



Universidad Nacional

SAN LUIS GONZAGA



Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional

Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales Creative Commons, permitiendo a otras solo descargar sus obras y compartirlas con otras siempre y cuando den crédito, pero no pueden cambiarlas de forma alguna ni usarlas de forma comercial.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0>



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA
FACULTAD DE ENFERMERIA
UNIDAD DE INVESTIGACION
EVALUACION DE ORIGINALIDAD

CONSTANCIA N° 096 – 2026

El que suscribe, deja constancia que se la realizado el análisis con el software de verificación de similitud al **INFORME FINAL** cuyo título es:

“Intervención educativa para mejorar conocimientos sobre alimentación saludable en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025”

Presentado por:

BACH. ANA MARÍA SAYRITUPAC ARAUJO

Bachiller del nivel de Pregrado de la Facultad de Enfermería El resultado obtenido es 3% por el cual se otorga el calificativo de APROBADO, según Reglamento para la evaluación de la Originalidad de los documentos de investigación. Se adjunta al presente el reporte de evaluación con el software de verificación de originalidad.

Ica, 12 de mayo del 2026

Operador KDT
Fecha y hora: 12 may 2026 12:12 P.M.
Id: 589564361

UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA"
FACULTAD DE ENFERMERIA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN
Dra. NORMA PASTOR RAMÍREZ
DIRECTORA

UNIVERSIDAD NACIONAL “SAN LUIS GONZAGA”
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN
FACULTAD DE ENFERMERÍA



Intervención educativa para mejorar conocimientos sobre alimentación
saludable en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N°
89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025

Línea de Investigación
Salud pública y Conservación del Medio Ambiente

INFORME FINAL DE TESIS PARA OPTAR EL TITULO DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA

Autor:
Bach. ANA MARÍA SAYRITUPAC ARAUJO

Asesora:
MG. ROSA RAMOS RAMOS
Código ORCID: 0000-0082-7190-22197

Ica – Perú
2026

DEDICATORIA

Dedico la presente tesis de licenciatura, en primer lugar, a mis hijos, quienes constituyen mi mayor fuente de inspiración y motivación permanente para alcanzar mis metas profesionales.

A mi padre, quien desde el cielo guía mis pasos.

A mi esposo, por su apoyo constante, comprensión y acompañamiento incondicional a lo largo de este proceso académico, así como por su confianza y aliento en cada etapa de este logro.

A mis amigos, por la colaboración, el compromiso y el compañerismo demostrado durante el desarrollo de esta formación profesional.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por brindarme la fortaleza y perseverancia necesarias para culminar esta etapa de mi formación profesional.

Expreso mi profundo agradecimiento a la Institución Educativa Inicial N.º 89 UPIS “El Huarango” por brindarme las facilidades necesarias para la ejecución del presente estudio.

Expreso mi sincero agradecimiento a mi asesora, por sus enseñanzas orientación y los conocimientos impartidos durante el desarrollo de mi tesis.

Mi agradecimiento especial a las enfermeras, por su apoyo, experiencia y valiosos aportes, los cuales contribuyeron con sus enseñanzas

A mi esposo, por su apoyo constante y comprensión incondicional.

A mis hijos, por su amor y paciencia, y por ser mi mayor motivación.

A mi sobrina Lohana, quien me apoyó a lo largo de mi carrera.

A mi familia y amigos, por el respaldo y acompañamiento brindado durante este proceso académico.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS	iii
ÍNDICE	iv
ÍNDICE DE TABLAS	v
ÍNDICE DE FIGURAS	vi
RESUMEN.....	vii
ABSTRACT.....	viii
I. INTRODUCCIÓN	9
II. ESTRATEGIA METODOLÓGICA	17
III. RESULTADOS.....	19
IV. DISCUSIÓN	20
V. CONCLUSIONES	28
VI. RECOMENDACIONES	30
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	30
VIII. ANEXOS	35

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Efectividad general de la intervención educativa sobre alimentación saludable.	19
Tabla 2. Efectividad de la intervención educativa sobre alimentación saludable según la dimension generalidades.....	20
Tabla 3. Efectividad de la intervención educativa sobre alimentación saludable según la dimensión requerimientos nutricionales.....	21
Tabla 4. Efectividad de la intervención educativa sobre alimentación saludable según la dimensión frecuencia de consumo.....	22

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Resultados del pre y post general.....	48
Figura 2. Resultados del pre y post de la dimensión 1.....	48
Figura 3. Resultados del pre y post de la dimensión 2.....	49
Figura 4. Resultados del pre y post de la dimensión 3.....	49
Figura 5. Base de datos de la investigación	50
Figura 6. Evidencia fotográfica.....	57

RESUMEN

El presente estudio tuvo como **objetivo** determinar la efectividad de una intervención educativa en la mejora de los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de preescolares de la Institución Educativa Inicial N.º 89 UPIS “El Huarango”, Ica, 2025. **Material y método:** Investigación de enfoque cuantitativo, de diseño preexperimental y corte longitudinal, con aplicación de pre y post test. La muestra estuvo conformada por 101 madres de niños en edad preescolar. Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario estructurado que evaluó el nivel de conocimientos sobre alimentación saludable, validado por un juicio de 8 expertos y una prueba binomial ($p=0.002$), y confiable ($KR-20=0.67$). Los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva e inferencial; se aplicó la prueba de Shapiro-Wilk para evaluar normalidad y la prueba de Wilcoxon para comparar los resultados antes y después de la intervención. Los **resultados**, antes de la intervención educativa, el 83.2% de las madres presentó un nivel medio de conocimientos, el 12.9% nivel alto y el 4.0% nivel bajo. Después de la intervención, el 100% alcanzó un nivel alto de conocimientos. La puntuación media se incrementó de 13.91 (DE=3.58) a 23.38 (DE=1.28), evidenciando una mejora de 9.47 puntos. La prueba de Wilcoxon mostró diferencias estadísticamente significativas ($p < 0.05$). **Conclusiones:** Se concluye que la intervención educativa fue altamente efectiva, ya que mejoró significativamente los conocimientos sobre alimentación saludable en las madres participantes, constituyéndose en una estrategia válida para promover prácticas alimentarias saludables y contribuir a la prevención de problemas nutricionales en la población infantil.

Palabras clave: Alimentación saludable, intervención educativa, conocimientos maternos, preescolares, nutrición infantil.

ABSTRACT

The present study aimed to determine the effectiveness of an educational intervention in improving knowledge of healthy eating among mothers of preschoolers at Early Education Institution No. 89 UPIS "El Huarango," Ica, 2025. Material and methods: A quantitative research approach with a pre-experimental and longitudinal design was developed, applying pre- and post-tests. The sample consisted of 101 mothers of preschool-aged children. For data collection, a structured questionnaire was used to assess the level of knowledge on healthy eating, validated by a panel of 8 experts and a binomial test ($p=0.002$), with a reliability of $KR-20=0.67$. Data were analyzed using descriptive and inferential statistics; the Shapiro-Wilk test was applied to evaluate normality, and the Wilcoxon signed-rank test was used to compare results before and after the intervention. Results: Before the educational intervention, 83.2% of the mothers showed a medium level of knowledge, 12.9% a high level, and 4.0% a low level. After the intervention, 100% reached a high level of knowledge. The mean score increased from 13.91 ($SD=3.58$) to 23.38 ($SD=1.28$), demonstrating an improvement of 9.47 points. The Wilcoxon test showed statistically significant differences ($p < 0.05$). Conclusions: It is concluded that the educational intervention was highly effective, as it significantly improved knowledge of healthy eating among the participating mothers, establishing itself as a valid strategy to promote healthy dietary practices and contribute to the prevention of nutritional problems in the childhood population.

Keywords: Healthy eating, educational intervention, maternal knowledge, preschoolers, child nutrition.

INTRODUCCIÓN

Planteamiento del problema

La Organización Mundial de la Salud (OMS)¹, en el año 2026, dio a conocer que 144 millones de niños, menores de 5 años sufren retraso en su desarrollo; 38,3 millones sufren de sobrepeso u obesidad; indicando que el 45% de las muertes en este rango de edad, están relacionados a la desnutrición.

A su vez, en el año 2023, la Organización Panamericana de la Salud (OPS)² estableció que existen brechas en la alimentación saludable en niños menores de 5 años, indicando que un 36% tienen malnutrición por exceso y defecto, incidiendo en alimentos procesados, especialmente en la etapa preescolar, donde las preparaciones de las loncheras son inadecuadas, por ello implementaron estrategias educativas.

La alimentación saludable en la infancia se entiende como un patrón de ingesta que aporta energía y nutrientes suficientes, seguros sostener el crecimiento físico, el desarrollo neurológico y la función inmune. En el caso de los preescolares, se recomienda ofrecer diariamente alimentos de todos los grupos, garantizando proporciones que resguarden los requerimientos de macronutrientes y micronutrientes sin exceder el aporte de azúcares, sodio ni grasas saturadas³.

Acorde con los principios rectores de organizaciones internacionales, bajo el Documento Técnico Normativo R.M. N° 1353-2018, este tipo de alimentación es aquella que suministra todos los nutrientes esenciales y la energía necesaria para que la persona se mantenga sana⁴.

La pedagogía nutricional recurre a una clasificación funcional que agrupa los alimentos según su rol principal en el organismo infantil, cuyo dominio representa un indicador fiable del conocimiento materno. Las intervenciones educativas en salud, bien estructuradas y adaptadas a la realidad familiar, implican enseñar a los cuidadores a estimar las raciones utilizando medidas caseras sencillas, como usar la palma de la mano del niño para las carnes y a intercalar alimentos de forma inteligente. El objetivo final de este acompañamiento pedagógico no es solo brindar información, sino transformar de manera positiva, sostenible y medible los hábitos nutricionales dentro del hogar⁵.

UNICEF⁶ en el 2023 la prevención de la malnutrición es un eje primordial, considerando que en Latinoamérica existe una brecha del 35.6% de niños con desnutrición y sobre peso, esto debido a prácticas alimenticias inadecuadas como la presentación de alimentos con exceso de carbohidratos o de alimentos procesados, dejando de lado el consumo de frutas, verduras o proteínas obtenidas de las carnes rojas o blancas, para ello establecieron acciones de demostración en la preparación de alimentos adecuados para niños en etapa preescolar.

El Consejo Consultivo para la Desnutrición Crónica Infantil⁷, en el año 2022, evidenció que Ecuador presenta una prevalencia de desnutrición crónica infantil del 23.0% en menores de 5 años, subiendo críticamente al 27.2% en menores de 2 años.

