



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**  
**ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN**

Efectividad de una intervención educativa nutricional en madres de familia sobre el contenido del refrigerio escolar de niños preescolares de la I. E. Estrellitas de Belén, El Porvenir, enero - diciembre 2015.

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE BACHILLER**  
**EN NUTRICIÓN**

**AUTOR:**

Romero Collantes, Karen Lizeth

**ASESOR:**

Mg. Jorge Luis Díaz Ortega

**LINES DE INVESTIGACION:**

Comunicación en nutrición y salud

**TRUJILLO – PERÚ**

2015

## RESUMEN

Este presente trabajo se llevó a cabo en la I. E. Estrellitas De Belén, El Porvenir, el cual tuvo como objetivo determinar si una intervención educativa nutricional en madres de familia es efectiva sobre el contenido del refrigerio escolar. Entre sus objetivos específicos están comparar el contenido de alimentos energéticos antes y después de la intervención educativa nutricional, comparar el contenido de alimentos formadores antes y después de la intervención educativa y comparar el contenido de alimentos reguladores antes y después de la intervención educativa. El tipo de investigación fue de corte descriptivo en una población-muestra conformada por 48 niños de 3 a 5 años. Se realizó una evaluación de refrigerios escolares sin informar a las madres de familia, luego con plena coordinación del personal de la institución educativa se avisó a las madres de familia para su participación a una intervención educativa acerca de refrigerios escolares, que se incluyó a madres que sepan leer y que asistieran a las 2 sesiones. En cuanto a las intervenciones que se realizó con las madres de familia se tomó el tema de refrigerios escolares, con el respectivo material, trípticos, folletos, ppt) y se concluyó con una ronda de preguntas. Se determinó que en los refrigerios escolares, los alimentos formadores o constructores fueron aceptables en un 52% antes de la intervención educativa, y en un 81% después de la intervención educativa nutricional. En el caso de los alimentos energéticos, el 100% fueron deficientes antes de la intervención y no hubo ningún cambio después de la intervención. Por su parte en relación a los alimentos reguladores el 60% fueron adecuados antes de la intervención, mientras que el 94% fueron adecuados después de la intervención educativa nutricional, y finalmente el 56% en el contenido del refrigerio escolar presentó consumo inadecuado de líquidos antes de la intervención y adecuados en un 81% en el contenido del refrigerio escolar después de la intervención educativa nutricional. Se evidencia una mejoría altamente significativa en el contenido de los alimentos formadores, reguladores y líquidos, con una mejor condición en el post-test y una diferencia no significativa en los alimentos energéticos, que consumieron en el refrigerio escolar antes y después de la intervención educativa nutricional de los niños de 3 a 5 años de la I.E Estrellitas de Belén.

**Palabras clave:** intervención educativa nutricional, refrigerio escolar.

## ABSTRACT

The present study was carried out in the Educational Institution (E.I.) Estrellitas de Belén, El Porvenir. It aimed to determine if a nutritional education intervention in mothers is effective on the content of school snacks. Its specific objectives were to compare the content of energetic foods before and after the nutritional education intervention, to compare the content of forming foods before and after the educational intervention, and to compare the contents of regulating foods before and after the educational intervention. The research was descriptive in a sample-population which consisted of 48 children aged 3 to 5 years old. First of all, an evaluation of school snacks was conducted without informing mothers about it, and then, with full coordination with the staff of the school, mothers were advised to participate in an educational intervention about school snacks, where mothers who could read and had attended 2 sessions were included. As for the interventions conducted with mothers, the issue of school snacks was discussed together with their respective material (leaflets, flyers, power point) and ended with a round of questions. It was determined that in the school snacks forming foods or constructors were acceptable by 52% before the educational intervention, and by 81% after the nutritional educational intervention. In the case of energetic foods, 100% were deficient before the intervention and there was no change afterwards. Regarding regulating foods, 60% were adequate before the intervention, whereas 94% were adequate after the nutritional educational intervention. Finally, 56% of the content of school snacks provided inadequate intake of fluids before the nutritional educational intervention, but 81% was adequate after it. A highly significant improvement is observed in the content of forming foods, regulating foods and liquids, with a better condition in the post-test and a no significant difference in energetic foods, which were consumed in the school snacks before and after the nutritional educational intervention on children 3 to 5 years of age at the Educational Institution Estrellitas de Belén, El Porvenir.

Keywords: Nutritional educational intervention, school snack.