



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHOS Y HUMANIDADES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL

La dieta infantil y aprendizajes de niños de 5 años de una
Institución Educativa Pública de San Juan de Lurigancho ,2021

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Educación Inicial

AUTORAS:

Pantoja Huanay, Jackeline (orcid.org/0000-0003-1159-8610)

Quispe Ninamango, Lizet Heydi (orcid.org/0000-0003-0835-7437)

ASESOR:

-

Mgtr. Mescua Figueroa, Augusto Cesar (orcid.org/0000-0002-6812-2499)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA – PERÚ

2021

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación lo dedicamos, en primer lugar, a Dios, por permitirnos llegar hasta esta etapa, y en segundo, lo dedicamos a nuestros padres por apoyarnos económicamente y emocionalmente. Finalmente, dedicamos a los maestros que nos compartieron sus conocimientos, enseñanzas y sus experiencias para lograr nuestros objetivos anhelados.

AGRADECIMIENTO

Primeramente, agradecer a Dios por concluir nuestros estudios y al profesor Mg. César Mescua Figueroa, por su apoyo, paciencia y guía durante estos años como también a nuestras familias por su gran apoyo, por su confianza infinita y por buscar una buena educación para nosotras, para así poder ser una profesional en la vida.



Declaratoria de Originalidad de los Autores

Nosotros, PANTOJA HUANAY JACKELINE, QUISPE NINAMANGO LIZET HEYDI estudiantes de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES de la escuela profesional de EDUCACIÓN INICIAL de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "LA DIETA INFANTIL Y APRENDIZAJE EN NIÑOS DE 5 AÑOS DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA DE SAN JUAN LURIGANCHO, 2021", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
PANTOJA HUANAY JACKELINE : 74147172 ORCID: 0000-0003-1159-8610	Firmado electrónicamente por: PJPANTOJAP el 29-12- 2021 19:27:42
QUISPE NINAMANGO LIZET HEYDI : 70106294 ORCID: 0000-0003-0835-7437	Firmado electrónicamente por: HLQUISPEQ el 29-12- 2021 19:44:15

Código documento Trilce: INV - 0633861



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL**

Autorización de Publicación en Repositorio Institucional

Nosotros, PANTOJA HUANAY JACKELINE, QUISPE NINAMANGO LIZET HEYDI identificados con DNIs N° 74147172, 70106294, (respectivamente) estudiantes de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES y de la escuela profesional de EDUCACIÓN INICIAL de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, autorizamos (X), no autorizamos () la divulgación y comunicación pública de nuestra Tesis: "LA DIETA INFANTIL Y APRENDIZAJE EN NIÑOS DE 5 AÑOS DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA DE SAN JUAN LURIGANCHO, 2021".

En el Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo, según esta estipulado en el Decreto Legislativo 822, Ley sobre Derecho de Autor, Art. 23 y Art. 33.

Fundamentación en caso de NO autorización:

SAN JUAN DE LURIGANCHO, 29 de Diciembre del 2021

Apellidos y Nombres del Autor	Firma
PANTOJA HUANAY JACKELINE DNI: 74147172 ORCID 0000-0003-1159-8610	Firmado digitalmente por: PJPANTOJAP el 29-12-2021 19:27:33
QUISPE NINAMANGO LIZET HEYDI DNI: 70106294 ORCID 0000-0003-0835-7437	Firmado digitalmente por: HLQUISPEQ el 29-12-2021 19:44:11

Código documento Trilce: INV - 0633863

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA	
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DE LOS AUTORES	v
ÍNDICE DE TABLAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	12
3.1 Tipo y diseño de investigación	12
3.2 Categorías, subcategorías y matriz de categorización	12
3.3 Escenario de estudio	14
3.4 Participantes	14
3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	14
3.6 Procedimiento	14
3.7 Rigor Científico	14
3.8 Método de análisis de datos	15
3.9 Aspectos éticos	15
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	16
V. CONCLUSIONES	19
VI. RECOMENDACIONES	20
REFERENCIAS	21
ANEXOS	23

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de categorización

13

RESUMEN

La presente investigación sostuvo la finalidad de determinar el conjunto de diversas costumbres nutricionales (la dieta alimenticia) de los alimentos brindados a los infantes de una Institución Educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho, 2021. Este estudio se desarrolló desde el enfoque de tipo básica, se implementó el método fenomenológico y se realizó una entrevista a través de una guía de preguntas en profundidad a cinco padres de familia los cuales fueron los participantes. Por lo tanto, los resultados obtenidos fueron que, cada padre de familia se ingenia individualmente en brindar una buena alimentación a sus hijos; algunos padres no tienen la información y el tiempo necesario por lo que no asisten a programas de nutrición, además suelen consumir alimentos de las ollas comunes. Cabe recalcar que hay padres que refuerzan su alimentación para fortalecer la memoria de sus hijos dándoles alimentos como; pescado, brócoli, aguacate, arándanos entre otros alimentos que fortalecen la memoria. Además, se determinó que ciertos alimentos contienen proteínas y otros nutrientes los cuales van a influir eficazmente en el aprendizaje. Algunos infantes no tuvieron una dieta balanceada, llegan a tener una alimentación con escasez de verduras, frutas y proteínas. Y así obteniendo puntajes educativos inferiores a la de sus compañeros o, incluso, hasta llegaron a repetir los cursos.

Palabras clave: Nutrición, dieta, aprendizaje.

ABSTRACT

The purpose of this research was to determine the nutritional diet and evaluate the proteins in the food provided to infants in a public educational institution in the district of San Juan de Lurigancho, 2021. This study was developed from the basic type approach, the phenomenological method was implemented and an interview was conducted through a guide of in-depth questions to five parents who were the participants. Therefore, the results obtained were that, each parent is individually ingenious in providing good nutrition to their children; some parents do not have the necessary information and time so they do not attend nutrition programs, also they tend to consume food from common pots. It should be noted that there are parents who reinforce their diet to strengthen their children's memory by giving them foods such as fish, broccoli, avocado, blueberries, among other foods that strengthen memory. It was concluded that certain foods contain proteins and other nutrients which influence learning. Some infants do not have a balanced diet, having a diet with a shortage of vegetables, fruits and proteins. And thus obtaining lower educational scores than their peers or even repeating grades.

Keywords: Nutrition, diet, learning.

I. INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo se investigó la dieta infantil y los aprendizajes de niños de 5 años de una Institución Educativa Pública de San Juan de Lurigancho, 2021, es por ello que se debe tener en cuenta que la dieta infantil aporta una alimentación adecuada para el infante, contribuyendo con su aprendizaje siendo este el proceso mediante el cual se adquiere conocimientos.

Así mismo, el presente estudio de investigación estuvo dirigida al análisis de los comportamientos alimenticios del infante. Por ende, en este periodo se encontró varios inconvenientes de salud, entre ellos, los relacionados con la desnutrición, sobrepeso y obesidad. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF 2019) ha informado que, por lo menos, un número de infantes de cinco años padecieron de malnutrición o sobrepeso, mientras que un número de dos infantes padecieron antojo oculto de comidas chatarras, lo que afectó la función de millones de infantes para desarrollar y expandir su capacidad intelectual.

Ante ello, Bernabéu (2019) mencionó que alrededor del 30% de la población mundial experimentó alguna forma de malnutrición, además que la malnutrición que se vinculó con el 55% de las muertes en bebés.

La malnutrición crónica y la anemia en la niñez son graves problemas de la salud pública, cuyos efectos se presentaron a lo largo de todo el ciclo vital y que afectó, fundamentalmente, a las poblaciones pobres o en situaciones extremas de pobreza. Sánchez (2012) indicó que la malnutrición crónica en los infantes es uno de los principales problemas de Salud Pública en el Perú.

Consecuentemente, de ahí nació la necesidad de enfrentar la malnutrición crónica, ya que tiene efectos negativos, con alta posibilidad de ocurrir enfermedades o muertes en los infantes de cinco años, por lo que a largo plazo afecta el desarrollo escolar y el nivel de trabajo resultando pérdidas monetarias en las familias y la sociedad en general. De igual manera, Navarrete (2016) indicó que, en el distrito de San Juan de Lurigancho, la mala nutrición afectó a niños de 5 años en un 28.5%, donde hubo niños que se enfermaron por no tener una alimentación adecuada. Asimismo, hubo un monitoreo constante por parte del Ministerio de Salud.

