



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Taller de nutrición para mejorar el nivel de conocimiento en madres de los niños de 3 – 5 años de la I.E. San Juan Bautista - Piura

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO DE PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORAS:

Hurtado Troncos, Leticia (ORCID: 0000-0002-4209-3570)

Velásquez Huamán, Eida (ORCID: 0000-0002-1017-5387)

ASESORA:

Mg. Pulache Herrera, Carmen Mariela (ORCID: 0000-0002-5829-4422)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Perinatal e infantil

PIURA – PERÚ

2020

Dedicatoria

La presente Tesis está dedicado a nuestros padres y a Dios por ser nuestro guía.

Agradecimiento

A Dios, nuestros padres y las personas más cercanas que siempre nos han dado un aliento para seguir adelante y por su apoyo moral para hacer posible este trabajo de investigación

Índice de contenidos

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III.MÉTODOLOGÍA	13
3.1. Tipo y diseño de investigación	13
3.2. Variables y operacionalización	13
3.3. Población, muestra y muestreo	15
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	17
3.5. Procedimientos.....	18
3.6. Métodos de análisis de datos	18
3.7. Aspectos éticos	18
IV. RESULTADOS	19
V. DISCUSIÓN.....	26
VI. CONCLUSIONES	31
VII. RECOMENDACIONES.....	32
REFERENCIAS	33
Anexo 1. Matriz de operacionalización de variables.....	37
Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos	40
Anexo 3. Ficha técnica	44
Anexo 4. Autorización de aplicación de los instrumentos	48
Anexo 5. Cronograma de actividades	49
Anexo 6. Taller de nutrición Por Sesiones.....	53
Anexo 7. Declaratoria de autenticidad (autores).....	98
Anexo 8: Declaratoria de Autenticidad del Asesor.....	99

Índice de tablas

TABLA 1. <i>Prueba de normalidad del instrumento</i>	19
TABLA 2. <i>Nivel de conocimientos sobre la nutrición antes de aplicar el Taller de nutrición</i>	20
TABLA 3. <i>Conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos pretest – postest</i>	21
TABLA 4. <i>Conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos en el pretest y postest</i>	22
TABLA 5. <i>Conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones pretest – postest</i>	23
TABLA 6. <i>Nivel de conocimientos sobre la nutrición después de aplicar el Taller de nutrición</i>	24
TABLA 7. <i>Prueba de hipótesis del conocimiento sobre la nutrición en el pretest y postest</i>	25

Resumen

El objetivo propuesto para el estudio fue determinar en qué medida el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista - Piura. Así mismo la metodología de estudio fue de enfoque cuantitativo, de tipo descriptiva - longitudinal y diseño pre experimental, en una muestra de 80 madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista - Piura, en la que se usó la técnica de la encuesta y se aplicó un cuestionario.

Los resultados de la investigación determinaron que la aplicación del taller de nutrición incrementó significativamente los niveles de los conocimientos en las mamás de los niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista -Piura ($p= 0.00<0.01$). Así mismo el taller de nutrición incrementa significativamente los niveles de conocimientos de las dimensiones como, conocimiento sobre las cantidades de alimentos que debe comer su niño según la pirámide de alimentos (0.00); Conocimientos de los principales alimentos de la pirámide de alimentos (0.00) y Conocimientos de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones (0.00) en mamás de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura ($p<0.01$). Se concluye que es una necesidad indispensable desarrollar programas educativos en los establecimientos de salud que fomenten de desarrollo integrativo del personal enfermero y la consolidación del conocimiento en las usuarias sobre la nutrición infantil, y cuyas metas de las propuestas educativas estén sujetas a prevenir futuras complicaciones en la salud y del desarrollo de los niños.

Palabras clave: Nutrición, nivel de conocimientos, Alimentos

Abstract

The objective proposed for the study was to determine to what extent the Nutrition Workshop will increase the level of knowledge in mothers of children aged 3 -5 years of the I.E. Saint John Baptist. Likewise, the study methodology was of a quantitative approach, of a descriptive-longitudinal type and pre-experimental design, in a sample of 88 mothers of children aged 3 -5 years of the I.E. San Juan Bautista-Piura, where the survey technique was used and a questionnaire was applied.

The results of the research determined that the application of the nutrition workshop significantly increases the level of knowledge in mothers of children between 3 and 5 years of the I.E. Saint John the Baptist ($p = 0.00 < 0.01$). Likewise, the nutrition workshop significantly increases the level of knowledge of the Knowledge dimensions of the main foods of the food pyramid (0.00); Knowledge about the amounts of food your child should eat according to the food pyramid (0.00) and Knowledge of the classification of foods that preschool children should eat and functions (0.00) in mothers of children aged 3 -5 years of the I.E. Saint John the Baptist ($p < 0.01$). It is concluded that it is an essential need to develop educational programs in health establishments that promote the integrative development of nursing personnel and the consolidation of knowledge in users about child nutrition, and whose goals of educational proposals are subject to preventing future complications in the health and development of children.

Keywords: Nutrition, level, knowledge, children, workshop, mothers

I. INTRODUCCIÓN

Uno de los temas en el cual muchas entidades tratan de resolver es sobre la nutrición infantil, sin embargo, más allá de los cambios tecnológicos y sociales la solvencia global hacia una nutrición óptima es un tema todavía no se le proporciona satisfacción en su integridad y las consecuencias en el avance habitual de la vida de los jóvenes que se van a volver mayores tendría serias secuelas. Y sucede que, una niñez desnutrida tiene muchas más opciones de conseguir diferentes anomalías de la salud, su incorporación a la escuela se da de forma tardía, y la carencia de micronutrientes está asociado a desgaste cognitivo que igualmente, afecta la vida escolar. Toda esta discrepancia se suma durante las etapas de la vida, el cual da como resultado mayor que no tienen condiciones suficientes para explotar su máxima aptitud intelectual, productiva y física. (1)

Como sabemos a nivel mundial la mala nutrición sigue afectando dificultosamente especialmente a los niños. En el año 2018, 200 millones de niños inferiores de cinco años sufrían de retardo en el desarrollo o emaciación, en tanto que por lo menos 340 millones sufrían de hambre oculta (2). De esta forma (3) cerca del 45% de las muertes de inferiores de 5 años tienen relación con la desnutrición. Mayormente se registran en los países de capital bajo y mediano. Se conoce que las cantidades de jóvenes en pobreza en los países desarrollados correspondiente de 2008 a 2013, que en el Reino Unido paso de 24% a 25.6%, en USA de 30.1% a 32%, en Francia, de 15.6% a 18.6%, en Italia de 24.7% a 30.4%, en España de 28.2% a 36.2% y en Grecia de 23% a 40.5%. (4).

Hasta entonces en el Perú, según el patrón de la OMS, las tazas de desnutrición crónica, en menores de 5 años disminuyó de 28.0%, en el 2007, a 13.1%, en el 2016. Las áreas despobladas donde se encuentra la más grande proporción de menores de cinco años con desnutrición crónica infantil (5). Así mismo, según Endes (6) en los años de 2013 a 2018, esta problemática desnutritiva en infantes de 5 años a menos bajó en 5.3 % llegando a ser de 17.5 a 12.2 %, conforme reveló el estudio demográfico y de salud de la familia. No obstante, cabe decir que, a lo largo de la exhibición de este reporte, por otro lado, el jefe del INEI, José Zanabria, mencionó que en la provincia de Huancavelica es el más grande índice de

desnutrición (32,0 %), corrido de Cajamarca, Huánuco, Amazonas, Ayacucho, Apurímac y por último el departamento de cuyos índices fluctuaron entre 20 % y 29 %. (6)

En la región de Piura, el directivo de Mesa de coordinación afirmó que las tazas de la encuestadora Endes mostraron en Piura en lo que fue del 2018 un, 44.2% que menores de 6 a 36 meses con estados anémicos, sumado a ello 13.1% en infantes menores a los cinco años con desnutrición crónica. Además, existen casos de tales muertes y 51 de estos casos se han registrado en la región (7). Del mismo modo, la misma unidad (8) informó que entre las áreas más concentradas en la desnutrición en Piura se encuentran; Sapillica, Huarmaca y Carmen de la Frontera. Y es que la desnutrición en Piura en niños de cero a seis años aumentó de 15.3% a 15, 9% en 2017 y la anemia solo disminuyó de cinco puntos porcentuales ese año. Para 2016 fuimos 42.8% y para 2017 fue 42.3%. La prevalencia es alta porque si miramos los bolsillos de los distritos son abismo. Sapillica tiene una anemia de 56, 1%, Carmen de la Frontera de 54.5%, Huarmaca de 42 y la que más llama la atención es Paita con 66.7% y esto es preocupante, dice Berenice Adriano, secretaria de la mesa de coordinación (8).

En cuanto a la población de estudio, está es la I.E. “San Juan Bautista”, la cual se encuentra ubicada en Avenida Grau. 3901 – Distrito 26 de octubre. Dicha institución está constituida por 3 niveles como es inicial, primaria y secundaria. La población objetivo son las madres de los estudiantes de inicial de 3 – 5 años de edad dado que se han observado en esta edad presentan problemas de nutrición. Y es que el problema presentado es de suma importancia a investigar dado la existencia de un alto nivel de niños con problemas nutricionales debido a la falta de conocimientos de alimentos balanceados y nutritivos por parte de las madres de familia de dicha institución educativa, otro de los problemas observados es que el quiosco de dicha institución, no cuenta con alimentos saludables evidenciándose comidas chatarras y altos en grasa, lo cual no es saludable para la nutrición de los escolares, por lo tanto la importancia de destacar el conocimiento y capacitación constante sobre cómo abordar una buena alimentación es vital para el desarrollo de los escolares.

¿De qué manera la propuesta del Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento en madres de los niños de 3 – 5 años de la I.E. San Juan Bautista - Piura?

Así mismo de acuerdo a los criterios que justifican este estudio, el valor teórico de la investigación se basa en que los resultados brindan una aproximación sobre la realidad y a partir de la misma la propuesta de estudio podría ampliarse en una población de estudio similar. En ese sentido la implicancia práctica, pretende dar una pauta de solución al grado de desnutrición de niños en nuestra gestión, así como conocer el nivel de conocimientos sobre la nutrición de madres de familia, generando conciencia en las mismas. La utilidad metodológica en principio permite obtener un instrumento válido y confiable para que estime objetivamente la variable de estudio, siendo de valor fundamental para la propuesta de intervención. De acuerdo a la relevancia social, se pretende beneficiar a las familias, madres y/o tutores, con los resultados, así como el posterior desarrollo de la propuesta de estudio, desarrollando una conciencia sobre el desarrollo y crecimiento, cruciales en niños de 3 a 5 años y rol relevante está en el cuidado de quien tiene a cargo.

Respecto a los objetivos de estudio a nivel general es el siguiente: Determinar en qué medida el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. Y respecto a los objetivos específicos, estos fueron: Identificar de qué manera se encuentra el nivel de conocimiento de nutrición antes de aplicar el taller de nutrición en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. Identificar en qué medida el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento sobre las cantidades de alimentos que debe comer su niño según la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. Identificar en qué medida el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. Identificar en qué medida el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. Identificar de qué manera se encuentra el nivel de

conocimiento de nutrición después de aplicar el taller de nutrición en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura.

Dado el carácter Pre experimental de la investigación, se plantea como hipótesis general que, en efecto, el taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento en madres de niños de 3 – 5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. En contraste, la hipótesis nula de la investigación implica que el taller de nutrición no incrementará el nivel de conocimiento en madres de los niños de 3 – 5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. Entre las hipótesis específicas se planteó: el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. El Taller de nutrición no incrementará el nivel de conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. El Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. El Taller de nutrición no incrementará el nivel de conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. El Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura. El Taller de nutrición no incrementará el nivel de conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura.

II. MARCO TEÓRICO

Dentro de los antecedentes previos en el mundo se halló en España a Arroyo et al. (9), que tuvo como propósito detallar la predominación de un programa de educación sobre nutrición, estilos y hábitos de vida saludable. En un estudio cuasi-experimental – longitudinal con una muestra de 64 padres de preescolares de 3 a 5 años del CEIP “Maestra Dolores Velasco. Sobre los resultados cabe nombrar que las implementaciones de planes educativos sobre la salud desde una visión de tema escolar y familiar facilita comprar un correcto nivel de entendimientos sobre nutrición saludable. Concluyendo que las intervenciones educativas llevadas a cabo por personal de enfermería desde una visión de consejo dietético y educación sobre nutrición se consideran un elemento clave en este sentido.

En Venezuela, Rojas et al. (10), en su estudio recabó el nivel cognoscitivo de las madres y embarazadas luego de aplicado un plan didáctico. La investigación de tipo descriptivo y diseño pre – en fase de prueba con muestra de mil ciento treinta y dos gestantes y mamás de menores de 2 años. El proceso de análisis evidenció el incremento de los niveles de conocimientos del 28,8% (deficiente) al 60,8% (bueno), determinándose un cambio significativo ($p < 0,05$) entre el pre y post test. Las temáticas más resaltantes aludieron a: conservaciones de la leche, costumbre de lactancia y prácticas que aumenten las producciones de leche. La conclusión es que las mamás y gestantes examinadas optimizaron el grado de entendimientos en temáticas de lactancia, en correspondencia a las estrategias didácticas desarrolladas, de ahí la consideración de ofrecer proyectos y programas preventivos de capacitación sobre nutrición en las mamás de familia.

En México, Perdomo et al. (11), tuvo como finalidad implementar un programa comunitario para hacer frente a la deficiencia nutritiva en infantes de redes sociales rurales en el Estado de Chiapas en el 2013. Investigación descriptiva – prospectivo y diseño pre – en fase de prueba, con tazas alimenticias de ciento trece infantes que menos de 5 años de Chiapas. Los aspectos resultantes de comienzo y finalización de participación, fue con una media Z Peso/ talla pasando de -0,7 a -0,62, de esta forma la prevalencia de bajo peso bajó de 5,31% a 4,42 %; el peso correcto de acuerdo a Z Score Peso/talla se incrementó desde 78,76% a 84,96%.

Según un subcolectivo con bajos niveles de peso al inicio, con un promedio Z IMC/edad y Z Peso/talla incrementó 0,4 ($p = 0,003$), que luego varió su promedio Peso/talla en 0,02 puntajes en el subconjunto del plan de transferencia directa y de -0,3 en el que no ($p = 0,020$). Al final, la conclusión que el software comunitario a lo largo de los cuatro meses en utilización, permitió optimizar diversos indicadores antropométrico; sin embargo, careció de aspectos visibles en indicadores asociados a las tazas desnutritivas crónicas.

A nivel nacional se tiene a Sánchez (12) quien tuvo como finalidad desarrollar un Taller de educación sobre nutrición para hacer mejor el nivel conocimiento y prácticas de nutrición saludable en 114 mamás de niños en etapa anterior a la escuela que asisten al Centro de Salud Santa Rosa, Río Seco de Trujillo entre noviembre 2017 y marzo 2018. En un estudio de tipo descriptivo y diseño pre en fase de prueba y longitudinal. Los resultados detallan un cambio importante ($0.000 < 0.05$) entre el pre y pos test de la variable conocimiento materno sobre nutrición saludable y la variable práctica de nutrición saludable. Se llegó a la conclusión que el plantel de salud de la muestra de estudio debe hacer más fuerte alianzas entre Servicios de Salud e Instituciones Educativas donde se favorezca la instrucción de padres de familia y docentes sobre la correcta nutrición en el pequeño en edad pre escolar.

Por su lado, Varillas (13), en la investigación se basó en el propósito saber la eficiencia de un programa educativo sobre nutrición en nutrición complementaria sobre los entendimientos y buenas prácticas en 82 mamás e infantes de 6 a 36 meses de edad. En investigación descriptiva longitudinal con grupo control (46) y grupo en fase de prueba (26), los resultados enseñaron que el software de educación sobre nutrición en nutrición complementaria tuvo efecto importante, donde en el Pos-test, el 100% de mamás llegó a un nivel de entendimientos prominente y el 88.5% tuvo buenas prácticas. Concluyó en la necesidad de llevar a cabo este programa de educación en etapas de gestación y de lactancia materna para elaborar a las mamás en las prácticas de la nutrición complementaria, y donde las capacitaciones se tienen la posibilidad de ofrecer todo el tiempo y a corto-plazo gracias a su importancia de encontronazo en la precaución de la vida de los niños.

Por su lado, Carrascal y Pineda (14), en su estudio tuvo como finalidad saber la eficacia del plan educacional, "Yo como sano", en razón de los niveles de conocimientos en 30 mamás de preescolares de 3 años de una Institución Didáctica Inicial. Estudio de tipo descriptivo pre-experimental. En el pre test, el 53.2% de mamás presentaron nivel cognoscitivo medio, un 40 % bajo, y un 6.8 % prominente. Luego de aplicar el plan educacional, el 50,1 % de mamás consiguieron niveles medios, el 43.3% altos; y el 6.6% niveles bajos. El plan aumentó por encima de un 40% los conocimientos maternos en razón del aspecto nutritivo de los infantes ($p=0.00$). Por lo cual se llegó a la conclusión que es requisito promover y planear en los hospitales tácticas que integren planes académicos de nutrición sobre las mamás de niños, las cuales asisten al control de los menores en apoyo del personal de enfermería, de ahí que también es adecuado la integrar de los grupos de salud en las unidades escolares por medio de sesiones educacionales en razón de la nutrición en la infancia, para consolidar el entendimiento y comprensión en mamás de niños pequeños además de prevenir futuros inconvenientes en la salud del niño.

El autor Chani (15), tuvo como propósito saber la predominación de la consultoría sobre nutrición según los entendimientos y prácticas de mamás y su difusión en el aspecto sobre nutrición y escenarios de hemoglobina sobre menores de seis meses de edad de un establecimiento de salud en Arequipa. Bajo una investigación que fue cuasi experimental de corte longitudinal con 20 mamás. El análisis resultante evidenció que previo a la consultoría, un 65% de mamás poseían niveles de conocimientos nutritivos deficientes, un 35% en niveles regulares y posterior a la consultoría desarrollada, un 100% de los conocimientos de las madres fueron eficientes. Según las prácticas iniciales, un 65% poseían niveles deficientes, 25% regulares, 10% óptimos, sin embargo, posterior a la consultoría, se halló un 95% en niveles óptimos y solo 5% en grados regulares. En relación a las ganancias de peso, talla y hemoglobina en los infantes, estos habían crecido eficazmente a lo largo del lapso del emprendimiento, entonces la consultoría sobre nutrición repercutió de forma positiva en su estado sobre nutrición y escenarios de hemoglobina.

A nivel regional en Sullana, Villena (16) en su estudio tuvo propósito de saber la eficacia de una participación didáctica en el saber y costumbre sobre prevención

de anemia en 38 mamás cuidadoras de niños de 6 - 36 meses de la Institución Didáctica N° 504 Querecotillo - Sullana 2017. Siendo un estudio de tipo descriptivo y diseño cuasi en fase de prueba. Antes de la participación didáctica el nivel de conocimiento y costumbre fue 71.1% medio, 18,4% prominente y 5% bajo. Luego de la participación didáctica el nivel de conocimiento fue 65,8% prominente, 28,9% medio y 5,3% bajo. Por esto se determinó que el software educativo fue efectivo en el aumento del nivel cognitivo y prácticas en razón de prevenir los estados anémicos ferropénicos en mamás. Concluyendo que la participación didáctica de estos programas es importante como plan de prevención y participación para hacer más fuerte las competencias de las mamás cuidadoras en niños de 6 - 36 meses.

