y Gonzalez 2019, en Tarapoto se formuló: Establecer el nivel de conocimientos y actitudes maternas sobre loncheras saludables. Estudio con enfoque cuantitativo y descriptivo, con diseño relacional, muestra de 51 madres. Resultados: El 21% de madres tienen conocimiento deficiente y actitud negativa, el 63% nivel regular y actitud negativa, sólo el 4% tienen conocimiento bueno y actitud positiva. Conclusión: No se encontró relación estadística entre sus variables (15).

Por otro lado, Núñez (2019), en Piura quiso: Determinar la relación entre los conocimientos y preparación de loncheras saludables en madres de niños de 4 años. Investigación cuantitativa y diseño descriptiva-correlacional, muestra 40 madres. Resultados: El 60% tuvieron conocimiento general alto sobre loncheras saludables, de los cuales nivel alto en alimentos reguladores (85%) y constructores (52,5%), 55% nivel medio en alimentos energéticos; el 97,5%

preparó correctamente las loncheras y el aseo de los alimentos, el 95% los seleccionó adecuadamente (16).

De la misma forma, Nario y López 2019, en Huacho su objetivo es: Determinar el conocimiento materno acerca de la preparación de loncheras saludables. Investigación descriptiva, observacional y cuantitativo, muestra constituida por 114 madres. Resultados: El 77% de las madres tienen conocimiento adecuado sobre loncheras saludables, donde el 80% conoce sobre alimentos reguladores, el 76% sobre los energéticos y 75 sobre los constructores. Conclusión: La mayoría de madres poseen nivel de conocimiento alto en cuanto a preparación de loncheras (17).

A su vez Quispe 2018, en Piura tuvo como objetivo: Determinar el conocimiento materno acerca de preparación de loncheras saludables – PRONOEI Estrellita Feliz. Investigación cuantitativa, descriptiva, transversal, donde participaron 34 madres. Resultados: El 79% de madres tuvieron conocimiento inadecuado en cuanto a preparación de loncheras, donde nadie (100%) conoce su composición, el 82% desconoce sus beneficios, el 77% desconoce sobre higiene y grupo de alimentos. Conclusión: El conocimiento materno referente a preparación de loncheras es inadecuado (18).

Ahora se presentan las bases teóricas y conceptuales de las dos variables en estudio.

Como primera variable tenemos al conocimiento, este término es muy complejo y no hay una definición exacta; a pesar que se ha intentado a lo largo de la historia, ya que depende de la corriente filosófica que se parta. Una definición sostiene que, es el proceso a través del cual la realidad circundante es reflejada y luego se reproduce en el pensamiento humano; mayormente se relaciona con el saber humano (19).

Neil y Cortez 2018, lo definen como la incorporación de información acerca de un aspecto de la realidad en específico o en genérico, o sea, es la agrupación de conceptos o definiciones con las que se cuenta de alguna materia o asunto. En este caso, saber o conocer hechos particulares o información significativa acerca de algo (20).

Conocer es muy importante en nuestras vidas, porque el conocimiento nos da más “armas” para resolver problemas cotidianos o laborales, ampliando nuestros horizontes; estimula la creatividad; también proporciona valentía a la persona que aprende porque les hace perder el miedo ante cosas nuevas; contribuye a mejorar el sentido de responsabilidad; mejora nuestra autoestima, sentimos que valemos más y reduce la ansiedad/estrés (21).

Las dimensiones que se han considerado para esta variable son: preparación, contenido y conservación de la lonchera saludable. Pero, ¿qué es la lonchera saludable? Es definida como cualquier comestible o conglomerado de comestibles (y/o elaboraciones) que son ingeridos por los preescolares en el transcurso del recreo o la hora del refrigerio.

Siña y Valencia 2018, establecen que hay varios tipos de loncheras, como las funcionales, que son fáciles de transportar; las nutritivas, que no deben contener alimentos envasados; las saludables, que son fáciles de digerir; las naturalmente concebidas naturalmente, principalmente jugos o refrescos de origen natural, elaborados y envasados en casa; las equilibradas, que contienen los 4 tipos de alimentos; y las responsables (22).

El Ministerio de Salud (MINSA), precisa las ventajas de las loncheras escolares: brinda el aporte calórico que necesita para un desarrollo óptimo para rendir física y mentalmente durante la jornada escolar, fomenta hábitos alimenticios, favorece una vida saludable, brinda los nutrimentos básicos que contribuyan a un buen crecimiento y favorezca a la selección adecuada de alimentos. Además, destaca que esta comida debe cubrir entre el 10-15% de sus necesidades calóricas diarias del niño (23).

Las loncheras saludables del preescolar se caracterizan por ser inocuos, referido a que los alimentos deben ser manipulados cumpliendo medidas higiénicas, para evitar contaminaciones; también deben ser prácticas, rápidas de fácil transporte; diversas, en cuanto a su preparación y presentación para incentivar su consumo; idóneas porque deben cumplir las demandas nutricionales y energéticas del niño, considerando su grupo etáreo y productividad física; y económicas, ya que se requieren alimentos nutritivos, no costosos (24).

Con respecto a la preparación de la lonchera, las madres deben saber que, parece ser una tarea fácil, pero no lo es, ya que implica tiempo y organización. Lo primero es ir con los niños a las tiendas o market hacer las compras de sus ingredientes, con ellos hacer una selección integral de los alimentos de todos los grupos alimenticios, esta acción promoverá sentimientos de responsabilidad y empoderamiento. En casa, se debe ofrecer a los niños una serie de opciones de alimentos de cada grupo alimenticio y dejar que ellos elijan los que van a ir en sus loncheras. Además, se debe delimitar una sección de la cocina para “empaquete de alimentos para lonchera”, lugar donde se permanecerá con el niño el tiempo suficiente para su preparación y organización (25).

El contenido de las loncheras según los nutricionistas, para ser saludables y nutritivas recomiendan que tiene que contar con 4 tipos de alimentos: constructores, energéticos, reguladores e hidratantes. Además, hacen hincapié que, las loncheras no sustituyen ninguna de las comidas acostumbradas: desayuno, almuerzo o cena (26).

Con referencia a la conservación de los alimentos en la lonchera escolar de refiere a una serie de procedimientos con la finalidad de brindar mejores y mayores índices de calidad de vida y así como también de la disposición de los alimentos, teniendo extrema precaución porque los alimentos pueden deteriorarse en mayor o menor tiempo, debido a microbios contaminantes o la reacción enzimática del mismo alimento (27).

Como segunda variable tenemos a la actitud materna sobre las loncheras saludables. La actitud, al igual que el conocimiento, se va adquiriendo a lo largo de toda la vida y se conceptualiza como la predisposición aprendida a responder en una manera consistente favorable o desfavorable respecto de un objeto dado; es decir, las actitudes tienen un componente afectivo o emocional y proporcionan una serie de motivaciones para dirigir acciones hacia un objeto específico (persona, grupo, situación, idea, etc.) (28).

La actitud de la madre a las loncheras saludables se define como la predisposición que tienen las madres de los preescolares hacia la elaboración de loncheras que

favorezcan la alimentación y nutrición, asegurando un buen presente y futuro de su prole.

Las consideraciones principales que se deben considerar en la preparación de la lonchera saludable son: incluir los 3 tipos de alimentos, es decir fruta, bebida y un alimento sólido; la cantidad de alimentos debe estar en concordancia a la edad del niño, horarios y actividad que realiza; deber ser fáciles de preparar y práctico para su transporte; evitar preparados con salsa o grasos porque se malogran con facilidad; entre otros.

Esta variable se ha dividido en dos dimensiones: predisposición a la preparación y el valor nutricional de las loncheras, de las cuales la primera ya fue tratada.

Con respecto al valor nutricional de las loncheras, se dice que, para ser saludables, deben contener alimentos energéticos, como pan blanco e integral, hojuelas de maíz, avena, pecanas, maní, palta, etc.; alimentos constructores: yogurt, queso, huevo, carnes, etc. y los reguladores: frutas, verduras, refresco de frutas, cocimiento de cereales, infusiones, etc.; además de líquidos, como agua hervida, limonada, naranjada, maracuyá o manzana (29).

Bajo este argumento, el presente trabajo se sustenta en el Modelo de Promoción de la Salud de Pender, porque nos posibilita la comprensión de comportamientos del hombre vinculado con la salud y, a su vez, direcciona hacia la producción de conductas saludables, en el cual intervienen varios factores, como las particularidades personales y sus experiencias, conocimientos, costumbres, creencias y aspectos ambientales (30).

El Modelo de Promoción de Salud identificará en la persona, en nuestro caso en las madres, factores cognitivos-perceptuales que serán cambiados por las características situacionales, personales e interpersonales, dando como producto la participación en conductas promotoras de la salud, cuando existe una pauta de acción (31).

Este modelo considera las características y experiencias personales junto a las creencias y costumbres de los individuos para determinar conductas

favorecedoras o perjudiciales para la salud. Pues, con este modelo se busca la interiorización de las conductas saludables, así como de fomentar la autorresponsabilidad. Por eso, la enfermera cumple un rol preponderante en la concientización de la población, en este caso de las madres, para que comprendan la verdadera importancia de las loncheras saludables.

Pender, en su teoría de promoción de la salud, proporciona a la enfermera las herramientas necesarias para aplicar en las madres de los niños preescolares estrategias favorecedoras de salud y promover el crecimiento y desarrollo óptimo de estos niños, con el consecuente mejor rendimiento escolar.

III.METODOLOGÍA

3.1.Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

Básica, con enfoque cuantitativo y descriptiva.

Fue básica ya que su objetivo fue dar respuesta a la pregunta de estudio, ya que este tipo de investigación tuvo como propósito recolectar datos con el propósito de incrementar el cuerpo de conocimientos de un problema específico (32).

Fue cuantitativa ya que el problema de investigación se cuantificó a través de números y porcentajes en tablas y gráficos, debido a que la investigación cuantitativa ayuda a calcular proporciones y la ocurrencia de un fenómeno, utilizando pruebas estadísticas (33).

Fue descriptiva porque describió cómo se presentó el problema de investigación, la cual es definida como la investigación estadística y detalla las particularidades y especificaciones de un grupo humano o fenómeno en estudio, este nivel de investigación da respuesta a las interrogantes: quién, qué, dónde, cuándo y cómo (34).

Diseño de investigación

No experimental, tipo transversal, correlacional.

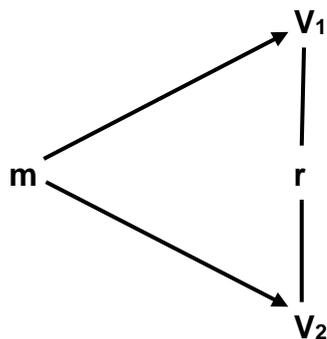
Fue no experimental porque las variables no se manosearon en ningún momento de la investigación, ni se realizaron experimentos con la muestra en este tipo de diseño investigativo no se actúa en la variable independiente, ni tampoco hay asignación al azar de los participantes en el estudio y la información se recogen tal y como se presenta en el momento (35).

Fue transversal porque los datos de las variables se obtuvieron en un período temporal determinado, ya que midió las variables solo una vez y con esos datos obtenidos se realizó el procesamiento de la información; a través de

este tipo de investigación, se estiman las particularidades de las unidades de la muestra en un momento específico, sin evaluar la evolución de estas unidades.

Fue correlacional porque estableció la relación o asociación existente entre dos o más categorías o variables en un contexto en particular; también establecen algún grado de predicción.

Entonces, el esquema fue así:



Donde:

m = Muestra.

V₁ = Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables.

V₂ = Actitud de las madres frente a las loncheras saludables.

r = Relación entre V₁ y V₂.

3.2. Variables y operacionalización

Variable de estudio

Nivel de conocimiento.

Definición conceptual

Posesión de datos sobre algún tema en específico o en general, es decir, es el conjunto de nociones que se tengan sobre algún tópico.

Definición operacional

Grado de información que tienen las madres acerca de las loncheras saludables de los niños preescolares de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú.

El nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables se categorizó como:

- Alto : Puntaje de 19 – 24.
- Medio : Puntaje de 13 – 18.
- Bajo : Puntaje de 0 – 12.

Dimensiones

- Preparación de lonchera.
 - Alto : De 8 – 9.
 - Medio : De 5 – 7.
 - Bajo : De 0 – 4.
- Contenido de lonchera.
 - Alto : De 9 – 11.
 - Medio : De 6 – 8.
 - Bajo : De 0 – 5.
- Conservación de alimentos en lonchera.
 - Alto : 4 puntos.
 - Medio : 3 puntos.
 - Bajo : De 0 – 2.

Indicadores

- Participación del niño.
- Frecuencia.
- Variedad.
- Alimentos constructores.
- Alimentos energéticos.
- Alimentos reguladores.

- Alimentos hidratantes.
- Temperatura.
- Envase.

Escala de medición

Ordinal.

Variable de estudio

Actitud de las madres.

Definición conceptual

Predisposición que tienen las madres de los preescolares hacia la preparación de loncheras que favorezcan la alimentación y nutrición para el adecuado crecimiento y desarrollo de su hijo.

Definición operacional

Inclinación de la madre para la preparación de loncheras saludables de su hijo preescolar de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú.

La actitud de la madre hacia las loncheras saludables se categorizó como:

- Favorable : De 34 – 66.
- Desfavorable : De 0 – 33.

