

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE

Alma Máter del Magisterio Nacional

Facultad de Agropecuaria y Nutrición

Escuela Profesional de Nutrición Humana



Tesis

**TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA
UGEL 06 SOBRE LONCHERAS PRE ESCOLARES Y SU EFECTO EN EL
NIVEL COGNITIVO.**

Presentada por

Femias Deisy Castañeda Advincula

Rosemary Elisa Marquez Flores

Milagros Pariona Cuicapusa

Asesora:

Lic. Florentina Gabriela Vidal Huamán

Para optar al Título Profesional de Licenciado en Nutrición Humana

Carrera profesional: Nutrición Humana

Lima, Perú

2019

TESIS
TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA
UGEL 06 SOBRE LONCHERAS PRE ESCOLARES Y SU EFECTO EN EL
NIVEL COGNITIVO.



Lic. Florentina Gabriela Vidal Huamán

ASESORA

Designación de jurados resolución N°040-2019-D-FAN



Dra. Ana María Huambachano Coll Cárdenas

Presidenta



M. Sc. José Dante Casas Santos

Secretario



Dr. José Arnin Natividad Arroyo

Vocal

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: Estrategias de salud pública en alimentación y
nutrición.

TÍTULO:

**TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE
LA UGEL 06 SOBRE LONCHERAS PREESCOLARES Y SU EFECTO
EN EL NIVEL COGNITIVO**

DEDICATORIAS:

Dedico mi tesis a mi madre que siempre creyó en mí y desde el cielo me impulsa a seguir creciendo profesionalmente. Este logro es un reconocimiento a su lucha y entrega por sacarme adelante pese a las adversidades; a mi padre y hermanos por su comprensión y apoyo incondicional. A mi pequeña Angelynn; razón por la cual decido seguir luchando día a día.

Márquez Flores, Rosemary Elisa.

Dedico mi tesis a dios, a mis padres y hermanos por su apoyo incondicional en todo momento, ya que con sus aportes pude culminar mi carrera profesional. Que se sientan orgullosos de tener una nutricionista en la familia.

Castañeda Advincula, Femias Deisy.

Dedico mi tesis a mis padres y hermanos, quienes con su apoyo a lo largo del tiempo lograron que este sueño se vuelva realidad.

Pariona Cuicapusa, Milagros.

RECONOCIMIENTO

A nuestra asesora de tesis, Lic. Gabriela Vidal Huamán.

Por su tiempo, apoyó y orientación constante durante esta investigación, considerándola una profesional ejemplar.

A todos nuestros docentes de la universidad.

Por los conocimientos impartidos en clase, por sus exigencias y enseñanzas las que han aportado en nuestra formación.

A cada una de las madres del estudio.

Por su participación e interés demostrado durante los talleres, así como a la directora de la I.E. “Colegio Experimental de Aplicación”, por permitirnos realizar las actividades establecidas para ejecutar los talleres educativos.

TABLA DE CONTENIDOS

CARATULA.....	i
HOJA DE FIRMAS DE JURADO.....	ii
TÍTULO.....	iii
DEDICATORIAS.....	iv
RECONOCIMIENTO.....	v
TABLA DE CONTENIDOS.....	vi
LISTA DE TABLAS.....	x
LISTA DE FIGURAS.....	xii
RESUMEN.....	xiii
ABSTRAC.....	xiv
INTRODUCCIÓN.....	xv
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	18
1.1 Determinación del problema de investigación.....	18
1.2 Formulación del problema.....	19
1.2.1 Problema general.....	19
1.2.2 Problemas específicos.....	19
1.3 Objetivos.....	20
1.3.1 Objetivo general.....	20
1.3.2 Objetivos específicos.....	20
1.4 Importancia y alcance de la investigación.....	20
1.5 Limitaciones de la investigación.....	21
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	22
2.1 Antecedentes de la investigación.....	22
2.1.1 Nacionales.....	22
2.1.2 Internacionales.....	24
2.2 Bases teóricas.....	26
2.2.1 Definición del conocimiento.....	26
2.2.1.1 Elementos del conocimiento.....	28

2.2.1.2 Origen del conocimiento.....	29
2.2.1.3 Niveles del conocimiento.....	30
2.2.1.4 Tipos de conocimiento ciencia.....	33
2.2.1.5 Conocimiento sobre la salud.....	36
2.2.1.6 Conocimiento materno sobre alimentación y nutrición.....	37
2.2.1.7 Talleres educativos.....	37
2.2.2 Loncheras preescolares.....	39
2.2.2.1 Etapa preescolar.....	39
2.2.2.2 Requerimiento nutricional del preescolar.....	41
2.2.2.3 Alimentación.....	45
2.2.2.4 Pirámide nutricional.....	47
2.2.2.5 Lonchera preescolar.....	49
2.2.2.6 Malnutrición en niños.....	53
2.3 Definición de términos básicos.....	54
CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES.....	55
3.1 Hipótesis.....	55
3.1.1 Hipótesis general.....	55
3.1.2 Hipótesis específicas.....	55
3.2 Variables.....	56
3.2.1 Variable independiente.....	56
3.2.2 Variable dependiente.....	56
3.2.3 Variable interviniente.....	57
CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA.....	59
4.1 Enfoque de la investigación.....	59
4.2 Tipo de investigación.....	59
4.3 Diseño de investigación.....	59
4.4 Método.....	60
4.5 Población y muestra.....	60
4.5.1 Población y/o universo.....	60
4.5.2 Muestra.....	60

4.5.2.1	Tipo de muestreo.....	60
4.5.2.2	Unidad muestral.....	60
4.5.2.3	Tamaño de la muestra.....	61
4.6	Criterios de inclusión.....	62
4.6.1	Criterios de exclusión.....	62
4.7	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	62
4.7.1	Técnicas.....	62
4.7.2	Instrumentos y materiales.....	62
4.8	Recolección de datos.....	63
4.9	Validez y confiabilidad del instrumento.....	64
4.9.1	Validez del contenido.....	64
4.9.2	Confiabilidad del instrumento.....	66
4.9.2.1	Confiabilidad del instrumento - (pre test).....	67
4.9.2.2	Confiabilidad del instrumento - (pos test).....	68
CAPÍTULO V: RESULTADOS.....		71
5.1	Tratamiento estadístico e interpretación de cuadros para los grupos de estudio.....	71
5.2	Prueba de normalidad para la hipótesis general.....	99
5.2.1	Prueba de normalidad de Kolmogorov - Smirnov para la prueba de entrada.....	99
5.2.2	Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov para la prueba de salida.....	101
5.3	Prueba de hipótesis general (muestras relacionadas).....	103
5.3.1	Planteamiento de hipótesis de la investigación.....	103
5.4	Prueba de hipótesis específica (1) (muestras relacionadas).....	106
5.4.1	Planteamiento de hipótesis específica (1) de la investigación.....	108
5.5	Prueba de hipótesis específica (2) (muestras relacionadas).....	111
5.5.1	Planteamiento de hipótesis específica (2) de la investigación.....	113
5.6	Prueba de hipótesis específicas (3) (muestras relacionadas).....	116
5.6.1	Planteamiento de hipótesis específica (3) de la investigación.....	118
5.7	Discusión de resultados.....	121
CONCLUSIONES.....		125

RECOMENDACIONES.....	127
REFERENCIAS.....	128
APÉNDICE(S).....	135

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Promedio de peso.....	40
Tabla 2. Promedio de talla.....	40
Tabla 3. Requerimiento de energía.....	42
Tabla 4. Distribución de calorías por comida.....	43
Tabla 5. Cantidades diarias de raciones de alimentos recomendados.....	44
Tabla 6. Requerimiento nutricional del niño.....	49
Tabla 7. Ejemplos de alimentos para la lonchera.....	51
Tabla 8. Ejemplos de loncheras saludables.....	52
Tabla 9. Operacionalización de variables.....	58
Tabla 10. Población de estudio.....	61
Tabla 11. Tamaño de muestra.....	61
Tabla 12. Puntajes obtenidos por opinión de expertos para la validación de los instrumentos.....	65
Tabla 13. Interpretación del coeficiente(KR20).....	67
Tabla 14. Estadístico de prueba – Kuder Richardson (KR20).....	67
Tabla 15. Estadístico de confiabilidad del primer instrumento.....	68
Tabla 16. Estadístico de prueba – Kuder Richardson (KR20).....	69
Tabla 17. Estadístico de confiabilidad del segundo instrumento.....	69
Tabla 18. Resultado de confiabilidad (KR20).....	70
Tabla 19. Evaluación de los padres de familia sobre los talleres educativos.....	71
Tabla 20. Escala de nivel de apreciación sobre talleres educativos.....	72
Tabla 21. Evaluación de los padres de familia sobre loncheras preescolares en la prueba de entrada.....	74
Tabla 22. Escala de nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.....	75
Tabla 23. Evaluación de los padres de familia en la prueba de entrada sobre la primera dimensión alimentos y su clasificación.....	77
Tabla 24. Escala de nivel de conocimiento sobre la dimensión alimentos y su clasificación.....	78
Tabla 25. Evaluación de los padres de familia sobre la dimensión pirámide nutricional.....	80

Tabla 26. Escala de nivel de conocimiento sobre la pirámide nutricional.....	81
Tabla 27. Evaluación de los padres de familia sobre la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares.....	83
Tabla 28. Escala de nivel de conocimiento sobre la composición y preparación de loncheras preescolares.....	84
Tabla 29. Evaluación de los padres de familia sobre loncheras preescolares en la prueba de salida.....	86
Tabla 30. Escala de nivel de conocimientos sobre loncheras preescolares.....	87
Tabla 31. Evaluación de los padres de familia sobre alimentos y su clasificación.....	89
Tabla 32. Escala de nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación.....	90
Tabla 33. Evaluación de los padres de familia sobre la pirámide nutricional.....	92
Tabla 34. Escala de nivel de conocimiento sobre pirámide nutricional.....	93
Tabla 35. Evaluación de los padres de familia sobre la dimensión, composición y preparación de loncheras preescolares en la prueba de salida.....	95
Tabla 36. Escala de nivel de conocimiento sobre composición y preparación de loncheras preescolares.....	96
Tabla 37. Escala de valores de los puntajes obtenidos.....	97
Tabla 38. Prueba de normalidad del Pre test.....	99
Tabla 39. Prueba de normalidad del Pos test.....	101
Tabla 40. Estadísticos descriptivos de muestras relacionadas (pre test- pos test).....	104
Tabla 41. Prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas.....	105
Tabla 42. Prueba de normalidad del Pre test de la dimensión alimentos y su clasificación.....	106
Tabla 43. Estadísticos descriptivos de muestras relacionadas (pre test - pos test).....	109
Tabla 44. Prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas.....	110
Tabla 45. Prueba de normalidad del Pre test de la dimensión pirámide nutricional...	111
Tabla 46. Estadísticos descriptivos de muestras relacionadas (pre tes - pos test).....	114
Tabla 47. Prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas.....	115
Tabla 48. Prueba de normalidad del Pre test de la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares.....	116
Tabla 49. Estadísticos descriptivos de muestras relacionadas (pre tes - pos test).....	120
Tabla 50. Prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas.....	120

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Porcentaje de padres de familia sobre la apreciación de los talleres educativos.....	73
Figura 2. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de loncheras preescolares.....	76
Figura 3. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de alimentos y su clasificación.....	79
Figura 4. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de pirámide nutricional.....	82
Figura 5. Porcentaje de padres de familia con conocimientos sobre composición y preparación de loncheras preescolares.....	85
Figura 6. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de loncheras preescolares.....	88
Figura 7. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de alimentos y su clasificación.....	91
Figura 8. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de pirámide nutricional.....	94
Figura 9. Porcentaje de padres de familia con conocimientos sobre composición y preparación de loncheras preescolares.....	97
Figura 10. Promedio obtenido de la muestra.....	98
Figura 11. Gráfico de correlación de datos del grupo de investigación (pre test).....	100
Figura 12. Gráfico de cajas y bigotes del grupo de investigación (pre test).....	100
Figura 13. Gráfico de correlación del grupo de investigación (pos test).....	102
Figura 14. Gráfico de cajas y bigotes del grupo de investigación (pos test).....	102
Figura 15. Gráfico de correlación de la dimensión alimentos y su clasificación.....	107
Figura 16. Gráfico de cajas y bigotes de la dimensión alimentos y su clasificación....	107
Figura 17. Gráfico de correlación de la dimensión pirámide nutricional.....	112
Figura 18. Gráfico de cajas y bigotes de la dimensión pirámide nutricional.....	112
Figura 19. Gráfico de correlación de la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares.....	117
Figura 20. Gráfico de cajas y bigotes de la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares.....	117

RESUMEN

Ésta investigación tuvo como objetivo desarrollar y ejecutar talleres educativos para enriquecer el nivel de conocimiento de padres de familia sobre loncheras en etapa preescolar que asisten a una Institución Educativa pública de Lima- Perú. **Metodología:** La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, con tipo de investigación experimental y diseño pre experimental. La muestra fue conformada por 103 padres de familia, quienes participaron en los tres talleres y fueron evaluados (as) con un pre y post test mediante una encuesta que contaba con 27 preguntas en los tres talleres, que midió el nivel de conocimiento acerca de los alimentos y su clasificación, pirámide nutricional, composición y preparación de loncheras preescolares. **Los resultados:** Mostró a la variable independiente que son los Talleres Educativos sobre loncheras preescolares, según el 89% de los padres de familia indicó que los talleres educativos fueron efectivos. Se puede inferir que los padres de familia estuvieron conformes asistiendo a los talleres educativos motivados por los temas. También se muestra que la variable dependiente que es el Nivel de Conocimiento sobre loncheras preescolares tuvo un porcentaje en la prueba de entrada (pre test) el 69% corresponde al nivel de conocimiento bajo, y sólo el 4% presentó un nivel de conocimiento alto, por lo tanto se puede inferir que los padres de familia tenían un nivel de conocimiento bajo, antes de su participación en los talleres educativos y el porcentaje de la evaluación en la prueba de salida (pos test) se percibió que el nivel de conocimiento bajo representó sólo un 6%, y en el nivel de conocimiento alto representó el 64%. Demostrando así que los padres de familia tuvieron un nivel de conocimiento alto luego de su participación en los talleres educativos. **Conclusión:** Se puede concluir que los talleres educativos sí mejoraron el nivel de conocimiento de los padres de familia acerca de la elaboración loncheras preescolares.

Palabras claves: Talleres educativos, Nivel de conocimiento y Loncheras preescolares.

ABSTRACT

The objective of this research was to develop and run educational workshops to enrich the level of knowledge of parents about pre-school lunch boxes that attend a public educational institution in Lima-Peru. Methodology: The research had a quantitative approach, with type of experimental research and pre-experimental design. The sample consisted of 103 parents, who participated in the three workshops and were evaluated with a pre and post test through a survey that had 27 questions in the three workshops, which measured the level of knowledge about the food and its classification, nutritional pyramid, composition and preparation of pre-school lunch boxes. The results: They showed that the independent variable was the Educational Workshops on pre-school lunch boxes indicating that 89% of the educational workshops were effective. It can be inferred that the parents were satisfied attending the educational workshops motivated by the topics. It is also shown that the dependent variable that is the Knowledge Level on pre-school lunch boxes had a percentage in the entrance test (pre-test) 69% corresponds to the level of low knowledge, and only 4% presented a high level of knowledge, therefore, it can be inferred that the parents had a low level of knowledge, before their participation in the educational workshops and the percentage of the evaluation in the exit test (post test) was perceived that the level of knowledge under represented only 6%, and at the high level of knowledge it represented 64%. Proving that parents had a high level of knowledge after their participation in educational workshops. Conclusion: It can be concluded that the educational workshops did improve the level of knowledge of parents about the preparation of pre-school lunch boxes.

Keywords: Educational workshops, Knowledge level and pre-school lunch boxes.

INTRODUCCIÓN

La alimentación cumple un rol importante en el estado nutricional de las personas. Una mala alimentación ya sea por déficit o por exceso acarreará enfermedades a lo largo del tiempo.

A nivel mundial, la prevalencia de desnutrición infantil crónica bajó del 29,5% al 22,9% entre 2005 y 2016, aunque aún existen cerca de 155 millones de niños menores de cinco años afectados por este trastorno. Sin embargo, el sobrepeso viene incrementándose en los últimos años debido a la inseguridad alimentaria. El sobrepeso y la obesidad aumentan en la mayoría de las regiones del mundo tanto en niños como adultos. En el año 2016, 41 millones de niños menores de cinco años tenían sobrepeso.¹

La desnutrición crónica infantil constituye uno de los principales problemas de Salud Pública en el Perú, Cabe resaltar que durante el periodo 2009 - 2016 la desnutrición crónica en los menores de 5 años según la OMS ha reducido en un 7.2% teniendo una prevalencia de 18%. En lo que concierne al sobrepeso en menores de 5 años las estadísticas son irregulares pero con tendencia a incremento, en tanto la obesidad viene descendiendo.² Esto seguramente por el incremento del sobrepeso.

La proporción del sobrepeso se ha mostrado con poca variación en el periodo 2009 al 2017. En el primer Semestre del 2018, el sobrepeso se incrementó en 0,4 puntos porcentuales con relación al primer Semestre 2017, afectando aproximadamente a 1 de cada 16 niños

Una correcta alimentación en la primera etapa de vida es primordial para un adecuado desarrollo, considerando que en la primera etapa de vida se van adquiriendo los hábitos alimentarios para luego ir fortaleciéndolos a lo largo del tiempo, esto marcará una diferencia entre los niños con una adecuada alimentación y los niños que no son bien alimentados.

Antiguamente un niño gordo era sinónimo de un niño sano, según las estadísticas se debe resaltar que en los últimos años el sobrepeso representa un problema de salud primario de la niñez, por los efectos perjudiciales que este acarrea a lo largo del tiempo, como: hipertensión arterial y dislipidemias, problemas ortopédicos relacionados con el peso, alteraciones en la piel, complicaciones psicológicas (tales como la inestabilidad

emocional, conducta introvertida, baja autoestima), son los factores que ocasionan que los niños con sobrepeso y obesidad sean considerados una población vulnerable. Y a lo largo del tiempo esto se convierte en un factor de riesgo para el desarrollo de ECNT, aumentando la tasa de morbi mortalidad.

Según el Lic. Oscar Roy Miranda, ex decano del Colegio de Nutricionistas del Perú (CNP), nos señala que una lonchera no saludable no solo altera la economía por su elevado costo sino también alterará la nutrición de los niños afectando su salud. Y aclara que el alimento central de una lonchera saludable contiene carbohidratos y proteínas.

La ejecución de talleres educativos tiene como objetivo lograr un aprendizaje significativo, llevándolo a la práctica, en educación alimentaria esto se emplearía como estrategia para la disminución de malnutrición. Brindando opciones saludables, fáciles y económicas de modelos de loncheras, además resaltando la importancia en el desarrollo de los niños preescolares.

El presente estudio llamado: “Talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Ugel 06 sobre loncheras preescolares y su efecto en el nivel cognitivo”. Tiene por finalidad fortalecer y mejorar los conocimientos de los padres para la elaboración de loncheras preescolares, resaltando la importancia que tiene una alimentación adecuada en esta etapa de vida, dándole valor a lo que significa llevar una lonchera preescolar saludable.

El taller educativo es una herramienta para lograr un aprendizaje significativo, se desarrolla en un espacio para hacer, construir, comunicarse e intercambiar ideas y experiencias, fomentando la participación de sus asistentes. Utilizando diversas técnicas, elaborando materiales y otros. Asimismo, permite que se tenga un espacio recreativo para el desarrollo del aprendizaje, teniendo en cuenta que harán a un niño activo involucrado en actividades y no fomentando la inactividad en momentos donde se debe ser recreativo.

El taller educativo es importante en la educación alimentaria para mejorar los conocimientos y que éstos se vean reflejados en la práctica y en la mejora de la buena alimentación que conlleva a ser personas saludables. El taller desarrolla una actividad lúdica dando los pasos necesarios para que los padres conozcan acerca de los alimentos y su clasificación, pirámide nutricional, composición y preparación de loncheras preescolares. La investigación consta de 5 capítulos:

En el I CAPÍTULO se describe el planteamiento del problema, la delimitación del problema, formulación del problema, importancia y alcance de la investigación, objetivos y limitaciones de la investigación

En el II CAPÍTULO presentamos el marco teórico: Antecedentes nacionales e internacionales, bases teóricas y definición de términos básicos.

En el III CAPÍTULO planteamos las hipótesis de la investigación, las variables de la investigación y el cuadro de operacionalización de las variables.

En el IV CAPÍTULO se indicó la metodología, el método, la población y muestra, criterios de inclusión y exclusión, técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad del instrumento.

En el V CAPÍTULO presentamos los resultados, conclusión, discusión, referencias y apéndice.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Determinación del problema de investigación

La etapa pre-escolar es una etapa importante en el desarrollo del ser humano, ya que su influencia contribuirá en la vida adulta.

Los hábitos alimentarios se aprenden a temprana edad y esto les permitirá tener una mejor elección de alimentos saludables para el futuro. La familia es un pilar fundamental para inculcar al niño una correcta alimentación y forjar los buenos hábitos alimentarios.

Muchas veces el bajo conocimiento de los padres puede ocasionar que no alimenten correctamente a sus hijos y conllevarlos a una malnutrición; sea obesidad o desnutrición.

La lonchera es parte fundamental de la alimentación diaria, ya que es un complemento para que el niño cubra sus necesidades nutricionales en el transcurrir del día ayudándolo a reponer la energía gastada durante la actividad cotidiana, contribuyendo a mejorar su concentración durante la hora de estudio.

La lonchera interviene en el estado nutricional, como en la obtención de hábitos alimentarios que se van a reflejar toda la vida, por lo tanto se debe de resaltar su importancia; dentro de la alimentación diaria del niño en la etapa pre-escolar. Según la OMS la lonchera aporta entre el 10 a 15% de promedio de energía que pierde el niño al realizar actividades cotidianas relacionadas a su edad, como: estudiar, jugar, correr, durante su estadía en la institución educativa.

Por ello, se hace necesario una iniciativa que concientice y que permita orientar adecuadamente a los padres de cómo alimentar correctamente a sus niños y como preparar loncheras saludables.

La aplicación de sesiones o talleres educativos en alimentación preescolar tiene el fin de concientizar y obtener cambios significativos en el conocimiento en la población; lograr una mejora en las prácticas para una adecuada alimentación.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es el efecto de los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, en el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares?

1.2.2 Problemas específicos

1. ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación en loncheras preescolares antes y después los talleres educativos?
2. ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre la pirámide nutricional en loncheras preescolares antes y después los talleres educativos?
3. ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre la composición y preparación en loncheras preescolares antes y después los talleres educativos?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar el efecto de los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, en el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.

1.3.2 Objetivos específicos

1. Determinar el nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación en loncheras preescolares antes y después de los talleres educativos.
2. Determinar el nivel de conocimiento sobre la pirámide nutricional en loncheras preescolares antes y después de los talleres educativos.
3. Determinar el nivel de conocimiento sobre composición y preparación de loncheras preescolares antes y después de los talleres educativos.

1.4 Importancia y alcance de la investigación

La Investigación se justifica:

- Según el Ministerio de Salud, los requerimientos nutricionales del niño variarán de acuerdo a la jornada escolar que tenga, ya que su nutrición es balanceada y depende de la energía que pierda en las actividades físicas e intelectuales, puesto que una de las principales problemáticas para el aprendizaje es una desequilibrada alimentación.
- La lonchera escolar, repone la energía que el niño gasta en la hora escolar, permitiendo que tenga un buen rendimiento tanto físico como mental en la hora de estudio, debe cubrir un 10 a 15 % del requerimiento de energía que el niño necesita a diario. Por ello, el desayuno es de vital importancia para el niño, porque permite que tenga energía suficiente para empezar la jornada escolar satisfactoriamente permitiendo que preste atención en la hora de clase,

que esté activo y rinda eficazmente en lo académico. Sin embargo, cabe resaltar que este no es remplazado por el refrigerio. (Instituto Nacional de Salud).

- El padre de familia desempeña un papel muy importante, tanto en la educación como alimentación de su hijo, es por ello que el presente estudio tiene el objetivo de fortalecer los conocimientos de los padres sobre la importancia de la preparación de las loncheras y su influencia de esta en la salud del niño.
- Es importante la educación alimentaria más aún en la primera etapa de vida, muchas veces la ausencia de información, el desconocimiento acerca de la importancia, el contenido, cómo preparar y combinar los alimentos que van a ir en la lonchera repercutiría en el estado nutricional del niño.

1.5 Limitaciones de la investigación

Uno de los factores que influyó en nuestra investigación fue el grado de instrucción de los padres de niños preescolares, considerando especialmente aquellos que sabían leer y escribir.

Otra de las limitaciones fue que los niños preescolares, no culminen el ciclo académico siendo este un problema para nosotras las investigadoras ya que esta situación pudo haber alterado nuestra muestra, incrementando el sesgo.

Las conclusiones y resultados obtenidos en la presente investigación son válidos para la población estudiada, debido a que se realizó en una sola Institución Educativa.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Nacionales

Chunga T. Consuelo, en el 2017 en Piura, realizó un estudio titulado “EFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE PREPARACIÓN DE LONCHERAS SALUDABLES EN LAS MADRES DE NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N° 1447 SAN JOSÉ - LA UNIÓN”, cuyo objetivo fue determinar la eficacia de sesiones educativas acerca de cómo preparar loncheras saludables en madres de niños en etapa preescolar. El estudio fue de tipo cuantitativo-aplicativo, con un diseño pre experimental, longitudinal y prospectivo, de diseño de un solo grupo con pre test y pos test. La población fue constituida por 50 madres de familia. Utilizaron dos instrumentos para poder recolectar los datos: entrevista y cuestionario. Como resultado, el 54% demostraron un nivel de conocimiento bajo, acerca de cómo preparar una lonchera saludable, y tan solo el 22% evidenciaron un nivel alto de conocimientos, antes de la intervención. Después de la sesión educativa el 84% de madres evidenciaron un nivel de conocimiento alto sobre cómo preparar loncheras saludables, ninguna madre evidenció un nivel bajo. Entre las conclusiones más importantes tenemos:

“La intervención educativa sobre preparación de loncheras saludables fue efectivo, pues se evidenció un incremento en el nivel de conocimientos de las madres”.
(Chunga T. Consuelo)³

Mamani A. Lysbeth, en el año 2015, realizó una investigación titulada “SESIONES EDUCATIVAS EN EL NIVEL DE CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS SOBRE LONCHERAS ESCOLARES EN PADRES CON NIÑOS PREESCOLARES EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL SANTA ROSA – AZÁNGARO, 2015. El objetivo fue indicar si las intervenciones educativas ayudaban a incrementar el nivel de conocimientos y prácticas acerca de loncheras escolares en padres de niños en

edad pre-escolar, tuvo un estudio de tipo cuasi - experimental con corte transversal. Cuya muestra estuvo conformada por 25 padres que tenían niños de 3 - 5 años de edad y que acudían de forma permanente a la Institución Educativa. Como instrumento se usó la encuesta para medir el nivel de conocimiento, y la lista de chequeo para medir las prácticas que tenían los padres para preparar loncheras saludables.

Los resultados indicaron que el 48 % de padres antes de la intervención educativa poseían un nivel de conocimiento bajo y solo el 12% presentó un nivel de conocimiento alto. Después de la intervención educativa el 4% de padres poseían un nivel de conocimiento bajo y un 76% de padres presentaron un nivel de conocimiento alto; en referencia a las prácticas que tenían los padres para preparar loncheras saludables el 8% presentó prácticas saludables y el 92% presentó prácticas no saludables antes de la intervención y después de la intervención el 80% presentaron prácticas saludables. Entre las conclusiones más importantes tenemos:

“Se desarrolló cinco sesiones educativas dirigidas a padres con niños preescolares, en las que se incrementó el nivel de conocimientos de un nivel bajo a un nivel alto, y de las prácticas no saludables que tenían pasen a tener prácticas saludables en su mayoría”⁴ (Mamani A. Lisbeth)

ABANTO. Jenny, en el año 2009, realizó una investigación titulada “EFECTIVIDAD DEL PROGRAMA EDUCATIVO: MEJORANDO MIS SABERES ACERCA DE LAS LONCHERAS ESCOLARES, EN EL NIVEL DE CONOCIMIENTO DE PADRES DE NIÑOS PREESCOLARES, LA ESPERANZA. Cuyo objetivo fue indicar si el programa Mejorando mis Saberes acerca de las loncheras escolares es efectivo en el nivel de conocimientos de padres de niños preescolares, tuvo un estudio de tipo pre experimental. Cuya muestra estuvo conformada por 30 madres de familia. Se utilizó el instrumento: Escala de conocimientos sobre loncheras (ECL). El resultado fue que un 76.6% de padres presentó un nivel de conocimientos medio, antes de aplicar el programa educativo. El 96.6% de padres presentó un conocimiento alto, después de la aplicación del programa educativo. Entre las conclusiones más importantes tenemos:

“Se llegó a la conclusión que el programa educativo fue efectivo al incrementar el nivel de conocimientos en padres de preescolares en forma significativa” .⁵ (Abanto Jenny).