Fernández y Menacho (17) en su exploración tuvieron como propósito saber la eficacia de un plan educacional de anemia ferropénica en los niveles de conocimientos según 30 mamás de niños con menos de tres años que asisten a un establecimiento de salud de Santo Domingo, Piura. La investigación descriptiva y diseño pre experimental. Del 100% (30); el 34% (10) poseía conocimiento prominente, 63% (19) conocimiento medio y 3% (1) conocimiento bajo sobre anemia ferropénica, en tanto, luego del programa educativo, el 90 % (27) poseía conocimiento prominente y 10% (3) conocimiento medio. Concluyendo que el software educativo es efectivo dado que las mamás incrementaron el nivel de entendimientos sobre anemia ferropénica. Además, que el plantel de enfermería que labora en el nivel superior administrativo (DIRESA, RED, MICRORED), debe fomentar reglas para la preparación, diseño y utilización de material educativo (trípticos, dípticos, maquetas, talleres de grupo) con lenguaje simple y claro.

A partir de aquí se aborda el aspecto teórico de la nutrición y sus distintos componentes, definiendo y profundizando en el tema. Al respecto, la nutrición se concibe como el producto de procesos digestivos, de absorción y metabolismo, a través de los cuales el cuerpo realiza una asimilación y uso del alimento para crecer, desarrollar y mantener la salud, reforzando el sistema inmunitario a la vez que se reduce el riesgo de contraer más enfermedades. (18)

Por otro lado, la nutrición se concreta como el conjunto de todos los procesos por los que el alimento ingresa al cuerpo y es utilizado por este. Los nutrientes tienden

a ser grasas, vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos y agua. La fibra en los alimentos ayuda a prevenir enfermedades y a controlar el peso. (19)

Como se aprecia en estas definiciones la nutrición alude a una ingesta de alimentos los cuales son procesados por nuestro organismo, el mismo que aprovecha los nutrientes que contiene aquello que hemos ingerido y que en el mejor de los casos nos permite desarrollarnos adecuadamente conllevando a una mejor salud.

Para el Instituto Nacional de Salud - CENAN (20) el estado nutricional es aquel resultado equilibrado de necesidad y gasto energético alimentario y demás nutrientes necesarios, aunque dicho estado puede variar desde uno normal a uno en desequilibrio (global, aguda, crónica y obesidad), según el MINSA.

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, 2001) (9) lo concibe como el grado en el que las características anatómicas, bioquímicas y fisiológicas del individuo se adecúan a algunos parámetros relacionados al consumo, uso y excreción de nutrientes, que se consideran normales.

Se puede inferir que el estado nutricional alude a la medición de la condición actual sobre el nivel de balance de alimentos que ingiere la persona basado en el desgaste energético que realiza la misma, sumado al proceso del organismo y que finalmente se puede estimar la condición actual de salud en que se encuentra la persona, ya sea por carencia nutritiva o exceso y/o en el mejor de los casos un balance óptimo que permite afirmar un adecuado nivel nutricional de la persona.

La niñez tiende a ser una etapa muy relevante en la vida, pues aquí se dan lugar cambios constantemente y que se van experimentando poco a poco, por lo que es vital llevar una alimentación sana en esta etapa. (21). Si se parte de una nutrición sana, completa y en equilibrio, el infante puede desarrollarse mejor tanto físico como intelectual. (22). Aquí cabe aclarar que, a los niños menores de 12 meses, y niños menores de 5 años se les denomina lactantes; a los niños entre 2 a 5 años preescolares y a los que están en edades de 6 a los 11 años escolares, según la OMS (23).

El crecimiento, desarrollo y la madurez, alude a procedimientos continuos que se dan de forma compartida de acuerdo al ambiente intrauterino, procedida por las fases infantiles, de la niñez y la adolescencia, terminando en la etapa de senectud. La estimación de estos aspectos pudiera estimarse a través de parámetros antropométricos (peso, talla, etc.), que se aceptan como instrumentos para controlar la salud y estimar los estados nutricionales en infantes (24).

A partir de estos elementos, se puede decir que la prioridad principal de la nutrición infantil ha de ser proporcionarles a los niños la cantidad adecuada de nutrientes, fibra y calorías esenciales para mantener el crecimiento apropiado, maximizar el desarrollo intelectual y promover la salud, mientras que se previene el aumento de peso excesivo. Por ello la dieta de los niños debe incluir una variedad de alimentos con una alta proporción entre nutrientes y calorías (19), sin embargo, cabe señalar que la nutrición adecuada a las necesidades particulares de cada uno es un requerimiento básico para el mantenimiento de la salud. (25)

Entre los 3 a 5 años los infantes deben, de forma gradual, cambiar de dieta a una cuyo aporte sea del 30% del total de energía en forma de grasa (1/3 saturada). Una dieta que aporte al niño menos del 30% de energía que proceda de lípidos, puede no brindarle las suficientes calorías para crecer. Asimismo, es preciso que se aclare que su ingesta de grasa si es adecuada (no excesiva), no incrementa los riesgos de enfermedad cardiovascular a futuro. (26). De ahí la importancia de que los niños sigan una alimentación saludable no únicamente para sus necesidades durante este período de crecimiento y de cambios, sino también por el impacto posterior sobre varios aspectos de su salud. (27)

Los nutrientes que se ingieren con los alimentos son de dos tipos: los que se precisan en mayores cantidades y que tienen una misión energética y plástica, llamados macronutrientes (proteínas, hidratos de carbono y grasas), y los que se precisan en menores cantidades y que cumplen una misión activadora de funciones vitales, llamados micronutrientes (vitaminas, minerales y oligoelementos) (23). También, el agua, aunque no puede considerarse un nutriente en sentido estricto, es fundamental para la vida y componente básico de cualquier dieta (28). En el niño, las necesidades de nutrientes están condicionadas por dos factores: el

crecimiento continuo, que precisa mayores aportes en las épocas en que es más rápido, y la inmadurez digestiva, que precisa de una alimentación especial en los primeros años de vida (23). Los micro y macronutrientes necesarios para el buen desempeño en el desarrollo infantil, se encuentran en una variedad de alimentos que se deben ir incluyendo en la dieta de los niños. Los hábitos alimenticios en torno a la variedad de alimentos se desarrollan desde la infancia temprana. (29)

En esa línea, la Unicef (29) señala que el programa alimenticio de los niños debe incluir los micronutrientes, como yodo, hierro y vitaminas, especialmente la A, necesarias para producir las enzimas y hormonas indispensables para la regulación del crecimiento, y el funcionamiento del sistema inmunológico y del aparato reproductivo. Ahora bien, una alimentación balanceada durante la primera infancia no solo se refleja en un mejor estado de salud en términos biológicos. También se ha encontrado que los niños mejor alimentados se desempeñan significativamente mejor en la escuela, sobre todo porque desarrollan un mayor aprendizaje por año de escolaridad (29), un mejor crecimiento y desarrollo, para los logros educativos (25), así como impactos positivos a lo largo de la vida de acuerdo a los aspectos evolutivos mentales, físicos y de los desarrollos sociales. (24)

El concepto de desnutrición se anuncia como una inestabilidad entre suministro y demanda de nutrientes para el desarrollo del cuerpo, su cuidado y ocupaciones específicas (24).

Por su parte, para Coronado (30), la desnutrición alude: el colectivo de aspectos sintomatológicos expresadas, en cambios bioquímicos y antropométricos provocados por la falta de ingesta y / o uso biológico de macronutrientes, lo que genera un desbalance de las necesidades nutricionales. Además, este estado, reduce las defensas de los organismos, lo que aumenta las probabilidades de padecer alguna enfermedad, lo que significa que se padece de un peso o estatura su inferior en discordancia a lo que realmente es adecuado para la edad. (30)

Sobre esto, cuando un individuo no tiene la capacidad de cubrir sus necesidades de nutrientes, el cuerpo realiza una especie de autoconsumo, primero con la grasa y luego de los músculos. Ahora bien, una persona desnutrida no lo es por cuánto

consume o no de alimentos, lo es en función de su peso y altura. En el caso de los infantes, es usual su medición de forma comparativa entre el peso que un niño de su talla debe tener, entonces, si se encuentra por debajo del 80% del peso promedio para alguien de su talla, se considera que tiene desnutrición aguda y un síntoma evidente de ello son los pies inflamados o edema bilateral. (31)

Un niño sobreviviente de la desnutrición aún es propenso a patologías recurrentes y un débil crecimiento, con consecuencias irreversibles sobre su capacidad cognitiva y su desarrollo (32). En el Perú, los problemas de nutrición en preescolares de acuerdo con el índice de Alimentación Saludable, indican un aproximado de 75% de preescolares a los que urge que se mejore su salud nutricional por falta de hierro (causal de retraso de maduración cognitiva y del lenguaje, crecimiento inadecuado y anemia). Otra razón es una ingesta inadecuada de fibra y líquidos que derivan en estreñimiento. Se sugiere un consumo de fibra por día dependiendo de la edad del niño, es decir, + 5gr. cada año. Los líquidos se recomiendan en unos 1200 mL hasta 2200 mL en adolescentes. Ingerir excesivamente snacks y dulces contribuye a desarrollar caries en los dientes. Se aconseja suplementar con flúor y la vitamina A es una de las sustancias con mayor deficiencia en los niños. (26)

III. MÉTODOLÓGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

El estudio fue de tipo aplicada, cuantitativa, descriptiva con los propósitos de establecer en qué medida el taller de nutrición mejoró los niveles de conocimientos en mamá de infantes de la I.E San Juan Bautista- Piura. También se catalogó como una investigación longitudinal porque la medición de los resultados se realizó en dos momentos diferentes, resultados pre y post Test del nivel de conocimiento sobre nutrición. (33)

Diseño de investigación: fue pre experimental, debido que se efectuaron un Pretest y Posttest en una muestra seleccionada. La cual hizo referencia a una especie de ensayo o prueba que se desarrolló antes del experimento real, donde se determinó el antes y después de la aplicación del Taller de nutrición para mejorar los niveles de conocimientos de madres de los niños de 3 – 5 años de la I.E. San Juan Bautista. (34).

Por tanto, el esquema seguido propuesto fue el siguiente:

Esquema

G: O1 → X → O2

Donde:

G: Grupo de estudios

O1: Primera observación o pre – test

X: Desarrollo del taller de nutrición para mejorar el nivel de conocimiento

O2: Segunda observación o post – test

3.2. Variables y operacionalización

3.2.1. Variable independiente: Taller de nutrición

Definición conceptual: Plan de capacitación planificada y dirigida para la transferencia de conocimientos y/o mejora de comportamientos específicos. (14)

Definición operacional: Conjunto de temáticas educativas dirigidas a instruir a madres de familia sobre alimentos nutritivos de acuerdo a la necesidad del niño(a); así como alimentos no saludables.

Dimensiones:

- Alimentos Formadores o constructores.
- Alimentos Reguladores
- Alimentos energéticos
- Alimentos no saludables

Indicadores:

- Carnes, vísceras, pescado, huevos, y lácteos.
- Verduras, frutas y legumbres.
- Papa, aceite vegetal, frutas, cereales, pescado.
- Snacks, gaseosas, golosinas.

Escala de medición: Nominal

3.2.2. Variable dependiente: Nivel de conocimientos sobre nutrición

Definición conceptual: Es un grupo de informaciones almacenadas, mediante los aprendizajes o experiencias de mamá de acuerdo a la nutrición, en la cual tiende a lograr poner en práctica dichas informaciones en aspectos efectivos que optimizan la calidad de atención en los preescolares. (13)

Definición operacional: Es toda aquella información que tienen las madres sobre la nutrición la cual será medida mediante una escala compuesta por 20 ítems y se categorizan en: alto nivel de conocimiento, nivel promedio, bajo nivel de conocimientos.

Dimensiones:

- Conocimiento sobre las cantidades de alimentos que debe comer su niño según la pirámide de alimentos.
- Conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos.
- Clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones.

Indicadores:

- Grado de conocimiento de la alimentación balanceada.
- Conocimiento de alimentos que generan energía y fuerza.
- Conocimiento del reemplazo y carnes y leche.
- Identificación sobre lo que se debe comer después de almuerzo.
- Orden de consumo de alimentos antes del almuerzo.
- Cantidades de consumo de alimentos diario.
- Cantidad de consumo de alimentos diario como la carne, leche, fruta y pan.
- Cantidad de consumo de verduras.
- Cantidad de veces al día para la alimentación.
- Cantidad de veces a la semana para la alimentación.
- Reconocimiento de los alimentos básicos.
- Función alimenticia de la leche, carne y huevos.
- Alimentos que dan energía.
- Efectos y ventajas de una buena alimentación.
- Alimentos protectores de enfermedades.
- Importancia del consumo de agua.

Escala de medición: Ordinal (Anexo N° 01)

3.3. Población, muestra y muestreo

3.3.1. Población

Se constituyó por 1 director, 1 Sub director, 1 secretaria, 3 docentes, 1 auxiliar, 90 estudiantes 60 del sexo femenios y 30 estudiantes de sexo masculino de

las edades de 3 a 5 años y 90 madres de familia pertenecientes a la I.E. "San Juan Bautista" del distrito Veintiseis de Octubre de la ciudad de Piura.

3.3.2. Muestra

La muestra se constituyó de 80 mamás pertenecientes a la institución educativa "San Juan Bautista" del nivel inicial de los niños de 3 a 5 años de edad del distrito Veintiseis de Octubre de Piura.

3.3.3. Tipo de muestreo

Este fue no probabilístico, el cual se basó de acuerdo a los aspectos característicos del estudio investigativo, considerando que los elementos a elección, no están sujetos a la probabilidad, de ahí que la muestra fue por conveniencia debido a que la elección son los elementos los mismos que no dependen explícitamente de ser representativos o no según la población que se analizó. (40)

Criterios de inclusión

Para madres

- Madres que se encargan directamente del cuidado del niño/a.
- Madres que accedieron voluntariamente al estudio.
- Mamás de estudiantes de 3 a 5 años de edad.

Niños

- Niños/as registrados en el año académico 2020.
- Niños/as de inicial con edades de 3 a 5 años de edad.
- Niños/as aparentemente sanos.

Criterios de Exclusión

Madres

- Madres que dejan al cuidado de otro familiar al niño/a
- Madres con algún tipo de dificultad en su salud.
- Madres que no asistieron a la totalidad de las sesiones del taller.

- Aquellas que no terminaron de responder la totalidad de las preguntas de la encuesta.

Niños

- Niños/as que presentan alguna afección médica.
- Que sean menores a los 3 años y/o mayores a los 5 años de edad.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

3.4.1. Técnica

Encuesta: Es un procedimiento en el cual se aplica un instrumento de recolección de datos haciendo uso de la vía web, cuyo objetivo es recabar información actual en una muestra determinada. (35) (Anexo N° 02)

3.4.2. Instrumento

Se utilizó un cuestionario con preguntas cerradas a fin de estimar los niveles de conocimientos maternos según la nutrición en los preescolares (EDNCMNP) propuesta por Carrascal y Pineda (2016), el cual puede ser aplicado de manera individual y/o grupal a las madres de niños en edades de 3 a 5 años de edad de preescolar, desarrollándose en un tiempo aproximado de 15 minutos. El instrumento se conformó de 20 preguntas, donde los ítems a responder tienen las opciones de respuesta en a, b y c; donde la respuesta correcta le corresponden 2 puntos y la incorrecta le equivale igual a 0. Así mismo se lograr obtener el diagnóstico de alto, medio y bajo.

Respecto a la validez y confiabilidad del instrumento, se tomó de referencia el obtenido por el estudio Carrascal y Pineda en 2016, donde determinaron la validez de contenido mediante tres profesionales de enfermería del área niño. Así mismo determinaron la validez de constructo mediante el coeficiente de correlación r de Pearson el cual fue de 0.652 con probabilidad 0.02 evidenciando la validez del instrumento. (36)

En cuanto a la confiabilidad de la encuesta, se obtuvo a través del coeficiente alfa de cronbach el cual fue igual a 0.789, siendo un coeficiente aceptable de fiabilidad. (37) (Anexo N° 02)

3.5. Procedimientos

Se recabó información de diversos medios a través de la red informática de internet, de libros, revistas, estadísticas, entre otras. Así mismo se envió una solicitud de aplicación del instrumento con la institución elegida, para el permiso correspondiente. Durante la evaluación con la población de estudio se indicó los alcances de la investigación, así como su libre disposición para participar de la misma, así mismo se despejó sus dudas e inquietudes durante la misma. Finalmente, se les agradeció por su colaboración. (Anexo N° 04)

3.6. Métodos de análisis de datos

Los resultados fueron detallados a través de la estadística descriptiva, por la cual se hizo un resumen de la información tablas (38). Este análisis se hizo con el uso del software estadístico SPSS versión 22, y también con otro medio que sirvió para la organización de los datos como fue el MS Excel 2013.

3.7. Aspectos éticos

Los aspectos éticos como la Beneficencia es hacer el bien a los seres humanos, no maleficencia realizar el estudio sin causar daño, manteniendo la confidencialidad a la población de estudio, Autonomía permitir que la madre tenga su libre participación y sobre todo expresen sus conocimientos sin ser manipuladas las respuestas, justicia valorar la información.

IV. RESULTADOS

TABLA 1. Prueba de normalidad del instrumento

Variable	Pre-test y Postest		
	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
General:	,243	87	,000
Conocimiento sobre la nutrición			
Dimensión 1: Conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos	,264	87	,000
Dimensión 2: Conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos	,285	87	,000
Dimensión 3: Clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones.	,358	87	,000

Fuente: Encuesta aplicada a 80 madres de familia de hijos pertenecientes a la I.E. "San Juan Bautista"

De la Tabla 1: De acuerdo con la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov^a, la distribución de las puntuaciones, fueron a nivel general = 0.00, y en las dimensiones, como la dimensión 1 fue = 0.00, en la dimensión 2 fue = 0.00 y en la dimensión 3 fue = 0.00, siendo coeficientes significativos ($p < 0.01$), implicando que tanto a nivel general como en sus dimensiones existe una distribución distinta a la normal. Dichos resultados sugieren el uso de la prueba no paramétrica de los rangos con signo de Wilcoxon.

O1: Identificar de qué manera se encuentra el nivel de conocimiento de nutrición antes de aplicar el taller de nutrición en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.

TABLA 2. Nivel de conocimientos sobre la nutrición antes de aplicar el Taller de nutrición

Niveles	Conocimiento de Nutrición: Pretest	
	Frecuencias	Porcentajes
Bajo	78	89,7%
Medio	9	10,3%
Alto	0	,0%

Fuente: Encuesta aplicada a 80 madres de familia de hijos pertenecientes a la I.E. "San Juan Bautista"

De la tabla 2: De acuerdo a los conocimientos de las madres sobre la nutrición antes de aplicar el Taller de nutrición se obtuvo una predominancia del 89,7% de las madres, las cuales poseían un nivel bajo de conocimientos de nutrición, seguida de un 10,3% con un nivel medio.

O2: Identificar en qué medida el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.

TABLA 3. *Conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos pretest – postest.*

Estadísticos de contraste^b	
Conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos: pretest - postest	
Z	-8,238 ^a
Sig. asintót. (bilateral)	.000

Fuente: Encuesta aplicada a 80 madres de familia de hijos pertenecientes a la I.E. "San Juan Bautista"

De la tabla 3: Según la prueba no paramétrica de rangos con signo de Wilcoxon, el mismo evidenció un nivel de significancia de .000, sobre la valoración de las puntuaciones entre el pretest y el postest de la dimensión Conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos. En ese contexto, se acepta la hipótesis alterna y se determina que el taller de nutrición incrementó significativamente los niveles de conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.

