



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Inicial y Arte

Loncheras saludables y su relación con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la institución educativa integrada N° 15 - 20347 – Santa María – Huaura

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Nivel Inicial Especialidad:
Educación Inicial y Arte

Autores

Romero Villarreal, María Ximena
Peña Caurino, Flor Selene

Asesora

M(o). Ugarte Medina, María Aranzazu

Huacho – Perú

2023

LONCHERAS SALUDABLES Y SU RELACION CON EL RENDIMIENTO ESCOLAR EN NIÑOS

INFORME DE ORIGINALIDAD

19%

INDICE DE SIMILITUD

17%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

8%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	2%
2	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	Submitted to Universidad Abierta para Adultos Trabajo del estudiante	1%
4	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
7	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	prezi.com Fuente de Internet	1%

UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

FACULTAD DE EDUCACIÓN



TESIS

**LONCHERAS SALUDABLES Y SU RELACION CON EL
RENDIMIENTO ESCOLAR EN NIÑOS DEL NIVEL INICIAL DE
LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INTEGRADA N° 15 - 20347 –
SANTA MARIA - HUAURA**

DEDICATORIA

Con inmenso cariño y amor a los seres que nos dieron la vida, supieron guiarnos por sendero de la felicidad, la bondad y amor al prójimo. Gracias a ustedes hoy alcanzamos este galardón profesional.

Las autoras.

AGRADECIMIENTO

Al sumo redentor todo poderoso, Dios padre, creador de todas las cosas y la humanidad, gracias padre celestial por guiar mis pasos por el camino de la sabiduría.

A nuestros queridos familiares por su apoyo incondicional, soporte para alcanzar nuestros sueños, estamos segura que sin su apoyo no habiéramos podido lograr nuestras metas.

Las autoras.

Índice

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO	iv
ÍNDICE	¡Error! Marcador no definido.
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	x
INTRODUCCION	xii
CAPÍTULO I.....	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1 Descripción de la realidad Problemática	1
1.2 Formulación del Problema	5
1.2.1 Problema General.....	5
1.2.2 Problemas Específicos	5
1.3 Objetivos de la Investigación	5
1.3.1 Objetivo General.....	5
1.3.1 Objetivos específicos	5
1.4 Justificación de la investigación.....	6
CAPÍTULO II	10
MARCO TEÓRICO	10
2.1 Antecedentes de la investigación.....	10
2.1.1 Internacionales.....	10
2.1.2 Nacionales.....	11
2.2. Bases teóricas.....	13

2.2.1. Definición de loncheras	13
2.2.2 Rendimiento escolar.....	20
2.3 Definición de términos básicos	25
2.4 Formulación de la hipótesis.....	28
2.4.1 Hipótesis General	28
2.4.2 Hipótesis específicas.....	28
2.5 Operacionalización de las variables	29
CAPÍTULO III.....	30
METODOLOGÍA	30
3.1 Diseño metodológico	30
3.1.1. Tipo de Investigación	31
3.2 Población y Muestra	31
3.3 Técnicas para el Procesamiento de la Información	33
RESULTADOS	34
4.1 Análisis de los resultados.....	34
4.2 Contrastación de las hipótesis.....	39
CAPITULO V.....	43
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	43
5.1 Conclusiones	43

5.2 Recomendaciones	44
FUENTES BIBLIOGRÁFICA	45
VARIABLE A MEDIR: LONCHERAS SALUDABLES	48
VALORACIÓN:	¡Error! Marcador no definido.
VARIABLE A MEDIR: RENDIMIENTO ESCOLAR	¡Error! Marcador no definido.

RESUMEN

Las loncheras que los padres envían a sus niños es parte fundamental en la nutrición de los infantes, ya que un estudiante de este nivel educativo, bien nutrido aumenta su capacidad de concentración y rendimiento académico, y esto permite un mejor desempeño escolar y mayor aprendizaje. Objetivos: Esta investigación que proponemos establecer la relación existente entre las loncheras saludables con el rendimiento escolar en los niños del nivel inicial que se ha efectuado en la entidad referida en el estudio.

Los estudios realizados en esta investigación se hayan enmarcados en un diseño de estudio de corte transversal y no experimental, de nivel correlacional. descriptivo, método deductivo- hipotético; han sido 72 infantes del nivel inicial de 3, 4 y 5 años los integrantes de la población respectivamente, en cuanto a la muestra, se desprende de la aplicación de las ecuaciones estadísticas tomando como referencia la población compendidos en educación inicial. Se aplicaron los instrumentos señalados en el presente trabajo los cuales han sido aplicados a los integrantes seleccionados con el propósito de que puedan responderlas respectivas interrogantes.

Todo el procesamiento realizado ha sido en base a la aplicación de los factores correlacionales como lo son el SPSS como también de igual forma la χ^2 , en ese sentido evidencia valores de $X^2 = 124,382$, con 4 gl, con una significancia de $0,000 < 0,05$; este trabajo especifica en sus conclusiones la existencia de vínculos entre las loncheras saludables con el rendimiento escolar en los niños del nivel inicial de 3, 4 y 5 años respectivamente.

En ese sentido en consideracion a los hallazgos correspondientes se ha estimado que fueron aceptadas las hipotesis propuestas, demostrando en ese sentido los vinculos significativos correspondientes al proposito de este estudio.

Palabras Claves: Loncheras saludables, rendimiento escolar, aprendizaje.

ABSTRACT

The lunch boxes that parents send their children are a fundamental part of infant nutrition, since a well-nourished student at this educational level increases their ability to concentrate and academic performance, and this allows for better school performance and greater learning. Objectives: This research that we propose to establish the relationship between healthy lunch boxes with school performance in children of the initial level that has been carried out in the entity referred to in the study.

The studies carried out in this research have been framed in a cross-sectional and non-experimental study design, at a correlational level. descriptive, deductive-hypothetical method; 72 infants of the initial level of 3, 4 and 5 years have been the members of the population respectively, in terms of the sample, it is clear from the application of the statistical equations taking as reference the population comprised in initial education. The instruments indicated in the present work were applied, which have been applied to the selected members with the purpose that they can answer the respective questions.

All the processing carried out has been based on the application of correlational factors such as SPSS as well as chi², in this sense it shows values of $X^2 = 124.382$, with 4 gl, with a significance of $0.000 < 0, 05$; This work specifies in its conclusions the existence of links between the lunch boxes with school performance in children of the initial level of 3, 4 and 5 years respectively.

In this sense, considering the corresponding findings, it has been estimated that the proposed hypotheses were accepted, demonstrating in this sense the significant links corresponding to the purpose of this study.

Keywords: Healthy lunch boxes, school performance, learning.

INTRODUCCION

Esta investigación titulada “Loncheras saludables y su relación con rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15-20347 - Santa María-Huaura, es de suma trascendencia porque en ella se da cuenta respecto al desarrollo y crecimiento de los infantes, en cuanto a los alimentos con los cuales debe alimentarse, en concordancia a su edad y que esta tenga relación con su rendimiento escolar, en ese sentido son los padres de familia los cuales deben saber a preparar loncheras saludables para sus hijos,

Este estudio se encuentra enfocado en sensibilizar a todos los integrantes de la entidad de educación como también a los padres de familia para que valoren la importancia de los alimentos que deben consumir nuestros niños durante los refrigerios del día, así como de las loncheras que preparan para el colegio.

Para un mejor entendimiento de este estudio ha sido detallado pormenorizadamente en capítulos. En ese sentido se ha explicado desde el capítulo 1 hasta el 6, respecto al problema de la investigación, los detalles de las citas remarcado en los antecedentes nacionales e internacionales que fueron investigados los cuales están referidos a loncheras saludables y rendimiento escolar, para luego contrastar la información que se recoja.

El estudio ha dado cumplimiento a las normativas respectivas así como la adecuación a las normas appa vigentes y siguiéndola estructura dispuesta por la entidad.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad Problemática

En estos últimos años la alimentación que consumimos los seres humanos cuenta con una trascendencia muy remarcada sobre todo dicho consumo pueden estar condicionando al cuidado de nuestra salud y la forma de vida. Una inapropiada alimentación, puede estar originando diversas enfermedades en nuestro cuerpo, como enfermedades cardiovasculares, obesidad, anemia, desnutrición entre otros.

Es común observar que los malos hábitos alimenticios que viene adoptando nuestra población en nuestro país van en aumento, debido a múltiples factores, sea al poco tiempo que tienen los padres en atender a la familia o la pujante situación financiera tan escasa hoy en día en los hogares del Perú, ante esta situación, muchos padres optan por el facilismo en el momento de brindar la alimentación a sus hijos.

En cuanto a la alimentación de los niños, Édgar Rojas González (2017), mediante su apreciación estadística ha evidenciado que de 100 infantes el 18% a presentado algún grado de desnutrición, dificultad que viene dañándolos grandemente desde su nacimiento, toda vez que en la mayoría de los casos algunas madres no los alimentan con su leche materna desde las primeras horas de nacidos.

La responsabilidad recae en los padres acostumbrar a sus hijos los adecuados alimentos que deben ingerir, desde edades muy tempranas, el poco tiempo dedicado a ello y otros factores hacen que escojan lo que esté más a su alcance en cuanto a

sus factores económicos, en consecuencia, enviaran esos alimentos en las loncheras, sin darse cuenta el problema que están causando en la salud mental que afecta su rendimiento académico por deficiencia en su alimentación ya que eso no los nutre adecuadamente desde los inicios de su vida.