De acuerdo con Torres (2014), la infancia es la etapa de la vida que tiene

mayor relevancia, ya que en ella se producen cambios en forma constante, por lo tanto, se consideró el valor del consumo de alimentos infantiles. Gracias a una nutrición sana, balanceada y completa, se consigue un mejor desarrollo físico e intelectual.

Dado que, la alimentación se ajusta a la capacidad de alimentación del niño, por lo que requiere seleccionar y añadir ciertos tipos de alimentos que contengan proteínas, vitaminas, hierro y calcio. En gran parte, la nutrición saludable es una preocupación de gran índole de progenitores, ya que ellos son los encargados de asegurar el progreso y el desarrollo de sus habilidades. En consecuencia, una buena alimentación infantil reduce el riesgo de enfermedades y al mismo tiempo, mejora el desarrollo cognitivo.

Según Bekia (2016), las proteínas se hallan en diferentes alimentos y es bastante imprescindible que el consumo no se limite a uno o dos tipos de ellas. En este sentido, existen alimentos que tienen alto nivel de proteína como la carne de ave, de ternera, el pescado, la leche, los huevos, el queso, los yogures, los frutos secos, los cereales (avena, cebada, trigo) y las legumbres (soya, frijoles, lentejas y garbanzos).

Arteaga (2019), detalló que la nutrición es esencial e importante para el desarrollo intelectual y el desarrollo físico. Ya que algunos infantes no tienen una dieta balanceada, y llegan a tener una alimentación con escasez de verduras, frutas y proteínas. De tal manera, tienen un bajo rendimiento escolar y, en algunos casos, hasta llegan a repetir los cursos.

Ramos (2019) manifestó que las proteínas conforman la materia prima celular que lleva a cabo el desarrollo de tejidos y músculos, así como diferentes sustancias químicas activas. Por ello, el acto de conceder al cuerpo alimentos, es un proceso consciente y voluntario, ya que la calidad de alimentos ingeridos es dependiente del entorno económico, cultural y conocimiento de los individuos.

Por otro lado, Ordóñez y Zárate (2012) detallaron que los alumnos de bajos recursos padecen de desnutrición y muestran signos de enfermedades, manifestándose en los índices relacionados en el cuerpo, asimismo resultando estar por debajo de los promedios clásicos como, la talla baja o insuficiencia ponderal para la estatura y escasa grasa subcutánea, componentes que influyen en el desarrollo estudiantil, la deserción escolar y el nivel de salud en los estudiantes.

Asimismo, Ñaupari (2017) indicó que el conocimiento y la experiencia de las madres sobre ingesta de alimentos de los infantes, es reconocido como el grupo de información muy importante de la familia, ya que estos son adquiridos por medio de la vivencia y los programas de salud que brinda el estado o un ente particular. Estos aprendizajes e ideas deben ser claros, exactos, ordenados y acumulativos por la mamá. Por el hecho de que ellas son las responsables de tener a sus hijos bien alimentados y con un buen rendimiento escolar.

Por lo tanto, Díaz (2012) detalló que una dieta balanceada debería tener el 50% de proteínas de procedencia animal, por contener todos los aminoácidos fundamentales y el 50% de proteínas de procedencia vegetal como legumbres, frutos secos, cereales. Estos porcentajes es para no incrementar el costo biológico de estos alimentos, por lo que para su consumo se recomienda la posibilidad de combinar legumbres con cereales en la misma comida, porque sus aminoácidos se complementan.

El rechazo de ciertos alimentos es habitual en los niños de 5 años, cuando estos empiezan a desarrollar hábitos y preferencias alimentarios; sin embargo, estas serán preocupantes para los padres, pues será muy probable que tengan efectos a largo plazo sobre la salud de los preescolares, porque no hay ningún alimento propio que sea importante para el desarrollo del infante. Por eso, es importante enseñar la buena cultura de alimentación sana.

En correlación con lo escrito anteriormente, se plantearon las siguientes preguntas enfocadas al tipo cualitativo que ayudaron a profundizar el tema: ¿Qué alimentos incorporan los padres de familia en la dieta diaria del niño de 5 años? ¿Qué alimentos incluye en la lonchera del niño de 5 años? ¿Cómo beneficia en el aprendizaje la dieta alimenticia del niño de 5 años?

La presente investigación expuso las siguientes justificaciones, en el nivel teórico obedeció el poder analizar el conocimiento que tienen los padres sobre la dieta alimenticia infantil, en base al resultado pudo brindar la recomendación para el mejoramiento de las variables como su aspecto dimensional contribuyendo en similitud de las teorías. La práctica pudo permitir la realización de las propuestas para un mejoramiento de la dieta alimenticia en los infantes y compartir información con las madres de familia, de este modo ayudó a lograr una calidad de educación donde el factor es la buena salud junto a una adecuada y buena alimentación. Por ello los padres fueron los principales responsables de

que sus hijos estén bien alimentados y activos en plena clase para así tener un buen rendimiento académico.

La metodología de la investigación contribuyó con el instrumento de guía de entrevista a los padres de la institución educativa, con el análisis de las variables en el presente estudio, donde mediante el resultado que se obtuvo se realizó las discusiones y conclusiones, lo cual sirvieron como contribución futura a los demás investigadores.

El siguiente estudio se desarrolló contando con la participación de las madres de familia y los infantes de preescolar de la IE San Juan de Lurigancho, teniendo como objetivo general analizar el conocimiento que tienen los padres sobre la dieta alimenticia de los infantes de 5 años de edad. Los objetivos específicos van a determinar los alimentos que incorporan los padres de familia en la dieta infantil diaria del niño de 5 años, identificar los programas alimentarios en lo que participa en beneficio del niño, describir los alimentos que incluye en la lonchera y determinar los beneficios de la dieta alimenticia en el aprendizaje del niño de 5 años.

II. MARCO TEÓRICO

La constante investigación en ciertas bases de datos referente al tema tratado que, por cierto, es interesante, y, debido a ello, se detalló sobre las proteínas y la dieta infantil en niños de 5 años en el jardín San Juan de Lurigancho, para lo cual, se adquirió algunas investigaciones, de nivel nacional e internacional, relacionadas con el tema de estudio.

Alimentarnos correctamente es parte de un estilo de vida saludable, que podrá mantener, fortalecer y tener un mejoramiento del estado de la salud. Adoptando hábitos alimenticios saludables, se podrá controlar un crecimiento de enfermedades no transmisibles como la diabetes o los cardiovasculares, diversos tipos de cáncer, entre otras. Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018).

Como antecedentes nacionales se evidenció a Montalban (2018) quien tuvo como su problemática investigar los hábitos diarios y la educación nutricional de madres adolescentes de niños preescolares de 2 a 5 años. El método de investigación fue descriptivo cualitativo por lo cual involucró a ocho madres adolescentes, que llegaron a utilizar sin ningún problema los métodos de muestreo debido a la saturación de información, así mismo se utilizó entrevistas semiestructuradas y respuestas abiertas, la exploración de participantes fue exitosa para desarrollar la entrevista. Como resultado de verificación con madres adolescentes, garantizó la seguridad alimentaria en los niños con comidas balanceadas, preparando loncheras nutritivas y manejando minuciosamente la higiene de los alimentos. Se concluyó que las madres de los adolescentes tienen una gran responsabilidad de brindarles una nutrición adecuada, promoviendo el desarrollo y el crecimiento limitando el sedentarismo.

Según Cabrera (2020), se busca determinar hábitos de alimentación complementaria y conocimientos nutricionales de las madres para sus hijos de 0 a 5 años de edad. Este estudio tuvo un enfoque interpretativo y cualitativo, la muestra estuvo compuesto por siete madres de lima norte. La muestra fue no probabilística y pudo determinarse por la saturación de información. Teniendo como resultado que la práctica de alimentación fue deficiente en la constancia y cantidad de los alimentos en base del predominio de la formulación láctea, con la existencia del temor y la dificultad en la técnica de alimentación con elaborar el alimento debido a la experiencia, además se evidenció que los factores

distractores como el televisor y el uso del celular durante la alimentación podrá afectar el proceso Intelectual y el interés por los alimentos. Además, Se concluye que la falta de práctica en la alimentación complementaria y el conocimiento limitado de las madres pueden dar lugar a desequilibrios nutricionales y pueden afectar la salud del infante. El déficit de conocimiento al combinar o variar los alimentos se demostró durante el proceso de los lactantes.