El Ministerio de Salud del Perú (MINSA)⁸ en el 2023 indicó que existe un 12.7% de niños en edad preescolar con desnutrición, además de 9.1% con sobrepeso u obesidad, y el 42.4% tenían anemia, especialmente en Huancavelica, Amazonas y Tacna esto debido a la dieta inadecuada que los padres brindan en el hogar y que envían a los nidos, jardines o guarderías, la prevalencia de alimentos procesados es la causa principal y la ingesta de alimentos pobres en fibra, carbohidratos y proteínas también.

En la Región de Ica, según el Instituto Nacional de estadística e informática y la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar, en el año 2024, en el capítulo relacionado con el estado nutricional de los infantes, la anemia afectó al 29,3% de niños de 6 a 59 meses de edad, mientras que en el año 2023 se presentó un 28,6%. Se apreció el incremento de anemia solo en hombres con un 32,3% en referencia al año 2022⁹.

Para la investigación se tomó como bases el modelo de la promoción de la salud de Nola Pender, propone que la probabilidad de adoptar una conducta saludable aumenta cuando el individuo percibe beneficios, experimenta afecto positivo hacia la conducta, se siente capaz de ejecutarla (eficacia), recibe apoyo social y enfrenta menores barreras percibidas. Las intervenciones educativas basadas en el modelo de Pender incluyen actividades dirigidas a aumentar la percepción de beneficios, reducir barreras, fortalecer el apoyo social y construir habilidades prácticas que incrementen la eficacia.

La adopción de prácticas alimentarias en el hogar depende de factores conductuales que deben abordarse de manera integral.

Es vital reestructurar las experiencias negativas previas como la frustración ante al rechazo infantil al consumo de verduras y motivar a las madres visibilizando los beneficios reales que una buena alimentación mejora el crecimiento y desarrollo de sus hijos. Al mismo tiempo, la intervención educativa debe derribar las barreras percibidas vinculadas al costo, el tiempo o las habilidades culinarias, demostrando que comer sano es accesible. Finalmente, el cambio radica en fortalecer la eficacia de la madre para organizar y preparar los alimentos, lo cual se consolida en las experiencias prácticas.¹⁰

Debido a factores socioeconómicos y laborales, los padres de los niños de esta institución educativa suelen enviar loncheras deficientes en nutrientes, exponiendo a los niños a una desnutrición u obesidad, una nutrición adecuada es clave para el desarrollo.

Ante este escenario, el presente trabajo busca educar a los padres a través de sesiones educativas y demostrativas para promover hábitos de alimentación saludable.

Antecedentes internacionales

Umiyarni y Citra¹¹, realizaron una investigación en Indonesia, con la finalidad de analizar cómo influye la educación nutricional en los conocimientos, actitudes y prácticas nutricionales de las madres de niños de 3 a 6 años, en el año 2025. El estudio tuvo un diseño cuasi experimental, contando con un pre-test y post-test a 54 madres con niños de 3 a 6 años de 8 instituciones preescolares en la Regencia de Banyumas. En cuanto a los resultados hubo un aumento importante en las puntuaciones de conocimiento, actitudes y prácticas nutricionales de 8.0 y 1.0 puntos ($p: 0.000 < 0.05$). Además, se observó un aumento significativo en la ingesta nutricional, incluyendo 31,15 g de carbohidratos, 1,44 g de fibra y 380,07 proteínas. En conclusión, esta intervención digital tuvo un impacto bueno en la mejora del conocimiento y actitudes en madres, así como el aumento de la ingesta de carbohidratos, fibra y vitamina A en niños.

Naik, et al¹². Realizaron un estudio de investigación en India, con el objetivo de determinar la efectividad de las intervenciones de educación nutricional en entornos en los niños, en el año 2025. Su diseño fue cuasi experimental entre padres de niños menores de 5 años en áreas rurales seleccionadas. El tamaño de la muestra fue de 78 padres, 39 en el grupo de control y 39 grupo de intervención. Tuvo como resultado antes de la intervención el 88,9% presento un deficiente conocimiento, luego de la intervención el 80% presentaba un nivel de conocimiento adecuado. En conclusión, la intervención tuvo un efecto positivo.

García y Marrero¹³, realizó un estudio en España, cuyo objetivo fue capacitar a las madres de los educandos de educación infantil de un colegio de Arrecife en alimentación saludable a través del diseño, ejecución y evaluación de un programa educativo, en el año 2023. El estudio fue cuantitativo, longitudinal, pre experimental, con aplicaciones de instrumentos de pre y post test. Los resultados encontrados fueron que el conocimiento sobre alimentación saludable después de la intervención mejoró a 81% buena, 14% regular y 5% mala, el peso fue normopeso en el 75% de los infantes, el 12.5% tuvo sobrepeso y obesidad. Concluyendo que el programa “Comer bien para vivir mejor” fue efectivo.

Silva y Angamarca¹⁴, realizaron una investigación en España, con la finalidad de determinar el nivel de conocimiento y prácticas de alimentación saludable en niños de 1 a 5 años de La Esperanza en Ibarra, en el año 2022. El estudio fue cuasi experimental, cuantitativo y prospectivo, la muestra fue de 30 madres, con pre y post test. Resultados fueron que el 76.77% tenían estudios secundarios, el 51% tenían entre 2 y 3 hijos, en el pre test el 77.33% fue regular, el 17.44% mala y el 5.23% buenos, en el post test el 74.45% fue bueno, el 20.41% fue regular y el 5.14% fue mala. Se concluye que la intervención educativa fue efectiva en la mejora de conocimientos sobre alimentación saludable.

Cabarcas M¹⁵. Realizó su investigación en Colombia, con el objetivo de determinar la efectividad de un programa de educación alimentaria y nutricional implementado en Centros de Desarrollo Infantil (CDI), en el año 2021. Mediante un estudio cuantitativo cuasi experimental de pre y post test, trabajando con una muestra de 110 padres de preescolares. Obteniendo como resultados el incremento en el consumo diario de alimentos nutritivos, como frutas enteras (del 41.8% al 56%) y carnes (del 9% al 22%). Finalmente, concluyó que el programa educativo fue eficiente al generar un impacto positivo sobre las actitudes, las prácticas familiares y el estado nutricional de los participantes.

Antecedentes nacionales

Ayme Y¹⁶. Realizó un estudio en Huamanga, Perú, con el objetivo de determinar la relación entre los conocimientos sobre alimentación saludable y la calidad de loncheras preparadas por las madres de preescolares, Institución educativa de nivel inicial Ana María Rivier, en el año 2024. El estudio fue cuantitativo, descriptivo, correlacional y transversal, muestra de 30 madres, se empleó la entrevista como técnica y el cuestionario como instrumento. Resultados: El nivel de conocimiento fue regular en el 43.3%, y bajo en el 36.7%, la calidad de la lonchera fue poco saludable en el 56.7%, saludables en el 30% y no saludables en el 13.3%. Concluyendo que existe una relación de baja intensidad.

Nieto y Sánchez¹⁷, realizaron un estudio en Pucusana, Lima, con el objetivo de determinar el efecto de la intervención de enfermería en el conocimiento sobre alimentación saludable en las madres con niños en etapa preescolar, en el año 2023. El estudio fue cuantitativo, pre experimental y longitudinal, muestra de 40 madres y se usó un cuestionario. Resultados: Los conocimientos antes del pre test fue que el 58% tuvieron conocimientos regulares, el 30% malos y el 12% buenos, en el post test el 78% tuvieron conocimientos buenos, el 22% regulares. Concluyendo que la aplicación de un programa educativo a través de intervenciones de enfermería demostró que era efectivo.

Martel y Veliz¹⁸, realizaron un estudio en Cerro de Pasco, con el objetivo de conocer la relación entre los conocimientos sobre alimentación infantil y actitudes hacia el consumo de alimentos procesados en madres de niños preescolares, en el año 2023. El estudio fue cuantitativo, correlacional y prospectivo, muestra de 91 madres. Resultados, el nivel de conocimientos fue regular en el 38.5%, bajo en el 33% y alto en el 28.6%, las actitudes fueron indiferentes en el 40.7%, de rechazo en el 30.7% y el 28.6% fue de aceptación. Concluyendo que existe relación significativa entre los conocimientos sobre alimentación saludable y actitudes hacia el consumo de alimentos procesados.

Rodríguez y Vargas¹⁹ realizaron un estudio en Trujillo, con el objetivo determinar la relación entre el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable y hábitos alimentarios en preescolares de la institución educativa Francisco de Zela N° 80028 El Porvenir, en el año 2023.

Estudio de tipo descriptivo y correlacional, muestra de 66 madres de niños de 3, 4 y 5 años, usando cuestionarios. Resultados: El 61% tenían conocimientos adecuados sobre alimentación saludable y el 39% eran inadecuados, mientras que los hábitos alimentarios eran adecuados en un 66% de preescolares e inadecuados en el 34%. Concluyendo que existe relación directa entre las variables de estudio.

Díaz y Toro²⁰, realizaron una investigación en Trujillo, con el objetivo de determinar el nivel de conocimiento y las prácticas sobre alimentación del preescolar en las madres de niños matriculados en una institución educativa inicial de Ciudad Eten, en el año 2021. El estudio fue cuantitativo y descriptivo, muestra fue 101 madres, los datos se obtuvieron a través del uso de cuestionarios. Los resultados encontrados fueron que el 70.3% de las madres presentaron niveles regulares de conocimientos y el 89.1% tienen prácticas adecuadas. Concluyendo que los conocimientos son regulares y las prácticas adecuadas sobre alimentación en las madres de niños pre escolares.

Ramos Y²¹. Realizó un estudio en Lima, con el objetivo de determinar la efectividad de una intervención educativa en el incremento de conocimientos sobre alimentación saludable en madres de preescolares de una institución educativa, en el año 2021. El estudio fue cuantitativo, cuasi experimental y descriptivo, muestra de 60 madres, se aplicaron cuestionarios. Resultados: Antes de la intervención educativa el 45% tenían conocimientos y el 55% no, además después de la aplicación se halló que el 62% tenían conocimientos sobre alimentación saludables y el 38% no tenían conocimientos. Concluyendo que la intervención educativa es efectiva para mejorar los conocimientos.