A nivel internacional, según la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), se ha observado que los factores socioculturales, psicológicos y del sistema educativo, así como el rendimiento escolar, están asociados con la historia nutricional durante muchos años. La buena nutrición es nuestra primera línea de defensa contra las enfermedades y nuestra fuente de energía para vivir y estar activos. Los problemas nutricionales derivados de los malos hábitos alimentarios adoptan muchas formas, y cuando afectan a toda una generación de niños, se deteriora su capacidad de aprendizaje, se pone en peligro su futuro y continúa el ciclo intergeneracional de pobreza y desnutrición, con graves consecuencias para las personas y las sociedades. . resultado. (FAO, 2016).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los hábitos alimenticios diarios tienen diferentes efectos en la salud de los niños. Los buenos hábitos alimenticios mantienen a los niños sanos, nos ayudan a evitar enfermedades y, si son dañinas.

La desnutrición es actualmente un problema de salud que afecta a los niños menores de cinco años. La desnutrición en los primeros años de vida puede afectar negativamente el crecimiento y el desarrollo, con efectos psicomotores, cognitivos y psico - emocionales en los niños.

En estos tiempos se evidencia los vínculos desmedidos de las empresas que desarrollan actividades en el rubro de alimentos, mediante la difusión respectiva,

sobre todo de la televisión, promoviendo consumo productos dañinos para la salud como son las comidas chatarra, los dulces y golosinas.

Es de suma importancia que los padres de familia comprendan que su niño (s) requieren poder alimentarse saludablemente en sus hogares como también en la preparación de las loncheras que debe llevar a su escuela, deben tener presente que esta constituye la figura de lo cual consumen en forma diaria los niños en casa.

Según el Departamento de Salud (2015), Los almuerzos en casa se preparan para consumir entre horas y no reemplazan los almuerzos para llevar habituales (desayuno, almuerzo o cena). Debe ser fácil de preparar, versátil, portátil y nutritivo (10-15% de las necesidades energéticas promedio de un niño en edad preescolar: 150 calorías). Los almuerzos para llevar ayudan a los niños a mantener buenos hábitos nutricionales, mantener una dieta equilibrada, crear reservas nutricionales y recuperar la energía física y mental perdida por las actividades escolares. Sin embargo, como con todos los alimentos, los almuerzos en casa están determinados por muchos factores, que incluyen la edad del niño, el estado nutricional, la actividad física, las preferencias alimentarias y los hábitos y costumbres nutricionales de la familia. (MINSA, 2015)

En la entidad de educación en la provincia de Huaura, se puede apreciar que los niños del nivel inicial traen loncheras que contienen alimentos inadecuados, en otras palabras, traen alimentos chatarra (frugos, chisitos, galletas, dulces, entre).

Los padres desconocen notablemente el valor nutricional de los alimentos y menos de una adecuada preparación de la lonchera. De igual forma, se evidencia que los padres de familia tienen preferencia en los productos alimenticios que obtienen, ya que ello le ahorra dinero y tiempo, algunos progenitores expresan les

alcanza el tiempo en preparar los alimentos en casa. Los niños ya acostumbrados a este estilo de vida prefieren los alimentos comprados, exigen golosinas, chisitos, papitas fritas, frugos, galletas, entre otros. Se observa que, durante las clases, los niños carecen de energía, tienen concentraciones bajas en el momento que realizan sus actividades académicas impartidos por sus maestras.

Actualmente en la mayoría de hogares, por lo general ambos progenitores trabajan y no se organizan adecuadamente para realizar la preparación de las loncheras con alimentos sanos y balanceados. Muchos de los padres prefieren preparar la lonchera con alimentos llamados chatarra, de esta manera se propicia el consumo desmedido de productos que terminan afectando la salud mental y corporal de los niños.

Se sabe que comer comida chatarra está asociado con enfermedades crónicas no transmisibles como presión arterial alta, diabetes y sobrepeso debido a la falta de una nutrición adecuada y su alto contenido de calorías, grasa total y sodio. Falta de energía, dificultad para concentrarse y bajo rendimiento académico. Para los niños en etapas tempranas, es muy importante tener mucho cuidado al preparar almuerzos para llevar. Los almuerzos para llevar deben contener solo alimentos saludables, incluidas algunas frutas y/o verduras.

Las loncheras de los primeros niños deben incluir alimentos energéticos (panes y cereales integrales) que brindan energía y calorías, constructores de proteínas (huevos, carne, productos lácteos) que promueven el crecimiento y el desarrollo, y agentes protectores que contienen vitaminas y minerales. Protégete (frutas y verduras).

1.2 Formulación del Problema

1.2.1 Problema General

¿Cómo se relaciona las loncheras saludables con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15- 20347 – Santa María- Huaura?

1.2.2 Problemas Específicos

- ¿De qué manera influye el consumo de proteínas con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15-20347 -Santa María – Huaura?
- ¿De qué manera influye el consumo de carbohidratos con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15- 20347 -Santa María – Huaura?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo General

Determinar la relación que existe entre las loncheras saludables con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15- 20347 – Santa María - Huaura.

1.3.1 Objetivos específicos

Determinar la influencia que existe entre el consumo de proteínas con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15- 20347- Santa María – Huaura.

Determinar la influencia que existe entre el consumo de carbohidratos con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15- 20347 -Santa María – Huaura.

1.4 Justificación de la investigación

El estudio, tiene la debida justificación, debido a que ha propuesto una adecuada preparación de loncheras saludables y que esta repercute en el rendimiento escolar en los niños del nivel inicial, de este modo, los datos del estudio serán relevantes para los padres de familia, personal docente y directivos de la entidad, ya que como organización educativa podrá adoptar mejores orientaciones y contribuir con una adecuada alimentación a través de realizar la adecuada y saludable preparación de las loncheras en sus estudiantes con el objetivo de lograr un rendimiento escolar adecuado y una educación favorable a los padres de familia.

Justificación social

Socialmente se encuentra justificada, debido a que los padres de familia con niños en edad escolar, los cuales laboran fuera del hogar, muchos de ellos por su condición cultural en algunos casos tienen desconocimiento de la debida alimentación o la forma en la cual se debe elegir los alimentos que servirán para la preparación de las loncheras

Los que tienen la responsabilidad en los alimentos que consumirán sus hijos, son los padres de familia, los cuales deben asumir control en esta etapa, debe fomentar el buen consumo de verduras, frutas y alimentos integrales, tratar de reducir el sedentarismo y motivar la realización diaria y permanente de actividades

deportivas.

Justificación teórica

Este estudio es teóricamente válido porque podría ampliar el conocimiento teórico sobre nutrición, almuerzos saludables y rendimiento académico en niños de 5 años informados por la dieta indicada por Maslow y el apoyo de las variables socio-históricas de Vygotsky. Variables sobre el rendimiento escolar.

Justificación práctica

Esto en realidad tiene sentido, ya que nos dice que las loncheras escolares siguen siendo un problema y que su contenido a menudo no contiene más que comida chatarra: dulces, cereales azucarados, jugos envasados, refrescos artificiales, refrescos y galletas. Esto se debe a que los padres saben muy poco sobre la preparación de almuerzos escolares.

Justificación metodológica

Metodológicamente la investigación nos muestra los lineamientos de estudios de tipo correlacional, entre las variables loncheras saludables con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la entidad referida.

1.5 Delimitaciones del estudio

Delimitaciones temáticas.

El estudio se encuentra delimitado a las indagaciones propuestas en este propósito, cuyo destino es poder mejorar la atención y preparación de loncheras saludables y que esto repercuta garantizar una salud mental y corporal de los niños

en edad escolar.

Delimitaciones poblacionales.

Se ha tomado en consideración a todos los integrantes de la entidad referida sobre todo a los profesores del nivel inicial, los padres de familia así como los estudiantes

Delimitaciones temporales.

El estudio ha sido realizado durante los meses de julio y noviembre del 2022.

Delimitación teórica.

El marco teórico de este estudio se refiere a los fundamentos de los principios básicos de una alimentación saludable y su impacto en el rendimiento académico de los niños en edad escolar.

1.4 Viabilidad del estudio

El estudio referido a contado con las viabilidades pertinentes, toda vez que ha sido considerado las evaluaciones básicas que se detalla:

Evaluación técnica.

De acuerdo a las necesidades de la empresa, este trabajo de investigación contiene todos los elementos necesarios para su desarrollo.

Evaluación presupuestaria.

El presupuesto de inversión está totalmente garantizado por el instituto de investigación.

Evaluación Ambiental.

Por ser descriptivo y puramente académico, no afecta negativamente el entorno del nivel trófico natural.

Evaluación socio-económico.

Recursos financieros y equipo de apoyo comprometidos e implementados para que su participación sea lo más relevante y eficiente posible.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Internacionales.

Sánchez, N. (2010) Estudio titulado “*Comportamientos en la preparación del almuerzo de madres de niños preescolares a través de un programa de intervención de educación nutricional en Oaxaca, México*”. Box a través de un programa de intervención de educación nutricional para madres de niños en edad preescolar. El método es cuasi-experimental y relacionado con intervenciones educativas, longitudinales y cuasi-cuantitativas. Intervención educativa mediante la asistencia a cursos y seminarios programados en uno o más cursos (durante 6 semanas). Este estudio se divide en tres fases. Diagnóstico, intervención propiamente dicha y valoración. conclusión de la siguiente manera. Las intervenciones educativas sobre nutrición cambiaron los hábitos alimentarios de las madres. La OPS enfatiza que dominar estos temas puede cambiar el comportamiento de alimentación de las madres.