2.1.2 Internacionales

Realpe S. Francis, en el 2013, realizó una investigación titulada. “INFLUENCIA DE CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS DE LOS CUIDADORES EN EL HOGAR, EN EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS EN EDAD PREESCOLAR QUE ASISTEN AL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL ARQUITA DE NOÈ EN EL PERIODO JULIO – NOVIEMBRE 2013”. Cuyo objetivo fue determinar si había alguna relación de los conocimientos, actitud y práctica alimentaria de los cuidadores con el estado nutricional de los niños que acuden institución educativa. La muestra fue conformada por 48 cuidadores con sus niños de 2 a 5 años que acudían a la institución educativa. La investigación es de tipo observacional- descriptivo con un enfoque cuanti - cualitativo. Se usó el instrumento de la encuesta que constaba de 25 preguntas para medir el nivel de conocimiento, actitud y prácticas alimentarias. Para evaluar el estado nutricional de los niños se hizo a través de los indicadores peso/edad y talla/edad. Como resultado se obtuvo que las cuidadoras tengan un buen nivel de conocimiento, actitud y práctica alimentaria la cual se ve reflejado en el estado nutricional porque el 81% presentó un estado nutricional normal, el 13% con riesgo a sobrepeso y obesidad y el 6% con riesgo a desnutrición. Entre las conclusiones más importantes tenemos:

Sí existe relación en el nivel de conocimiento, actitud y práctica alimentaria de los cuidadores con el estado nutricional de los niños, porque se observó que los padres al tener buen nivel de conocimiento hay un mejor estado nutricional en los niños⁶ (Realpe S. Francis)

Sánchez CH. Nora, Reyes. H. Diana, Reyes G. Ulises, en el 2010, realizaron una investigación titulada. “CONDUCTAS PARA PREPARAR LONCHERAS MEDIANTE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE

NUTRICIÓN CON MADRES DE PREESCOLARES”. Cuyo objetivo es cambiar las conductas de cómo preparar loncheras a través de una intervención educativa acerca de nutrición dirigida a madres de niños en edad preescolar. Fue un estudio correlacional, longitudinal, cualitativo y cuantitativo. La población estuvo constituida por 119 madres de niños preescolares y que asisten a la institución educativa. Se realizaron diversos talleres que duraron 6 semanas, la intervención se desarrolló en tres momentos: el diagnóstico, la intervención mediante el taller y la evaluación. Como conclusión se obtuvo que:

“Las intervenciones educativas acerca de nutrición cambian la conducta alimentaria de las madres”⁷ (Sánchez CH. Nora. Reyes)

Calle S, Morocho B, Otavalo J, en el 2013. Realizó una investigación titulada. “CONOCIMIENTO MATERNO SOBRE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE NIÑOS(AS) MENORES DE DOS AÑOS QUE ACUDEN AL SUB CENTRO DE SALUD DE SAN PEDRO DEL CEBOLLAR DURANTE MAYO – JULIO 2013”. El objetivo fue indicar si el conocimiento acerca de alimentación y nutrición tiene relación con el estado nutricional de niños menores de 2 años que acuden al centro de salud. La población fue conformada por 74 madres con niños menores de 2 años. Fue una investigación de tipo descriptivo. Como instrumento se aplicó entrevistas a las madres para medir el nivel de conocimiento sobre temas de alimentación y nutrición. Como resultado se obtuvo que el 56% de niños presenten bajo peso y el 1% sobrepeso, están relacionados con el nivel socioeconómico de la familia. Entre las conclusiones más importantes tenemos:

“Sí existe relación en el nivel de conocimiento, su estado socioeconómico y el estado nutricional, porque a menor conocimiento y déficit en el nivel socioeconómico los niños presentaron bajo peso.”⁸(Calle S. Morocho B)

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Definición del conocimiento

Según Fernando R. El Conocimiento no solo es hablar de un solo pensamiento o representa hablar del “conocimiento científico”. Es interesante saber y reconocer que existen varios tipos de conocimiento; es decir, que conocer no significa conocer de una definitiva y determinante, si no que más bien, conocer significa: un conocer momentáneo, ya que el conocimiento es un desarrollo inconcluso.

Hablar de conocimiento es necesario conocer los componentes; uno de ellos es un sujeto, alguien que pueda conocer y el otro un objeto, alguien que esté dispuesto a ser conocido. Ambos tienen vínculo para que sea posible la existencia del conocimiento. Es decir el sujeto está frente a los objetos que le rodea, el primer contacto que tiene con los objetos le van a conformar un conocimiento.⁹

Según Guillermina Baena P. El conocimiento es una constante búsqueda y es el medio por la cual el ser humano logra dominar la naturaleza y va dando respuestas a los fenómenos que en diversos momentos no se aplicaba. La angustia ante lo desconocido es el motor principal del hombre para conocer. El conocimiento es un lazo entre la realidad y mi percepción de la misma a través de la razón y conciencia, es decir es una habilidad humana por medio de la cual se relaciona un sujeto que conoce y un objeto por conocer.

El conocimiento describe que el objeto es parte del sujeto, es decir que se puede uno conocer y pensar en un conocimiento intelectual. Ejemplo, el conocer es aprender (agarrar, atrapar) mentalmente un objeto y el resultado de esto es una serie de actos del sujeto que gira alrededor del objeto. El conocimiento no puede estar guardado fuera del ser humano ya que esta capte la realidad y la haga suya como parte del conocimiento.¹⁰

Según el Dr. Adalberto G. El conocimiento y su relación con la metodología, es decir el valor de una especie tiene como resultado la relación de los actos que se cumplen. Cuando más activo sea un acto por ende más relativo será el objeto del conocimiento por la necesidad de esencia que aparece en él y solo en él. Esta orden indica que las alucinaciones y fantasías pertenecen al grado inferior o mínimo del conocimiento.

Avanzando por sus diversas especies formando una percepción interna de los sentimientos propios y ajenos.

Este es un proceso donde empieza el conocimiento sensible normal, y de esta a la superioridad del conocimiento esencial fisiológico y la relación de muchos actos que se someten al objeto de la anterior especie de conocimiento, cuyos hechos, ideas, tienen menos relatividad existencial, siendo su existencia solo relativa a la conciencia divina.¹¹

Luis Hernández M. Entiende como un proceso en la que interactúan el sujeto y objeto de conocimiento, ambos tienen una serie de mediaciones, y a la vez son indispensables y deformadoras. Es decir el primer mediador es el lenguaje en el proceso de conocimiento. Sin el dominio propio del lenguaje, no podemos expresar tampoco precisar dentro de nuestro cerebro ese conocimiento y por ende, no podemos traducir las acciones prácticas. El segundo mediador se entiende que no solo es el proceso de conocer, sino el modo como tratamos de conocerlo y valorarlo, estos son llamados otros sujetos significativos, es decir, las opiniones de otras personas para nosotros son significativas y por ello puede ser la autoridad aceptada que forma o deforma nuestra apreciación del objeto.¹²

Según Pilar Arévalo. Define el conocimiento como desarrollo de la realidad que se refleja y se produce en el pensamiento del ser humano, es decir, que el conocimiento es un acto de apreciación de una cosa o hechos mediante un proceso mental y no físico. Aunque también se consigue gracias a los actos por conocer, al resultado de la operación mental de conocer, este conocimiento se puede conseguir, acumular, transmitir y derivar de unos y a otros, como un conjunto de ideas, conceptos, enunciados que pueden ser claros, precisos.¹³

Según Martha Ramírez. El conocimiento viene de la palabra griega “logos” que significa inteligencia y razón. La palabra conocimiento se emplea para señalar el producto de un desarrollo cognitivo; es decir, que es el resultado de algo que nosotros aprendemos y razonamos sobre lo aprendido, también es saber algo y ese algo debe ser verdad, porque si lo que creo es falso simplemente tendré una creencia falsa, pero por otra parte no puedo saber lo que no creo.¹⁴

2.2.1.1 Elementos del conocimiento

El elemento más importante para que exista el conocimiento es un sujeto que es capaz de efectuar la actividad cognoscitiva, esto es resultado de la inteligencia requiriendo la existencia de un objeto o realidad, que constituye la cosa que será descifrada por el sujeto. Ambos tendrán una relación estrecha y profunda para que obtengan algún conocimiento. Por ello, es importante conocer los tres elementos del conocimiento.

A. Sujeto: Lleva a cabo la labor cognoscitiva para realizar la percepción de los objetos, ya que es el único capaz de reproducir u obtener conocimiento. Por otro punto de vista el conocimiento no puede entenderse, tampoco es capaz de que el sujeto racional no entre en contacto con el objeto, si no hay un contacto consciente entre ambos.

En este proceso cognoscitivo, el sujeto participa con sus habilidades, capacidades, y conocimientos previos y generales con sus experiencias acumuladas, de las cuales influyen en forma determinante del conocimiento y esto pueden enriquecerlo, parcializarlo, ampliarlo y hacerlo subjetivo; por ese motivo, el resultado es difícil de afirma del conocimiento objetivo, ya que este es un proceso imposible de alcanzar.

B. Objeto: En el segundo elemento es importante saber que el conocimiento llegue a alcanzar al objeto o llamado realidad; es decir, el que conoce o el que investiga. La interferencia del sujeto y el objeto o realidad pueden dificultar el proceso cognoscitivo, dando como resultado que el sujeto sea imposible de percibir la realidad de la objetividad. También es necesario saber, que sobre una misma realidad hay distintos sujetos, con diversas opiniones y diferentes conocimientos.

El objeto, como factor del conocimiento, está constituida por variedad de aspectos y diversas manifestaciones de la realidad u objeto, de la actividad cognoscitiva o investigación, y que sean de interés para el sujeto cognoscente.

C. Relación: Es importante conocer el estudio de la forma cómo el sujeto se aproxima a los objetos para obtener de ellos un conocimiento. De la manera cómo un sujeto y los distintos objetos establecen una relación, conduciendo al problema y diseño para su posterior estudio de investigación, la cual es esencial determinar el proceso cognoscitivo para analizar los problemas que se puedan presentar.¹⁵

2.2.1.2 Origen del conocimiento

- La experiencia, percepción de los sentidos.
- La razón, capacidad de razonamiento.
- Intuición o comprensión profunda de algo.

El conocimiento para ser realidad deben cumplir con cuatro condiciones: el conocer, los saberes, la creencia y las convicciones.

- A. **El conocer:** Es haber tenido una experiencia personal y directa, también haber estado en contacto o estar relacionado con aquello que se pretenda conocer, es decir una persona nunca puede conocer por otro.
- B. **Los saberes:** Son creencias que se justifican por la razón. Es decir tener razón involucra únicamente a cualquier juicio u opinión objetiva para garantizar la creencia, y que está determinada por la realidad y no por motivos subjetivos.
- C. **La creencia:** Es la disposición de un sujeto relacionado con la realidad. Es decir, crear algo involucra una serie de posibilidades, que esté dispuesto a relacionarse con el mundo. Se entiende el concepto de creencia por las necesidades de saber si el objeto forma parte o no del mundo real. también la creencia está unida con elementos subjetivos y afectivos como los deseos y hechos que aceptamos de manera espontánea, y sin razón que justifican.

D. **Convicciones:** Son aquellas creencias vitales que dan sentido a nuestra existencia, es decir, conocer algo es el resultado de la experiencia personal y saber es el resultado de un objeto sin conocerlo.¹⁶

2.2.1.3 Niveles del conocimiento

A) Propuesta de Raúl Rojas Soriano

Él valora que el conocimiento está compuesto por tres niveles: descriptivo, conceptual y teórico.

1. **Descriptivo:** En realidad es una operación más importante que involucra básicamente el contacto, la clasificación y la enumeración de los actos que se presenta mediante el contacto directo con la realidad concreta, es decir, lo descriptivo empieza con la etapa inicial transformándose en conocimiento. Este proceso nos permite el inicio del desarrollo de la ciencia, mediante los hechos, objetos y la identificación todo es parte del conocimiento descriptivo. Lo cual empieza con el contacto directo a través de los órganos sensoriales del ser humano; es necesario saber esta operación para que el resultado sea correcto y así ascender a las otras etapas, y explicar científicamente los hechos, procesos naturales y sociales de la ciencia.
2. **Conceptual:** Este nivel consiste en crear ideas o conceptos mediante los hechos, objetos, problemas o procesos de los datos empíricos, para establecer conexiones entre ellos, a través de las técnicas estadísticas de la observación directa, comprobación, experimentación, entrevista, entre otras. En realidad empieza a partir de las evidencias obtenidas de los datos empíricos, lo cual nos permite ver con mayor claridad y precisión, que existe relación inicial con el objeto, a través de las ideas, juicios y conceptos creados respecto a la realidad.

En esta etapa se consta una mayor participación del pensamiento del ser humano; sin embargo, aún depende del contacto directo con la realidad empírica sosteniéndose de las propiedades del conocimiento, y relaciones de los objetos,

hechos o realidad asequibles de los órganos de los sentidos, ya que juegan un rol importante en el desarrollo de lograr conocimiento científico.

- 3. Teórico:** Este nivel constituye un conjunto de conocimientos organizados y sistemáticos, que se presenta la expresión máxima del conocimiento humano que va más allá de las apariencias y hechos empíricos de los procesos externos, que promueven a través de una serie de resultados que involucran otros hechos dentro de un aspecto específico de la realidad objetiva y concreta. Esta operación excede la realidad con la finalidad de descubrir el conjunto de sus relaciones y las leyes que rigen, a través de una serie de conexiones internas que son importantes, ya que las cosas no se manifiesta indirectamente e inmediatamente al ser humano, siendo necesario captarlas para el pensamiento abstracto y de las teorías sistematizadas.

El proceso del descubrimiento interno de los hechos, acontecimientos, objetos, fenómeno, etc., involucra determinar las causas que han motivado su desarrollo de transformación a través de la estructura que posee, es decir, conocer y explicarlos hechos o fenómenos, sean naturales, sociales o del pensamiento, aplicando las leyes que rigen.

B) Propuesta de Ludin Rossental.

Sostiene que el proceso del conocimiento se realiza en dos niveles, pero además en una serie de etapas que van de lo más simple a lo más complejo.

- 1) **Nivel sensorial:** Esta es la etapa en la cual se capta las propiedades externas de los fenómenos; sin embargo no podemos diferenciar de lo general a lo particular de las propiedades del objeto, y las esencias de las propiedades secundarias o complementarias. La actividad sensorial es importante ya que nos pone en contacto con la creencia concreta, porque es la base para la producción del conocimiento; es decir, si el hombre no percibe sensorialmente el mundo, nada

podrá conocer o conocerá muy poco de él, este nivel se desarrolla en tres etapas fundamentales: la sensación, percepción y la representación.

- **La sensación:** Son las primeras impresiones que tenemos del mundo a través de los sentidos, ya que expresa el reflejo de cualidades y propiedades aisladas de los objetos, hechos del mundo material actuando sobre los sentidos excitándolos en la parte periférica, es decir, el receptor analiza para luego transmitir los mensajes a través de los nervios sensitivos, auditivos, gustativos, táctiles, olfativos, a la corteza cerebral, donde se hace constante la sensación, este procesos nos sirve para identificar color, forma, sonido, olor, sabor, etc. La estimulación de los órganos sensoriales dentro o fuera de nosotros brinda información para luego registrarlos en los centros cerebrales, expresada mediante la sensación de hambre, frío, etc.

- **La percepción:** Producida por las sensaciones de manera aislada respecto de las cualidades y características de un objeto y hechos, en esta etapa son captadas, recibidas y aprendidas en forma intelectual por los centros cerebrales conduciendo al conocer e interpretar, es decir, se percibe y se aprende más de lo que se ve, a partir de las sensaciones, ideas, imágenes, recuerdos, etc. Referido a un hecho o fenómeno.

- **La representación:** Es una imagen objetiva de la realidad sin tenerla frente a nosotros. Es una forma de reproducir las características de un hecho, objeto o fenómeno creadas en la memoria como una especie de retrotraer el pasado que es evocado en complementación con la imaginación.

2) Nivel lógico

Es el nivel que se caracteriza por el uso del razonamiento lógico para lograr conocimiento que se hace intelectual, racional y abstracto en razón de que no solo capta los aspectos exteriores de los objetos, sino que penetra a la esencia del hecho, objeto o fenómeno, permitiéndonos conocer y aplicar las leyes del desarrollo de

la naturaleza, sociedad y del pensamiento, la expresión se manifiesta mediante, el concepto, el juicio y el razonamiento.

- **El concepto:** Es un proceso de sintetizar y expresar las cualidades generales y esenciales de los hechos o fenómenos de las relaciones internas y no sus aspectos, ni las conexiones exteriores de los dichos objetos de conocimiento. Es decir, es producida después de realizar el proceso de abstracción que consiste en separar de lo general a lo particular de los hechos, objetos de la materia del estudio del conocimiento.

- **Los juicios:** Es un pensamiento o acto para afirmar o negar la pertenecía o no de una característica o prioridad del hecho, objetos o fenómenos reales y concretos, siendo el resultado de conceptos formando una estructura, por ejemplo los arboles tienen hojas, todo lo que realmente existe es llamado conocimiento.

- **El razonamiento:** Es el nivel superior del conocimiento en tanto como raciocinio, inferencia o deducción, que constituye el paso de la verdad de una o varias proposiciones a la verdad de otra proposición con carácter científico, que nos permiten conocer y explicar los fenómenos y procesos orientados a captar los hechos a través de los órganos sensoriales.¹⁷

2.2.1.4 Tipos de conocimiento ciencia

El conocimiento depende de la naturaleza del objeto, la forma y manera en que se usan los medios para conseguirlos; sin embargo, hay diversos tipos de conocimiento importantes que están involucradas en muchos campos del saber, dentro de ellos tenemos conocimiento vulgar, fisiológico, científico.

1. Conocimiento vulgar

También llamada empírico, basada esencialmente en la cultura popular, obtenida por el conocimiento práctico, espontáneo y de sentido común del hombre. Es decir, no requiere ni exige la capacidad teórica y voluntad consiente por considerarlo como cuerpo fundamental del conocimiento. Todo ello se obtiene a través de tradiciones y experiencias al azar, facilitando el trabajo ordinario y la vida social del hombre, en ese sentido puede resultar útil y frecuente en la práctica cotidiana.

El conocimiento vulgar se caracteriza por ser sensitivo, superficial, subjetivo, estático, particular, inexacto, etc. Basado en lo aparente, supuestos y creencias, sin involucrarse o relacionarse de unos hechos con otros, y también sin tener en consideración otras ideas ya enunciadas y manifestadas.

2. Conocimiento fisiológico

El conocimiento fisiológico busca el porqué de los fenómenos y se basa fundamentalmente en la reflexión racional, crítico y sistemática para descubrir y explicar el conocimiento, el objeto de la fisiología está constituido por realidades inmediatas, no perceptibles por los sentidos traspasando la experiencia. Se asemeja al conocimiento científico, pero se distinguen por el objeto de la investigación y por el método.

La fisiología de la ciencia está constituida del sentido, justificación e interpretación, también comprende la realidad en su contexto universal, es decir, el hombre desde su existencia esta rodea de objetos y es capaz de mejorar el sentido de la vida. El conocimiento fisiológico es un interrogador, cuestionador sobre la realidad. No es un hecho, acabado. En pocas palabras el ser humano es capaz de plantear y resolver problemas captando conocimiento y transformándose en pensamiento más amplio y complejo en el ámbito educativo.

3. Conocimiento científico

El conocimiento científico es uno de los tipos y modos posibles del conocimiento humano a través de diversos acontecimientos, procedimiento y técnicas de la investigación, que actúa a nivel más complejo y profundo que el de la realidad directamente observable. De esta manera debe someterse a pruebas a través de la experiencia por medio de objetos y conocimientos.

- **Sistemático:** Es un conocimiento ordenado, consiente y coherente en sus elementos, que se relaciona e integra ajustándose en un sistema, mediante diferentes conocimientos para entender la realidad de la manera más compleja posible. La sistematización con lleva dificultades originadas por la gran cantidad de variables que guardan estrecha interrelación, pudiendo haber tantas teorías y explicaciones, pero también existe posibilidad de contrastar las distintas formulaciones teóricas.

- **Método:** Es el fruto de una metodología rigurosa, ajustada a un método. Se obtiene mediante la aplicación de planes elaborados cuidadosamente para dar respuesta a preguntas o preguntas.

- **Comunicable:** Como su nombre mismo lo dice comunicado, expresado con un lenguaje apropiado, claro y preciso facilitando la comunicación del contenido e información más efectivo.

- **Analítico:** Se procede por la vía del análisis, obteniendo el conocimiento científico, lo que obliga a seleccionar variables o cuestiones que rompan la unidad, complejidad y globalidad de los fenómenos humanos, actuando a distintos niveles y grados de globalización.¹⁸

2.2.1.5 Conocimiento sobre la salud.

El aprendizaje se manifiesta de nuevo conocimiento con un contexto sociocultural concreto. Es decir, el hombre aprende las nuevas conductas propias de la cultura del contexto donde él se educa. El nuevo conocimiento y habilidades empiezan en el proceso educativo y es constante en la necesidad de ofertas y promover aprendizajes de los conocimientos sobre la salud.

El proceso del aprendizaje empieza con adquirir y modificar un nuevo conocimiento y habilidades de la conducta mediante el desarrollo de destrezas, intereses actividades, gustos, prejuicios, valores y creencias. La visión que la sociedad tiene del conocimiento y el aprendizaje de las habilidades sobre la salud, han ido cambiando a través del tiempo. El hombre y la mujer saludable con el paso del tiempo ha mostrado un cambio significativo, y también cambiaron los patrones de identificar si alguien está sano o enfermo.

El concepto salud no ha cambiado desde el punto de vista absoluta, sin embargo desde un plano relativo a la realidad se va adecuando desde la interpretación y evaluación. De esta forma, el conocimiento y habilidades sobre la salud, van evolucionando en el tiempo en cada una de las diferentes culturas.

En la sociedad no se puede, plantear el concepto salud, ya que estos tienen distintos tipos de cultura, creencias y valores, por lo tanto la educación no son transculturales. Por eso es difícil dar sentido a una cultura sin conocer el contenido social del contexto y por tanto, las pautas de conducta adquirida por medio del aprendizaje de conocimiento y habilidades sean socialmente aceptados.

La educación para la salud, en tanto la actividad fundamentada de los valores, y como promotora de unos concretos de conocimiento y habilidades, requiere integrar las distintas perspectivas que hemos señalado. Esta circunstancia no solo es una pretensión teórica, sino también, una exigencia de las instancias personal y social, que en definitiva justifican y posibilitan la adquisición de nuevos conocimientos.¹⁹

2.2.1.6 Conocimiento materno sobre alimentación y nutrición

Las madres tienen una labor importante en el desarrollo y nutrición de sus niños, ya que ellas son las encargadas de su alimentación diaria, y tienen la inquietud de número de saber el número de comidas que consumen, calidad, cantidad etc. Estos conocimientos fueron adquiridos por medio de un consejero de nutrición. Por ello, las madres tendrán el deber de saber cuál ha sido la alimentación de sus niños en la escuela, si cumplen con los requerimientos nutricionales.²⁰

Se entiende que la madre obtendrá el conocimiento sobre la nutrición de su pequeño y el papel importante que tiene ya que es fundamental para una buena salud, así como también conoce sobre los gastos que implica la nutrición del niño. Algo que ha sido realmente importante, es que los padres pueden desconocer el efecto de los bajos ingresos nutricionales, y lo que puede afectar en su educación.²¹

El conocimiento de la madre es el conjunto de ideas, conceptos, hechos y principios que es adquirido a lo largo de su vida, por medio de su grado de instrucción de la madre, edad, número de hijos todos estos factores influyen en la salud del niño, es decir un niño bien nutrido tiene amplio conocimiento, enriquece su cultura, modifica sus hábitos alimentarios mejorando su nivel de vida, la mamá como proveedora debe poseer un nivel de conocimiento alto.²²

2.2.1.7 Talleres Educativos

El taller educativo permite que la pedagogía logre integrar la práctica con la teoría y que se puede conformar un grupo para el trabajo. Se caracteriza por la investigación, el aprendizaje por descubrimiento y el trabajo en equipo. Se da a través de sesiones que resultaran entretenidas, pero que también tienen un tiempo estimado para su duración. Estas se encargan de darle solución a problemas y capacitar a los niños para ello, por lo que se necesitan de personas con experiencia para que los asista, el taller será recreativo, ya que los docentes no utilizarán su sistema tradicional, sino que serán los guías que colaboran con la enseñanza.²³

Objetivos generales de los talleres educativos

- ✓ Ser facilitadores de educación, donde están integrados el aprender con la acción de lo aprendido.
- ✓ Promover la colaboración entre la comunidad, la institución y los docentes para que se relicen actividades pedagógicas pero de entretenimiento para los estudiantes.
- ✓ Superar la formación técnica y la experiencia práctica.
- ✓ Facilitar a los participantes que sean creadores de su propio aprendizaje.
- ✓ Dar otro punto de vista sobre la educación, dando un papel más importante al estudiante, siendo este activo en sus aprendizajes.
- ✓ Promover espacios de comunicación, participación y autogestión.²⁴

Fases para una adecuada ejecución de un taller educativo

- ❖ *Fase de iniciación:* En que los iniciadores fijan el círculo de invitados y se comunican para dar a conocer como serán organizados.
- ❖ *Fases de preparación:* Quienes se encargan de la organización les participan a los integrantes sobre las actividades que se realizarán o las metas que desean alcanzar.
- ❖ *Fase de explicación:* Se les notifica a los integrantes cuáles son las actividades que requieren de solución y su debida explicación para llegar a su fin, donde se les permite crear grupos para trabajar en equipo y se les brindan los recursos que se utilizarán.
- ❖ *Fase de interacción:* Los grupos que se formaron realizaran el trabajo en busca de soluciones, o como crear el producto final.
- ❖ *Fase de presentación:* Los grupos que se formaron harán la presentación del trabajo que realizaron y como han solucionado para llegar hasta el final.
- ❖ *Fase de evaluación:* Quienes tienen la potestad de evaluar verán cuales son los resultados obtenidos, cuales han sido los métodos implementados y como lo han aplicado, por lo cual, reconozcan cuales han sido los conocimientos adquiridos.²⁵

2.2.2 Loncheras preescolares.

2.2.2.1 Etapa preescolar

Es el periodo que comprende desde los 2 años a 5 años, se considera el final de la primera infancia. Es aquella edad donde el niño aprende a descubrir, inventar, desarrollar su ingeniosidad y su conducta sociocultural; también se despierta la curiosidad por conocer el mundo y empieza el periodo de separación con los padres. Aprende a controlar su sistema corporal a interactuar con otros niños y adultos. El lenguaje, la atención y memoria se desarrolla en esta etapa.²⁶

Peculiaridades psicológicas y somáticas del preescolar

El organismo experimenta un constante crecimiento desde que se concede hasta la vida adulta. El aumento de tamaño comprende peso y talla; es como consecuencia del proceso de expansión y diferenciación celular que los conforman los órganos y sistemas, que a su vez se desarrollan con un ritmo diferente en cada una de ellas.

Los tejidos del cuerpo presentan un aumento de tamaño celular (hiperplasia) o un aumento de la cantidad de células (hipertrofia). También se adquiere nuevas y específicas funciones que van a definir el grado de madurez del organismo .²⁷

Desarrollo físico del niño

Crecimiento: Aumento de tamaño, peso, talla, volumen corporal, se mide en kg y en cm.

Desarrollo: Desarrollo de una función determinada con facilidad, como por ejemplo el desarrollo motriz o sensorial.

Aumento de peso y de talla del preescolar:

En lo que corresponde al crecimiento físico del niño preescolar, su cuerpo pasa por un proceso de maduración, hay una aceleración del crecimiento de sus extremidades,

mientras que el tronco tiene un crecimiento regular y la cabeza es mucho más lenta. Cuando el niño llega a los 6 años adquieren semejanzas con relación a la dimensión que poseerán en su vida adulta.

En ésta etapa se denotan las diferencias físicas entre niño y niña, los niños tienen ligeramente más peso que las niñas, el sistema óseo, muscular, nervioso madura más rápido en un niño. Durante los 2 a 3 años en su gran mayoría ya tienen sus dientes de leche, por ende los niños están preparados para consumir los mismos alimentos que los adultos.²⁸

Tabla 1. *Promedio de peso.*

Peso promedio(kg)		
Edad(años)	Niñas	Niños
3	14.7	15.2
3.5	15.9	16.3
4	16.9	17.3
4.5	18.1	18.4
5	19.2	19.4
6	21.9	21.9

Fuente: Warson. E y Lowrey. H . Crecimiento y desarrollo del niño.

Tabla 2. *Promedio de talla.*

Talla promedio(cm)		
Edad(años)	Niñas	Niños
3	95.4	96.4
3.5	99.5	100.2
4	103.3	104.0
4.5	107.2	107.6
5	110.6	110.7
6	117.6	117.7

Fuente: Warson. E y Lowrey. H. Crecimiento y desarrollo del niño.

Características del niño preescolar

- Crecimiento estable.
- Aumento de peso de 2 a 3 kg por año aproximadamente.
- Incremento de la talla de 6 a 8 cm por año.
- Cambio en el apetito, interés y preferencias por ciertos alimentos.
- Crecimiento de las extremidades inferiores, aumento de la masa muscular y depósito mineral óseo.
- Pueden consumir un gran aporte de calorías en unas comidas a diferencia de otras pero su consumo global de calorías es normal.
- Periodo de maduración, desarrollo rápido del lenguaje, de caminar y de la socialización.
- Alcanzan su maduración de órganos y sistemas a los 3 años y es muy parecido al adulto.
- En esta etapa muchos ingresan a las guarderías o escuelas donde pueden adquirir influencia de sus educadores y compañeros de clase en su alimentación.
- Termina la primera aparición de las piezas dentales temporal.
- Saben usar los cubiertos y son capaces de beber en vaso.
- Aumento del requerimiento de proteínas, porque hay un crecimiento muscular y de tejidos.
- Forjan y consolidan los hábitos alimentarios, aprenden por imitación y adaptan las costumbres alimentarias de la familia.
- Demuestran interés de las cosas que los rodean.
- Pueden expresar sus deseos y necesidades.²⁹

2.2.2.2 Requerimiento nutricional del preescolar

Requerimiento energético

Los requerimientos de energía se han establecido en kilocalorías por kilogramo de peso. Desde el primer año hasta los 3 años, 82 Kcal/kg/día (equivale 800 a 1200 Kcal/día). Desde los 4 a 6 años, 75 Kcal/kg/día (equivale 1200 a 1500 Kcal/día).

Tabla 3. *Requerimiento de energía.*

Edad	kcal /kg/día	
	Niños	Niñas
1-2	82.2	80.1
2-3	83.6	80.6
3-4	79.7	76.5
4-5	76.8	73.9
5-6	74.5	71.5

Fuente: Tabla adaptada de Human Energy Requirements FAO/OMS/UNU, Rom, 2004.

Distribución calórica de los macronutrientes

- **Carbohidratos:** Se considera entre un 50 a 70 % de la cual el 90% tiene que ser carbohidratos complejos (tubérculos, cereales, legumbres) y el 10 % restante tiene que ser azúcares simples (sacarosa, productos de bollería), debe de consumirse con moderación para prevenir caries dental, dislipidemias y obesidad.
- **Proteínas:** Debe ser de 10 a 20 %, se recomienda que la dieta del preescolar debe de aportar entre 20 a 40 % de proteínas de origen animal, por su gran aporte de aminoácidos que contribuye al crecimiento.
- **Grasa:** Debe ser un 20 al 30% de la cual el 10% tiene que ser mono insaturado (aceite de oliva, frutos secos) y el 10 % de poliinsaturada en especial el omega 3 (pescado) y hasta un 10% de grasa saturada.

Distribución calórica de las comidas

- ✓ Desayuno: Debe de ser un 20% del aporte total, para asegurar las necesidades de energía y que haya un correcto aporte para la hora de estudio; éste debe de aportar básicamente lácteos, cereales y frutas.
- ✓ Media mañana: Es una comida ligera pero importante debe de ser el 10% del aporte total, es una recarga de energía a la hora de estudio, debe de incluir lácteos variados, pan, cereales y fruta.
- ✓ Almuerzo: Debe de ser un 40% de las necesidades de energía. Muchas veces el desayuno tiende a ser ligero por ello a la hora del almuerzo el niño tiene mucha hambre y en general éste es excesivo, el almuerzo debe de contener un plato de ensalada o sopa, guiso de carne o leguminosa, cereales, verduras más una fruta y agua.
- ✓ Cena: Aporta el 30 % de las necesidades de energía, éste debe de ser ligera y de poco volumen, para que pueda descansar con el estómago ligero.³⁰

Tabla 4. *Distribución de calorías por comida.*

Grupo	Desayuno	Merienda	Almuerzo	Cena
Preescolar(2 a 6 años)	300 kcal	150 kcal	600 kcal	450 kcal

Fuente: M. Cereceda. Dietética de la teoría a la práctica.