Como antecedente internacional se incluyó a la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017) realizó una investigación sobre la alimentación saludable, en lo cual tuvo como objetivo conocer las diferentes actitudes del infante frente a la alimentación que tienen en su edad escolar, conociendo así sus prácticas. Esta investigación usó el método de estudio tipo descriptivo observacional. Para ello participaron 530 estudiantes, en cuanto a los instrumentos se utilizó el cuestionario, lo cual fue sometido a un proceso de validación por medio de un juicio de expertos especializados en nutrición. De acuerdo al test que se llevó a cabo, tuvo como resultado, el 37.6% presentaron una nutrición correcta y los padres de familia tuvieron conocimiento sobre ello, evidenciando, de esta manera, la ausencia de educación nutricional, el 14. 1% de padres de familia contestaron correctamente cuál es el bajo consumo de alimentos de sus hijos, el 52 % pudieron contestar las preguntas sobre la alimentación y proteína. Finalmente, las conclusiones fueron que la mayoría de padres de familia dijeron que sus hijos consumen alimentos sólidos y bebidas durante el horario de recreo.

Según Guerrero (2016), realizó un estudio sobre cómo iba la alimentación en niños durante su aprendizaje y es por ello que utilizó un método de enfoque cualitativo y una investigación descriptiva para examinar el estado nutricional de los lactantes, su población de estudio estuvo conformada por 52 padres y 60 lactantes. Los resultados fueron una prueba de las fallas en la forma en que fueron criados nuestros hijos en Tisareo. Por eso elaboró una guía de nutrición para cada etapa de la vida y un taller con recetas de nutrición infantil para todas las edades. Por ello, decidió que podía contribuir a mejorar la nutrición a través de esa guía. Además, incluye diversas técnicas y objetivos sobre el potencial de la alimentación y la nutrición para fortalecer los aspectos físicos y mentales del infante.

Flores (2019) realizó un estudio destinado a comprender la condición de los niños. De esta manera, observó cómo los nutrientes y aminoácidos aportan muchos beneficios en su desarrollo de aprendizaje. El método que utilizó fue descriptivo, 50 estudiantes también participaron en un instrumento para medir su nivel de desarrollo. Según los exámenes realizados, el 80.2% de los niños eran normales y no tenían ningún problema en su alimentación, pero el 16% presentaban problemas de desnutrición, es por ello que a las madres de familias de esos estudiantes se le entregaron unas pautas de como alimentar a sus hijos indicándoles que cada proteína que se encuentra en los alimentos es muy importante para su cuerpo.

Pérez (2020) realizó una investigación de las proteínas; sin embargo, tuvo como objetivo general formar y desarrollar el organismo del niño, así pues, se localiza en los alimentos de origen animal. En cuanto al método fue de tipo descriptivo. Se obtuvo la participación de la mayoría de estudiantes, con respecto a la herramienta utilizada para medir la etapa nutricional. De acuerdo al test que se efectuó, tuvo como resultado que el 20% tuvieron baja alimentación y nutrientes. De tal manera, se pudo inferir que el estudio de este cambio permitió la valoración de las calidades como fármacos, además, la empleabilidad de diversas técnicas del análisis del dato multivariante que va a permitir un estudio del dato completo, siendo este procedente del análisis de mAb y proteínas de fusión.

Restrepo (2003) tuvo como objetivo determinar las percepciones de las escuelas, es por ello que hizo un llamado tanto como a maestros y a diferentes padres de familias para ver el estado nutricional en que se encontraba cada niño. Participaron 29 niños, 16 madres y 12 docentes del establecimiento. El estudio concluyó que se identificó un ambiente inadecuado con altos niveles de violencia social y se desarrollaron diferentes estrategias de vida para abordar la situación nutricional en escuelas y hogares.

Por lo tanto, se concluyó que la ejecución de la estrategia escuela saludable, fue una motivación a la plana docente, escolares y padres de familia en relación con la alimentación.

Jimbo (2015) realizó un estudio con el objetivo de determinar el índice de desnutrición en el proceso psicomotor de los infantes. La investigación realizada fue descriptiva, prospectiva, cualitativa y transversal, tomando como muestra el

centro de desarrollo infantil “José Carrión Mora”. Por lo tanto, la población estuvo compuesta por 110 niños, incluidos 39 hombres y 21 mujeres, y el modelo fue generado por 60 niños con base en los criterios de inclusión y seleccionados por método aleatorio. El mismo que utilizó como técnica para recolección de datos, de este estudio se derivó a elegir a 60 infantes y como primer paso se tuvo que difundir una comunicación con la directora de la Institución Educativa. Por lo que tuvo como resultado que, el 28.3% de una nutrición inadecuada, tienen retraso en el incremento psicomotor, también se va a precisar que un 43.3% de la población infantil son desnutridos, 10 % son obesos y el 8.3% tienen sobrepeso. Por último, se llegó a la conclusión de que en el centro de desarrollo infantil existe una nutrición inadecuada con mayor porcentaje, además el sexo más afectado por la nutrición inadecuada fue el masculino.

Aldana (2017) mencionó sobre la alimentación en niños de 5 años, el cual tuvo como objetivo reconocer y detallar un elemento cognitivo de la conducta de la madre con respecto a la nutrición adecuada en niños. Se observó que un 42.2% de las madres demostraron un rango de noción regular, un 69.2% una conducta perjudicial y el 64.1% prácticas inapropiadas. Su población fue de 64 madres de familia con sus niños. Por último, se concluyó que la mayoría de madres tenían un conocimiento favorable sobre alimentación saludable.

Mora (2018) detalló sobre la atención en niños de 5 años, cuyo objetivo es definir diferentes estrategias para que el niño tenga una buena atención en su rendimiento escolar, donde muestran que en los programas los niños producen beneficios mediante su desarrollo cognitivo y preparación escolar, el tipo de evaluación es una encuesta de enfoque cualitativo, su población es de 253 infantes preescolares, donde tuvo como resultado, según el test, que el 67% de ellos participaron en talleres y el 33% no estuvo en ningún taller. Para ello, se llegó a la conclusión que existieron familias vulnerables que se comprometieron a mejorar su vida, y estar más con sus niños.

Rivero (2020) explicó, en su investigación, sobre los hábitos alimenticios en niños de 5 años, cuyo objetivo fue determinar cómo iba su alimentación y de qué manera se desarrollaba sus estrategias, por lo que la investigación fue cuantitativa, diseño de corte transversal no experimental, tuvo como población 40 niños y niñas, y usó como técnica la encuesta que se realizó a las personas, así mismo, se tuvo como resultado que del 100% de niños fueron beneficiarios,

el 33% tiene hábitos inadecuados y el 67% adecuados. Para ello se llegó a la conclusión que no existe relación con respecto a las rutinas alimenticias y la etapa de nutrición de los infantes.

Por lo tanto, a continuación, detallamos las bases teóricas relacionadas con el tema de investigación donde, Coser (2020) manifiesta que la proteína, en los niños, son pequeños macronutrientes que ayudan mucho en la dieta infantil, desde que nacen se alimentan de la leche materna, donde están todos los nutrientes que requieren para que tengan un crecimiento adecuado, y así no tengan inconvenientes en su crecimiento y puedan lograr sus capacidades y desempeños. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) va a recomendar la lactancia materna en el primer año de edad, el infante puede tomar como apoyo fórmulas para recién nacidos, de esta forma obtendrá nutrientes que le ayudarán en su desarrollo e incremento intelectual.

Por consiguiente, Caraballo (2019) indicó que la alimentación es importante para un crecimiento, social, psíquico y físico. Tener una alimentación saludable es relevante para un desarrollo óptimo, recomendando no usar excesivamente la grasa vegetal y comer como mínimo frutas y verduras cinco veces al día aproximadamente.

Por otro lado, como señala Guillen (2019) las funciones de las proteínas en su gran mayoría resultan muy variadas y fundamentales para el funcionamiento del organismo del infante, por lo que ellos permanecen en la fase estudiantil y, así mismo, conforman las construcciones celulares y hace viable las actitudes químicas, que controlan los procesos de los cuerpos, transportando así a las diferentes sustancias como oxígenos, hierro y micronutriente.