Santillana (2013) es autor del trabajo titulado “*La relación entre el estado nutricional y la ingesta calórica de los alimentos en niños preescolares del Jardín de Niños Rosario Castellanos, Jiquipilco da Manzana Santa Cruz Tepexpan, México*”. El objetivo fue determinar si existe relación entre el estado nutricional y las calorías de las meriendas en los niños de preescolar que asisten al Jardín Infantil Rosario Castellanos. La muestra estuvo conformada por 54 niños. La investigación es descriptiva e interrelacionada. Evaluación mediante antropometría.

RESULTADOS: Según el índice T/E, el 72% de los niños eran de estatura normal, pero el 24% de la población era bajo y el 4% alto. Por otro lado, los indicadores de IMC y P/E no mostraron desnutrición severa ni obesidad. El 52% de las calorías que comieron los niños estaban dentro del rango de calorías recomendado.

CONCLUSIONES: El contenido calórico de las meriendas y el estado nutricional de los niños en edad preescolar son clave para desarrollar estrategias para abordar la desnutrición en este grupo etario.

2.1.2 Nacionales

Saavedra, Li-Loo, Dávila y Alva (2013) publicaron un artículo en Iquitos titulado *“El impacto de las loncheras escolares en el rendimiento académico”*. El propósito de este estudio fue evaluar la relación entre el consumo de almuerzos en caja y el rendimiento académico en educación infantil en Punchana. Este es un tipo de interpretación no relacionado con el experimento, y la muestra estuvo compuesta por 92 estudiantes. Utilizando como medio técnico la observación directa y el análisis bibliográfico, utilizando como herramienta la ficha de recogida de datos, y analizando con valor porcentual y medio. Resultados: la entidad Privada N°235 Internacional Elim encontró que el 92,2% de las loncheras son de calidad "Buena", siendo el 82,8% de ellas con calificación académica "A". Tras analizar los alimentos de la fiambarrera, el 96,7% de la fiambarrera contenía alimentos naturales. En tanto, el I.E.I. En cuanto al Evangelio de la Salvación Privada, el 57,8 por ciento de las loncheras recibió una calidad "buena", el 51,1 por ciento recibió una "B" académicamente y el 94,2 por ciento recibió comida envasada. Conclusiones: El tipo de alimentación que consumen los niños y niñas en las loncheras escolares afecta el rendimiento académico en ambas instituciones estudiadas.

Colquehuanca, (2014) titulado “*Conocimientos de preparación de loncheras nutritivas por parte de madres de familia con 4-5 años de formación inicial en Instituto Adventista Túpac Amaru e Instituto de Capacitación N° 305 - Juliaca,*”. Este artículo ha sido publicado. En la Universidad Peruana Unión. El propósito de este estudio fue averiguar si existía diferencia en el nivel de conocimiento sobre la preparación de loncheras nutritivas entre las madres cuyos hijos recibieron de 4 a 5 años de educación inicial en las instituciones educativas Adventista Túpac Amaru y No. 305 Juliaca 2014. La metodología utilizada en este estudio fue un diseño de estudio no experimental, descriptivo, transversal, comparativo. La muestra se definió como un muestreo probabilístico estratificado obtenido mediante técnicas de encuesta y herramientas de cuestionarios para obtener una muestra de 147 madres del Instituto de Educación Inicial N° 305 y 55 madres del Instituto de Educación Inicial Adventista Túpac Amaru.

Por falta de conocimiento, práctica y rapidez, algunas madres no tienen el balance adecuado de nutrientes en la comida que envían a sus hijos a la escuela, optando por alimentos poco saludables como dulces, hamburguesas o refrescos. Los almuerzos escolares "chatarra" que consisten en papas fritas, pasteles, dulces y barras de chocolate aumentan el sobrepeso y la obesidad de los niños y el posterior desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles como diabetes, colesterol y presión arterial alta.

Clavijo, (2014) escribió un artículo titulado “La relación entre el conocimiento alimentario materno y el estado nutricional escolar”. Institución Educativa Augusto Salazar Bondi - Chiclayo 2013”, Chiclayo. El objetivo fue determinar la relación entre el nivel de conocimiento alimentario de las madres y la nutrición escolar. Este estudio involucró a 151 madres y su relación entre el conocimiento alimentario y la

nutrición escolar. encuesta mediante la aplicación del cuestionario denominado ' , el 61,0% de las madres mostró conocimiento dietético normal, el 39% de madres mostró el estado de sobre nutrición en los niños en edad escolar, y el 12,0% de las madres mostró el mismo conocimiento, pero la desnutrición aguda de sus hijos

Conclusiones: La mayoría el nivel de conocimiento de las madres era adecuado/insuficiente, y el estado nutricional de sus hijos variaba desde desnutrición aguda hasta obesidad.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Definición de loncheras

Cabe destacar que para Valdivia, Morán y Quintanilla (2012), la lonchera representa un grupo de alimentos que deben aportar la energía y los nutrientes necesarios para cumplir con las recomendaciones nutricionales y constituir una comida adicional a las tres comidas principales. Se encuentran representadas alrededor del 10% y el 15% del total de calorías en los alimentos consumidos durante el día.

Respecto a los sostenido por el Minsa (2013), enfatizó que las loncheras son como bolsas de tela o recipientes plásticos para la comida, especialmente durante los descansos.

Loncheras saludables (nutritivas)

Según el Departamento de Salud (2015), una lonchera saludable (nutritiva) es “un conjunto de alimentos que proporciona a los estudiantes la energía y los nutrientes necesarios para cumplir con las recomendaciones nutricionales y para mantener y desarrollar niveles adecuados de rendimiento físico e intelectual, sus

habilidades. Potenciales ayudaran a desarrollar las etapas apropiada de desarrollo y crecimiento" (p. 49).

Una lonchera escolar complementa tres comidas, no un reemplazo. Contiene del 10 al 15% de la ingesta diaria total de alimentos (150 a 350 kcal), y puede administrarse por la mañana o por la tarde según el día de clase.

López (2015) afirma que las loncheras escolares “juegan un papel nutricional importante en los niveles preescolar y escolar al cubrir las necesidades nutricionales de los menores y asegurar el óptimo desempeño de los centros educativos durante su desarrollo” (p. 2).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) afirma que "las loncheras escolares son parte esencial de la alimentación de los estudiantes. Un niño bien nutrido puede mejorar el rendimiento y la concentración en los centros educativos" (p. 14).

Un almuerzo nutritivo incluye pan, galletas y pastel casero; también productos de origen animal como: pan de hígado frito o tortillas de espinacas, jalá, pollo, atún, carne. También están los lácteos como: leche, queso, yogur; alimentos que aportan minerales y vitaminas.

La alimentacion como factor clave en la nutricion de los niños.

Baldean (2016) define una dieta saludable como “una dieta saludable que tiene como objetivo satisfacer los requerimientos de energía y nutrientes para un crecimiento y desarrollo adecuados a través de la ingesta de una variedad

saludable de nutrientes de acuerdo con la condición, la edad y la actividad física” (p. 15).

Cuycapusa (2016) destaca que la etapa preescolar es de los 3 a los 6 años, cuando los niños adquieren autonomía para caminar antes de iniciar la escuela. Se caracteriza por un crecimiento constante a un ritmo lento pero irregular. En el plan de estudios de Head Start (2016), se hace referencia como el primer paso en la educación básica formal para niños menores de seis años. Esta etapa es la base del desarrollo: biológico, emocional, cognitivo y social. En las primeras etapas de la formación infantil, “es importante que el conocimiento se utilice para transformar las preferencias hacia alimentos saludables a medida que los niños van formando hábitos alimentarios” (Guinea Pig: 2016).

Teorías pedagógicas sobre alimentación escolar

La alimentación es uno de los comportamientos más importantes que afecta significativamente el bienestar de las personas. Una buena dieta puede ayudarlo a mantener y mejorar su salud eligiendo una variedad de alimentos y comiéndolos con moderación.

La dieta de una persona está determinada en gran medida por los hábitos alimenticios de cada individuo, incluido el poder adquisitivo, el conocimiento de la cantidad y calidad de los alimentos y la cultura. Ningún alimento por sí solo puede proporcionar los nutrientes necesarios para varios procesos en el cuerpo. Por ello, hablamos de una dieta equilibrada que aporte al organismo los nutrientes esenciales necesarios.

Una dieta equilibrada es el primer paso para lograr y mantener una buena salud. Por otro lado, esta dieta debe ser variada. La variedad tiene que ver con la calidad de los alimentos que comes. Algunos alimentos son diferentes para cada persona en la etapa de la vida en la que se encuentran, ya que proporcionan energía al cuerpo, construyen tejido, estimulan el crecimiento y ayudan a los órganos a realizar sus funciones.

Los investigadores han estudiado el impacto del apego temprano en la vida posterior, la niñez y la adolescencia. Específicamente, estudios longitudinales en los Estados Unidos (estudio Nichd Early Child Care Research Network 2006), Alemania e Israel han demostrado que las relaciones de apego tempranas predicen mejores habilidades sociales, mejor lenguaje, problemas cognitivos y menos conductuales. Otros en preescolar y primera infancia (Howes y Spiker 2008). Por otro lado, el apego seguro temprano contribuye a relaciones de apego seguro posteriores y fomenta la curiosidad sobre los amigos y las parejas.