Tabla 5. *Cantidades diarias de raciones de alimentos recomendados.*

Grupo de alimentos	Alimentos	Cantidad (preescolar)
Lácteos	Leche, queso, yogurt.	3 tazas de leche o 2 tajadas de queso + 1 vaso de yogurt.
Carnes, vísceras, huevo Leguminosas	Pollo, pescado, cuy, hígado, Menestras, huevo.	1 porción chica o 2 huevos o 1 taza de menestras cocidas.
Cereales, Tubérculos	Pan, arroz, avena, quinua, fideos, galletas, maíz, papa, camote, yuca, plátano.	2 unidades de pan + ½ plato chico de arroz o quinua + 1 taza de avena preparada 2 unidades de papa chica o camote.
Verduras y frutas	Zanahoria, zapallo, vainitas, tomate, lechuga, espinaca, etc. Mandarina, naranja, uvas, plátano, melón, papaya, piña, fresas, higos.	1 plato de verduras cocidas o 1 taza de verduras crudas 2 unidades medianas de frutas variadas o jugos.
Aceites y Azúcar	Azúcar, miel, jaleas, mermeladas, margarinas, aceites.	Cantidad moderada.

Fuente: M. Cereceda. *Dietética de la teoría a la práctica.*

Características de la alimentación del preescolar

El objetivo de la alimentación del niño en edad preescolar debe asegurar un correcto crecimiento y desarrollo, tomando en cuenta la actividad física, es importante en ésta etapa forjar los hábitos alimentarios saludables para así prevenir en el futuro enfermedades nutricionales. Es importante una buena práctica de la alimentación para tener un estilo de vida saludable.

En ésta etapa es muy común que el apetito disminuya constantemente, un día tendrá apetito y otro no, éste cambio e inestabilidad se debe al ritmo del crecimiento. En esta edad también empieza a conocer el entorno por lo que la comida y los alimentos pasan a no ser importantes para ellos.

Por ello se recomienda darle los alimentos en varios momentos del día y en pequeñas cantidades, ya que la dieta debe de ser equilibrada e individualizada.³¹

- Pautas dietéticas para la alimentación del preescolar:

- Una alimentación balanceada debe incluir todos los grupos de alimentos.
- La American Dietéticas Association recomienda que para que los niños sean saludables deben de obtener los nutrientes que necesitan a través de los alimentos en lugar de suplementos de vitaminas.
- Evitar el consumo de dulces, de productos de pastelerías, gaseosas, embutidos, frituras, te, café.
- La distribución de las comidas debe de ser de 4 a 5 comidas, el mayor aporte de energía debe de darse durante el día y en la noche debe de ser algo ligero para que no se acueste con el estómago lleno.
- Asegurar el aporte de fibra en las comidas
- Los alimentos deben de ser presentados de manera creativa para que los niños tengan interés en ellos, y la alimentación debe de darse en un ambiente tranquilo y sin presión ni castigos.³²

2.2.2.3 Alimentación

Es el proceso vital de la persona para sobrevivir, ya que se debe ingerir alimentos en cantidades saludables y de una buena calidad, por lo que se trata de un proceso fisiológico del ser humano para mantener la salud.³³

Para que las funciones del organismo se mantengan funcionando adecuadamente necesita un aporte constante de energía y de nutrientes.

La energía es importante para el mantenimiento de la temperatura del cuerpo, para realizar actividad física y para que los diversos órganos y sistemas funcionen correctamente.

Los nutrientes son sustancias que al ser transformadas por el metabolismo se convierten en parte fundamental del cuerpo que está siempre en cambio constante. La energía y los nutrientes se adquieren en la mayoría de veces a través de la alimentación, aunque en el período fetal este se alimenta a través de la placenta.³⁴

Los alimentos:

Estas son sustancias que pueden ser naturales o modificados por el hombre con el objetivo de brindarles beneficios al cuerpo humano, ya que al ingerirlos el cuerpo se llena de energía y vitalidad, así como también, sirve para reparar el tejido propio del cuerpo. Este sirve para saciar la necesidad del hambre.³⁵

Clasificación de alimentos:

Una manera práctica de poder dar una buena orientación alimentaria a la población es por medio de la agrupación de alimentos con el propósito de que aprendan a seleccionar alimentos saludables para que lleven una alimentación correcta.

La rueda de los alimentos diseñada por la FAO, esta guía alimentaria está dividida en sectores, a la vez los divide en subsectores; agrupa a los alimentos de acuerdo a la función que cumple en el organismo por ello lo clasifica en energéticos, constructores y reguladores.

- **Energéticos:** Son llamados así porque estos alimentos nos aportan energía, para desarrollar nuestras actividades diarias que comprende correr, hacer deporte, bailar, entre otras. Esta energía proviene de los carbohidratos y grasas, dentro de los carbohidratos encontramos a los complejos como los tubérculos, cereales, leguminosas, y los simples como el azúcar y derivados. también están las grasas como los aceites, nueces, pecanas, almendras, aceituna; estos alimentos están representados con el color amarillo.
- **Constructores:** Llamados así por la función plástica que desarrolla ya que en este grupo están las proteínas, que ayudan a la construcción de células y tejidos, y contribuye al crecimiento de los menores. Aquí encontramos a los lácteos y derivados (leche, yogurt, queso, mantequilla) y a las carnes (pollo, pescado, pavo, vísceras, huevos, etc.). Estos grupos están representados por el color rojo.

- **Reguladores:** Ayudan a regular los procesos metabólicos del organismo, a protegernos de enfermedades, aquí se encuentran las frutas y verduras que tienen fuentes de vitaminas y minerales; estos alimentos están representados por el color amarillo. Es importante mencionar que en el centro de la rueda de alimentos recalcan la importancia de realizar actividad física y el consumo de agua como complemento necesario de una buena alimentación.³⁶

2.2.2.4 Pirámide nutricional

Es una guía gráfica-práctica que nos hace ver de una manera sencilla los grupos de alimentos en que cantidades debemos de consumirlos (porciones) y en qué tiempo (frecuencia).

La pirámide nos orienta a seguir una dieta sana y equilibrada, nos permite seleccionar una amplia opción de alimentos de cada grupo sometiéndola al tipo de vida y preferencia de cada persona, nos ayuda también al equilibrio y la limitación de los alimentos.

Es un gran material para enseñar a la población. Todos los grupos de alimentos están reflejados en la pirámide, está dividido en seis grupos y se distribuyen en cuatro filas.

1^{era} fila: Cereales, pasta, pan tubérculos. Todos estos alimentos se ubican en la base de la pirámide.

2^{da} fila: Se divide en 2 grupos, hortalizas y frutas.

3^{era} fila: Se divide en 2 grupos. Lácteos y derivados y carnes, huevo y menestras.

4^a fila: Grasas, aceite y dulce.

Esos alimentos se encuentran en la cima de la pirámide

La pirámide incluye un conjunto de consejos básicos que de manera práctica la población pueda saber los tipos de alimentos, la cantidad que debe de consumir, es un material de suma importancia para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.

La pirámide de alimentos abarca ciertos conceptos importantes:

- **Variedad:** Ayuda a que las personas no sean monótonas en su alimentación y tengan más opciones de elegir un alimento de cada grupo; ningún alimento de por sí aporta todos los nutrientes necesarios; es por ello la importancia de consumir alimentos de todos los grupos.

•**Proporcionalidad:** Se debe de consumir más alimentos de la base de la pirámide e ir disminuyendo hasta llegar a la cima; de ahí la forma de la pirámide.

•**Moderación:** Aquí se puede tener en cuenta que si bien es cierto se debe de consumir de todos los grupos, esto debe ir de acorde con las porciones y el tamaño de ellas.³⁷

Pirámide de alimentos para niños de 2 a 6 años de edad

Todas las guías de pirámide son muy similares en todas las etapas de vida, pero varía con la edad, la cantidad de las porciones.

Número de porciones por alimento:

- Primer nivel: Cereales (6 porciones al día)
- Segundo nivel: Verduras (3 porciones), frutas (2 porciones)
- Tercer nivel: Lácteos (2 porciones), proteínas (carnes o leguminosas; 2 porciones al día)
- Cuarto nivel: Grasas y dulces (con moderación)

1 porción equivale a:

- ✓ Cereales: 1 porción equivale a 30 gr de cereales, rebanada de pan o medio tazón de arroz o de pasta ya cocinados.
- ✓ Verduras: 1 porción equivale a un plato de verduras crudas en forma de ensalada o medio plato de verduras cocidas.
- ✓ Frutas: 1 porción equivale a una unidad de fruta, un vaso de zumo de fruta o medio plato de frutas cortadas.
- ✓ Grupo de proteína: 1 porción equivale a 50 gr de carne (sin grasa) ya cocinada (pollo, ternera o pescado) o medio plato de menestras ya cocidas (lentejas entre otros) un huevo equivale a ½ porción.
- ✓ Lácteos: 1 porción equivale a un vaso de 250 ml de leche entera de vaca, la misma cantidad de yogurt o 60 gr de queso.
- ✓ Grasa y dulces: Debe evitarse consumir frecuentemente solo con moderación, de preferencia optar por aceite de oliva para las ensaladas.³⁸

2.2.2.5 Lonchera preescolar

Es la cantidad necesaria de comida que cumple el objetivo de otorgar a los estudiantes la nutrición y energía necesaria para cubrir sus requerimientos nutricionales, mantener los niveles de desempeño de actividad física y contribuir al requerimiento diario de energía para un correcto crecimiento y desarrollo.

La lonchera escolar viene a ser una comida más, complementando las otras tres que se necesitan en el día, no es considerada como un reemplazo, contiene el 10 al 15 % del valor calórico total de los alimentos ingeridos en el día, esto corresponde de 150 a 300 kcal (va a depender de la edad, peso, talla, actividad física, y que puede consumirse a media mañana o media tarde esto dependiendo en que horario sea su jornada escolar.

Tabla 6. *Requerimiento nutricional del niño.*

Edad	Requerimiento energía promedio	Energía	
		10%	15%
3 años	1191	119	179
4 años	1300	130	195
5 años	1407	141	211

Fuente: FAO./OMS/UNU.2010Requerimiento de energía. Propuesta de Documento Técnico: Requerimientos de Energía y recomendaciones de Macro y Micronutrientes para el consumo de la Población Peruana según grupos etarios. INS/CENAN.

- ✓ La lonchera preescolar permite que la niña o niño asegure su aporte de energía y nutrientes que necesita en la hora de estudio.
- ✓ Establece buenos hábitos alimentarios.
- ✓ Inculca la importancia de la alimentación saludable.
- ✓ Otorga los nutrientes necesarios para un adecuado crecimiento.
- ✓ Establece buenos hábitos para elegir alimentos saludables desde temprana edad.

Composición de la lonchera preescolar

Alimentos energéticos: Aporta la energía que el niño necesita para pensar, jugar, correr, realizar actividad física. Aquí se encuentran los carbohidratos y grasas en general. Se recomienda los consumos de carbohidratos complejos por su aporte de fibra.

Ejemplo de alimentos energéticos pan (blanco, integral), hojuelas de maíz, avena, tubérculo, y en cuanto a las grasas, maní, pecanas, palta, aceitunas, nueces, etc.

Alimentos constructores: Ayudan a formar tejidos (músculos, órganos, masa ósea) fluidos de sangre. En este grupo se encuentran las proteínas de origen animal y vegetal, las proteínas de origen animal tienen mayor calidad nutricional y se utiliza mejor en el organismo que está en pleno crecimiento.

Ejemplo: Leche, derivados lácteos, huevo, carnes.

Alimentos reguladores: brindan las defensas que los niños necesitan para enfrentar las enfermedades; aquí encontramos las frutas y verduras.

Ejemplo de frutas (naranja, manzana, pera, etc.) y verduras (zanahoria, lechuga, brócoli)

Líquidos: Se deberá incluir agua a toda preparación, el agua debe de estar en su forma natural como los refrescos de fruta (refrescos de carambola, manzana, piña, maracuyá, etc.) cocimiento de cereales (cebada, avena, quinua, etc.), infusiones (manzanilla, anís, excepto te ni café) y con adicional de azúcar en pequeñas cantidades.³⁹

Características de la lonchera

Inocuidad: Los alimentos deben manipularse con mucho cuidado para evitar que sean un medio de contaminación, por ello también se debe de tener en cuenta los recipientes donde se preparan la lonchera y los envases donde se mandan los alimentos preparados deben de estar libres de agentes contaminantes.

Practicidad: Los alimentos deben de ser preparados de manera rápida y sencilla que a modo que sean colocados de manera óptima en la lonchera, los envases deben de ser fáciles de abrir y llevar por los niños.

Variedad: Es la creatividad y variedad en como envían las loncheras, tanto en colores texturas y combinación, la lonchera debe ser planificada con tiempo para que en la elaboración no falte ningún alimento.

Idoneidad: La lonchera debe de ser planeada y elaborada según la edad del niño, por ejemplo el tema de las porciones se debe mandar solo lo necesario, su actividad física que desarrolla en la escuela si es un deporte intenso mandar la cantidad suficiente de agua y el tiempo que está fuera de casa, por decir si solo pasa pocas horas en la escuela la lonchera debe ser ligera.⁴⁰

Tabla 7. Ejemplos de alimentos para la lonchera.

ENERGÉTICOS	CONSTRUCTORES	REGULADORES
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pan ✓ Galletas de soda ✓ Queque de casa ✓ Papa ✓ Yuca ✓ Choclo ✓ Frutos secos ✓ Camote 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Queso ✓ Pollo ✓ Atún ✓ Sangrecita ✓ Huevo ✓ Jamón 	<p>Frutas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Granadilla ✓ Manzana ✓ Mandarina ✓ Pera ✓ Papaya
		<p>Verduras:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Lechuga ✓ Brócoli

Fuente: Elaboración propia

Tabla 8. *Ejemplos de loncheras saludables.*

Alimentos	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Constructor	Pollo	Queso	Huevo sancochado	Jamón	Carne de lomo
Energético	Pan	½ Choclo	½ Paquete de galleta de soda	Pan francés	Papa amarilla sancochada
Regulador	1 Manzana	Plátano	1 Mandarina	1 Pera	1 Granadilla
Líquido	Refresco de maíz morado	Refresco de carambola	Refresco de limonada	Refresco de cebada	Refresco de muña

Fuente: Elaboración propia.

Recomendaciones para la elaboración de la lonchera

- ✓ Elegir una variedad de alimentos diferentes y que el proceso digestivo sea fácil; que no sean alimentos que se fermentan con facilidad.
- ✓ Incluir alimentos que sean del gusto del infante.
- ✓ Utilizar frutas que estén en estación y de fácil consumo.
- ✓ Evitar mandar alimentos chatarra, frituras, embutidos
- ✓ Evitar enviar bebidas azucaradas como gaseosas.
- ✓ Enviar solo la porción que corresponda, no enviar en exceso.
- ✓ Enviar frutas enteras, no enviarla picada porque ayuda al proceso de oxidación y la fruta no se verá agradable para el menor.
- ✓ Planificar con anticipación las loncheras y hacer partícipe al niño de que modelos de lonchera le gustaría consumir.⁴¹

Preparación de loncheras

La seguridad alimentaria es tener acceso a alimentos seguros que sean suficientes en cuanto a cantidad y calidad, y que se utilicen adecuadamente para satisfacer las necesidades nutricionales, permitiendo llevar una vida saludable.⁴²

Para que la seguridad alimentaria se lleve a cabo se necesita tener presente la higiene, manipulación y conservación del alimento.

Los que manipulan alimentos deben de tener en cuenta que desde que se adquiere los alimentos, la preparación y envasado de los mismos deben de seguir correctas pautas de higiene para evita que el alimento se contamine y pueda provocar daños severos en la salud del niño.

Los contaminantes pueden ser físicos (tierra, pelo u objetos extraños) químicos (pesticidas, fertilizantes) biológicos (bacterias, virus, hongos), a la par es importante comprar los alimentos en perfecto estado, observar la fecha de caducidad en los empaques y que el agua a utilizar sean aguas seguras.

Conservación: Los alimentos deben de conservarse en lugares apropiados; por ejemplo, las carnes o pescado deben de estar -5^ac es decir en refrigeración para mantener la cadena de frio; los alimentos secos como cereales o leguminosas en ambientes secos y bien guardados, las frutas y verduras en lugares frescos.

Preparación: Los utensilios a utilizar deben de estar correctamente limpios y desinfectados con una agente que pueda matar microorganismos existentes como la lejía. Los alimentos deben de ser lavados correctamente antes de ser pelados o picados.

Consumo: Es importante el correcto lavado de manos tanto del que elabora los alimentos como del que los va a consumir.⁴³

2.2.2.6 Malnutrición en niños

La Malnutrición viene a ser un problema de suma importancia en el campo de la salud pública que está condicionado por factores como: factores sociales, culturales, económicos. También por la falta de conocimiento de la familia sobre alimentación saludable, con el trajín laboral muchas veces los padres descuidan la alimentación de los hijos, y muchas veces son estos que optan por consumir comidas chatarra, o a veces no

se alimentan como tiene que ser, y no les fomentan los buenos hábitos saludables que como consecuencia puede ocasionar que se den estos resultados:

Obesidad: Es el exceso de células adiposas en el organismo como resultado de que el menor consume más calorías de lo que él requiere, esto generalmente se logra porque hay sedentarismo, incremento en la ingesta de comida chatarra, alimentos industrializados, frituras.

Con el aumento de la tecnología ellos priorizan el uso del celular, los videojuegos, las redes sociales y no realizan actividad física, todo esto puede llevar a la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles.

Desnutrición: Es la otra forma de malnutrición por déficit de ingesta, es decir no cubre con sus requerimientos nutricionales, ocasionando un déficit en el crecimiento y desarrollo del niño y por ello una baja en el desarrollo académico, y pueden aparecer enfermedades que deterioren la salud del menor por la baja defensa.⁴⁴

2.3 Definición de términos básicos

- **Efecto:** Impacto sobre una situación. (Real Academia Española)

- **Talleres educativos:** Es una actividad donde se ponen en práctica elementos básicos de lógica y secuencia para el desarrollo del aprendizaje y habilidades (Ministerio de Salud. Guía Técnica de Gestión de promoción de la salud en Instituciones Educativas para el desarrollo sostenible).

- **Lonchera preescolar:** Es el conjunto de alimentos que tiene como objetivo reponer la energía y nutrientes que el niño gasta en la hora escolar, permitiendo que tenga un buen rendimiento tanto físico como mental en la hora de estudio.

- **Nivel cognitivo:** Pertenciente o relativo al conocimiento. (Diccionario de la Real Academia Española).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Hipótesis

3.1.1 Hipótesis general

HI. Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, sí influyen en el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.

Ho. Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación” no influyen en nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.

3.1.2 Hipótesis específicas

1. Los talleres educativos dirigidos a padres de familia sí influyen en el nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación en loncheras preescolares.
2. Los talleres educativos dirigidos a padres de familia sí influyen en el nivel de conocimiento sobre la pirámide nutricional en loncheras preescolares.
3. Los talleres educativos dirigidos a padres de familia sí influyen en el nivel de conocimiento sobre composición y preparación en loncheras preescolares.

3.2 Variables

3.2.1 Variable independiente

Talleres educativos “Loncheras preescolares”

Definición conceptual

Es una guía que está centrado para los padres y comunidad docente los cuales se interesan en adquirir otras maneras de preparar la lonchera preescolar. Los talleres tendrá a su favor, la coordinación de persona capacitadas en nutrición, tema interesante para los padres que se preocupan por el bienestar de sus pequeños.⁴⁵(Calcena, 2010)

Definición operacional

Es una ficha técnica con datos útiles a tener en cuenta al momento de programar las actividades realizadas a los padres de la I.E. Colegio Experimental de Aplicación, a través de materiales educativos utilizadas durante el taller educativo. Se realizó una encuesta a los padres de familia para obtener su opinión acerca del desarrollo del taller la encuesta tiene una escala de valoración:

NO = 0

SI = 1

3.2.2 Variable dependiente

Nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.

Definición conceptual

Es la cantidad de conocimiento que adquiere los padres sobre la importancia del consumo nutricional para los niños, es por ello que hace uso de la información de los alimentos para preparar la lonchera que su hijo necesita para el día.⁴⁶ (Ñaupari, 2017)

Definición operacional

Es un conjunto de información que tiene la madre acerca de la lonchera preescolar, de la I.E. Colegio Experimental de Aplicación, que serán obtenidas a través de un cuestionario antes y después del taller educativo; esta variable se midió a partir de una prueba de conocimiento de 27 preguntas, cuya valoración fue:

Correcto = 1

Incorrecto = 0

3.2.3. Variable interviniente

Nivel socioeconómico

Definición conceptual

El nivel socioeconómico, representa la capacidad para acceder a un conjunto de bienes y estilo de vida.⁴⁷

Tabla 9. Operacionalización de variables.

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	VALOR
<p>Variable independiente:</p> <p>Talleres educativos “Loncheras preescolares”</p>	<p>Es una guía que está dirigido a madres, padres, educadores y personas interesadas en aprender o practicar formas alternativas sobre la lonchera preescolar. Estos talleres podrán ser coordinados por individuos u organizaciones con alguna experiencia en trabajos grupales. (Calcena, 2010)</p>	<p>Se realizó una encuesta a los padres de familia para obtener su opinión acerca del desarrollo del taller la encuesta tiene una escala de valoración :</p> <p>Si=1</p> <p>No=0</p>	<p>Planificación</p> <p>Ejecución</p> <p>Evaluación</p>	<p>Diseño del taller.</p> <p>Preparación del taller.</p> <p>Aplicación de contenidos.</p> <p>Test.</p>	<p>Efectivo</p> <p>No efectivo</p>
<p>Variable dependiente:</p> <p>Nivel conocimiento de los padres sobre loncheras preescolares.</p>	<p>Es la totalidad de conceptos, principios y hechos que alcanza las madres a través de su instrucción. También el conocimiento de las madres sobre alimentación infantil, es considerado como el conjunto de información adquirido mediante la experiencia, aprendizaje e ideas ya sean claros, precisos y ordenados, acumulados por la madre. (Ñaupari, 2017).</p>	<p>Es el conjuntos de conocimientos que los padres tienen, esta variable se midió a partir de una prueba de conocimiento de 27 preguntas, cuya valoración fue:</p> <p>CORRECTO = 1</p> <p>INCORRECTO = 0</p>	<p>Alimentos y su clasificación.</p> <p>Pirámide nutricional.</p> <p>Composición y preparación de loncheras preescolares.</p>	<p>Importancia y función de alimentos.</p> <p>Alimentos protectores, constructores y reguladores.</p> <p>Importancia de la pirámide.</p> <p>Porciones de alimentos.</p> <p>Frecuencia de consumo.</p> <p>Importancia y característica de las lonchera en preescolares.</p> <p>Contenido de la lonchera.</p> <p>Preparación de la lonchera.</p> <p>Modelos de loncheras.</p>	<p>Alto</p> <p>Intermedio</p> <p>Bajo</p> <p>Alto</p> <p>Intermedio</p> <p>Bajo</p> <p>Alto</p> <p>Intermedio</p> <p>Bajo</p>

Fuente: Elaboración propia.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1 Enfoque de la investigación

El enfoque de la investigación es cuantitativa, desde una perspectiva basada en conteos y magnitudes. De ese mismo modo, permite que se hagan repeticiones y que se enfoque en una situación en específico, y que resultara fácil comparar estudios similares.⁴⁸(Hernández 2014).

Ya que el estudio es factible de cuantificación, y nivel aplicativo busca mejorar los conocimientos de los padres sobre la preparación de loncheras preescolares, correspondientes a los resultados encontrados, en un tiempo y espacio determinado.

4.2 Tipo de investigación

El estudio de investigación corresponde a un tipo experimental, ya que se refiere a la manipulación intencional de una acción para analizar sus posibles efectos.⁴⁹ (Valderrama 2007).

4.3. Diseño de investigación:

El estudio responde a un diseño pre experimental con pre prueba (pre test) y pos prueba (pos test) con una sola medición.⁵⁰ (Carrasco, 2005).

G₁ O₁ X O₂
--

Donde:

G₁: Grupo experimental.

O₁: Pre test en el grupo experimental.

X: Taller educativo.

O₂: Post test del grupo experimental.

4.4 Método

La metodología utilizada en esta investigación es experimental de tipo cuantitativo – no probabilístico, ya que se asignará un valor a la variable; de nivel aplicativo ya que permite la practica de crear la lonchera para el preescolar con alimentos saludables y nutricionales, debido a los tiempos, se le asigno un corte longitudinal. El diseño de este estudio es pre experimental ya que no existe un grupo control, solo se trabajó con el grupo al cual se le aplicó los instrumentos antes y después de los talleres educativos.

4.5 Población y muestra

4.5.1 Población y/o universo

La población estudiada fueron los padres de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación” con un promedio de 1300 padres.

4.5.2. Muestra

4.5.2.1 Tipo de muestreo

No probabilístico – por conveniencia.

4.5.2.2 Unidad muestral

221Padres de niños preescolares de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”.

Tabla 10. *Población de estudio.*

Colegio Experimental de Aplicación	Nº de padres
Aulas de 3 años	65
Aulas de 4 años	71
Aulas de 5 años	85
Total	221

Fuente: Elaboración propia.

4.5.2.3 Tamaño de la muestra:

La muestra estuvo conformada por 103 padres de niños preescolares de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”

Tabla 11. *Tamaño de muestra.*

Colegio Experimental de Aplicación	Nº de padres
Aula de 3 años	45
Aula de 4 años	38
Aula de 5 años	20
Total	103

Fuente: Elaboración propia.

4.6 Criterios de inclusión

- Padres de niños preescolares de 3, 4 y 5 años que estén inscritos en la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”.
- Padres que aceptaron participar voluntariamente en la presente investigación a través del consentimiento informado.
- Personas que sean responsables de la elaboración de las loncheras.
- Padres que sepan leer y escribir.

4.6.1 Criterios de exclusión

- Personas que no son responsables de la elaboración de las loncheras.
- Padres que no sepan leer y escribir.
- Padres de preescolares que no desearon formar parte del estudio.

4.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.7.1 Técnicas

Las técnicas que se utilizaron para la obtención de datos tanto antes como después de la ejecución de los talleres educativos, fueron la encuesta y la evaluación escrita. Con el objetivo de obtener datos mucho más exactos que permitan la veracidad de la información brindada.

4.7.2 Instrumentos y materiales

- A. Los instrumentos que se utilizaron fueron: el pre y pos test con el cual se uso verificar el nivel de conocimiento que tuvieron los padres antes y después de ejecutar los talleres educativos; el cuestionario, el cual consta de 27 preguntas (a la incorrecta se la calificó con 0 y a la correcta con 1); el primer cuestionario estuvo orientado para medir el conocimiento sobre: Los alimentos y clasificación

en loncheras preescolares, el segundo cuestionario fue para medir el nivel de conocimiento sobre: La pirámide nutricional, el tercer cuestionario fue para medir el nivel de conocimiento sobre: La composición y preparación en loncheras preescolares.

B. Para medir el taller educativo sobre loncheras preescolares se utilizó una encuesta a los padres de familia, este se aplicó después de los talleres, para medir el efecto del taller en los padres, consta de 15 preguntas que incluyen preparación, ejecución y evaluación del taller.

C. Se ejecutaron los talleres educativos para mejorar el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares. Dichos talleres estuvieron direccionados principalmente a perfeccionar los niveles de conocimientos previos de los padres sobre loncheras preescolares. Dividido en tres sesiones educativas, con los siguientes temas:

El primer taller: Alimentos y su clasificación.

El segundo taller: Pirámide nutricional.

El tercer taller: Composición y preparación de loncheras preescolares.

El taller educativo, viene a ser un instrumento que genera aprendizajes, en cuanto a temas específicos de forma didáctica, planificada y sistemática.

4.8 Recolección de datos

Teniendo la aprobación del trabajo de investigación, se emitió un oficio dirigido a la directora, en la que se solicitó la autorización del “Colegio Experimental de Aplicación” del nivel inicial para el suministro del instrumento, a la muestra de estudio.

Una vez obtenido los permisos organizó la entrega del consentimiento informado a los padres antes de iniciar los talleres educativos, teniendo en cuenta para ello los criterios de inclusión y exclusión, se les justificó el propósito de la investigación y se les solicitó que firmen un documento previo a su participación.

Finalmente se procedió a aplicar el instrumento que es el pre test y pos tet en un tiempo de 5 minutos cada test. Los talleres educativos se aplicaron en 6 semanas y el objetivo de los talleres fue mejorar el nivel de conocimiento de los padres sobre loncheras preescolares.

4.9 Validez y confiabilidad de instrumento

4.9.1 Validez del contenido

Representa el nivel de congruencia que poseen los resultados de una prueba y los conceptos en los que se basan los temas que se buscan medir. La validez que se establece para medir la prueba tiene que tener en cuenta la definición teórica del tema, el cual se somete a un juicio de expertos.

El informe de juicio de expertos se elaboró con la participación de 04 profesionales especialistas en Nutrición Humana, para validar las pruebas. Se determinó la validez del instrumento al ser sometido a una evaluación por un panel de expertos, antes de su aplicación para que brindaran los aportes necesarios a la investigación y probar el contenido del instrumento, y si este se ajusta al estudio propuesto.

Por ello se sugirió la opinión de especialistas en el ámbito de la investigación educacional quienes formaron parte del panel de expertos.

Tabla 12. Puntajes obtenidos por la opinión de expertos para la validación de los instrumentos.

INDICADORES	CRITERIOS	EXPERTOS											
		Lic. Ávila Huerta Miriam			Lic. Ramos Jacinto Gina			Lic. Alfaro Flores Cecilia			Lic. Huyina Acapana Alex		
		Ineficiente	Eficiente	Muy eficiente	Ineficiente	Eficiente	Muy eficiente	Ineficiente	Eficiente	Muy eficiente	Ineficiente	Eficiente	Muy eficiente
Claridad	El test contiene un lenguaje apropiado y claridad en la redacción		x			x			X			x	
Objetividad	Está expresado de manera coherente y lógica		x			x			X			x	
Suficiencia	Tiene coherencia entre los indicadores y dimensiones		x			x			X				x
Consistencia	Considera las preguntas usadas en el test que está relacionado al campo que se está investigando		x			x			X				x
Coherencia	Considera la estructura del test adecuado al tipo de población que está dirigido		x			x				x		x	
Metodología	Considera que las preguntas mide lo que se pretende medir		x			x				x		x	
Puntaje		60%			69 %			70 %			80 %		

ESCALA DE RESPUESTAS		
INEFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE
0-34%	35-69%	70-100%

Fuente: Elaboración propia.