Según Bauer et al. (2012) que la memoria de los eventos pasados empieza a desarrollarse en los niños recién nacidos lo cual tiene grandes modificaciones en la etapa preescolar y durante el tiempo escolar. Por lo que el cerebro de todo ser humano requiere de nutrientes para que pueda desarrollar su formación y mantenimiento de sus funciones de aprendizaje. Las diversas células que conforman requieren alimentarse para llevar a cabo su papel en la compleja composición del cerebro.

Además, Según Gama (2020) el pilar fundamental para la vida son las proteínas, siendo estas moléculas que se pueden adquirir mediante los alimentos, además es una función relevante para el organismo. La determinación

de su concentración en una muestra biológica es considerada como una técnica básica que va a permitir la purificación de los componentes cuando se desea conocer la actividad principal de una determinada preparación enzimática para diagnosticar enfermedades.

Según Capote y Abreu (2020) el alimentarnos debe ser un acto de conocimiento y responsabilidad siendo este de carácter bio-psico-social, comprometiéndose a una promoción de cultura alimentaria con el objetivo de una transformación de conductas no favorables. Es trascendental tener el conocimiento de la composición de los diversos nutrientes que pueden aportarnos los alimentos, para la adecuada selección y así puedan conformar nuestro menú.

Según Capote y Abreu (2020) las proteínas es un compuesto orgánico complejo, teniendo una estructura base de cadenas de aminoácidos, conteniendo carbono, hidrógeno, oxígeno y nitrógeno. El componente principal de los órganos, los músculos y las glándulas son las proteínas, además, existiendo nueve aminoácidos siendo estas de gran importancia para una idónea nutrición.

Según Garzón et al. (2016) la dieta del infante debe de presentar una variación ya que se pueda conseguir un balance nutritivo y energético que persigue a una ingesta de alimentos, obteniendo, además, una tolerancia y aceptación de gran variedad de alimentos, fundamentalmente para la disposición de una sana dieta.

Es conveniente que los infantes puedan tener una variedad de sabores y estos no presenten restricción alguna con sus alimentos, además, no va a tener concordancia con el gusto o preferencia del infante ya que van a preferir una monotonía de texturas y sabores.

El alimento es considerado la fuente primordial de nutrientes y energía, lo que permite la realización de las funciones vitales de todo ser humano, incluyendo las funciones psíquicas, sociales y físicas. Se sugiere a los padres de familia que, al adquirir alimentos, opten por opciones más saludables, los manipulen de manera higiénica y consuman una cantidad adecuada y una variedad determinada de alimentos. (Hernández, 2006).

Consecuentemente Becerra y Toro (2021) mencionó que el conocimiento y las practicas sobre alimentación infantil que la madre, pueda adquirir o poseer,

depende de varios factores. Lo cual determinan que, mientras menor sea el grado académico de la madre, será mayor el número de infantes con inadecuado estado nutricional; por otro lado, las madres con mayor grado académico usan mejor la información, así mismo se determinó que las madres utilizan diversas formas de alimentación, lo cual se evidencia con los distintos ambientes ya sean económicas, laborales, costumbres, culturales y conocimiento que se diferencian según el nivel socioeconómico.

Según la Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la agricultura (2019) mencionó que las proteínas son constituyentes corporales e intervienen en todas las etapas vitales. Por lo tanto, después del agua, dichos nutrientes representan la más grande cantidad de los tejidos corporales. Un correcto consumo, combinado con una dieta balanceada en el infante, contribuirá al fortalecimiento muscular, a la estatura y al conveniente desarrollo del menor. Estos son los motivos por lo cual los infantes requieren consumir más proteínas que los adultos. Por lo que las proteínas conforman las bases para edificar los tejidos corporales (músculos, sangre, piel, huesos), en especial en las etapas de crecimiento.

Núñez (2019) la lonchera infantil es un grupo de nutrientes que proveen a los preescolares ya que conservan el desempeño intelectual y físico, que integran alimentos energéticos como; carbohidratos, grasas, y fibra como, por ejemplo: maní, palta entre otros. Además, que integren alimentos constructores que fomenta la formación de tejidos. Y por último las loncheras deben contener alimentos reguladores como son las verduras y frutas. Son alimentos indispensables que toda madre de familia debería dar a sus niños.

Por lo tanto, Según Gutiérrez (2017) el Programa de Alimentación Escolar Qali Warma, va a brindar una porción alimentaria en el tipo escolar de manera diaria a todos los usuarios de las IE (instituciones educativas), en función de sus características y el lugar donde se encuentran, con la contribución del incremento de la capacidad de la atención en clase, y poder aumentar la oportunidad que el infante permanezca y asista a las clases, generando también el hábito alimentario saludable.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

La investigación comprendió el enfoque cualitativo. Según Pérez (2017) argumenta que la investigación cualitativa estudia la verdad en su entorno natural y pretende comprender en profundidad cómo ocurrieron los hechos. Asimismo, la investigación fue de tipo básico con diseño fenomenológico, ya que tuvo como propósito realizar la recolección de datos a través de los padres que participaron en la investigación de forma voluntaria, cuyo propósito fue construir teorías y definiciones hermenéuticas.

3.2 Categorías, subcategorías y matriz de categorización

La presente investigación estuvo conformada por tres categorías y por cinco subcategorías, que fueron realizadas en una guía de preguntas

Tabla 1*Matriz de categorización*

Categoría	Subcategorías	Preguntas
Alimentación	Alimentación del Infante	¿Qué alimentos incorporas y consideras que deben estar presentes en el desayuno de su hijo? ¿Qué alimentos incorporas y consideras que deben estar presentes en el almuerzo de su hijo?
	Dieta infantil	¿Qué alimentos incorporas y consideras que deben estar presentes en la cena de su hijo? ¿Qué opinión tiene usted sobre la dieta infantil? Es necesario, ¿Por qué?
Rendimiento escolar	Aprendizajes	¿Qué alimentos considera usted relevantes en su alimentación saludable para que su hijo pueda lograr los aprendizajes? ¿Qué debe usted incorporar en la lonchera de su hijo para que tenga la energía necesaria para su cerebro en el momento de enseñanza - aprendizaje? ¿Usted cree que es importante asistir al programa de alimentación infantil? ¿por qué? ¿Usted y sus hijos comen en restaurantes o utilizan un servicio de las ollas comunitarias?
Programa de alimentación escolar	Participación alimenticia	¿Usted, como madre de familia, llegó a asistir a programas de alimentación que brinda Qali Warma? Comente su experiencia. Según las charlas de Qali Warma ¿Qué aspectos usted ha incluido en la alimentación de sus hijos? ¿Por qué?

Nota. La tabla muestra las preguntas en profundidad formuladas con base a la categoría y subcategoría.

3.3 Escenario de estudio

En la presente investigación se realizó vía plataforma zoom en una institución educativa pública, situado en el distrito de San Juan de Lurigancho del departamento de Lima, asimismo contó con una población de 80 padres de familia que llevaron a sus menores hijos a la institución educativa de nivel inicial de cinco años.

3.4 Participantes

La investigación tuvo como participantes a cinco voluntarios padres de familia que llevaron a sus hijos a la Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, los mismos que fueron las fuentes confiables de donde se obtuvieron la información mediante la entrevista en profundidad.

3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

A la vez, se utilizó el instrumento que vino a ser la guía de entrevista. Donde, según Díaz (2018) detalló que la guía de entrevista es una plática que se ofrece con un fin determinado y diferentemente al acto de conversar. Por lo que, es una herramienta técnica de gran utilidad en la indagación cualitativa, para recolectar información y datos requeridos por el entrevistador.

3.6 Procedimiento

Para realizar la entrevista virtual mediante la plataforma zoom, se les informó la finalidad de dicha investigación, mediante un documento de consentimiento informado. Por lo tanto, los padres que recibieron dicho documento informado, se le programó la entrevista a profundidad de acuerdo a sus tiempos.

3.7 Rigor Científico

Se arribó a profundizar en una determinada matriz de categorización apriorística, en consiguiente se estableció la consistencia lógica hacia una investigación, abstrayendo de manera inmediata los diversos conceptos e ideas que se pudo ubicar en las distintas fuentes de información aumentando ello un

porcentaje de credibilidad.