Teorías sobre alimentación balanceada

Es importante que los humanos se mantengan saludables y sigan una dieta balanceada. Una dieta balanceada significa comer todos los alimentos saludables y nutritivos, pero en porciones balanceadas que sean apropiadas para la altura y el tamaño de una persona. Es importante comer diferentes grupos de alimentos para que pueda tener una dieta equilibrada para mantenerse saludable. Los carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua deben consumirse diariamente. Los carbohidratos son importantes porque proporcionan la energía necesaria para realizar actividades y sobrevivir, y este grupo incluye granos, pan, papas y harina. También debe consumir proteínas separadas de fuentes animales

como carne de res, pollo, pescado, pavo, cerdo y huevos. También hay fuentes de origen vegetal como la soja.

Las vitaminas y los minerales, que se encuentran principalmente en frutas y verduras, regulan muchas de las funciones de nuestro cuerpo, por lo que los necesitamos en nuestra ingesta diaria. La fibra también es muy necesaria en tu dieta porque juega un papel importante en la prevención de las llamadas enfermedades degenerativas (cardiovasculares, diabetes, cáncer de colon). Nuestro cuerpo normalmente pierde de 2 a 3 litros de agua, por lo que necesitamos beber de 8 a 10 vasos de agua al día, y debe reponerse ya que desempeña un papel en el suministro de oxígeno y la nutrición celular. Una dieta equilibrada incluye comer alimentos que nos aporten energía, nos protejan, favorezcan el crecimiento y regulen muchas de las funciones de nuestro organismo.

Para implementarlo se requiere formación de hábitos, y para lograrlo se requiere de asesoría y práctica. Es muy necesario entender la alimentación saludable, que sin duda es uno de los puntos clave para prolongar la vida y evitar el envejecimiento prematuro.

Teorías de la falsa nutrición.

Jorge López Recinos con su tesis de "la farsa de la nutrición actual", una teoría que establece entre otras cosas, que los imperios consumistas se han arraigado en el sistema de vida actual.

Señala además que la raíz de todas las preocupaciones estéticas comienza porque las personas comen en vez de alimentarse. Los médicos no informan de cómo alimentarse bien.

Teoría de la desnutrición.

Nelson afirma que según esta teoría deficiencia nutrición en la época fetal y en los momentos de la infancia aumenta el riesgo de desarrollar posteriormente obesidad. Diversos estudios realizados en animales han demostrado que la nutrición durante la vida fetal y en la infancia tiene repercusión respecto al metabolismo, el desarrollo así como su crecimiento nervioso a lo largo de la vida como en diversas patologías como la diabetes, la hipertensión y la arteriosclerosis, y la obesidad.

Loncheras saludables: Características y composición

Según MINSA (2013), los alimentos esenciales para el almuerzo diario deben ser energía, productores y reguladores, y agua suficiente.

Baldeon (2016) enfatizó que una buena lonchera saludable consiste en alimentos naturales saludables (carbohidratos, proteínas, vitaminas, minerales), que sean adecuados a la realidad de la población con factores importantes como los factores socioculturales, y que no sean muy costosos. hacer. debería ser considerado. , geografía familiar y economía.

Tiene diversas propiedades nutricionales en MINSA (2013). Puede consistir en alimentos que apoyen el crecimiento como "leche, queso, huevos, pescado, arroz, pan, batatas, tapioca, mantequilla, mermeladas, mazamora, frutas y verduras".

Preparar la comida principal para la lonchera

Según Cortés (2010), la mayoría de los preescolares realizan de 4 a 6 comidas al día, por lo que las meriendas son tan importantes como las comidas que

contribuyen a la nutrición diaria.

Baldeon (2016) señala que “las dietas inadecuadas en edades tempranas, particularmente en niños de 2 a 5 años, impactan negativamente en el desarrollo infantil a nivel psicomotor, cognitivo y psicoemocional, ya que una ingesta de alimentos insatisfactoria conduce a problemas de desarrollo”, subrayó. " (pág. 8)

Baldeon (2016) señala que los alimentos se pueden clasificar en alimentos energéticos o calóricos, alimentos plásticos o entrenadores y alimentos regulados.

Entonces, hay proteínas en el constructor. Por otro lado, en cuanto a la energía: carbohidratos, grasas; en los organismos reguladores: vitaminas, fibra dietética, agua, minerales.

Cómo preparar un almuerzo para llevar

El MINSA (2007) enfatizó que la preparación de los almuerzos para llevar debe depender de varios factores, entre ellos la edad, el estado nutricional, la actividad física del niño, las preferencias alimentarias, los hábitos nutricionales y las costumbres familiares.

Preparar según la comida a domicilio recomendada en la lonchera. Por ejemplo:

- “Debes incluir alimentos que aporten los nutrientes esenciales sin que representen riesgos para la salud.
- Debe consumirse con alimentos energéticos

- Debe consistir en una organización que brinde protección contra enfermedades y coordine la mezcla de alimentos.
- Fácil de digerir, variedad y preparación.
- Envíe fruta de temporada.
- Se deben evitar los alimentos fermentados o ácidos (Valdivia, Moran, & Quintanilla, 2012).

Durante estas preparaciones se debe preparar una lonchera saludable de acuerdo a las medidas sanitarias de la Organización Panamericana de la Salud (2010). El líquido debe prepararse con agua hirviendo.

2.2.2 Rendimiento escolar

Otero (citado en Santos y Castillo, 2013) Los resultados escolares sintetizan actividades en el proceso educativo, no solo en términos de aspectos cognitivos de los estudiantes, sino también en términos de sus diversas habilidades, destrezas, aptitudes e intereses que aspiran tener. En este caso, la definición de rendimiento escolar puede entenderse como los resultados alcanzados por el individuo en el proceso educativo y se refleja en la adquisición de conocimientos, experiencia, hábitos, destrezas, habilidades, actitudes, necesidades, etc. Se mide como un resultado de aprendizaje. Después de aprender en una clase en particular, mide la capacidad de un individuo para que los maestros puedan tomar decisiones de instrucción de seguimiento.

Ruiz (2002, p. 52) dice al respecto: no se trata sólo del alumno, sino de toda la situación educativa y sus antecedentes.

Factores que afectan el desempeño escolar

Diversas investigaciones han encontrado que factores no relacionados con el rendimiento de la asignatura influyen en el rendimiento académico. Cascón (2000) señaló que los factores que afectan el rendimiento académico pueden ser endógenos o exógenos.

a) Factores endógenos:

Los factores endógenos se refieren a todos los factores relacionados con una persona y representan las características neurobiológicas y psicológicas de una persona.

Enríquez (2000) encontró que los rasgos y dimensiones de las variables de personalidad median y determinan el aprendizaje, por lo que se asocian con el rendimiento académico y tienen poco efecto sobre la inteligencia como la extraversión, el autoconcepto y la ansiedad.

Los autores notaron que la inteligencia como variable psicológica estaba moderadamente correlacionada con el desempeño académico de los estudiantes, y que había elementos integrales y complementarios en el enfoque para medir y comprender la inteligencia.

Por un lado, utiliza el entrenamiento proporcionado por las pruebas de inteligencia como predictor del rendimiento académico de los estudiantes. Por otro lado, obtén un diagnóstico de habilidades en las que puedes intervenir para mejorar el rendimiento académico.

Manassero (1999) argumentó que el nivel de autoestima determina en gran medida su éxito o fracaso académico, por lo que cuando los estudiantes desarrollen confianza en sí mismos, estarán más dispuestos a enfrentar obstáculos y esforzarse más en el logro académico. porque los niveles positivos de autoestima conducen a la autorrealización y satisfacción académica, lo que es beneficioso para el rendimiento académico.

b) Factores exógenos

Las influencias externas sobre el rendimiento académico pueden jugar un papel decisivo en el éxito o el fracaso de un estudiante. La familia de un estudiante, las variables socioeconómicas y las características que comparten son factores que afectan el rendimiento académico. Almaguer (1998) creía que la mayoría de los estudiantes tienen éxito o fracaso académico porque provienen de familias socioculturales bajas. En el logro académico, es importante considerar el contexto social, y el éxito social incluye criterios para el éxito educativo.

El rendimiento académico se adapta a las necesidades sociales con variables socioculturales, entorno social familiar y nivel educativo. Sea el fuerte respaldo que ayude a los estudiantes a tener éxito.

Los factores asociados con un buen desempeño académico incluyen las características personales, la formación profesional, las expectativas de los estudiantes, una cultura de preparación continua, el plan de estudios utilizado, los programas de instrucción y los maestros que deben responder a juegos de estrategia apropiados y relevantes para el contenido. papel importante en el rendimiento académico. Según Domínguez (1999), los docentes como factores

externos tienen un impacto directo en el rendimiento académico de los estudiantes.

Tipos de rendimiento escolar

El desempeño escolar incorpora el comportamiento del proceso educativo no sólo en términos de aspectos cognitivos de los estudiantes, sino también en términos de habilidades, destrezas, aptitudes, ideales e intereses.

Esta integración es un esfuerzo de desempeño social, docente y pedagógico en el que los docentes tienen la responsabilidad principal del desempeño escolar.