O3: Identificar en qué medida el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.

TABLA 4. *Conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos en el pretest y postest.*

Estadísticos de contraste^b	
Conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos: pretest – postest	
Z	-8,219 ^a
Sig. asintót. (bilateral)	.000

Fuente: Encuesta aplicada a 80 madres de familia de hijos pertenecientes a la I.E. “San Juan Bautista”

De la tabla 4: De acuerdo a la prueba no paramétrica de rangos con signo de Wilcoxon, el mismo evidenció un nivel de significancia de .000, sobre la valoración de las puntuaciones entre el pretest y el postest de la dimensión Conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos. Por tanto, se acepta la hipótesis alterna y se establece que el taller de nutrición incrementó significativamente los niveles de conocimientos de los principales alimentos de la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.

O4: Identificar en qué medida el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.

TABLA 5. *Conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones pretest – postest.*

Estadísticos de contraste^b	
Conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones: pretest - postest	
Z	-8,230 ^a
Sig. asintót. (bilateral)	.000

Fuente: Encuesta aplicada a 80 madres de familia de hijos pertenecientes a la I.E. "San Juan Bautista"

De la tabla 5: Según la prueba no paramétrica de rangos con signo de Wilcoxon, el mismo evidenció un nivel de significancia de .000, sobre la valoración de las puntuaciones entre el pretest y el postest de la dimensión Conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones. En esa línea, se acepta la hipótesis alterna y se establece que el taller de nutrición incrementó significativamente los niveles de conocimientos de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.

O5: Identificar de qué manera se encuentra el nivel de conocimiento de nutrición después de aplicar el taller de nutrición en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.

TABLA 6. Nivel de conocimientos sobre la nutrición después de aplicar el Taller de nutrición

Niveles	Conocimiento de Nutrición Postest	
	Frecuencia	Porcentajes
Bajo	0	,0%
Medio	23	26,4%
Alto	64	73,6%

Fuente: Encuesta aplicada a 80 madres de familia de hijos pertenecientes a la I.E. "San Juan Bautista"

De la tabla 6: Según los conocimientos de las madres sobre la nutrición después de aplicar el Taller de nutrición se obtuvo una predominancia del 73,6% de las madres, las cuales poseían un nivel alto de conocimientos de nutrición, seguida de un 26,3% con un nivel medio.

OG: Determinar en qué medida el Taller de nutrición incrementará el nivel de conocimiento en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista-Piura.

TABLA 7. Prueba de hipótesis del conocimiento sobre la nutrición en el pretest y postest

Estadísticos de contraste^b	
Conocimiento sobre la nutrición:	
pretest – postest	
Z	-8,195 ^a
Sig. asintót. (bilateral)	.000

Fuente: Encuesta aplicada a 80 madres de familia de hijos pertenecientes a la I.E. "San Juan Bautista"

De la tabla 7: De acuerdo a la prueba no paramétrica de rangos con signo de Wilcoxon, el mismo evidenció un nivel de significancia de .000, sobre la valoración de las puntuaciones entre el pretest y el postest de la variable Conocimiento sobre la nutrición. En consecuencia, se acepta la hipótesis alterna y se determina que el taller de nutrición incrementa significativamente el nivel de conocimiento en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.

V. DISCUSIÓN

La presente investigación se denominó; “Taller de nutrición para mejorar el nivel de conocimiento en madres de los niños de 3 – 5 años de la I.E. San Juan Bautista Piura”. En esa línea la nutrición, tiende a definirse como un grupo de informaciones almacenadas, mediante los aprendizajes o experiencias de mamá de acuerdo a la nutrición, en la cual tiende a lograr poner en práctica dichas informaciones en aspectos efectivos que optimizan la calidad de atención en los preescolares. (13)

De cara al objetivo específico 1, antes de aplicar el Taller de nutrición se apreció una predominancia del 89,7% de las madres, las cuales poseían un nivel bajo de conocimientos de nutrición, seguidas de un 10,3% en niveles medios de conocimientos de nutrición. Estos resultados se contrastan con el estudio de Carrascal y Pineda (14), en su estudio, la eficacia de plan, “Yo como sano”, hallando niveles de conocimientos con mamás previo a su programa en el pre test, del 53.2% de mamás presentaban un nivel de conocimientos medio, y un 40% bajo. Así mismo el estudio de Chani (15), sobre la consultoría de nutrición antes de la misma se halló un 65 % de mamás que poseían un conocimiento de nutrición deficiente, y un 35% regular, de la misma manera el estudio de Rojas et al. (10), sobre el nivel de conocimientos de nutrición infantil en madres y embarazadas fue deficiente en un 28,8% antes de aplicar su plan de didáctico.

En esa medida podemos afirmar que nuestro estudio posee una mayor prevalencia de desconocimiento de nutrición de las madres, infiriendo de esta manera que la prioridad principal de la nutrición infantil ha de ser proporcionarles a los niños la cantidad adecuada de nutrientes, fibra y calorías esenciales para mantener el crecimiento apropiado, maximizar el desarrollo intelectual y promover la salud, mientras que se previene el aumento de peso excesivo. Por ello la dieta de los niños debe incluir una variedad de alimentos con una alta proporción entre nutrientes y calorías (19), la misma que solo será suficientemente adecuada cuando las madres como principal agente socializador que interactúa con los niños posea el conocimiento suficiente. No obstante, la realidad en el Perú, sobre los problemas de nutrición en preescolares de acuerdo con el índice de Alimentación Saludable, indican un aproximado de 75% de preescolares a los que urge que se mejore su

salud nutricional por falta de hierro (causal de retraso de maduración cognitiva y del lenguaje, crecimiento inadecuado y anemia).

Por su lado en respuesta al objetivo específico 2, la prueba no paramétrica de rangos con signo de Wilcoxon, obtuvo un nivel de significancia de 0.00, entre el pretest y el posttest, determinando que el taller de nutrición incrementa significativamente el nivel de conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos. Este resultado se relaciona con el estudio de Rojas et al. (10) quienes pretendieron analizar el nivel de conocimientos de nutrición infantil en madres y embarazadas luego de aplicar un plan didáctico y donde determinaron un efecto significativo ($p < 0,05$) de dicho plan. Así mismo de acuerdo al periodo del año 2018, se halló que 200 millones de niños menores de cinco años sufrían de retardo en el desarrollo o adelgazamiento crónico, en tanto que por lo menos 340 millones sufrían de hambre oculta (2). De esta forma (3) la cercanía de un 45% de muertes de niños 5 años se asocian a la desnutrición.

En ese contexto y de acuerdo a nuestros resultados es necesario señalar que una alimentación balanceada durante la primera infancia no solo se refleja en un mejor estado de salud en términos biológicos. También se ha encontrado que los niños mejor alimentados se desempeñan significativamente mejor en la escuela, sobre todo porque desarrollan un mayor aprendizaje por año de escolaridad (29), un mejor crecimiento y desarrollo, para los logros educativos (25), además se tener impactos positivos a lo largo de la vida en base a los aspectos evolutivos mentales, físicos como sociales (24). De ahí la necesidad imperante de promover fehacientemente el conocimiento sobre la nutrición, compartiendo el hecho que de la (25) nutrición adecuada a las necesidades particulares de cada uno de los niños y niñas es un requerimiento básico para el mantenimiento de la salud.

Respecto al objetivo específico 3, la prueba no paramétrica de rangos con signo de Wilcoxon, el mismo arrojó un nivel de significancia igual a 0.00, sobre el pretest y el posttest determinando que el taller de nutrición incrementa significativamente el nivel de conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos. En esa línea nuestro resultado se contrasta con el estudio de Carrascal y Pineda (14),

de acuerdo a la eficacia del programa educativo “Yo como sano”, el mismo generó un aumento de más del 40% en el nivel de conocimiento materno sobre nutrición de preescolares ($p= 0.00<0.01$). Siendo estos resultados relevantes dado que entre los 3 a 5 años los infantes deben, de forma gradual, cambiar de dieta a una cuyo aporte sea del 30% del total de energía en forma de grasa (1/3 saturada). Una dieta que aporte al niño menos del 30% de energía que proceda de lípidos, puede no brindarle las suficientes calorías para crecer, aclarando que si la ingesta de grasa es adecuada (no excesiva), no incrementa los riesgos de enfermedad cardiovascular a futuro. (26). De ahí la importancia de que los niños sigan una alimentación saludable no únicamente para sus necesidades durante este período de crecimiento y de cambios, sino también por el impacto posterior sobre varios aspectos de su salud. (27).

En esa medida nuestros resultados no llevan a destacar la necesidad de requisito promover y planear en los centro de salud, tácticas que integren planes académicos de nutrición sobre las mamás de niños, las cuales asisten al control de los menores en apoyo del personal de enfermería, de ahí que también es adecuado la integrar de los grupos de salud en las unidades escolares por medio de sesiones educativas en razón de la nutrición en la infancia, para consolidar el entendimiento y comprensión en mamás de niños pequeños además de prevenir futuros inconvenientes en la salud del niño.

Por su lado el objetivo específico 4, según la prueba no paramétrica de rangos con signo de Wilcoxon, arrojó un nivel de significancia de 0.00, entre el pretest y el posttest, por lo que se determinó que el taller de nutrición incrementa significativamente el nivel de conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones. De acuerdo a los resultados, cabe señalar que la niñez tiende a ser las fases más relevantes de la vida (21), si se parte de una nutrición sana, completa y en equilibrio, se puede desarrollar mejor tanto en lo físico como en lo intelectual. (22). De ahí que la Unicef (29) señala que el programa alimenticio de los niños debe incluir los micronutrientes, como yodo, hierro y vitaminas, especialmente la A, necesarias para producir las enzimas y hormonas indispensables para la regulación del crecimiento, y el funcionamiento del sistema inmunológico y del aparato reproductivo. De esa manera la contribución

en la muestra de estudio es significativa en su contribución dado que el aporte constatado evidencia la adquisición de conocimientos que le permitan manejar con mayor autonomía y seguridad hacia la nutrición de sus menores hijos, más aún teniendo en cuenta que según la ENDES mostraron en Piura en lo que fue del 2018 un, 44.2% que menores de 6 a 36 meses con estados anémicos, sumado a ello 13.1% en infantes menores a los cinco años con desnutrición crónica. Además existen casos de tales muertes y 51 de ellos están registrados en la región (7).

Según el objetivo específico 5, los niveles de conocimientos de las madres sobre la nutrición, después de aplicar el Taller de nutrición, se incrementaron predominantemente en un 73,6% de las madres, las mismas que poseían niveles altos de conocimientos de nutrición, seguidas del 26,3% de madres con nivel medios de conocimientos de nutrición. Nuestros resultados se asocian positivamente en el incremento significativo de mejora en el conocimiento de las madres, donde el estudio de Varillas (13), según la nutrición y la nutrición complementaria sobre los entendimientos y buenas prácticas arrojó un postest del 100% de mamás con un nivel de entendimiento prominente y el 88.5% tuvo buenas prácticas. Así mismo la investigación de Carrascal y Pineda (14), sobre su programa educativo “Yo como sano”, en el postest demostró que un 50.1% de mamás consiguieron un nivel medio, un 43.3 % alto; y un 6.6 % bajo. El estudio de Rojas et al. (10), el nivel de conocimientos de nutrición infantil en madres y embarazadas fue bueno en un 60,8% después de aplicar su plan de didáctico, en tanto que el estudio de Chani (15), sobre la consultoría de nutrición y prácticas de mamás posterior a la consultoría alcanzó al 100% de las madres en niveles eficientes de conocimiento de nutrición. De acuerdo a los resultados, determinar que es necesario generar proyectos y programas preventivos de capacitación sobre la nutrición en las mamás de familia (10), pero también en aquellos que aún están embarazadas las cuales proyectan entrar a un nuevo mundo maternal que necesita el conocimiento necesario para darle un sostén necesario al desarrollo de la salud de su bebés y niños en los primeros años de vida especialmente.

Finalmente, según el objetivo general la prueba de rangos con signo de Wilcoxon, se evidenció un nivel de significancia de 0.00, entre el pretest y el posttest, por lo que se aceptó la hipótesis alterna y se determinó que el taller de nutrición incrementa significativamente el nivel de conocimiento en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista. Dicho resultado guarda relación con el estudio de Sánchez (12) quienes determinaron un cambio significativo ($p=0.000 < 0.01$) entre el pre y posttest de la variable conocimiento materno sobre nutrición saludable y la variable práctica de nutrición saludable de acuerdo al Taller de educación. Cabe señalar que de acuerdo a la Encuesta ENDES (8) donde se informó que entre las áreas más concentradas en la desnutrición en Piura se encuentran; Sapollica, Huarmaca y Carmen de la Frontera, y donde la desnutrición en Piura en niños de cero a seis años aumentó de 15.3% a 15, 9% en 2017 y la anemia solo disminuyó de cinco puntos porcentuales ese año. Los resultados del estudio coinciden la investigación de Arroyo et al. (9) quien puntualizó el implementar programas educativos para la salud desde una visión de tema escolar y familiar facilita adquirir un correcto nivel de entendimientos sobre nutrición saludable en las madres.

VI. CONCLUSIONES

1. Se identificó que el nivel de conocimientos sobre la nutrición antes de aplicar el Taller de nutrición evidenció una predominancia de 89,7% con niveles bajos en las madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.
2. Se determinó que el taller de nutrición incrementó significativamente los niveles de conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista. ($p=0.00<0.01$)
3. Se determinó que el taller de nutrición incrementó significativamente los niveles de conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista. ($p=0.00<0.01$)
4. Se determinó que el taller de nutrición incrementó significativamente los niveles de conocimiento de la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista. ($p=0.00<0.01$)
5. Se identificó que el nivel de conocimientos sobre la nutrición después de aplicar el Taller de nutrición evidenció una predominancia del 73,6% con niveles altos en las madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.
6. Se determinó que el taller de nutrición incrementó significativamente los niveles de conocimiento en madres de niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista. ($p=0.00<0.01$)

VII. RECOMENDACIONES

- Que el Director de la I.E San Juan Bautista – Piura tenga una alianza de coordinación con el Centro de Salud Santa Julia, para que las representantes del Centro de Salud realicen una charla de nutrición mensual y después se les aplique unas test para mejorar los conocimientos de las madres de la I.E San Juan Bautista- Piura.
- Que el Director de la I.E San Juan Bautista – Piura coordine con la Jefa de Enfermería y Nutricionista del Centro Salud Santa Julia para que se realice charlas educativas y seguir mejorando los conocimientos sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos
- Se sugiere que el Director de la I.E San Juan Bautista trabajen de la mano con los (as) representantes del Centro Salud Santa Julia para realizar sesiones educativas y demostrativas para fortalecer los conocimientos acerca del conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos en madres de niños de 3 -5 años de dicha Institución.
- Que el Director de la I.E San Juan Bautista coordine con la enfermera del Centro Salud para que una vez al mes supervisen las loncheras que envían las madres a sus hijos para ver la mejora sobre la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares.
- Que el Director de la I.E San Juan Bautista coordine con el personal del Centro Salud para que realicen talleres para seguir fortaleciendo los conocimientos sobre la nutrición en las madres de los prescolares.
- Que el Director de la I.E San Juan Bautista – Piura coordine con la Jefa encargada del Centro Salud Santa Julia para que desarrollen talleres de nutrición donde se favorezca los conocimientos de las madres de familia sobre la correcta nutrición en los escolares.

REFERENCIAS

1. UNICEF. Desnutrición. [Online].; 2016 [cited 2020 Marzo 10. Available from: <https://cutt.ly/XtWyGzM>.
2. UNICEF. Niños, alimentos y nutrición. Crecer bien en un mundo en transformación. [Online].; 2019 [cited 2020 Marzo 10. Available from: <https://cutt.ly/PtWyFbK>.
3. Organización Mundial de la Salud. Nutrición. [Online].; 2018 [cited 2020 Marzo 14. Available from: <https://cutt.ly/DtWyb1j>.
4. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura - FAO. Aumentan las cifras de pobreza infantil en Europa. [Online].; 2014 [cited 2020 Marzo 13. Available from: <https://cutt.ly/gtWyRAL>.
5. Organización Panamericana de la Salud - OPS. Nutrición. [Online].; 2018 [cited 2020 Marzo 14. Available from: <https://cutt.ly/atWyn42>.
6. ANDINA. INEI: Desnutrición infantil disminuyó 5,3% en los últimos 5 años en Perú. [Online].; 2019 [cited 2020 15 Marzo. Available from: <https://cutt.ly/3tWysbS>.
7. Diario El Tiempo. Anemia y desnutrición infantil van en aumento en toda la región Piura. 2019 Febrero.
8. Diario El Tiempo. Preocupa el aumento de la anemia y desnutrición crónica infantil en Piura. 2018 Abril.
9. Ministerio de Salud - MINSA. Dirección Ejecutiva de Prevención de Riesgo y Daño Nutricional - DEPRYDAN. Requerimientos de energía para la población peruana. [Online].; 2015a [cited 2020 Marzo 14. Available from: <https://cutt.ly/ltWyxMC>.
10. Rojas J, al. e. Evaluación en el nivel de conocimiento de las madres después de aplicada una estrategia educativa. Venezuela 2015. [Online].; 2015 [cited 2020 Marzo 14. Available from: <https://cutt.ly/HtWyTAg>.
11. Perdomo C, al. e. Impacto de un programa comunitario para la malnutrición infantil. [Online].; 2013 [cited 2020 Marzo 12. Available from: <https://cutt.ly/9tWyQJf>.

12. Sánchez A. Efectos de un Programa Educativo sobre el nivel de conocimientos y prácticas de alimentación saludable en madres de niños en etapa preescolar. Centro de Salud Santa Rosa- Río Seco. [Online].; 2018 [cited 2020 Marzo 13. Available from: <https://cutt.ly/StWyUFX>.
13. Varillas M. Efectividad de un programa de educación nutricional en la mejora de conocimientos y prácticas en alimentación complementaria. [Online].; 2018 [cited 2020 Marzo 14. Available from: <https://cutt.ly/etWyHVx>.
14. Carrascal M, Pineda G. Efectividad de un programa educativo en el nivel de conocimiento materno sobre nutrición en preescolares. [Online].; 2016 [cited 2020 Marzo 12. Available from: <https://cutt.ly/8tWygDB>.
15. Chani A. Influencia de la consultoria Nutricional en los conocimientos practicos de madres y su recuperacion en el estado nutricional y niveles de hemoglobina en niños de 6 meses del C.S. Hunter - Arequipa, 2014-2015. [Online].; 2015 [cited 2020 Marzo 13. Available from: <https://cutt.ly/8tWyhlu>.
16. Villena R. Intervención educativa: conocimiento y prácticas sobre prevención de anemia en cuidadores de niños de 6 - 36 meses. [Online].; 2018 [cited 2020 Marzo 14. Available from: <https://cutt.ly/btWyKur>.
17. Fernández C, Menacho C. Efectividad de un programa educativo en el nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica en madres con niños menores de 3 años que asisten al establecimiento de salud I-4 Santo Domingo. Piura. 2018. [Online].; 2018 [cited 2020 Marzo 13. Available from: <https://cutt.ly/xtWyk4Z>.
18. Roth R. Nutrición y Dietoterapia. 9th ed. México: McGraw Hill; 2009.
19. Palmisano J. Gale Enciclopedia de la Medicina España: Farmington Hills; 2018.
20. Instituto Nacional de Salud – CENAN. Estado nutricional en niños y gestantes de los establecimientos de salud del ministerio de salud Lima; 2014.
21. Zapata R. Educación y salud en una sociedad globalizada España: Universidad de Almería; 2015.
22. Ministerio de Salud - MINSA. Indicadores Trazadores. [Online].; 2015b [cited 2020 Marzo 14. Available from: <http://www.minsa.gob.pe/>.