Cabe mencionar que Según Noreña (2012) qué el rigor científico es un concepto general y específico en el desarrollo de un proyecto de investigación que admite valorar la aplicación puntual y científica de los métodos de investigación, y de las técnicas de análisis para la elaboración y el procesamiento de los datos.

3.8 Método de análisis de datos

En la investigación realizada, se aplicó la técnica cualitativa siendo esta la entrevista que se realizó a los padres de familia, esta técnica ayudó a una inferencia de las variables estudiadas, además ayudó a obtener recomendaciones y determinadas conclusiones.

3.9 Aspectos éticos

La presente investigación se ha desarrollado teniendo en cuenta los criterios de la ética. De este modo, la investigación se elaboró siguiendo los protocolos respectivos, con mucho empeño y entusiasmo, sin la necesidad de copiar de otras fuentes. Con respecto a la entrevista, estas se realizaron según la voluntad de cada participante, ya que, en algunas cosas, estuvieron de acuerdo, inclusive antes de realizar la entrevista se les explicó sobre qué trataba. El objetivo de la siguiente investigación es poder aportar nuevos conocimientos.

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Continuando, se presentó el resultado de la investigación, por lo que tuvo como objetivo determinar la dieta alimenticia y evaluar las proteínas de los alimentos brindados a los niños de 5 años en una Institución Educativa Pública de San Juan de Lurigancho. En la entrevista realizada a los padres de familias se pudo observar que para tener una buena nutrición mucho dependen de cada uno de ellos ya que son los responsables de crear una buena cultura alimentaria en los niños a lo largo de su vida.

En cuanto a la segunda subcategoría la dieta infantil se vio que fueron los padres mismos que evaluaron las porciones de sus niños, dándose así un tiempo para ellos y hacer una receta de comidas diarias.

Continuando con la siguiente categoría el rendimiento escolar, lo cual tuvo como subcategoría la memoria donde se obtuvo que, la memoria fue algo que acompaña al infante desde el primer día de vida, lo cual se fue desarrollando a lo largo de su vida y se convirtió en un importante instrumento de acuerdo a sus diferentes actividades de la vida. De acuerdo con Bauer et al. (2012) mencionaron que la memoria de los eventos pasados empieza a desarrollarse en los niños recién nacidos lo cual tiene grandes modificaciones en la etapa preescolar y durante el tiempo escolar. Por lo que el cerebro de todo ser humano requiere de nutrientes para que pueda desarrollar su formación y mantenimiento de sus funciones de aprendizaje. Las diversas células que conforman requieren alimentarse para llevar a cabo su papel en la compleja composición del cerebro.

Finalmente, en la última categoría sobre el programa de alimentación escolar tuvo como subcategoría la falta de conocimiento, lo cual se obtuvo que los padres no tuvieron el conocimiento adecuado sobre la dieta alimenticia infantil, además, no asistieron a programas de nutrición que brinda el estado. Consecuentemente Becerra, et al. (2021) mencionó que el conocimiento y las prácticas sobre alimentación infantil que la madre, pueda adquirir o poseer, depende de varios factores. Lo cual determinaron que, mientras menor sea el grado académico de la madre será mayor el número de infantes con inadecuado estado nutricional; por otro lado, las madres con mayor grado académico usaron mejor la información, así mismo se determinó que las madres utilizaron diversas formas de alimentación, lo cual se evidenció con los distintos ambientes ya sean

económicas, laborales, costumbres, culturales y conocimiento que se diferencian según el nivel socioeconómico.

Estos resultados se obtuvieron mediante las entrevistas realizadas a los padres de familia de la institución educativa pública, los cuales conllevan a realizar la siguiente discusión. Montalván (2018) quien realizó una investigación teniendo como objetivo determinar las prácticas cotidianas alimenticias y la educación nutricional en madres adolescentes de preescolares de 2-5 años. Y como resultado se constató que las madres adolescentes tienen la alimentación balanceada en sus niños, en la elaboración de loncheras nutritivas, además, se constató que cumplen con la higiene en la manipulación de los alimentos que garantiza la seguridad alimentaria. Lo cual llegó a concluir que las madres adolescentes tienen responsabilidad en establecer una alimentación balanceada favoreciendo en el crecimiento, desarrollo y limitando actividades del sedentarismo.

Según Guerrero (2016) el objetivo fue la determinación de los hábitos alimenticios de los padres de familia y el estado nutricional de los infantes. Llegando a tener como resultado la evidencia de las falencias en la modalidad de crecimiento con nuestros hijos en el cantón Tisaleo, por lo que se elaboró una guía alimenticia en cada etapa de su vida, además de talleres con recetas para cada edad para alimentar a los infantes. Por lo que se concluyó que con esta guía se contribuyó a mejorar la alimentación, en cada uno de ellos, además la guía contiene objetivos y técnicas para potenciar una adecuada alimentación y nutrición contribuyendo al rendimiento físico e intelectual en los niños. De acuerdo al autor y los resultados obtenidos se pudo inferir que los padres de la familia de la institución educativa de San Juan de Lurigancho, sí realizaban una alimentación balanceada en sus menores hijos identificando plenamente en la etapa donde se encuentran.

Mora (2018) detalló en su investigación sobre la atención en niños de 5 años, cuyo objetivo es definir diferentes estrategias para que el niño tenga una buena atención en su rendimiento escolar, donde muestran que en los programas los niños producen beneficios mediante su desarrollo cognitivo y preparación escolar. Para ello, se concluyó que existieron familias vulnerables que se comprometieron a mejorar su vida, y estar más con sus niños. De acuerdo al autor y la respuesta de la entrevista consideran que, si conocen y establecen

alimentos para la mejora de la atención en los infantes, además para un buen rendimiento académico, esto se evidenciaría en las loncheras nutritivas.

Flores (2019) realizó una investigación lo cual tuvo como objetivo comprender el estado en que se encuentra el niño, de tal manera, observó cómo fue alimentándose a través de nutrientes, aminoácidos que le dará muchos beneficios durante su desarrollo.

De acuerdo al autor y a la entrevista realizada, se pudo inferir que la mayor parte de los infantes tuvieron una buena alimentación (consumen pescado de cuatro a cinco veces), lo que sugirió que tienen una buena cultura alimenticia. Por otro lado, existieron infantes que no consumen alimentos balanceados y son más vulnerables a enfermedades.

Por ende, Jimbo (2015) realizó un estudio donde tuvo como finalidad determinar la influencia de la desnutrición en el proceso psicomotor del infante. Por último, se llegó a la conclusión de que en el centro de desarrollo infantil existe una nutrición inadecuada con mayor porcentaje, además que el sexo más afectado por la nutrición inadecuada fue el masculino.

Rivero (2020) explicó, en su investigación, sobre los hábitos alimenticios en niños de 5 años, cuyo objetivo fue determinar cómo iba su alimentación y de qué manera se desarrollaba e identificar estrategias. De acuerdo al autor y la entrevista se pudo interpretar que los infantes sí presentaron un hábito alimenticio, además que los padres de familia fueron desarrollando diversas estrategias para su buena alimentación.

V. CONCLUSIONES

1. En la presente investigación se llegó a analizar el conocimiento que tuvieron los padres sobre la dieta alimenticia infantil, por lo que se concluyó la falta de conocimiento y la baja preocupación de algunas madres, dejando a sus hijos en el colegio mal alimentados, por lo que la mayoría de los estudiantes presentaron bajo rendimiento escolar, sueño en plena clase y pérdida de atención.
2. Se evaluó y observó que las proteínas que ingieren los estudiantes preescolares, en muchos casos, no fueron el recomendado, por lo que muchos comían en restaurantes, comidas rápidas, exceso de carbohidratos y grasas saturadas. Por lo que se sugirió el consumo de pescado, carnes, huevos, legumbres y, por último, limitar el consumo de embutidos.
3. Además, se concluyó que en la dieta infantil se estipularon los alimentos adecuados por edades y fue necesario crear un horario, un espacio para las distintas comidas y unas reglas sencillas de conducta.
4. Se identificó los programas alimentarios, principalmente fue el Qali Warma donde algunas madres asistieron para mejorar la cultura alimenticia de su familia y principalmente del infante.
5. Se constató que algunas madres adolescentes tuvieron la alimentación balanceada en sus niños, en la elaboración de loncheras nutritivas, además, se cumplió con la higiene en la manipulación de los alimentos que garantizó la seguridad alimentaria del infante.
6. Además, se concluyó, que los padres de familia tuvieron que indagar y asistir a programas de nutrición infantil para que puedan conocer qué alimentos deben darles a sus pequeños y cómo esto va influyendo en el desarrollo de su aprendizaje educativo, por ello los responsables de dar información a los padres de familia fueron los nutricionistas y, en algunos casos, también las docentes o directivos de la institución educativa.