Creemos que una serie de factores influyen en los resultados educativos, incluidos los métodos de los maestros, los aspectos personales de los estudiantes y el apoyo familiar.

Debe quedar claro que el comportamiento de los componentes curriculares solo tendrá un impacto positivo si el docente maneja el canal para alcanzar las metas del programa. Aquí, la voluntad del estudiante de traducirse en trabajo duro es importante. Hablar de rendimiento. En la educación estructurada, los educadores se han preocupado por la pedagogía, también conocida como logro o desempeño escolar, fenómeno íntimamente relacionado con el proceso de enseñanza. La idea de que el desempeño escolar ha persistido y continúa hasta el día de hoy es la suma de productos definidos de "pruebas" de conocimiento que toman los estudiantes.

Rendimiento Individual

Se refleja en la adquisición de conocimientos, experiencia, hábitos, destrezas, habilidades, actitudes, ambiciones, etc. Esto permite a los maestros tomar

decisiones de instrucción de seguimiento. Los aspectos del desempeño personal están respaldados por convenciones intelectuales y culturales, y la exploración de dominios cognitivos o intelectuales. Los aspectos emocionales de la personalidad también pueden afectar el desempeño.

Rendimiento Global

Se manifiesta en los alumnos que acuden al centro educativo y aprenden el currículo y hábitos culturales, y en el comportamiento de los alumnos.

Desempeño Específico

Surge en la resolución de problemas personales, de desarrollo profesional, familiar y social que surgirán en el futuro. En este desempeño, es más fácil de evaluar porque si estás evaluando la vida emocional de un estudiante, debes considerar el comportamiento del estudiante. Relaciones con profesores, objetos, uno mismo, modo de vida y otros. permanecer.

Rendimiento Social

Las instituciones educativas no se circunscriben al tiempo en que afectan a los individuos, sino a través de ellas a la sociedad en la que se desarrollan. Desde una perspectiva cuantitativa, el primer aspecto de la influencia social es su extensión a través de áreas geográficas. También debe considerar el dominio demográfico, que consiste en la cantidad de personas que participan en actividades educativas.

Como lograr alto rendimiento escolar

Criterios que definen un ambiente hogareño propicio para el desempeño escolar del niño y su consiguiente éxito personal y social.

- Armonización de estándares entre padres.
- Solidez fundamental y autoridad ejercida por igual entre padre y madre.
- Respetar los horarios familiares moderadamente flexibles.
- Mantenga los deberes y responsabilidades de su hijo en consonancia con la edad y el desarrollo.
- Expresiones cálidas de respeto y aprecio por los niños.
- Ayude y anime a su hijo a lograr sus propios términos.
- Trabaje con el maestro de su hijo.
- Diálogo padre-hijo.

2.3 Definición de términos básicos

Alimentar

La alimentación es uno de los comportamientos más importantes que afecta significativamente el bienestar de las personas. Una buena dieta puede ayudarlo a mantener y mejorar su salud eligiendo una variedad de alimentos y comiéndolos con moderación.

Alumno

Es el sujeto fundamental del proceso educativo, el sujeto de la formación integral, en primer lugar, a través de los docentes y de toda la comunidad educativa. Es una existencia potencial formada a través de varios procesos en la sociedad y la cultura específica.

Carbohidrato

Conocidos como hidratos de carbono, carbohidratos, carbohidratos o azúcares, son alimentos básicos de la dieta y se encuentran principalmente en azúcares, almidones y fibras. La función principal de los hidratos de carbono es la ingesta de energía. Junto con las grasas y las proteínas, es una de las principales sustancias que necesita nuestro organismo.

Dieta equilibrada

Comer una dieta balanceada significa que necesita comer una dieta balanceada para mantenerse saludable y nutritivo, y eso significa comer alimentos que sean adecuados para su altura y forma.

Educación

Oyola es un fenómeno sociocultural citado por Crisólogo (1999) como “un proceso dialéctico por el cual individuos y grupos sociales enseñan y aprenden contenidos valiosos (p. 126).

Enseñando

Es un proceso de intervención deliberado en el que los docentes crean condiciones favorables para que los estudiantes desarrollen su aprendizaje. Brinda oportunidades para el desarrollo de competencias, emociones y valores, y promueve el aprendizaje reflexivo y meta cognitivo.

Estudiar

Es un proceso interno que construye o reconstruye activamente las representaciones generales de la realidad que las personas forman a través de sus interacciones con otras personas y el entorno sociocultural.

Grados Escolares

Los resultados escolares sintetizan el comportamiento del proceso educativo, no solo en términos de aspectos cognitivos de los estudiantes, sino también en términos de sus habilidades, destrezas, disposiciones e intereses que aspiran (Otero 2013).

Lonchera Saludable

Según el Departamento de Salud (2015), una lonchera saludable (nutritiva) es “un conjunto de alimentos que proporciona a los estudiantes la energía y los nutrientes necesarios para cumplir con las recomendaciones nutricionales y para mantener y desarrollar niveles adecuados de rendimiento físico e intelectual. sus habilidades”. Potencial, "en esa etapa de desarrollo y crecimiento".

Loncheras.

Para Valdivia, Morán y Quintanilla (2012), las loncheras representan los grupos de alimentos que deben cumplir con las calorías y nutrientes requeridos para brindar esa recomendación nutricional, y forman parte de las tres comidas principales.

Nutrición Saludable.

Baldeon (2016) definió una dieta saludable como “una dieta saludable diseñada para satisfacer los requerimientos de energía y nutrientes para un crecimiento y desarrollo

adecuados a través de la ingesta de una variedad saludable de nutrientes según la condición, la edad y la actividad física”.

Nutrición

Es un proceso biológico por el cual los organismos absorben los alimentos y fluidos corporales necesarios para el funcionamiento, crecimiento y mantenimiento de las funciones vitales. La nutrición es también el estudio de la relación entre los alimentos y la salud, particularmente cuando se toman decisiones dietéticas.

Proteína

La proteína es un nutriente biológicamente importante, las macromoléculas que componen el nutriente principal del cuerpo para desarrollar músculo.

Vitamina

Son precursores de las coenzimas, los grupos prostéticos de las enzimas (aunque no son enzimas reales). Esto significa que una molécula de vitamina, coenzima o no, solo necesita modificarse ligeramente en su estructura para convertirse en una molécula activa.

2.4 Formulación de la hipótesis

2.4.1 Hipótesis General

Las loncheras saludables se relacionan directamente con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15- 20347- Santa María – Huaura.

2.4.2 Hipótesis específicas

- El consumo de proteínas influye de manera positiva con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N°

15- 20347- Santa María – Huaura.

- El consumo de carbohidratos influye positivamente con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15- 20347 -Santa María – Huaura.

2.5 Operacionalización de las variables

Variable independiente: Loncheras saludables

Dimensiones	Indicadores	N° Items	Categorías	Intervalos
Proteínas	El niño muestra agrado al tomar su leche en la lonchera.	5	Bajo Medio Alto	0 -1 2 -3 4 -5
Carbohidratos	El niño lleva en su lonchera alimentos ricos en carbohidratos	5	Bajo Medio Alto	0 -1 2 -3 4 -5
Loncheras saludables		15	Bajo Medio Alto	0 -4 5 -9 10

Variable dependiente rendimiento escolar

Dimensiones	Indicadores	N° Items	Categorías	Intervalos
Area de estudio	El niño se comunica, reconoce con claridad su medio que le rodea.	5	Deficiente Regular Eficiente	0 -1 2 -3 4 -5
Area de estudio	El niño construye nociones de espacio.	5	Deficiente Regular Eficiente	0 -1 2 -3 4 -5
Rendimiento escolar		10	Deficiente Regular Eficiente	0 -2 3 -5 6 -10

CAPÍTULO III

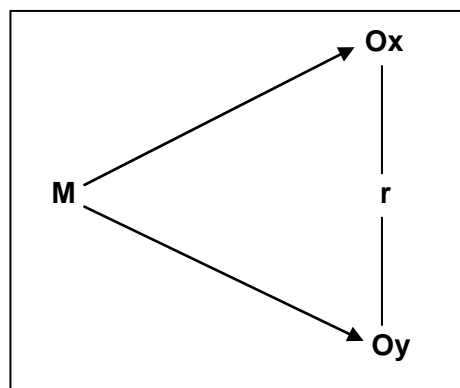
METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

Este estudio es una investigación práctica y descriptiva en la medida en que intenta responder interrogantes teóricos en tanto busca comprender la relación entre almuerzos saludables y el rendimiento escolar y pretende describir la realidad (Sánchez y Reyes, 2003).

Un diseño de estudio es un diseño correlacional en el sentido de que procesa los resultados obtenidos al medir variables para determinar el grado de asociación existentes entre los aspectos de estudio (Sánchez y Reyes, 2003).

La ecuación que lo representa se detalla seguidamente:



M: Muestra de investigación

O_x: Observación sobre las loncheras saludables

O_y: Observación sobre el rendimiento escolar

r: Relación entre las variables

3.1.1. Tipo de Investigación

El diseño de investigación corresponde a un cierto grado de correlación, es decir, al procesamiento de los resultados obtenidos a partir de la medición de variables para determinar el grado de asociación que existe entre los aspectos del estudio (Sánchez y Reyes, 2003).