23. Frontera P, Cabezuelo G. Cómo alimentar a los niños. Guía para padres España: Amat; 2013.
24. Ramírez R, al. e. Condición física, nutrición, ejercicio y salud en niños y adolescentes Colombia: Universidad del Rosario; 2016.
25. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura - FAO. El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo Roma: OMS; 2018.
26. Ministerio de Salud - MINSA. Nutrición por etapa de vida. [Online].; s/f. [cited 2020 Marzo 13. Available from: http://www.minsa.gob.pe/diresahuanuco/NUTRICION/documentos/Alimenta_Escolar_de_3_a_5.pdf.
27. Allan W, Humphries C. Alimentación sana para niños Buenos Aires: Paídos; 2011.
28. Manual de enfermería Lima: Lexus; 2008.
29. Amar J, Martínez M. El ambiente imperativo. Un enfoque integral del desarrollo infantil Colombia: Universidad del Norte; 2011.
30. Álvarez L. Desnutrición infantil, una mirada desde diversos factores. [Online].; 2020 [cited 2020 Marzo 15. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7099919>.
31. Soriano J. Nutrición y cooperación al desarrollo España: Universidad de Valencia; 2010.
32. Cortés A, al. e. Crianza, nutrición y desarrollo infantil en niños de Sonora y del Estado de México. Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios. 2018 Marzo; 9(2).
33. Catañeda C. La investigación y la pirámide de la evidencia. Revista UNIANDES Episteme. 2014; 1(3): p. 257 - 266.
34. Niebles W, Hoyos L, De La Ossa J. Organizational climate and teaching performance in private universities of Barranquilla. Revista Saber, Ciencia y Libertas. 2019; 14(2): p. 283 - 294.

35. Macias J, Valencia A, Montoya I. Involved factors in the research results transfer in higher educational institutions. *Revista chilena de ingeniería*. 2018; 26(3): p. 528 - 540.
36. Martínez M, Trina M. Caracterización de la validez y confiabilidad en el constructo metodológico de la investigación social. *Revista electrónica de Humanidades, Educación y Comunicación Social*. 2015; 10(29): p. 107 - 127.
37. Medina L. La evaluación en el aula reflexiones sobre sus propósitos, validez y confiabilidad. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*. 2018; 15(2): p. 34 - 50.
38. Rendón M, Villasís M, Miranda M. Estadística descriptiva. *Revista Alergia Mexico*. 2016; 63(4): p. 397 - 407.

Anexo 1. Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Taller de nutrición	Comportamientos específicos que caracterizan a las madres en la forma de alimentación de sus hijos.	Alimentos proporcionados por la madre nutritivos de acuerdo a la necesidad del niño(a); así como alimentos no saludables.	Alimentos Formadores o constructores	- Carnes, vísceras, pescado, huevos, y lácteos.	Nominal
			Alimentos Reguladores	- Verduras, frutas y legumbres.	
			Alimentos energéticos	- Papa, aceite vegetal, frutas, cereales, pescado.	
			Alimentos no saludables	- Snacks, gaseosas, golosinas.	

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
<p>Nivel de conocimientos</p>	<p>Conjunto de información almacenada, mediante el aprendizaje o la experiencia de las madres sobre nutrición, logrando convertir dichos datos e información en acciones efectivas que mejoren la calidad en el cuidado del preescolar.</p>	<p>Es toda aquella información que tienen las madres sobre la nutrición la cual será medida mediante una escala compuesta por 20 ítems y se categorizan en: alto nivel de conocimiento, nivel promedio, bajo nivel de conocimientos.</p>	<p>Conocimiento sobre las cantidades de alimentos que debe comer su niño según la pirámide de alimentos</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificación sobre lo que se debe comer después de almuerzo ▪ Orden de consumo de alimentos antes del almuerzo ▪ Cantidades de consumo de alimentos diario ▪ Cantidad de consumo de alimentos diario como la carne, leche, fruta y pan ▪ Cantidad de consumo de verduras ▪ Cantidad de veces al día para la alimentación ▪ Cantidad de veces a la semana para la alimentación 	<p>Ordinal</p>
			<p>Conocimiento de los principales alimentos de la</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grado de conocimiento de la alimentación balanceada 	

			pirámide de alimentos	<ul style="list-style-type: none">▪ Conocimiento de alimentos que generan energía y fuerza▪ Conocimiento del reemplazo y carnes y leche	
			Clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones.	<ul style="list-style-type: none">▪ Reconocimiento de los alimentos básicos▪ Función alimenticia de la leche, carne y huevos▪ Alimentos que dan energía▪ Efectos y ventajas de una buena alimentación▪ Alimentos protectores de enfermedades▪ Importancia del consumo de agua	

CUESTIONARIO

TALLER DE NUTRICIÓN PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO EN MADRES DE LOS NIÑOS DE 3 - 5 AÑOS DE LA I.E SAN JUAN BAUTISTA.

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Edad de la madre: _____
- 1.2. Edad del niño: _____
- 1.3. N° de hijos: _____
- 1.4. Grado de instrucción de la madre:
 - a. Primaria: () completa
 - b. Secundaria: () completa
 - c. Superior: () completa

II. PREGUNTAS ESPECÍFICAS DEL TEMA

MARQUE CON UN ASPA (X) O ENCIERRE EN UN CÍRCULO LA RESPUESTA QUE CREA USTED CORRECTA EN CADA PREGUNTA QUE A CONTINUACIÓN SE LE PRESENTA:

1. ¿Alimentación balanceada es?
 - a) Darle a mi niño alimentos que le den energía, lo protejan y permitan su crecimiento.
 - b) Darle a mi niño alimentos de 4 a 5 veces al día.
 - c) Darle a mi niño los alimentos necesarios que el prefiera y sea de su agrado.

2. ¿Cuántas veces al día debe comer carne su niño?
 - a) Una vez al día.
 - b) Tres veces al día.
 - c) Cinco veces al día.

3. ¿Cuáles son los alimentos básicos en la alimentación diaria del niño?
 - a) Carnes, frejoles, leche y lentejas.

- b) Huevos, fruta, lentejas, chocho y verduras.
 - c) Leche, carnes, verduras, arroz, lentejas y fruta.
4. ¿Para qué le sirve la leche, carne y huevos al niño?
- a) Darle energía y fuerza al niño.
 - b) Formar los huesos y músculos para el crecimiento del niño.
 - c) Para que mejore su rendimiento escolar.
5. ¿Qué debe comer su niño después del almuerzo?
- a) Frutas y verduras.
 - b) Frejoles y lentejas.
 - c) Galletas y frugos.
6. ¿Cuál de estos alimentos le dan energía y fuerzas al niño?
- a) Frutas, pallares y frijoles.
 - b) Papa, arroz, pan y fideos.
 - c) Frutas y verduras.
7. ¿Con que otro alimento debo reemplazar las carnes?
- a) Papas y arvejas.
 - b) Plátano frito y frejoles.
 - c) Sangrecita, hígado y menestras.
8. ¿Qué cantidad de carne aproximadamente debe comer diariamente un niño de 4 años?
- a) Una pierna de pollo.
 - b) La mitad de una pierna de pollo.
 - c) Una pierna y media de pollo.
9. ¿Qué cantidad de leche debe tomar diariamente un niño de 3-5 años?
- a) Una taza de leche (1/4 litro).

- b) Dos tazas de leche (1/2 litro).
- c) Tres tazas de leche (3/4 litro).

10. ¿Cuántas frutas cree usted que debe comer su niño?

- a) Una fruta.
- b) Dos frutas.
- c) De 4 a 5 frutas.

11. ¿Cuántos panes debe de comer su niño al día?

- a) Un pan.
- b) Dos panes.
- c) Tres panes.

12. ¿Con que alimentos debo reemplazar la leche?

- a) Chocho, trigo, quinua y yuca.
- b) Haba, frejol, papa y camote.
- c) Queso, soya, huevos y quinua.

13. ¿Una buena alimentación ayuda al niño a?

- a) Crecer adecuadamente en relación con el peso y talla.
- b) Desarrollar su capacidad intelectual, social y psicomotora.
- c) a y b

14. ¿Cuál de estos alimentos protegen al niño de enfermedades?

- a) Papas, maíz y lentejas.
- b) Avena, arroz y fideos.
- c) Frutas y verduras.

15. El agua es importante para el niño. ¿Por qué?

- a) Calma la sed.

- b) Ayuda en su crecimiento.
- c) Favorece la digestión y mantiene la temperatura del cuerpo.

16. ¿Cuántas veces al día cree usted que su niño(a) debe consumir verduras?

- a) 4 veces.
- b) 5 veces.
- c) 6 veces.

17. ¿Qué tipo de alimento debe comer primero su niño(a) en el almuerzo?

- a) Fruta.
- b) Sopa.
- c) Segundo.

18. ¿Cuáles son las ventajas de una alimentación saludable?

- a) Calma su hambre.
- b) Ayuda a la inteligencia del niño.
- c) Favorece su peso y una talla adecuada para su edad.

19. ¿Cuántas veces al día debe comer su niño?

- a) 2 veces.
- b) 3 veces.
- c) 5 veces.

20. ¿Cuántas veces a la semana debe consumir pescado su niño?

- a) 2 veces.
- b) 3 veces.
- c) 4 veces.

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 3. Ficha técnica

Ficha técnica del instrumento de la Encuesta para determinar el nivel de conocimiento materno sobre nutrición en el preescolar (EDNCMNP)

Criterio	Información
Nombre del instrumento	Encuesta para determinar el nivel de conocimiento materno sobre nutrición en el preescolar (EDNCMNP)
Autor	Carrascal y Pineda
Año	2016
País	Perú
Procedencia	Universidad Nacional de Trujillo
Adaptación	Hurtado Troncos, Leticia y Velásquez Huamán, Eida
Año	2020
País	Perú
Objetivo	Proponer un Taller de nutrición para incrementar el nivel de conocimiento en madres de los niños de 3 -5 años de la I.E. San Juan Bautista.
Dimensiones	D3. Conocimiento de los principales alimentos de la pirámide de alimentos. D2. Conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos. D3. Clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares y funciones.
Escala	Escala ordinal
Aplicación	Se aplicará individualmente
Duración	15 minutos
Ítems	20

2.5. INSTRUMENTO:

Para la recolección de información del presente trabajo de investigación se utilizaron dos instrumentos:

- A. Encuesta para determinar el nivel de conocimiento materno sobre nutrición en el preescolar (EDNCMNP) (Anexo 1); este instrumento ha sido diseñado por MINSA (2007) con 10 ítems, reestructurado por Gil y Morillo (2009) a 15 ítems; y modificado por Carrascal y Pineda (2016) a 20 ítems, con la finalidad de obtener un instrumento altamente confiable (la confiabilidad aumenta mientras más ítems presentes el instrumento), el cual además está enfocado en el desarrollo

- 31 -

del programa. Fue aplicado a los participantes en dos momentos, antes y después del programa educativo y consta de:

A.1. Datos Generales de la Madre:

Incluye datos del entrevistado: Edad, grado de instrucción y número de hijos.

A.2. Nivel de Conocimientos sobre Nutrición en el Preescolar:

2.6.2. Validez:

La validez del contenido del instrumento se obtuvo a través de la coherencia con la base teórica, la operacionalización de la

- 33 -

variable de estudio está encaminada a los objetivos planteados y fue validado mediante juicio de expertos conformado por tres profesionales de enfermería del área niño, cuyos aportes mejoraron el contenido del instrumento a aplicar; para determinar la validez del instrumento se aplicó la tabla de correlación de Pearson que es 0.652 con probabilidad 0.02 que es significativo y el instrumento es válido.

2.6.3. Confiabilidad del Instrumento:

La confiabilidad del instrumento sobre el nivel de conocimiento materno sobre nutrición en preescolares, se determinó a través de la prueba de Alpha de Crombach; obteniéndose los siguientes resultados:

TITULO DEL INSTRUMENTO	NUMERO DE ITEMS	RESULTADO: ALPHA DE CROMBACH
Encuesta para determinar el nivel de conocimiento materno sobre nutrición en el preescolar (EDNCMNE)	20	0.789



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TRUJILLO
FACULTAD DE ENFERMERÍA



DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA DE LA MUJER Y DEL NIÑO

ANEXO 1

**ENCUESTA PARA DETERMINAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO
MATERNO SOBRE NUTRICIÓN EN EL PREESCOLAR (EDNCMNP)**

1. INSTRUCCIONES:

Buenos días señoras madres de familia, en coordinación con el director a cargo de la I.E, estamos ejecutando un proyecto de investigación por lo que solicitamos su colaboración sincera con el llenado del siguiente formulario. Agradecemos anticipadamente su participación.

Autores: Gil y Morillo (2009)

Modificado: Carrascal y Pineda (2016)

A. Datos generales:

1. Edad de la madre:
2. Número de hijos:
3. Grado de Instrucción de la madre:
 - a) Primaria
 - b) Secundaria
 - c) Superior

MARQUE CON UN ASPA (X) O ENCIERRE EN UN CÍRCULO LA RESPUESTA QUE CREA USTED CORRECTA EN CADA PREGUNTA QUE A CONTINUACIÓN SE LE PRESENTA:

1. ¿Alimentación balanceada es?
 - a) Darle a mi niño alimentos que le den energía, lo protejan y permitan su crecimiento.
 - b) Darle a mi niño alimentos de 4 a 5 veces al día.
 - c) Darle a mi niño los alimentos necesarios que el prefiera y sea de su agrado.
2. ¿Cuántas veces al día debe comer carne su niño?
 - a) Una vez al día.
 - b) Tres veces al día.

Anexo 4. Autorización de aplicación de los instrumentos



GOBIERNO REGIONAL PIURA
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN PIURA
UGEL - PIURA



I.E. "SAN JUAN BAUTISTA"
CM Secundaria : 0355883
CM Primaria : 1017284
CM Inicial : 1745603
C. Local : 410766

“Año de la Universalización de la Salud”

Veintiséis de octubre, 28 de octubre del 2020

OFICIO N° 112 -I. E- “SJB”-A.H-SMP-D.

Mg. Clarisa Gómez Romero.
Coordinadora Escuela Enfermería U.C.V.
PRESENTE.

REF : CARTA DE PRESENTACIÓN N°005-2020-GOB-REG.PIURA-U.C. V
ENF-F2/ PIURA.

ASUNTO : COMUNICA RESPUESTA AL DOCUMENTO DE LA REFERENCIA.

Tengo a bien dirigirme al despacho de su digno cargo, con la finalidad de hacerle llegar el saludo cordial a nombre de la Institución Educativa “San Juan Bautista” del Asentamiento Humano San Martín, Distrito 26 de Octubre – Piura, para brindarle las facilidades y apoyo a las estudiantes de Enfermería de la Universidad César Vallejo Filial Piura: **HURTADO TRONCOS Leticia con DNI N° 70381626 y VELASQUEZ HUAMAN Eida con DNI N° 74410100**, para que puedan desarrollar y realizar su Tesis Titulada “ Taller de Nutrición vía web, con los alumnos de 3 a 5 años y de esta Institución Educativa y así Mejorar el Nivel de Conocimiento en las Madres de los niños.

Debiendo hacer las respectivas coordinaciones, con nuestro Sub director del Nivel Primario Profesor: Honorato Yamunaque Inga. (móvil número 966604743)

Sin Otro particular, reitero a Usted los sentimientos de mi mayor consideración y estima personal.

Prof. Javier S. SILVA CARNER
DIRECTOR (E) IESJB

Anexo 5. Cronograma de actividades

N ^a	SESIONES	DESCRIPCION	MATERIALES	HORA	FECHA	RESPONSABLES
1	Presentación de grupo e introducción del tema.	En la primera semana se realizó la presentación del grupo, así mismo se dio a conocer el trabajo de tesis “Taller de nutrición para mejorar el nivel de conocimiento en madres de niños de 3 – 5 años de la I.E. “San Juan Bautista - Piura” por parte del director de dicha institución quien facilitó los datos de los alumnos del nivel inicial para poder identificar la cantidad de alumnado y se realizó la entrega del consentimiento informado como prueba de aceptación para el desarrollo de los talleres.	Documento del consentimiento informado vía virtual.	45 minutos	17/10/2020	Hurtado Troncos, Leticia Velásquez Huaman, Eida
2	Realización del pre test y charla educativa sobre nutrición del pre escolar.	Se realizó la prueba del pre test a las madres de familia para identificar el nivel de conocimiento, se desarrolló la charla educativa sobre nutrición en pre escolar (Definiciones de nutrición y alimentación; características de la alimentación balanceada y las 5 comidas diarias del pre escolar).	<ul style="list-style-type: none"> - Se realizó el pre tés mediante llamada. - Zoom 	45 minutos	24/10/2020	Hurtado Troncos, Leticia Velásquez Huaman, Eida

3	Lavado de manos e higiene en la preparación de los alimentos.	Se brindó la información acerca de los 11 pasos del lavado de manos, junto a ello se realizó la sesión demostrativa acerca de la higiene en la preparación de los alimentos en base a la teoría junto con los integrantes del grupo y las madres de familia toda vía virtual.	<ul style="list-style-type: none"> - Diapositivas y video - Uso de zoom - Papel toalla, jabón líquido, tina, lejía y alimentos (frutas y verduras) 	45 minutos	31/10/2020	<p>Hurtado Troncos, Leticia</p> <p>Velásquez Huaman, Eida</p>
4	Pirámide nutricional y clasificación de alimentos	<p>En esta sesión se realizó el reconocimiento de la pirámide nutricional para identificar la cantidad de los diferentes grupos de alimentos que deben consumir diariamente para mantenerlos saludables, también se realizó la clasificación de alimentos de origen animal, vegetal y minerales (Alimentos energéticos, alimentos constructores, alimentos reguladores, protectores y alimentos no saludable)</p> <p>Retroalimentación mediante rompecabezas y lluvia de ideas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zoom - Diapositivas informativas de la pirámide nutricional - Tríptico de la clasificación de los alimentos vía virtual (zoom y WhatsApp). 	45 minutos	07/11/2020	<p>Hurtado Troncos, Leticia</p> <p>Velásquez Huaman, Eida</p>

5	Lonchera saludable	En esta quinta semana se realizó la descripción de la importancia de la lonchera saludable y los beneficios que trae durante su desarrollo del crecimiento, también se desarrolló rompecabezas de una lonchera saludable durante la semana, lluvia de ideas y sesiones demostrativa de manera virtual.	<ul style="list-style-type: none"> - Diapositivas - Trípticos vía virtual - Imágenes 	45 minutos	14/11/2020	Hurtado Troncos, Leticia Velásquez Huaman, Eida
6	Sesión demostrativa de alimentos nutritivos y balanceados durante el día.	Se realizó la demostración de alimentos nutritivos balanceados durante el día de manera virtual (desayuno, media mañana, almuerzo, merienda y cena) acompañado de diferentes jugos de fruta.	<ul style="list-style-type: none"> - zoom Videos de Platos con alimentos nutritivos del menú del día. - Agradecimiento. 	45 minutos	21/11/2020	Hurtado Troncos, Leticia Velásquez Huaman, Eida
7	Retroalimentación de los talleres brindado y preguntas.	Se realizó la retroalimentación durante las sesiones que se brindó en cada semana a las madres de familia para evaluar lo aprendido mediante lluvias de ideas, preguntas.	<ul style="list-style-type: none"> - Zoom, Preguntas - Material 	45 minutos	24/11/2020	Hurtado Troncos, Leticia Velásquez Huaman, Eida

8	Realización del post test, agradecimiento.	En esta última sesión se realiza la evaluación mediante el post test, así mismo se brinda el agradamamiento a cada madre de familia por su participación durante cada taller.	<ul style="list-style-type: none"> - Agradecimiento - Aplicación del instrumento de evaluación de manera virtual (zoom y WhatsApp). 	45 minutos	28/11/2020	<p>Hurtado Troncos, Leticia</p> <p>Velásquez Huaman, Eida</p>
---	--	---	---	------------	------------	---

Anexo 6. Taller de nutrición Por Sesiones

TALLER DE NUTRICIÓN PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO EN MADRES DE LOS NIÑOS DE 3 – 5 AÑOS DE LA I.E. SAN JUAN BAUTISTA – PIURA

I. DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ Dimensión: Conocimiento sobre las cantidades de Alimentos que deben comer el niño según la pirámide de alimentos.
- ✓ Título: Presentación del Grupo – Pre Test - Nutrición del Pre Escolar
- ✓ Grupo Dirigido: Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura
- ✓ Lugar: “I.E San Juan Bautista – Piura”
- ✓ Fecha: 24/10/2020
- ✓ Duración: Aprox. 45 minutos
- ✓ Responsables: Autores de trabajo de investigación.