Tarazona G²². Realizó un estudio en Lima, con el objetivo determinar la relación que existe entre el conocimiento materno sobre alimentación saludable y el estado nutricional en niños preescolares de una institución educativa de Lima Metropolitana, en el año 2021. El estudio fue de tipo observacional, analítico, prospectivo y correlacional, el cual conto con una muestra de 132 madres de niños preescolares, para recolectar los datos se empleó un cuestionario y la ficha epidemiológica. Los resultados obtenidos fueron que el 47% tuvieron buen nivel de conocimientos, el peso fue normal en el 94.4%. Concluyendo que existe relación inversa débil entre las variables.

Antecedentes locales

Rimachi Y²³. Realizo una investigación en Ica, con el objetivo de saber el nivel de conocimiento sobre la lonchera saludable y la efectividad del programa educativo en madres de niños preescolares de la Institución Educativa Inicial N°75, en el año 2025. Fue cuantitativa y pre experimental. La muestra estuvo fue de 100 madre, utilizando un cuestionario validado. Como resultado se obtuvo antes de la intervención un 56% tuvo un conocimiento deficiente y un 14% bueno, luego de la intervención educativa, un 60% presento nivel bueno y el 10% bajo. En

conclusión, el programa educativo el conocimiento es bueno en las madres de los niños preescolares.

Ochoa C²⁴. Realizó una investigación en Chíncha, con el objetivo de determinar la relación entre el conocimiento sobre alimentación saludable y estado nutricional del preescolar de la I.E.I. N° 407, el Carmen, en el año 2022. El estudio fue cuantitativo, descriptivo-correlacional y transversal, muestra de 44 madres. Resultados: El 73% tenían conocimientos regulares, en grupo de alimentos el 48% fue regular, pirámide nutricional el 75% fue regular y en preparación e higiene el 57% fue regular, estado nutricional normal en el 60%, obesidad en el 29%. Concluyendo que los conocimientos fueron regulares en las madres y el estado nutricional normal en los preescolares.

Problema general

¿Cuál es la efectividad de la intervención educativa en los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de pre escolares de la institución educativa inicial N°89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025?

Problemas específicos

- ¿Cuál es la efectividad de la intervención educativa en los conocimientos sobre alimentación saludables según la dimensión generalidades en madres de pre escolares antes de la intervención educativa en la institución educativa inicial N°89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025?
- ¿Cuál es la efectividad de la intervención educativa en los conocimientos sobre alimentación saludables según la dimensión requerimientos nutricionales en madres de pre escolares antes de la intervención educativa en la institución educativa inicial N°89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025?
- ¿Cuál es la efectividad de la intervención educativa en los conocimientos sobre alimentación saludables según la dimensión frecuencia de consumo en madres de pre escolares antes de la intervención educativa en la institución educativa inicial N°89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025?

Justificación e importancia de la investigación

Las instituciones educativas son lugares donde los niños pasan la mayor parte del día. Por lo tanto, el ambiente escolar se considera ideal para implementar estrategias de educación nutricional que promuevan una alimentación saludable. Los resultados que se obtuvieron de esta investigación teniendo como base la teoría de Nola Pender, la cual menciona que las acciones de enfermería en el primer nivel de atención deben basarse en la promoción y prevención en la salud. En lo práctico y metodológico, el personal de enfermería cumple un rol importante dentro de las estrategias y

planes sanitarios de salud alimentaria dando educación a los padres y/o cuidadores siendo apto para realizar la evaluación y detección de la desnutrición en la preparación de alimentos saludables, y así prevenir posibles morbilidades. Por otro lado, en lo social, la investigación tiene como finalidad mejorar la alimentación saludable de los pre escolares del centro educativo I. E. N°89, ya que es un problema de salud pública en la región de Ica, las altas tasas de un 32,3%, requiriendo de una atención y así ofrecer un servicio a la población infantil un servicio individual y social a los estudiantes.

Importancia

La alimentación saludable es importante para el desarrollo integral de los pre-escolares, así como para su desarrollo mental, por ello se les debe concienciar a los padres de familia y/o cuidadores, sobre la alimentación saludable para prevenir enfermedades. Considerando a los preescolares de esta institución educativa, ya que se trata de una población vulnerable, debido a su estrato socioeconómico. Teniendo en consideración que los padres no están presentes la mayor parte del día, enviándolos a su institución con una lonchera poco saludable y baja en nutrientes, lo cual los hace convivir de manera continua con la desnutrición y la obesidad; lo cual limita su desarrollo cognitivo y su rendimiento académico. Bajo esta problemática, se planteó instruir a los padres a través de técnicas educativas, como sesiones educativas y demostrativas, que les permita aumentar sus conocimientos sobre alimentación saludable.

Objetivo general

Determinar la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre alimentación saludable en madres de pre escolares de la institución educativa inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.

Objetivos específicos

- Determinar la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre la dimensión generalidades en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.
- Determinar la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre la dimensión requerimientos nutricionales en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.
- Determinar la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre la dimensión frecuencia de consumo en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.

Hipótesis y variables

Hipótesis alterna (H₁)

La intervención educativa es efectiva para mejorar los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.

Hipótesis nula (H0)

La intervención educativa no es efectiva para mejorar los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.

Hipótesis específicas

- La intervención educativa es efectiva para mejorar los conocimientos sobre la dimensión generalidades en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.
- La intervención educativa es efectiva para mejorar los conocimientos sobre la dimensión requerimientos nutricionales en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.
- La intervención educativa es efectiva para mejorar los conocimientos sobre la dimensión frecuencia de consumo en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.

Variables

Variable Dependiente: Conocimientos sobre alimentación saludable

Variable Independiente: Intervención educativa sobre alimentación saludable.

La estructura de la presente investigación se dividió en 8 partes: iniciando con: I. Introducción, cuyo contenido es la problemática, antecedentes, base teórica, justificación y objetivos de la investigación; II: Estrategia Metodológica, donde se muestra el tipo, diseño, población y muestra, técnica, instrumentos y métodos de análisis de datos; III: Resultados, según los objetivos; IV: Discusión, donde se contrastan los resultados obtenidos frente a los antecedentes; V: Conclusiones; VI: Recomendaciones; VII: Referencias bibliográficas tomando en consideración el estilo Vancouver, y VIII: Anexos, donde se incluyen: Operacionalización de variables, Matriz de consistencia, Instrumento de recolección de datos, consentimiento informado, gráficos estadísticos y autorización institucional.

II. ESTRATEGIA METODOLÓGICA

Tipo y diseño de la investigación

Tipo de investigación

Se realizó una investigación de enfoque cuantitativa, ya que, como lo describen Hernández y Mendoza²⁵, se realizó una recolección de datos, para así poder probar las hipótesis planteadas y medir las variables. Finalmente realizar un análisis estadístico.

Nivel de investigación: Explicativo, ya que se busca evidenciar los cambios observados en las variables.

Diseño: Se empleó un diseño pre experimental debido a que se va manipular una variable a través de un pre y post test.

Población y muestra (muestreo)

La población fue integrada por 101 padres de niños de la institución educativa, a quienes se aplicó las intervenciones educativas, para ello se tuvo en cuenta criterios de selección.

Tamaño de la muestra:

Se trabajó con el 100% de la población en estudio por ser una muestra pequeña.

Criterios de inclusión:

- Padres de niños que firmen el consentimiento informado, asegurando su participación durante todas las actividades a realizar.
- Padres de niños matriculados antes de iniciar el estudio.
- Padres de niños que realicen la preparación de alimentos para el niño

Criterios de exclusión:

- Padres de niños que no sean responsables del cuidado directo del niño.
- Padres de niños que no puedan participar de todas las actividades educativas o solo parte de ellas.

Técnica e instrumentos de recolección de datos

Para realizar la investigación, se desarrolló un Plan de Sesiones Educativas (ver anexo 7), una vez culminado, se procedió a su implementación. Para la variable de conocimientos sobre alimentación saludable, se empleó como técnica la encuesta, y de instrumento el cuestionario de la investigación de Ramos Y²⁶, adaptación del cuestionario de Mondalgo J²⁷.

El instrumento fue validado a través de un juicio de expertos (3 metodólogos y 5 de salud comunitaria y familiar), posteriormente se le aplicó la prueba binomial, obteniendo $p = 0.02$, demostrando la validez del instrumento. La confiabilidad se halló a través de una prueba piloto por la autora, a través de coeficiente de Kuder Richardson, obteniendo $KR-20 = 0.67$, con un índice alto de confiabilidad.

El cuestionario está conformado por los datos generales y 25 preguntas politómicas, asignando 1 punto a las respuestas correctas y 0 a las respuestas incorrecta.

Para la recolección de datos, se gestionó una carta de presentación en el decanato de la facultad de enfermería de la UNICA dirigida hacia la institución educativa. Una vez aprobado, se coordinó con las autoridades y docentes para convocar a los padres y/o tutores, a quienes se les informó sobre el propósito de la investigación y se les solicitó la firma del consentimiento informado, garantizando la participación voluntaria y el cumplimiento de los principios éticos.

El proceso continuó con la aplicación del cuestionario en la fase de pre-test para diagnosticar el nivel de conocimientos basal; posteriormente, se ejecutó la intervención educativa mediante sesiones programadas, y finalmente se aplicó el post-test para medir la efectividad de la estrategia y cuantificar la mejora en los conocimientos de las participantes.

Para el análisis de los datos, se vaciaron a una tabla matriz en el programa Excel del paquete Office 365 y se realizó una codificación de los ítems, donde se elaboró las tablas y finalmente se analizan en la discusión según antecedentes.

Consideraciones Éticas: Para el presente trabajo de investigación se tomaron en cuenta los principios de:

- **Confidencialidad:** Está orientado a las acciones que la investigadora realiza para asegurar que los datos personales del participante no sean expuestos, para ello utiliza iniciales o codificara los instrumentos con el objetivo de no dar a conocer la identidad de los sujetos de estudio.
- **Beneficencia:** La beneficencia tiene su razón de ser en los objetivos que persiguen los estudios de investigación, ya que todos buscan un beneficio en las poblaciones que forman parte de ellos, ya sea beneficiando su estado de salud, evitando la aparición o complicaciones de enfermedades.
- **Autonomía:** La autonomía se considerará en el respeto a la decisión que los participantes tienen en relación a su participación en el estudio, los cuales pueden dejar de participar por considerar que son lesivos hacia su integridad física o psicológica y no deben de sufrir de algún tipo de represalia.
- **No Maleficencia:** Abarca las acciones que se realizan para evitar que el sujeto de estudio sufra algún tipo de problema físico o psicológico a causa de su participación.