Dimensiones

- Predisposición a preparación de lonchera.
 - Favorable : De 12 – 22.
 - Desfavorable : De 0 – 11.
- Valor nutricional de lonchera.
 - Favorable : De 23 – 44.
 - Desfavorable : De 0 – 22.

Indicadores

- Iniciativa para la preparación.
- Organización de la lonchera.

- Alimentos nutritivos.
- Alimentos “chatarra”.

Escala de medición

Ordinal.

3.3. Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población

La población conformada por 416 madres de niños preescolares de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz.

Muestra

La muestra fueron 62 madres de niños preescolares de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, porque la muestra es un subgrupo de la población o universo que te interesa, en la cual se recolectará la información necesaria.

La muestra se obtuvo con la fórmula (Anexo 9) (36):

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{E^2 (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Muestreo

La distribución de la muestra se hizo de la siguiente manera: En niños de 3 años hay 5 aulas por lo que se consideró a 20 madres (4 madres por salón); en niños de 4 años hay 5 aulas por lo que se consideró a 20 madres (4 madres por salón) y en 5 años hay 7 aulas por lo que se consideró a 22 madres (en 6 salones se consideró a 3 madres y en el de mayor población de niños se

consideró 4 madres). La elección de las madres en cada aula fue con método no probabilístico, por conveniencia.

▪ **Criterios de inclusión**

- Madres de niños de 3 a 5 años matriculados en la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú.
- Madres que sabían leer y escribir.
- Madres que aceptaron participar voluntariamente en el estudio y firmaron el Consentimiento Informado (Anexo 7).

▪ **Criterios de exclusión**

- Madres con alteraciones mentales.
- Madres no apoderadas de los niños.
- Madres que no firmaron el Consentimiento Informado.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas de recolección de datos:

La técnica empleada fue la entrevista/encuesta.

Instrumentos de recolección de datos:

Se aplicaron 2 instrumentos:

- 1) Cuestionario de Nivel de Conocimiento Materno sobre Loncheras Saludables y 2) Actitudes Maternas frente a las Loncheras Saludables.

El **“CUESTIONARIO DE NIVEL DE CONOCIMIENTO MATERNO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES”** (Anexo 5) nos permitió determinar el nivel de conocimiento materno sobre las loncheras saludables. Este instrumento fue elaborado por la autora y consta de 3 partes: Introducción, aquí se estipuló el objetivo del estudio; Datos informativos, acerca de la edad del niño y datos importantes de la madre o cuidador; y Cuestionario propiamente dicho, donde se estipulan las instrucciones de cómo contestar las preguntas y tiene 24

preguntas (9 sobre preparación de la lonchera, 11 sobre contenido de la lonchera y 4 sobre conservación de los alimentos de la lonchera). Cada pregunta bien contestada tuvo 1 punto y la respuesta equivocada 0 puntos.

El instrumento “**ACTITUDES MATERNAS FRENTE A LAS LONCHERAS SALUDABLES**” (Anexo 8), nos ayudó a precisar las actitudes de las madres hacia las loncheras saludables. Fue elaborado por la investigadora. Se divide en 3 secciones: Introducción, donde se especifica el objetivo del trabajo; Datos informativos, donde se solicita la edad del niño y el aula a la que pertenece, además algunos datos de la madre o cuidador; y Enunciados actitudinales, donde se dan las instrucciones para responder el instrumento y en total son 33 ítems (11 de predisposición a preparación de lonchera y 22 de valor nutricional de la lonchera).

Esta escala actitudinal es de tipo Escala de Likert, cada enunciado tiene 3 alternativas de respuesta y con su puntaje respectivo, de acuerdo a la tendencia del enunciado. Así, cuando es en positivo: De acuerdo (2 puntos), Parcialmente de acuerdo (1) y En desacuerdo (0). Cuando es en negativo: De acuerdo (0), Parcialmente de acuerdo (1) y En desacuerdo (2).

Validez y confiabilidad de los instrumentos

Los instrumentos presentaron validaciones de contenido con técnica de juicios de 3 expertos (Anexo 6); así como el cálculo de la V de Aiken (Coeficiente:1, IC95% 0,7 - 1). En las tablas del 4 y 5 del Anexo 6 se evidencia la consistencia del cuestionario de “Nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables” y “Actitudes maternas frente a las loncheras saludables” por medio de una prueba piloto con el estadístico de Kaisner-Meyer-Olkin (valor de 0,50), concluyendo que el instrumento tuvo correlaciones fuertes entre los enunciados, agregado a esto se realizó la prueba de esfericidad de Bartlett ($p < 0,05$), confirmando que el modelo es aceptable mediante las variables correlacionadas; en los gráficos 3 y 4 del Anexo 10 se resume las correlaciones entre ítems del instrumento. Por último, se comprobó la confiabilidad del cuestionario por medio de determinación del

alfa de Cronbach ($\alpha = 0,70$), donde los valores iguales o mayores a 0.7 indican buena confiabilidad. Todos los análisis se realizaron mediante el estadístico R versión 4.0.2. KMO (Coeficiente de Kaiser-Meyer-Olkin). Parámetro estadísticamente significativo $p < 0,05$ (Anexo 6).

3.5. Procedimientos

- Se tramitó una solicitud a través de la cual se obtuvo el permiso de la Dirección de la Institución Educativa Inicial CISEA Nicrupampa, para la ejecución del estudio (Anexo 3).
- La aplicación de los instrumentos, se realizó mediante visitas domiciliarias a las madres de los menores, se procedió así hasta completar la totalidad de la muestra.
- Las madres que aceptaron participar en la investigación, firmaron el Formato del Consentimiento Informado (Anexo 7).
- Para el llenado de los dos instrumentos se dispuso de un tiempo aproximado de 30 minutos, cuando las madres tenían dudas estas fueron resueltas por la investigadora.
- Aprobado el informe de la tesis, se entregará una copia de dicho informe a la Dirección de la Institución Educativa Inicial CISEA Nicrupampa y a la Jefatura Médica y de Enfermería del CISEA Nicrupampa para tomar las medidas de intervención correspondientes.

3.6. Métodos de análisis de datos

Los datos que proporcionen los 2 instrumentos, permitieron la creación de una data en Excel, para obtener la suma de las variables, cada una con sus respectivas dimensiones. El análisis de la información se procesó a través del paquete estadístico R v. 4.0.2. Las variables de estudio se ordenaron en tablas y gráficos, según su naturaleza categórica o numérica se describieron como frecuencias absolutas y relativas (N, %) o media y desviación estándar (promedio \pm DE) respectivamente. Para determinar la relación entre el conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, se usó la correlación de Spearman

con la determinación del ρ (Rho de spearman) como medida de fuerza de relación. Un $p < 0,05$ se consideró como estadísticamente significativo.

Los resultados se presentaron a través de tablas de frecuencias simples y de doble entrada, con sus respectivos gráficos, guiados por los objetivos del estudio. El análisis de la información se realizó con la confrontación de los resultados de los antecedentes y de la bibliografía especializada, así como con las bases conceptuales/teóricas del marco teórico. Por último, las conclusiones se formularon teniendo en base a los objetivos y el análisis de los resultados.

3.7. Aspectos éticos

Para proteger los derechos humanos de las madres participantes en este trabajo, se cumplieron y respetaron los principios bioéticos:

- **Beneficencia:**

Los beneficios del estudio son en el campo preventivo promocional del profesional de enfermería, al sentar las bases para los planes intervención nutricional de la población preescolar. Desde el inicio del estudio se les aclaró a las madres participantes, que ni ellas ni sus niños, obtendrán algún incentivo escolar ni económico.

- **No Maleficencia:**

Durante la ejecución de la investigación, las madres integrantes de la muestra no sufrieron ningún tipo de daño, ni físico, ni psicológico, ni emocional, porque la investigadora protegió el bienestar, integridad y el derecho a la salud de las madres participantes. También, se protegió la privacidad y la intimidad de los reportes y de las madres, al tratar los datos en forma anónima; los instrumentos se codificaron y luego de ser aprobado el informe final serán destruidos.

- **Autonomía:**

Las madres participantes en el estudio, lo hicieron libre y voluntariamente, sin ningún tipo de amenaza o presión. Además, se cumplió el principio de la autodeterminación, porque las madres tuvieron la opción de dejar la

investigación si así lo hubiera decidido; pero fue necesario que firmaran el Consentimiento Informado (Anexo 7), con la finalidad de protección legal y ética.

▪ **Justicia:**

Todas las madres partícipes en la tesis tuvieron los mismos derechos y oportunidades; bajo ningún sustento ninguna participante sufrió discriminación, pues se cumplió cabalmente el derecho de la justicia y equidad. Además, los resultados fueron presentados tal y como lo informaron las madres a través de los instrumentos, en cumplimiento al tratamiento honesto y legítimo de la información.

IV. RESULTADOS

Tabla 1

Relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.

			Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables	Actitud de las madres sobre loncheras saludables
Rho de Spearman	Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables	Coeficiente de correlación	1,000	0,354**
		Sig. (bilateral)	-	0,005
		N	62	62
	Actitud de las madres sobre loncheras saludables	Coeficiente de correlación	0,354**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,005	-
		N	62	62

Fuente: Base de datos software R de la investigadora.

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación: Respecto a la relación entre estas dos variables, se obtuvo que $p = 0,005$ ($p < 0,05$); por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna: “Existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021”. Por otra parte, el coeficiente de Rho de Spearman fue de 0,354 lo que indica una correlación baja.

Tabla 2

Conocimiento de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.

Nivel de conocimiento materno	(N°)	(%)
Alto	49	79,0
Medio	13	21,0
Bajo	0	0,0
Total	62	100,0

Fuente: Base de datos software R de la investigadora.

Interpretación: Se evidencia que la mayoría de madres presentaron nivel de conocimiento alto sobre loncheras saludables.

Gráfico 1

Conocimiento de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.

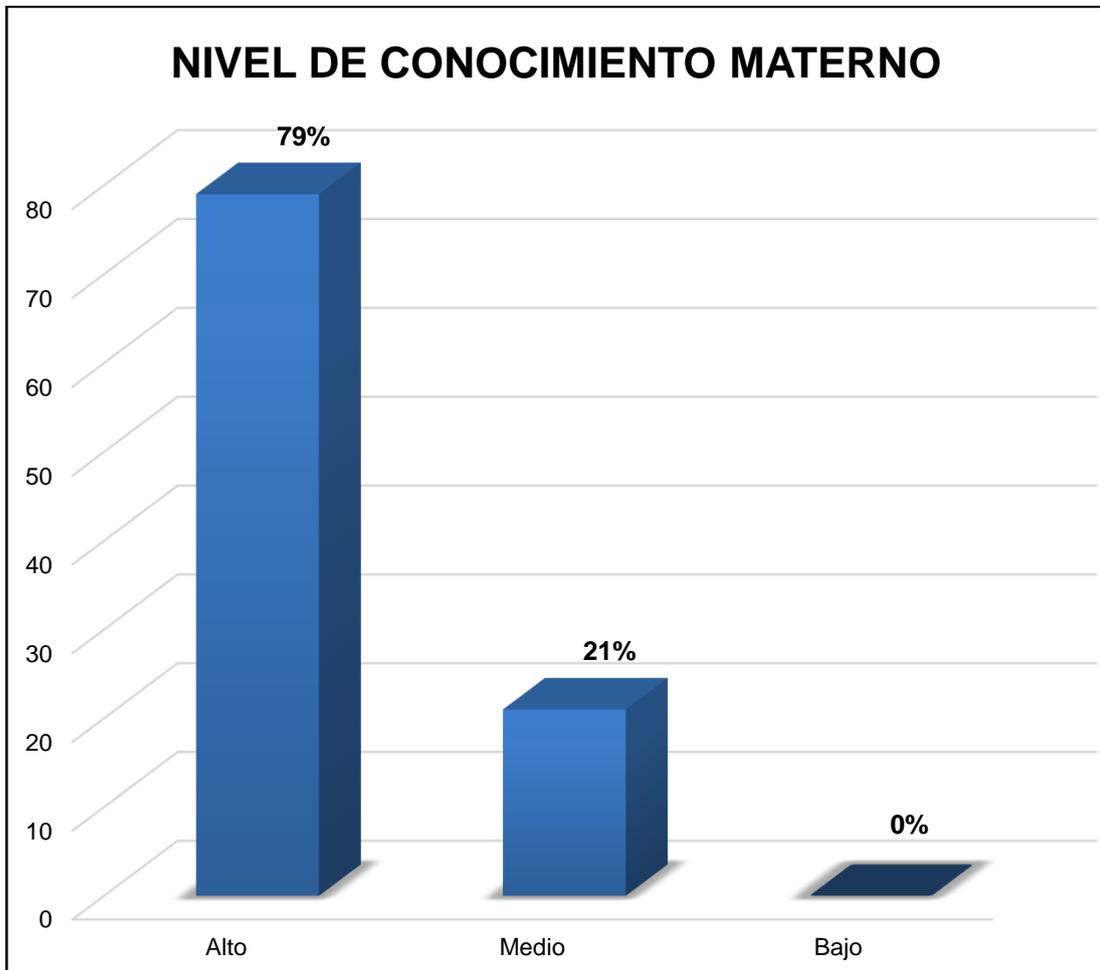


Tabla 3

Actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial
Nicipupampa, Huaraz – Perú, 2021.