El resultado de la evaluación del instrumento tuvo un promedio de 70% considerándose según la escala de respuesta como “Muy eficiente”, en efecto, está bien estructurado y es confiable para su aplicación. Por lo tanto, su aplicación es pertinente.

4.9.2 Confiabilidad del instrumento

Para fijar la confiabilidad de las pruebas de pre test y pos test, se ejecutó una la prueba piloto indicada a una muestra de 15 padres de familia, con características parecidas a la población de estudio. Los datos obtenidos fueron aplicados con el estadístico de confiabilidad de Kuder Richardson (Kr20).

$$r_n = \frac{n}{n-1} * \frac{V_t - \sum pq}{V_t}$$

Donde:

- N : Número de ítems del instrumento
- p : % de personas que responden correctamente cada ítem.
- q : % de personas que responden incorrectamente cada ítem.
- V_t : Varianza total del instrumento

Tabla 13. Interpretación del coeficiente de (KR20).

Rangos Magnitud	Confiabilidad
0,81 a 1,00	Muy Alta
0,61 a 0,80	Alta
0,41 a 0,60	Moderada
0,21 a 0,40	Baja
0,01 a 0,20	Muy Baja

Fuente: Ruiz 2000 p. 70.

Para definir la confiabilidad del instrumento (Pre test), se aplicó el estadístico de Kuder Richardson (KR20), por ser las respuestas dicotómicas, incorrecto (0 punto) y correcto (1 punto), obteniéndose los siguientes resultados:

4.9.2.1 Confiabilidad del instrumento - (pre test)

Tabla 14. Estadístico de prueba - Kuder Richardson (KR20).

PRETEST - EVALUACIÓN SOBRE CONOCIMIENTOS DE LONCHERAS PREESCOLAR																												
PADRES	ALIMENTO Y SU CLASIFICACIÓN								PIRÁMIDE NUTRICIONAL Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS										LONCHERA PREESCOLAR								PUNTAJE	
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26		P27
1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	9
2	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	7
3	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	10
4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	3
5	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	6
6	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	4
7	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
8	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	3
9	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
10	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	4
11	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	5
12	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	9
13	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	6
14	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	8
15	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	6

Fuente: Elaboración propia.

Número de preguntas	: 27
Número de encuestados	: 15
Varianza	: 13,15
KR20	: 0,8416

Tabla 15. *Estadísticos de confiabilidad del primer instrumento.*

Kuder Richardson	N° de Ítems
0,8416	27

Fuente: Elaboración propia.

Para la prueba piloto, se contó con 15 padres de familia, para la primera aplicación del instrumento. Según los resultados, se pudo evidenciar que el instrumento obtuvo un coeficiente de confiabilidad de 0,8416 (KR20), lo que vino a representar una *Muy Alta* confiabilidad.

4.9.2.2 Confiabilidad del instrumento - (pos test)

Para definir la confiabilidad del instrumento de salida (Pos test), se aplicó el estadístico (KR20), Logrando los siguientes resultados:

Tabla 16. Estadístico de prueba - Kuder Richardson (KR20).

POSTEST - EVALUACIÓN SOBRE CONOCIMIENTOS DE LONCHERAS PREESCOLAR																											
PADRES	ALIMENTO Y SU CLASIFICACIÓN								PIRÁMIDE NUTRICIONAL Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS										LONCHERA PREESCOLAR								PUNTAJE
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	
1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	16
2	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	17
3	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
5	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
6	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	17
7	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
8	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	17
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	23
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
11	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
12	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	17
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
14	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	17
15	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	17

Fuente: Elaboración propia.

Número de preguntas	: 27
Número de encuestados	: 15
Varianza	: 11,14
KR20	: 0,8911

Tabla 17. Estadísticos de confiabilidad del segundo instrumento.

Kuder Richardson	Nº de Ítems
0,8911	27

Fuente: Elaboración propia.

Para la prueba piloto, se contó con 15 padres de familia, para la primera aplicación del instrumento. Según los resultados, se pudo evidenciar que el instrumento obtuvo un

coeficiente de confiabilidad de 0,8911 (KR20), lo que vino a representar una Alta confiabilidad

En la siguiente tabla se muestra el resumen de coeficientes de confiabilidad obtenidos en cada prueba:

Tabla 18. *Resultados de la prueba de confiabilidad (KR20).*

Áreas	coeficiente (KR20)
Pre test	0.8416
Pos test	0.8911

Fuente: Elaboración propia.

Como conclusión se puede decir que las pruebas de Pre test y Pos test tienen alta confiabilidad.

Método de análisis de datos

SPSS: Es un software de procesamiento estadístico, utilizado en la investigación. Es considerado uno de los programas estadísticos, mejor reconocidos por su capacidad de trabajo, ya sea con bases de datos de gran capacidad, así como de poseer una plataforma sencilla para la mayoría de los análisis.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1 Tratamiento estadístico e interpretación de cuadros para los grupos de estudio

La Tabla 19, son los datos obtenidos de la ejecución del taller educativo a los padres de familia del “Colegio Experimental de Aplicación” del nivel inicial.

Tabla 19. *Evaluación de los padres de familia sobre los talleres educativos.*

TABLA DE VALORACIÓN DEL TALLER EDUCATIVO					
VARIABLE (1) TALLERES EDUCATIVOS “LONCHERAS PREESCOLARES”					
PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO
1	11	35	13	69	14
2	13	36	13	70	12
3	15	37	12	71	10
4	13	38	10	72	13
5	14	39	12	73	10
6	11	40	11	74	13
7	12	41	12	75	11
8	7	42	7	76	10
9	14	43	9	77	13
10	12	44	10	78	12
11	12	45	11	79	11
12	13	46	12	80	12
13	11	47	10	81	7
14	13	48	14	82	10
15	11	49	14	83	7
16	10	50	7	84	12

17	12	51	13	85	13
18	10	52	11	86	12
19	12	53	14	87	12
20	11	54	12	88	10
21	11	55	7	89	7
22	10	56	14	90	13
23	14	57	7	91	10
24	13	58	10	92	14
25	13	59	13	93	13
26	13	60	12	94	11
27	11	61	14	95	14
28	12	62	10	96	10
29	7	63	12	97	14
30	12	64	10	98	10
31	11	65	7	99	13
32	10	66	12	100	14
33	7	67	14	101	14
34	9	68	13	102	12
				103	6
Promedio de puntajes = 11,367					

Fuente: Elaboración propia

Tabla 20. *Escala de nivel de apreciación sobre los talleres educativos.*

Escalas	Cualitativa
0 – 7	No efectivo
8 – 15	Efectivo

Fuente: Elaboración propia.

De la tabla 20, se tiene la escala de valoración de la efectividad del taller educativo “Loncheras preescolares”, comparado con el porcentaje obtenido de la encuesta se puede observar que el porcentaje de padres familia participantes de los talleres educativos indica que el 11% de ellos considera que no fue efectivo y el 89% indica que no fue efectivo. Se puede inferir que el padre de familia estuvo conforme con los talleres educativos para el desarrollo de conocimientos en la preparación y composición de loncheras preescolares.

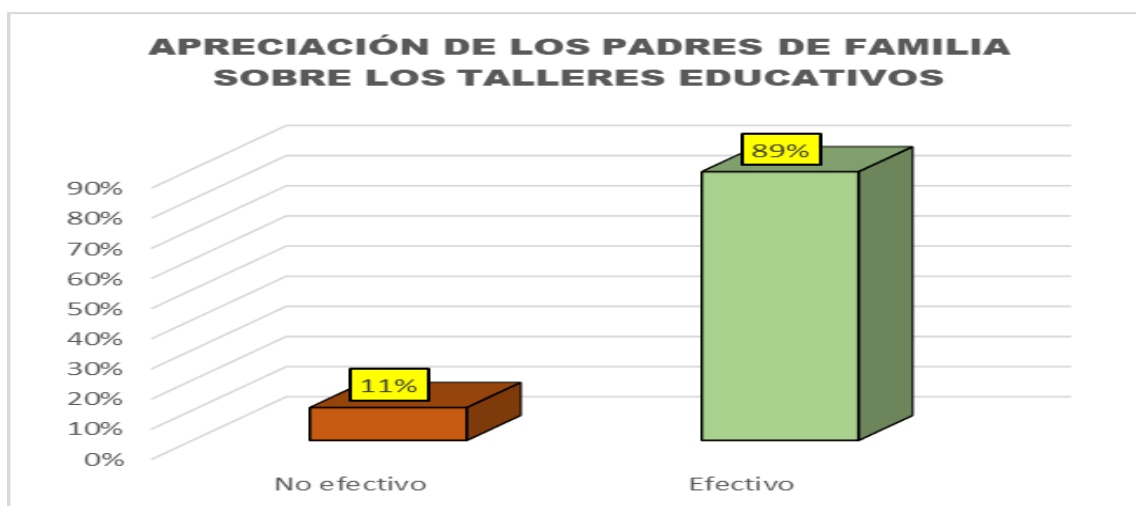


Figura 1. Porcentaje de padres de familia sobre la apreciación de los talleres educativos.

En el gráfico de barras se aprecia que el porcentaje de padres participantes de los talleres educativos indica que el 11% de ellos considera que no fue efectivo y el 89% indica que la educativa fue efectiva. Se puede inferir que los de padres de familia estuvieron conformes con los talleres educativos sobre loncheras preescolares que se desarrolló.

Tabla 21. *Evaluación de los padres de familia sobre loncheras preescolares en la prueba de entrada.*

PRETEST - PRUEBA DE ENTRADA					
VARIABLE(2) CONOCIMIENTOS SOBRE LONCHERAS PREESCOLARES					
PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO
1	9	35	5	69	23
2	7	36	10	70	8
3	10	37	8	71	8
4	3	38	9	72	17
5	6	39	8	73	14
6	4	40	6	74	22
7	5	41	7	75	14
8	3	42	6	76	8
9	5	43	8	77	15
10	4	44	5	78	7
11	5	45	10	79	7
12	9	46	8	80	15
13	6	47	8	81	7
14	8	48	17	82	8
15	6	49	17	83	5
16	5	50	8	84	9
17	8	51	15	85	4
18	4	52	8	86	7
19	8	53	16	87	11
20	4	54	16	88	6
21	7	55	7	89	10
22	6	56	24	90	4

23	8	57	8	91	3
24	7	58	8	92	6
25	11	59	8	93	12
26	10	60	8	94	4
27	6	61	22	95	10
28	10	62	6	96	3
29	5	63	8	97	4
30	15	64	16	98	6
31	7	65	8	99	4
32	7	66	16	100	4
33	5	67	16	101	12
34	7	68	8	102	5
				103	2
Promedio de puntajes = 8,66					

Fuente: Elaboración propia

Tabla 22. Escala del nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.

Escalas	Cualitativa
0 – 8	Nivel de conocimiento bajo
9 – 17	Nivel de conocimiento intermedio
18 – 27	Nivel de conocimiento alto

Fuente: Elaboración propia.

De la tabla 22, se tiene la escala de valoración, comparado con el porcentaje obtenido de la evaluación en la prueba de entrada se puede observar que el porcentaje de padres participantes de los talleres educativos en la prueba de entrada, en el nivel de conocimiento bajo sobre lonchera preescolar representa el 69%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 27% y en el nivel de conocimiento alto representa el 4%. Se

puede inferir que los padres de familia tienen un nivel bajo de conocimiento sobre loncheras preescolares antes de su participación en los talleres educativos.

En el gráfico de barras se observa el nivel de conocimiento sobre lonchera preescolar, el 69% representa a los padres con el nivel de conocimiento bajo, el 27% representa a los padres con nivel de conocimiento intermedio y el 4% a los padres con el nivel de conocimiento bajo. Se puede inferir que los padres de familia tienen un nivel bajo de conocimiento sobre loncheras preescolares antes de su participación en los talleres educativos.

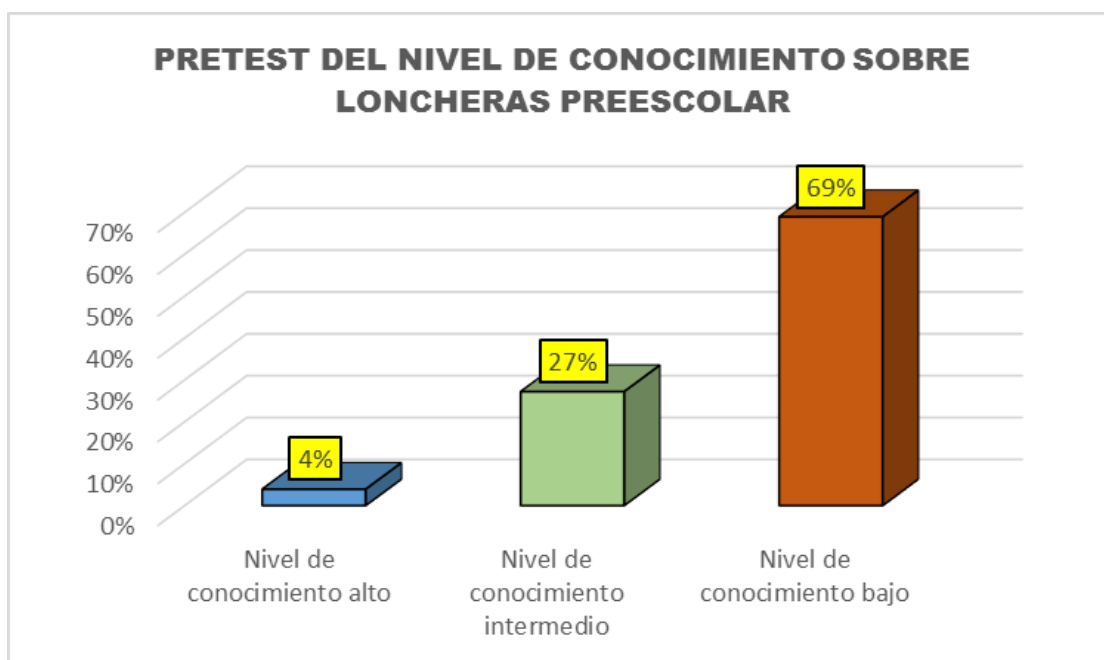


Figura 2. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de loncheras preescolares.

Tabla 23. *Evaluación a los padres de familia en la prueba de entrada sobre la dimensión alimentos y su clasificación.*

PRETEST - PRUEBA DE ENTRADA					
DIMENSIÓN (1) ALIMENTOS Y SU CLASIFICACIÓN					
PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO
1	10	35	7	69	24
2	10	36	14	70	10
3	14	37	7	71	14
4	0	38	10	72	17
5	7	39	14	73	14
6	3	40	7	74	24
7	14	41	10	75	17
8	3	42	7	76	10
9	7	43	10	77	17
10	3	44	7	78	10
11	3	45	3	79	10
12	7	46	10	80	17
13	3	47	10	81	10
14	14	48	24	82	7
15	3	49	17	83	3
16	3	50	7	84	7
17	14	51	14	85	7
18	3	52	7	86	3
19	10	53	20	87	3
20	3	54	14	88	10
21	7	55	7	89	7
22	10	56	24	90	7
23	14	57	7	91	3

24	3	58	10	92	7
25	14	59	10	93	3
26	17	60	10	94	7
27	7	61	24	95	17
28	17	62	7	96	3
29	3	63	10	97	10
30	20	64	14	98	0
31	7	65	7	99	3
32	7	66	17	100	0
33	3	67	17	101	14
34	17	68	10	102	7
				103	0
Promedio de puntajes = 9,66					

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 24. *Escala de nivel de conocimiento sobre la dimensión alimentos y su clasificación.*

Escalas	Cualitativa
0 – 8	Nivel de conocimiento bajo
9 – 17	Nivel de conocimiento intermedio
18 – 27	Nivel de conocimiento alto

Fuente: Elaboración propia.

De la tabla 24, se tiene la escala de valoración, comparado con el porcentaje obtenido de la evaluación en la prueba de entrada para la dimensión alimentos y su clasificación, se puede observar que el porcentaje de padres participante del taller educativo, en el nivel de conocimiento bajo sobre lonchera preescolar representa el 49%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 45% y en el nivel de conocimiento alto representa

el 7%. Se puede inferir que los padres de familia tienen un bajo nivel de conocimiento sobre los alimentos y su clasificación antes de su participación en el taller educativo.

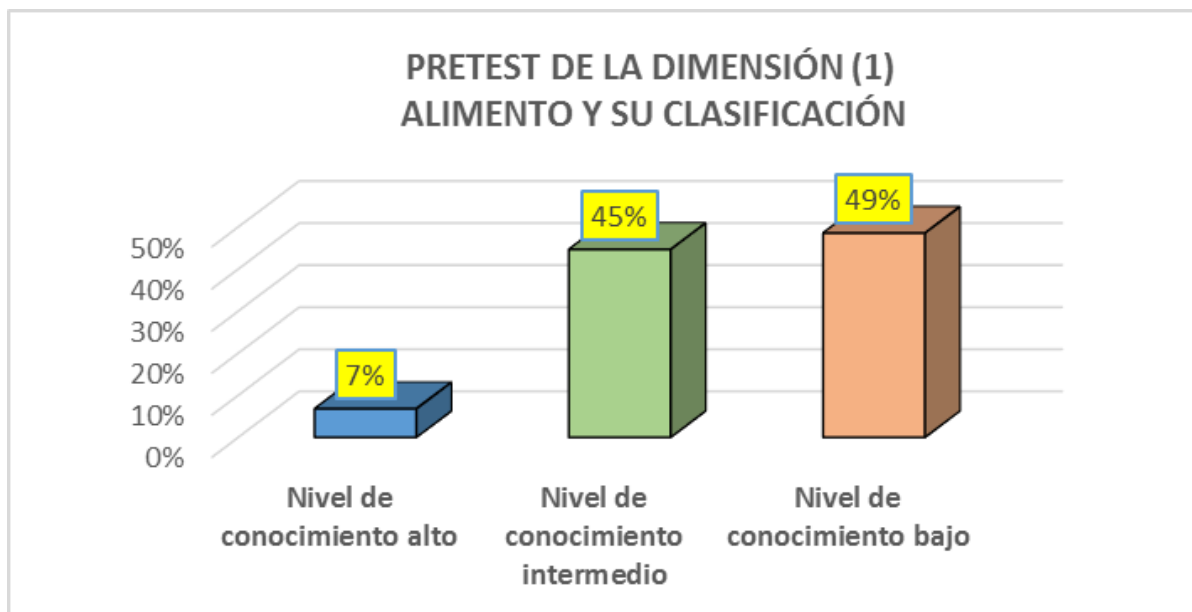


Figura 3. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de alimentos y su clasificación

En el gráfico de barras se observa en el nivel de conocimiento bajo sobre alimentos y su clasificación representa el 49%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 45% y en el nivel de conocimiento alto representa el 7%. Se puede inferir que los padres tienen un bajo nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación antes de su participación en el taller educativo.

Tabla 25. Evaluación de los padres de familia sobre la dimensión pirámide nutricional.

PRETEST - PRUEBA DE ENTRADA					
DIMENSIÓN (2) PIRÁMIDE NUTRICIONAL					
PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO
1	8	35	8	69	24
2	8	36	11	70	11
3	3	37	11	71	5
4	5	38	3	72	16
5	8	39	11	73	14
6	3	40	3	74	22
7	3	41	8	75	14
8	0	42	0	76	11
9	8	43	11	77	14
10	3	44	0	78	5
11	0	45	14	79	8
12	14	46	5	80	11
13	5	47	11	81	5
14	3	48	11	82	11
15	8	49	19	83	3
16	8	50	11	84	8
17	5	51	14	85	3
18	5	52	8	86	8
19	14	53	14	87	8
20	8	54	19	88	3
21	8	55	8	89	5
22	5	56	22	90	5
23	5	57	8	91	0
24	8	58	8	92	3

25	16	59	8	93	8
26	5	60	8	94	3
27	5	61	22	95	8
28	11	62	8	96	5
29	8	63	8	97	0
30	11	64	19	98	14
31	8	65	8	99	3
32	11	66	19	100	3
33	8	67	19	101	5
34	5	68	11	102	5
				103	0
Promedio de puntajes = 8,46					

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 26. *Escala de nivel de conocimiento sobre la dimensión pirámide nutricional.*

Escalas	Cualitativa
0 – 8	Nivel de conocimiento bajo
9 – 17	Nivel de conocimiento intermedio
18 – 27	Nivel de conocimiento alto

Fuente: Elaboración propia.

De la tabla 26, se tiene la escala de valoración, comparado con el porcentaje obtenido de la evaluación en la prueba de entrada se puede observar que el porcentaje de padres participantes del taller educativo en la prueba de entrada, en el nivel de conocimiento bajo sobre la pirámide nutricional representa el 66%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 25% y en el nivel de conocimiento alto representa el 9%. Se puede inferir que los padres tienen un bajo nivel de conocimiento sobre la pirámide nutricional antes de su participación en el taller educativo.

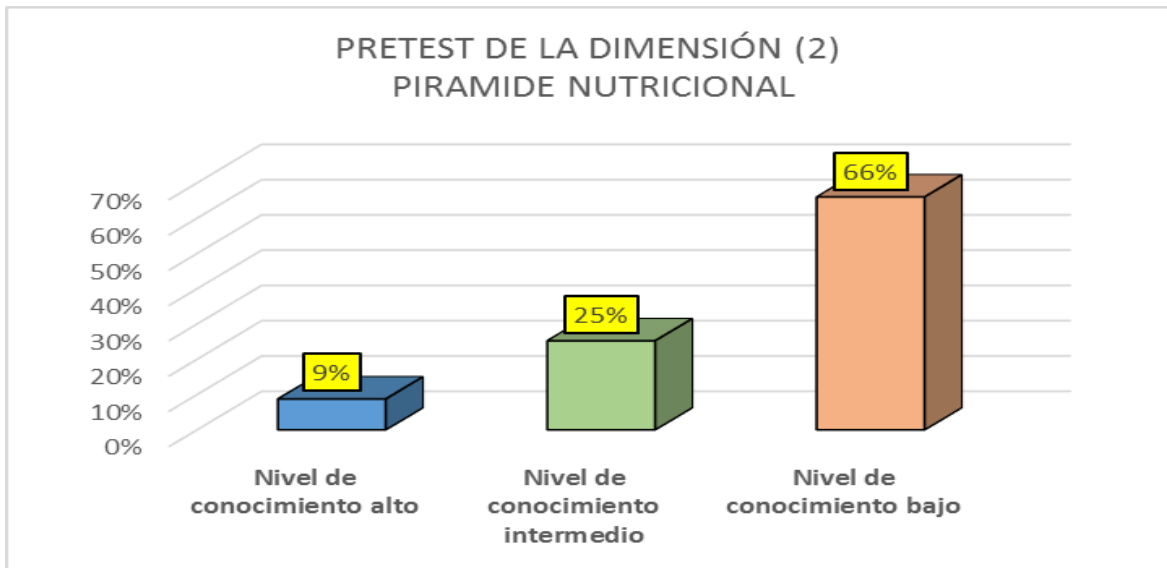


Figura 4. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de pirámide nutricional.

En el gráfico de barras se observa el nivel de conocimiento bajo sobre la pirámide nutricional representa el 66%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 25% y en el nivel de conocimiento alto representa el 9%. Se puede inferir que los padres tienen un bajo nivel de conocimiento sobre la pirámide nutricional antes de su participación en el taller educativo.

Tabla 27. Evaluación de los padres de familia sobre la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares.

PRETEST - PRUEBA DE ENTRADA					
DIMENSIÓN (3) COMPOSICIÓN Y PREPARACIÓN DE LONCHERAS PREESCOLARES					
PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO
1	9	35	0	69	21
2	3	36	6	70	3
3	15	37	6	71	6
4	3	38	15	72	18
5	3	39	0	73	15
6	6	40	9	74	21
7	0	41	3	75	12
8	6	42	12	76	3
9	0	43	3	77	15
10	6	44	9	78	6
11	12	45	12	79	3
12	6	46	9	80	18
13	9	47	3	81	6
14	9	48	18	82	6
15	6	49	15	83	9
16	3	50	6	84	12
17	6	51	18	85	3
18	3	52	9	86	9
19	0	53	15	87	21
20	0	54	15	88	6
21	6	55	6	89	18
22	3	56	27	90	0

23	6	57	9	91	6
24	9	58	6	92	9
25	3	59	6	93	24
26	9	60	6	94	3
27	6	61	21	95	6
28	3	62	3	96	0
29	3	63	6	97	3
30	15	64	15	98	3
31	6	65	9	99	6
32	3	66	12	100	9
33	3	67	12	101	18
34	0	68	3	102	3
				103	6
Promedio de puntajes = 8,06					

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 28. *Escala de nivel de conocimiento sobre la dimensión, composición y preparación de loncheras preescolares.*

Escalas	Cualitativa
0 – 8	Nivel de conocimiento bajo
9 – 17	Nivel de conocimiento intermedio
18 – 27	Nivel de conocimiento alto

Fuente: Elaboración propia.

De la tabla 28, se tiene la escala de valoración, comparado con el porcentaje obtenido de la evaluación en la prueba de entrada se puede observar que el porcentaje de padres participantes del taller educativo en la prueba de entrada, en el nivel de conocimiento bajo sobre la composición y preparación de loncheras preescolares representa el 58%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 30% y en el nivel de conocimiento alto representa el 12%. Se puede inferir que los padres presentan un bajo nivel de

conocimiento sobre preparación y composición de loncheras preescolares antes de su participación en el taller educativo.

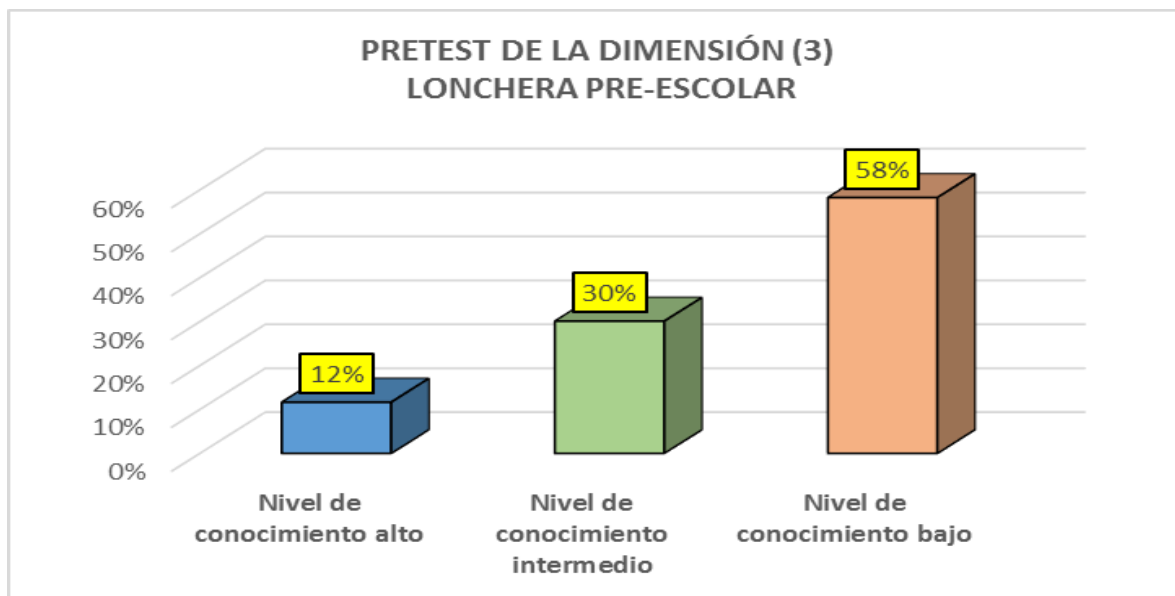


Figura 5. Porcentaje de padres de familia con conocimientos sobre composición y preparación de loncheras preescolares.

En el gráfico de barras se observa el nivel de conocimiento sobre composición y preparación de loncheras preescolares, el 58% representa a los padres con el nivel de conocimiento bajo, el 30% representa a los padres con nivel de conocimiento intermedio y el 12% a los padres con el nivel de conocimiento alto. Se puede inferir que los padres presentan un bajo nivel conocimiento sobre preparación y composición de loncheras preescolares antes de su participación en el taller educativo.

Tabla 29. *Evaluación de los padres de familia sobre loncheras preescolares en la prueba de salida.*

Fuente: Elaboración propia.

POSTEST - PRUEBA DE SALIDA					
VARIABLE(2) CONOCIMIENTOS SOBRE LONCHERAS PREESCOLARES					
PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDOS	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE DE OBTENIDO
1	16	35	16	69	24
2	17	36	22	70	17
3	26	37	22	71	16
4	27	38	16	72	22
5	23	39	24	73	13
6	17	40	21	74	23
7	26	41	27	75	8
8	17	42	25	76	17
9	23	43	26	77	23
10	27	44	26	78	8
11	22	45	26	79	17
12	17	46	6	80	17
13	27	47	17	81	22
14	17	48	23	82	7
15	17	49	24	83	8
16	24	50	17	84	23
17	23	51	16	85	24
18	26	52	22	86	26
19	24	53	22	87	26
20	27	54	17	88	25
21	24	55	17	89	22

22	26	56	22	90	24
23	27	57	17	91	27
24	25	58	16	92	23
25	26	59	21	93	24
26	27	60	17	94	20
27	26	61	24	95	21
28	27	62	16	96	22
29	21	63	16	97	17
30	23	64	21	98	25
31	27	65	16	99	21
32	24	66	21	100	22
33	17	67	17	101	25
34	17	68	8	102	16
				103	22
Promedio de puntajes = 20,77					

Tabla 30. *Escala de nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.*

Escalas	Cualitativa
0 – 8	Nivel de conocimiento bajo
9 – 17	Nivel de conocimiento intermedio
18 – 27	Nivel de conocimiento alto

Fuente: Elaboración propia.

De la tabla 30, se tiene la escala de valoración, comparado con el porcentaje obtenido de la evaluación en la prueba de salida se puede observar que el porcentaje de padres participantes del taller educativo en la prueba de salida, en el nivel de conocimiento bajo sobre lonchera preescolar representa el 6%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 30% y en el nivel de conocimiento alto representa el 64%. Se puede inferir

que los padres tienen un nivel de conocimiento alto sobre la loncheras preescolares después de su participación en los talleres educativos.