II. FINALIDAD

- ✓ La sesión titulada “Nutrición del Pre Escolar” se realizó con la finalidad de mejorar el nivel de conocimiento ya que es la base fundamental antes de realizar cualquier actividad en madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista.

III. OBJETIVOS

3.1 Objetivo general:

- ✓ Brindar información sobre la importancia de la nutrición en la etapa del pre escolar a las madres de los niños de la I.E San Juan Bautista fortaleciendo el conocimiento y la práctica diaria.

3.2. Objetivos específicos:

- Mencionaran cuantas comidas al día debe comer su hijo.
- Mencionaran la importancia de la nutrición en la etapa del pre escolar a fin de prevenir problemas nutricionales

IV. CUADRO DE ACTIVIDADES

Contenidos y objetivos	Materiales educativos	Técnicas y métodos	Duración
SALUDO	Los estudiantes de enfermería realizan el saludo a las: Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura a través de la sala zoom.	Comunicación (Diálogo)	5'
PRESENTACIÓN	Se presenta ante las Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura se les formulo una pregunta para saber si tiene idea de la sesión que se va a desarrollar.	Las participantes responden interactúan y mencionando el tema de la sesión educativa.	5'
DESARROLLO DE LA SESIÓN.	Se les explica lo que vamos a realizar, la sesión demostrativa sobre el tema del Correcto Lavado de Manos, en donde se les va ir explicando paso a paso.	Técnica: Educativa Método: Demostración uso correcto del lavado de manos se hace uso de la herramienta Zoom	30'
DESPEDIDA, AGRADECIMIENTO Y REGISTRO.	Las estudiantes agradecen a las madres por su asistencia. procederá a la toma de captura de foto y se da por finalizado.	Comunicación oral	5'

CONTENIDO DEL TEMA:

La edad del preescolar abarca entre los 3 y 5 años. Según su desarrollo físico, ganan alrededor de 2 Kg. de peso y 7 cm, de talla anuales. En la etapa preescolar, el crecimiento es lento pero continuo y es más notorio su desarrollo cognoscitivo, por lo que la cantidad y calidad de los alimentos, debe ser la necesaria para aportar las sustancias nutritivas que necesitan y habrá que motivarlos para que consuman alimentos en pequeñas cantidades y con mayor frecuencia (Cruz, 2013).

- **NUTRICION:** Es el conjunto de procesos fisiológicos por los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los alimentos

Es un proceso involuntario e inconsciente que depende de procesos corporales como la digestión, la absorción y el transporte de los nutrientes de los alimentos hasta los tejidos.

- **ALIMENTACIÓN:** Es la ingesta de alimentos por parte de la persona para conseguir los nutrientes necesarios para así poder obtener la energía y lograr un desarrollo equilibrado

CARACTERISTICAS DE UNA ALIMENTACION SALUDABLE:

La alimentación debe ser:

- **Variada:** Que contenga a todos los grupos de alimentos y de los distintos alimentos que pertenecen a cada uno de los grupos con la finalidad de disminuir el riesgo de enfermar por carencia o exceso de nutrientes.
- **Suficiente:** Debe aportar la cantidad necesaria de nutrientes. •Si se consume menos cantidad de lo requerido el organismo utiliza sus reservas produciendo una desmejora en el estado nutricional. Si por el contrario existe una sobrealimentación, el resultado será un incremento importante de la grasa corporal (forma de reserva del organismo) que se traduce en un aumento de peso.
- **Balanceada y Armónica:** Los alimentos tienen que guardar una relación de proporción entre sí. Todos los nutrientes interactúan y dependen unos de otros. De allí la importancia de mantener
- **Adecuada:** La alimentación deber ser acorde a la edad, al sexo, talla, contextura física, actividades y los momentos biológicos.

LAS 5 COMIDAS DIARIAS EN LA ETAPA PRESCOLAR:

- **EL DESAYUNO (25 %):** Una buena alimentación comienza con la primera comida del día. La importancia del desayuno radica en que es la primera ingesta luego que el organismo ha estado varias horas sin alimento.

- **MEDIA MAÑANA (10 o 15 %):** Durante años los recreos eran sinónimos de bocado. La lamentablemente los bocadillos han dicho remplazados por comida chatarra, refrescos azucarados, snacks, un conjunto de alimentos que poco contribuyen a equilibrar las dietas de los más pequeños.

- **ALMUERZO (25 o 35 %):** El almuerzo y la cena, son dos momentos en que los niños ingieren una gran cantidad de alimentos de diversa naturaleza. En las comidas nunca debe faltar un alimento rico en hidratos de carbono: arroz, legumbres o pan, pero debe ser equilibrada.

- **MERIENDA (10 o 15 %):** Una vez acabada la jornada escolar. Es el momento para tomar la merienda. Los lácteos, la fruta, son una buena alternativa.

- **CENA (25 %):** Una opción sería una sopa con un segundo plato proteico y un vaso de algún lácteo (leche o yogurt)

V. METODOLOGIA:

- Interactivo
- Expositivo
- Participativa

VI. RECURSOS Y MATERIALES

A) Recursos Humanos:

- ✓ Estudiantes de enfermería responsables de la sesión educativa.
Hurtado troncos, Leticia y Velásquez Huamán, Eida

B) Recursos Materiales

- ✓ Herramienta Zoom
- ✓ Registro de las participantes
- ✓ Materiales para la demostración (Agua, jabón, papel toalla y tina)

TALLER 1: PRESENTACION DEL TEMA - LINK

<https://www.youtube.com/watch?v=Tq5qncdgTKU&list=UUmGwP7ed06utgpF4XXJ9Gng&index=1>

TALLER 2: PRE TES- NUTRICION EN EL PRE ESCOLAR - LINK

https://www.youtube.com/watch?v=SLN_PSaPVKI&list=UUmGwP7ed06utgpF4XXJ9Gng&index=1

**TALLER 1 - 2: LISTA DE MADRES PERTENECIENTES DE LA I.E. SAN JUAN
BAUTISTA - PIURA**

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	APODERADO	DNI MADRE	TELEFONO
3 AÑOS DE EDAD					
1	Abad Castillo Liam Said	79786504	Castillo Calva Yania	75958374	926862373
2	Ayala Calle Efrain Asier	79610934	Ayala Nizama Efrain	43123775	981940225
3	Chunga Pintado Katalina Kristel	90022231	Pintado Carhuallocyo Josefa	44352720	930167040
4	Dominguez Quispe Einsten Leonel	79771885	Quispe Santos Claudia	43835131	948729464
5	Garcia Coveñas Yazumy Elizabeth	79892297	Coveñas Inga Gladys Del Rosario	80508480	962896802
6	Jara Jira Theylor Abel	79859352	Cristobal Jara Villegas-Abuelo	2794511	900835779
7	Jimenez Huamani Max Eduardo	79848106	Huamani Olaya Lourdes Viviana	74842398	962194118
8	Olivares Carrasco Jeiko Gael	79788997	Carrasco Palacios Jennifer Aurora	75086425	922156435
9	Peltroche Guerrero Yurezmy Luany	81797727	Guerrero Bancayan Ana Karina	46320490	902498344
10	Sanchez Mogollon Ana Alicia Del Socorro	90111143	Sanchez Calderon Edgardo Willian	2866307	930543581
11	Sanchez Montalban Elkin Esmid	79619777	Montalban Pintado Evelin Etel	73278026	902633406
12	Sanchez Nonajulca David Sebastian	79759727	Nonajulca Garcia Santos	2848896	954472131
13	Valdiviezo Pasapera Amber Gabriela	79986144	Pasapera Peña Cruz María	43168608	970454333
14	Vivas Chufandama Giuseppe Salvatore	79639995	Vivas Yamunaquejean Pearu	44509279	947991054
15	Tocto Paz Fran Teylor	79319858	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Cordova Tocto Thiago Alejandro	90474640	Tocto Lizana Iris Giovanni	44861235	968193480
4 AÑOS DE EDAD					
1	Huaman Ramirez Isma	89454315	Ramirez Hernandez, Rosa	43044793	961427587
2	Chinga Ventura Lyan Fabiano	79139883	Ventura Bances Milagros Del Socorro	46162291	956944384
3	Carhuajulca Bautista Ana Estefany	81345798	Bautista Pacho Gladis-Carhuajulca Hurtado Marcos	48892967-44000031	926648239
4	Coveñas Mechato Stefany Valentina	79520869	Mechato Iman Cinthia Yullissa	43377079	924983227

5	Cunya Romero Katyusca Harolay Dolores	79283492	Cunya Romero María Teresa	60845294	999528468
6	Iman Juarez Briam Emanuel	79514473	Mechato Iman Cinthia Yullissa	45421491	935585928
7	Garcia Fiestas Daleska Katerine	79129579	Cunya Romero María Teresa	48799305	980243744
8	Guzman Cobos Sofia Elizabeth	79416615	Cobos Coello Estrella Elizabeth-Guzman Vivas Eder Alberto	47427458- 47545655	963373207
9	Rivera Mogollon Aurora Janet	65305677	Angelo Rivera Garcia	44313538	945818228
10	Troncos Sarango Alhis Antuane	79549839	Sarango Chinchá Carla Betsabet	75961136	931143747
11	Yman Silva Astry Valentina	786673344	Silva Martinez Maria Luisa	44855730	964433620
12	Leonardo Morales Salvador	69885629	Morales Morales Carol	759611776	931143747
13	Lozada Giron Eduar Martin	79601537	Diana Carolina Giron Tisnado	45623295	977790668
14	Ramos Diaz Mia	79168093	Ruth Diaz Rivera	44848868	976112102
15	Bautista Cobeñas Laymi Killari	90351132	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Castillo Sullon Ricardo Dareck	642216322	Sullon Castillo Vilma	47176090	958890195
17	Chiroque Castillo Leonardo Josue	90754866	Catillo Huaman Genara	03120162	961055611
18	Cruz Alvarado Thiago Valentino	90474640	Neyra Cordova Magaly	45754696	959852733
19	Flores Briones Lian De Angelo	4486123	Briones Velasquez, Glenda	58258821	996665201
20	Garcia Zapata Dulcemaria Anahi	91552441	Zapata Velasquez Kelly	73582498	989041457
21	Gonzales Aguilar Briana Alexia	73582498	Mechato Inga Yullissa	43377074	968165122
22	Muñoz Angulo Zumiko Grethel	89454315	Cunya Romero Teresa	60845297	975825825
23	Piedra Otarola Lian Yeray	43044793	Otarola Garcia Josefa	49352820	976742267
24	Quiroz Guerrero Xoana Mia	85697544	Quispe Peña Claud	43836132	971139470
25	Reyes Salazar Jeremy Smith	58258821	Coveñas Barías Rosario	80508490	969536282
26	Sernaque Santos Jhordan David	642216322	Cristobal Jara Rita	27945183	920564452
27	Teran Pérez Lucia Romina	47176090	Perez Olaya Viviana	74849348	917325108
28	Valle Yahuana Axel	90754868	Yahuana Cueva Rosa	49352854	975030653

5 AÑOS DE EDAD

1	Saavedra Aguilar James Johan Fabricio	90309957	Aguilar Calle Enelma	43745653	960092979
2	Silupu Quinde Dayron Martin Adriano	79297356	Quinde Calle Mirian	47172070	976846745
3	Torres Mondragon Victoria Nicol	4575469	Mondragon Ramirez Soralinda	76961436	979569349

4	Velasquez Romero Joenny Massiel Dolores	90207537	Romero Tocto Yanet	44854731	999528468
5	Velasquez Romero Joseph Manuel	90207537	Romero Tocto Yanet	769616776	999528468
6	Vite Flores Benjamin Gabriel	792727450	Flores Ipanaque Cinthia	44861245	927232681
7	Zapata Alcala Areli Isabel	78194321	Alcala Neyra Isabel	455768929	999422386
8	Aguilar Yanayaco Keyla Stephanny	90209977	Yanayaco Zunini Isabel	45425006	981496295
9	Alvarado Merino Sebastian Snayder	79297655	Merino Sarango Isamar	70345844	963637457
10	Campoverde Romero Alessandro Aleksy	45754690	Romero Sánchez Magaly	45441315	916724054
11	Chira Requena Said Alessandro	90207537	Requena Zapata Cinthia	48859175	978325180
12	Chumacero Espinoza Jaime Jeampier	90207537	Espinoza Fiestas Denisse	45277729	925636386
13	Cruz Navas Maria Alejandra	792727450	Navas Lucimar Ana	48054279	997472073
14	Deza Abad Marcela Naomi	78194321	Abad Córdoba Luz	45566682	957868560
15	Dominguez Quispe Dayana Betsabé	79207530	Quispe Santos Esperanza	48200631	902344191
16	Espinoza Aquino Adonis Ajax	78207536	Aquino Romero Evelin	45566682	998137094
17	Fiestas Castro David Luis	792717400	Castro Rimey Joselyn	44941330	936131755
18	Garcia Correa Lian Yancarlo	78224321	Correa Silva Lidia	722275360	910983065
19	Garcia Sangama Joselito	78184322	Duran Mejia Rosa	43355207	990407743
20	Huaman Olguin Adrian Noé	781943557	Olguin Neyra Marita	678075443	967267375
21	Jara Durand Adrian Yair	789996544	Durant Santurdino	734466789	910712157
22	Jiménez Viera Diego Leonel	786655223	Viera Abad Naldy	744130843	996357706
23	Lalangui Saña Victor	90756983	Saña Jimenes Dany	485329158	972090288
24	Morales Salvador Mirtha Clarisa	92366329	Salvador Espinoza Lidia	752494339	902658997
25	Moscol Zapata Ruht Mia Alexandra	907883221	Zapata Magia Rosy	47427758- 47545657	939805974
26	Olguin Ubillus Karolay Noemi	90227537	Ubillus Santiago Milena	44313538	902109399
27	Pacheco Parrilla Grely Jhenyfer	90207539	Parrilla Guerreño Eduarda	75261136	916804134
28	Peltroche Guerrero Perla Alexandra	792717452	Guerrero Atoche Brenda	44877730	902498344
29	Rojas Alberca Ruht Abigail	78194321	Alberca Zapata Verónica	459611796	930395030
30	Romero Calle Alondra Milena	90209675	Calle Fiestas Noemí	456255295	916060648
31	Rosas Ortega Brunella Lizbeth	79297658	Ortega García Rosa	44848868	990545292

32	Tavara Nima Arelys	45954690	Nima Romero Vilma	74412389	990917119
33	Timoteo Garcia Liyan Junior	90237539	Gracia Castillo Segunda	48176091	959568079
34	Velasquez Hidalgo Adriel Benjamin	90807537	Hidalgo Peña Neivy	03140169	913437593
35	Zapata Lachira Keynner	797727452	Lachira Távara Leydy	45821469	946325404
36	Zamora Bravo Samantha	901433885	Bravo Olguin Vania	58244823	917873221

IMAGENES



TALLER DE NUTRICIÓN PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO EN MADRES DE LOS NIÑOS DE 3 – 5 AÑOS DE LA I.E. SAN JUAN BAUTISTA – PIURA

I. DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ Dimensión: Conocimiento sobre las cantidades de Alimentos que deben comer el niño según la pirámide de alimentos.
- ✓ Título: Lavado de manos e higiene en la preparación de los alimentos.
- ✓ Grupo Dirigido: Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura
- ✓ Lugar: “I.E San Juan Bautista – Piura”
- ✓ Fecha: 31/10/2020
- ✓ Duración: Aprox. 45 minutos
- ✓ Responsables: Autores de trabajo de investigación.

II. FINALIDAD

- ✓ La sesión titulada “Lavado de manos e higiene en la preparación de los alimentos” se realizó con la finalidad de mejorar la higiene personal ya que es la base fundamental antes de realizar cualquier actividad y mantener una buena salud, Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista.

III. OBJETIVOS

3.2 Objetivo general:

- ✓ Brindar información sobre el uso correcto del lavado de manos higiene en la preparación de los alimentos en las madres de los niños de la I.E San Juan Bautista fortaleciendo el conocimiento y la práctica diaria.

3.2. Objetivos específicos:

- Identificar el conocimiento de la higiene de manos.
- Desarrollar la técnica correcta del lavado de manos
- Concientizar sobre la importancia del lavado de manos

IV. CUADRO DE ACTIVIDADES

Contenidos y objetivos	Materiales educativos	Técnicas y métodos	Duración
SALUDO	Los estudiantes de enfermería realizan el saludo a las: Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura a través de la sala zoom.	Comunicación (Diálogo)	5'
PRESENTACIÓN	Se presenta ante las Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura se les formulo una pregunta para saber si tiene idea de la sesión que se va a desarrollar.	Las participantes responden interactúan y mencionando el tema de la sesión educativa.	5'
DESARROLLO DE LA SESIÓN.	se les explica vamos a realizar la sesión demostrativa sobre el tema del Correcto Lavado de Manos, en donde se les va ir explicando paso a paso.	Técnica: Educativa Método: Demostración uso correcto del lavado de manos, se hace uso de la herramienta Zoom	30'
DESPEDIDA, AGRADECIMIENTO Y REGISTRO.	Las estudiantes agradecen a las madres por su asistencia. procederá a la toma de captura de foto y se da por finalizado.	Comunicación oral	5'

CONTENIDO DEL TEMA:

Las personas nos encontramos expuestos ante cualquier microorganismo peligroso se encuentran en el suelo, aire, el agua, los animales. Los microbios peligrosos se encuentran en el suelo, aire, el agua, los animales y las personas y. Las manos son un medio de transporte de estos microbios de un lugar a otro.