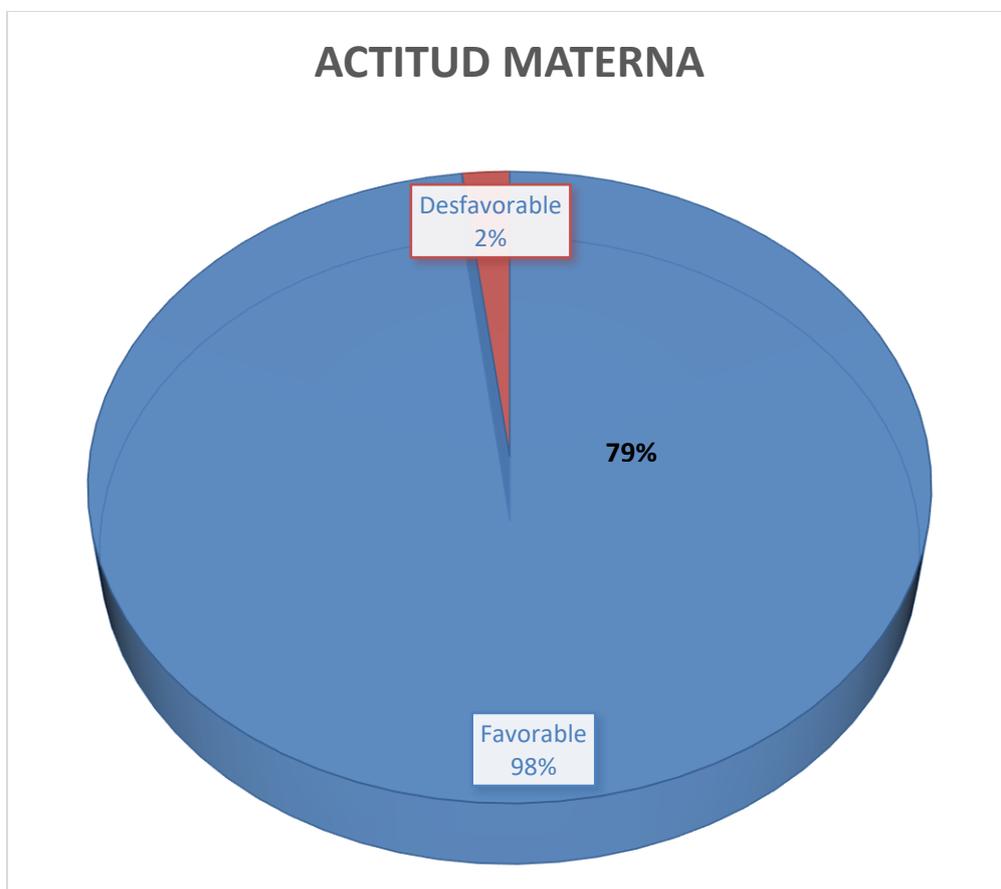
Actitud materna	(N°)	(%)
Favorable	61	98,0
Desfavorable	1	2,0
Total	62	100,0

Fuente: Base de datos software R de la investigadora.

Interpretación: Se muestra que el 98% de las madres presentaron actitud favorable hacia las loncheras saludables y sólo el 2% tuvieron actitud desfavorable.

Gráfico 2

Actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial
Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.



V. DISCUSIÓN

La nutrición es una de las funciones principales en el desarrollo de las personas, por tanto, una balanceada y completa alimentación en la etapa preescolar va a contribuir al crecimiento adecuado y garantizar óptimamente a las demandas de la escuela. Una forma de conseguir este objetivo es proporcionar a los niños loncheras escolares saludables y evitar todas las complicaciones que trae consigo una mala o deficiente alimentación; para alcanzar tal propósito, las madres o sus cuidadores deben estar concientizadas al respecto.

En la Tabla 1, en concordancia al objetivo general: Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021; se tiene que $p = 0,005$ (p es menor a 0,05); por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna: “Existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021”. Por otra parte, el coeficiente de correlación de Spearman = 0,354, es indicativo que existe una correlación baja entre el conocimiento y actitud de las madres sobre loncheras saludables; es decir que mientras mayor es el nivel de conocimientos mejoran las actitudes de las madres en cuanto a las loncheras saludables.

Resultados que son similares al reportado por Núñez 2019 encontró resultados similares, porque obtuvo una correlación lineal alta positiva (coeficiente de correlación de Pearson= 0,74) entre el conocimiento y la preparación de las loncheras saludables; o sea que, mientras mayor es el conocimiento de las madres sobre este tipo de loncheras, también aumenta la capacidad de preparación de las loncheras saludables. Con este resultado rechazaron la hipótesis nula.

En contraposición, Anyarín y Gonzalez 2019, presentaron resultados diferentes, quienes no encontraron una relación estadística significativa de dependencia entre el nivel de conocimientos y la actitud de las madres frente a las loncheras saludables; a pesar que la mayoría de ellas tuvieron grado cognitivo de regular a bueno, pero presentaron una actitud principalmente negativa. Se aceptó su

hipótesis nula. Ante estos resultados, recomendaron realizar actividades educativas con las madres y visitas domiciliarias de seguimiento a los niños en riesgo nutricional.

Esta relación significa que el nivel de conocimiento de las madres sobre las loncheras saludables influye en la actitud materna para la preparación y en la consideración del valor nutricional de este tipo de loncheras. Sin embargo, lo que llama la atención es que si todas las madres tienen los conocimientos suficientes, como puede haber madres con actitud desfavorable hacia la preparación de estas loncheras.

Dentro de esta perspectiva, el MINSA destaca el rol de las madres en la preparación de las loncheras escolares y que sus prácticas de alimenticias van a influir en el crecimiento y desarrollo de sus hijos preescolares; lo que puede conllevar a problemas de malnutrición (obesidad, sobrepeso y bajo peso) y esto, a su vez, puede afectar la capacidad cognitiva e intelectual del niño, ocasionando ausencia o poca concentración en las labores escolares, su productividad física es casi nula. En consecuencia, el niño no tiene fuerzas ni ganas por explorar o experimentar las distintas habilidades para su etapa vivencial y se acrecienta la probabilidad de no terminar su etapa escolar/académica de manera satisfactoria.

Cabe considerar el argumento de Reviriego 2020 para dar mayor sustento a la idea anteriormente expuesta, ya que sostiene que el niño preescolar está en constante y creciente actividad, se caracterizan porque son muy activos, tanto física como intelectualmente, ya que tienen una serie de destrezas y habilidades para el movimiento que en su etapa neonatal/lactancia; además están en un período vital de gran asimilación y comprensión cognitivo, debido al progreso acelerado de su destreza comunicacional, que son muy importantes. En esta etapa, el niño comienza un crecimiento estable, el crecimiento longitudinal es de 6-8 cm/año y el incremento ponderal es de 2-3 kg anuales.

Bustamante (2017), en su estudio preguntó a los estudiantes preescolares: ¿Cómo te sientes cuando no comes tu lonchera?, la mayoría manifestó que se sentían cansados, otro porcentaje importante dijo que se imaginaba comiendo su alimento favorito, otros dijeron que tenían sueño y sin ganas de estudiar;

afectando el nivel de aprendizaje y concentración de estos niños, ya que el 67% presentó bajo rendimiento escolar. Ante estas evidencias, no cabe duda que, las madres o los cuidadores de los niños cumplen un rol preponderante en la preparación de las loncheras escolares, porque no basta conocer su importancia o su contenido, sino que estos conocimientos tienen que ponerse en práctica y evitar las consecuencias de una lonchera poco nutritiva, además, porque los niños adoptan las conductas alimenticias de quienes los crían a través de la imitación.

En la Tabla 2, en relación al primer objetivo específico: Precisar el nivel de conocimiento de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021; se muestra que la mayoría de madres (79%) presentaron nivel alto sobre loncheras saludables y el 21% nivel medio.

Muñoz y Zambrano 2019, encontraron resultados similares en su investigación que la mayoría de las madres tuvieron nivel alto sobre las loncheras escolares saludables, donde el 70% manifestaron tener conocimiento alto sobre la importancia de estas loncheras en la salud de sus hijos y el 62% conocían de la importancia del contenido de la lonchera, con los cuatro grupos de alimentos.

Así mismo, Núñez 2019, informó que el 60% de las madres tuvieron conocimiento general alto sobre loncheras saludables, de las cuales el 85% calificaron con nivel alto en alimentos reguladores, el 55% en alimentos energéticos y el 52,5% en alimentos constructores. Por otra parte, Nario y López 2019, en ese sentido, también presentó resultados en la misma tendencia positiva, donde el 77% de las madres tienen conocimiento adecuado sobre loncheras saludables, donde el 80% conoce sobre alimentos reguladores, el 76% sobre los energéticos y 75 sobre los constructores.

Sin embargo, en contraposición, Anyarín y Gonzalez 2019, reportó resultados diferentes, pues el 63% de las madres de su muestra presentaron conocimiento regular y el 21% nivel deficiente sobre la composición de las loncheras. También, Quispe (2018), reportó resultados poco parecidos, donde el 79% de las madres desconocen sobre la preparación de las loncheras, donde nadie conoce su

composición, el 82% desconoce sus beneficios, el 77% desconoce sobre higiene y grupo de alimentos.

En esa misma perspectiva, los resultados encontrados no guardan relación con los reportados por Colmenares y Montes 2017, donde la mayoría de las madres tienen un conocimiento medio con respecto a la preparación, importancia y contenido; específicamente desconocían los beneficios de los nutrientes y en qué alimentos se encontraban; la tendencia era más a una alimentación no balanceada, predisponiendo a los niños preescolares a problemas con su crecimiento y desarrollo.

Estos resultados resaltan la importancia de los conocimientos que tengan las madres, como principales cuidadoras de sus hijos y de toda su familia, porque el conocimiento proporciona de las “armas” y “estrategias” para afrontar los problemas cotidianos y ser promotoras de la salud dentro de sus hogares; siendo un aspecto vital en la crianza de los hijos, la nutrición. Al respecto, Tarqui-Mamani y Álvarez-Dongo 2018, sostiene que, los padres tienen una influencia directa en la adquisición de los hábitos alimenticios del niño debido a que son los responsables de su nutrición; además, agregan que, en la edad preescolar y escolar, la ingesta de los alimentos está definido básicamente por el refrigerio o lonchera, el cual debe cubrir entre el 15 al 25% de su requerimiento alimenticio de cada día, considerando su edad específica, sexo y actividad física.

Por tanto, se destaca el rol de las madres en el aspecto nutricional de sus hijos a través de la orientación o capacitación para que aprendan a preparar loncheras escolares saludables, sabrosas y seguras; se debe evitar enviar golosinas, gaseosas, snacks, etc.; porque el principal objetivo de la escolar es satisfacer las demandas energéticas y nutritivas de los escolares, necesarias para el correcto funcionamiento de su cuerpo y contar con las armas precisas para afrontar los desafíos diarios en sus escuelas.

Si bien es cierto que, el aspecto alimenticio específicamente es competencia de otra profesión, la enfermería también se ve inmersa en este tema, lo que está sustentado en el Modelo de promoción de la salud de Nola Pender; donde resalta la educación en salud por parte de enfermería a los sujetos de atención (persona,

familia y comunidad), con la finalidad de fomentar hábitos saludables. Como dice Núñez 2019, la enfermera se convierte en la actriz con papel protagónico para motivar a los usuarios para que preserven su salud personal, además, la enfermera es la profesional sanitaria que tiene mayor y mejor contacto tiene con las madres durante sus controles de CRED, estos controles son oportunidades propicias para que la enfermera imparta educación y consejería a las madres, no solo sobre nutrición, sino también de otros aspectos importantes de la salud.

Un aspecto crucial que tenemos que mencionar, es el nivel de escolaridad materno, que se detalla en el Anexo 11 (Gráfico 5), donde se puede visualizar que el 58% tiene instrucción secundaria, el 29% educación superior y el 13% nivel primario. Porque, el grado de escolaridad repercute en el conocimiento personal, tal como lo afirman Gómez, Jiménez y Leralta 2020 que, la educación es una fuente inagotable de recursos sociales y psicológicos que condicionar el estado de salud de la población y favorece la asimilación de estilos de vida saludables; porque quienes tienen una mayor escolaridad están más predispuestos a practicar hábitos menos perjudiciales o dañinos para la salud.

En la Tabla 3, en concordancia con el segundo objetivo específico: Determinar la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021; se muestra que el 98% de las madres presentaron actitud favorable hacia las loncheras saludables y el 2% tuvieron actitud desfavorable.

Estos resultados coinciden con los de Minaya, Pérez y Vásquez (2017), quienes encontraron que el 61% de las madres tuvieron una actitud favorable hacia el cumplimiento de las loncheras saludables y el 39% tuvo una actitud desfavorable, porque la mayoría envió snacks, pop-corn, gaseosas y jugos industrializados . Mientras que son contradictorios a los reportados por Anyarín y Gonzalez 2019, quienes informaron que el 73% de las madres presentaron una actitud negativa hacia la preparación de loncheras escolares saludables y el 27% presentó actitud positiva, donde llegaron a concluir que las madres consideran a

estas loncheras como mini refrigerios y no como un complemento de la nutrición infantil.