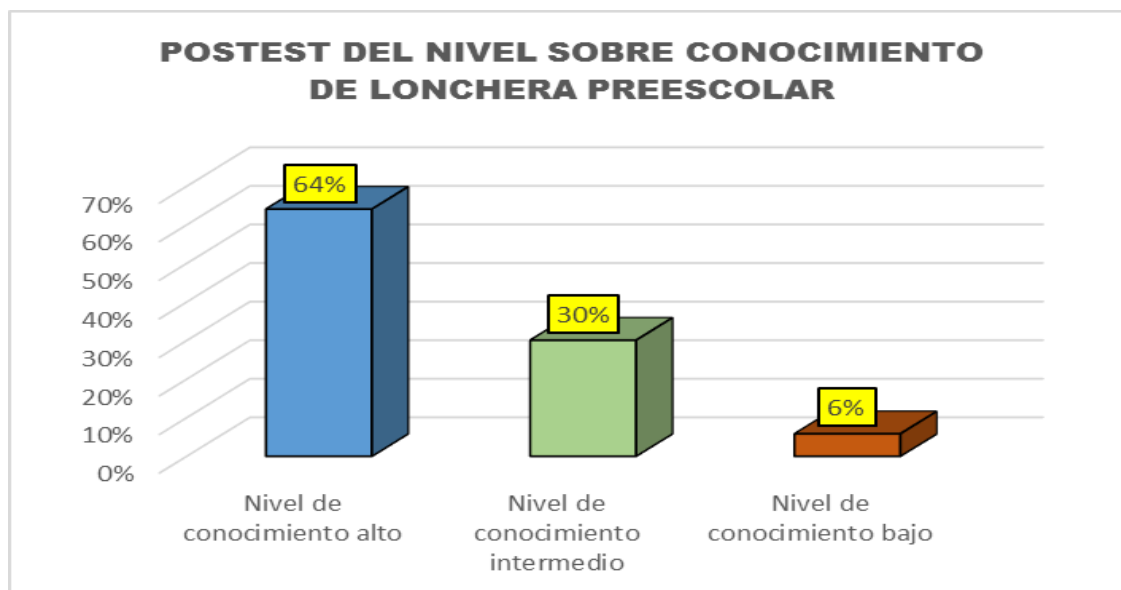


Figura 6. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de loncheras preescolares.

En el gráfico de barras se percibe que el porcentaje de padres participantes del taller educativo en la prueba de salida, en el nivel de conocimiento bajo sobre lonchera preescolar representa el 6%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 30% y en el nivel de conocimiento alto representa el 64%. Se puede inferir que los padres tienen un nivel de conocimiento alto sobre loncheras preescolares después de su participación en los talleres educativos.

Tabla 31. *Evaluación de los padres de familia sobre alimentos y su clasificación.*

POSTEST - PRUEBA DE SALIDA					
DIMENSIÓN (1) ALIMENTOS Y SU CLASIFICACIÓN					
PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO
1	20	35	24	69	27
2	17	36	17	70	17
3	24	37	17	71	14
4	27	38	27	72	24
5	17	39	20	73	14
6	20	40	17	74	20
7	24	41	27	75	10
8	17	42	27	76	17
9	27	43	27	77	20
10	27	44	27	78	10
11	20	45	27	79	17
12	17	46	10	80	24
13	27	47	20	81	20
14	20	48	24	82	10
15	17	49	20	83	10
16	27	50	24	84	20
17	27	51	14	85	20
18	27	52	24	86	24
19	24	53	24	87	27
20	27	54	17	88	27
21	27	55	17	89	17
22	24	56	24	90	24
23	27	57	14	91	27
24	24	58	10	92	27

25	27	59	24	93	24
26	27	60	20	94	24
27	27	61	20	95	24
28	27	62	17	96	24
29	24	63	20	97	24
30	27	64	20	98	24
31	27	65	14	99	24
32	27	66	20	100	27
33	20	67	24	101	24
34	17	68	7	102	17
				103	17
Promedio de puntajes = 21,45					

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 32. *Escala de nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación.*

Fuente: Elaboración propia.

Escalas	Cualitativa
0 – 8	Nivel de conocimiento bajo
9 – 17	Nivel de conocimiento intermedio
18 – 27	Nivel de conocimiento alto

De la tabla 32, se tiene la escala de valoración, comparado con el porcentaje obtenido de la evaluación en la prueba de salida se puede observar que el porcentaje de padres participantes del taller educativo, en el nivel de conocimiento bajo sobre alimentos y su clasificación representa el 1%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 28% y en el nivel de conocimiento alto representa el 71%. Se puede inferir que los padres tienen un nivel de conocimiento alto sobre alimentos y su clasificación después de su participación en el taller educativo.

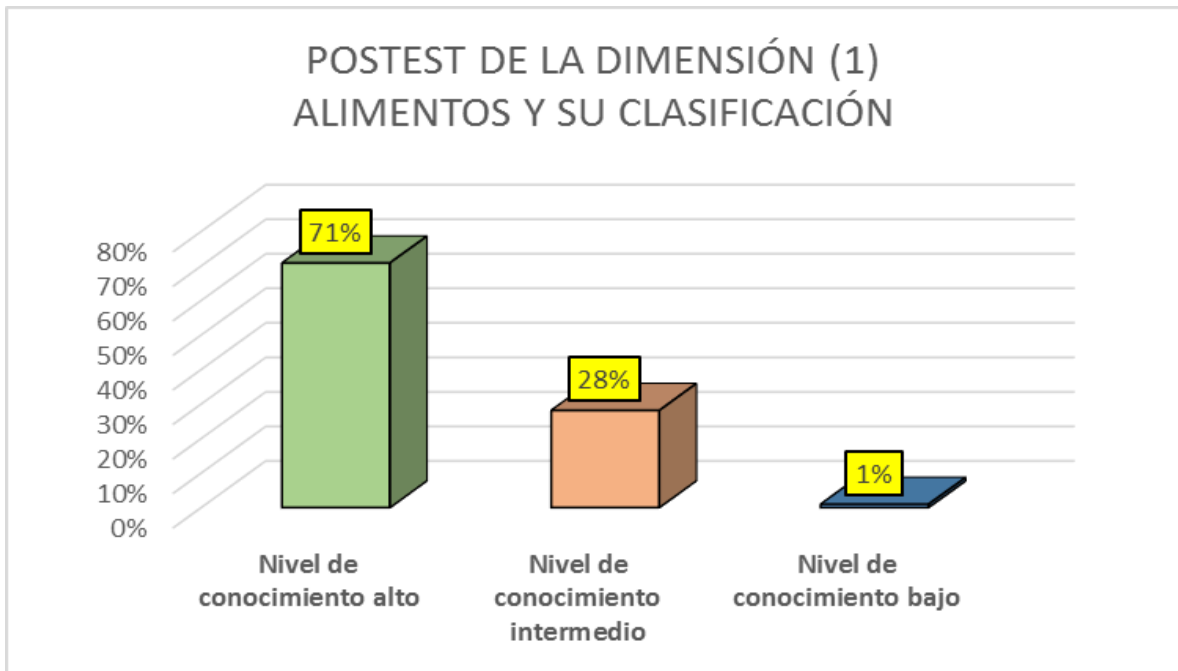


Figura 7. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de alimentos y su clasificación.

En el gráfico de barras se observa el nivel de conocimiento bajo sobre alimentos y su clasificación representa el 1%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 28% y en el nivel de conocimiento alto representa el 71%. Se concluye que los padres de familia tienen un nivel de conocimiento alto sobre alimentos y su clasificación después de su participación en el taller educativo.

Tabla 33. *Evaluación de los padres de familia sobre la dimensión pirámide nutricional.*

POSTEST - PRUEBA DE SALIDA					
DIMENSIÓN (2) PIRÁMIDE NUTRICIONAL					
PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO
1	22	35	14	69	24
2	22	36	24	70	14
3	27	37	22	71	16
4	27	38	16	72	22
5	24	39	24	73	11
6	19	40	22	74	24
7	27	41	27	75	5
8	14	42	27	76	14
9	22	43	27	77	24
10	27	44	27	78	8
11	19	45	27	79	19
12	19	46	3	80	14
13	27	47	16	81	22
14	22	48	22	82	5
15	19	49	24	83	5
16	22	50	14	84	24
17	27	51	22	85	24
18	27	52	24	86	27
19	24	53	22	87	24
20	27	54	16	88	24
21	27	55	16	89	22
22	27	56	19	90	27
23	27	57	19	91	27
24	27	58	19	92	24

25	27	59	22	93	22
26	27	60	16	94	27
27	27	61	24	95	19
28	27	62	14	96	22
29	24	63	11	97	22
30	24	64	22	98	24
31	27	65	14	99	22
32	24	66	24	100	27
33	19	67	16	101	24
34	22	68	5	102	11
				103	22
Promedio de puntajes = 21,09					

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 34. *Escala de nivel de conocimiento sobre pirámide nutricional.*

Escalas	Cualitativa
0 – 8	Nivel de conocimiento bajo
9 – 17	Nivel de conocimiento intermedio
18 – 27	Nivel de conocimiento alto

Fuente: Elaboración propia.

De la tabla 34, se tiene la escala de valoración, comparado con el porcentaje obtenido de la evaluación en la prueba de salida se puede observar que el porcentaje de padres participantes del taller educativo de la prueba de salida, en el nivel de conocimiento bajo sobre la pirámide nutricional representa el 6%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 17% y en el nivel de conocimiento alto representa el 77%. Se puede inferir que los padres de familia tienen un alto conocimiento sobre la pirámide nutricional después de su participación en el taller educativo.

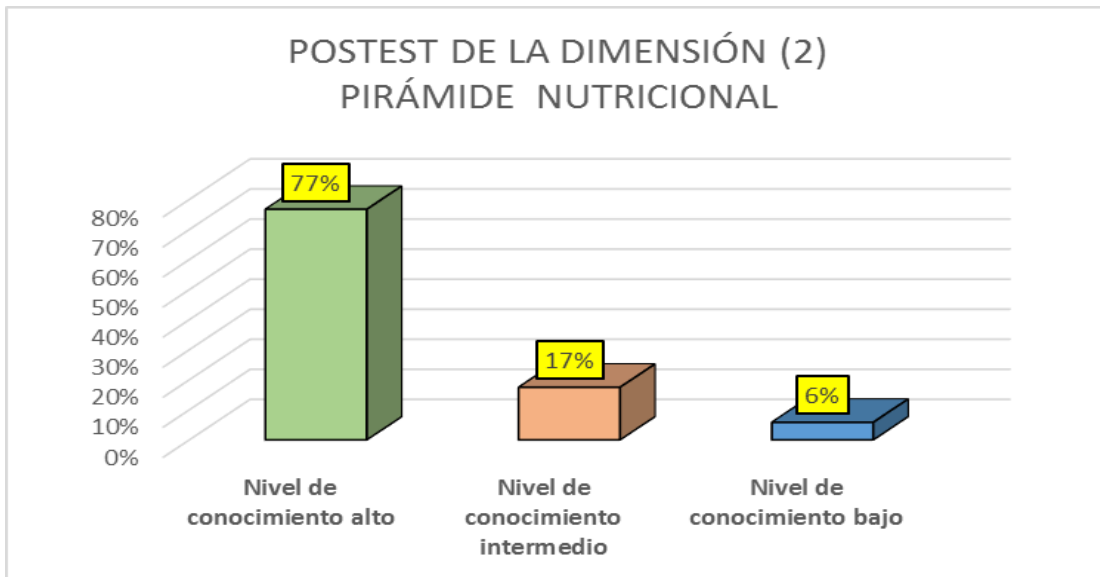


Figura 8. Porcentaje de padres de familia sobre conocimientos de pirámide nutricional.

En el gráfico de barras se observa el nivel de conocimiento bajo sobre la pirámide nutricional representa el 6%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 17% y en el nivel de conocimiento alto representa el 77%. Se puede inferir que los padres de familia tienen un alto conocimiento sobre la pirámide nutricional después de su participación en el taller educativo.

Tabla 35. Evaluación de los padres de familia sobre la dimensión, composición y preparación de loncheras preescolares en la prueba de salida.

POSTEST - PRUEBA DE SALIDA					
DIMENSIÓN (3) COMPOSICIÓN Y PREPARACIÓN DE LONCHERAS PREESCOLARES					
PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO	PADRE DE FAMILIA	PUNTAJE OBTENIDO
1	6	35	12	69	21
2	12	36	24	70	21
3	27	37	27	71	18
4	27	38	6	72	21
5	27	39	27	73	15
6	12	40	24	74	24
7	27	41	27	75	9
8	21	42	21	76	21
9	21	43	24	77	24
10	27	44	24	78	6
11	27	45	24	79	15
12	15	46	6	80	15
13	27	47	15	81	24
14	9	48	24	82	6
15	15	49	27	83	9
16	24	50	15	84	24
17	15	51	12	85	27
18	24	52	18	86	27
19	24	53	21	87	27
20	27	54	18	88	24
21	18	55	18	89	27
22	27	56	24	90	21

23	27	57	18	91	27
24	24	58	18	92	18
25	24	59	18	93	27
26	27	60	15	94	9
27	24	61	27	95	21
28	27	62	18	96	21
29	15	63	18	97	6
30	18	64	21	98	27
31	27	65	21	99	18
32	21	66	18	100	12
33	12	67	12	101	27
34	12	68	12	102	21
				103	27
Promedio de puntajes = 19,9					

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 36. *Escala de nivel de conocimiento sobre composición y preparación de loncheras preescolares.*

Escalas	Cualitativa
0 – 8	Nivel de conocimiento bajo
9 – 17	Nivel de conocimiento intermedio
18 – 27	Nivel de conocimiento alto

Fuente: Elaboración propia.

De la tabla 36, se tiene la escala de valoración, comparado con el porcentaje obtenido de la evaluación en la prueba de salida se puede observar que el porcentaje de padres participantes del taller educativo en la prueba de salida, en el nivel de conocimiento bajo sobre composición y preparación de loncheras preescolares representa el 6%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 22% y en el nivel de conocimiento alto representa

el 72%. Se concluye que los padres tienen nivel de conocimiento alto en la composición y preparación de loncheras preescolares después de su participación en el taller educativo.

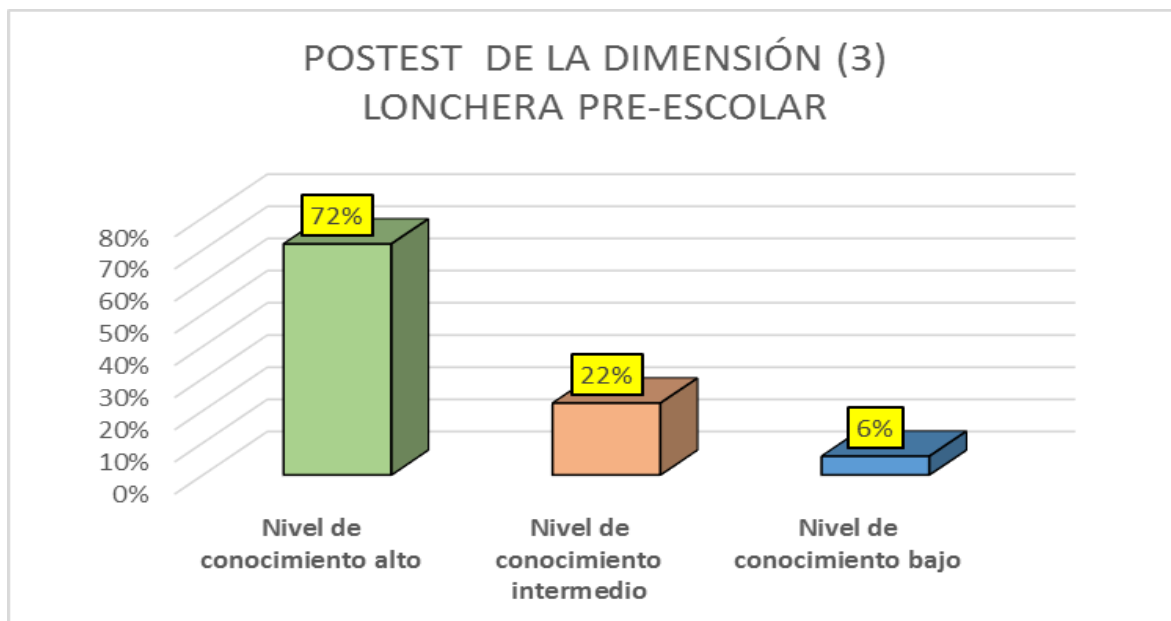


Figura 9. Porcentaje de padres de familia con conocimientos sobre composición y preparación de loncheras preescolares.

En el gráfico de barras se observa el nivel de conocimiento bajo sobre composición y preparación de loncheras preescolares representa el 6%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 22% y en el nivel de conocimiento alto representa el 72%. Se concluye que los padres tienen un nivel de conocimiento alto en la composición y preparación de loncheras preescolares después de su participación del taller educativo.

Tabla 37. Escala de valoración de los puntajes obtenidos.

Puntaje	Descripción
18 a 27	nivel de conocimiento alto
09 a 17	nivel de conocimiento intermedio
0 a 8	nivel de conocimiento bajo

Fuente: Elaboración propia.

De la Tabla 37 se puede observar la escala de valoración, comparado con el promedio de la evaluación en la prueba de entrada en el taller educativo sobre loncheras preescolares es igual a 8,66 puntos, el cual se encuentra dentro de la escala de valoración “nivel de conocimiento bajo” y en la prueba de salida el promedio obtenido es igual a 20,77 el cual se encuentra en la escala de valoración “nivel de conocimiento alto”. Se puede inferir que el taller educativo si mejoró el conocimiento de los padres con relación a la preparación de lonchera preescolares.

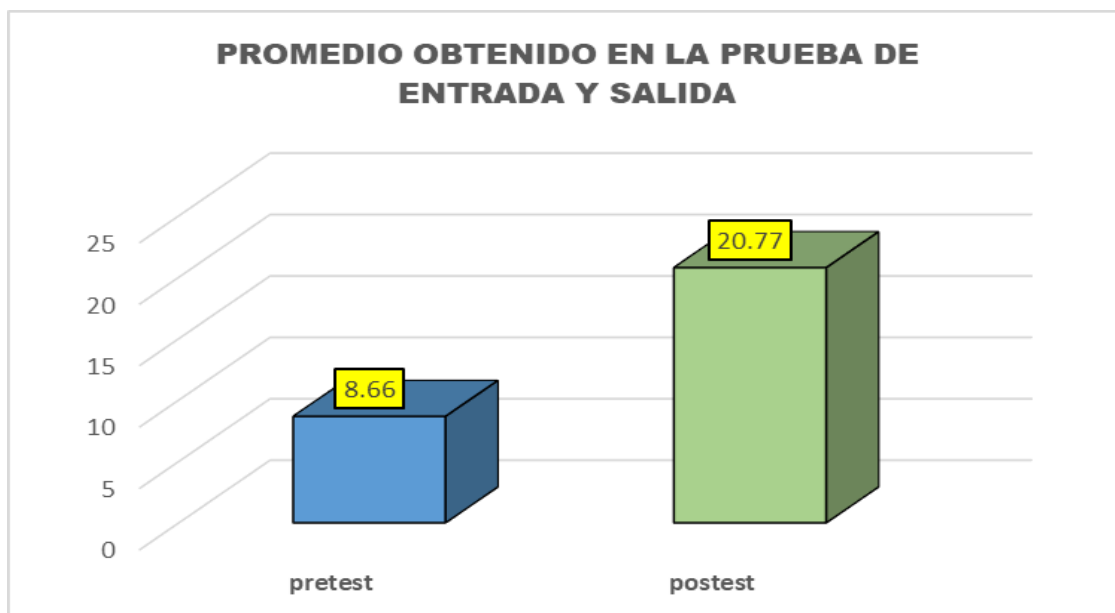


Figura 10. Promedio obtenido en la muestra.

En el gráfico se observa el promedio de la evaluación en la prueba de entrada en el taller educativo sobre loncheras pre-escolar es igual a 8,66 puntos, el cual se encuentra dentro de la escala de valoración “nivel de conocimiento bajo” y en la prueba de salida el promedio obtenido es igual a 20,77 el cual se encuentra en la escala de valoración “nivel de conocimiento alto”. Se concluye que el taller educativo si mejoró el conocimiento de los padres con relación a la preparación de loncheras preescolares.

5.2 Prueba de normalidad para la hipótesis general

5.2.1 Prueba de normalidad de Kolmogorov - Smirnov, para la prueba de entrada

Se eligió un nivel de confianza del 95%, para la cual se planteó las siguientes hipótesis:

- H1: El conjunto de datos tienen una distribución normal.
- H0: El conjunto de datos no tienen una distribución normal.

La prueba de Kolmogorov-Smirnov, se usa cuando la muestra es mayor que 50, por lo que se puede notar, que en el Pre test, la significancia obtenida del grupo de control es menor que 0,05 ($0,000 < 0,05$), por lo que se acepta la hipótesis nula (H0), es decir que los datos del Pre test en el grupo de investigación no tienen una distribución normal. (Ver tabla 38).

Tabla 38. Prueba de normalidad del Pre test.

Pruebas de normalidad

PRETEST	Kolmogorov-Smirnov ^a		Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Estadístico	gl	Sig.
Grupo Experimental	0,236	103	0,862	103	0,000

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Fuente: Elaboración propia.

En la figura 11 se tiene el gráfico de correlación del grupo de investigación, se puede apreciar que no tiene una distribución uniforme. En la Figura 12 se tiene el gráfico de Cajas y bigotes, se puede observar que no tiene una distribución uniforme, tal como indica el nivel de la mediana además se observan datos atípicos, quiere decir datos que se encuentran fuera del rango y escala de valoración.

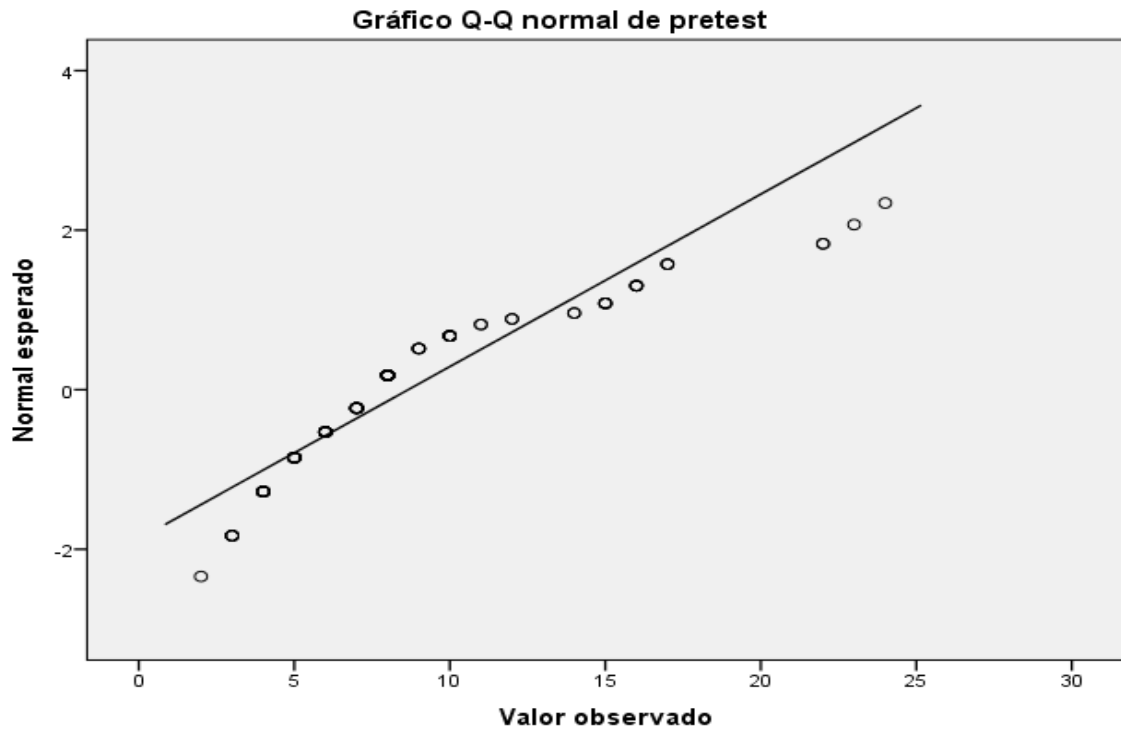


Figura 11. Gráfico de correlación de datos del grupo de investigación (pre test).

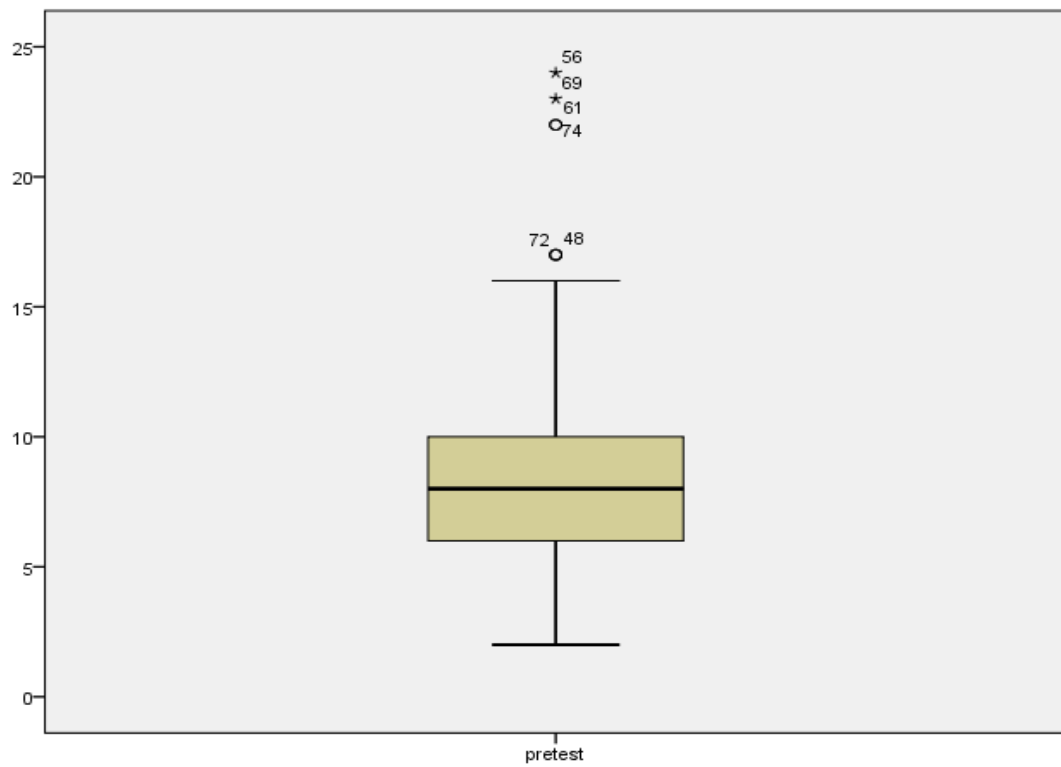


Figura 12. Gráfico de Cajas y bigotes del grupo de investigación (Pre test).

5.2.2. Prueba de normalidad de Kolmogorov - Smirnov, para la prueba de salida.

Para realizar la prueba de normalidad se ha tomado un nivel de confianza del 95%, para la cual se planteó las siguientes hipótesis:

- H1: El conjunto de datos tienen una distribución normal.
- H0: El conjunto de datos no tienen una distribución normal.

La prueba de KolmogorovSmirnov, se usa cuando la muestra es mayor que 50, por lo que se puede notar, que en el Pre test, la significancia obtenida del grupo de control es menor que 0,05 ($0,000 < 0,05$), por lo que se acepta la hipótesis nula (H0), es decir que los datos del Post test en el grupo de investigación no tienen una distribución normal. (Ver tabla 39).

Tabla 39

Pruebas de normalidad del Pos test

Pruebas de normalidad

Pos test	Kolmogorov-Smirnov^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
Grupo Experimental	0,158	103	0,000	0,892	103	0,000

Fuente: Elaboración propia

En la Figura 13 se tiene el gráfico de correlación del grupo de investigación, se puede observar que no tiene una distribución equitativa. En la Figura 14 se tiene el gráfico de Cajas y bigotes, se puede observar que no tiene una distribución equitativa, tal como indica el nivel de la mediana además se observan datos atípicos, quiere decir datos que se encuentran fuera del rango y escala de valoración.

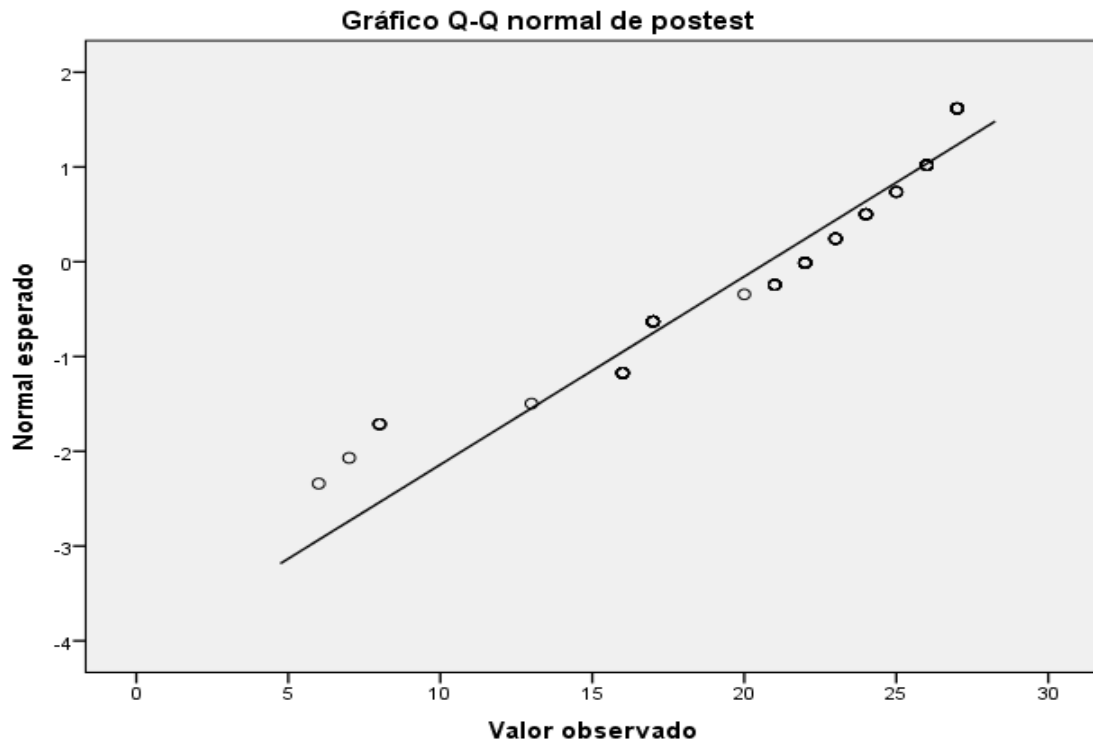


Figura 13. Gráfico de correlación del grupo de investigación (pos test).