3.2 Población y Muestra

Población:

Al respecto se ha tomado en consideración a toda la comunidad de la entidad Integrada N° 15-20347 del distrito de Santa María. Profesores, trabajadores administrativos y educandos de los niveles de educación inicial, primaria y secundaria, de acuerdo a lo detallado en seguida:

Población estudiantil

	Nivel	Cantidad
Alumnos	Inicial	72
	Primaria	127
	Secundaria	128
	Total	326

Muestra

Al respecto han sido considerados todos los estudiantes del nivel inicial de 3, 4 y 5 años matriculados al 2022, por ser una muestra pequeña, la muestra estará compuesta por 72 educandos, cómo se detalla:

	H	M	TOTAL
Inicial 3 años	12	8	20
Inicial 4 años	12	13	25
Inicial 5 años	14	13	27
	Total		72

3.2. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En el estudio se aplicarán técnicas y herramientas de recopilación de datos cuantitativos. Entre las técnicas utilizadas está la evaluación o medición, que utiliza una lista de verificación de herramientas a través de preguntas para comprender las evaluaciones de los estudiantes o los comentarios sobre los almuerzos saludables. De igual forma, para obtener datos que evalúen el rendimiento académico de los niños de nivel primario de la Institución Educativa Integrada N° 15-20347 del Distrito Escolar Santa María, se realizó un análisis bibliográfico utilizando técnicas de observación con herramientas de encuesta y análisis de registros de evaluación. formateador

Teniendo en cuenta el tipo de programa, se utilizan las siguientes técnicas:

Encuestas para profesores jóvenes y estudiantes.

Aplicación de almuerzos saludables y cuestionarios de desempeño escolar.

Hoja de Habilidades Estadísticas.

Análisis de registros, referencias y literatura durante el proceso de aprendizaje.

3.3 Técnicas para el Procesamiento de la Información

Paquete Estadístico - Procesador SPSS versión 17 aplicado.

Análisis e interpretación de datos.

Contraste de hipótesis: prueba chi-cuadrado (aspecto cualitativo).

Aspectos éticos

Cada paso del proceso y los resultados son consistentes con la realidad de la investigación.

Cualquier acción correctiva requerida por el proyecto será abordada y comunicada de manera oportuna para aumentar la validez y confiabilidad del estudio.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Análisis de los resultados

Tabla 2: Distribución de la población estudiantil

Niños nivel inicial	Total	% Población
Aula 3 años	20	29
Aula 4 años	25	33
Aula 5 años	27	38
Total	72	100

Tabla3: Loncheras saludables y rendimiento escolar

		Rendimiento escolar			Total
		En inicio	En proceso	Logro	
Loncheras saludables	Bajo	21	1	0	22
	Medio	2	41	0	43
	Alto	0	2	5	7
Total		23	44	5	72

Elaboración propia.

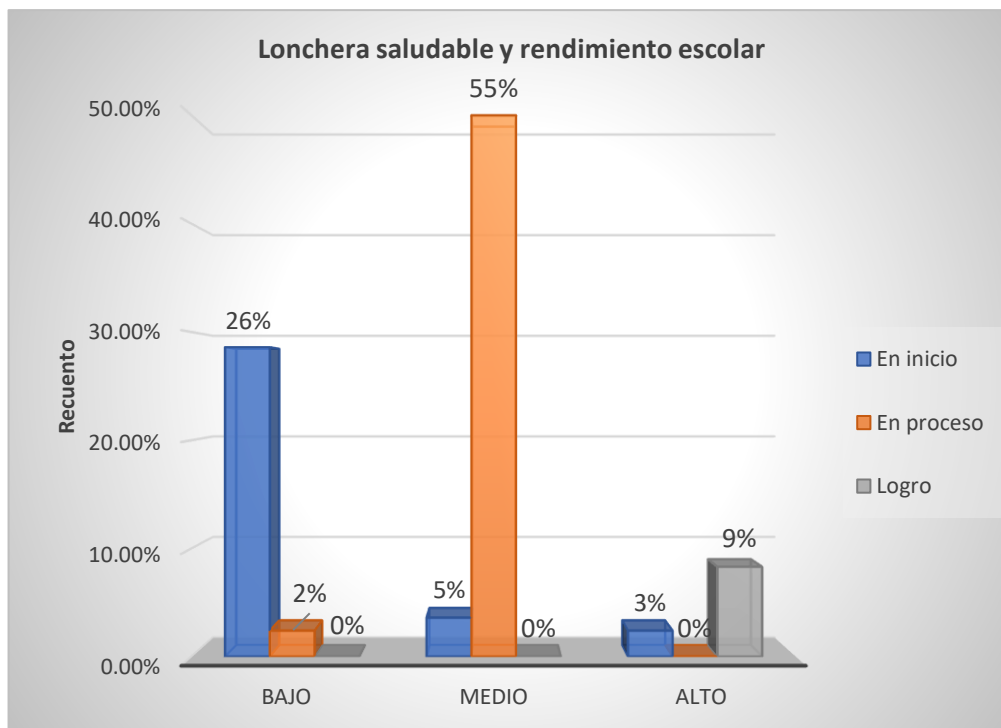


Figura 1 Loncheras saludables y rendimiento escolar

Interpretación

La figura 1 muestra que el 26 % de los niños en el nivel de primaria están en el nivel de primaria, el 2 % en el nivel avanzado y el 0 % en el nivel de rendimiento. Entre ellos, 3% de nivel principiante, 55% de curso, 0% de logro, 0% de lonchera saludable avanzada, 2% en nivel de progreso y 9% de nivel de logro.

Tabla 4: Loncheras saludables y los tipos de alimentos, rendimiento escolar.

		Rendimiento escolar			Total
		En inicio	En proceso	Logro	
Tipos de alimentos	Bajo	21	7	0	28
	Medio	2	33	1	36
	Alto	0	2	6	8
Total		23	42	7	72

Elaboración propia

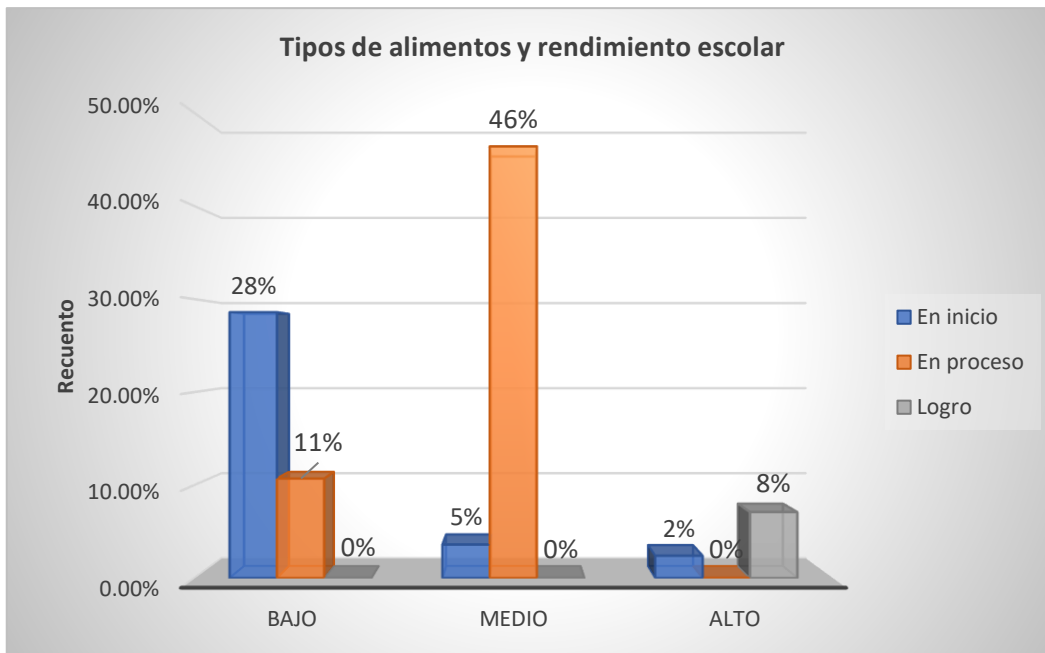


Figura 2 Loncheras saludables y su dimensión en alimentos y Rendimiento escolares

Interpretación

Como se puede ver en la Figura 2, las loncheras saludables por tipo de comida son tan bajo como el 28 % para los niños en etapa temprana, el 11 % para la etapa inicial, el 11 % para la etapa avanzada y el 0 % para la etapa inicial. Almuerzos saludables con variedad de alimentos moderada, 5% en el nivel de inicio de rendimiento escolar, 46% en el nivel de curso, 2% en el nivel de logro; Almuerzos saludables con una variedad alta de alimentos, 0% en el nivel de principiante, 2% en el nivel de rendimiento. el nivel del curso, 8% para el nivel de rendimiento académico.

Tabla 5: Loncheras saludables, cantidad de alimentos y rendimiento escolar

		Rendimiento escolar			Total
		En inicio	En proceso	Logro	
Cantidad de alimentos	Bajo	22	10	0	32
	Medio	2	29	2	33
	Alto	0	3	4	7
Total		24	42	6	72

Elaboración propia.