III. RESULTADOS

3.1 Análisis e interpretación de los resultados

Tabla 1. Efectividad de la intervención educativa en la mejorar de conocimientos sobre alimentación saludable

Nivel	PRE_n	PRE %	POS_n	POS %
Bajo	4	3,96%	0	0%
Medio	84	83,17%	7	6,93%
Alto	13	12,87%	94	93,07%
Total	101	100%	101	100,0%

Fuente: Encuesta sobre alimentación saludable respondido por padres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica.

Interpretación: Antes de la intervención educativa, la distribución del nivel de conocimientos se concentra en el estrato Medio (83,17%), con una proporción limitada en Alto (12,87%) y un remanente menor en Bajo (3,96%). Este patrón inicial es coherente con un déficit educativo moderado en la población objetivo, también compatible con brechas en contenidos clave de alimentación saludable para preescolares.

Tras la intervención, el 93,07% de las madres alcanza el nivel Alto, desapareciendo completamente el nivel bajo. Este desplazamiento integral de la distribución sugiere un impacto educacional muy elevado y homogéneo en la cohorte, consistente con una intervención bien diseñada en términos de pertinencia cultural, claridad didáctica, adecuación del lenguaje y materiales de apoyo.

Tabla 2. Efectividad de la intervención educativa sobre alimentación saludable según la de

Generalidades de la alimentación saludable	PRE-TEST		POST TEST	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Conocimiento bajo	3	2,97%	1	0,99%
Conocimiento medio	13	12,87%	8	7,92%
Conocimiento alto	85	84,16 %	92	91,09%
Total	101	100%	101	100%

Fuente: Encuesta sobre alimentación saludable respondido por padres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica.

Interpretación: Para la dimensión generalidades, la tabla evidenció que de 101 padres, el 15,84% presento un conocimiento deficiente, Posterior a la intervención educativa, solo el 7,92% obtuvo un conocimiento medio mientras que el 91,09% de la población manifestó un conocimiento alto, es decir que la intervención educativa fue eficaz, mejorando los conocimientos en esta dimensión.

Tabla 3. Efectividad de la intervención educativa sobre alimentación saludable según la dimensión requerimientos nutricionales

Requerimientos Nutricionales	PRE-TEST		POST TEST	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Conocimiento bajo	24	23,76%	0	0%
Conocimiento medio	60	59,41%	7	6,93%
Conocimiento alto	17	16,83%	94	93,07%
Total	101	100%	101	100%

Fuente: Encuesta sobre alimentación saludable respondido por padres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica.

Interpretación: Según la dimensión requerimientos nutricionales, la tabla evidenció que, el 59,41% de las madres, presento un conocimiento medio, es decir más de la mitad de la población, y el 23,76% obtuvo un nivel bajo. Posterior a la intervención, se eliminó el conocimiento bajo, mientras que el 93,07% de la población destacó con un nivel de conocimiento alto, es decir que la intervención educativa para esta dimensión fue eficaz.

Tabla 4. Efectividad de la intervención educativa sobre alimentación saludable según la dimensión frecuencia de consumo

Frecuencia de consumo de alimentos saludables	PRE-TEST		POST TEST	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Conocimiento bajo	16	15,84%	1	0,9%
Conocimiento medio	69	68,32%	7	6,93%
Conocimiento alto	16	15,84%	93	92,08%
Total	101	100%	101	100%

Fuente: Encuesta sobre alimentación saludable respondido por padres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica.

Interpretación: Según la dimensión alimentos saludables, la muestra demostró que, previo a la intervención educativa, predominó el nivel medio con un 68.32%, así como también del nivel bajo con un 15,84%. Sin embargo, tras la intervención, los resultados revelan que, el 92,08% de la muestra logró ubicarse en el nivel alto y 6,93% en un nivel medio. Este cambio representa un incremento porcentual del 76,24% en el nivel de conocimiento alto, lo que sugiere que las estrategias que se implementaron fueron muy efectivas para fortalecer el conocimiento de los padres.

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

Prueba de normalidad

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.
Diferencia POS - PRE	,958	101	,003

Interpretación: La tabla presenta los resultados de la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk aplicada a la Diferencia entre POS – PRE, con un tamaño muestral de 101 casos.

Los resultados muestran un valor del estadístico $W = .958$ y un nivel de significancia $p = .003$. Dado que el valor de significancia es menor que .05, lo que indica que la distribución de la variable no sigue una distribución normal, concluyendo en que, se rechaza la hipótesis nula

En consecuencia, al no cumplirse el supuesto de normalidad, se justifica el uso de pruebas estadísticas no paramétricas para el análisis de diferencia entre el PRE y POS.

Prueba no paramétrica

	Hipótesis nula	Prueba	Sig. ^{a,b}	Decisión
1	La mediana de diferencias entre PRE_Total y POS_Total es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	,000	Rechace la hipótesis nula.

a. El nivel de significación es de ,050.

b. Se muestra la significancia asintótica.

Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas

N total	101
Estadístico de prueba	5146,000
Error estándar	294,844
Estadístico de prueba estandarizado	8,718

Sig. asintótica (prueba bilateral)	,000
---	------

Interpretación: La tabla muestra una diferencia estadísticamente significativa entre el PRE y POST, con un cambio muy grande a favor del POST, la prueba de rangos con signo de Wilcoxon demuestra que la mediana de las diferencias es 0, además que el patrón de rangos muestra un cambio abrumadoramente positivo ($W^+=5146$ y $W^- =5$); consistente en que todos los participantes aumentaron su puntaje tras la intervención educativa.

CONTRASTE DE HIPOTESIS ESPECIFICA 1

Resumen de contrastes de hipótesis H1			
	Hipótesis nula	Prueba	Sig. ^{a,b}
1	La mediana de diferencias entre PRE_D1 Y POST_D1 es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	0,001

Resumen de prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas

Resumen de prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	
- N total	101
- Estadístico de prueba	430,000
- Error estándar	109,806
- Estadístico de prueba estandarizado	2,358
- Sig. Asintótica (prueba bilateral)	0,001

Interpretación: dado que la normalidad de las diferencias se rechaza, el contraste principal debe ser Wilcoxon pareado. Con el contraste unilateral alineado a tu hipótesis de efectividad, el resultado ($p = 0.001$) indica que la intervención educativa fue efectiva para mejorar los puntajes de conocimientos en la dimensión “Generalidades” (D1) en esta muestra.

CONTRASTE DE HIPOTESIS ESPECÍFICA 2

Resumen de contrastes de hipótesis H2			
	Hipótesis nula	Prueba	Sig. ^{a,b}
1	La mediana de diferencias entre PRE_D2 Y POST_D2 es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	0,000

Resumen de prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas

Resumen de prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	
- N total	101
- Estadístico de prueba	9,000
- Error estándar	282,200
- Estadístico de prueba estandarizado	8,563
- Sig. Asintótica (prueba bilateral)	0,000

Interpretación: dado que la normalidad de las diferencias se rechaza, el contraste principal debe ser Wilcoxon pareado. Con el contraste unilateral alineado a tu hipótesis de efectividad, el resultado ($p = 0.000$) indica que la intervención educativa fue efectiva para mejorar los puntajes de conocimientos en la dimensión “Frecuencia de consumo de alimentos saludables” (D2) en esta muestra.

CONTRASTE DE HIPOTESIS ESPECÍFICA 3

Resumen de contrastes de hipótesis H3			
	Hipótesis nula	Prueba	Sig. ^{a,b}
1	La mediana de diferencias entre PRE_D3 Y POST_D3 es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	0,000

Resumen de prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas

Resumen de prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	
- N total	- 101
- Estadístico de prueba	- 0,000
- Error estándar	- 282,200
- Estadístico de prueba estandarizado	- 8,598
- Sig. Asintótica (prueba bilateral)	- 0,000

Interpretación: dado que la normalidad de las diferencias se rechaza, el contraste principal debe ser Wilcoxon pareado. Con el contraste unilateral alineado a tu hipótesis de efectividad, el resultado ($p = 0.000$) indica que la intervención educativa fue efectiva para mejorar los puntajes de conocimientos en la dimensión “Requerimientos nutricionales” (D3) en esta muestra.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Respecto al objetivo general, que se encuentra enfocado en la efectividad de la intervención educativa sobre la alimentación saludable, los resultados tuvieron un impacto significativo, antes de la intervención educativa el 83,17% de los padres se ubicó en un nivel medio, después de la intervención, el 93,07% pudo alcanzar un nivel alto. Este cambio es similar con el estudio de Naik et al¹³, quienes después de aplicar su intervención lograron que el nivel de conocimiento adecuado pasara a un 80%, dejando atrás el 88,9% de conocimiento bajo antes de la intervención. Así mismo, a nivel local, estos resultados coinciden con el estudio de Rimachi Y²⁴, cuya intervención también demostró ser efectiva al incrementar los conocimientos de un 14% a un 60% de las madres.

Acerca de la primera dimensión, que corresponde a las generalidades de la alimentación saludable, el 91,09% un conocimiento alto. Estos resultados muestran similitud en base a la, con el estudio de Nieto y Sánchez¹⁸, quienes reportaron que antes de su pre test el 58% tenía conocimientos regulares y el 30% malos, logrando en el post test que el 78% obtuviera conocimientos buenos tras su intervención de enfermería. De igual manera, se relaciona con el estudio de García y Marrero¹⁴ a nivel internacional, donde la intervención logró que el conocimiento sobre alimentación saludable mejorara a un 81% en el nivel alto.

En relación con la segunda dimensión sobre requerimientos nutricionales, tras la intervención educativa, se logró una mejora, donde el 93,07% alcanzó un nivel de conocimiento alto. Se relaciona estrechamente con los resultados de Umiyarni y Citra¹², quienes demostraron que la educación nutricional en madres genera un aumento significativo en la ingesta objetiva para cubrir dichos requerimientos, logrando sumar positivamente a la dieta infantil. Asimismo, Ayme Y¹⁷, demostró que la deficiencia teórica sobre lo que el niño necesita, se vio reflejado en la práctica, dando como resultado que el 56,7% de las loncheras preparadas por las madres fueran de calidad poco saludable, lo cual impide cubrir de forma adecuada las demandas energéticas y nutricionales en la etapa preescolar.

Finalmente, para la tercera dimensión sobre la frecuencia de consumo de alimentos saludables, se logró tras la intervención que el 92,08% se ubicara en el nivel alto. Contrastando directamente con los hallazgos de CabarcasM¹⁶, quien al implementar su programa educativo obtuvo un incremento real en el consumo diario de alimentos nutritivos, elevando la ingesta de frutas enteras del 41,8% al 56% y de carnes del 9% al 22%. Además, se complementa con el estudio de Umiyarni y Citra¹², donde la intervención educativa no solo mejoró el conocimiento, sino que generó un aumento significativo en la ingesta nutricional objetiva de carbohidratos, fibra y vitamina A en los niños.