VI. RECOMENDACIONES

1. La finalidad de la investigación fue exponer lo importante que son las proteínas y la dieta infantil en el aprendizaje del niño de 5 años, con el cual se obtuvieron resultados satisfactorios, es por ello que es necesario seguir brindando mayor información a la comunidad educativa para que puedan mejorar los hábitos alimenticios de nuestros niños.
2. Se recomienda llevar a cabo todo ello en los domicilios de cada estudiante, enviando a un nutricionista para que toque las puertas para brindar más información, y, de la misma manera, puedan evidenciar si cumplieron o no las indicaciones dadas por los docentes y por ellos mismos a través de sus avances mostrados, como también conocer las opiniones de las madres de familia respecto a la alimentación.
3. Además, es necesario brindar más charlas a los padres de familia, sobre lo que es el programa Qali Warma para los niños, así podrán realizar diferentes actividades, y esto no solo a los padres de familia, sino también a las docentes para que tengan conocimiento sobre ello y sepan responder a las consultas y dudas de los padres de familia acerca de la importancia de los alimentos que les dan a sus niños y la dieta infantil.
4. Se sugiere a los directivos de las instituciones educativas para que realicen coordinaciones con el centro de salud para el desarrollo de charlas informativas sobre dieta balanceada en los infantes, ya que es el pilar fundamental de la salud. Además, que los padres de familia puedan incorporar los nutrientes necesarios en la alimentación de sus menores hijos de acuerdo al cuerpo y la edad del infante, además, siendo este garante de bienestar a corto, medio y largo plazo.
5. A los docentes, se les recomienda, que realicen talleres informativos sobre loncheras nutritivas al final del trimestre, ya que la lonchera nutritiva es un recipiente que contendrá diversos alimentos cada uno de ellos con un valor nutricional, permitiendo al infante una mejora en el rendimiento escolar además en sus diversas actividades diarias.

REFERENCIAS

- Bauer, P. J., Larkina, M. y Doydum, A. O. (2012). Explicando la variación en el recuerdo a largo plazo en niños de 3 y 4 años: La importancia de los procesos posteriores a la codificación. *Revista de Psicología Infantil Experimental*.
- Becerra A. y Toro A. (2021) Conocimiento y prácticas sobre alimentación del preescolar en madres de niños de una Institución Educativa Inicial. Ciudad Eten. 2021. Tesis Para obtener el Título Profesional de Licenciada en Enfermería, Universidad Pedro Ruiz Gallo- Lambayeque.
- Caraballo A. (2019). Alimentación infantil- Guia infantil.
- Flores A. (2019). Clonamiento y expresión en sistema procariótico del dominio extracelular de la proteína de ensamblaje de lipopolisacáridos – D (Ltd.) de *Bartonella baciliformes*.
- Ibáñez E. (2009). Nutrientes y función cognitiva *Nutrición Hospitalaria*, vol. 2 <https://bit.ly/3Fsk3z6>
- Jimbo M. (2015). Influencia de la malnutrición en el desarrollo psicomotor de los niños (as) del centro de desarrollo infantil “José Carrión mora” de la ciudad de Loja.
- Navarrete M. y Velasco G. (2016). Situación nutricional de niños de tres a cinco años de edad en tres distritos de Lima Metropolitana.
- Ñaupari C. (2017). Conocimiento materno sobre alimentación y estado nutricional en niños de tres años. Institución Educativa Inicial N° 109 Niño Jesús, 2017.
- Ordoñez A. y Zarate D. (2012). Valoración Del Bajo Peso, Sobrepeso Y Obesidad De Los Niños/As De La Escuela Fiscal "Enriqueta Cordero"
- Pérez R. (2020). Estrategias Analíticas Para La Caracterización Estructural De Anticuerpos Monoclonales Y Fusión Proteínas Que Utilizan

Espectrometría De Masas. Polanco A. (2005). Alimentación del niño en edad preescolar y escolar. <https://bit.ly/30LOdif>

Ramos Y. (2019). Efectividad de una intervención educativa en el incremento de los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de preescolares en una institución educativa, Lima.

Torrez M. (2014). Nutrición Y Rendimiento Escolar De Niños De Educación General Básica De La Escuela Fiscal Mixta "Río Blanco".

UNICEF (2019). Niños, alimentos y nutrición: <https://uni.cf/3x6Oat9>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de categorización

Categorías	Subcategorías	Pregunta en profundidad
Alimentación	Alimentación del Infante Dieta infantil	¿Cuántas veces a la semana su hijo consume pescado, carne de res, pollo, cerdo, queso, huevo y vegetales? ¿Qué opina usted sobre la dieta infantil? Es necesario, ¿por qué?
Rendimiento escolar	Memoria	¿Qué alimentos utiliza usted para reforzar la memoria de sus hijos? ¿usted cree que su hijo tiene buena memoria?

<p>Programa de alimentación escolar</p>	<p>Falta de conocimiento</p> <p>Participación alimenticia</p>	<p>¿Con qué frecuencia usted asiste al programa de alimentación infantil?</p> <p>¿Con qué frecuencia sus hijos comen en restaurantes o utilizan un servicio de las ollas comunitarias?</p> <p>¿Qué alimentos utiliza usted para reforzar la memoria de sus hijos?</p> <p>¿Es importante para usted que el niño se alimente bien?</p> <p>¿Qué significa tener hábitos saludables?</p> <p>¿Usted, como madre de familia, llegó asistir a los programas de alimentación que brinda Qali Warma?</p> <p>¿Ustedes creen que las charlas de Qali Warma sean necesarias para brindar una buena alimentación a sus hijos? ¿Por qué?</p>
---	---	--

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

<p>Estimados docentes y padres de familias de la Institución Educativa pública San Juan de Lurigancho, esta fue una entrevista en profundidad que tuvo como objetivo determinar la dieta alimenticia y poder evaluar las proteínas de los alimentos brindados a los infantes, el cual agradecemos su participación a cada uno de ellos.</p>
<p>1. ¿Usted cree que es importante el consumo de pescado, carne de res, pollo, cerdo, queso, huevo y vegetales? ¿por qué?</p>
<p>2. ¿Qué opina usted sobre la dieta infantil? Es necesario, ¿por qué?</p>
<p>3. ¿Suelen alimentar a sus hijos en restaurantes o utilizan un servicio de las ollas comunitarias?</p>
<p>4. ¿Qué alimentos utiliza usted para reforzar la memoria de sus niños?</p>
<p>5. ¿Es importante para usted que el niño se alimente bien? ¿Por qué?</p>
<p>6. ¿Qué significa tener hábitos saludables?</p>
<p>7. ¿Usted, como madre de familia, llegó a asistir a los programas de alimentación que brinda Qali Warma? ¿Será importante?</p>
<p>8. ¿Ustedes creen que las charlas de Qali Warma sean necesarias para brindar una buena alimentación a sus hijos? ¿Por qué?</p>
<p>9. ¿Usted asiste al programa de alimentación infantil?</p>

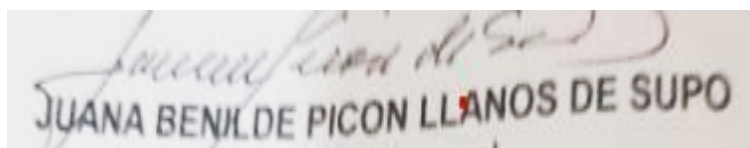
Anexo 3: Consentimiento informado

Directora: Juana Picón Llanos

Con el debido respeto nos presentamos a usted, Jackeline Pantoja Huanay y Lizeth Quispe Ninamango estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Cesar Vallejo.