Estos resultados también son alentadores porque la mayoría de las madres tuvieron actitudes positivas hacia las loncheras saludables, como lo sostiene Zubieta 2018, las actitudes vienen a ser la predisposición aprendida y que permite responder favorablemente o desfavorablemente sobre un punto, situación o problema cotidiano; además agrega que, las actitudes positivas contribuyen a que la persona afronte de manera eficaz, segura y sana la realidad; mientras que las actitudes negativas van a crear obstáculos en la relación de la persona con su medio circundante.

Por tanto, la educación con el ejemplo a través de las acciones y actitudes son decisivas para la formación de hábitos saludables principalmente en la edad infantil, porque es en esta etapa donde se forman los hábitos y se consolidan en el transcurso de la vida, convirtiéndose en el predictor de la buena o mala salud en la adultez. De esta afirmación, se resalta la importancia de la madre y del padre en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades, ya que son los más indicados para transmitir buenos hábitos con sus actitudes, no basta con exigir o animar a sus hijos a mantener estilos de vida saludables; pues el niño debe tener un buen referente dentro de la casa porque el ambiente hogareño es pieza fundamental para la enseñanza de hábitos que promuevan la salud.

En ese sentido, el gobierno promulgó la Ley 30021 “Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes”, el que promueve el óptimo crecimiento y desarrollo de la población infantil y adolescente, fomentando la práctica del ejercicio, la organización y ejecución de los kioscos y comedores saludables en las escuelas y la supervisión de los anuncios publicitarios, la información y otras actividades relacionadas con los alimentos y bebidas no alcohólicas dirigidas a los niños y adolescentes. Estas medidas gubernamentales tienen que ser complementadas con el papel protector de los padres hacia sus hijos, pues tienen que estar dispuestos o tener la actitud positiva para dedicarle tiempo en la preparación de sus loncheras, las que deben ser sanas, inocuas y variadas para evitar efectos en la salud de los niños en el presente y su futuro.

VI. CONCLUSIONES

- Se encontró relación estadística intermedia no significativa entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú. Se rechazó la hipótesis nula.
- Todas las madres de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú presentaron nivel de conocimiento alto sobre loncheras saludables.
- La mayoría de las madres de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú calificaron con actitud favorable hacia las loncheras saludables.

VII. RECOMENDACIONES

- A la Jefatura de enfermería y médica del Centro de Salud Nicrupampa, se recomienda implementar estrategias preventivo promocionales en lo concerniente a nutrición infantil, para fortalecer el conocimiento y prácticas alimenticias saludables en niños preescolares, como las loncheras escolares, a través de visitas domiciliarias y capacitaciones a la población.

- A la Dirección Regional de Salud de Ancash (DIRESA), realizar trabajo coordinado y multidisciplinario, principalmente con el sector Educación para organizar y ejecutar una política de bienestar en las instituciones educativas de educación inicial de la provincia de Huaraz con el fortalecimiento de las capacidades de los docentes, padres de familia y preescolares sobre nutrición, dentro de este tema tratar sobre loncheras escolares saludables, a través de capacitación y talleres permanentes de los profesores y en las escuela de padres, para fomentar hábitos saludables en los preescolares.

- A la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, promover la implementación de kioskos y/o cafetines escolares donde se expendan productos saludables; ya que estas instituciones ofrecen un entorno propicio para la promoción del consumo de alimentos sanos.

REFERENCIAS

1. Instituto Nacional de Salud. INS presentó las loncheras escolares saludables para prevenir la anemia. [Internet]. Lima: INS/MINSA; 2019. [Citado 2022 enero 25]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/ins-presento-las-loncheras-escolares-saludables-para-prevenir-la-anemia#:~:text=La%20lonchera%20escolar%20saludable%20es,del%20descanso%20escolar%20o%20recreo.>
2. Peña M. y Ramos L. Efectividad del programa educativo loncheras saludables en el nivel de conocimiento de madres de niños pre escolares Huamachuco 2017. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Enfermería]. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo; 2018. [Citado 2022 enero 25]. Disponible en: <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/13558/1807.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
3. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Estado mundial de la infancia 2019. Niños, alimentos y nutrición. [Internet]. Nueva York: UNICEF; 2019. [Citado 2022 enero 25]. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf>
4. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y El Caribe. Seguridad alimentaria y nutricional para los territorios más rezagados. [Internet]. Santiago de Chile: FAO; 2020. [Citado 2022 enero 25]. Disponible en: <https://www.fao.org/3/cb2242es/cb2242es.pdf>
5. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Notas de prensa. Estadísticas 2020. [Internet]. Lima: INEI/MINSA; 2021. [Citado 2022 enero 26]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-121-de-la-poblacion-menor-de-cinco-anos-de-edad-del-pais-sufrio-desnutricion-cronica-en-el-ano-2020-12838/>
6. Ministerio de Salud. Informe gerencial. Estado nutricional de niños y gestantes que acceden a establecimientos de salud. Primer semestre 2019. [Internet].

- Lima: MINSA; 2019. [Citado 2022 enero 26]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2019/Informe%20Gerencial%20SIEN%20HIS%20I%20Semestre%202019-c.pdf>
7. Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social. Reporte regional de indicadores sociales del departamento de Ancash. [Internet]. Ancash: MIDIS; 2021. [Citado 2022 enero 26]. Disponible en: <http://sdv.midis.gob.pe/redinforma/Upload/regional/ANCASH.pdf>
 8. Instituto Nacional de Salud/Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Perú: Estado nutricional en niños menores de 5 años que accedieron a los establecimientos de salud por indicadores antropométricos, según departamento del establecimiento de salud. Período enero-junio 2018. [Internet]. Lima: INS/MINSA; 2018. [Citado 2022 enero 26]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/Indicadores%20Ninos%20a%20Junio%202018%20-%20V4.xlsx>
 9. Muñoz J. y Zambrano G. Contenido de loncheras y conocimiento de las madres sobre su preparación en estudiantes del segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Particular Bilingüe Liceo Panamericano, en el período lectivo 2019 – 2020. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Nutrición, Dietética y Estética]. Guayaquil: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil; 2019. [Citado 2022 enero 27]. Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/13663/1/T-UCSG-PRE-MED-NUTRI-371.pdf>
 10. Soto JD, Villar EI y Salinas LF. Efectividad del programa Eligiendo mi lonchera saludable de la institución educativa inicial Laurita Vicuña, 2019. Revista Conrado [Internet] 2019. [Citado 2022 febrero 2]. 15(70): [6 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v15n70/1990-8644-rc-15-70-236.pdf>
 11. Tevalán B. 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 2017. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Nutrición]. Guatemala de la Asunción: Universidad Rafael Landívar; 2017. [Citado 2022 enero 27]. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2017/09/15/Tevalan-Brenda.pdf>

12. Jaramillo M. Características nutricionales de la lonchera escolar y el estado nutricional de los preescolares de la Escuela “Modesto A. Peñaherrera” en Cotacachi, año lectivo 2016-2017. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Nutrición y Salud Comunitaria]. Ibarra: Universidad Técnica del Norte; 2017. [Citado 2022 enero 27]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/7311/1/06%20NUT%20217%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>
13. Colmenares J y Montes D. Conocimiento de las madres sobre el contenido de la lonchera de los preescolares en instituciones educativas públicas. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Nutrición y Dietética]. Mérida: Universidad de los Andes; 2017. [Citado 2022 febrero 2]. Disponible en: http://bdigital2.ula.ve:8080/xmlui/bitstream/handle/654321/2673/colmenares_montes.pdf?sequence=1&isAllowed=y
14. Guerrero MJ. Estado nutricional de los niños preescolares y la calidad de las loncheras saludables de la I.E. Sagrado Corazón de María N° 10007 del distrito de Chongoyape, 2019. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Enfermería]. Pimental: Universidad Señor de Sipán; 2019. [Citado 2022 febrero 2]. Disponible en: <https://catedraalimentacioninstitucional.files.wordpress.com/2021/03/guerrero-montenegro-monica-jannett.pdf>
15. Anyarín R. y Gonzáles W. Conocimiento y actitudes sobre la composición de las loncheras saludables en madres preescolares de la Institución Educativa Inicial Pública de Gestión Privada N° 1137 PNP Milagroso Divino de Jesús Morales. Abril – agosto, 2019. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Enfermería]. Tarapoto: Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto; 2019. [Citado 2022 enero 27]. Disponible en: <http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3598/ENFERMERIA%20-%20Rosa%20Steigner%20Anyarin%20S%C3%A1nchez%20%26%20Wendy%20Gonzalez%20Guerra%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
16. Núñez A. Conocimientos y la preparación de loncheras saludables en madres de niños de 4 años de educación inicial de la institución educativa 079 “Virgen Morena de Guadalupe”, La Pradera, 2018-2019. [Internet]. [Tesis para título

- profesional de Licenciada en Enfermería]. Pimentel: Universidad Señor de Sipán; 2019. [Citado 2022 enero 27]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6539/Nu%C3%B1ez%20Vallejos%20Alondra%20Paola.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Nario M. y López A. Conocimiento de las madres de niños de 3 a 5 años sobre la preparación de loncheras saludables en la I.E.I. N° 400 Virgen del Rosario, Huaral. [Internet]. [Tesis para título de especialidad en Nutrición Clínica]. Huacho: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2019. [Citado 2022 enero 27]. Disponible en: <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/3250/NARIO%20LEIVA%20Y%20L%C3%93PEZ%20CASTRO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 18. Quispe C. Conocimiento sobre preparación de loncheras saludables en madres de preescolares del PRONOEI Estrellita Feliz Puente Piedra, 2018. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad César Vallejo; 2018. [Citado 2022 enero 27]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/27980/Quispe_TCR.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 19. Uriarte J. M. (16 mayo 2020). Conocimiento. Definición y características. [Internet]. México: Características; 2020. [Citado 2022 febrero 3]. Disponible en: <https://www.caracteristicas.co/conocimiento/>
 20. Neil D. A. y Cortez L. Procesos y fundamentos de la investigación científica. [Internet]. Ecuador: UTMACH; 2018. [Citado 2022 febrero 3]. Disponible en: <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14231/1/Cap.3-Niveles%20del%20conocimiento.pdf>
 21. De la Garza D. (5 junio 2018). La importancia de seguir aprendiendo cosas nuevas. [Internet]. México: Xcaret; 2018. [Citado 2022 febrero 3]. Disponible en: <https://blog.xcaret.com/es/aprender-cosas-nuevas/>
 22. Siña E. C. y Valencia N. A. Conocimientos sobre lonchera saludable según características sociodemográficas de madres de niños del nivel primaria: Centro Educativo Particular Líder Ingenieros UNI, distrito San Juan de Lurigancho, Lima. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener; 2018. [Citado 2022 marzo 3]. Disponible en:

<http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1988/TITULO%20-%20Nelly%20Alejandra%20Valencia%20Alvarado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

23. Ministerio de Salud. Informe Técnico. Lonchera escolar en estudiantes de nivel primario, Perú 2013. [Internet]. Lima: MINSA; 2015. [Citado 2022 febrero 3]. Disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/vigilancia_poblacion/Informe_de_Lonchera_Escolar_2013.pdf
24. Ministerio de Salud. Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Inicial: Refrigerio preescolar saludable. [Internet]. Lima: MINSA; 2019. [Citado 2022 marzo 3]. Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/373692/Refrigerio_pre_escolar_saludable20190925-31433-6uhlqm.pdf
25. Clínica Internacional. Vida saludable. Pediatría: Cómo preparar una lonchera saludable para tu hijo. [Internet]. España: Clínica Internacional; 2019. [Citado 2022 febrero 3]. Disponible en: <https://www.clinicainternacional.com.pe/blog/pediatric-preparar-lonchera-saludable/>
26. Nestlé. La lonchera. 20 en nutrición. [Internet]. Lima: Nestlé/Nutrigrup; 2018. [Citado 2022 febrero 4]. Disponible en: https://www.nestle.com.pe/sites/g/files/pydnoa276/files/nestle-en-la-sociedad/para-las-personas-y-familias/nutricion-salud-y-bienestar/nutrigroup/documents/actualizacion_2018/boletin-18.pdf
27. Izarra, L. A. La lonchera de mi hijo. Técnicas de conservación de los alimentos. [Internet]. Venezuela: Sociedad Anticancerosa de Venezuela; 2018. [Citado 2022 febrero 4]. Disponible en: <https://www.laloncherademihijo.org/padres/tecnicas-conservacion-alimentos.asp>
28. Zubieta E. Valores y actitudes. [Internet]. Argentina: Universidad de Buenos Aires; 2018. [Citado 2022 febrero 4]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/327043553_VALORES_Y_ACTITUDES