CONCLUSIONES

1. La intervención educativa sobre la alimentación saludable demostró un aumento de conocimiento en los padres de familia, pasando de un 83,17% en nivel medio, a un 93,07% de nivel alto. Este cambio positivo refuerza la importancia de la educación para fortalecer las competencias del cuidado nutricional en los niños.
2. Tras la ejecución de las sesiones, el 91,09% de los padres logró consolidar conceptos fundamentales, definiciones y principios básicos de una alimentación balanceada, como indica la primera dimensión.
3. Respecto a la dimensión de requerimientos nutricionales, la intervención educativa logró revertir el déficit de información inicial, donde se demostró un nivel de conocimiento bajo en el 23,76%, logrando que el 93,07% de los padres, alcanzara un nivel alto.
4. Según la dimensión frecuencia de consumo, los resultados evidencian un desplazamiento positivo en el aprendizaje de los padres, pasando de un escenario inicial dominado por un conocimiento medio en el 68,32%, a un nivel alto en el 92,08% de la población. Este avance sustancial confirma que las estrategias implementadas fueron las adecuadas para fortalecer la comprensión del tema en la población de estudio.

RECOMENDACIONES

1. Establecer un trabajo coordinado entre la directora de la Institución Educativa y el Puesto de salud del lugar, para desarrollar planes anuales de educación nutricional a las madres.
2. Sugerir a los profesionales de enfermería del Puesto de Salud “El Huarango”, a mantener y fortalecer los canales de comunicación continúa con los padres de familia y tutores. Este refuerzo informativo permitirá actualizar los conocimientos sobre nutrición, contrarrestando la desinformación del entorno y consolidando sus buenos hábitos.
3. Fortalecer el monitoreo nutricional de los preescolares. Es fundamental que el personal de enfermería del Puesto de Salud “El Huarango”, realice un monitoreo del peso y talla de los preescolares, a través de herramientas necesarias.
4. Se aconseja implementar un sistema de vigilancia de las loncheras escolares en coordinación con las docentes. Al evaluar periódicamente los alimentos y entregar incentivos simbólicos o "carnets de salud" a las madres que envían opciones saludables, reforzando positivamente la conducta y asegurando buenos hábitos alimenticios desde la primera infancia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS. Crecimiento infantil [Internet]. [citado el 24 de abril de 2026]. Disponible en: <https://www.who.int/es/health-topics/child-growth>
2. Organización Panamericana de la Salud. FAO, OPS y UNICEF presentan iniciativa para promover alimentación saludable. [Internet]. Ginebra. 2023. [Citado el 01 de abril del 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/21-4-2023-fao-ops-unicef-presentan-iniciativa-para-promover-alimentacion-saludable>
3. United States Department of Agriculture. Preschoolers. En: MyPlate [Internet]. Washington (DC): USDA; [citado 17 dic 2025]. Disponible en: <https://www.myplate.gov/life-stages/preschoolers>
4. Instituto Nacional de Salud. Guías Alimentarias para la Población Peruana [Internet]. Lima: INS; 2019 [citado 17 dic 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/ins/informes-publicaciones/1844104-guias-alimentarias-para-la-poblacion-peruana>
5. Benítez et al. Intervención educativa en el estado nutricional y conocimiento sobre alimentación y actividad física en escolares. Rev Enferm Instituto Mexicano del Seguro Social [Internet]. 2015 Dic. 9 [citado el 14 de diciembre del 2025];24(1):37-43. Disponible en: https://revistaenfermeria.imss.gob.mx/index.php/revista_enfermeria/article/view/72
6. UNICEF. La nutrición en la primera infancia. [Internet]. Nueva York. 2023. [Citado el 01 de abril del 2025]. Disponible en: <https://www.unicef.org/es/nutricion-primera-infancia>
7. Fundación CRISFE. Reporte de nutrición 2022: La desnutrición crónica infantil en el Ecuador [Internet]. Quito: Fundación CRISFE; 2023 [citado 24 de abril de 2026]. Disponible en: <https://consejoconsultivodci.com.ec/wp-content/uploads/2023/08/CRISFE-final-WEB.pdf>
8. Ministerio de Salud. Desnutrición crónica afecto al 11.7% de la población menor de 5 años en el 2022. [Internet]. Lima. 2023. [Citado el 04 de abril del 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/759081-desnutricion-cronica-afecto-al-11-7-de-la-poblacion-menor-de-cinco-anos-en-el-ano-2022>
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Ica: Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2024 [Internet]. Lima: Instituto Nacional de Estadística e Informática; 2025 [citado 24 de abril de 2026]. Disponible en: <https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2024/departamentales/Endes11/pdf/Ica.pdf>
10. Navarro et al. Análisis y evaluación del Modelo de Promoción de la Salud. Temperamentvm [Internet]. 2023 [citado 17 dic 2025]; 19: e14838. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-60112023000100013

11. Umiyarni y Citra. Effect of Nutrition Education through Pegia e-Health on Mothers' Knowledge, Attitudes, Practices and Their Impact on Nutritional Intake of Children Aged 3-6 years. JNUTRI [Internet]. 2025 [citado 23 de abril del 2026];27(1):1-11. Disponible en: <https://www.nutrisiajournal.com/index.php/JNUTRI/article/view/413>.
12. Naik et al. Impact of Nutritional Education Intervention on Mothers Knowledge, Practices and Nutritional Status of Children UnderFive in Rural Mangaluru, Karnataka: A Quasi-experimental Pilot Study. J Clin Diagn Res [Internet]. 2025 [citado 23 de abril de 2026];19(3):LC01-LC08. Disponible en: <https://doi.org/10.7860/JCDR/2025/74933.20699>
13. García y Marrero. Comiendo bien para vivir mejor. Una intervención educativa con familiar de escolares de Infantil de Arrecife. [Tesis]. Universidad Las Palmas de Gran Canaria. [Internet]. España. 2023. [Citado el 05 de abril del 2023]. Disponible en: <https://accedacris.ulpgc.es/handle/10553/127078>
14. Silva y Angamarca. Conocimientos y practicas sobre alimentación saludable en familias de niños entre 1 a 5 años en la Esperanza, Ibarra. 2022. [Artículo original]. Rev. Esp. Nutr Comunitaria. [Internet]. España. 2023. [Citado el 10 de abril del 2025]. Vol. 29. N° 2. Disponible en: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-22-0049._Final.pdf
15. Cabarcas M. Efectividad del programa de educación alimentaria y nutricional implementado en los Centros de Desarrollo Infantil (CDI) del municipio de Sabanagrande [tesis de maestría en Internet]. Barranquilla: Universidad del Atlántico; 2021 [citado 21 feb 2026]. Disponible en: https://www.icbf.gov.co/system/files/efectividad_del_programa_de_educacion_alimentaria_y_nutricional_sabanagrande.pdf
16. Ayme Y. Conocimientos sobre alimentación saludable y calidad de loncheras preparadas por madres de preescolares de la Institución Educativa Ana María Rivier, Ayacucho 2024. [Tesis]. Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga. [Internet]. Ayacucho. 2023. [Citado el 08 de abril del 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unsch.edu.pe/items/625309b3-4f8b-47d3-9b71-9bafdb1ccee2/full>
17. Nieto y Sánchez. Efecto de la intervención de enfermería en el conocimiento sobre alimentación saludable en las madres de niños en etapa preescolar del balneario d Pucusana, Lima 2023. [Tesis]. Universidad Cesar Vallejo. [Internet]. Trujillo. 2023. [Citado el 08 de abril del 2023]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/42020/browse?rpp=20&offset=1005&etal=-1&sort_by=1&type=title&starts_with=W&order=ASC&locale-attribute=en
18. Martel y Veliz. Conocimientos sobre alimentación infantil y su relación con las actitudes hacia el consumo de alimentos procesados en madres de niños preescolares, Cerro de

- Pasco 2023. [Tesis]. Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. [Internet]. Cerro de Pasco. 2023. [Citado el 09 de abril del 2023]. Disponible en: <http://repositorio.undac.edu.pe/handle/undac/3953>
19. Rodríguez y Vargas. Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable y hábitos alimentarios en preescolares. [Tesis]. Universidad Nacional de Trujillo. [Internet]. Trujillo. 2023. [Citado el 09 de abril del 2023]. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/items/ca4981b0-b4f4-4d30-8ab1-9413b5ef2144>
 20. Díaz y Toro. Conocimiento y prácticas sobre alimentación del preescolar en madres de niños de una institución educativa inicial de la Ciudad de Eten. 2021. [Tesis]. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. [Internet]. Trujillo. 2023. [Citado el 09 de abril del 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/9872>
 21. Ramos Y. Efectividad de una intervención educativa en el incremento de los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de preescolares de una institución educativa, Lima 2021. [Tesis]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. [Internet]. Lima. 2021. [Citado el 09 de abril del 2023]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNMS_3810f182920a6e83e316bc8da04b185a
 22. Tarazona G. Conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional en niños pre escolares. [Tesis]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. [Internet]. Lima. 2021. [Citado el 12 de abril del 2023]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1025-55832021000400269&script=sci_arttext&tlng=pt
 23. Rimachi Y. Conocimiento sobre lonchera saludable y efectividad del programa educativo en madres de niños preescolares de la Institución Educativa Inicial N°75, Ica – 2024 [Tesis de pregrado en Internet]. Ica: Universidad Nacional San Luis Gonzaga; 2025 [citado 23 de abril de 2026]. Disponible en: <https://repositorio.unica.edu.pe/items/830ad26a-1e87-4a29-a385-6c56d032abc6>
 24. Ochoa C. Conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional del niño preescolar de la institución educativa inicial N° 407 El Carmen, Chíncha 2022. [Tesis]. Universidad Privada San Juan Bautista. [Internet]. Lima. 2021. [Citado el 12 de abril del 2023]. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/item/9d82385d-9b21-4590-9a09-514eaa2b4b11>
 25. Hernández y Mendoza. Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Ciudad de México: McGraw-Hill; 2018. [citado 18 feb 2026]. Disponible en: <https://apps.utel.edu.mx/recursos/files/r161r/w24792w/metodologia-de-la-investigacion-hernandez.pdf>