EL lavado de manos es una de las mejores formas de prevenir la propagación de infecciones y enfermedades comunes como: Diarreas, respiratorias agudas, conjuntivitis, parasitosis, influenza, entre otras. Los microbios se encuentran en el suelo, aire, el agua, los animales y las personas. Las manos con frecuencia transportan estos microbios de un lugar a otro; por eso, lavarse las manos es uno de los hábitos más importantes en el día a día de las personas para prevenir muchas enfermedades. Todas las familias e hijos se deben poner en práctica el lavado de manos con agua y jabón antes y después de realizar cualquier actividad ya que es algo simple y fácil de hacer, de esta manera se va prevenir las enfermedades y muertes infantiles.

Momentos para el lavado de manos

- Antes, durante y después de preparar alimentos.
- Antes de comer.
- Antes y después de atender a alguien que esté enfermo.
- Antes y después de tratar heridas o cortaduras.
- Después de usar el baño.
- Después de cambiar pañales o limpiar a un niño que haya ido al baño.
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Después de tocar animales, sus alimentos o excrementos.
- Después de manipular la comida o las golosinas para mascotas.
- Después de tocar la basura.

Técnica correcta para el lavado de manos

1. Mójese las manos con agua.
2. Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos.
3. Frótese las palmas de las manos entre sí.

4. Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa.
5. Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
6. Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
7. Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
8. Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
9. Enjuáguese las manos con agua.
10. Séquese las manos con una toalla de un solo uso.
11. Utilice la toalla para cerrar el grifo

HIGIENE EN LA PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

Según la organización mundial de la salud (OMS), la higiene alimentaria comprende todas las medidas necesarias para garantizar la inocuidad sanitaria de los alimentos, manteniendo a la vez el resto de cualidades que les son propias, con especial atención al contenido nutricional.

La higiene de los alimentos abarca un amplio campo que incluye la manipulación de los alimentos de origen vegetal, la cría, alimentación, comercialización y sacrificio de los animales, así como todos los procesos sanitarios encaminados a prevenir que las bacterias de origen humano no lleguen a los alimentos.

RECOMENDACIONES:

- Lavar y desinfectar las frutas y verduras.
- Lávate las manos con frecuencia necesaria.
- No estornudar o toser sobre los alimentos.
- Antes de abrir un enlatado leer su fecha de vencimiento.
- Hervir la leche cruda ante de consumirla.

- No guarde alimentos enlatados, estos deben ser consumidos en su totalidad de forma inmediata una vez destapados.
- No mezclar alimentos crudos con alimentos cocidos.
- Consumir los alimentos inmediatos después de su preparación y si no se consume refrigerarlo.

V. METODOLOGIA:

- Interactivo
- demostrativo
- Participativa

VI. RECURSOS Y MATERIALES

A) Recursos Humanos:

- ✓ Estudiantes de enfermería responsables de la sesión educativa.
Hurtado troncos, Leticia y Velásquez Huamán, Eida

B) Recursos Materiales

- ✓ Herramienta Zoom
- ✓ Registro de las participantes
- ✓ Materiales para la demostración (Agua, jabón, papel toalla y tina)

TALLER 3: LAVADO DE MANOS HIGIENE EN LA PREPARACIÓN DE LOS ALIMENTOS - LINK

https://www.youtube.com/watch?v=St_d_m-cfrY&feature=youtu.be

**TALLER 3: LISTA DE MADRES PERTENECIENTES DE LA I.E. SAN JUAN
BAUTISTA - PIURA**

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	APODERADO	DNI MADRE	TELEFONO
3 AÑOS DE EDAD					
1	Abad Castillo Liam Said	79786504	Castillo Calva Yania	75958374	926862373
2	Ayala Calle Efrain Asier	79610934	Ayala Nizama Efrain	43123775	981940225
3	Chunga Pintado Katalina Kristel	90022231	Pintado Carhuallocyo Josefa	44352720	930167040
4	Dominguez Quispe Einsten Leonel	79771885	Quispe Santos Claudia	43835131	948729464
5	Garcia Coveñas Yazumy Elizabeth	79892297	Coveñas Inga Gladys Del Rosario	80508480	962896802
6	Jara Jira Theylor Abel	79859352	Cristobal Jara Villegas-Abuelo	2794511	900835779
7	Jimenez Huamani Max Eduardo	79848106	Huamani Olaya Lourdes Viviana	74842398	962194118
8	Olivares Carrasco Jeiko Gael	79788997	Carrasco Palacios Jennifer Aurora	75086425	922156435
9	Peltroche Guerrero Yurezmy Luany	81797727	Guerrero Bancayan Ana Karina	46320490	902498344
10	Sanchez Mogollon Ana Alicia Del Socorro	90111143	Sanchez Calderon Edgardo Willian	2866307	930543581
11	Sanchez Montalban Elkin Esmid	79619777	Montalban Pintado Evelin Etel	73278026	902633406
12	Sanchez Nonajulca David Sebastian	79759727	Nonajulca Garcia Santos	2848896	954472131
13	Valdiviezo Pasapera Amber Gabriela	79986144	Pasapera Peña Cruz María	43168608	970454333
14	Vivas Chufandama Giuseppe Salvatore	79639995	Vivas Yamunaquejean Pearu	44509279	947991054
15	Tocto Paz Fran Teylor	79319858	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Cordova Tocto Thiago Alejandro	90474640	Tocto Lizana Iris Giovanni	44861235	968193480
4 AÑOS DE EDAD					
1	Huaman Ramirez Isma	89454315	Ramirez Hernandez, Rosa	43044793	961427587
2	Chinga Ventura Lyan Fabiano	79139883	Ventura Bances Milagros Del Socorro	46162291	956944384
3	Carhuajulca Bautista Ana Estefany	81345798	Bautista Pacho Gladis-Carhuajulca Hurtado Marcos	48892967-44000031	926648239
4	Coveñas Mechato Stefany Valentina	79520869	Mechato Iman Cinthia Yullissa	43377079	924983227

5	Cunya Romero Katyusca Harolay Dolores	79283492	Cunya Romero María Teresa	60845294	999528468
6	Iman Juarez Briam Emanuel	79514473	Mechato Iman Cinthia Yullissa	45421491	935585928
7	Garcia Fiestas Daleska Katerine	79129579	Cunya Romero María Teresa	48799305	980243744
8	Guzman Cobos Sofia Elizabeth	79416615	Cobos Coello Estrella Elizabeth-Guzman Vivas Eder Alberto	47427458- 47545655	963373207
9	Rivera Mogollon Aurora Janet	65305677	Angelo Rivera Garcia	44313538	945818228
10	Troncos Sarango Alhis Antuane	79549839	Sarango Chinchá Carla Betsabet	75961136	931143747
11	Yman Silva Astry Valentina	786673344	Silva Martinez Maria Luisa	44855730	964433620
12	Leonardo Morales Salvador	69885629	Morales Morales Carol	759611776	931143747
13	Lozada Giron Eduar Martin	79601537	Diana Carolina Giron Tisnado	45623295	977790668
14	Ramos Diaz Mia	79168093	Ruth Diaz Rivera	44848868	976112102
15	Bautista Cobeñas Laymi Killari	90351132	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Castillo Sullon Ricardo Dareck	642216322	Sullon Castillo Vilma	47176090	958890195
17	Chiroque Castillo Leonardo Josue	90754866	Catillo Huaman Genara	03120162	961055611
18	Cruz Alvarado Thiago Valentino	90474640	Neyra Cordova Magaly	45754696	959852733
19	Flores Briones Lian De Angelo	4486123	Briones Velasquez, Glenda	58258821	996665201
20	Garcia Zapata Dulcemaria Anahi	91552441	Zapata Velasquez Kelly	73582498	989041457
21	Gonzales Aguilar Briana Alexia	73582498	Mechato Inga Yullissa	43377074	968165122
22	Muñoz Angulo Zumiko Grethel	89454315	Cunya Romero Teresa	60845297	975825825
23	Piedra Otarola Lian Yeray	43044793	Otarola Garcia Josefa	49352820	976742267
24	Quiroz Guerrero Xoana Mia	85697544	Quispe Peña Claud	43836132	971139470
25	Reyes Salazar Jeremy Smith	58258821	Coveñas Barías Rosario	80508490	969536282
26	Sernaque Santos Jhordan David	642216322	Cristobal Jara Rita	27945183	920564452
27	Teran Pérez Lucia Romina	47176090	Perez Olaya Viviana	74849348	917325108
28	Valle Yahuana Axel	90754868	Yahuana Cueva Rosa	49352854	975030653

5 AÑOS DE EDAD

1	Saavedra Aguilar James Johan Fabricio	90309957	Aguilar Calle Enelma	43745653	960092979
2	Silupu Quinde Dayron Martin Adriano	79297356	Quinde Calle Mirian	47172070	976846745
3	Torres Mondragon Victoria Nicol	4575469	Mondragon Ramirez Soralinda	76961436	979569349

4	Velasquez Romero Joenny Massiel Dolores	90207537	Romero Tocto Yanet	44854731	999528468
5	Velasquez Romero Joseph Manuel	90207537	Romero Tocto Yanet	769616776	999528468
6	Vite Flores Benjamin Gabriel	792727450	Flores Ipanaque Cinthia	44861245	927232681
7	Zapata Alcala Areli Isabel	78194321	Alcala Neyra Isabel	455768929	999422386
8	Aguilar Yanayaco Keyla Stephanny	90209977	Yanayaco Zunini Isabel	45425006	981496295
9	Alvarado Merino Sebastian Snayder	79297655	Merino Sarango Isamar	70345844	963637457
10	Campoverde Romero Alessandro Aleksy	45754690	Romero Sánchez Magaly	45441315	916724054
11	Chira Requena Said Alessandro	90207537	Requena Zapata Cinthia	48859175	978325180
12	Chumacero Espinoza Jaime Jeampier	90207537	Espinoza Fiestas Denisse	45277729	925636386
13	Cruz Navas Maria Alejandra	792727450	Navas Lucimar Ana	48054279	997472073
14	Deza Abad Marcela Naomi	78194321	Abad Córdoba Luz	45566682	957868560
15	Dominguez Quispe Dayana Betsabé	79207530	Quispe Santos Esperanza	48200631	902344191
16	Espinoza Aquino Adonis Ajax	78207536	Aquino Romero Evelin	45566682	998137094
17	Fiestas Castro David Luis	792717400	Castro Rimey Joselyn	44941330	936131755
18	Garcia Correa Lian Yancarlo	78224321	Correa Silva Lidia	722275360	910983065
19	Garcia Sangama Joselito	78184322	Duran Mejia Rosa	43355207	990407743
20	Huaman Olguin Adrian Noé	781943557	Olguin Neyra Marita	678075443	967267375
21	Jara Durand Adrian Yair	789996544	Durant Santurdino	734466789	910712157
22	Jiménez Viera Diego Leonel	786655223	Viera Abad Naldy	744130843	996357706
23	Lalangui Saña Victor	90756983	Saña Jimenes Dany	485329158	972090288
24	Morales Salvador Mirtha Clarisa	92366329	Salvador Espinoza Lidia	752494339	902658997
25	Moscol Zapata Ruht Mia Alexandra	907883221	Zapata Magia Rosy	47427758- 47545657	939805974
26	Olguin Ubillus Karolay Noemi	90227537	Ubillus Santiago Milena	44313538	902109399
27	Pacheco Parrilla Grely Jhenyfer	90207539	Parrilla Guerreño Eduarda	75261136	916804134
28	Peltroche Guerrero Perla Alexandra	792717452	Guerrero Atoche Brenda	44877730	902498344
29	Rojas Alberca Ruht Abigail	78194321	Alberca Zapata Verónica	459611796	930395030
30	Romero Calle Alondra Milena	90209675	Calle Fiestas Noemí	456255295	916060648
31	Rosas Ortega Brunella Lizbeth	79297658	Ortega García Rosa	44848868	990545292

32	Tavara Nima Arelys	45954690	Nima Romero Vilma	74412389	990917119
33	Timoteo Garcia Liyan Junior	90237539	Gracia Castillo Segunda	48176091	959568079
34	Velasquez Hidalgo Adriel Benjamin	90807537	Hidalgo Peña Neivy	03140169	913437593
35	Zapata Lachira Keynner	797727452	Lachira Távara Leydy	45821469	946325404
36	Zamora Bravo Samantha	901433885	Bravo Olguin Vania	58244823	917873221

TALLER DE NUTRICIÓN PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO EN MADRES DE LOS NIÑOS DE 3 – 5 AÑOS DE LA I.E. SAN JUAN BAUTISTA – PIURA

I. DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ Dimensión: Conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos
- ✓ Título: Pirámide nutricional y clasificación de alimentos
- ✓ Grupo Dirigido: Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura
- ✓ Lugar: “I.E San Juan Bautista – Piura”
- ✓ Fecha: 31/10/2020
- ✓ Duración: Aprox. 45 minutos
- ✓ Responsables: Autores de trabajo de investigación.

II. FINALIDAD

La sesión titulada “Pirámide nutricional y clasificación de alimentos” se realizó a Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista –Piura con la finalidad de hacer el reconocimiento de los alimentos que se encuentran dentro de esta pirámide y las cantidades que tiene que consumir los niños.

III. OBJETIVOS

3.3 Objetivo general:

Fortalecer el conocimiento sobre los alimentos que se encuentran dentro de la pirámide nutricional.

3.4 Objetivos específicos:

- Identificar la clasificación de los alimentos dentro de la pirámide nutricional.
- Identificar las cantidades de alimento que debe consumir a diario el niño.

IV. CUADRO DE ACTIVIDADES

Contenidos y objetivos	Materiales educativos	Técnicas y métodos	Duración
SALUDO	Los estudiantes de enfermería realizan el saludo a las: Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura a través de la sala zoom.	Método: Comunicación (Diálogo)	3'
PRESENTACIÓN	Se presenta ante las Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura se les formulo una pregunta para saber si tiene idea de la sesión que se va a desarrollar.	Las participantes interactúan y mencionando el tema de la sesión educativa	5'
DESARROLLO DE LA SESIÓN.	Se les pide a las madres prestar mucha atención En esta sesión se realizó el reconocimiento de la pirámide nutricional para identificar la cantidad de los diferentes grupos de alimentos mediante la presentación de diapositivas.	Técnica: Educativa herramienta Zoom	27'
DESPEDIDA, AGRADECIMIENTO Y REGISTRO.	Los moderadores agradecerán a los participantes. Y procederá al registro.	Comunicación (oral)	5'

V. CONTENIDO DEL TEMA:

La pirámide nutricional: Nos indica la frecuencia con la que debemos ingerir cada alimento. Situándose en la base de la pirámide son los alimentos que debemos tomar con mayor frecuencia, y en la cima el alimento se consume en menos cantidades.

Primer nivel: Es la base de la pirámide, estos alimentos provienen de granos. Proveen carbohidratos. Aquí se encuentran las pastas, el maíz cereal, el arroz, el pan etc. Es preferible que no se consuman en forma refinada. Por ejemplo, la harina común blanca es refinada y no tiene el mismo valor nutritivo de la harina integral sin refinar.

Segundo nivel: Aquí se encuentran las plantas, los vegetales y las frutas. Son alimentos ricos en fibras, vitaminas y minerales. Se deben de ingerir de 3 a 5 porciones de vegetales cada día y 2 a 4 porciones de frutas.

Tercer nivel: se encuentran dos grupos, la leche y sus derivados y las carnes y frijoles. Aquí se encuentran alimentos derivados de la leche como el yogurt, la leche y queso. También se encuentra el grupo de proteínas como la carne de pollo, pescado, frijoles, lentejas, huevos, y nueces. Son alimentos ricos en minerales esenciales como el calcio y el hierro y proteínas. Lo ideal es ingerir de 2 a 3 porciones de estos alimentos al día.

Cuarto nivel: La punta de la pirámide, esto significa que de este grupo no debemos consumir mucho. Las grasas, los aceites, los postres y los dulces están aquí. La crema, los refrescos gaseosos (sodas), pasteles, repostería, los aderezos grasosos y bebidas ricas en azúcares.

Cantidades:

La leche es el alimento más completo que existe. Nos aportan grandes cantidades de Calcio, favoreciendo el fortalecimiento de los huesos. Lo debemos tomar todos los días.

Las fibras nos ayudan a hacer mejor la digestión y a ir al baño. Frutas 2 a 3 raciones al día. Verduras 1 o 2 raciones diarias. proteínas en su composición.

Estas se necesitan para crecer, mantenerse y regenerar los tejidos del cuerpo. Lo debemos tomar de 3 a 5 veces a la semana.

VI. METODOLOGIA:

- Diapositivas
- Explicativas
- Participativa

VII. RECURSOS Y MATERIALES

A) Recursos Humanos:

- ✓ Estudiantes de enfermería responsables de la sesión educativa.
Hurtado troncos, Leticia y Velásquez Huamán, Eida.

B) Recursos Materiales

- ✓ Registro participante (foto)
- ✓ Herramienta Zoom

TALLER 4: PIRAMIDE NUTRICIONAL O ALIMENTACION - CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS - LINK

<https://www.youtube.com/watch?v=wJZLsdeQv6Y&feature=youtu.be>

**TALLER 4: LISTA DE MADRES PERTENECIENTES DE LA I.E. SAN JUAN
BAUTISTA – PIURA**

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	APODERADO	DNI MADRE	TELEFONO
3 AÑOS DE EDAD					
1	Abad Castillo Liam Said	79786504	Castillo Calva Yania	75958374	926862373
2	Ayala Calle Efrain Asier	79610934	Ayala Nizama Efrain	43123775	981940225
3	Chunga Pintado Katalina Kristel	90022231	Pintado Carhuallocyo Josefa	44352720	930167040
4	Dominguez Quispe Einsten Leonel	79771885	Quispe Santos Claudia	43835131	948729464
5	Garcia Coveñas Yazumy Elizabeth	79892297	Coveñas Inga Gladys Del Rosario	80508480	962896802
6	Jara Jira Theylor Abel	79859352	Cristobal Jara Villegas-Abuelo	2794511	900835779
7	Jimenez Huamani Max Eduardo	79848106	Huamani Olaya Lourdes Viviana	74842398	962194118
8	Olivares Carrasco Jeiko Gael	79788997	Carrasco Palacios Jennifer Aurora	75086425	922156435
9	Peltroche Guerrero Yurezmy Luany	81797727	Guerrero Bancayan Ana Karina	46320490	902498344
10	Sanchez Mogollon Ana Alicia Del Socorro	90111143	Sanchez Calderon Edgardo Willian	2866307	930543581
11	Sanchez Montalban Elkin Esmid	79619777	Montalban Pintado Evelin Etel	73278026	902633406
12	Sanchez Nonajulca David Sebastian	79759727	Nonajulca Garcia Santos	2848896	954472131
13	Valdiviezo Pasapera Amber Gabriela	79986144	Pasapera Peña Cruz María	43168608	970454333
14	Vivas Chufandama Giuseppe Salvatore	79639995	Vivas Yamunaquejean Pearu	44509279	947991054
15	Tocto Paz Fran Teylor	79319858	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Cordova Tocto Thiago Alejandro	90474640	Tocto Lizana Iris Giovanni	44861235	968193480
4 AÑOS DE EDAD					
1	Huaman Ramirez Isma	89454315	Ramirez Hernandez, Rosa	43044793	961427587
2	Chinga Ventura Lyan Fabiano	79139883	Ventura Bances Milagros Del Socorro	46162291	956944384
3	Carhuajulca Bautista Ana Estefany	81345798	Bautista Pacho Gladis-Carhuajulca Hurtado Marcos	48892967-44000031	926648239
4	Coveñas Mechato Stefany Valentina	79520869	Mechato Iman Cinthia Yullissa	43377079	924983227