29. Bazán L. J. Conocimiento sobre preparación de loncheras saludables en madres de niños del nivel inicial en la institución educativa N° 346 SUPTE San Jorge Tingo María – 2019. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Enfermería]. Huánuco: Universidad de Huánuco; 2021. [Citado 2022 febrero 4]. Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3073/Bazan%20Gargate%2C%20Leny%20Jhoana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
30. Raile M. Modelos y teorías en enfermería. 9.^a ed. Barcelona: Elsevier; 2018.
31. Gallegos M. Teorías y modelos de promoción de la salud. [Internet]. Lima: Reberudy; 2017. [Citado 2022 febrero 4]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/reberudy/teorias-y-modelos-de-promocion-en-salud>
32. Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación. Diferencia entre la investigación básica y la aplicada. [Internet]. La Habana: Duoc UC /CRAI. 2018. [Citado 2022 febrero 4]. Disponible en: <http://www.duoc.cl/biblioteca/crai/diferencia-entre-la-investigacion-basica-y-la-aplicada>
33. Hernández-Sampieri R y Mendoza C. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México: Mc Graw Hill Education; 2019.
34. Marroquín R. Metodología de la investigación. [Internet]. Lima: Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”; 2018. [Citado 2022 febrero 4]. Disponible en: http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf
35. Álvarez A. Clasificación de las investigaciones. [Internet]. Lima: Universidad de Lima; 2020. [Citado 2022 febrero 4]. Disponible en: <https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10818/Nota%20Acad%C3%A9mica%20%20%2818.04.2021%29%20-%20Clasificaci%C3%B3n%20de%20Investigaciones.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
36. Marín C. A. Cálculo del tamaño óptimo de una muestra. Técnicas de investigación. [Internet]. México: UCC; 2017. [Citado 2022 febrero 4]. Disponible en: <https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/1825/1/C%C3%A1lculo>

%20del%20tama%C3%B1o%20%C3%B3ptimo%20de%20una%20muestra.
pdf

37. Reviriego C. Salud. Alimentación del niño preescolar: Una buena y adecuada alimentación es importante para el buen desarrollo de los niños. [Internet]. España: Guía Infantil; 2020. [Citado 2022 marzo 31]. Disponible en: <https://www.guiainfantil.com/salud/alimentacion/preescolar.htm>
38. Bustamante N. M. La lonchera saludable y su influencia en el aprendizaje de los escolares del 1er grado de primaria de la Institución Educativa N° 20359 de la UGEL 09 en el año 2017. [Internet]. [Tesis para título profesional de Licenciada en Enfermería]. Huacho: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2017. [Citado 2022 marzo 31]. Disponible en: <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/2557/BUSTAMANTE%20SALAZAR%20NAYDU.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
39. Tarqui-Mamani C. y Álvarez-Dongo D. Prevalencia del uso de loncheras saludables en escolares peruanos del nivel primario. Revista de Salud Pública [Internet] 2018. [Citado 2022 abril 6]. 20(3): [12 p.]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/422/42258458008/42258458008.pdf>
40. Gómez D., Jiménez J. y Leralta O. La educación, determinante de la salud afectado por el COVID-19. [Internet]. Andalucía: Escuela Andaluza de Salud Pública; 2020. [Citado 2022 abril 6]. Disponible en: <https://www.easp.es/web/coronavirusysaludpublica/1259-2/#:~:text=La%20educaci%C3%B3n%20es%20una%20importante,saludables%20y%20a%20evitar%20los%20insalubres.>

ANEXO 1. MATRIZ DE OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

VARIABLE DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES
Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables.	Posesión de datos sobre algún tema en específico o en general, es decir, es el conjunto de nociones que se tengan sobre algún tópico. ⁽²⁰⁾	<p>Grado de información que tienen las madres acerca de las loncheras saludables de los niños preescolares de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú.</p> <p>El nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables se categorizará como:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Alto: De 19 a 24 puntos. ▪ Medio: De 13 a 18 puntos. ▪ Bajo: De 0 a 12 puntos. 	Preparación de lonchera.
			Contenido de lonchera.
Actitud de las madres frente a las loncheras saludables”.	Predisposición que tienen las madres de los preescolares hacia la preparación de loncheras que favorezcan la alimentación y nutrición para el adecuado crecimiento y desarrollo de su hijo. ⁽¹⁵⁾	<p>Inclinación de la madre para la preparación de loncheras saludables de su hijo preescolar de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú.</p> <p>La actitud de la madre hacia las loncheras saludables se categorizará como:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Favorable: De 34 a 66 puntos. • Desfavorable: De 0 a 33 puntos. 	Conservación de alimentos en lonchera.
			Predisposición a preparación de lonchera.
			Valor nutricional de lonchera.

ANEXO 2. MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	MÉTODO
<p>Problema General: ¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021?</p> <p>Problemas Específicos: ¿Cuál es el nivel de conocimiento de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021?</p> <p>¿Cuál es la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021?</p>	<p>Objetivo General: Determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.</p> <p>Objetivos Específicos: Precisar el nivel de conocimiento de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.</p> <p>Determinar la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.</p>	<p>Hipótesis General: H₁: Existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.</p> <p>H₀: No existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud de las madres sobre loncheras saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.</p>	<p>Variable 1: Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables”.</p> <p>Variable 2: Actitud de las madres frente a las loncheras saludables”.</p>	<p>Tipo de estudio: Básica, con enfoque cuantitativo y descriptiva.</p> <p>Diseño: No experimental, de corte transversal y correlacional.</p> <p>Población en estudio: 416 madres de niños preescolares de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú.</p> <p>Muestra: 62 madres de niños preescolares de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú</p>

ANEXO 3. CARTA DE PRESENTACION

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Callao, 24 de febrero de 2022

Señor(a)
DIRECTORA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL CISEA NICRUPAMPA
Asunto: Autorizar para la ejecución del Proyecto de Investigación de Enfermería

De mi mayor consideración:

Es muy grato dirigirme a usted, para saludarlo muy cordialmente en nombre de la Universidad Cesar Vallejo Filial Callao y en el mío propio, deseándole la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.

A su vez, la presente tiene como objetivo solicitar su autorización, a fin de que el(la) Bach. Alvarado Salazar, Juana Marilia, con DNI 71474469, del Programa de Titulación para universidades no licenciadas, Taller de Elaboración de Tesis de la Escuela Académica Profesional de Enfermería, pueda ejecutar su investigación titulada: **" Nivel de Conocimiento y Actitud de las Madres Sobre Loncheras Saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021."**, en la institución que pertenece a su digna Dirección; agradeceré se le brinden las facilidades correspondientes.

Sin otro particular, me despido de Usted, no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.

Atentamente,



Mg. Lic. Leydi B. Fajardo Vizquerra
Coordinadora de Titulación

ANEXO 4. CARTA ACEPTACION



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL
CISEA - NICRUPAMPA
COD. MOD. N° 0908269**



“AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”

**LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL
CISEA NICRUPAMPA DEL DISTRITO DE INDEPENDENCIA
PROVINCIA HUARAZ QUE AL FINAL SUSCRIBE DEJA:**

CONSTANCIA

Que, la Srta. Juana Marilia Alvarado Salazar, Con D.N.I N° 71474469, realizara una encuesta sobre “NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD DE LAS MADRES SOBRE LONCHERAS SALUDABLES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL NICRUPAMPA, HUARAZ–PERÚ, 2021” en la institución educativa inicial CISEA NICRUPAMPA, Se le otorga la presente constancia para los fines que estime por conveniente.

Huaraz 08 de Marzo del 2022.


Jenny Cochasin Alvarón
Jenny Cochasin Alvarón
DIRECTORA

ANEXO 5. INSTRUMENTO

CUESTIONARIO DE NIVEL DE CONOCIMIENTO MATERNO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES

INTRODUCCIÓN:

El presente instrumento tiene como finalidad determinar las actitudes que las madres de los niños de 3 a 5 años de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa tienen acerca de las loncheras escolares saludables.

Por la importancia del tema, se le ruega que lea con detenimiento cada pregunta y conteste lo más veraz posible, para que en base a esto se tomen medidas correctivas.

DATOS GENERALES:

▪ Edad del niño : Años.

▪ Aula :

▪ Responsable de la preparación de la lonchera:

Madre ()

Otra persona () Especificar quien:

▪ Edad de la responsable: Años.

▪ Grado de instrucción de la responsable:

Ninguna ()

Primaria ()

Secundaria ()

Superior ()

CUESTIONARIO:

Marcar con equis (X) o encerrar con un círculo (○) la alternativa que considere correcta:

PREPARACIÓN DE LA LONCHERA

1. En cuanto a los requerimientos nutricionales de los niños:
 - a) Todos los niños de la misma edad necesitan lo mismo.
 - b) Debe ser de manera individual y de acuerdo al metabolismo de sus funciones corporales.
 - c) Considerar su crecimiento y su actividad física.
 - d) Todas, menos a.**
 - e) Todas las anteriores.
2. Con la preparación de una lonchera escolar saludable, se van a prevenir:
 - a) Desnutrición y anemia.
 - b) Obesidad/sobrepeso.
 - c) Hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, entre otros en la vida adulta.
 - d) Todas, menos c.
 - e) Todas las anteriores.**
3. Cuando se acude a la tienda para comprar los alimentos para la lonchera, se recomienda:
 - a) Ir solo la madre para comprar más rápido.
 - b) Llevar a los niños para que ayuden a seleccionar los alimentos.**
 - c) La madre debe ir acompañada del padre.
 - d) Los niños mayormente eligen golosinas.
 - e) Sólo a y c.
4. En las medidas higiénicas para la preparación de la lonchera, hay que lavar:
 - a) Las manos, recipientes y alimentos.**
 - b) Sólo los recipientes o tapers.
 - c) Sólo los alimentos.
 - d) La madre debe lavarse las manos.
 - e) Sólo b y c.
5. ¿Qué días se deben enviar las loncheras escolares?
 - a) Los días que tiene educación física, para reponer energías y líquido.

- b) Cuando la madre tenga tiempo de preparar.
 - c) Todos los días.**
 - d) Los lunes y viernes, como inicio y fin de semana.
 - e) Todas, menos c
6. Marque la afirmación correcta en cuanto al envío de lonchera de su niño:
- a) Debe ser nutritiva y mantenerlos satisfechos hasta que regrese a casa.
 - b) Debe contener alimentos salados y dulces para balancear sabores.
 - c) Debe enviarse algo ligero, sólo para que tenga algo que comer en el recreo.
 - d) Sólo a y b.**
 - e) Todas las anteriores.
7. Cuando no haya tiempo de preparar la lonchera, se debe:
- a) Organizar la lonchera la noche anterior.**
 - b) Enviar fruta, galletas y frugos.
 - c) Dar dinero para que compre en el quiosco.
 - d) Enviar alimentos chatarra, sólo por ese día.
 - e) Todas las anteriores.
8. En cuanto a la variedad de la lonchera, se refiere a:
- a) Comprar la lonchera (recipiente) de su personaje favorito.
 - b) Combinar alimentos chatarra con alimentos nutritivos.
 - c) Enviar algunos días y otros enviar dinero para que compre en el quiosco.
 - d) Ninguna de las anteriores.**
 - e) Todas las anteriores.
9. Con la finalidad de favorecer el consumo total de los alimentos de la lonchera:
- a) Se deben incluir alimentos chatarra y no debe faltar su fruta.
 - b) La presentación debe ser divertida y variada, pero nutritiva.**
 - c) Decir al niño que recibirá un castigo si no come todo.
 - d) Sólo a y b.
 - e) Todas las anteriores.

CONTENIDO DE LA LONCHERA

10. La lonchera debe contener:
- a) Alimentos envasados, alimentos energéticos.
 - b) Alimentos constructores, alimentos reguladores.
 - c) Alimentos hidratantes, alimentos energéticos.
 - d) Sólo b y c.**
 - e) Todos.
11. Se dice que los alimentos constructores tienen la función de:
- a) Construir nuevos tejidos, especialmente en la masa muscular.**
 - b) Dar energía al cuerpo para sus funciones.
 - c) Ayuda a que la mujer salga embarazada.
 - d) Sólo a y b.
 - e) Ninguna de las anteriores.
12. Se consideran alimentos constructores:
- a) Leche condensada, yogurt envasado, huevos, carne magra, galletas, frugos, linaza.
 - b) Leche, queso, huevo, batidos de frutas, carne magra, linaza.
 - c) Pechuga de pollo, pescados, lentejas, frijoles, garbanzo.
 - d) Todas las anteriores.
 - e) Sólo b y c.**
13. ¿Qué función cumplen los alimentos energéticos?
- a) Comprenden a los alimentos que contienen carbohidratos y grasas.
 - b) Reparación de tejidos muertos, dando mayor vitalidad.
 - c) Generan fuerzas para realizar las actividades diarias.**
 - d) Sólo a y c.
 - e) Todas las anteriores.
14. Los principales alimentos energéticos que deben ir en la lonchera escolar, son:
- a) Leche y sus derivados, piña, plátano, calabaza, espinaca, lentejas, tomate.
 - b) Albaricoque, naranja, miel, arroz, trigo, brócoli, frijoles, pecanas, almendras.
 - c) Palta, aceite de oliva, maní, girasol, soya, nuez, almendra.
 - d) Todas las anteriores.**
 - e) Sólo b y c.
15. Estos alimentos también son energéticos, pero deben evitarse:

- a) **Salchicha, chocolates, pizza, gaseosas, leche entera, margarina, caramelos.**
 - b) Chorizo, palta, mantequilla, salsas, tomate, brócoli, pimiento, helados, pizzas.
 - c) Hamburguesa, zanahoria, mortadela, tocino, almendra, garbanzo, pasas, dulces.
 - d) Ninguno de estos alimentos debe ir en la lonchera.
 - e) Sólo a y c.
16. Los alimentos que se llaman reguladores tienen como funciones principales:
- a) Regular y sintetizar el paso de los alimentos formadores y energéticos.
 - b) Regular a los alimentos que contienen vitaminas, minerales, fibra y agua, favoreciendo el tránsito intestinal, evita el estreñimiento
 - c) **Regular la producción de hormonas, fortalecen los huesos, mejora el sistema nervioso, favorece el tránsito intestinal.**
 - d) Regular la hidratación del cuerpo, contribuye al estreñimiento, mejora el metabolismo de las comidas.
 - e) Sólo c y d
17. Señale los principales alimentos reguladores que deben considerar en la lonchera de su hijo:
- a) Carne de pollo sin piel, arroz integral, carne magra, verduras, frutas, hortalizas, legumbres, leche y sus derivados, cereales.
 - b) Zanahoria, tomate, remolacha, brócoli, calabacín, pimentón, lechuga, col, rábano, cebolla, espinaca.
 - c) Fresa, naranja y mandarina, piña, plátano, papaya, mango, sandía, aguacate, uva, ciruela, caqui, maíz, chía.
 - d) Carne de pollo sin piel, arroz integral, carne magra, verduras, frutas, hortalizas, legumbres, leche y sus derivados, cereales.
 - e) **Sólo b y c.**
18. Las principales funciones de los alimentos hidratantes son:
- a) Proporcionar humedad a los tejidos muertos, dando mayor vitalidad y energía para desempeñar las funciones del cuerpo.
 - b) **Hidratación del cuerpo, elimina toxinas, reposición de líquidos, mejora el rendimiento físico/cognitivo, regula la temperatura.**

- c) Hidratación del cuerpo, reposición de líquidos cuando hay pérdidas, construcción y reparación de tejidos, especialmente en la masa muscular.
 - d) Sólo b y c.
 - e) Todas las anteriores,
19. Se consideran alimentos hidratantes:
- a) Sandía, melón, pimientos verdes, pepino, apio, fresa, limonada, agua, salmón, sardina.
 - b) Naranja, manzana, coliflor, espinaca, piña, agua de ciruelas, lechuga, tomate, caballa, bonito.
 - c) Gaseosas, frugos, bebidas energizantes, agua embotellada, aconcagua, cushuro, conservas de pescado, mariscos.
 - d) Todas las anteriores.
 - e) Todas, menos c.**
20. Los alimentos hidratantes contienen:
- a) Agua.
 - b) Vitaminas.
 - c) Minerales.
 - d) Todas.**
 - e) Sólo a y b.

En cuanto a la conservación de los alimentos de la lonchera, marcar V si considera que el enunciado es verdadero y F si considera que es falso:

- 21. Una temperatura adecuada de la lonchera aumenta la vida y disponibilidad” de los alimentos. (**V**)
- 22. Los tapers deben ser seguros, con cierre hermético y de fácil limpieza. (**V**)
- 23. Apenas se llega a la casa, guardar los tapers hasta el día siguiente. (**F**)
- 24. Los alimentos calientes tienen que llegar fríos al recreo. (**F**)

Gracias por su colaboración.

PUNTAJE	
----------------	--

ACTITUDES MATERNAS FRENTE A LAS LONCHERAS SALUDABLES

INTRODUCCIÓN

El presente instrumento tiene como finalidad determinar las actitudes que las madres de los niños de 3 a 5 años de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa tienen acerca de las loncheras escolares saludables.

DATOS INFORMATIVOS

- Edad del niño : Años.
- Aula :
- Responsable de la preparación de la lonchera:
 - Madre ()
 - Otra persona () Especificar quien:
- Edad de la responsable:
- Grado de instrucción de la responsable:
 - Ninguna ()
 - Primaria ()
 - Secundaria ()
 - Superior ()

ENUNCIADOS ACTITUDINALES:

Se le pide leer detenidamente cada uno de los enunciados para poder marcar con una equis "X" dentro del recuadro correspondiente, según las alternativas:

DE ACUERDO : DA

PARCIALMENTE DE ACUERDO: PDA

EN DESACUERDO : ED

ÍTEM	ENUNCIADO	ALTERNATIVAS		
		DE	PDA	ED
PREDISPOSICIÓN A PREPARACIÓN DE LA LONCHERA				
1	Muchas veces se siente con desgano para preparar la lonchera.	0	1	2
2	La lonchera reemplaza al desayuno o almuerzo.	0	1	2
3	Se deben hacer que los niños participen en la organización y preparación de su lonchera.	2	1	0
4	La madre debe acudir sola a la tienda a comprar los alimentos para la lonchera, a los niños no los debe llevar.	0	1	2
5	Cuando la madre no tenga tiempo de preparar la lonchera, debe dar dinero al niño para que compre en el quiosco del jardín	0	1	2
6	La madre debe organizar con tiempo la lonchera.	2	1	0
7	Como la lonchera no es una comida, se debe enviar cuando haya tiempo.	0	1	2
8	No se recomienda dar dinero al niño para que compre en el quiosco a la hora de recreo.	2	1	0
9	Todos los días se debe enviar los mismos alimentos, para ahorrar tiempo y dinero.	0	1	2
10	La organización de la lonchera debe ser divertida, por ejemplo, enviar pan de figuras.	2	1	0
11	La madre debe entender que la lonchera debe ser bastante para que llene el estómago del niño hasta la hora que regrese a casa.	0	1	2
VALOR NUTRICIONAL DE LA LONCHERA				
12	La lonchera debe contener toda clase de alimentos saludables, uno por cada grupo.	2	1	0
13	La lonchera debe contener también algunos alimentos "chatarra" porque favorecen el crecimiento de los niños.	0	1	2
14	El batido de frutas contribuye a la formación de músculos en los niños.	2	1	0
15	Se puede enviar un pan con mortadela, hot dog o chorizo, acompañado con papas fritas.	0	1	2
16	El huevo es muy beneficioso para el crecimiento de los niños.	2	1	0
17	No se recomienda enviar vaso de quinua o linaza en las loncheras, porque es más para adultos.	0	1	2
18	Una lonchera debe contener alimentos que den energía y fuerzas al niño para que pueda correr, estudiar, jugar.	2	1	0
19	Las frutas no deben faltar en las loncheras.	2	1	0

20	Se debe enviar yogurt envasado con cereales en reemplazo a la leche, porque a los niños le gusta más.	0	1	2
21	De vez en cuando se puede enviar gaseosas, galletas, golosinas o kekes en la lonchera.	0	1	2
22	Una opción saludable, es enviar algunas veces pan con palta en la lonchera.	2	1	0
23	En la lonchera no deben faltar la mayonesa y el ketchup para dar sabor a los alimentos.	0	1	2
24	Las vitaminas sólo se encuentran en el brócoli, zanahoria, tomate, lechuga, espinaca, fresa, mandarina, piña y plátano.	2	1	0
25	Las frutas se deben enviar enteras o en trozos, pero sin cáscara.	0	1	2
26	Las gaseosas aportan buen porcentaje de agua y minerales al organismo del niño.	0	1	2
27	Los chizitos, las papitas lays, los tortees tiene vitaminas porque están hechos en base a harina de trigo y maíz.	0	1	2
28	Los alimentos hidratantes aportan el líquido perdido durante las actividades del niño.	2	1	0
29	El pescado aporta una buena cantidad de líquidos al niño.	2	1	0
30	Los alimentos "chatarra" tiene regular valor nutritivo.	0	1	2
31	Una opción para hidratar al niño son las limonadas, agua de ciruela o infusión de toronjil, pero bajos o nada de azúcar.	2	1	0
32	Se puede enviar, algunas veces, jugos o yogurt envasados, pero bajos en azúcar.	0	1	2
33	Agua no se debe enviar porque sus amigos se burlarían por no tener dinero para comprar jugos envasados.	0	1	2

PUNTAJE	
----------------	--

ANEXO 6. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD

EXPERTO 1



FORMATO DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

Nivel de Conocimiento y Actitud de las Madres Sobre Loncheras Saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.

I. RESUMEN

El trabajo de investigación tiene un enfoque cuantitativo y descriptiva, cuyo objetivo fue “Nivel de Conocimiento y Actitud de las Madres Sobre Loncheras Saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.”. Se trabajó con una muestra de 62 madres de lactantes menores. Su soporte teórico se encuentra sustentado en los conceptos del Modelo de la “Promoción de la Salud” Nola Pender, la que se basa principalmente en los comportamientos humanos relacionados con la salud y, a su vez, orienta hacia la generación de conductas saludables, en el cual intervienen varios factores, como las características personales y sus experiencias, conocimientos, costumbres, creencias y aspectos ambientales. Se utilizó el instrumento “nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables, actitudes maternas frente a las loncheras saludables”, el cual está dividido en cinco dimensiones: Preparación de lonchera, Contenido de lonchera, conservación de alimentos en lonchera, Predisposición a preparación de lonchera, Valor nutricional de lonchera. Este instrumento fue validado por 3 enfermeras(os) profesionales expertos, luego se aplicó a una muestra piloto de 10 madres y se le sometió a la prueba de confiabilidad a través del cálculo del coeficiente de alfa de Cronbach y por último se aplicó a toda la muestra.

II. VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

A. DATOS INFORMATIVOS DEL PARTICIPANTE

1. Apellidos y nombre del informante (experto): Rosa Villanueva Barreto.
2. Grado académico: Superior
3. Profesión: Enfermera
4. Institución donde labora: Hospital Victor Ramos Guardia
5. Cargo que desempeña: Enfermera Asistencial
6. Autor del instrumento: Juana María Alvarado Salazar
7. Nombre del instrumento: “Conocimiento Materno: sobre loncheras saludables”
“Actitudes maternas frente a las loncheras saludables”

CERTIFICADO DE VALIDEZ QUE MIDE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO MATERNO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES

Nº	DIMENSIONES / Items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
PREPARACIÓN DE LA LONCHERA								
1	En cuanto a los requerimientos nutricionales de los niños:	✓		✓		✓		
2	Con la preparación de una lonchera escolar saludable, se van a prevenir.	✓		✓		✓		
3	Cuando se acude a la tienda para comprar los alimentos para la lonchera, se recomienda:	✓		✓		✓		
4	En las medidas higiénicas para la preparación de la lonchera, hay que lavar:	✓		✓		✓		
5	¿Qué días se deben enviar las loncheras escolares?	✓		✓		✓		
6	Marque la afirmación correcta en cuanto al envío de lonchera de su niño:	✓		✓		✓		
7	Cuando no haya tiempo de preparar la lonchera, se debe:	✓		✓		✓		
8	En cuanto a la variedad de la lonchera, se refiere a:	✓		✓		✓		
9	Con la finalidad de favorecer el consumo total de los alimentos de la lonchera:	✓		✓		✓		
CONTENIDO DE LA LONCHERA								
10	La lonchera debe contener:	✓		✓		✓		
11	Se dice que los alimentos constructores tienen la función de:	✓		✓		✓		
12	Se consideran alimentos constructores:	✓		✓		✓		

13	¿Qué función cumplen los alimentos energéticos?	✓		✓		✓		
14	Estos alimentos también son energéticos, pero deben evitarse:	✓		✓		✓		
15	La evaluación del desempeño se realiza a todo el personal del establecimiento.	✓		✓		✓		
16	Los alimentos que se llaman reguladores tienen como funciones principales:	✓		✓		✓		
17	Señale los principales alimentos reguladores que deben considerar en la lonchera de su hijo:	✓		✓		✓		
18	Las principales funciones de los alimentos hidratantes son:	✓		✓		✓		
19	Se consideran alimentos hidratantes:	✓		✓		✓		
20	Una temperatura adecuada de la lonchera aumenta la vida y disponibilidad* de los alimentos.	✓		✓		✓		
21	Una temperatura adecuada de la lonchera aumenta la vida y disponibilidad* de los alimentos.	✓		✓		✓		
22	Los tapers deben ser seguros, con cierre hermético y de fácil limpieza.	✓		✓		✓		
23	Apenas se llega a la casa, guardar los tapers hasta el día siguiente.	✓		✓		✓		
24	Los alimentos calientes tienen que llegar fríos al recreo.	✓		✓		✓		

CERTIFICADO DE VALIDEZ QUE MIDE ACTITUDES MATERNAS FRENTE A LAS LONCHERAS SALUDABLES

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
PREDISPOSICIÓN A PREPARACIÓN DE LA LONCHERA								
1	Muchas veces se siente con desgano para preparar la lonchera.	✓		✓		✓		
2	La lonchera reemplaza al desayuno o almuerzo.	✓		✓		✓		
3	Se deben hacer que los niños participen en la organización y preparación de su lonchera.	✓		✓		✓		
4	La madre debe acudir sola a la tienda a comprar los alimentos para la lonchera, a los niños no los debe llevar.	✓		✓		✓		
5	Cuando la madre no tenga tiempo de preparar la lonchera, debe dar dinero al niño para que compre en el quiosco del jardín.	✓		✓		✓		
6	La madre debe organizar con tiempo la lonchera	✓		✓		✓		
7	Como la lonchera no es una comida, se debe enviar cuando haya tiempo.	✓		✓		✓		
8	No se recomienda dar dinero al niño para que compre en el quiosco a la hora de recreo.	✓		✓		✓		
9	Todos los días se debe enviar los mismos alimentos, para ahorrar tiempo y dinero.	✓		✓		✓		
10	La organización de la lonchera debe ser divertida, por ejemplo, enviar pan de figuras.	✓		✓		✓		
11	La madre debe entender que la lonchera debe ser bastante para que llene el estómago del niño hasta la hora que regrese a casa.	✓		✓		✓		
VALOR NUTRICIONAL DE LA LONCHERA								
12	La lonchera debe contener toda clase de alimentos saludables, uno por cada grupo	✓		✓		✓		
13	La lonchera debe contener también algunos alimentos "chatarra" porque favorecen el crecimiento de los niños.	✓		✓		✓		
14	El batido de frutas contribuye a la formación de músculos en los niños.	✓		✓		✓		
15	Se puede enviar un pan con mortadela, hot dog o chorizo, acompañado con papas fritas.	✓		✓		✓		
16	El huevo es muy beneficioso para el crecimiento de los niños.	✓		✓		✓		
17	No se recomienda enviar vaso de quinua o linaza en las loncheras, porque es más para adultos.	✓		✓		✓		
18	Una lonchera debe contener alimentos que den energía y fuerzas al niño para que pueda correr, estudiar, jugar.	✓		✓		✓		
19	Las frutas no deben faltar en las loncheras.	✓		✓		✓		