26. Ramos Y. Efectividad de una intervención educativa en el incremento de los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de preescolares en una institución educativa, Lima. 2019 [Tesis de pregrado en Internet]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2020 [citado 18 de febrero de 2026]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/15958>
27. Mondalgo J. Efectividad de un programa educativo en el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en los adolescentes de una Institución Educativa. Lima – 2015 [Tesis de pregrado en Internet]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2016 [citado 18 de febrero de 2026]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/4776>
28. Arias F. El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica [Internet]. 6a ed. Caracas: Editorial Episteme; 2012 [citado el 18 de febrero de 2025]. Disponible en: <https://scholar.google.com/scholar?q=El+proyecto+de+investigaci%C3%B3n+Fidias+Arias+pdf>
29. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). Guidelines for assessing nutrition-related knowledge, attitudes and practices [Internet]. Roma: FAO; 2014 [citado el 21 de febrero de 2026]. Disponible en: <https://www.fao.org/3/i3545e/i3545e.pdf>
30. Dirección General de Calidad y Educación en Salud. Guía para diseñar y desarrollar un modelo de intervención educativa [Internet]. Ciudad de México: Secretaría de Salud; 2022 [citado el 21 de febrero de 2026]. Disponible en: https://calidad.salud.gob.mx/site/educacion/docs/2022/guia_modelo_intervencion_educativa.pdf
31. Torres y Barreto. Intervención educativa en estudiantes de Enfermería sobre epigenética y prevención preconcepcional. Rev Méd Electrón [Internet]. 2023 [citado el 18 de febrero de 2025]; 45(1). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242023000100039

ANEXOS

ANEXO 1: Consentimiento informado

Estimados padres de familia:

Mi nombre es Ana María Sayritupac Araujo y soy estudiante de la facultad de enfermería de la UNSLG. Como parte de mi proyecto de titulación, llevaré a cabo en el centro institución educativa inicial N° 89 UPIS “El Huarango” un programa educativo sobre alimentación saludable, cuyo objetivo es: Diseñar, implementar y evaluar una intervención educativa que contribuya al mejoramiento de sus conocimientos sobre alimentación saludable en niños en edad preescolar.

Objetivo: Fortalecer los conocimientos de las madres de preescolares sobre la alimentación saludable.

Beneficios: Le hacemos saber que no recibirá un pago económico, sin embargo, si usted acepta participar en el programa recibirá información que le será de utilidad para mejorar la calidad de su alimentación y la de su familia, además de que se le entregará material didáctico para que se lleve a su casa. Los materiales e insumos utilizados no tendrán ningún costo para mí, así como tampoco la asistencia de uso de las instalaciones para fines de la intervención.

Riesgos: Este programa no tiene ningún riesgo físico, biológico o psicológico, mientras que las molestias que pudiéramos causarle se limitarán a disponer de sus tiempos.

Confidencialidad: Toda la información que usted nos proporcione será tratada con estricta confidencialidad por el grupo de investigadores del INSP, además los resultados sólo serán manejados por los responsables del proyecto y se presentarán de tal manera que usted no podrá ser identificado. Mi identidad será mantenida confidencial en la medida que la ley lo permita.

Preguntas: El responsable de la intervención me ha informado y discutido conmigo el contenido de la misma, y se ha ofrecido a responder las dudas o preguntas que se genere en cualquier momento, o ponerme en contacto con él.

Participación voluntaria/Retiro: Es importante aclarar que no está obligado a participar en el programa y puede retirarse en el momento que así lo desee y no tendrá ninguna consecuencia negativa para usted o su hijo dentro de las instalaciones de la guardería. Asimismo, usted puede dejar de responder o de participar en el estudio en el momento que así lo desee, y tampoco habrá

consecuencias negativas. Por tal motivo, le solicitamos su consentimiento de forma oral para que participe con nosotros en este estudio.

Consentimiento: Aporto mi Consentimiento para participar en esta intervención. He recibido una copia de este impresoy he tenido la oportunidad de leerlo y/o que se me explique el contenido.

Ica, UPIS “El Huarango”, ____ de _____ del
2025

Nombre y apellido:

Dni:

ANEXO 2: Instrumento de recolección de datos

Presentación:

Estimado(a) Sr(a)., mi nombre es Ana María Sayritupac Araujo soy estudiante de Enfermería de la Universidad San Luis Gonzaga de Ica, el presente cuestionario tiene como objetivo obtener datos para el estudio “Efectividad de una intervención educativa en el incremento de los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de preescolares en institución educativa inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025”. Para ello solicito su participación, la cual es absolutamente voluntaria y anónima. Agradezco de antemano su colaboración.

I.a. DATOS GENERALES DE LOS PADRES

1. Edad:

- a) De 18 a 25 años
- b) De 26 a 33 años
- c) De 34 a 41 años
- d) Mas de 42 años

2. Grado de Instrucción:

- a) Primaria
- b) Secundaria
- c) Sup. Técnico
- d) Sup. Universitario

3. ¿Con quién come el niño(a)?

- a) Padres (madre / padre)
- b) Abuelos ()
- c) Hermanos ()
- d) Otro:.....

4. La comida que ingiere el niño(a) es preparado:

- a) Dentro de casa
- b) Fuera de casa

Instrucciones: A continuación, se procederá a aplicarle el presente instrumento por medio de un cuestionario, por lo cual se le solicita a usted que responda marcando con un aspa (x) la alternativa que usted considere correcta.

Contenido: Por favor, lea atentamente y responda según lo que se le solicite a continuación, teniendo en cuenta que solo hay una respuesta para cada enunciado.

1. La alimentación saludable es aquella que

- a) Aporta todos los alimentos nutritivos que requiere el niño.
- b) Aporta solo grasas en la nutrición del niño.
- c) Aporta proteínas necesarias en la dieta del niño.
- d) Solo conforma el consumo de frutas y verduras.

2. Una alimentación saludable debe ser:

- a) Completa, equilibrada, escasa, adecuada y dañina.
- b) Integral, medida, insuficiente, apta y segura.
- c) Colmado, proporcionado, suficiente, adecuada y nociva.
- d) Completa, equilibrada, suficiente, adecuada y segura

3. La alimentación saludable es importante porque:

- a) Satisface el hambre y motiva al preescolar.
- b) Permite consumir una serie de alimentos diferentes.
- c) Favorece el desarrollo y mantiene la salud.
- d) Aporta cantidades mínimas de alimentos.

4. Al momento de consumir los alimentos, la familia debe estar en un ambiente:

- a) Silencioso, de autoridad y repartir.
- b) Tranquilo, de educar y compartir.
- c) Bullicioso, de disciplina y castigo
- d) Lúdico (televisión, celular) y de indiferencia.

5. Los alimentos energéticos que contienen grasas y carbohidratos tienen como función:

- a) Proteger de enfermedades.
- b) Formar huesos.
- c) Regular la temperatura corporal.
- d) Aportar energía al organismo.

6. El consumo de carbohidratos (tubérculos, pastas y cereales) es importante porque:

- a) Logra mantener o aumentar el peso y talla de los niños.
- b) Los niños recuperan la energía gastada en sus actividades.
- c) Mantiene a los niños libres de la anemia y de infecciones.
- d) Brinda todos los alimentos a los niños.

7. Señale que alimentos contienen carbohidratos y grasas:

- a) Papa, arroz, aceite de oliva y mantequilla.
- b) Zanahoria, camote, fideos y huevos.
- c) Pollo, arroz, mantequilla y leche.
- d) Papa, camote, queso y mantequilla.

8. Los alimentos formadores que contienen proteínas (alimentos de origen animal, menestras) tienen como función:

- a) Aportar y acumular energía
- b) Regular y mantener el peso corporal
- c) Proteger y prevenir de enfermedades
- d) Formar y reparar órganos y tejidos.

9. El consumo de proteínas es importante porque:

- a) Brinda líquidos necesarios al cuerpo.
- b) Renueva la piel y aumenta las fibras musculares.
- c) Lograr endurecer los huesos durante el crecimiento.
- d) Evita el estreñimiento ante el consumo de menestras

10. Señale que alimentos contienen proteínas:

- a) Papa y manzana.
- b) Fideo y arroz.
- c) Lentejas y pescado.
- d) Pollo y lechuga.

11. Los alimentos que contienen vitaminas y minerales tienen como función:

- a) Aumentar el apetito y el peso de los niños.
- b) Regular funciones de los órganos.
- c) Regeneran las heridas de los niños.
- d) Aportan nutrientes no necesarios en los niños.

12. El consumo de vitaminas y minerales es importante porque:

- a) Mejora el peso de niños con bajo peso.
- b) Forman el esqueleto de los niños durante su crecimiento.
- c) Mantiene activo a los niños durante las clases.
- d) Evita el estreñimiento y forman los huesos en crecimiento.

13. Señale alimentos que contienen vitaminas y minerales:

- a) Lechuga y papa.
- b) Pollo y zanahoria.
- c) Naranja y leche.
- d) Pescado y fideos

14. Los líquidos tienen como función:

- a) Evitar la deshidratación.
- b) Aportar nutrientes
- c) Prevenir enfermedades
- d) Formar tejidos.

15. ¿Cuántas veces por semana los niños deben tomar leche?

- a) 1 vez por semana.
- b) De 2 a 3 veces por semana.
- c) De 4 a 5 veces por semana.
- d) Todos los días.

16. ¿Cuántas veces por semana deben comer carne (pollo, pescado, vísceras, etc.) los niños?

- a) 1 vez por semana.
- b) De 2 a 3 veces por semana.
- c) De 4 a 5 veces por semana.
- d) Todos los días.

17. ¿Cuántas veces por semana deben comer menestras los niños?

- a) 1 vez por semana.
- b) De 2 a 3 veces por semana.
- c) De 4 a 5 veces por semana.
- d) Todos los días

18. ¿Cuántas veces por semana deben comer frutas y verduras los niños?

- a) 1 vez por semana.
- b) De 2 a 3 veces por semana.
- c) De 4 a 5 veces por semana.
- d) Todos los días.

19. ¿Cuántas veces por semana deben comer tubérculos (papa, camote, yuca), cereales (arroz, quinua, trigo) y pastas (fideos) los niños?

- a) 1 vez por semana.
- b) De 2 a 3 veces por semana.
- c) De 4 a 5 veces por semana.
- d) Todos los días.

20. ¿Cuántas porciones de lácteos (leche, queso, yogurt) debe consumir al día el preescolar?

- a) 1-2 porciones
- b) 2-4 porciones
- c) 4 a más porciones
- d) No debe consumir

21. ¿Cuántos vasos de agua al día debe consumir su niño?