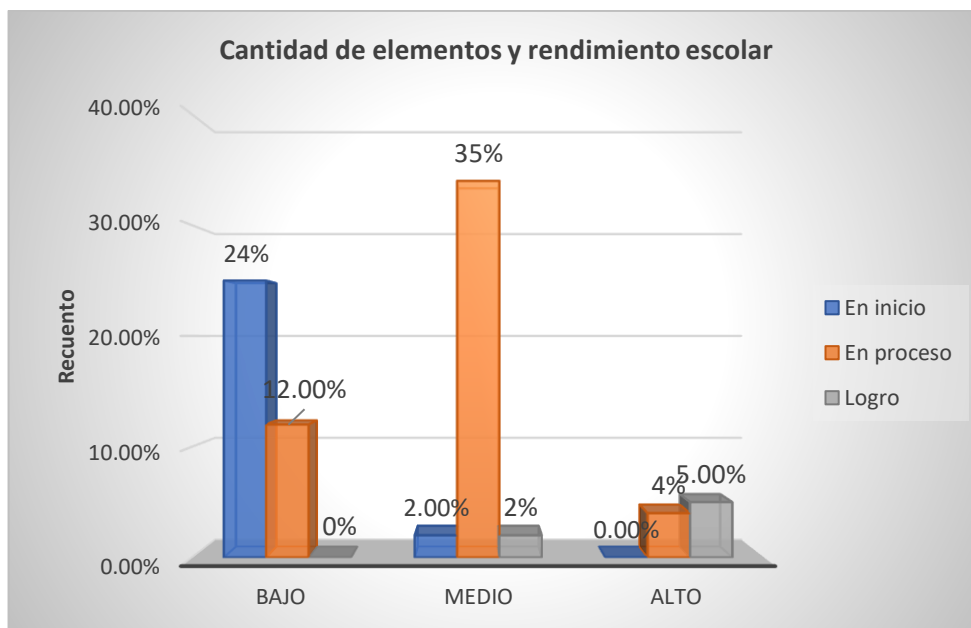


Figura 3 Loncheras saludables en su dimensión cantidad de alimentos y rendimiento escolar

Interpretación

En la <Figura 3 se observa que el 24% de los niños se encuentran en etapa inicial, 12% en etapa avanzada y 0% en etapa incompleta en el caso de loncheras saludables con dimensión de baja cantidad de alimentos. nivel. En el nivel medio de logro y cantidad de rendimiento escolar, el 2 % de la lonchera saludable es el nivel de grado inicial, el 35 % es el nivel del curso, el 2 % es el nivel de logro, el nivel de alimentos de la lonchera saludable es alto, y 0% es el nivel de principiante. 4% en el nivel del curso y 5% en el nivel de rendimiento escolar.

Tabla 6: loncheras saludables, dimensión prácticas alimenticias y rendimiento escolar

		Rendimiento escolar			Total
		En inicio	En proceso	Logro	
Prácticas alimenticias	Bajo	21	10	0	31
	Medio	3	27	2	32
	Alto	0	4	5	9
Total		24	41	7	72

Elaboración propia

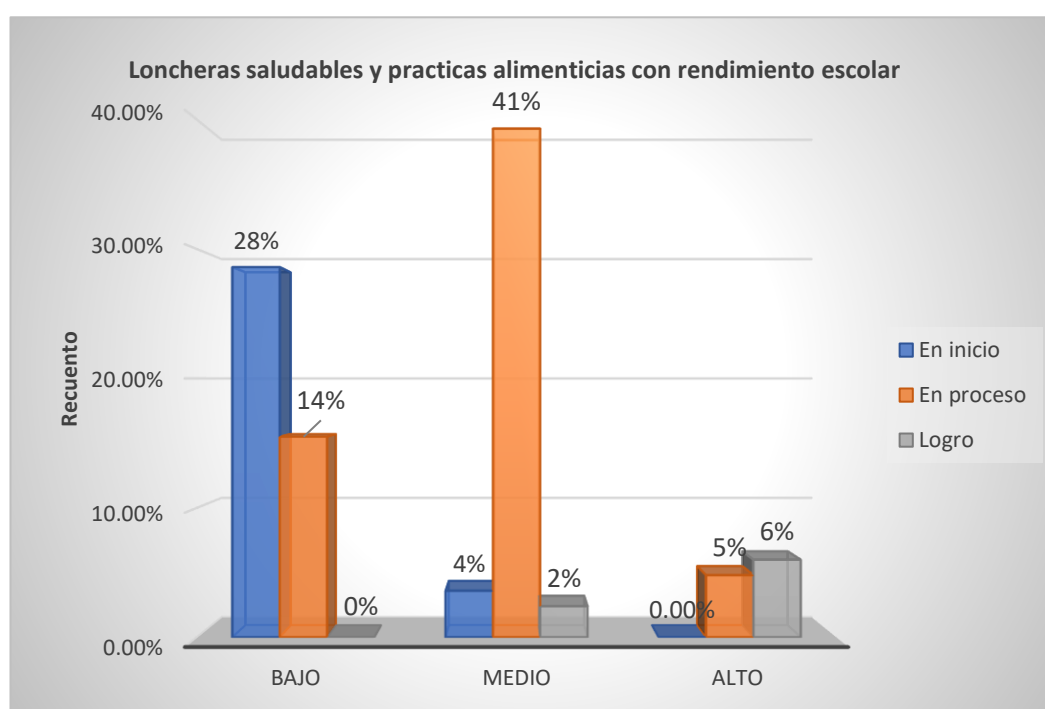


Figura 4 Loncheras saludables y practicas alimenticias y rendimiento escolar

Interpretación

Como se puede observar en la Figura 4, en la dimensión hábitos alimentarios de nivel bajo, el 28% de los niños en su primera infancia se encuentran en el nivel primario, el 14% en el nivel avanzado y el 0% en el nivel avanzado. Nivel de logro del desempeño escolar; de almuerzos saludables en niveles de práctica nutricional moderada, el 4% estaba en el nivel inicial de desempeño escolar, el 41% estaba en el nivel continuo y el

2% estaba en el nivel de logro. En la lonchera de nutrición de práctica de nutrición avanzada, el 0 % es un nivel elemental, el 5 % es un nivel avanzado y el 6 % es un nivel de logro escolar.

4.2 Contrastación de las hipótesis

Hipótesis General

Ho No existe relación entre las loncheras saludables con el rendimiento escolar en los niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15-20347 - Santa María -Huaura.

H₁ Existe relación entre las loncheras saludables con el rendimiento escolar en los niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15-20347 -Santa María -Huaura.

Nivel de significancia: sea $\alpha = 0,05$

Tabla 7: Chi cuadrado-Hipótesis general

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	122,372 ^a	4	,000
Razón de verosimilitud	101,549	4	,000
Asociación lineal por lineal	64,332	1	,000
N de casos válidos	72		

a. 4 casillas (44,4%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,75.

Decisión:

Los grados de significancia de 0,05, evidencia el rechazo de la hipótesis nula (H_0) si χ^2 tabular con $(f-1) * (c-1) = (3-1) (3-1) = 4$ grados de libertad, resulta mayor a χ^2 experimental. $\chi^2_{(0.05, 4)} = 8,3766$.

Decisión estadística:

El valor recae en la región en la cual es rechazada.

Dado que 114,272 es mayor a 8,3766, es aceptada la H_1 .

Conclusión:

Las adecuadas loncheras saludables permitirán un buen rendimiento escolar en los niños del nivel inicial de la entidad referida, por la cual observamos vínculos entre ambas variables sometidas a procesamiento.

Hipótesis específica 1

H_0 No existe influencia positiva entre consumo de proteínas con el rendimiento escolar en los niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15-20347 - Santa María-Huaura.

H_1 Existe influencia positiva entre el consumo de proteínas con el rendimiento escolar en los niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15-20347 -Santa María -Huaura.

Nivel de significancia: sea $\alpha = 0,05$

Tabla 8: Chi cuadrado-Hipótesis específica 1

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	87,332 ^a	4	,000
Razón de verosimilitud	67,549	4	,000
Asociación lineal por lineal	46,714	1	,000
N de casos válidos	72		

Decisión:

Los niveles de significancia de 0,05, en ese sentido ha sido rechazada la hipótesis nula (Ho) si χ^2 tabular con $(f-1) * (c-1) = (3-1) (3-1) = 4$ grados de libertad, es mayor a χ^2 experimental. $\chi^2_{(0,05, 4)} = 8,3766$.

Resultado estadístico:

El valor recae en la región en la cual ha sido rechazada.

Dado que 87,332 es superior a 8,3766, en la cual ha sido aceptada la H_1 .

Conclusión:

El correcto consumo de proteínas en los alimentos hará posible un buen rendimiento escolar en los niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 156-20347 -Santa María-Huaura.

Hipótesis específica 2

Ho No existe influencia positiva entre el consumo de carbohidratos con el rendimiento en los niños del nivel inicial de Institución Educativa Integrada N° 15-20347 -Santa María-Huaura.

H_1 Existe influencia positiva entre el consumo de carbohidratos con el rendimiento escolar en los niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N°

Nivel de significancia: sea $\alpha = 0,05$

Tabla 9: Chi cuadrado- Hipótesis específica 2

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	62,107 ^a	4	,000
Razón de verosimilitud	54,786	4	,000
Asociación lineal por lineal	41,271	1	,000
N de casos válidos	72		

Decisión

El nivel de significancia de 0,05, en ese sentido ha sido rechazada la hipótesis nula (Ho) si χ^2 tabular con $(f-1) * (c-1) = (3-1) (3-1) = 4$ grados de libertad, es superior a χ^2 experimental. $\chi^2_{(0,05, 4)} = 8,3766$.