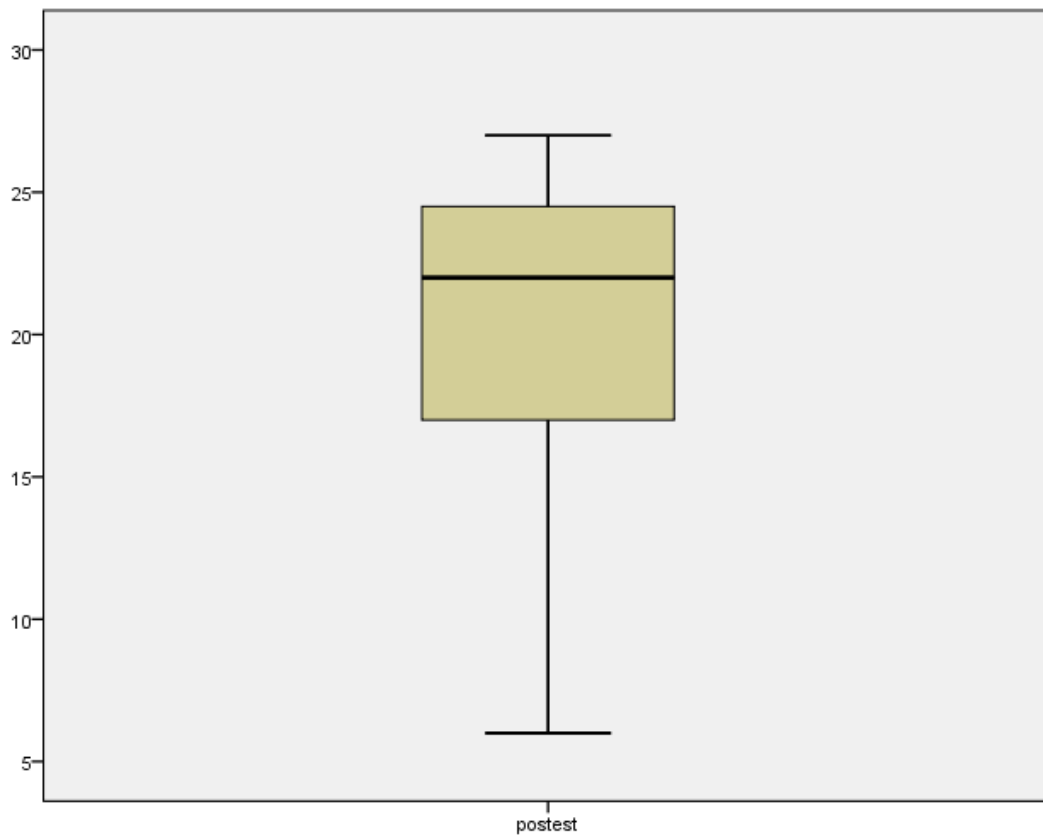


Figura 14. Gráfico de Cajas y bigotes del grupo de investigación (pos test).

5.3 Prueba de hipótesis general (muestras relacionadas)

5.3.1 Planteamiento de hipótesis de la investigación

H_a : La mediana de las diferencias de los puntajes obtenidos entre los participantes en el programa de talleres educativos antes y después de la aplicación de las pruebas es diferente.

H_0 : La mediana de las diferencias de los puntajes obtenidos entre los participantes en el programa de talleres educativos antes y después de la aplicación de las pruebas es igual.

El método estadístico para confirmar la hipótesis general, fue la comparación de medianas con el estadístico de Wilcoxon para muestras relacionadas, dado que en la prueba de KolmogorovSmirnov los datos no presentan una distribución normal

1. Hipótesis estadística:

H_0 : $m_1 = m_2$; Mediana obtenido en la prueba de entrada del grupo de investigación.

H_a : $m_1 \neq m_2$; Mediana obtenido en la prueba de salida del grupo de investigación.

m_1 = Mediana obtenida en la prueba de entrada

m_2 = Mediana obtenida en la prueba de salida

2. Nivel de confianza:

95%

3.-Nivel de significancia

$\alpha = 0.05 = 5\%$ $\alpha / 2 = 0.025$

4. Elección del estadístico

Se aplicó el estadístico de Wilcoxon, por ser datos que no tienen distribución normal y corresponden a muestras relacionadas:

$$W_s = \frac{n(n+1)}{4} \sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}$$

Donde:

n1 : Número de elementos de la muestra 1

n2 : Número de elementos de la muestra 2

Se realizó el cálculo de la prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas con el software SPSS.

Tabla 40. *Estadísticos descriptivos de muestras relacionadas (pre test – pos test)*

Rangos				
		N	Rango promedio	Suma de rangos
	Rangos negativos	5 ^a	9,60	48,00
Post test – pre test	Rangos positivos	97 ^b	53,66	5205,00
	Empates	1 ^c		
	Total	103		

a. post test < pre test

b. post test > pre test

c. post test = pre test

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 41. *Prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas.*

Estadísticos de contraste^{a,c}

					Post test	pre test
Z					-8,611 ^b	
Sig. asintót. (bilateral)					,000	
Sig. Monte Carlo					,000	
Sig. (bilateral)	Monte Carlo	Intervalo de confianza de		Límite inferior	,000	
		95%		Límite superior	,029	
Sig. Monte Carlo					,000	
Sig. (unilateral)	Monte Carlo	Intervalo de confianza de		Límite inferior	,000	
		95%		Límite superior	,029	

a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

b. Basado en los rangos negativos.

c. Basado en 103 tablas muestrales con semilla de inicio 2000000.

Fuente: Elaboración propia

5. Decisión:

El valor obtenido de la prueba de Wilcoxon es -8,611, y las significancias asintóticas bilaterales es igual a 0,000 menor a 0,05 (nivel de significancia o error permitido), esto evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolar, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por las investigadoras.

6. Conclusión:

Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, sí influyeron en el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.

5.4 Prueba de hipótesis específica (1) (muestras relacionadas)

Prueba de normalidad

Prueba de normalidad de Kolmogorov - Smirnov, para la prueba de entrada.

Para realizar la prueba de normalidad se ha tomado un nivel de confianza del 95%, para la cual se planteó las siguientes hipótesis:

- H0: El conjunto de datos no tienen una distribución normal.
- H1: El conjunto de datos tienen una distribución normal.

Se utilizó la prueba de KolmogorovSmirnov, porque el número de datos es mayor que 50, en los resultados obtenidos en el análisis con el SPSS, se observa que, en el Pre test, el nivel de significancia observado en el pre test es menor que 0,05 ($0,000 < 0,05$), por lo tanto, se acepta la hipótesis nula (H0), es decir que los datos del Pre test y pos test de la dimensión (1) alimentos y su clasificación en el grupo de investigación no tienen una distribución normal. (Ver tabla 42).

Tabla 42. Prueba de normalidad del Pre test de la dimensión alimentos y su clasificación.

Pruebas de normalidad	Kolmogorov-Smirnov ^a		Shapiro-Wilk			
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
	Pre test	0,166	103	0,000	0,929	103
Pos test	0,223	103	0,00	0,878	103	0,00

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Fuente: Elaboración propia.

En la figura 15 se tiene el gráfico de correlación del grupo de investigación, se puede apreciar que no tiene una distribución uniforme. En la Figura 16 se tiene el gráfico de Cajas y bigotes, se puede observar que no tiene una distribución uniforme, tal como indica el nivel de la mediana además se observan datos atípicos, quiere decir datos que se encuentran fuera del rango y escala de valoración.

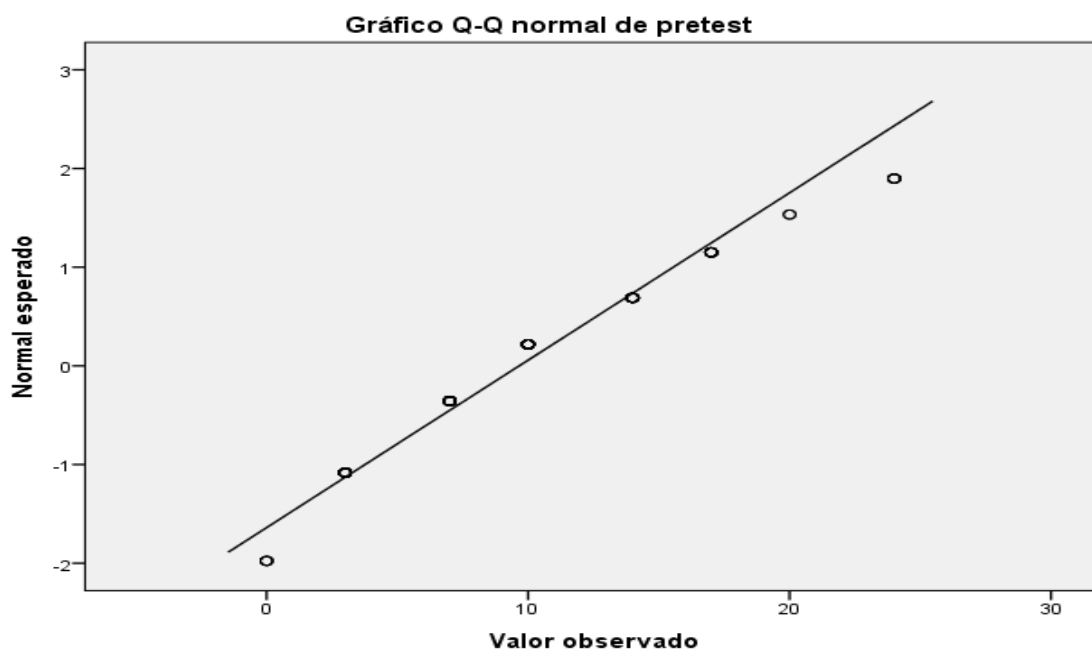


Figura 15. Gráfico de correlación de la dimensión alimentos y su clasificación.

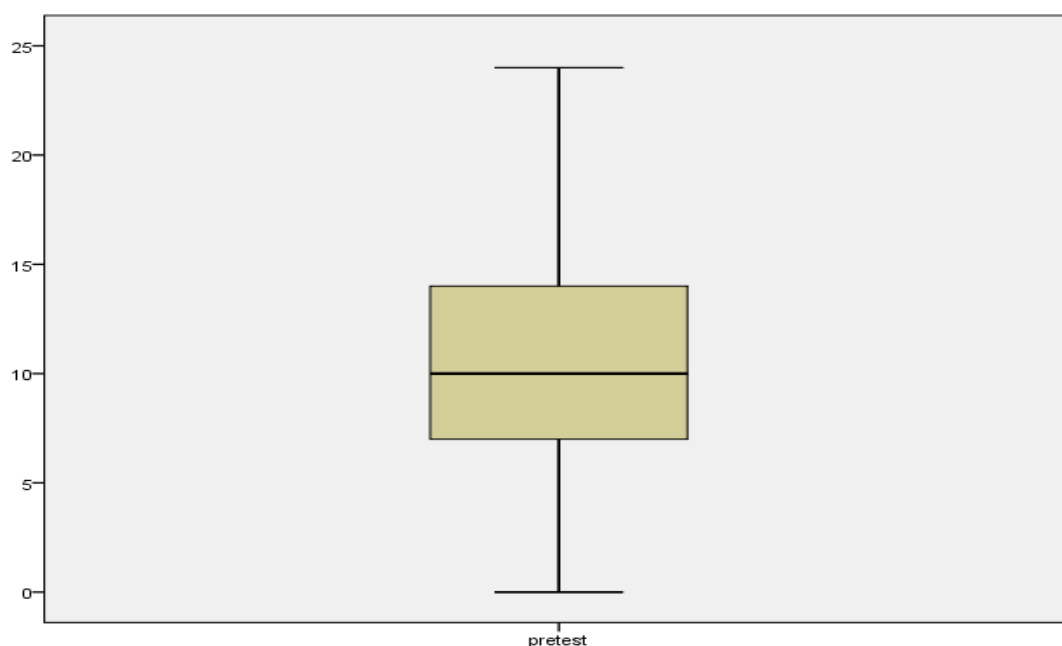


Figura 16. Gráfico de cajas y bigotes de la dimensión alimentos y su clasificación.

5.4.1 Planteamiento de hipótesis específica (1) de la investigación:

H_a : La mediana de las diferencias de los puntajes obtenidos entre los participantes en el programa de talleres educativos antes y después de la aplicación de las pruebas en la dimensión alimentos y su clasificación es diferente.

H_0 : La mediana de las diferencias de los puntajes obtenidos entre los participantes en el programa de talleres educativos antes y después de la aplicación de las pruebas en la dimensión alimentos y su clasificación es igual.

El método estadístico para comprobar la hipótesis general, fue la comparación de medianas con el estadístico de Wilcoxon para muestras relacionadas, dado que en la prueba de KolmogorovSmirnov los datos no presentan una distribución normal.

1. Hipótesis estadística:

H_0 : $m_1 = m_2$; Mediana obtenido en la prueba de entrada del grupo de investigación.

H_a : $m_1 \neq m_2$; Mediana obtenido en la prueba de salida del grupo de investigación.

m_1 = Mediana obtenida en la prueba de entrada

m_2 = Mediana obtenida en la prueba de salida

2. Nivel de confianza

95%

3. Nivel de significancia

$\alpha = 0.05 = 5\%$ $\alpha / 2 = 0.025$

4. Elección del estadístico

Se aplicará el estadístico de Wilcoxon, por ser datos que no tienen distribución normal y corresponden a muestras relacionadas:

$$\frac{w_s - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Donde:

- n1 : Número de elementos de la muestra 1
n2 : Número de elementos de la muestra 2

Se realiza el cálculo de la prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas con el software SPSS.

Tabla 43. *Estadísticos descriptivos de muestras relacionadas (pre test – pos test).*

Rangos				
		N	Rango promedio	Suma de rangos
Pos test – pre test	Rangos negativos	4 ^a	11,38	45,50
	Rangos positivos	90 ^b	49,11	4419,50
	Empates	1 ^c		
	Total	103		

a. pos test < pre test

b. pos test > pre test

c. pos test = pre test

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 44. *Prueba de Wilcoxon para muestras relacionada.*

Estadísticos de contraste^{a,c}

				Post test	pre test
Z				-8,262 ^b	
Sig. asintót. (bilateral)				,000	
Sig. Monte Carlo				,000	
Sig. (bilateral)	Monte Carlo	Intervalo de confianza de 95%	Límite inferior	,000	
			Límite superior	,029	
Sig. Monte Carlo				,000	
Sig. (unilateral)	Monte Carlo	Intervalo de confianza de 95%	Límite inferior	,000	
			Límite superior	,029	

a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

b. Basado en los rangos negativos.

c. Basado en 103 tablas muestrales con semilla de inicio 2000000.

Fuente: Elaboración propia.

5. Decisión:

El valor obtenido de la prueba de Wilcoxon es -8,262, y las significancias asintóticas bilaterales es igual a 0,000 menor a 0,05 (nivel de significancia o error permitido), esto evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolar en la dimensión alimentos y su clasificación, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador.

6. Conclusión:

Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, sí influye en el nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación en la preparación de loncheras preescolares.

5.5 Prueba de hipótesis específica (2) (muestras relacionadas)

Prueba de normalidad

Prueba de normalidad de Kolmogorov - Smirnov, para la prueba de entrada.

Para realizar la prueba de normalidad se ha tomado un nivel de confianza del 95%, para la cual se planteó las siguientes hipótesis:

- H0: El conjunto de datos no tienen una distribución normal.
- H1: El conjunto de datos tienen una distribución normal.

Se utilizó la prueba de KolmogorovSmirnov, porque el número de datos es mayor que 50, en los resultados obtenidos en el análisis con el SPSS, se observa que, en el Pre test, el nivel de significancia observado en el pre test es menor que 0,05 ($0,000 < 0,05$), por lo tanto, se acepta la hipótesis nula (H0), es decir que los datos del Pre test y post test de la dimensión (2) pirámide nutricional en el grupo de investigación no tienen una distribución normal. (Ver tabla 45).

Tabla 45. Prueba de normalidad del Pre test de la dimensión pirámide nutricional.

Pruebas de normalidad	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
	Pre test	0,195	103	0,000	0,928	103
Pos test	0,230	103	0,00	0,850	103	0,00

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Fuente: Elaboración propia.

En la figura 17 se tiene el gráfico de correlación del grupo de investigación, se puede apreciar que no tiene una distribución uniforme. En la Figura 18 se tiene el gráfico de Cajas y bigotes, se puede observar que no tiene una distribución uniforme, tal como indica

el nivel de la mediana además se observan datos atípicos, quiere decir datos que se encuentran fuera del rango y escala de valoración.

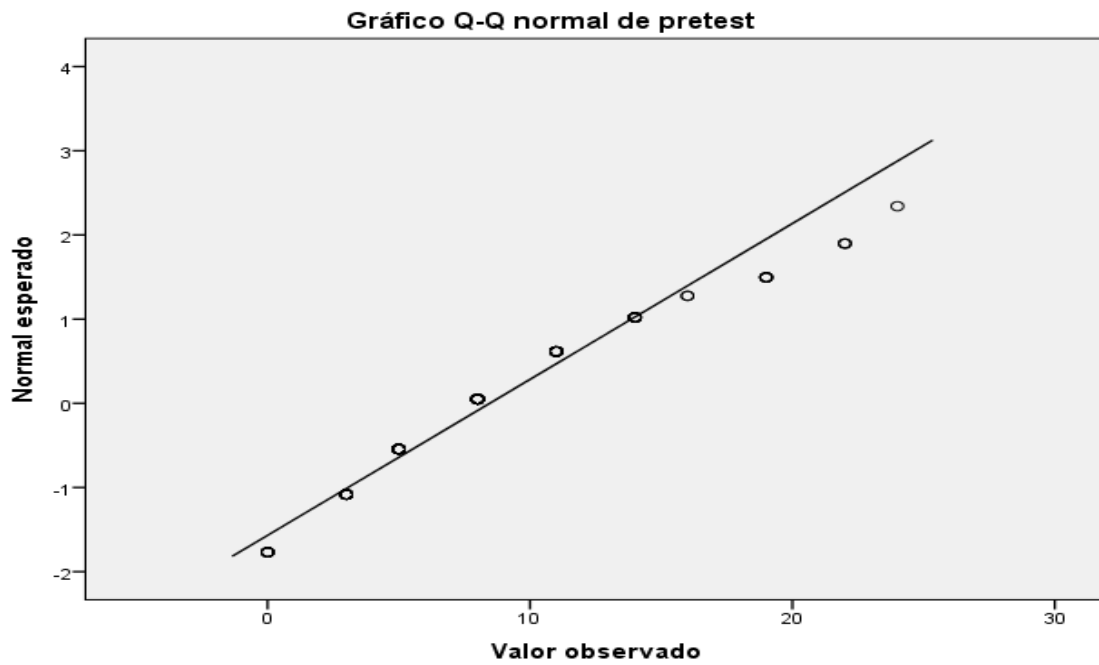


Figura 17. Gráfico de correlación de la dimensión pirámide nutricional.

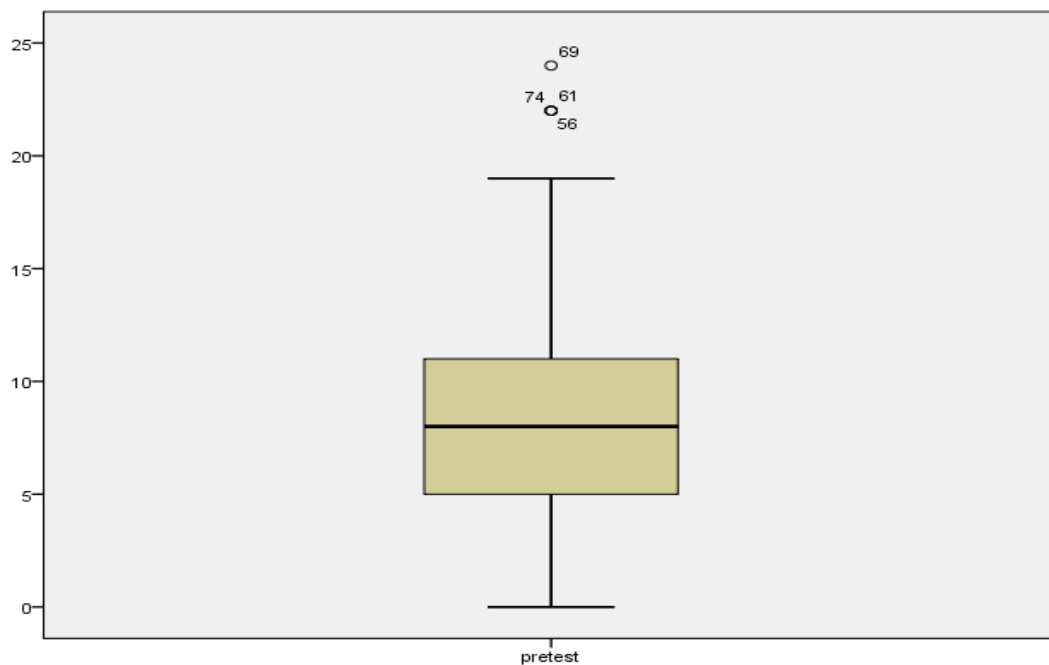


Figura 18. Gráfico de Cajas y bigotes de la dimensión pirámide nutricional.

Prueba de hipótesis específica (2) (muestras relacionadas)

5.5.1 Planteamiento de hipótesis específica (2) de la investigación

H_a : La mediana de las diferencias de los puntajes obtenidos entre los participantes en el programa de talleres educativos antes y después de la aplicación de las pruebas en la dimensión pirámide nutricional son diferentes.

H_0 : La mediana de las diferencias de los puntajes obtenidos entre los participantes en el programa de talleres educativos antes y después de la aplicación de las pruebas en la dimensión pirámide nutricional son iguales.

El método estadístico para comprobar la hipótesis general, fue la comparación de medianas con el estadístico de Wilcoxon para muestras relacionadas, dado que en la prueba de KolmogorovSmirnov los datos no presentan una distribución normal

1. Hipótesis estadística

H_0 : $m_1 = m_2$; Mediana obtenido en la prueba de entrada del grupo de investigación.

H_a : $m_1 \neq m_2$; Mediana obtenido en la prueba de salida del grupo de investigación.

m_1 = Mediana obtenida en la prueba de entrada

m_2 = Mediana obtenida en la prueba de salida

2. Nivel de confianza

95%

3. Nivel de significancia

$\alpha = 0.05 = 5\%$ $\alpha / 2 = 0.025$

4. Elección del estadístico

Se aplicará el estadístico de Wilcoxon, por ser datos que no tienen distribución normal y corresponden a muestras relacionadas:

$$W_s = \frac{n(n+1)}{4} \sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}$$

Donde:

- n1 : Número de elementos de la muestra 1
- n2 : Número de elementos de la muestra 2

Se realiza el cálculo de la prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas con el software SPSS.

Tabla 46. *Estadísticos descriptivos de muestras relacionadas (pre test – pos test).*

Rangos			
	N	Rango promedio	Suma de rangos
Rangos negativos	8 ^a	14,94	119,50
Rangos positivos	94 ^b	54,61	5133,50
Empates	1 ^c		
Total	103		

a. post test < pre test

b. post test > pre test

c. post test = pre test

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 47. Prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas.

Estadísticos de contraste^{a,c}

				Post test	pre test
Z				-8,375 ^b	
Sig. asintót. (bilateral)				,000	
Sig. Monte Carlo (bilateral)	Sig.	Intervalo de confianza de 95%	Límite inferior	,000	
			Límite superior	,029	
Sig. Monte Carlo (unilateral)	Sig.	Intervalo de confianza de 95%	Límite inferior	,000	
			Límite superior	,029	

a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

b. Basado en los rangos negativos.

c. Basado en 103 tablas muestrales con semilla de inicio 2000000.

Fuente: Elaboración propia

5. Decisión:

El valor obtenido de la prueba de Wilcoxon es -8,375, y las significancias asintóticas bilaterales es igual a 0,000 menor a 0,05 (nivel de significancia o error permitido), esto evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolar en la dimensión pirámide nutricional, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador.

6. Conclusión:

Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, sí influyen en el nivel de conocimiento sobre pirámide nutricional en la preparación de loncheras preescolares.

5.6 Prueba de hipótesis específica (3) (muestras relacionadas)

Prueba de normalidad

Prueba de normalidad de Kolmogorov - Smirnov, para la prueba de entrada.

Para realizar la prueba de normalidad se ha tomado un nivel de confianza del 95%, para la cual se planteó las siguientes hipótesis:

- H0: El conjunto de datos no tienen una distribución normal.
- H1: El conjunto de datos tienen una distribución normal.

Se utilizó la prueba de KolmogorovSmirnov, porque el número de datos es mayor que 50, en los resultados obtenidos en el análisis con el SPSS, se observa que, en el Pre test, el nivel de significancia observado en el pre test es menor que 0,05 ($0,000 < 0,05$), por lo tanto, se acepta la hipótesis nula (H0), es decir que los datos del Pre test y post test de la dimensión (3) composición y preparación de loncheras preescolares en el grupo de investigación no tienen una distribución normal. (Ver tabla 48).

Tabla 48. Prueba de normalidad del Pre test de la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares.

Pruebas de normalidad	Kolmogorov-Smirnov ^a		Shapiro-Wilk			
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Pre test	0,216	103	0,000	0,902	103	0,000
Post test	0,172	103	0,00	0,891	103	0,00

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Fuente: Elaboración propia.

En la figura 19 se tiene el gráfico de correlación del grupo de investigación, se puede apreciar que no tiene una distribución uniforme. En la Figura 20 se tiene el gráfico de Cajas y bigotes, se puede observar que no tiene una distribución uniforme, tal como indica

el nivel de la mediana además se observan datos atípicos, quiere decir datos que se encuentran fuera del rango y escala de valoración.

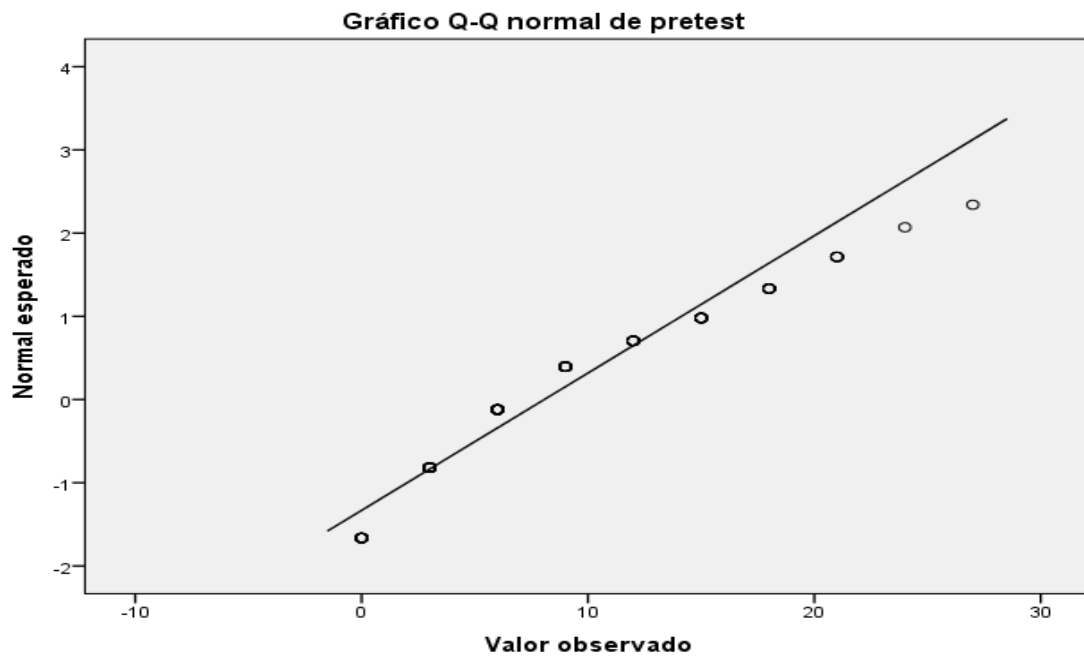


Figura 19. Gráfico de correlación de la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares.

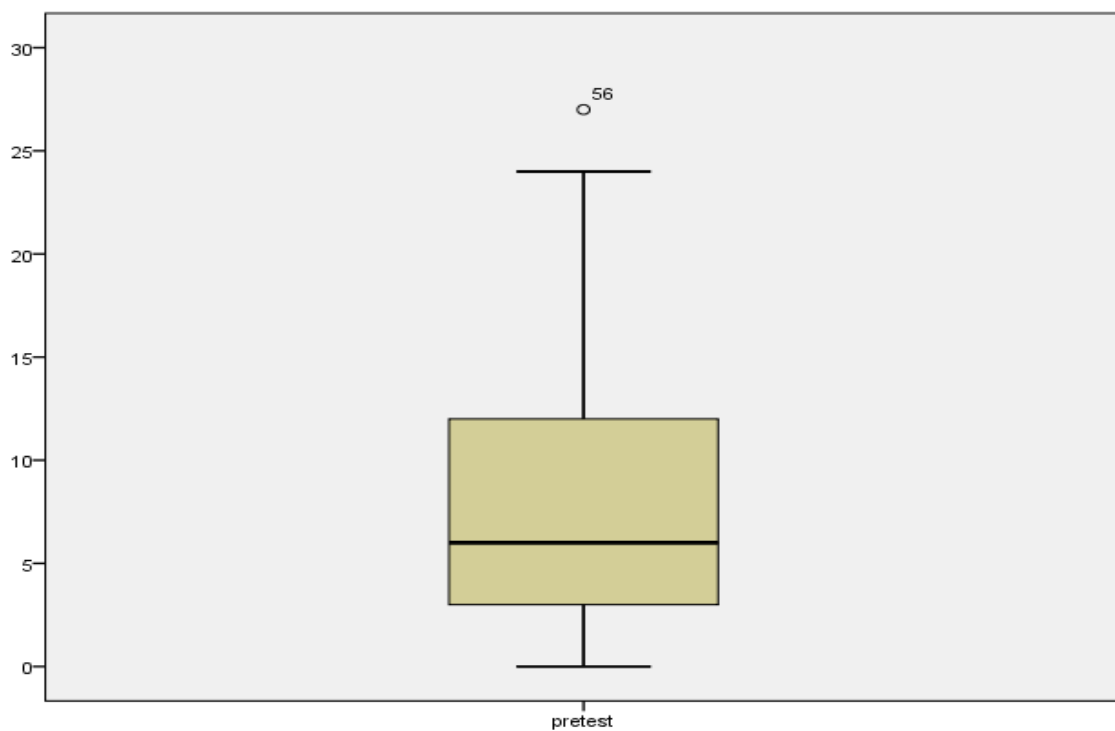


Figura 20. Gráfico de cajas y bigotes de la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares.

Prueba de hipótesis específica (3) (muestras relacionadas)

5.6.1 Planteamiento de hipótesis específica (3) de la investigación

H_a : La mediana de las diferencias de los puntajes obtenidos entre los participantes en el programa de talleres educativos antes y después de la aplicación de las pruebas en la dimensión composición y preparación sobre loncheras preescolares son diferentes.

H_0 : La mediana de las diferencias de los puntajes obtenidos entre los participantes en el programa de talleres educativos antes y después de la aplicación de las pruebas en la dimensión composición y preparación sobre loncheras preescolares son iguales.