- a) 1-3 vasos
- b) 3-5 vasos
- c) 6-8 vasos
- d) No debe consumir

22. La mitad del plato de comida del preescolar debe ser de:

- a) Vegetales (frescas o cocinadas)
- b) Arroz y papa.
- c) Fideos y papa.
- d) Presas de pollo

23. Los horarios de comidas principales (desayuno, almuerzo y cena) se educan con mayor énfasis en la etapa de:

- a) Recién nacidos
- b) Preescolares
- c) Escolares
- d) Adultos

24. ¿Cuál es la comida más importante en el almuerzo?

- a) Entrada y sopa
- b) Sopa y postre
- c) Segundo y líquido natural.
- d) Postre y entrada

25. ¿Todos los días los niños deben consumir?

- a) Desayuno, refrigerio y cena.
- b) Desayuno, almuerzo y cena.
- c) Desayuno, refrigerio, almuerzo y cena.
- d) Desayuno, refrigerio, almuerzo, lonche y cena.

ANEXO 3: Autorización de la institución



DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION ICA

UNIDADDE GESTION EDUCATIVA LOCAL ICA

INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL N° 89 UPIS EL HUARANGO ICA 2025



LA DIRECTORA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL N° 89 UPIS EL HUARANGO DEL DISTRITO DE ICA

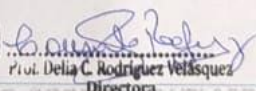
AUTORIZA

Al bachiller **ANA MARIA SAYRITUPAC ARAUJO** con DNI **40441976** de la Universidad Nacional **"SAN LUIS GONZAGA"** de ICA para que desarrolle el proyecto de investigación titulado **"INTERVENCION EDUCATIVA PARA MEJORAR CONOCIMIENTOS SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE EN MADRES DE PRE ESCOLARES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL N° 89 UPIS" "EL HUARANGO ICA 2025"** que se autoriza aplicar el instrumento en padres de familia de los niños de 3, 4, 5 años, debiendo coordinar los turnos con la dirección académica.

Se expide la presente autorización para fines pertinentes

ICA, EL HUARNGO 10 DE JUNIO DEL 2025

ATENTAMENTE



Prof. DELIA C. RODRIGUEZ VELASQUEZ

Directora

ANEXO 4: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA	
				CONFIGURACIÓN	MÉTODO
Problema general ¿Cuál es la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre alimentación saludable en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025? Problemas específicos ¿Cuál es la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre alimentación saludable según la dimensión generalidades en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025? ¿Cuál es la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre alimentación saludable según la dimensión requerimientos nutricionales en madres de pre	Objetivo general Determinar la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre alimentación saludable en madres de pre escolares de la institución educativa inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025. Objetivos específicos - Determinar la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre la dimensión generalidades en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025. - Determinar la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre la dimensión requerimientos nutricionales en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.	Hipótesis alterna (H1): La intervención educativa es efectiva para mejorar los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025. Hipótesis nula (H0): La intervención educativa no es efectiva para mejorar los conocimientos sobre alimentación saludable en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025. Hipótesis específicas: La intervención educativa es efectiva para mejorar los conocimientos sobre la dimensión generalidades en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.	Variable Dependiente Conocimientos sobre alimentación saludable Variable Independiente Intervención educativa sobre alimentación saludable	Diseño de investigación Cuantitativo, pre experimental Tipo de investigación Descriptivo, longitudinal Nivel de investigación Explicativo POBLACIÓN 101 madres MUESTRA 101 padres, se buscó aplicar la investigación en el total, debido a que era un grupo pequeño	INSTRUMENTO Cuestionario FUENTE Padres de familia encuestados. PROCESAMIENTO DE DATOS Se realizó una base de datos en Excel 2021.

escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025? • ¿Cuál es la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre alimentación saludable según la dimensión frecuencia de consumo en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025?	• Determinar la efectividad de la intervención educativa en la mejora de conocimientos sobre la dimensión frecuencia de consumo en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025	• La intervención educativa es efectiva para mejorar los conocimientos sobre la dimensión requerimientos nutricionales en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025. • La intervención educativa es efectiva para mejorar los conocimientos sobre la dimensión frecuencia de consumo en madres de pre escolares de la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS “El Huarango”, Ica 2025.			
--	---	---	--	--	--

ANEXO 5: Matriz de consistencia

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Conocimientos sobre alimentación saludable	Proceso que se manifiesta en el acto de conocer, siendo la percepción del entorno ²⁸	Se define operativamente como el nivel de información teórica y práctica que posee un individuo sobre los principios nutricionales, grupos de alimentos y hábitos dietéticos. Este nivel será cuantificado a través del puntaje total obtenido al aplicar un cuestionario estructurado y validado, el cual permitirá clasificar el conocimiento en una escala ordinal ²⁹ .	Generalidades	- Definición - Características - Importancia - Ambiente	Nominal
			Requerimientos nutricionales	- Minerales - Vitaminas - Fibras - Carbohidratos - Proteínas - Grasas - Agua	Nominal
			Frecuencia de consumo	- Veces por semana que debe consumir - Raciones que debe consumir	Nominal
Intervención educativa sobre alimentación saludable	Es el conjunto de acciones sistemáticas, planificadas e intencionadas, diseñadas para resolver un problema	Es la aplicación sistemática de un programa de capacitación estructurado en módulos teórico-prácticos. Se mide a través del	Planificación	- Efectiva - No efectiva	Ordinal
			Ejecución		

	específico, modificar una conducta o mejorar el nivel de conocimientos y habilidades de un grupo determinado ³⁰ .	registro de asistencia a las sesiones, el uso de materiales didácticos, evaluando su efecto mediante la aplicación de un instrumento de medición en dos momentos metodológicos: pretest y posttest ³¹ .	Evaluación		
--	--	--	------------	--	--