5	Cunya Romero Katyusca Harolay Dolores	79283492	Cunya Romero María Teresa	60845294	999528468
6	Iman Juarez Briam Emanuel	79514473	Mechato Iman Cinthia Yullissa	45421491	935585928
7	Garcia Fiestas Daleska Katerine	79129579	Cunya Romero María Teresa	48799305	980243744
8	Guzman Cobos Sofia Elizabeth	79416615	Cobos Coello Estrella Elizabeth-Guzman Vivas Eder Alberto	47427458- 47545655	963373207
9	Rivera Mogollon Aurora Janet	65305677	Angelo Rivera Garcia	44313538	945818228
10	Troncos Sarango Alhis Antuane	79549839	Sarango Chinchá Carla Betsabet	75961136	931143747
11	Yman Silva Astry Valentina	786673344	Silva Martinez Maria Luisa	44855730	964433620
12	Leonardo Morales Salvador	69885629	Morales Morales Carol	759611776	931143747
13	Lozada Giron Eduar Martin	79601537	Diana Carolina Giron Tisnado	45623295	977790668
14	Ramos Diaz Mia	79168093	Ruth Diaz Rivera	44848868	976112102
15	Bautista Cobeñas Laymi Killari	90351132	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Castillo Sullon Ricardo Dareck	642216322	Sullon Castillo Vilma	47176090	958890195
17	Chiroque Castillo Leonardo Josue	90754866	Catillo Huaman Genara	03120162	961055611
18	Cruz Alvarado Thiago Valentino	90474640	Neyra Cordova Magaly	45754696	959852733
19	Flores Briones Lian De Angelo	4486123	Briones Velasquez, Glenda	58258821	996665201
20	Garcia Zapata Dulcemaria Anahi	91552441	Zapata Velasquez Kelly	73582498	989041457
21	Gonzales Aguilar Briana Alexia	73582498	Mechato Inga Yullissa	43377074	968165122
22	Muñoz Angulo Zumiko Grethel	89454315	Cunya Romero Teresa	60845297	975825825
23	Piedra Otarola Lian Yeray	43044793	Otarola Garcia Josefa	49352820	976742267
24	Quiroz Guerrero Xoana Mia	85697544	Quispe Peña Claud	43836132	971139470
25	Reyes Salazar Jeremy Smith	58258821	Coveñas Barías Rosario	80508490	969536282
26	Sernaque Santos Jhordan David	642216322	Cristobal Jara Rita	27945183	920564452
27	Teran Pérez Lucia Romina	47176090	Perez Olaya Viviana	74849348	917325108
28	Valle Yahuana Axel	90754868	Yahuana Cueva Rosa	49352854	975030653

5 AÑOS DE EDAD

1	Saavedra Aguilar James Johan Fabricio	90309957	Aguilar Calle Enelma	43745653	960092979
2	Silupu Quinde Dayron Martin Adriano	79297356	Quinde Calle Mirian	47172070	976846745
3	Torres Mondragon Victoria Nicol	4575469	Mondragon Ramirez Soralinda	76961436	979569349

4	Velasquez Romero Joenny Massiel Dolores	90207537	Romero Tocto Yanet	44854731	999528468
5	Velasquez Romero Joseph Manuel	90207537	Romero Tocto Yanet	769616776	999528468
6	Vite Flores Benjamin Gabriel	792727450	Flores Ipanaque Cinthia	44861245	927232681
7	Zapata Alcala Areli Isabel	78194321	Alcala Neyra Isabel	455768929	999422386
8	Aguilar Yanayaco Keyla Stephanny	90209977	Yanayaco Zunini Isabel	45425006	981496295
9	Alvarado Merino Sebastian Snayder	79297655	Merino Sarango Isamar	70345844	963637457
10	Campoverde Romero Alessandro Aleksy	45754690	Romero Sánchez Magaly	45441315	916724054
11	Chira Requena Said Alessandro	90207537	Requena Zapata Cinthia	48859175	978325180
12	Chumacero Espinoza Jaime Jeampier	90207537	Espinoza Fiestas Denisse	45277729	925636386
13	Cruz Navas Maria Alejandra	792727450	Navas Lucimar Ana	48054279	997472073
14	Deza Abad Marcela Naomi	78194321	Abad Córdoba Luz	45566682	957868560
15	Dominguez Quispe Dayana Betsabé	79207530	Quispe Santos Esperanza	48200631	902344191
16	Espinoza Aquino Adonis Ajax	78207536	Aquino Romero Evelin	45566682	998137094
17	Fiestas Castro David Luis	792717400	Castro Rimey Joselyn	44941330	936131755
18	Garcia Correa Lian Yancarlo	78224321	Correa Silva Lidia	722275360	910983065
19	Garcia Sangama Joselito	78184322	Duran Mejia Rosa	43355207	990407743
20	Huaman Olguin Adrian Noé	781943557	Olguin Neyra Marita	678075443	967267375
21	Jara Durand Adrian Yair	789996544	Durant Santurdino	734466789	910712157
22	Jiménez Viera Diego Leonel	786655223	Viera Abad Naldy	744130843	996357706
23	Lalangui Saña Victor	90756983	Saña Jimenes Dany	485329158	972090288
24	Morales Salvador Mirtha Clarisa	92366329	Salvador Espinoza Lidia	752494339	902658997
25	Moscol Zapata Ruht Mia Alexandra	907883221	Zapata Magia Rosy	47427758- 47545657	939805974
26	Olguin Ubillus Karolay Noemi	90227537	Ubillus Santiago Milena	44313538	902109399
27	Pacheco Parrilla Grely Jhenyfer	90207539	Parrilla Guerreño Eduarda	75261136	916804134
28	Peltroche Guerrero Perla Alexandra	792717452	Guerrero Atoche Brenda	44877730	902498344
29	Rojas Alberca Ruht Abigail	78194321	Alberca Zapata Verónica	459611796	930395030
30	Romero Calle Alondra Milena	90209675	Calle Fiestas Noemí	456255295	916060648
31	Rosas Ortega Brunella Lizbeth	79297658	Ortega García Rosa	44848868	990545292

32	Tavara Nima Arelys	45954690	Nima Romero Vilma	74412389	990917119
33	Timoteo Garcia Liyan Junior	90237539	Gracia Castillo Segunda	48176091	959568079
34	Velasquez Hidalgo Adriel Benjamin	90807537	Hidalgo Peña Neivy	03140169	913437593
35	Zapata Lachira Keynner	797727452	Lachira Távara Leydy	45821469	946325404
36	Zamora Bravo Samantha	901433885	Bravo Olguin Vania	58244823	917873221

TALLER DE NUTRICIÓN PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO EN MADRES DE LOS NIÑOS DE 3 – 5 AÑOS DE LA I.E. SAN JUAN BAUTISTA – PIURA

I. DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ Dimensión: Conocimiento sobre las cantidades de alimentos de debe comer su niño según la pirámide de alimentos
- ✓ Título: Lonchera Saludable
- ✓ Grupo Dirigido: Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura
- ✓ Lugar: “I.E San Juan Bautista – Piura”
- ✓ Fecha: 7/11/2020
- ✓ Duración: Aprox. 45 minutos
- ✓ Responsables: Autores de trabajo de investigación. Hurtado troncos Leticia y Velasquez Huamán Eida

II. FINALIDAD

La sesión titulada “Lonchera saludable” se realizó a Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista –Piura con la finalidad de mejorar la preparación de alimentos para sus niños.

III. OBJETIVOS

3.1 Objetivo general:

Mejorar el nivel conocimiento sobre lonchera saludable.

3.2 Objetivos específicos:

- Desarrollar la práctica sobre lonchera saludable
- Identificar las características de una lonchera
- Identificar los diferentes platos de alimentos para lonchera saludable.

IV. CUADRO DE ACTIVIDADES

Contenidos y objetivos	Materiales educativos	Técnicas y métodos	Duración
SALUDO	Los estudiantes de enfermería realizan el saludo a las: Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura a través de la sala zoom.	Método: Comunicación (Diálogo)	3'
PRESENTACIÓN	Se presenta ante las Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura se les formulo una pregunta para saber si tiene idea de la sesión que se va a desarrollar.	Las participantes interactúan y mencionando el tema de la sesión educativa	5'
DESARROLLO DE LA SESIÓN.	Se les pide a las madres prestar mucha atención En esta sesión se realizó el reconocimiento de la lonchera saludable. Mostrando las diferentes opciones de platos con alimentos para la lechera	Técnica: Educativa herramienta Zoom	27'
DESPEDIDA, AGRADECIMIENTO Y REGISTRO.	Los moderadores agradecerán a los participantes. Y procederá al registro.	Comunicación (oral)	5'

V. CONTENIDO DEL TEMA:

La lonchera escolar saludable es cualquier alimento o grupo de alimentos (y/o preparaciones) consumidos por los niños durante el tiempo específico del descanso.

Características

Ser de fácil digestión

Su preparación en casa debe ser sencilla

El niño o niña debe tener facilidad para su manipulación e ingestión

Tiene que estar compuesto de alimentos libres de bacterias u otros contaminantes y de alimentos que no fermenten con facilidad.

Que debe contener una lonchera escolar:

Alimentos de Origen animal: Queso, huevo, carne.

Alimento energético: Pan, papa, camote, yuca, mote, cancha, tostada, maní.

Alimento que proporcione vitaminas, minerales y agua: Jugo de frutas.

Se puede incluir aceitunas, frutas secas como pecanas, maní, kiwicha, Quinoa y Soya tostada.

VI. METODOLOGIA:

- Dinámica.
- Expositiva
- Participativa

VII. RECURSOS Y MATERIALES

A) Recursos Humanos:

- ✓ Estudiantes de enfermería responsables de la sesión educativa.

B) Recursos Materiales

- ✓ Registro de participación

TALLER 5: LONCHERA SALUDABLE – LINK

<https://www.youtube.com/watch?v=tPIAv0XMxik&feature=youtu.be>

**TALLER 5: LISTA DE MADRES PERTENECIENTES DE LA I.E. SAN JUAN
BAUTISTA – PIURA**

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	APODERADO	DNI MADRE	TELEFONO
3 AÑOS DE EDAD					
1	Abad Castillo Liam Said	79786504	Castillo Calva Yania	75958374	926862373
2	Ayala Calle Efrain Asier	79610934	Ayala Nizama Efrain	43123775	981940225
3	Chunga Pintado Katalina Kristel	90022231	Pintado Carhuallocyo Josefa	44352720	930167040
4	Dominguez Quispe Einsten Leonel	79771885	Quispe Santos Claudia	43835131	948729464
5	Garcia Coveñas Yazumy Elizabeth	79892297	Coveñas Inga Gladys Del Rosario	80508480	962896802
6	Jara Jira Theylor Abel	79859352	Cristobal Jara Villegas-Abuelo	2794511	900835779
7	Jimenez Huamani Max Eduardo	79848106	Huamani Olaya Lourdes Viviana	74842398	962194118
8	Olivares Carrasco Jeiko Gael	79788997	Carrasco Palacios Jennifer Aurora	75086425	922156435
9	Peltroche Guerrero Yurezmy Luany	81797727	Guerrero Bancayan Ana Karina	46320490	902498344
10	Sanchez Mogollon Ana Alicia Del Socorro	90111143	Sanchez Calderon Edgardo Willian	2866307	930543581
11	Sanchez Montalban Elkin Esmid	79619777	Montalban Pintado Evelin Etel	73278026	902633406
12	Sanchez Nonajulca David Sebastian	79759727	Nonajulca Garcia Santos	2848896	954472131
13	Valdiviezo Pasapera Amber Gabriela	79986144	Pasapera Peña Cruz María	43168608	970454333
14	Vivas Chufandama Giuseppe Salvatore	79639995	Vivas Yamunaquejean Pearu	44509279	947991054
15	Tocto Paz Fran Teylor	79319858	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Cordova Tocto Thiago Alejandro	90474640	Tocto Lizana Iris Giovanni	44861235	968193480
4 AÑOS DE EDAD					
1	Huaman Ramirez Isma	89454315	Ramirez Hernandez, Rosa	43044793	961427587
2	Chinga Ventura Lyan Fabiano	79139883	Ventura Bances Milagros Del Socorro	46162291	956944384
3	Carhuajulca Bautista Ana Estefany	81345798	Bautista Pacho Gladis-Carhuajulca Hurtado Marcos	48892967-44000031	926648239
4	Coveñas Mechato Stefany Valentina	79520869	Mechato Iman Cinthia Yullissa	43377079	924983227

5	Cunya Romero Katyusca Harolay Dolores	79283492	Cunya Romero María Teresa	60845294	999528468
6	Iman Juarez Briam Emanuel	79514473	Mechato Iman Cinthia Yullissa	45421491	935585928
7	Garcia Fiestas Daleska Katerine	79129579	Cunya Romero María Teresa	48799305	980243744
8	Guzman Cobos Sofia Elizabeth	79416615	Cobos Coello Estrella Elizabeth-Guzman Vivas Eder Alberto	47427458- 47545655	963373207
9	Rivera Mogollon Aurora Janet	65305677	Angelo Rivera Garcia	44313538	945818228
10	Troncos Sarango Alhis Antuane	79549839	Sarango Chinchá Carla Betsabet	75961136	931143747
11	Yman Silva Astry Valentina	786673344	Silva Martinez Maria Luisa	44855730	964433620
12	Leonardo Morales Salvador	69885629	Morales Morales Carol	759611776	931143747
13	Lozada Giron Eduar Martin	79601537	Diana Carolina Giron Tisnado	45623295	977790668
14	Ramos Diaz Mia	79168093	Ruth Diaz Rivera	44848868	976112102
15	Bautista Cobeñas Laymi Killari	90351132	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Castillo Sullon Ricardo Dareck	642216322	Sullon Castillo Vilma	47176090	958890195
17	Chiroque Castillo Leonardo Josue	90754866	Catillo Huaman Genara	03120162	961055611
18	Cruz Alvarado Thiago Valentino	90474640	Neyra Cordova Magaly	45754696	959852733
19	Flores Briones Lian De Angelo	4486123	Briones Velasquez, Glenda	58258821	996665201
20	Garcia Zapata Dulcemaria Anahi	91552441	Zapata Velasquez Kelly	73582498	989041457
21	Gonzales Aguilar Briana Alexia	73582498	Mechato Inga Yullissa	43377074	968165122
22	Muñoz Angulo Zumiko Grethel	89454315	Cunya Romero Teresa	60845297	975825825
23	Piedra Otarola Lian Yeray	43044793	Otarola Garcia Josefa	49352820	976742267
24	Quiroz Guerrero Xoana Mia	85697544	Quispe Peña Claud	43836132	971139470
25	Reyes Salazar Jeremy Smith	58258821	Coveñas Barías Rosario	80508490	969536282
26	Sernaque Santos Jhordan David	642216322	Cristobal Jara Rita	27945183	920564452
27	Teran Pérez Lucia Romina	47176090	Perez Olaya Viviana	74849348	917325108
28	Valle Yahuana Axel	90754868	Yahuana Cueva Rosa	49352854	975030653

5 AÑOS DE EDAD

1	Saavedra Aguilar James Johan Fabricio	90309957	Aguilar Calle Enelma	43745653	960092979
2	Silupu Quinde Dayron Martin Adriano	79297356	Quinde Calle Mirian	47172070	976846745
3	Torres Mondragon Victoria Nicol	4575469	Mondragon Ramirez Soralinda	76961436	979569349

4	Velasquez Romero Joenny Massiel Dolores	90207537	Romero Tocto Yanet	44854731	999528468
5	Velasquez Romero Joseph Manuel	90207537	Romero Tocto Yanet	769616776	999528468
6	Vite Flores Benjamin Gabriel	792727450	Flores Ipanaque Cinthia	44861245	927232681
7	Zapata Alcala Areli Isabel	78194321	Alcala Neyra Isabel	455768929	999422386
8	Aguilar Yanayaco Keyla Stephanny	90209977	Yanayaco Zunini Isabel	45425006	981496295
9	Alvarado Merino Sebastian Snayder	79297655	Merino Sarango Isamar	70345844	963637457
10	Campoverde Romero Alessandro Aleksy	45754690	Romero Sánchez Magaly	45441315	916724054
11	Chira Requena Said Alessandro	90207537	Requena Zapata Cinthia	48859175	978325180
12	Chumacero Espinoza Jaime Jeampier	90207537	Espinoza Fiestas Denisse	45277729	925636386
13	Cruz Navas Maria Alejandra	792727450	Navas Lucimar Ana	48054279	997472073
14	Deza Abad Marcela Naomi	78194321	Abad Córdoba Luz	45566682	957868560
15	Dominguez Quispe Dayana Betsabé	79207530	Quispe Santos Esperanza	48200631	902344191
16	Espinoza Aquino Adonis Ajax	78207536	Aquino Romero Evelin	45566682	998137094
17	Fiestas Castro David Luis	792717400	Castro Rimey Joselyn	44941330	936131755
18	Garcia Correa Lian Yancarlo	78224321	Correa Silva Lidia	722275360	910983065
19	Garcia Sangama Joselito	78184322	Duran Mejia Rosa	43355207	990407743
20	Huaman Olguin Adrian Noé	781943557	Olguin Neyra Marita	678075443	967267375
21	Jara Durand Adrian Yair	789996544	Durant Santurdino	734466789	910712157
22	Jiménez Viera Diego Leonel	786655223	Viera Abad Naldy	744130843	996357706
23	Lalangui Saña Victor	90756983	Saña Jimenes Dany	485329158	972090288
24	Morales Salvador Mirtha Clarisa	92366329	Salvador Espinoza Lidia	752494339	902658997
25	Moscol Zapata Ruht Mia Alexandra	907883221	Zapata Magia Rosy	47427758- 47545657	939805974
26	Olguin Ubillus Karolay Noemi	90227537	Ubillus Santiago Milena	44313538	902109399
27	Pacheco Parrilla Grely Jhenyfer	90207539	Parrilla Guerreño Eduarda	75261136	916804134
28	Peltroche Guerrero Perla Alexandra	792717452	Guerrero Atoche Brenda	44877730	902498344
29	Rojas Alberca Ruht Abigail	78194321	Alberca Zapata Verónica	459611796	930395030
30	Romero Calle Alondra Milena	90209675	Calle Fiestas Noemí	456255295	916060648
31	Rosas Ortega Brunella Lizbeth	79297658	Ortega García Rosa	44848868	990545292































32	Tavara Nima Arelys	45954690	Nima Romero Vilma	74412389	990917119
33	Timoteo Garcia Liyan Junior	90237539	Gracia Castillo Segunda	48176091	959568079
34	Velasquez Hidalgo Adriel Benjamin	90807537	Hidalgo Peña Neivy	03140169	913437593
35	Zapata Lachira Keynner	797727452	Lachira Távara Leydy	45821469	946325404
36	Zamora Bravo Samantha	901433885	Bravo Olguin Vania	58244823	917873221

IMAGEN



Participantes (63)

Buscar un participante

- DC** David Cruz Rojas  
- FP** Fernanda Palacios  
- FP** Fernandez palacios vanessa  
- FS** Flor Sánchez cordova  
- GP** Gabriela Porras Vásquez  
- GP** Gabriela Porras Vásquez  
- F** Garcia Chumacero Fiorella  
- HV** Haro Valverde  
- HG** HUALPA GUZMÁN, Maricielo  
- JY** Jackeline Yarlequé Timaná  
-  Jerisx Castillo Peña  
- JR** Jessica Redrovan  
-  Jeymys Salazar Hernandez  
- JG** jocelyne gabriela sarmiento ro...  