El método estadístico para comprobar la hipótesis general, fue la comparación de medianas con el estadístico de Wilcoxon para muestras relacionadas, dado que en la prueba de KolmogorovSmirnov los datos no presentan una distribución normal.

1. Hipótesis estadística

H_0 : $m_1 = m_2$; Mediana obtenido en la prueba de entrada del grupo de investigación.

H_a : $m_1 \neq m_2$; Mediana obtenido en la prueba de salida del grupo de investigación.

m_1 = Mediana obtenida en la prueba de entrada

m_2 = Mediana obtenida en la prueba de salida

2. Nivel de confianza

95%

3. Nivel de significancia

$\alpha = 0.05 = 5\%$ $\alpha / 2 = 0.025$

4. Elección del estadístico

Se aplicará el estadístico de Wilcoxon, por ser datos que no tienen distribución normal y corresponden a muestras relacionadas:

$$w_s = \frac{n(n+1)}{4} \sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}$$

Donde:

n1 : Número de elementos de la muestra 1

n2 : Número de elementos de la muestra 2

Se realiza el cálculo de la prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas con el software SPSS.

Tabla 49. Estadísticos descriptivos de muestras relacionadas (pre test – pos test).

Rangos				
		N	Rango promedio	Suma de rangos
	Rangos negativos	7 ^a	11,29	79,00
	Rangos positivos	89 ^b	51,43	4577,00
Post test – pre test	Empates	7 ^c		
	Total	103		

a. post test < pre test

b. post test > pre test

c. post test = pre test

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 50. Prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas.

Estadísticos de contraste^{a,c}

				Post test	pre test
Z				-8,237 ^b	
Sig. asintót. (bilateral)				,000	
Sig.				,000	
Sig. Monte Carlo (bilateral)	Intervalo de confianza de 95%	Límite inferior	Límite superior	,000	
				,029	
Sig.				,000	
Sig. Monte Carlo (unilateral)	Intervalo de confianza de 95%	Límite inferior	Límite superior	,000	
				,029	

a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

b. Basado en los rangos negativos.

c. Basado en 103 tablas muestrales con semilla de inicio 2000000.

Fuente: Elaboración propia.

5. Decisión:

El valor obtenido de la prueba de Wilcoxon es -8,237, y las significancias asintóticas bilaterales es igual a 0,000 menor a 0,05 (nivel de significancia o error permitido), esto evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolar en la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador.

6. Conclusión:

Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, si influye en el nivel de conocimiento sobre composición y preparación de loncheras preescolares.

5.7 Discusión de resultados

El valor obtenido de la prueba de Wilcoxon es -8,611, y las significancias asintóticas bilaterales es igual a 0,000 menor a 0,05 (nivel de significancia o error permitido), esto evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolar, entonces se tomó la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador, concluyendo que: Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, si influye en el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares. Asimismo, se ha tomado en cuenta a Chunga T. Consuelo. En el 2017 en Piura, quien realizó un estudio titulado “Efectividad de una intervención educativa sobre preparación de loncheras saludables en las madres de niños en edad preescolar de la institución educativa inicial n° 1447 San José - La Unión”.

Como resultados se encontró que del 100% de madres encuestadas, antes de participar en la Intervención educativa, el 54% demostraron un nivel de conocimiento bajo, sobre la preparación de la lonchera saludable, y tan solo el 22% evidenciaron un nivel alto de conocimientos. Después de participar en la intervención educativa el 84% de madres evidenciaron un nivel de conocimiento alto sobre la preparación de loncheras saludables y ninguna madre evidenció un nivel bajo. De la misma manera los resultados encontrados en esta investigación indican que en la prueba de entrada el porcentaje de padres participantes de los talleres educativos muestran que en el nivel de conocimiento bajo sobre lonchera preescolar representa el 69%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 27% y en el nivel de conocimiento alto representa el 4% esto evidencia que los padres de familia tienen un bajo conocimiento en la preparación y composición de loncheras preescolar antes de su participación en los talleres educativos, luego en la prueba de salida el nivel de conocimiento bajo sobre lonchera preescolar representa el

6%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 30% y en el nivel de conocimiento alto representa el 64%. Se puede inferir tanto en esta investigación como la realizada por (Chunga, 2017), que los padres de familia tienen un alto conocimiento en la preparación y composición de loncheras preescolar después de su participación e intervención en los talleres educativos.

Con respecto a los resultados obtenidos para la dimensión alimentos y su clasificación, el valor obtenido de la prueba de Wilcoxon es -8,262 y las significancias asintóticas bilaterales es igual a 0,000 menor a 0,05 (nivel de significancia o error permitido). Esto evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolar, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador: Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, sí influye en el nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación en la preparación de loncheras preescolares. Asimismo, Abanto. Jenny, en el año 2009, realizó una investigación titulada “Efectividad del programa educativo: mejorando mis saberes acerca de las loncheras escolares, en el nivel de conocimiento de padres de niños preescolares, La Esperanza”. La prueba estadística “t” de Student para muestras relacionadas; los resultados son presentados en tablas de simple, doble entrada y gráficas. El 76.6% de padres de preescolares presentaban un nivel de conocimientos medio, antes de la aplicación del programa educativo. El 96.6% de padres de preescolares presentaron un conocimiento alto, después de la aplicación del programa educativo. Para el nivel de conocimientos; los resultados encontrados en esta investigación presentan que el porcentaje de padres participante en el taller educativo, en el nivel de conocimiento bajo sobre lonchera preescolar representa el 49%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 45% y en el nivel de conocimiento alto representa el 7%. Antes de su participación en los talleres educativos. Luego el porcentaje obtenido en la prueba de salida representa el 1%, el nivel de conocimiento bajo, el 28% representa el nivel de conocimiento intermedio y el 71% representa el nivel de conocimiento alto. Se puede inferir que los padres de familia tienen un alto conocimiento en alimentos y su clasificación después de su participación e intervención en el taller educativo.

Con respecto a los resultados para la dimensión pirámide nutricional, el valor obtenido de la prueba de Wilcoxon es -8,375 y las significancias asintóticas bilaterales es igual a 0,000 menor a 0,05 (nivel de significancia o error permitido). Esto evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolar en la dimensión pirámide nutricional, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador y se concluye que: Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, sí influye en el nivel de conocimiento sobre pirámide nutricional en la preparación de loncheras preescolares. De la misma manera, Realpe S. Francis, en el 2013, realizó una investigación titulada “Influencia de conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de los cuidadores en el hogar, en el estado nutricional de los niños y niñas en edad preescolar que asisten al centro de desarrollo infantil Arquita de Noè en el periodo julio – noviembre 2013”. Los resultados indican que las personas evaluadas tienen un buen nivel de conocimientos, actitudes y prácticas en aspectos de nutrición saludable y normas de higiene, lo cual se ve reflejado en el estado nutricional de los niños evaluados, ya que el 81% presentan un estado nutricional normal, el 11% riesgo de sobrepeso, el 2% sobrepeso, y el 6% riesgo de desnutrición.

Los resultados encontrados en esta investigación indican que en el nivel de conocimiento bajo sobre pirámide nutricional representa el 69%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 27% y en el nivel de conocimiento alto representa el 4%. En la prueba de salida se ha obtenido que, en el nivel de conocimiento bajo sobre la pirámide nutricional representa el 69%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 17% y en el nivel de conocimiento alto representa el 71%. Se deduce que en general los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias por parte de las personas encargadas en el hogar de niños preescolares son buenos, los niños que presentan algún tipo de mal nutrición, ya sea riesgo de sobrepeso o desnutrición son los niños que no están al cuidado de su madre directamente, por lo tanto, son personas que no tienen un completo conocimiento sobre prácticas alimentarias y eso se ve reflejado en el estado nutricional. Según (Realpe S. Francis, 2013), además esta investigación evidencia que los padres de familia tienen un alto conocimiento sobre la pirámide nutricional después de su participación en el taller educativo.

Con respecto a la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares el valor obtenido de la prueba de Wilcoxon es $-8,237$ y las significancias asintóticas bilaterales es igual a $0,000$ menor a $0,05$ (nivel de significancia o error permitido), esto evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia composición y preparación de loncheras preescolares, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador: Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, sí influye en el nivel de conocimiento sobre composición y preparación de loncheras preescolares. De la misma manera, Calle S, Morocho B, Otavalo J, en el 2013, realizaron una investigación titulada. “Conocimiento materno sobre alimentación, nutrición y su relación con el estado nutricional de niños(as) menores de dos años que acuden al sub centro de salud de san Pedro del Cebollar durante mayo – julio 2013”. Los resultados indican que el 56% de niños tienen bajo peso y el 1% sobrepeso, están relacionados con el déficit de conocimiento socioeconómico familiar. El 43% de niños, así como una condición socioeconómica de mejor calidad. Esta investigación indica que el porcentaje de padres participante en el taller educativo en la prueba de entrada, en el nivel de conocimiento bajo sobre lonchera preescolar representa el 58%, el nivel de conocimiento intermedio representa el 30% y en el nivel de conocimiento alto representa el 12%. En la prueba de salida se puede observar que el porcentaje de padres participante del taller educativo composición y preparación de loncheras preescolares; representa el 6%, el nivel de conocimiento bajo, el conocimiento intermedio representa el 22% y en el nivel de conocimiento alto representa el 72%. Entre las conclusiones más importantes se tiene que *existe relación directa entre el grado de conocimiento materno, la condición socioeconómica y el estado nutricional lo que ratifica el sustento teórico de que el estado nutricional es un indicador de equidad y muestra el nivel de acceso a bienes de consumo básico en la tesis de (Calle S. Morocho, 2013)*, además los padres de familia tienen un alto conocimiento en la preparación y composición de loncheras preescolar después de su participación en los talleres educativos.

CONCLUSIONES

A partir de los resultados obtenidos en la prueba de Wilcoxon igual a $-8,611$ en la prueba de hipótesis general, para muestras relacionadas con un diseño pre-experimental con enfoque cuantitativo, y el valor de las significancias asintóticas bilaterales igual a $0,000$ menor a $0,05$ (nivel de significancia o error permitido), evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolares, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador por lo tanto se concluye que: Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, sí influye en el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.

A partir de los resultados obtenidos en la prueba de Wilcoxon igual a $-8,262$ para muestras relacionadas con un diseño pre-experimental, con enfoque cuantitativo, y los valores de las significancias asintóticas bilaterales igual a $0,000$ menor a $0,05$ (nivel de significancia o error permitido), evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolar en la dimensión alimentos y su clasificación, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador y se concluye que: Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, si influye en el nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación en la preparación de loncheras preescolares.

Los resultados obtenidos en la prueba de Wilcoxon es $-8,375$ para la hipótesis específica (2) y el valor de la significancias asintóticas bilaterales igual a $0,000$ menor a $0,05$ (nivel de significancia o error permitido), evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolares en la dimensión pirámide nutricional, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador se puede concluir: Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la

Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, si influye en el nivel de conocimiento sobre pirámide nutricional en la preparación de loncheras preescolares.

Los resultados obtenidos en la prueba de Wilcoxon es -8,237 para la prueba de hipótesis (3) y las significancias asintóticas bilaterales igual a 0,000 menor a 0,05 (nivel de significancia o error permitido) evidencia haber diferencias significativas antes y después de la aplicación de las pruebas de conocimientos aplicada a los padres familia sobre loncheras preescolares en la dimensión composición y preparación de loncheras preescolares, entonces se toma la decisión de rechazar a la hipótesis nula y aceptar a la hipótesis alterna planteada por el investigador se puede concluir que: Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, sí influye en el nivel de conocimiento sobre composición y preparación de loncheras preescolares.

RECOMENDACIONES

- ✓ El Ministerio de Educación debe capacitar permanentemente a los directores, profesores y auxiliares de las instituciones educativas sobre alimentación saludable y loncheras nutritivas para que hagan efecto multiplicador en sus respectivos centros de estudio.
- ✓ Los directores de las instituciones educativas deben incluir en sus sesiones de escuela de padres un curso de nutrición para que los padres conozcan como deben alimentar a sus hijos y hacerles un constante seguimiento.
- ✓ El personal de salud en el campo comunitario debe de realizar más sesiones educativas y demostrativas en las instituciones educativas para afianzar los conocimientos en los padres de familia sobre alimentación saludable y loncheras nutritivas.
- ✓ El Ministerio de Educación debe de incluir en su currículo un curso de educación alimentaria y nutrición para que los estudiantes desde pequeños aprendan a elegir alimentos saludables y por ende a alimentarse correctamente.
- ✓ Realizar estudios similares y en poblaciones mas grandes para generalizar los resultados y poder resolver la problemática de estudio.
- ✓ Realizar estudios donde se relacionen el nivel de conocimientos y las prácticas en loncheras escolares.

REFERENCIAS

- (1) FAO. el estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo. Roma, 2017 [en línea] [consultado 2018 enero 11]. Disponible en: <http://www.fao.org/3/a-i7695s.pdf>.
- (2) Instituto Nacional de Salud. Estado nutricional en niños y gestantes de los establecimientos de salud del ministerio de salud. Informe gerencial nacional. I semestre 2017.[Consultado 2018 enero 11]. Lima. [En línea]. Disponible en: http://www.ins.gob.pe/repositorioaps/0/0/jer/cenan/sien/informe%20gerencia%20sien%202017-i%20semestre%20final_v2.pdf.
- (3) Chunga T. Consuelo. *“Efectividad de una intervención educativa sobre preparación de loncheras saludables en las madres de niños en edad preescolar de la institución educativa inicial n0 1447 San José - la Unión”*. Lima- 2017. (para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería). Universidad Nacional De Piura; 2017. [Resumen Abstrac]
- (4) Mamani A. Lysbeth. *“Sesiones educativas en el nivel de conocimientos y prácticas sobre loncheras escolares en padres con niños preescolares en la institución educativa inicial Santa Rosa – Azángaro, 2015*. para obtener el título profesional de Licenciada en nutrición Humana). Universidad Nacional Del Altiplano; 2015. [Resumen Abstrac]
- (5) Abanto Jenny. Barrionuevo M. Linda. ”Efectividad del programa educativo: Mejorando mis saberes acerca de las loncheras escolares, en el nivel de conocimiento de padres de niños preescolares, la esperanza 2009”. Para obtener el título profesional de Licenciada en enfermería. Universidad Nacional de Trujillo 2009. [Resumen Abstrac].
- (6) Realpe S. Francis. *“influencia de conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de los cuidadores en el hogar, en el estado nutricional de los niños y niñas en edad preescolar que asisten al centro de desarrollo infantil*

arquita de Noé en el periodo julio – noviembre 2013” (para obtener el título de licenciada en nutrición humana). Pontificia universidad católica del ecuador; 2015. [resumen abstrac].

- (7) Sánchez N, Reyes D, Maya A. “*Conductas para Preparar Loncheras Mediante un Programa de Intervención Educativa Sobre Nutrición con Madres de Preescolares*” revista científica. Instituto politécnico nacional de México; 2010. [resumen abstrac].
- (8) Calle S. Morocho B. Otavalo J. “*Conocimiento materno sobre alimentación, nutrición y su relación con el estado nutricional de niños(as) menores de dos años que acuden al sub centro de salud de san pedro del cebollar durante mayo – julio 2013*” (para obtener el título de licenciatura en enfermería). Universidad de cuenca, ecuador; 2013. [resumen abstrac].
- (9) Fernando Reza B. Ciencia, metodología e investigación. Primera edición Pearson. [línea]. Naucalpan de Juárez estado de México. Editores longman, S.A. 1997. [consultado 2018 octubre 20]. Disponible:
<https://books.google.com.pe/books?id=m6PGnYBaW2oC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=true>.
- (10) Guillermina Baena P. Metodología de la investigación. Primera edición ebook. [línea]. México. Grupo editorial patria. S.A. 2014. [consultado 2018 octubre 20]. Disponible en:
<https://books.google.com.pe/books?id=6aCEBgAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=true>.
- (11) Dr. Adalberto García De M. Fuente de los valores y la sociología de la cultura. editorial Elsa Taylor. [línea]. México, D.F. 2013. [consultado 2018 octubre 21]. Disponible en:
https://books.google.com.pe/books?id=WLKOA_gAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=true.

- (12) Luis Hernández M. Metodología de la investigación en ciencias de la salud. Tercera edición. [línea]. Bogotá. Ediciones ECOE. 2012. [consultado 2018 octubre 20]. Disponible en :
<https://books.google.com.pe/books?id=4b80DgAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=true>.
- (13) Arévalo P. García R. “Conocimiento, practica sobres lonchera saludable en madres y estado nutricional de escolares en I.E. San Francisco de Asís, Iquitos”. (Para obtener Académico de Maestro en salud pública). Universidad nacional de la amazonia peruana. Iquitos-Perú. 2017. [resumen abstrac].
- (14) Ramírez M. “Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niño de nivel primario de una institución educativa, 2016”. (Para obtener el título de Licenciatura en Nutrición Humana). Universidad Peruana Unión. Lima-Perú. 2017. [resumen abstrac].
- (15) Carlos Muños R. Metodología de investigación. Primera edición. Universidad Oxford. [línea]. México. 2015. [consultado 2018 octubre 29].Disponible en:
<https://books.google.com.pe/books?id=DflcDwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=true>.
- (16) Moran G. Alvarado D. “MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN”. Primera edición. Pearson educación. México. 2010.
- (17) Villegas L, Marroquín R, Del castillo V, Sánchez R. Primera edición. Ciencia e investigación científica: niveles del conocimiento. En editorial San Marcos E.I.R.L. teoría y praxis de la investigación científica. Universidad Nacional de San Marcos. Perú. 2011.p.74-78
- (18) Santiago Nieto M, José Rodríguez C. Investigación y evaluación educativa en la sociedad del conocimiento. Primera edición. Ediciones Universidad de

Salamanca. [línea]. España. 2010. [consultado 2018 noviembre 1]. Disponible en:

<https://books.google.com.pe/books?id=0OmjkbteDG8C&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=true>.

- (19) Miguel Company M. Influencia de los discurso sobre salud y obesidad en los escolares de secundaria obligatoria. [línea]. Universidad de Almería. 2013. [consultado 2018 octubre 20]. Disponible en:
<https://books.google.com.pe/books?id=EYpBAQAAQBAJ&pg=PA34&dq=influencia+sobre+la+salud+nivel+sensible+del+conocimiento&hl=es-419&sa>.
- (20) 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, 2017”. (Para obtener el Maestra en Gestión de los Servicios de la Salud). Universidad César Vallejo. Lima-Perú. 2017. [resumen abstrac].
- (21) Cruz E. La Madrid K. “Nivel de conocimiento materno y el cuidado del preescolar con infección respiratoria aguda. Hospital Belén de Trujillo 2013” (Para obtener el grado de Licenciatura en Enfermería). Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo-Perú. 2013. [resumen abstrac].
- (22) Marini A. Alcázar L. Walker I. “El rol de las percepciones y los conocimientos de las madres en el estado nutricional de sus niños”. Editorial GRADE. Lima-Perú. 2011.
- (23) Ander E. “El taller: una alternativa de renovación pedagógica”. Editorial Ediciones Novedades Educativas. Argentina-2006.
- (24) Angulo R. “Alternativas metodológicas de intervención curricular en la educación superior”. Editorial Plaza y Janes. México. 2007.

- (25) Samper .J. Los modelos pedagógicos: hacia una pedagogía dialogante. Editorial Cooperativa. Colombia, 2006.
- (26) Marriner, A. Modelos y Teorías en Enfermería. 3^{ra} edición. Barcelona. Ed. El Sevier, 2003.
- (27) Salas.J.” Nutrición y dietética clínica”. 2^{da} Edición. España. Editorial. ElsevierMasson, 2008.
- (28) Zapata. O. “La psicomotricidad y el niño”.1^{ra} Edición. México. Editorial. Trillas, 2006.
- (29) Peña. L. Alimentación en el preescolar y escolar “2^{da} edición. España 2008. [consultado el 15 de julio del 2018].Disponible en:
https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/alimentacion_escolar.pdf
- (30) (36) Cereceda. M. “Dietética de la teoría a la práctica”. 1^{ra} edición. Universidad Mayor De San Marcos. Primera edición. Lima, 2008.
- (31) Peinado J, Roque V. EHAS. Enlace Hispano americano de salud. Requerimientos nutricionales. Perú. UPCH 2001 – [consultado el 29 de septiembre del 2018]. Disponible en:
<http://www.upch.edu.pe/ehas/pediatria/nutricion/Clase%20101%20-%207.htm>
- (32) BLANCO. T.” Alimentación y Nutrición”. Primera Edición. Lima. Editorial. Universidad Cayetano Heredia. 2011.
- (33) (35) Soriano J. M. Nutrición Básica Humana. España. Publicaciones Universidad. Valencia. 2006.
- (34) Dapcich V, Salvador C, Ribas L, Pérez C, Aranceta J, Serra L. Guía de la alimentación saludable. [En línea] 2004. [consultado el 10 de julio del 2018]. Disponible en:

http://aesan.msssi.gob.es/AESAN/docs/docs/publicaciones_estudios/nutricion/guia_alimentacion.pdf.

- (37) Serna I. La pirámide de la alimentación. Adjuntamente de Valencia. Regidoría de sanidad. Sección de programas de salud. [En línea] Valencia, 2009. [consultado 2018 abril 17]. Disponible en:
[http://www.valencia.es/ayuntamiento/alqueriasolache.nsf/0/\\$FILE/2_Guia%20Nutricion.pdf](http://www.valencia.es/ayuntamiento/alqueriasolache.nsf/0/$FILE/2_Guia%20Nutricion.pdf).
- (38) FRONTET.P."Cómo alimentar a los niños".1^{ra}edición. España. Editorial. Amat editorial. 2013.
- (39) Valdivia G, Moran R, Quintanilla E, Valderrama M, Cardini A, Hidalgo M. Manual de kioscos y lonchera escolar saludables. [En línea] Punto saludable, 2012. [consultado 2018 abril 20]. Disponible en:
http://www.miraflores.gob.pe/Manual_del_kiosco_y_lonchera_saludable.pdf
- (40) BONILLA.S. "Efecto de intervención educativa sobre el nivel de conocimiento y mejora de preparación de lonchera preescolar, [Tesis para optar título profesional de Enfermería]: Escuela de enfermería Padre Luis Tezza. Lima, 2011.
- (41) MINSA. Recomendaciones para preparar una lonchera saludable. 2013 [En línea] [consultado 2018 julio 11]. Disponible en:
http://www.minsa.gob.pe/portada/prensa/notas_auxiliar.asp?nota=9981
- (42) Modelo de abordaje de Promoción de la Salud en el Perú: Acciones a desarrollar en el eje temático de Alimentación y Nutrición Saludable. [En línea] MINSA, 2012. [consultado 2018 agosto 22]. Disponible en:
<http://www.minsa.gob.pe>.
- (43) MAMANI S. Efectividad de un Programa Educativo en los conocimientos y prácticas de padres de niños preescolares sobre el contenido de la lonchera;

I.E.I. N° 326 “María Montessori. [Tesis para optar título profesional]: Universidad Nacional Mayor de San Marcos: Facultad de Medicina Humana; escuela profesional de enfermería. Lima, 2011.

- (44) Escribano García J. Manual Práctico De Pediatría En Atención Primaria. Madrid: Publimed; 2001 pag 171-5.
- (45) Calcena S. Guías metodológicas para realizar talleres con madres y padres. Unicef (fondo de las naciones unidas para la infancia).Paraguay, 2010. [resumen abstrac].
- (46) Ñaupari C. “Conocimiento materno sobre alimentación y estado nutricional en niños de tres años. Institución Educativa Inicial N° 109 Niño Jesús, 2017”. (Para obtener el título de Licenciatura en Enfermería). Universidad César Vallejo. Lima – Perú, 2017. [resumen abstrac].
- (47) Nivel socioeconómico AMAI. 2008. [En línea] [consultado 2018 enero 11]. Disponible en:
<http://www.inegi.org.mx/rne/docs/pdfs/mesa4/20/heribertolopez.pdf>.
- (48) Hernández Sampieri R, Fernando Collado C, Baptista Lucio M. 6^{ta} edición. Definición de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias: los dos enfoques. McGraw-Hill/ interamericana editores, S.A. Metodología de la investigación. México. 2014. p.15-16.
- (49) Valderrama Mendoza s. Edición. Pasos para elaborar proyectos y tesis de investigación: tipo de investigación. Editorial. Perú.p.50-51.
- (50) Carrasco Díaz. 1^{ra} edición. Diseño de investigación: tipo de investigación. Editorial San Marcos. Metodología de investigación científica. Perú. 2006. p. 63-64.

APÉNDICE(S)

APÉNDICE (A)

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA UGEL 06 SOBRE LONCHERAS PRE ESCOLARES Y SU EFECTO EN EL NIVEL COGNITIVO.

PROBLEMAS DE LA INVESTIGACIÓN	JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	MARCO TEÓRICO	OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	HIPÓTESIS
<p>PROBLEMA GENERAL</p> <p>¿Cuál es el efecto de los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, en el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación en loncheras preescolares antes y después los talleres educativos?</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre la pirámide nutricional en loncheras preescolares antes</p>	<p>El presente Proyecto de Investigación se justifica:</p> <p>Según el Ministerio de Salud, los requerimientos nutricionales del niño variarán según la jornada escolar que tenga y el incremento de las actividades no sólo físicas, sino también intelectuales. Muchos problemas de aprendizaje o de falta de atención pueden provenir de una alimentación desequilibrada.</p> <p>El refrigerio escolar recarga las energías del estudiante, contribuyendo a un buen rendimiento físico y mental durante el horario escolar y debe cubrir del 10 al 15% de los requerimientos calóricos que el alumno necesita diariamente. El desayuno es muy importante para el alumno ya que le permitirá estar atento en clase, no mostrar cansancio y tener un mejor rendimiento escolar. Sin embargo cabe resaltar que este no</p>	<p>ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN</p> <p>Chunga C (2017), realizó una investigación titulada “EFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE PREPARACIÓN DE LONCHERAS SALUDABLES EN LAS MADRES DE NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N° 1447 SAN JOSÉ- LA UNIÓN, MARZO- ABRIL 2017”, el objetivo de dicha investigación fue determinar la efectividad de la intervención educativa en los padres de los preescolares. El estudio fue de tipo cuantitativo, aplicativo, pre experimental, longitudinal y prospectivo, de diseño de un solo grupo con pre test y pos test. La población estuvo conformada por 50 madres de familia que cumplieron con los criterios de inclusión. Entre las conclusiones más importantes: <i>“Después de participar en la intervención educativa el 84% de madres evidenciaron un nivel de conocimiento alto sobre la preparación de loncheras saludables. Ninguna madre evidencio un nivel bajo, la intervención educativa sobre</i></p>	<p>OBJETIVO GENERAL</p> <p>Determinar el efecto de los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”, en el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <p>Determinar el nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación en loncheras preescolares antes y después de los talleres educativos.</p> <p>Determinar el nivel de conocimiento sobre la pirámide nutricional en loncheras preescolares antes y después de los talleres educativos.</p>	<p>Ho</p> <p>Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación” no influyen en nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.</p> <p>H1</p> <p>Los talleres educativos dirigidos a padres de familia de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación” sí influyen en el nivel de conocimiento sobre loncheras preescolares.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS</p> <p>H.1 Los talleres educativos dirigidos a padres de familia, sí influyen en el nivel de conocimiento sobre alimentos y su clasificación en loncheras preescolares.</p> <p>H.2 Los talleres educativos dirigidos a padres de familia sí influye en el nivel</p>

<p>y después los talleres educativos?</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre composición y preparación de la loncheras preescolares antes y después los talleres educativos?</p>	<p>es remplazado por el refrigerio. (Instituto Nacional de Salud).</p> <p>Los padres cumplen un rol muy importante, en la selección y preparación de las loncheras, es por ello que el presente estudio tiene el objetivo de fortalecer los conocimientos de los padres sobre la importancia del contenido de las loncheras y su influencia en la salud de niños preescolares.</p>	<p><i>preparación de loncheras saludables fue efectivo, pues se evidencio un incremento en el nivel de conocimientos de las madres, luego de la aplicación del programa educativo, demostrado a través de la prueba de Chi cuadrado, con un nivel de significación del 5%”.</i></p> <p>Realpe S. Francis. En el 2013, realizó una investigación titulada. “INFLUENCIA DE CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS DE LOS CUIDADORES EN EL HOGAR, EN EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR QUE ASISTEN AL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL ARQUITA DE NOË 2013”, cuyo objetivo fue determinar si había relación en los conocimientos, actitud y práctica alimentarias de los cuidadores con el estado nutricional de los niños a. La muestra fue 48 cuidadores con sus niños de 2 a 5 años. La investigación es de tipo observacional-descriptivo con enfoque cuantitativo. Se usó el instrumento de la encuesta para medir el nivel de conocimiento, actitud y prácticas alimentarias y para estado nutricional indicadores peso/edad y talla/edad. Como resultado, las cuidadoras tienen un buen nivel de conocimiento, actitud y práctica alimentaria la cual se ve reflejado en el estado nutricional porque el 81% presentó un estado nutricional normal,. Entre las conclusiones tenemos: Sí existe relación en el nivel de conocimiento, actitud y práctica alimentaria de los cuidadores con el estado nutricional de los niños.</p>	<p>Determinar el nivel de conocimiento sobre composición y preparación de la loncheras preescolares antes y después de los talleres educativos.</p>	<p>de conocimiento sobre la pirámide nutricional en loncheras preescolares.</p> <p>H.3 Los talleres educativos dirigidos a padres de familia sí influyen en el nivel de conocimiento sobre composición y preparación en loncheras preescolares.</p>
--	--	---	---	--

VARIABLES	OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES				POBLACIÓN Y MUESTRA	METODOLOGÍA/ TIPO DE INVESTIGACIÓN
	DIMENSIÓN	TÉCNICA	INSTRUMENTO	INDICADORES		
VARIABLE INDEPENDIENTE TALLERES EDUCATIVOS “ LONCHERAS PREESCOLARES”	-Preparación -Ejecución -Evaluación		<ul style="list-style-type: none"> • Encuesta • Pre test, Pos test. 	a) Taller 1: <ul style="list-style-type: none"> • Importancia y función de alimentos. • Alimentos protectores, constructores y reguladores. b) Taller 2: <ul style="list-style-type: none"> • Importancia de la pirámide. • Porciones de alimentos. • Frecuencia de consumo. c) Taller 3: <ul style="list-style-type: none"> • Importancia y característica de la lonchera en preescolares. • Contenido de la lonchera. • Preparación de la lonchera. • Modelos de loncheras. 	UNIVERSO La población de estudio son los padres de los niños de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación” que equivalente alrededor de 1300 padres.	Tipo de investigación Experimental Diseño de la investigación Pre experimental
					MUESTRA Tipo de muestreo: No probabilístico – por conveniencia.	