20	Se debe enviar yogurt envasado con cereales en reemplazo a la leche, porque a los niños le gusta más.	✓		✓		✓		
21	De vez en cuando se puede enviar gaseosas, galletas, golosinas o kekes en la lonchera.	✓		✓		✓		
22	Una opción saludable, es enviar algunas veces pan con palta en la lonchera.	✓		✓		✓		
23	En la lonchera no deben faltar la mayonesa y el ketchup para dar sabor a los alimentos.	✓		✓		✓		
24	Las vitaminas sólo se encuentran en el brócoli, zanahoria, tomate, lechuga, espinaca, fresa, mandarina, piña y plátano.	✓		✓		✓		
25	Las frutas se deben enviar enteras o en trozos, pero sin cáscara.	✓		✓		✓		
26	Las gaseosas aportan buen porcentaje de agua y minerales al organismo del niño.	✓		✓		✓		
27	Los chizitos, las papitas lays, los tortees tiene vitaminas porque están hechos en base a harina de trigo y maíz.	✓		✓		✓		
28	Los alimentos hidratantes aportan el líquido perdido durante las actividades del niño.	✓		✓		✓		
29	El pescado aporta una buena cantidad de líquidos al niño.	✓		✓		✓		
30	Los alimentos "chatarra" tiene regular valor nutritivo.	✓		✓		✓		
31	Una opción para hidratar al niño son las limonadas, agua de ciruela o infusión de toronjil, pero bajos o nada de azúcar.	✓		✓		✓		
32	Se puede enviar, algunas veces, jugos o yogurt envasados, pero bajos en azúcar.	✓		✓		✓		
33	Agua no se debe enviar porque sus amigos se burlarían por no tener dinero para comprar jugos envasados.	✓		✓		✓		

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Martes 15 de Marzo del 2021


 Villavieja Surteño Rosa
 Lic. EN ENFERMERIA
 C.E.P. EBB42

FIRMA DEL EVALUADOR
DNI:

EXPERTO 2



FORMATO DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

Nivel de Conocimiento y Actitud de las Madres Sobre Loncheras Saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.

I. RESUMEN

El trabajo de investigación tiene un enfoque cuantitativo y descriptiva, cuyo objetivo fue "Nivel de Conocimiento y Actitud de las Madres Sobre Loncheras Saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.". Se trabajó con una muestra de 62 madres de lactantes menores. Su soporte teórico se encuentra sustentado en los conceptos del Modelo de la "Promoción de la Salud" Nola Pender, la que se basa principalmente en los comportamientos humanos relacionados con la salud y, a su vez, orienta hacia la generación de conductas saludables, en el cual intervienen varios factores, como las características personales y sus experiencias, conocimientos, costumbres, creencias y aspectos ambientales. Se utilizó el instrumento "nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables, actitudes maternas frente a las loncheras saludables", el cual está dividido en cinco dimensiones: Preparación de lonchera, Contenido de lonchera, conservación de alimentos en lonchera, Predisposición a preparación de lonchera, Valor nutricional de lonchera. Este instrumento fue validado por 3 enfermeras(os) profesionales expertos, luego se aplicó a una muestra piloto de 10 madres y se le sometió a la prueba de confiabilidad a través del cálculo del coeficiente de alfa de CronBach y por último se aplicó a toda la muestra.

II. VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

A. DATOS INFORMATIVOS DEL PARTICIPANTE

1. Apellidos y nombre del informante (experto): Soledad Veronica Patiño Aya
2. Grado académico: Lic. Enfermería
3. Profesión: Enfermera
4. Institución donde labora: Posto de Salud Marián
5. Cargo que desempeña: CREO - EONI. (Asistencial)
6. Autor del instrumento: Juana Mariña Alvarado Salazar
7. Nombre del instrumento: «Conocimiento Materno sobre loncheras Saludables»
« Actitudes maternas frente a las loncheras saludables »

CERTIFICADO DE VALIDEZ QUE MIDE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO MATERNO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES

Nº	DIMENSIONES / Items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
PREPARACIÓN DE LA LONCHERA								
1	En cuanto a los requerimientos nutricionales de los niños:	✓		✓		✓		
2	Con la preparación de una lonchera escolar saludable, se van a prevenir.	✓		✓		✓		
3	Cuando se acude a la tienda para comprar los alimentos para la lonchera, se recomienda:	✓		✓		✓		
4	En las medidas higiénicas para la preparación de la lonchera, hay que lavar:	✓		✓		✓		
5	¿Qué días se deben enviar las loncheras escolares?	✓		✓		✓		
6	Marque la afirmación correcta en cuanto al envío de lonchera de su niño:	✓		✓		✓		
7	Cuando no haya tiempo de preparar la lonchera, se debe:	✓		✓		✓		
8	En cuanto a la variedad de la lonchera, se refiere a:	✓		✓		✓		
9	Con la finalidad de favorecer el consumo total de los alimentos de la lonchera:	✓		✓		✓		
CONTENIDO DE LA LONCHERA								
10	La lonchera debe contener:	✓		✓		✓		
11	Se dice que los alimentos constructores tienen la función de:	✓		✓		✓		
12	Se consideran alimentos constructores:	✓		✓		✓		

13	¿Qué función cumplen los alimentos energéticos?	✓		✓		✓		
14	Estos alimentos también son energéticos, pero deben evitarse:	✓		✓		✓		
15	La evaluación del desempeño se realiza a todo el personal del establecimiento.	✓		✓		✓		
16	Los alimentos que se llaman reguladores tienen como funciones principales:	✓		✓		✓		
17	Señale los principales alimentos reguladores que deben considerar en la lonchera de su hijo:	✓		✓		✓		
18	Las principales funciones de los alimentos hidratantes son:	✓		✓		✓		
19	Se consideran alimentos hidratantes:	✓		✓		✓		
20	Una temperatura adecuada de la lonchera aumenta la vida y disponibilidad ⁴ de los alimentos.	✓		✓		✓		
21	Una temperatura adecuada de la lonchera aumenta la vida y disponibilidad ⁴ de los alimentos.	✓		✓		✓		
22	Los tapers deben ser seguros, con cierre hermético y de fácil limpieza.	✓		✓		✓		
23	Apenas se llega a la casa, guardar los tapers hasta el día siguiente.	✓		✓		✓		
24	Los alimentos calientes tienen que llegar fríos al recreo.	✓		✓		✓		

EXPERTO 3

FORMATO DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

Nivel de Conocimiento y Actitud de las Madres Sobre Loncheras Saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.

I. RESUMEN

El trabajo de investigación tiene un enfoque cuantitativo y descriptiva, cuyo objetivo fue "Nivel de Conocimiento y Actitud de las Madres Sobre Loncheras Saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021.". Se trabajó con una muestra de 62 madres de lactantes menores. Su soporte teórico se encuentra sustentado en los conceptos del Modelo de la "Promoción de la Salud" Nola Pender, la que se basa principalmente en los comportamientos humanos relacionados con la salud y, a su vez, orienta hacia la generación de conductas saludables, en el cual intervienen varios factores, como las características personales y sus experiencias, conocimientos, costumbres, creencias y aspectos ambientales. Se utilizó el instrumento "nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables, actitudes maternas frente a las loncheras saludables", el cual está dividido en cinco dimensiones: Preparación de lonchera, Contenido de lonchera, conservación de alimentos en lonchera, Predisposición a preparación de lonchera, Valor nutricional de lonchera. Este instrumento fue validado por 3 enfermeras(os) profesionales expertos, luego se aplicó a una muestra piloto de 10 madres y se le sometió a la prueba de confiabilidad a través del cálculo del coeficiente de alfa de Cronbach y por último se aplicó a toda la muestra.

II. VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

A. DATOS INFORMATIVOS DEL PARTICIPANTE

1. Apellidos y nombre del informante (experto): Elizabeth Villanueva Ramirez
2. Grado académico: Superior
3. Profesión: Enfermera
4. Institución donde labora: P.9 Palmira
5. Cargo que desempeña: Asistencial EANI - CREO.
6. Autor del instrumento: Juana María Alvarado Salazar
7. Nombre del instrumento: "Conocimiento Materno sobre loncheras saludables"
Actitudes maternas frente a las loncheras saludables"

CERTIFICADO DE VALIDEZ QUE MIDE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO MATERNO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES

Nº	DIMENSIONES / Items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
PREPARACIÓN DE LA LONCHERA								
1	En cuanto a los requerimientos nutricionales de los niños:	✓		✓		✓		
2	Con la preparación de una lonchera escolar saludable, se van a prevenir.	✓		✓		✓		
3	Cuando se acude a la tienda para comprar los alimentos para la lonchera, se recomienda:	✓		✓		✓		
4	En las medidas higiénicas para la preparación de la lonchera, hay que lavar:	✓		✓		✓		
5	¿Qué días se deben enviar las loncheras escolares?	✓		✓		✓		
6	Marque la afirmación correcta en cuanto al envío de lonchera de su niño:	✓		✓		✓		
7	Cuando no haya tiempo de preparar la lonchera, se debe:	✓		✓		✓		
8	En cuanto a la variedad de la lonchera, se refiere a:	✓		✓		✓		
9	Con la finalidad de favorecer el consumo total de los alimentos de la lonchera:	✓		✓		✓		
CONTENIDO DE LA LONCHERA								
10	La lonchera debe contener:	✓		✓		✓		
11	Se dice que los alimentos constructores tienen la función de:	✓		✓		✓		
12	Se consideran alimentos constructores:	✓		✓		✓		

13	¿Qué función cumplen los alimentos energéticos?	✓		✓		✓		
14	Estos alimentos también son energéticos, pero deben evitarse:	✓		✓		✓		
15	La evaluación del desempeño se realiza a todo el personal del establecimiento.	✓		✓		✓		
16	Los alimentos que se llaman reguladores tienen como funciones principales:	✓		✓		✓		
17	Señale los principales alimentos reguladores que deben considerarse en la lonchera de su hijo:	✓		✓		✓		
18	Las principales funciones de los alimentos hidratantes son:	✓		✓		✓		
19	Se consideran alimentos hidratantes:	✓		✓		✓		
20	Una temperatura adecuada de la lonchera aumenta la vida y disponibilidad de los alimentos.	✓		✓		✓		
21	Una temperatura adecuada de la lonchera aumenta la vida y disponibilidad de los alimentos.	✓		✓		✓		
22	Los tapers deben ser seguros, con cierre hermético y de fácil limpieza.	✓		✓		✓		
23	Apenas se llega a la casa, guardar los tapers hasta el día siguiente.	✓		✓		✓		
24	Los alimentos calientes tienen que llegar fríos al recreo.	✓		✓		✓		

CERTIFICADO DE VALIDEZ QUE MIDE ACTITUDES MATERNAS FRENTE A LAS LONCHERAS SALUDABLES

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
PREDISPOSICIÓN A PREPARACIÓN DE LA LONCHERA								
1	Muchas veces se siente con desganado para preparar la lonchera.	✓		✓		✓		
2	La lonchera reemplaza al desayuno o almuerzo.	✓		✓		✓		
3	Se deben hacer que los niños participen en la organización y preparación de su lonchera.	✓		✓		✓		
4	La madre debe acudir sola a la tienda a comprar los alimentos para la lonchera, a los niños no los debe llevar.	✓		✓		✓		
5	Cuando la madre no tenga tiempo de preparar la lonchera, debe dar dinero al niño para que compre en el quiosco del jardín.	✓		✓		✓		
6	La madre debe organizar con tiempo la lonchera	✓		✓		✓		
7	Como la lonchera no es una comida, se debe enviar cuando haya tiempo.	✓		✓		✓		
8	No se recomienda dar dinero al niño para que compre en el quiosco a la hora de recreo.	✓		✓		✓		
9	Todos los días se debe enviar los mismos alimentos, para ahorrar tiempo y dinero.	✓		✓		✓		
10	La organización de la lonchera debe ser divertida, por ejemplo, enviar pan de figuras.	✓		✓		✓		
11	La madre debe entender que la lonchera debe ser bastante para que llene el estómago del niño hasta la hora que regrese a casa.	✓		✓		✓		
VALOR NUTRICIONAL DE LA LONCHERA								
12	La lonchera debe contener toda clase de alimentos saludables, uno por cada grupo	✓		✓		✓		
13	La lonchera debe contener también algunos alimentos "chatarra" porque favorecen el crecimiento de los niños.	✓		✓		✓		
14	El batido de frutas contribuye a la formación de músculos en los niños.	✓		✓		✓		
15	Se puede enviar un pan con mortadela, hot dog o chorizo, acompañado con papas fritas.	✓		✓		✓		
16	El huevo es muy beneficioso para el crecimiento de los niños.	✓		✓		✓		
17	No se recomienda enviar vaso de quinua o linaza en las loncheras, porque es más para adultos.	✓		✓		✓		
18	Una lonchera debe contener alimentos que den energía y fuerzas al niño para que pueda correr, estudiar, jugar.	✓		✓		✓		
19	Las frutas no deben faltar en las loncheras.	✓		✓		✓		