ANEXO 6

FIGURA 1. RESULTADOS PRE Y POST GENERAL

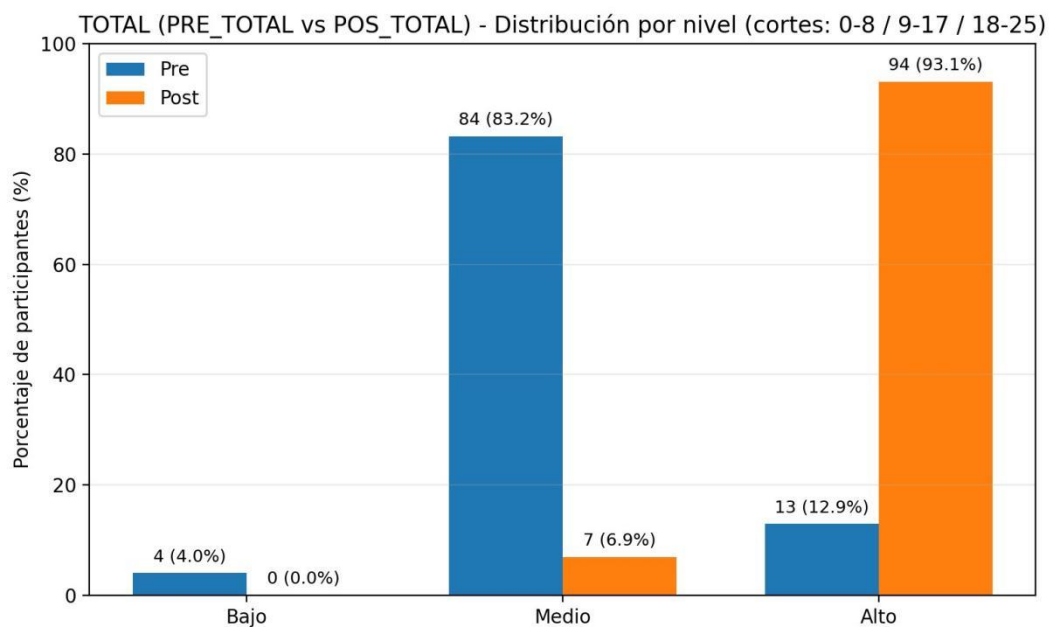


FIGURA 2. RESULTADOS PRE Y POST DE LA DIMENSION 1

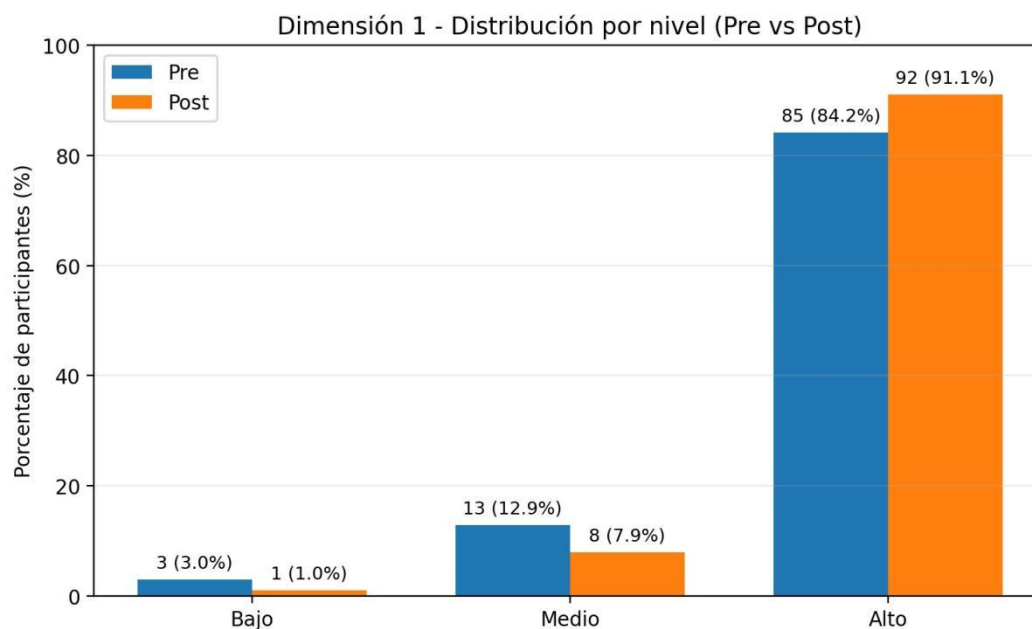


FIGURA 3. RESULTADOS DEL PRE Y POST DE LA DIMENSION 2

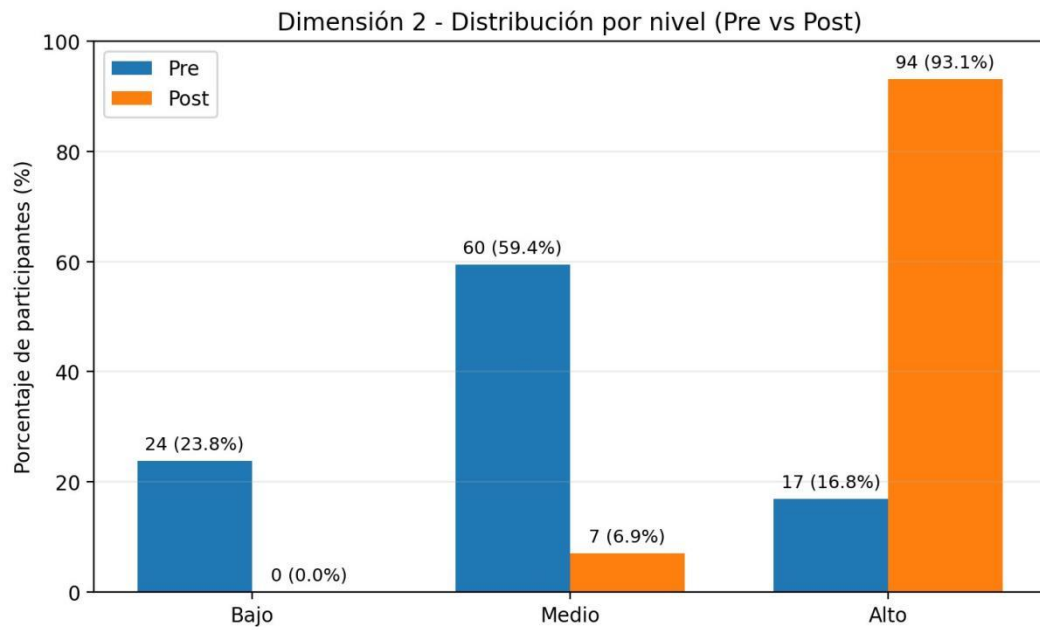
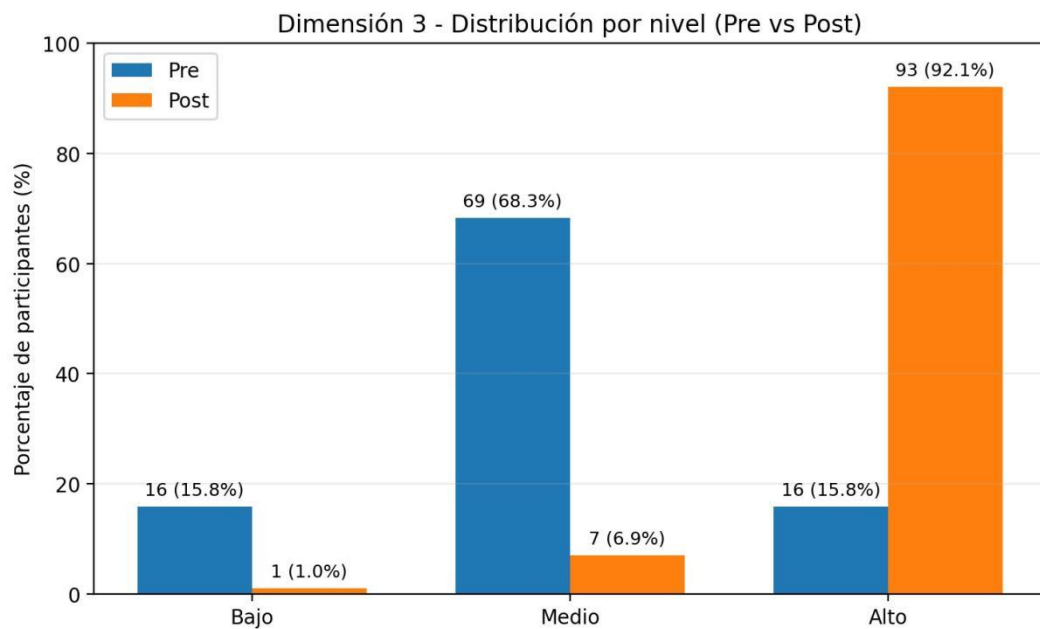


FIGURA 3. RESULTADOS DEL PRE Y POST DE LA DIMENSION 3



ANEXO 7: Base de Datos Pre-PosData PRE

PRE_1	PRE_2	PRE_3	PRE_4	PRE_5	PRE_6	PRE_7	PRE_8	PRE_9	PRE_10	PRE_11	PRE_12	PRE_13	PRE_14	PRE_15	PRE_16	PRE_17	PRE_18	PRE_19	PRE_20	PRE_21	PRE_22	PRE_23	PRE_24	PRE_25	PRE_TOTAL
1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	10
1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	20
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	20
1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	7
1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	10
1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	16
1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	6
1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	17
1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	17
1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	13
1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	13
1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	21
1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	20
1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	16
0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	12
1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	14
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	23
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	19
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	21
1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	21
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	20
1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	11
1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	16
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	20
1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	16
1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	11
1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	11
1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	17
1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	16
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	20
1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	13
1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	13
1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	17
1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	16
1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	16
1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	14
0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	12
1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	14
1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	13
1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	17
1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	12
1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	11
1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	16
1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	16
1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	13
1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	13
1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	16
1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	10
1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	13
1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	16
1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	13
1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	9
1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	14

1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	9
0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	8	
1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	12	
1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	15	
1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	9	
1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	13	
1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	13	
1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	16	
1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	15	
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	16	
1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	15	
1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	12	
1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	17	
1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	12	
1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	13	
1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	14	
1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	16	
1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	9	
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	21	
1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	11	
1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	18	
1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	10	
1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	9	
1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	10	
1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	16	
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	17	
1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	10	
1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	14	
1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	8	
1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	14	
0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	13	
1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	11	
1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	16	
1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	10	
1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	12	
1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	10	
1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	13	
1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	11	
1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	16	
1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	11	
1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	13	
1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	14	
1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	14	
1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	14	
1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	11	
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	17	
1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	12	
0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	14	
1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	10	

Data POST TEST

1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	17
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	23
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	21
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	21
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	16
0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	20
1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	20
0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	19
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	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	23
1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	23
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	22
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	23
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	23
0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	13
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	24
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	0	24
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	22
0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	16
1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	23	
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	1	24
0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	23
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	1	25
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
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	1	20
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	23
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	1	25
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	1	24
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	1	24
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	1	25

1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	22
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	22
1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	21
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	23
1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	23
1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	23
0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	22
0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	23
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	23
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	23
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	16
1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	22
0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23

ANEXO 8:

SESIONES EDUCATIVAS

Presentación

La alimentación en el pre escolar es primordial para poder favorecer el crecimiento y desarrollo y cumplir con los requerimientos educativos, además de ayudar a prevenir enfermedades, dentro de ello está la preparación de las loncheras que llevan diariamente a los kínder o instituciones educativas, por ello es necesario que las madres tengan conocimientos sobre los tipos de alimentos que deben de brindar a sus niños.

Contenido

I. Grupo objetivo

Las madres de niños y niñas de 3 a 5 años que asisten a la Institución Educativa Inicial N° 89 UPIS El Huarango, Ica 2025.

II. Diagnóstico de enfermería

- Madres presentan déficit en el conocimiento de alimentos adecuados para alimentación del pre escolar.
- Niños con estado nutricional con alteraciones

III. Planeamiento de la actividad educativa

Tema:	Conocimiento sobre alimentación del pre escolar
Técnica	Exposición Participativa y aplicación de pre y post test.
Responsable	Ana María Sayritupac Araujo

DESARROLLO DE ACTIVIDADES					
	Actividades	Fecha y duración	Lugar	Técnicas y materiales de sesiones educativas	Participantes
Coordinación previa	Reunión con director y padres de familia	01 de julio	Salón de clase	Consentimiento informado	Director, autora y madres de familia
1era sesión	Aplicación del pre test a las madres	02 de julio 30 min.	Salón de clase	Cuestionario	Investigadora Madres de familia
2da sesión	Sesión educativa: Alimentos que se deben utilizar en la lonchera saludable: Definición, características, importancia y ambiente adecuado.	04 de julio 60 min.	Salón de clase	Lluvia de ideas Charla con ayuda de material audiovisual: Diapositivas y folletos	Investigadora Madres de familia
3era sesión	Sesión educativa: Tipos de alimentos: Alimentos energéticos, alimentos formadores, alimentos reguladores y líquidos	07 de julio 60 min.	Salón de clase	Lluvia de ideas Charla con ayuda de material audiovisual: Diapositivas y folletos.	Investigadora Madres de familia
4ta sesión	Sesión educativa: Frecuencia y raciones de consumo.	10 de julio 60 min.	Salón de clase	Lluvia de ideas	Investigadora Madres de familia

				Charla con ayuda de material audiovisual: Diapositivas y folletos	
5ta sesión	Aplicación del post_test Conclusiones y compromisos finales	14 de julio 30 min. 15 min	Salón de clase	Información sobre hallazgos encontrados Recomendaciones y acuerdos	Investigadora Madres de familia Docentes

IV. Objetivos

Al concluir con las actividades educativas se obtendrá:

- Mejorar los conocimientos de las madres sobre los alimentos que deben de brindar a sus niños con respecto a tipos de alimentos, frecuencia y raciones para su consumo.
- Mantener un estado nutricional adecuado y evitar la presencia de anemia en los niños.

V. Justificación

Las sesiones educativas son técnicas adecuadas para brindar información y lograr una asimilación de contenidos por parte de las madres, los cuales serán de fácil entendimiento y acordes al nivel educativo de los participantes.

VI. Metodología:

La investigadora de la intervención educativa realizó una metodología participativa, el que exige tener presente lo siguiente:

Los principios de la educación de adultos:

- La madre participa activamente durante las sesiones realizando preguntas y absolviendo inquietudes.
- El aprendizaje será propio considerando niveles educativos, realidades socioeconómicas.
- Es practico, se considerarán hábitos y costumbres.
- Es dinámico y favorece la interacción entre la responsable de la capacitación y las madres de familia.

VI. Recursos:

Recursos Humanos

Investigadora: Ana María Sayritupac Araujo

Recursos Materiales

- Material de escritorio: Hojas bond, lapiceros
- Material audiovisual: Diapositivas
- Material de impresión: Folletos educativos

Anexo 9

ROTAFOLIO DE LA ALIMENTACION SALUDABLE

I.E EL HUARANGO N°89?

Lonchera Saludable

Autor: ANA MARIA SAYRITUPAC ARAUJO



Anexo 10: Evidencia Fotografica