En la actualidad nos encontramos realizando un trabajo de investigación que tiene el título de “La dieta infantil y los aprendizajes de niños de 5 años de una Institución Educativa Privada de San Juan de Lurigancho, 2021” el cual contribuye al desarrollo de crecimiento del niño. De la misma manera se le solicita su participación en la presente investigación respondiendo una “Guía de preguntas” sobre el tema en mención. Así mismo manifestarle que la información obtenida será de absoluta confidencialidad, en todo momento se guardará discreción, no se dará a conocer su identidad y de la I.E.P. Agradezco su disposición y colaboración para que los objetivos de la presente investigación puedan lograrse. Atte.: Jackeline Pantoja Huanay, Lizeth Quispe Ninamango estudiantes de la carrera de educación inicial de la Universidad Cesar Vallejo

Yo: Juana Picón directora de la institución San Rafael con DNI: 09085699 Confirmo mi participación en la entrevista de manera voluntaria, así mismo autorizo que las estudiantes. Jackeline Pantoja Huanay y Lizet Quispe Ninamango puedan realizar la entrevista correspondiente.



Juana Benilde Picón Llanos de Suño
JUANA BENILDE PICON LLANOS DE SUPO

Directora general

17/09/21

Anexo 4: Recursos y presupuestos

Cantidad	Descripción	Total
24 horas	Internet	S/20.00
5 horas	Luz (Electricidad)	S/ 100.00
1 unidad	USB	S/15.00
4 unidad	Lapicero	S/9.00
	TOTAL	S/144.00

Anexo 5: Matriz teórica de análisis de las respuestas de los padres de familia

Objetivos	Pregunta	E	Respuestas	Subcategoría	Interpretación
Comprender las proteínas en la dieta infantil y los aprendizajes de los niños de 5 años de una institución educativa pública de San Juan de	1. ¿Usted cree que es importante el consumo de pescado, carne de res, pollo, cerdo, queso, huevo, y Vegetales?	E 1	Bueno miss Jacky en mi caso yo a mi hija le doy de comer pescado una vez a la semana, tres veces pollo, y de lo que es queso y huevo más de 3 veces, y pues vegetales miss mi niña consume todos los días ya que le gusta mucho.	Alimentación	La alimentación en el niño influye mucho en su etapa de crecimiento ya que le ayudará así a que el niño pueda estar más activo en el momento de la clase.
		E 2	Miss yo a mi hijo en lo que es pescado le preparo casi todos los días ya que es bueno para el	Alimentación	El desarrollo en el niño es muy importante para eso debe alimentarse de puros vegetales y así pueda

Lurigancho; a través de un diseño de investigación cualitativo y método fenomenológico, teniendo como participantes a 5 padres de familia.	¿por qué?		desarrollo de sus potencialidades, y pues así prevenir también de cualquier enfermedad que pueda tener más adelante, y de lo que es pollo le doy cada dos veces a la semana, queso, huevo, cada tres veces a la semana y pues los vegetales a mi niño casi no le gustan.		desarrollar su cerebro también, y no solo comiendo sino también haciendo actividades físicas desde pequeño para que más adelante no tenga ningún problema cardiaco, como se dice "cuerpo sano, mente sana".
		E 3	Mi hijo consume cada cinco veces a la semana pescado frito con su ensalada miss, pollo consume cada 3 veces, vegetales casi siempre ya que son sus favoritos de mi pequeño.	Alimentación	La alimentación en el niño influye mucho en su etapa de crecimiento ya que le ayudara así a que el niño pueda estar más activo en el momento de la clase.

		E 4	<p>Miss mi pequeño consume carne cada cinco ocho veces a la semana , ya que, le gusta bastante queso consume casi todos los días ya que antes de mandarle a su colegio le preparo en su desayuno.</p>	Alimentación	<p>La alimentación en el niño influye mucho en su etapa de crecimiento ya que le ayudara así a que el niño pueda estar más activo en el momento de la clase.</p>
		E 5	<p>Mi hijo consume cada tres veces a la semana pescado, cada 2 veces carne, y pues vegetales casi siempre le preparo con su alimento.</p>	Alimentación	<p>La alimentación en el niño influye mucho en su etapa de crecimiento ya que le ayudara así a que el niño pueda estar más activo en el</p>

					momento de la clase.
	2. ¿Qué opina usted sobre la dieta infantil? Es necesario, ¿Por qué?	E 1	Dependiendo profesora en que consiste la dieta, si es equilibrada en proteínas y nutrientes obviamente es necesario para el crecimiento de cada niño.	Dieta infantil	Los nutrientes son pequeñas sustancias químicas que se puede encontrar en cada alimento que damos a nuestros pequeños, los cuales gracias a los nutrientes nuestros pequeños pueden obtener energías necesarias, para realizar cualquier tipo de función vital y puedan así tener más adelante una vida sana.

		E 2	Es necesario ya que los niños aprenden a comer comida balanceada y buena para su salud, ya que su obesidad traerá muchos riesgos.	Dieta infantil	Los padres de familias deben darles a sus hijos comidas balanceadas por su propio bienestar.
		E 3	Miss si la alimentación infantil no es la adecuada, nuestros niños podrían desarrollar determinadas enfermedades cardiovasculares, o de sufrir diferentes problemas de atención durante su aprendizaje.	Dieta infantil	La atención en el niño es muy importante, es por ello que debe alimentarse bien ya que, si el niño no come bien ya su hora más adelante tendrá bajas calificaciones por no tener una buena atención académica, para

					<p>llamar la atención del menor nosotras como docente debemos captar su atención con diferentes estrategias, buscando algo que a ellos les guste.</p>
		E 4	<p>Una dieta infantil aporta con una alimentación sana para el pequeño, es necesario para su crecimiento ya que si desde pequeño nosotras como mamá no le damos comida sana más adelante tendrá dificultades en su etapa de crecimiento.</p>	Dieta infantil	<p>Cuando hablamos de dificultades nos referimos a diferentes tipos de problemas que pueda tener el niño más adelante como, por ejemplo, problema cardiaco, anemia, etc.</p>
		E 5	<p>A mi parecer miss la dieta infantil quiere decir que nosotros</p>	Dieta infantil	

			debemos alimentarles a nuestros niños sirviéndoles menos cantidad de comida, no darle de comer en exceso y darle comida sano y no chatarra.		Cuando colocamos exceso quiere decir que la mayoría de madres sirven bastante a sus hijos como si fueran adultos y eso no está bien, o sino también es cuando a pesar que ya comieron sus niños las madres siguen dándoles y dándoles.
	3. ¿Qué alimentos utiliza usted para reforzar	E 1	Yo utilizó lo que es. Frutos secos, plátano, espinaca, yogurt, huevos ya que eso dan mucha energía a mi niño.	Memoria	Energía ese es una palabra clave en el niño ya que necesito mucho de ello, si el menor no tiene suficiente energía no podrá demostrar sus habilidades.

	la memoria de sus niños?				
		E 2	Miss yo a mi pequeño le mando a su lonchera frutas, verduras secas, quiwicha., verduras sancochadas como vainita, brócoli sancochado, leche por las mañanas o un vaso de yogurt.	Memoria	Energía ese es una palabra clave en el niño ya que necesito mucho de ello, si el menor no tiene suficiente energía no podrá demostrar sus habilidades.
		E 3	Utilizo huevos, arándanos, pasas, maní, leche, yogurt, todo lo que tienen calcio y le ayuda también en su crecimiento.	Memoria	Energía ese es una palabra clave en el niño ya que necesito mucho de ello, si el menor no tiene suficiente energía no podrá demostrar sus habilidades.