Invitar

Unmute Me

Levantar la mano

TALLER DE NUTRICIÓN PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO EN MADRES DE LOS NIÑOS DE 3 – 5 AÑOS DE LA I.E. SAN JUAN BAUTISTA – PIURA

I. DATOS INFORMATIVOS:

- ✓ Dimensión: Clasificación de alimentos que deben consumir los pre escolares y funciones
- ✓ Título: Clasificación de los Alimentos
- ✓ Grupo Dirigido: A las madres de la I.E. San Juan Bautista
- ✓ Lugar: I.E. San Juan Bautista - Piura
- ✓ Fecha: 21/09/2019
- ✓ Duración: Aprox. 40 minutos
- ✓ Responsables: Autores de trabajo de investigación.

II. FINALIDAD

III. OBJETIVOS

Objetivo general:

Identificar la clasificación de los alimentos que debe consumir el pre escolar.

Objetivos específicos:

- Mencionaran las madres de la I.E. San Juan Bautista la clasificación de los alimentos que debe consumir los preescolares.
- Mencionaran las madres de la I.E. San Juan Bautista las funciones que desempeñan cada alimento.

IV.CUADRO DE ACTIVIDADES

Contenidos y objetivos	Materiales educativos	Técnicas y métodos	Duración
SALUDO	Los estudiantes de enfermería realizan el saludo a las: Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura a través de la sala zoom.	Método: Comunicación (Diálogo)	3'
PRESENTACIÓN	Se presenta ante las Madres de los niños de 3-5 años de la I.E San Juan Bautista - Piura se les formulo una pregunta para saber si tiene idea de la sesión que se va a desarrollar.	Las participantes interactúan y mencionando el tema de la sesión educativa	5'
DESARROLLO DE LA SESIÓN.	Se les pide a las madres prestar mucha atención En esta sesión se realizó el reconocimiento de la lonchera saludable. Mostrando las diferentes opciones de platos con alimentos para la lechera	Técnica: Educativa herramienta Zoom	27'
DESPEDIDA, AGRADECIMIENTO Y REGISTRO.	Los moderadores agradecerán a los participantes. Y procederá al registro.	Comunicación (oral)	5'

V. CONTENIDO DEL TEMA:

CLASIFICACION DE LOS ALIMENTOS

Los alimentos pueden clasificarse según distintos criterios. Dependiendo de su origen pueden ser alimentos de origen animal, como la carne, la leche, los huevos o el pescado, y alimentos de origen vegetal, como las frutas, los cereales o las verduras. El agua y la sal son alimentos de origen mineral. Basándose en la función nutritiva principal que desempeñan en el organismo se diferencian en energéticos, constructores y protectores.

ALIMENTOS ENERGÉTICOS:

Son los que proveen la energía para realizar distintas actividades físicas (caminar, correr, hacer deportes, etc.), como pastas, arroz, productos de panificación (pan, galletas, etc.), dulces, miel, aceites, frutas secas (almendras, nueces, castañas, etc.).

ALIMENTOS CONSTRUCTORES:

Son los que forman la piel, músculos y otros tejidos, y que favorecen la cicatrización de heridas. Estos son la leche y todos sus derivados, carnes rojas y blancas, huevos y legumbres.

ALIMENTOS REGULADORES O PROTECTORES:

Son los que proveen los nutrientes necesarios para que los energéticos y reguladores se complementen y mantengan el cuerpo funcionando.

Dentro de estos figuran las frutas, verduras y hortalizas y el agua

FUNCION DE LOS ALIMENTOS:

Conociendo que los alimentos pueden ser divididos según su contenido en substratos, surge que podamos clasificarlos según la función que aportan al organismo. Las funciones u objetivos principales de la alimentación es el aporte energético, el plástico, el regulador y el de reserva. Por ello, la división de los alimentos por función se puede mostrar de la siguiente forma:

- Energéticos: Hidratos de Carbono y Grasas,
- Estructurales: Proteínas y Lípidos
- Reguladores: Minerales y Vitaminas.

FUNCIÓN ENERGÉTICA:

Físicamente, para efectuar cualquier tipo de transformación o movimiento se insume energía. Por ello nuestro organismo requiere energía y una reserva de la misma.

Las necesidades de energía, provienen de la oxidación en las células de los principios inmediatos: hidratos, grasas, y también del alcohol. Esa energía es utilizada fundamentalmente para la síntesis proteica, y para el transporte activo de sustancias a través de la membrana celular.

HIDRATOS DE CARBONO

- Simples (fructosa, glucosa y galactosa) son los azúcares NATURALES Se encuentran en las frutas, los lácteos, etc.
- Azúcares AÑADIDOS (azúcares simples): están en refrescos, algunos cereales de desayuno, bollería, caramelos... Son los que hay que limitar.
- Complejos: cereales, legumbres, tubérculos. Son la base de la alimentación

GRASAS:

- Constituyen la energía de reserva para nuestro organismo por excelencia, sin embargo, fuente concentrada y almacenable de energía.

FUNCIÓN ESTRUCTURAL

Además de energía, nuestro organismo necesita sustancias que emplea para la construcción de las estructuras del propio organismo. La función plástica es el proceso a través del cual el organismo toma ventaja de las sustancias nutritivas para formar y mantener los tejidos musculares o los huesos.

Los nutrientes que permiten al organismo realizar esta función son las proteínas contenidas en pescados, carnes y lácteos y ciertos minerales. Las proteínas son parte básica de la estructura de toda célula viviente y ejercen la función indispensable de construcción de tejidos. Dentro de los minerales a tener en cuenta, debemos mencionar el calcio, quien como elemento plástico cumple un papel fundamental en la contracción muscular y en la transmisión de los impulsos nerviosos.

FUNCIÓN REGULADORA:

Como el organismo debe estar ordenado y regulado, aparecen los reguladores metabólicos y orgánicos. Nos referimos a las vitaminas y los minerales. Las vitaminas son sustancias orgánicas, presente en los alimentos, en muy pequeña cantidad, necesarias para la nutrición. Es indispensable la presencia de vitaminas y minerales, para mantener una vida sana y para que las funciones corporales se lleven a cabo correctamente.

Las sales minerales son elementos que el cuerpo requiere en proporciones bastante pequeña para su crecimiento, conservación y reproducción,

VI. METODOLOGIA:

- Dinámica.
- Participativa

VII. RECURSOS Y MATERIALES

A) Recursos Humanos:

- ✓ Estudiantes de enfermería responsables de la sesión educativa.
- ✓

B) Recursos Materiales

- ✓ Registro de participación

TALLER 6: SESIÓN DEMOSTRATIVA DE ALIMENTOS NUTRITIVOS Y BALANCEADOS DURANTE EL DÍA.

<https://www.youtube.com/watch?v=FkG7oECxYfU&feature=youtu.be>

TALLER 7: RETROALIMENTACIÓN DE LOS TALLERES BRINDADO Y PREGUNTAS. Y REALIZACIÓN DEL POST TEST, AGRADECIMIENTO

<https://www.youtube.com/watch?v=vkhUdSnQYzg&feature=youtu.be>

**TALLER 6 - 7: LISTA DE MADRES PERTENECIENTES DE LA I.E. SAN JUAN
BAUTISTA – PIURA**

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	APODERADO	DNI MADRE	TELEFONO
3 AÑOS DE EDAD					
1	Abad Castillo Liam Said	79786504	Castillo Calva Yania	75958374	926862373
2	Ayala Calle Efrain Asier	79610934	Ayala Nizama Efrain	43123775	981940225
3	Chunga Pintado Katalina Kristel	90022231	Pintado Carhuallocyo Josefa	44352720	930167040
4	Dominguez Quispe Einsten Leonel	79771885	Quispe Santos Claudia	43835131	948729464
5	Garcia Coveñas Yazumy Elizabeth	79892297	Coveñas Inga Gladys Del Rosario	80508480	962896802
6	Jara Jira Theylor Abel	79859352	Cristobal Jara Villegas-Abuelo	2794511	900835779
7	Jimenez Huamani Max Eduardo	79848106	Huamani Olaya Lourdes Viviana	74842398	962194118
8	Olivares Carrasco Jeiko Gael	79788997	Carrasco Palacios Jennifer Aurora	75086425	922156435
9	Peltroche Guerrero Yurezmy Luany	81797727	Guerrero Bancayan Ana Karina	46320490	902498344
10	Sanchez Mogollon Ana Alicia Del Socorro	90111143	Sanchez Calderon Edgardo Willian	2866307	930543581
11	Sanchez Montalban Elkin Esmid	79619777	Montalban Pintado Evelin Etel	73278026	902633406
12	Sanchez Nonajulca David Sebastian	79759727	Nonajulca Garcia Santos	2848896	954472131
13	Valdiviezo Pasapera Amber Gabriela	79986144	Pasapera Peña Cruz María	43168608	970454333
14	Vivas Chufandama Giusseppe Salvatore	79639995	Vivas Yamunaquejean Pearu	44509279	947991054
15	Tocto Paz Fran Teylor	79319858	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Cordova Tocto Thiago Alejandro	90474640	Tocto Lizana Iris Giovanni	44861235	968193480
4 AÑOS DE EDAD					
1	Huaman Ramirez Isma	89454315	Ramirez Hernandez, Rosa	43044793	961427587
2	Chinga Ventura Lyan Fabiano	79139883	Ventura Bances Milagros Del Socorro	46162291	956944384
3	Carhuajulca Bautista Ana Estefany	81345798	Bautista Pacho Gladis-Carhuajulca Hurtado Marcos	48892967-44000031	926648239
4	Coveñas Mechato Stefany Valentina	79520869	Mechato Iman Cinthia Yullissa	43377079	924983227

5	Cunya Romero Katyusca Harolay Dolores	79283492	Cunya Romero María Teresa	60845294	999528468
6	Iman Juarez Briam Emanuel	79514473	Mechato Iman Cinthia Yullissa	45421491	935585928
7	Garcia Fiestas Daleska Katerine	79129579	Cunya Romero María Teresa	48799305	980243744
8	Guzman Cobos Sofia Elizabeth	79416615	Cobos Coello Estrella Elizabeth-Guzman Vivas Eder Alberto	47427458-47545655	963373207
9	Rivera Mogollon Aurora Janet	65305677	Angelo Rivera Garcia	44313538	945818228
10	Troncos Sarango Alhis Antuane	79549839	Sarango Chinchá Carla Betsabet	75961136	931143747
11	Yman Silva Astry Valentina	786673344	Silva Martinez Maria Luisa	44855730	964433620
12	Leonardo Morales Salvador	69885629	Morales Morales Carol	759611776	931143747
13	Lozada Giron Eduar Martin	79601537	Diana Carolina Giron Tisnado	45623295	977790668
14	Ramos Diaz Mia	79168093	Ruth Diaz Rivera	44848868	976112102
15	Bautista Cobeñas Laymi Killari	90351132	Paz Velasquez Yesenia	74412389	950258460
16	Castillo Sullon Ricardo Dareck	642216322	Sullon Castillo Vilma	47176090	958890195
17	Chiroque Castillo Leonardo Josue	90754866	Catillo Huaman Genara	03120162	961055611
18	Cruz Alvarado Thiago Valentino	90474640	Neyra Cordova Magaly	45754696	959852733
19	Flores Briones Lian De Angelo	4486123	Briones Velasquez, Glenda	58258821	996665201
20	Garcia Zapata Dulcemaria Anahi	91552441	Zapata Velasquez Kelly	73582498	989041457
21	Gonzales Aguilar Briana Alexia	73582498	Mechato Inga Yullissa	43377074	968165122
22	Muñoz Angulo Zumiko Grethel	89454315	Cunya Romero Teresa	60845297	975825825
23	Piedra Otarola Lian Yeray	43044793	Otarola Garcia Josefa	49352820	976742267
24	Quiroz Guerrero Xoana Mia	85697544	Quispe Peña Claud	43836132	971139470
25	Reyes Salazar Jeremy Smith	58258821	Coveñas Barias Rosario	80508490	969536282
26	Sernaque Santos Jhordan David	642216322	Cristobal Jara Rita	27945183	920564452
27	Teran Pérez Lucia Romina	47176090	Perez Olaya Viviana	74849348	917325108
28	Valle Yahuana Axel	90754868	Yahuana Cueva Rosa	49352854	975030653
29	Chavez Lopez, Angela Yasumin	80251598	Lopez Siancas, Leysi Vanessa	75122664	927333502
30	Cruz Reyes, Valentina	90905665	Reyes Burneo, Elda Rosita	02825656	965874562
31	Davila Granda, Thiago Yaret	75158987	Granda Rivera, Doli	80440139	955889663
32	Gonza Chimanen, Patricia Del Pilar	90584586	Chiminin Mezones, Nancy	40091903	963845245
33	Guerrero Gomez, Argen Yarent	80569846	Gomez Espinoza, Magdalena	70073329	987589321

34	Idalgo Machado, Javier	90745832	Machado Yoseum, Alejandra	48151422	983243999
35	Lazo Mena, Blanca	70145169	Mena Moscol, Melva	46151230	900090002
36	Lazo Mena, Kerin Said	80961231	Mena Moscol, Milagros del Pilar	45377980	976974546
37	Maza Peña, Cristel	85326262	Peña Peña, Reina	42448902	913926565
38	Olivares Ruiz Alonso Miguel	74222622	Ruiz Garcia De Olivares, Jessenia	41296347	945816565
5 AÑOS DE EDAD					
1	Saavedra Aguilar James Johan Fabricio	90309957	Aguilar Calle Enelma	43745653	960092979
2	Silupu Quinde Dayron Martin Adriano	79297356	Quinde Calle Mirian	47172070	976846745
3	Torres Mondragon Victoria Nicol	4575469	Mondragon Ramirez Soralinda	76961436	979569349
4	Velasquez Romero Joenny Massiel Dolores	90207537	Romero Tocto Yanet	44854731	999528468
5	Velasquez Romero Joseph Manuel	90207537	Romero Tocto Yanet	769616776	999528468
6	Vite Flores Benjamin Gabriel	792727450	Flores Ipanaque Cinthia	44861245	927232681
7	Zapata Alcala Areli Isabel	78194321	Alcala Neyra Isabel	455768929	999422386
8	Aguilar Yanayaco Keyla Stephanny	90209977	Yanayaco Zunini Isabel	45425006	981496295
9	Alvarado Merino Sebastian Snayder	79297655	Merino Sarango Isamar	70345844	963637457
10	Campoverde Romero Alessandro Aleksy	45754690	Romero Sánchez Magaly	45441315	916724054
11	Chira Requena Said Alessandro	90207537	Requena Zapata Cinthia	48859175	978325180
12	Chumacero Espinoza Jaime Jeampier	90207537	Espinoza Fiestas Denisse	45277729	925636386
13	Cruz Navas Maria Alejandra	792727450	Navas Lucimar Ana	48054279	997472073
14	Deza Abad Marcela Naomi	78194321	Abad Córdoba Luz	45566682	957868560
15	Dominguez Quispe Dayana Betsabé	79207530	Quispe Santos Esperanza	48200631	902344191
16	Espinoza Aquino Adonis Ajax	78207536	Aquino Romero Evelin	45566682	998137094
17	Fiestas Castro David Luis	792717400	Castro Rimey Joselyn	44941330	936131755
18	Garcia Correa Lian Yancarlo	78224321	Correa Silva Lidia	722275360	910983065
19	Garcia Sangama Joselito	78184322	Duran Mejia Rosa	43355207	990407743
20	Huaman Olguin Adrian Noé	781943557	Olguin Neyra Marita	678075443	967267375
21	Jara Durand Adrian Yair	789996544	Durant Santurdino	734466789	910712157

22	Jiménez Viera Diego Leonel	786655223	Viera Abad Naldy	744130843	996357706
23	Lalangui Saña Victor	90756983	Saña Jimenes Dany	485329158	972090288
24	Morales Salvador Mirtha Clarisa	92366329	Salvador Espinoza Lidia	752494339	902658997
25	Moscol Zapata Ruht Mia Alexandra	907883221	Zapata Magia Rosy	47427758- 47545657	939805974
26	Olguin Ubillus Karolay Noemi	90227537	Ubillus Santiago Milena	44313538	902109399
27	Pacheco Parrilla Grely Jhenyfer	90207539	Parrilla Guerrezo Eduarda	75261136	916804134
28	Peltroche Guerrero Perla Alexandra	792717452	Guerrero Atoche Brenda	44877730	902498344
29	Rojas Alberca Ruht Abigail	78194321	Alberca Zapata Verónica	459611796	930395030
30	Romero Calle Alondra Milena	90209675	Calle Fiestas Noemí	456255295	916060648
31	Rosas Ortega Brunella Lizbeth	79297658	Ortega García Rosa	44848868	990545292
32	Tavara Nima Arelys	45954690	Nima Romero Vilma	74412389	990917119
33	Timoteo Garcia Liyan Junior	90237539	Gracia Castillo Segunda	48176091	959568079
34	Velasquez Hidalgo Adriel Benjamin	90807537	Hidalgo Peña Neivy	03140169	913437593
35	Zapata Lachira Keynner	797727452	Lachira Távora Leydy	45821469	946325404
36	Zamora Bravo Samantha	901433885	Bravo Olguin Vania	58244823	917873221

Anexo 7. Declaratoria de autenticidad (autores)

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

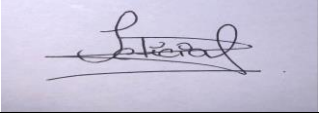
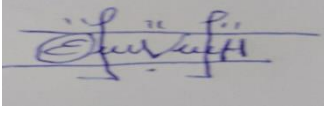
Nosotras, Hurtado Troncos, Leticia y Velásquez Huamán, Eida, estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad César Vallejo identificado con DNI. 70381626 y 74410100 Con el proyecto de tesis titulado Taller de nutrición para mejorar el nivel de conocimiento en madres de los niños de 3 – 5 años de la I.E. San Juan Bautista Piura”.

Declaro bajo juramento que:

1. No ha sido plagiado ni total, ni parcialmente.
2. He (Hemos) mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicado ni presentado 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.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores) auto plagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado las ideas de otros), asumimos las consecuencias y sanciones que de nuestra acción se deriven, sometiéndonos a la normativa vigente de la Universidad César Vallejo.

Lugar y fecha: Piura 18/12/ 20

Apellidos y Nombres del Asesor: Mg. Hurtado Troncos, Leticia	
DNI 70381626	Firma 
ORCID:0000-0002-4209-3570	
Apellidos y Nombres del Asesor: Mg. Velasquez Huaman Eida	
DNI 74410100	Firma 
ORCID: 0000-0002-1017-5387	

Anexo 8: Declaratoria de Autenticidad del Asesor

DECLARATORIA DE AUTENTICIDA

Yo, Mg. Pulache Herrera, Carmen Mariela, docente de la Facultad Ciencias de la Salud Escuela de pregrado y Escuela Profesional de Enfermería Programa académico desarrollo del proyecto de Tesis de la Universidad César Vallejo (filial Piura), asesor (a) del Trabajo de Investigación / Tesis titulada:

“Taller de nutrición para mejorar el nivel de conocimiento en madres de los niños de 3 – 5 años de la I.E. San Juan Bautista – Piura”

. del (las) (autoras) Hurtado Troncos, Leticia y Velásquez Huamán, Eida constato que la investigación tiene un índice de similitud de 12.% 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 el trabajo de investigación / tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido asumimos 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.

Lugar y fecha: Piura 18/12/ 20

Apellidos y Nombres del Asesor: Mg. Pulache Herrera, Carmen Mariela	
DNI	Firma
ORCID 0000-0002-5829-4422	