Estadística:

El valor recae en la región en la cual es rechazada.

Dado que 62,107 es superior a 8,3766, en ese caso es aceptada la H_1 .

Conclusión:

El correcto consumo de carbohidratos en los alimentos hará posible un adecuado rendimiento escolar en los niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N° 15-20347 -Santa María -Huaura.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- Entre los niños y niñas de 3,4 y 5 años matriculados en la Institución Educativa Integrada No. 15-20347 del distrito de Santa María, hubo una correlación entre las loncheras saludables y las notas escolares. Valor del coeficiente de chi-cuadrado $X^2 = 124,382$, 4 grados de libertad, significación $0,000 < 0,05$, los niños de 3,4 y 5 años están en el medio en la hoja de observación de la lonchera saludable, 58,3 %, nivel de proceso, 59, 5 está en %.
- En el dominio de la comunicación de los niños y niñas de 3,4 y 5 años, existe una relación a nivel de alimentación entre el rendimiento escolar y una lonchera saludable. El coeficiente de chi-cuadrado indica significación en $X^2 = 89,622$, 4 gl, $0,000 < 0,05$. Aquí, los niños de 3,4 y 5 años representan el 51,2% de los tipos de alimentos en la tabla de observación de nutrición de la lonchera, que se encuentra en un nivel medio.
- En el dominio comunicación de los niños y niñas de 3,4 y 5 años existe una relación entre el rendimiento escolar y la dimensión cuantitativa del almuerzo nutritivo. El coeficiente chi-cuadrado da un valor de $X^2 = 64,109$ en 4df con una significancia de $0,000 < 0,05$. Aquí, los niños de 5 años tienen una cantidad moderada de alimentos en la tabla de observación de la lonchera saludable, lo que representa el 45,2%.

- Existe una relación entre la lonchera saludable a nivel de práctica de nutrición y el rendimiento escolar de los niños y niñas de 3,4 y 5 años, y el coeficiente chi-cuadrado muestra el valor de $X^2=58.571$ grados de libertad. es 4, el nivel de significación es $0,000 < 0,05$, donde 5 En la dimensión hábitos alimentarios en la tabla de observación del cuadro nutricional, los niños de 10 años tienen un nivel medio de 45,2%.

5.2 Recomendaciones

- Se recomienda a los padres de familia que las loncheras escolares de sus niños deben contener los tres grupos de alimentos y así cubrir los requerimientos nutricionales según el Ministerio de Educación para contribuir a una buena alimentación y de esta forma lograr un desarrollo tanto físico como intelectual.
- Que los directivos y personal de apoyo de las instituciones educativas coordinen con los especialistas en el tema para que capaciten constantemente a las maestras y padres de familia en la importancia de los diferentes grupos de alimentos y en la manipulación de dichos alimentos.
- A los investigadores que desean ampliar la investigación que consideren la evaluación del estado nutricional de los niños y niñas y de esta manera determinar el grado nutricional en que se encuentran dicha población.
- Realizar estudios en instituciones educativas particulares como nacionales, y así realizar la comparación sobre el consumo y la calidad de loncheras.

FUENTES BIBLIOGRÁFICA

6.1 Bibliografía

Backs, M. (2011). *Nutritions*. New York: Guilford's editores.

Castrillejo, C. (2008). *Efectos dela programación académica respecto a los niveles de conocimiento en cuanto a las loncheras en los padres de familia*. Universidad Nacional de Trujillo.

Clavijo, J. (2014). *Grados de Conocimientos sobre valores nutricionales en madres y los vínculos con la situación de nutrición de los educandos*. Chiclayo. : Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo.

Colquehuanca, Z. (2014). *Conocimientos de preparación de loncheras nutritivas por parte de madres de familia con 4-5 años de formación inicial en Instituto Adventista Túpac Amaru e Instituto de Capacitación N° 305* . Juiaca.

Colquicochar, J. (2009). *Vínculos entre el estado nutricional y rendimiento escolar en niños menores de 12 años en una entidad de educación pública*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marco.

Hernández, R. F. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mexico: McGraw-Hill Interamericana.

Lopez, J. (2015). *Compendio sobre las recomendaciones para la preparación de loncheras escolares*. Lima: MINEDU.

Martinez, V. (2005). *Elementos que inciden en el rendimiento académico de los educandos de una entidad de educación*. Madrid: Psicología Educativa.

MINEDU. (2015). *Los caminos para la adquisición de conocimientos. Formas en la cual pueden aprender los infantes en sus inicios escolares. Área curricular Comunicación*. Lima: MINEDU.

- MINSA. (2015). *Índices de Mortalidad en los niños – Aspectos de la actualidad- Plan Nacional*. Obtenido de <http://bvsx.minsas.gob.pe/locaxl/minxsa>
- Norvaez, M. (2010). *Manifestaciones Psicológicas en las etapas escolares*. México D.F.: Editorial Iberoamericana.
- Saavedra, L. D. (2013). *El impacto de las loncheras escolares en el rendimiento académico*. El propósito de este estudio fue evaluar la relación entre el consumo de almuerzos en caja y el rendimiento académico en educación infantil . Iquitos: Punchana.
- Sancez, N. (2010). *Comportamientos en la preparación del almuerzo de madres de niños preescolares a través de un programa de intervención de educación nutricional en Oaxaca*. Mexico.
- Santillana. (2013). *La relación entre el estado nutricional y la ingesta calórica de los alimentos en niños preescolares del Jardín de Niños Rosario Castellanos, Jiquipilco da Manzana Santa Cruz Tepexpan*. Mexico.
- Santillana, A. (2013). *Relationship of nutritional status and food content with caloric intake in Rosario Castellanos Kindergarten kindergarteners from the population of 2da Manzana Santa Cruz Tepexpan, Jiquipilco*. Mexico D.F.: Autonomous.
- Vigotsky, L. (1999). *Teoría e método em psicologia*. São Paulo: 2. Edición Martins Fontes.
- World, H. O. (2014). *Childhood obesity. WHO*. Available at: . Obtenido de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>.
- Zapata, L. D. (2018). *Working memory and academic performance in first semester students of a university in the city of Barranquilla*. Colombia: The Caribbean.

ANEXO

Anexos

UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

FACULTAD DE EDUCACION

ESCALA DE LIKERT

VARIABLE A MEDIR: LONCHERAS SALUDABLES

Muy apreciados alumnos, se les ruega encarecidamente responder con sinceridad las siguientes interrogantes las cuales serán de manera anónima, agradeciéndole su participación, la cual será muy valorada

	MOTIVACION Y ENSEÑANZA	Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	Describe los alimentos de su lonchera				
2	Identifica los diferentes tipos de alimentos de su lonchera.				
3	Te envían pan o galletas en la lonchera todos los días				
4	Consumes leche o yogurt en la lonchera.				
5	Te envía queso y choclo en la lonchera.				
6	Te gustan las ensaladas de verduras				
7.	Tu mamá prepara agua de cebada para tu lonchera.				
8.	Te gusta la comida de Kaliwarma.				
9.	Tu mamá prepara todos los días tu lonchera.				
10	Llevas pan solo en tu lonchera.				
11	Creer que la lonchera es importante para tu salud				

12	Comes fruta todos los días en la lonchera.				
13	Llevas cañihua para la hora de la lonchera.				
14	Tomas leche todos los días.				
15	Comes carnes o pescados una a dos veces por semana.				
16	Te lavas siempre las manos antes de comer tu lonchera y cualquier alimento.				
17	Creer que los dulces y golosinas pueden formar parte de tu lonchera				
18	Una buena lonchera te ayudará a mejorar.				
19	Creer que el huevo es un alimento que te da energía.				
20	Aprendes más cuando llevas una lonchera saludable.				

VALORACIÓN:

Siempre	3	Casi siempre	2	A veces	1	Nunca	0
---------	---	--------------	---	---------	---	-------	---

CALIFICATIVO:

26 - 30	Muy bueno
21 - 25	Bueno
16 - 20	Regular
00 - 15	Deficiente

UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

FACULTAD DE EDUCACION

ESCALA DE LIKERT

VARIABLE A MEDIR: RENDIMIENTO ESCOLAR

INSTRUCCIONES: Estimados docentes a continuación se presentan un conjunto de ítems sobre RENDIMIENTO ESCOLAR, por favor responda con toda objetividad, pues de ello dependerá el éxito en el presente estudio de investigación. Marque con una (X) su respuesta en los recuadros valorados.

	RENDIMIENTO ESCOLAR	Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	Describe una lámina con claridad				
2	Explica la secuencia de un cuento				
3	Reconoce las vocales en una lamina				
4	Repite la letra de una canción				
5	Expresa una poesía				
6.	Propone diferentes ejercicios utilizando las nociones :hacia arriba, hacia abajo, hacia un lado, hacia el otro				
7.	Realiza Mediciones utilizando sus manos				
8.	Construye grupo verbalizando el criterio				
9.	Compara objetos para formar agrupación				
10	Se agrupa de acuerdo al número que se presenta				

VALORACION

Siempre	3	Casi siempre	2	A veces	1	Nunca	0
---------	---	--------------	---	---------	---	-------	---

CALIFICATIVO

26 - 30	Muy bueno
21 - 25	Bueno
16 - 20	Regular
00 - 15	Deficiente