<p>VARIABLE DEPENDIENTE</p> <p>NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LONCHERAS PREESCOLARES</p>	<p>Alimentos y su clasificación.</p> <p>Pirámide nutricional.</p> <p>Composición y preparación de loncheras preescolares.</p>				<p>Unidad muestral</p> <p>221 Padres de familia de niños preescolares de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación” ubicado en la Localidad de la Cantuta, Lurigancho - Chosica.</p> <p>Tamaño de la muestra</p> <p>103 padres de niños preescolares de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”.</p>	<p>Simbolismo</p> <p>G1: Grupo experimental. O1: Pre test en el grupo experimental. X: Taller educativo. O2: Post test del grupo experimental.</p> <p>G1 O1 X O2</p> <p>Tratamiento Estadístico</p> <p>Procesador de datos SPSS Estadístico: Wilcoxon</p>
--	---	--	--	--	---	--

APÉNDICE (B)

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN HUMANA

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

PRESENTACIÓN:

Se solicita responder con total sinceridad, ya que esto se realiza con la finalidad de obtener información oportuna y veraz, para poder orientarlos y brindarles estrategias que les permitan a ustedes mejorar sus conocimientos y prácticas sobre la elaboración de la lonchera preescolar.

Se garantiza la confidencialidad de los datos que Ud. proporcionará.

Muy agradecidas.

I. DATOS GENERALES.

1. Edad de la madre o apoderado:

- a) 15 a 20 años.
- b) 21 a 26 años.
- c) 27 a 32 años.
- d) 33 a más.

2. Grado de instrucción de la madre o apoderado:

- a) Primaria.
- b) Secundaria.
- c) Técnico.
- d) Superior.

3. Estado civil de la madre o apoderado:

- a) Soltera.
- b) Conviviente.
- c) Casada.
- d) Separada.
- e) Viuda.

4. Número de hijos:

- a) un hijo.
- b) dos hijos.
- c) tres hijos.
- d) más de 3 hijos.

5. Ocupación de la madre o apoderado:

- a) Desempleada.
- b) Negociante.
- c) Ama de casa.
- d) Profesional.

6. Es usted el encargado (a) de la preparación de la lonchera de un niño(a):

- a) Sí.
- b) No.

APÉNDICE (C)

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN
ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE
ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN HUMANA**

II. TEST DE CONOCIMIENTO SOBRE LONCHERAS PREESCOLARES

Nombre del apoderado: _____

Nombre del niño(a): _____

Aula: _____ Edad: _____

TALLER N° 1: ALIMENTOS Y SU CLASIFICACIÓN

1. ¿Qué son los alimentos?
 - a) Son sustancias que solo nos dan energía.
 - b) Son sustancias que solo nos ayudan a crecer.
 - c) Son sustancias que contienen nutrientes como proteínas, carbohidratos, grasas y vitaminas.
 - d) Ninguna de las anteriores

2. ¿Qué es la alimentación?
 - a) Es la forma natural y adecuada de satisfacer las necesidades nutricionales.
 - b) Es el proceso de transformar los alimentos en nutrientes.
 - c) A y B.
 - d) Ninguna de las anteriores.

3. ¿Por qué son importantes los alimentos?
 - a) Para tener una buena imagen, y elevar nuestro autoestima.
 - b) Para no morir de hambre.
 - c) Cubre nuestras necesidades nutricionales, permitiendo que el organismo funcione adecuadamente.

d) Ninguna de las anteriores.

4. ¿Según la rueda de alimentos, estos cómo se clasifican?

- a) Alimentos de origen animal y vegetal.
- b) Energéticos, constructores y reguladores.
- c) Carbohidratos, Proteínas y vitaminas.
- d) Ninguna de las anteriores.

5. ¿Cuál es la función más importante que cumplen los carbohidratos en nuestro organismo?

- a) Nos dan energía.
- b) Nos ayudan a crecer,
- c) Fortalecen nuestras defensas.
- d) Ninguna de las anteriores.

6. ¿Qué alimentos contienen mayor cantidad de carbohidratos?

- a) Papa y Pan.
- b) Lechuga y tomate.
- c) Carne y huevo.
- d) Ninguna de las anteriores.

7. ¿Cuál es la función más importante que cumplen las proteínas en nuestro organismo?

- a) Nos brindan energía,
- b) Permiten el desarrollo y crecimiento.
- c) Fortalecen nuestras defensas.
- d) Ninguna de las anteriores.

8. ¿Qué alimentos contienen mayor cantidad de proteínas?

- a) Pescado y trigo.
- b) Leche y carnes.
- c) Papa y fideos.
- d) Ninguna de las anteriores

TALLER N° 2: PIRÁMIDE NUTRICIONAL

1. ¿Qué es la pirámide nutricional?
 - a) Es una figura geométrica de alimentos.
 - b) Es una guía gráfica que distingue alimentos de origen animal y origen vegetal.
 - c) Es una guía gráfica que nos ayuda a conocer los grupos de alimentos de forma sencilla.
 - d) Ninguna de las anteriores.

2. ¿Por qué es importante conocer la pirámide nutricional?
 - a) Nos permite conocer los grupos de alimentos y en qué cantidades debemos consumirlos.
 - b) Nos permite conocer que alimentos debemos consumir y que no.
 - c) Nos permite conocer los alimentos en su forma natural e industrializada.
 - d) Ninguna de las anteriores.

3. ¿Cuántos niveles tiene la pirámide nutricional?
 - a) 4 niveles.
 - b) 5 niveles.
 - c) 6 niveles.
 - d) Ninguna de las anteriores.

4. ¿Qué grupo de alimentos de debe consumir en mayor cantidad?
 - a) Frutas y verduras.
 - b) Cereales.
 - c) Lácteos y derivados.
 - d) Ninguna de las anteriores.

5. ¿Cuántas porciones de cereales debe consumir al día un niño en etapa preescolar?
 - a) 2-3 porciones al día.
 - b) 3-4 porciones al día.
 - c) 4-6 porciones al día.

- d) Ninguna de las anteriores.
6. ¿Cuántas porciones de lácteos debe consumir al día un niño en etapa preescolar?
- a) 1-2 porciones al día.
 - b) 2-3 porciones al día.
 - c) 3-4 porciones al día.
 - d) Ninguna de las anteriores.
7. ¿Cuántas porciones de frutas y verduras debe consumir al día un niño en etapa preescolar?
- a) 2 porciones al día.
 - b) 3 porciones al día.
 - c) 5 porciones al día.
 - d) Ninguna de las anteriores.
8. ¿Cuántas veces a la semana debe consumir menestras un niño en etapa preescolar?
- a) 1-2 veces a la semana.
 - b) 2-3 veces a la semana.
 - c) 3-4 veces a la semana.
 - d) Ninguna de las anteriores.
9. ¿En qué consiste una buena manipulación de alimentos?
- a) Tener buenas prácticas de higiene para evitar contaminar los alimentos.
 - b) Preparar alimentos nutritivos.
 - c) Comprar alimentos de calidad.
 - d) Ninguna de las anteriores.
10. ¿Qué son las ETAs (Enfermedades transmitidas por alimentos)?
- a) Enfermedades que se dan por recalentar la comida.
 - b) Enfermedades que se dan por consumir alimentos procesados.

- c) Enfermedades que aparecen cuando no se tiene buena higiene al momento de manipular los alimentos.
- d) Ninguna de las anteriores.

TALLER N° 3: LONCHERA PRE-ESCOLAR

1. ¿Qué es la lonchera preescolar?
 - a) Son entre comidas que se proporcionan al niño cuando tiene hambre.
 - b) Es una cajita portadora de alimentos para llevar a la escuela.
 - c) Son preparaciones que se consumen entre comidas por los escolares y aportan entre el 10 y 15 % de energía.
 - d) Ninguna de las anteriores.

2. ¿Por qué es importante la lonchera preescolar?
 - a) Porque proporciona energía que el niño necesita en la hora del recreo.
 - b) Para que el niño obtenga una buena nota en su conducta.
 - c) Porque puede reemplazar el desayuno.
 - d) Ninguna de las anteriores.

3. ¿Qué es lo que debe contener una lonchera preescolar?
 - a) Alimento energético, constructor, regulador y agua.
 - b) Alimento energético, constructor, regulador.
 - c) Alimento energético, constructor y agua.
 - d) Ninguna de las anteriores.

4. ¿Qué alimentos no debe contener una lonchera preescolar?
 - a) Cereales integrales, frutas.
 - b) Dulces, embutidos, néctar de frutas, refresco en sobre.
 - c) Cereales y jugo de frutas.
 - d) Ninguna de las anteriores.

5. ¿Qué características se debe considerar al momento de preparar una lonchera preescolar?

- a) Nutritivo, variado e inocuo
 - b) Nutritivo, atractivo y abundante,
 - c) Nutritivo, deliciosa y abundante.
 - d) Ninguna de las anteriores.
6. ¿Cuál de estas bebidas se debe enviar en la lonchera preescolar?
- a) Refresco en sobre.
 - b) Gaseosas.
 - c) Refresco de gelatina,
 - d) Ninguna de las anteriores.
7. ¿Qué opción de sándwich es la adecuada para enviar en la lonchera de niño preescolar?
- a) Pan con pollo y cremas.
 - b) Pan con plátano frito.
 - c) Pan con salchicha huachana.
 - d) Ninguna de las anteriores.
8. Marque el modelo correcto de una lonchera preescolar saludable.
- a) Pan con hotdog + plátano picado + limonada.
 - b) Pan con aceituna + manzana + gelatina líquida.
 - c) Pan con pollo + durazno + chicha morada.
 - d) Ninguna de las anteriores.
9. Marque el modelo incorrecto de lonchera preescolar saludable.
- a) Pan con pollo y verdura + manzana + refresco de cebada.
 - b) Galleta soda + huevo sancochado + plátano + limonada.
 - c) Arroz con papa y huevo arrebozado + naranja + refresco de gelatina
 - d) Ninguna de las anteriores.

APÉNDICE (D)

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE
FACULTAD DE AGROPECUARIA Y NUTRICIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN HUMANA

Encuesta para medir efecto del taller educativo

- 1) ¿Cree Ud. que estuvo bien dividir el taller en tres temas, cree que fueron necesarios e importantes?
 - a) Sí
 - b) No

- 2) ¿Las diapositivas proyectadas fueron claras y entendibles?
 - a) Sí
 - b) No

- 3) ¿Las maquetas, rotafolios y fichas utilizadas fueron claras y entendibles?
 - a) Sí
 - b) No

- 4) ¿Los materiales educativos estaban relacionados con los temas expuestos?
 - a) Sí
 - b) No

- 5) ¿El horario y ambiente fueron los adecuados para el desarrollo del taller?
 - a) Sí
 - b) No

- 6) ¿El taller se desarrolló dentro del tiempo indicado?
 - a) Sí

b) No

7) ¿La exposición fue clara y se entendió?

a) Sí

b) No

8) ¿El lenguaje usado por el expositor fue sencillo?

a) Sí

b) No

9) ¿En la exposición se abordó los temas previstos?

a) Sí

b) No

10) ¿Las dudas de Ud. fueron esclarecidas por el expositor?

a) Sí

b) No

11) ¿Las preguntas del test proyectaban los temas expuestos en el taller?

a) Sí

b) No

12) ¿La cantidad de preguntas del test fueron adecuadas?

a) Sí

b) No

13) ¿Las preguntas del test fueron entendibles; con un lenguaje claro?

a) Sí

b) No

14) ¿El tiempo proporcionado para el desarrollo del test fue adecuado?

a) Sí

b) No

15) ¿El taller mejoró sus conocimientos sobre loncheras preescolares?

a) Sí

b) No

APÉNDICE (E)

TALLER 01:

TEMA: ALIMENTOS Y SU CLASIFICACIÓN:

OBJETIVO GENERAL:

Que al término del taller N°1 los padres puedan tener claro el concepto de alimentación y su clasificación y puedan responder con sus propias palabras los conceptos básicos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conocer los alimentos y la importancia que tienen estos en el desarrollo de las personas.
- Identificar los alimentos y clasificarlos en cada grupo relacionándolo a la función que cumple cada uno de ellos.

TIEMPO: 45 minutos

TALLER 01:

ALIMENTOS Y SU CLASIFICACIÓN:

Presentación de las investigadoras:

Buenos días mi nombre es Deisy Castañeda Advincula egresada de la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”, de la especialidad de Nutrición Humana. El día de hoy realizaremos el desarrollo del primer taller de los 3 talleres de la investigación ” TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA UGEL 06 SOBRE LONCHERAS PREESCOLARES Y SU EFECTO EN EL NIVEL COGNITIVO”, que se viene realizando en coordinación con la sub directora del nivel inicial la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”. Para lo cual pido su participación en el desarrollo de los talleres.

ACTIVIDADES	CONTENIDO DE ACTIVIDADES	TÉCNICA	MATERIALES DE AYUDA/ INSTRUMENTO	ESTRATEGIA	PREGUNTAS	DURACIÓN
APLICACIÓN DE LA PRUEBA (pre test):	Antes de iniciar nuestro primer taller, vamos a proceder a desarrollar un pre test.	Evaluación escrita	Pre test			5 Minutos

<p>MOTIVACIÓN</p> <p>Dinámica para romper el hielo</p>	<p>Cada participante escribirá su nombre en una pequeña hoja y se lo colocara en el pecho.</p> <p>Se formaran grupos de 2 personas, las cuales deberán preguntarse una a otra, su nombre, y su comida favorita.</p> <p>Luego se presentaran mutuamente.</p>	<p>Diálogo</p> <p>Exposición participativa</p>	<p>Pines</p>		<p>¿Cuál es tu nombre?</p> <p>¿Cuál es tu comida favorita?</p>	<p>5 minutos</p>
<p>Identificar conocimientos previos.</p>	<p>Realizar una serie de preguntas relacionadas a “Los alimentos y su clasificación”</p>	<p>Exposición participativa</p>		<p>Lluvia de ideas</p>	<p>¿Qué son los alimentos?</p> <p>¿Para qué sirven?</p> <p>¿Son importantes?</p> <p>¿Por qué?</p> <p>¿Cómo se clasifican los alimentos?</p>	<p>10 minutos</p>
<p>PROCESO:</p>	<p>Los alimentos:</p>	<p>Exposición participativa</p>	<p>Diapositivas</p> <p>Láminas</p>			<p>5 minutos</p>

Se desarrollara el contenido del primer taller.	Importancia de los alimentos	Exposición Participativa	Diapositivas Láminas			5 minutos
	Clasificación de los alimentos: <ul style="list-style-type: none"> • Constructores. • Energéticos. • Reguladores 	Exposición Participativa	Diapositivas Rueda de alimentos	Proyectar un video relacionado a alimentación saludable		10 minutos
APLICACIÓN DE LA PRUEBA (pos test):	Ahora procederemos a desarrollar el pos test para evaluar lo aprendido en este primer taller.	Evaluación escrita	Pos test			5 minutos
DESPEDIDA:	Se agradece de ante mano su participación y habiendo terminado satisfactoriamente el desarrollo del primer taller, los esperamos de igual manera para nuestro segundo taller que se realizará el día.../.../18.					No tiene

TALLER 02:

TEMA: PIRÁMIDE NUTRICIONAL:

OBJETIVO GENERAL:

Que al término del taller N°2 los padres puedan identificar y clasificar los alimentos en la pirámide nutricional con sus propias palabras.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conocer los grupos de la pirámide nutricional.
- Conocer los alimentos de cada grupo de la pirámide nutricional.
- Conocer las raciones que se debe consumir.

TIEMPO: 60 minutos

TALLER 02:

PIRÁMIDE NUTRICIONAL:

Presentación de las investigadoras:

Buenos días mi nombre es Rosemary Márquez Flores egresada de la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”, de la especialidad de Nutrición Humana. El día de hoy realizaremos el desarrollo del segundo taller de los 3 talleres de la investigación “TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA UGEL 06 SOBRE LONCHERAS PREESCOLARES Y SU EFECTO EN EL NIVEL COGNITIVO”, que se viene realizando en coordinación con la sub directora del nivel inicial de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”. Para lo cual pido su participación en el desarrollo de los talleres.

ACTIVIDADES	CONTENIDO DE ACTIVIDADES	TÉCNICA	MATERIALES DE AYUDA/ INSTRUMENTO	ESTRATEGIA	PREGUNTAS	DURACIÓN
APLICACIÓN DE LA PRUEBA (pre test):	Antes de iniciar nuestro segundo taller, vamos a	Evaluación escrita	Pre test			5 Minutos

	proceder a desarrollar un pre test.					
MOTIVACIÓN Dinámica	Cada participante se dará una cartulina de un alimento y nos dirá para que cree que es bueno.	Exposición participativa	Cartas de alimentos.		¿Qué alimento le toco? ¿Qué beneficio nos brinda dicho alimento?	5 minutos
Identificar conocimientos previos.	Realizar una serie de preguntas relacionadas a “la pirámide nutricional”	Exposición participativa		Lluvia de ideas	¿Qué es la pirámide nutricional? ¿En cuántos grupos se clasifica?	10 minutos
PROCESO: Se desarrollara el contenido del segundo taller.	La pirámide nutricional:	Exposición participativa		Diapositivas Maqueta		5 minutos
	Niveles de la pirámide nutricional:	Exposición participativa		Diapositivas Láminas		10 minutos
	Raciones de cada nivel de la pirámide nutricional.	Exposición participativa		Láminas		10 minutos

	Higiene y manipulación de alimentos.	Exposición		Diapositivas Papelotes Díptico		5 minutos
	Lavado de manos	Práctico				10 minutos
APLICACIÓN DE LA PRUEBA (pos test):	Ahora procederemos a desarrollar el pos test para evaluar lo aprendido en este segundo taller.	Evaluación escrita	Pos test			5 minutos
DESPEDIDA:	Se agradece de ante mano su participación y habiendo terminado satisfactoriamente el desarrollo del segundo taller, los esperamos de igual manera para nuestro tercer taller que se realizará el día..../..../18.					No tiene

TALLER 03:

TEMA: COMPOSICIÓN Y PREPARACIÓN DE LONCHERAS PREESCOLARES:

OBJETIVO GENERAL:

Que al término del taller N°3 los padres puedan tener claro cómo preparar una lonchera preescolar saludable y puedan responder con sus propias palabras los conceptos básicos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conocer la lonchera preescolar y su función en el desarrollo de los preescolares.
- Conocer los alimentos que debe de contener una lonchera preescolar saludable.
- Conocer los modelos y preparación de loncheras saludables

TIEMPO: 60 minutos.

TALLER 03:

COMPOSICIÓN Y PREPARACIÓN DE LONCHERAS PREESCOLARES:

Presentación de las investigadoras:

Buenos días mi nombre es Milagros Pariona Cuicapusa egresada de la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”, de la especialidad de Nutrición Humana. El día de hoy realizaremos el desarrollo del último taller de la investigación” TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA UGEL 06 SOBRE LONCHERAS PREESCOLARES Y SU EFECTO EN EL NIVEL COGNITIVO”, que se viene realizando en coordinación con la sub directora del nivel inicial de la Institución Educativa “Colegio Experimental de Aplicación”. Para lo cual pido su participación en el desarrollo de los talleres.

ACTIVIDADES	CONTENIDO DE ACTIVIDADES	TÉCNICA	MATERIALES DE AYUDA/ INSTRUMENTO	ESTRATEGIA	PREGUNTAS	DURACIÓN
APLICACIÓN DE LA PRUEBA (pre test):	Antes de iniciar nuestro tercer taller, vamos a proceder a desarrollar un pre test.	Evaluación escrita	Pre test			5 Minutos

MOTIVACIÓN Dinámica	Se formaran grupos de 5 y cada grupo se le dará una serie de alimentos con la finalidad de agruparlos y formar una lonchera.	Exposición participativa	Réplicas de alimentos		Exponer los alimentos que contienen sus loncheras.	5 minutos
Identificar conocimientos previos.	Realizar una serie de preguntas relacionadas a “La lonchera preescolar”	Exposición participativa		Lluvia de ideas	¿Qué es una lonchera preescolar? ¿Para qué es importante la lonchera preescolar? ¿Qué alimentos debe de tener la lonchera preescolar?	10 minutos
PROCESO: Se desarrollara el contenido del primer taller.	La lonchera y Funciones de la lonchera preescolar saludable en el desarrollo de los niños:	Exposición participativa		Diapositivas Disco loncheras		8 minutos
	Características de la lonchera preescolar saludable: <ul style="list-style-type: none"> • Para niños de 3 años. • Para niños de 4 años. • Para niños de 5 años. Composición de la loncheras	Exposición participativa		Diapositivas Láminas Dípticos		15 minutos
	Modelos y preparación de loncheras preescolares	Demostrativa		Alimentos		15 minutos

APLICACIÓN DE LA PRUEBA (pos test):	Ahora procederemos a desarrollar el pos test para evaluar lo aprendido en este tercer taller.	Evaluación escrita	Pos test			3 minutos
DESPEDIDA:	Se agradece de ante mano su participación y habiendo terminado satisfactoriamente el desarrollo del tercer y último taller.					No tiene

APÉNDICE (F)

VALIDACIÓN DE EXPERTOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN
"ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE"
ESCUELA DE NUTRICIÓN HUMANA

VALIDACIÓN JUICIO DE EXPERTOS
"TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA UGEL 06 SOBRE
LONCHERAS PREESCOLARES Y SU EFECTO EN EL NIVEL COGNITIVO"
PRE TEST Y POS TEST

1. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: HUYHA ACAPANA, ALEX
1.2 Cargo e institución donde labora: NUTRICIONISTA CLÍNICO / HOSPITAL S.J.L

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN E INFORME

ESCALA DE RESPUESTA

INEFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE
0-34%	35-69 %	70-100%

INDICADORES	CRITERIOS	INEFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE
CLARIDAD	Este test contiene un lenguaje apropiado y claridad en la redacción.		X	
OBJETIVIDAD	Esta expresado de manera coherente y lógica.		X	
SUFICIENCIA	Tiene coherencia entre los indicadores y dimensiones.			X
CONSISTENCIA	Considera las preguntas usadas en el test que están relacionadas al campo que se está investigando.			X
COHERENCIA	Considera la estructura del test, adecuado al tipo de población que está dirigido.			X
METODOLOGÍA	Considera que las preguntas miden lo que se pretende medir.			X

3. PROMEDIO DE VALORACIÓN

80%

MINISTERIO DE SALUD
INSTITUTO DE GESTIÓN DE SERVICIOS DE SALUD
HOSPITAL SAN JUAN DE LUIS ANCHERO

DR. HUYHA ACAPANA ALEX
NUTRICIONISTA
CNP: 2561

Firma del experto
DNI: 10524860



UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN
"ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE"
ESCUELA DE NUTRICIÓN HUMANA

VALIDACIÓN JUICIO DE EXPERTOS
"TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA UGEL 06 SOBRE
LONCHERAS PREESCOLARES Y SU EFECTO EN EL NIVEL COGNITIVO"
PRE TEST Y POS TEST

1. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: RAMOS JACINTO GINA EUGENIA
1.2 Cargo e institución donde labora: CENTRO DE SALUD NOCHETO

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN E INFORME

ESCALA DE RESPUESTA

INEFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE
0-34%	35-69 %	70-100%

INDICADORES	CRITERIOS	INEFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE
CLARIDAD	Este test contiene un lenguaje apropiado y claridad en la redacción.		X	
OBJETIVIDAD	Esta expresado de manera coherente y lógica.		X	
SUFICIENCIA	Tiene coherencia entre los indicadores y dimensiones.		X	
CONSISTENCIA	Considera las preguntas usadas en el test que están relacionadas al campo que se está investigando.		X	
COHERENCIA	Considera la estructura del test, adecuado al tipo de población que está dirigido.		X	
METODOLOGÍA	Considera que las preguntas miden lo que se pretende medir.		X	

3. PROMEDIO DE VALORACIÓN

69%

MINISTERIO DE SALUD
RED DE SALUD LIMA ESTE METROPOLITANA
C.S. NOCHETO

GINA E. RAMOS JACINTO
NUTRICIONISTA

Firma del experto
DNI: 10069944



UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

"ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE"

ESCUELA DE NUTRICIÓN HUMANA

VALIDACIÓN JUICIO DE EXPERTOS

"TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA UGEL 06 SOBRE
LONCHERAS PREESCOLARES Y SU EFECTO EN EL NIVEL COGNITIVO"

PRE TEST Y POS TEST

1. DATOS GENERALES

1.1 Apellidos y nombres del experto:

Alfaro Flores, Cecilia Yand

1.2 Cargo e institución donde labora:

Hospital Virante

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN E INFORME

ESCALA DE RESPUESTA

INEFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE
0-34%	35-69 %	70-100%

INDICADORES	CRITERIOS	INEFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE
CLARIDAD	Este test contiene un lenguaje apropiado y claridad en la redacción.		X	
OBJETIVIDAD	Esta expresado de manera coherente y lógica.		X	
SUFICIENCIA	Tiene coherencia entre los indicadores y dimensiones.		X	
CONSISTENCIA	Considera las preguntas usadas en el test que están relacionadas al campo que se está investigando.		X	
COHERENCIA	Considera la estructura del test, adecuado al tipo de población que está dirigido.			X
METODOLOGÍA	Considera que las preguntas miden lo que se pretende medir.			X

3. PROMEDIO DE VALORACIÓN

70

MINISTERIO DE SALUD
HOSPITAL VIRANTE

Mg. Sc. Cecilia Alfaro Flores
Jefe del Área de Nutrición
CNP: 3503 PNE: 276

Firma del experto

DNI: 426477

CNP3503



UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN
"ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE"
ESCUELA DE NUTRICIÓN HUMANA

VALIDACIÓN JUICIO DE EXPERTOS
"TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA UGEL 06 SOBRE
LONCHERAS PREESCOLARES Y SU EFECTO EN EL NIVEL COGNITIVO"
PRE TEST Y POS TEST

1. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: Anita Huerta Kinam P.
1.2 Cargo e institución donde labora: UE Nutricionista

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN E INFORME

ESCALA DE RESPUESTA

INEFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE
0-34%	35-69 %	70-100%

INDICADORES	CRITERIOS	INEFICIENTE	EFICIENTE	MUY EFICIENTE
CLARIDAD	Este test contiene un lenguaje apropiado y claridad en la redacción.		X	
OBJETIVIDAD	Esta expresado de manera coherente y lógica.		X	
SUFICIENCIA	Tiene coherencia entre los indicadores y dimensiones.		X	
CONSISTENCIA	Considera las preguntas usadas en el test que están relacionadas al campo que se está investigando.		X	
COHERENCIA	Considera la estructura del test, adecuado al tipo de población que está dirigido.		X	
METODOLOGÍA	Considera que las preguntas miden lo que se pretende medir.		X	

3. PROMEDIO DE VALORACIÓN

60%

PERU Ministerio de Salud
SERVICIO NACIONAL DE PROMOCIÓN DE LA SALUD
NUTRICIONISTA AVILA P. ANITA
Firma del experto
DNI: 4066493

APÉNDICE (G)

CONSENTIMIENTO INFORMADO

HOJA INFORMATIVA

Las bachilleres en Nutrición Humana:

- CASTAÑEDA ADVINCULA FEMIAS DEISY
- MARQUEZ FLORES ROSEMARY
- PARIONA CUICAPUSA MILAGROS

De la Universidad Nacional de Educación “ENRIQUE GUZMÁN Y VALLE” Realizaran la investigación titulada: “TALLERES EDUCATIVOS DIRIGIDOS A PADRES DE FAMILIA DE LA UGEL 06 SOBRE LONCHERAS PREESCOLARES Y SU EFECTO EN EL NIVEL COGNITIVO”.

La presente investigación es de tipo pre experimental y cuyo objetivo es determinar el efecto de los talleres educativos sobre elaboración de loncheras pre-escolares en el nivel cognitivo de los padres de familia de la Institución Educativa Colegio Experimental de Aplicación, Chosica - 2018.

Por ello, se aplicarán cuestionarios a las madres que desean colaboraron este trabajo de investigación, en el cual se mantendrá la confidencialidad y resguardando su identidad.

De ser necesario se le volverá a aplicar el cuestionario en una segunda oportunidad.

En todo momento usted podrá acceder a sus datos, corregirlos o cancelarlos.

Los resultados de esta investigación serán remitidos a la institución educativa, pero no se mencionara ningún dato que pueda llevar a la identificación de los participantes.

Su participación es voluntaria, se solicita su compromiso de inicio a final de la investigación. Se debe considerar que tanto Usted como las investigadoras no serán retribuidos por la ejecución del estudio, pues solo tiene la finalidad de contribuir al conocimiento, que va a permitir orientar sobre la alimentación de sus niños.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

FECHA:

YO.....
.....
.....

- ✓ He leído la hoja de información de las participantes del estudio que se me ha hecho entrega, pude hablar con las investigadoras (bachilleres en nutrición humana de la Universidad Nacional De Enrique Guzmán y Valle; Castañeda Advincula Femias Deisy, Márquez Flores Rosemary Elisa y Pariona Cuicapusa Milagros) y hacer las preguntas necesarias sobre el estudio para comprender sobre sus alcances.

- ✓ Estoy de acuerdo en desarrollar el cuestionario mencionando mi identidad.
- ✓ Entiendo que participar en esta investigación es voluntaria y el compromiso que este implica.
- ✓ Estoy de acuerdo en permitir que la información obtenida sea publicada y que pueda conocer los resultados.
- ✓ Presto libremente mi conformidad para participar en el presente estudio.

.....
Apellidos y nombres del padre de familia

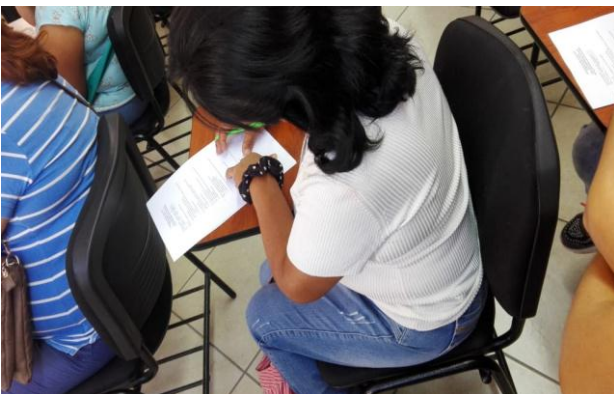
CRONOGRAMA

N°	ACTIVIDADES	2018-2019										
		MESES										
		Mar.	Abr.	May.	Jun.	Jul.	Ag.	Set.	Oct.	Nov.	Dic.	Ene.
01	Presentación del Proyecto	X										
02	Recojo de datos.		X	X								
03	Visita observacional.			X	X							
04	Elaboración del instrumento.	X	X									
05	Validación del instrumento.				X	X						
06	Aplicación de los talleres educativos.						X	X				
07	Monitoreo de la información y análisis exploratorio. Tratamiento estadístico.								X	X		
08	Elaboración del Informe Final.										X	X

Imágenes de la prueba de piloto



Imágenes del primer taller



Imágenes del segundo taller



Imágenes del tercer taller