		E 4	Yo a mi pequeño para reforzar su memoria le doy casi siempre pescado ya que ayuda mucho en su desarrollo de cerebro.	Memoria	Cuando hablamos de proteína nos referimos a los alimentos, y micronutrientes.
		E 5	A mi hijo le doy soya y maca en su desayuno para que desarrollé bien su cerebro	Memoria	El desayuno es el alimento más importante de todas las comidas
4. ¿Suelen alimentarse a sus hijos en restaurantes o utilizan		E 1	En restaurante una vez al mes, cuando hay algún antojo miss nunca comemos en comedor.	Participación alimenticia	La mala alimentación en niños se puede presentar de diferentes formas ya que el estómago del menor recién se está desarrollando.
		E 2	Muy raras veces siempre cocine en casa ya que en ocasiones la comida de la calle le hace daño a	Participación alimenticia	La mala alimentación en niños se puede presentar de diferentes formas ya que el

	un servicio de las ollas comunitarias?		mi hijo.		estómago del menor recién se está desarrollando.
		E 3	En servicios de las ollas comunitarias profesora casi en varias oportunidades ya que en mi caso como yo trabajo no tengo tiempo para poderles preparar algunas comidas a mis menores hijos.	Participación alimenticia	La mala alimentación en niños se puede presentar de diferentes formas ya que el estómago del menor recién se está desarrollando.
		E 4	En restaurantes miss cuando hay algún cumpleaños nos vamos con la familia a disfrutar.	Participación alimenticia	Son raras veces que la madre de familia sale a comer con su niño a la calle, en ocasiones especiales se podría decir.

		E 5	En ollas comunitarias miss ya que nosotros tenemos un convenio con la comunidad.	Participación alimenticia	Quiere decir que hay madres de familias que trabajan junto con el comedor y pues llevan a comer a sus pequeños en ese lugar ya que no se preocupa en cocinar nuevamente en casa.
	5. ¿Es importante para usted que el niño se alimente bien?	E 1	Claro, que sí, porque está en la etapa de crecimiento.	Participación alimenticia	Las proteínas son nutrientes que se encuentran en cada comida que la madre de familia le da a su hijo, lo cual lo mantienen sanos e interactivos.
		E 2	Claro que es importante si el niño se mantiene sanos y protegidos.	Participación alimenticia	Las proteínas son nutrientes que se encuentran en cada

					comida que la madre de familia le da a su hijo, lo cual lo mantienen sanos e interactivos.
		E 3	Por su puesto un niño que tenga cuerpo sano tendrá mente sana y así más adelante no tendrá ningún problema cardiaco miss.	Participación alimenticia	Cuando se dice problema cardiaco se refiere a problema de corazón. dificultades para respirar.
		E 4	Claro que si es importante que el niño se alimente bien ya que si el pequeño encuentra bien podrá realizar actividades físicas con mucha más gana.	Participación alimenticia	Si el niño tiene una buena alimentación tendrá un buen ánimo para realizar cualquier tipo de actividad ya que la

					comida es la base fundamental.
		E 5	Si es importante que el niño se alimente bien.	Participación alimenticia	Niño que se alimente bien tendrá suficiente energía para toda la vida.
6. ¿Qué significa tener hábitos saludables?		E 1	Por su puesto un niño que tenga cuerpo sano tendrá mente sana y así más adelante no tendrá ningún problema cardiaco miss.	Participación alimenticia	Una buena higiene se trata de tener el cuerpo sano y limpio sobre todo en el niño ya que puede contener algunas enfermedades.
		E 2	Significa comer a la hora indicada, hacer deporte, comer sanamente, y un poco de distracción para despejar la mente.	Participación alimenticia	Una buena higiene se trata de tener el cuerpo sano y limpio sobre todo en el niño ya que puede contener algunas enfermedades.

		E 3	Hábitos saludables miss Jacky yo entiendo que significa que no debemos comer chatarras, ni mandarles chatarras en su lonchera de nuestros hijos ya que se podrían enfermar más adelante, debemos mandarles alimentos sanos para que estén muy fuertes y desarrollen sus habilidades cotidianas	Participación alimenticia	Las habilidades cotidianas son habilidades personales de cada persona que le permite controlar y dirigir su vida.
	7. ¿Usted,	E 1	No miss en esta institución no hacen esos tipos de programas,	Participación alimenticia	Las oportunidades son lo que buscan las madres de familia

<p>como madre de familia, llegó a asistir a los programas de alimentación que brinda Qali Warma? ¿Será</p>		<p>en algunas oportunidades he sugerido, pero hasta el día de hoy nada que ver.</p>		<p>para saber un poco más sobre que alimentos darles a sus hijos.</p>
	E 2	<p>En algunas ocasiones si miss por su puesto.</p>	<p>Participación alimenticia</p>	<p>Son aquellos tiempos libres que se han dado los padres de familia para que pueda asistir.</p>
	E 3	<p>Claro hace poco hubo ese tipo de charla aquí en la institución donde aproveché la oportunidad y pude realizar preguntas que tenía en mente y pues todo me respondieron los especialistas dado.</p>	<p>Participación alimenticia</p>	<p>La mayoría de padres participan en charlas porque les llama la atención y se preocupan por sus pequeños.</p>
		<p>No miss nunca si hubo charlas,</p>	<p>Participación</p>	<p>La mayoría de madres no</p>

	importante?	E 4	pero por falta de tiempo nunca he asistido.	alimenticia	toman mucho interés en lo que es, su etapa de crecimiento de su niño.
	8. ¿Ustedes creen que las charlas de Qali Warma sean necesarias para brindar una	E 1	Yo creo que, si miss no he recibido tampoco, pero a mi parecer si sería necesario en el desarrollo de nuestros hijos porque así nos ayudarían a nosotros los padres que cosa darles a nuestros pequeños.	Participación alimenticia	Las madres de familias necesitan que la institución educativa les dé charlas sobre que alimentos darles a sus niños.
		E 2	A mi parecer si son necesarias ya que nos ayudan bastante, a veces nosotros como padres no sabemos qué tipos de alimentos darles a nuestros hijos y	Participación alimenticia	Cuando hablamos de ayuda nos referimos a lo que nos puede dar el colegio,

buena alimenta ción a sus hijos? ¿Por qué?		necesitamos de especialistas que sepan sobre el tema.		especiales en el tema dado.
	E 3	Yo pienso que no miss porque ya cada uno de nosotros sabemos que darles de comer a nuestros pequeños, de repente los alimentos que nos dice en la charla caen mal a mi hijo de ahí que hago.	Participación alimenticia	Las mayorías de padre de familias se niegan en recibir charlas no aceptan su ayuda, se cierran definitivamente.
	E 4	En ocasiones que yo he participado en charlas miss al día siguiente mi hijo estuvo mal del estómago porque yo todo lo que me decían en la charla que es lo qué debo hacerle comer a mi hijo	Participación alimenticia	La mayoría de padres de familias buscan culpables por las puras solo por asistir a una charla de alimentación.

			yo le daba y pues se malogro su estómago, es por ello que ya no voy a esas charlas que hay, prefiero prepararle yo misma la comida que quiero a mi pequeño.		
		E 5	Claro miss Jacky a mi punto de vista si son muy importante las charlas ya que nos dan diferentes tipos de consejos y pues ya un padre ve si es que lo toma o lo deja.	Participación alimenticia	Cada padre de familia es consciente de lo que le da de comer a su pequeño y sobre lo que hoy se está viendo en el país de niños y adultos con bajas defensas, en hospitales por no tener una buena alimentación.
	9.	E	En esta institución no hay esa	Falta de	Es la base necesaria para un

	¿Usted asiste al programa de alimentación infantil?	1	charla y pues no conozco, nunca he asistido a ninguno.	conocimiento	buen desarrollo físico y social en el niño.
		E 2	Casi siempre hay charla en nuestro colegio miss donde junto con los padres estamos muy agradecidos por ello, aprendemos diferentes cosas y actividades para darle una buena alimentación a nuestros hijos.	Falta de conocimiento	Es importante que la institución educativa este trabajando en equipo con los padres de familias por el bien de sus propios niños.
		E 3	Mayormente en la institución nos han dado consejo sobre como alimentar a nuestros niños, es más hasta con maquetas nos han explicado y nos han entregado nutrientes pequeños para agregar en la comida de nuestro pequeño.	Falta de conocimiento	Tanto como los padres de familias y la institución se preocupan por la alimentación de los pequeños ya que están firmando futuros ciudadanos.

		E 4	Bueno en el colegio de mi hija no hacen charlas, pero si he participado en otros lugares donde si te enseñan como alimentar a tus niños, y que estrategias utilizar para que quieran comer.	Falta de conocimiento	Quiere decir que hay personas con mayor capacidad en cómo hacer que a los niños les guste la comida mediante estrategias nuevas.
					Es importante que la institución educativa este trabajando en equipo con los padres de familias por el bien de sus propios niños.