20	Se debe enviar yogurt envasado con cereales en reemplazo a la leche, porque a los niños le gusta más.	✓		✓		✓		
21	De vez en cuando se puede enviar gaseosas, galletas, golosinas o kekes en la lonchera.	✓		✓		✓		
22	Una opción saludable, es enviar algunas veces pan con palta en la lonchera.	✓		✓		✓		
23	En la lonchera no deben faltar la mayonesa y el ketchup para dar sabor a los alimentos.	✓		✓		✓		
24	Las vitaminas sólo se encuentran en el brócoli, zanahoria, tomate, lechuga, espinaca, fresa, mandarina, piña y plátano.	✓		✓		✓		
25	Las frutas se deben enviar enteras o en trozos, pero sin cáscara.	✓		✓		✓		
26	Las gaseosas aportan buen porcentaje de agua y minerales al organismo del niño.	✓		✓		✓		
27	Los chizitos, las papitas lays, los tortees tiene vitaminas porque están hechos en base a harina de trigo y maíz.	✓		✓		✓		
28	Los alimentos hidratantes aportan el líquido perdido durante las actividades del niño.	✓		✓		✓		
29	El pescado aporta una buena cantidad de líquidos al niño.	✓		✓		✓		
30	Los alimentos "chatarra" tiene regular valor nutritivo.	✓		✓		✓		
31	Una opción para hidratar al niño son las limonadas, agua de ciruela o infusión de toronjil, pero bajos o nada de azúcar.	✓		✓		✓		
32	Se puede enviar, algunas veces, jugos o yogurt envasados, pero bajos en azúcar.	✓		✓		✓		
33	Agua no se debe enviar porque sus amigos se burlarían por no tener dinero para comprar jugos envasados.	✓		✓		✓		

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Martes 15 de Marzo del 2021

Firma del evaluador
DNI 42213331

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS

Tabla 4

Pruebas de validez y confiabilidad del cuestionario de nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables.

Pruebas estadísticas	Parámetros	Resultados
V de Aiken	Coeficiente	1 (0,7 – 1)
KMO de adecuación de muestreo	Coeficiente	0,28
Prueba de esfericidad de Bartlett	X ² Aproximado	387,01
	Grados de libertad	276
	Significancia (p valor)	0,00001
Prueba de confiabilidad alfa de Cronbach	Alpha standard	0,70

Cronbach ($\alpha = 0,70$), en el cual valores mayores a 0,7 indican buena confiabilidad. Todos los análisis se realizaron a través del lenguaje de programación R en su versión 4.0.2. KMO (Coeficiente de Kaiser-Meyer-Olkin).

Parámetro estadísticamente significativo $p < 0.05$

Gráfico 5

Matriz de correlaciones del cuestionario de nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables

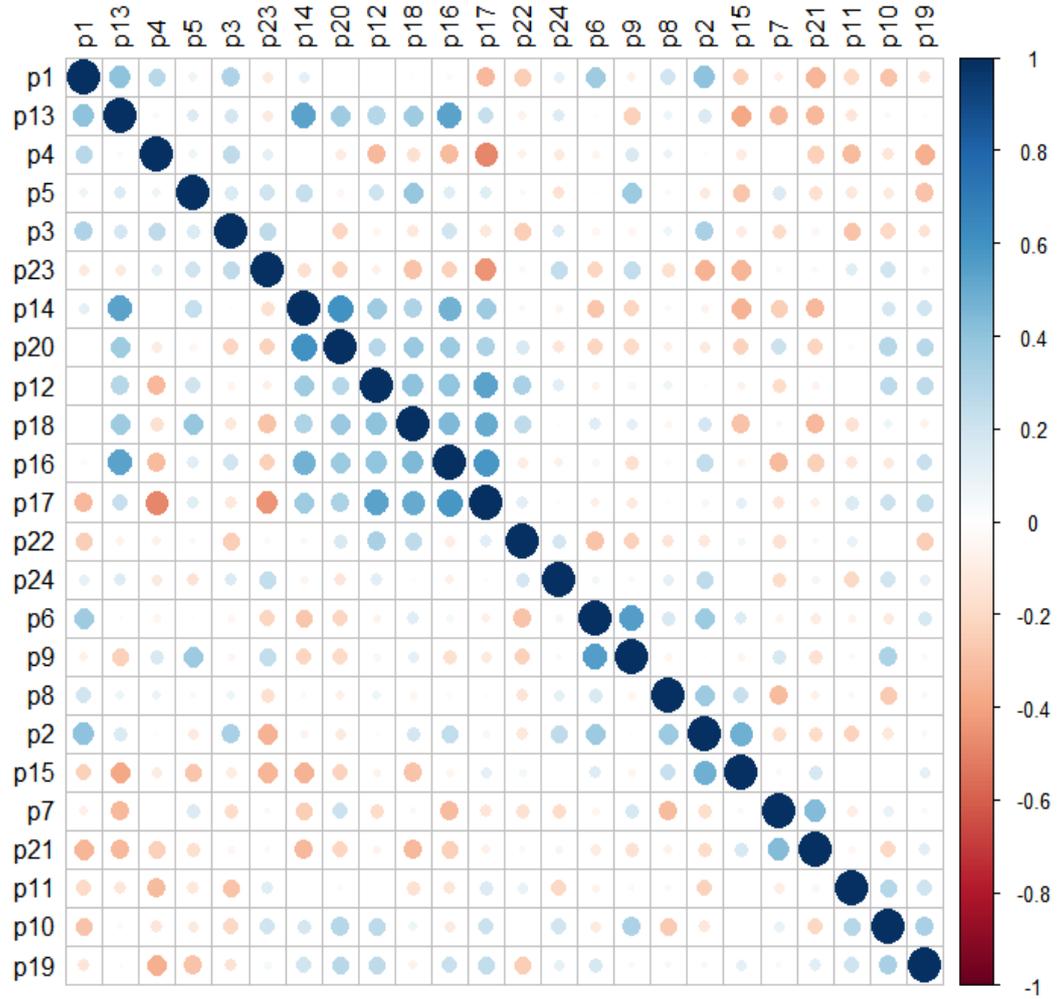


Tabla 5

Pruebas de validez y confiabilidad del cuestionario actitudes maternas frente a las loncheras saludables

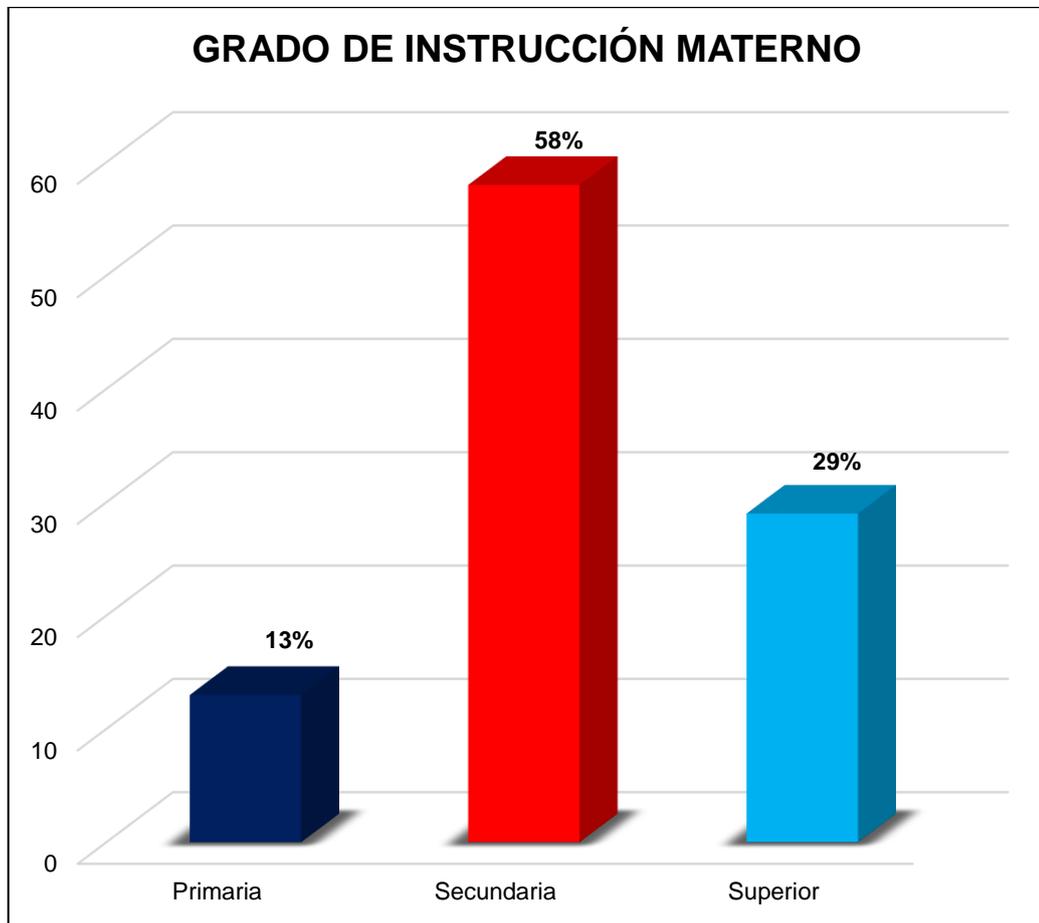
Pruebas estadísticas	Parámetros	Resultados
V de Aiken	Coeficiente	0,83 (0.32 – 0,68)
KMO de adecuación de muestreo	Coeficiente	0,50
Prueba de esfericidad de Bartlett	X ² Aproximado	3441,69
	Grados de libertad	528
	Significancia (p valor)	2.22 x 10 ⁻¹⁶
Prueba de confiabilidad alfa de Cronbach	Alpha standard	0,69

Cronbach ($\alpha = 0,69$), en el cual valores mayores a 0,7 indican buena confiabilidad. Todos los análisis se realizaron a través del lenguaje de programación R en su versión 4.0.2. KMO (Coeficiente de Kaiser-Meyer-Olkin).

Parámetro estadísticamente significativo $p < 0,05$

gráfico 6

Pruebas de validez y confiabilidad del cuestionario actitudes maternas frente a las loncheras saludables



ANEXO 7. CONSENTIMIENTO INFORMADO

Acepto participar en el estudio: “Nivel de Conocimiento y Actitud de las Madres Sobre Loncheras Saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021”

Yo.....,
Identificada con DNI N°, domiciliada
en

Declaro que:

He leído la hoja de información que se me ha entregado.

He podido hacer preguntas sobre el estudio.

He recibido suficiente información sobre el estudio.

He hablado con las investigadoras, Bach. Juana Marilia Alvarado Salazar, recibiendo la información necesaria del estudio.

Comprendo que mi participación es libre y voluntaria.

Comprendo que puedo retirarme del estudio:

1. Cuando quiera.
2. Sin tener que dar explicaciones.
3. Sin que esto repercuta en los estudios de mi hijo.

Por lo tanto, doy libremente mi conformidad para participar en el estudio, firmando el presente Consentimiento.

Apellidos y Nombres de la madre participante	
DNI:	Firma

ANEXO 8. FOTOS



ANEXO 9. CÁLCULO DE LA MUESTRA

$$\mathbf{n} = \frac{\mathbf{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}}{\mathbf{E^2 (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}}$$

Donde:

N = 416 madres de niños de inicial.

Z₂ = Nivel de Confianza (1,96).

p = Proporción de Unidad (0,05)

q = Proporción o Resto Aritmético de p (0,95)

E₂ = Error de Estimación (5%).

Entonces:

$$n = \frac{(1,96)^2(0,05) (0,95) (416)}{(0,05)^2(416-1) + (1,96)^2(0,05) (0,95)} = \frac{75,91}{1,22} = 62,2 \sim 62$$

Por tanto, la muestra será de 62 madres de niños preescolares de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa de Huaraz.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, FAJARDO VIZQUERRA LEYDI SUSAN, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - CALLAO, asesor de Tesis Completa titulada: "Nivel de Conocimiento y Actitud de las Madres Sobre Loncheras Saludables de la Institución Educativa Inicial Nicrupampa, Huaraz – Perú, 2021", cuyo autor es ALVARADO SALAZAR JUANA MARILIA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 22.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis Completa cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 24 de Noviembre del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
FAJARDO VIZQUERRA LEYDI SUSAN DNI: 71977614 ORCID: 0000-0003-4692-0518	Firmado electrónicamente por: LFAJARDOV el 24- 11-2022 17:23:30

Código documento Trilce: TRI - 0453293