



U N I V E R S I D A D  
**AUTÓNOMA**  
D E I C A

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

TESIS

**“NIVEL DE CONOCIMIENTO ACERCA DE LA LONCHERA  
SALUDABLE DE LAS MADRES DEL COLEGIO INICIAL 182 –  
PISCO, ICA 2019”**

LINEA DE INVESTIGACIÓN

**Salud publica**

Presentado por:

**Sandra Rojas Machuca**  
**Yuli Stefany Riveros Ignacio**

Tesis desarrollada para optar el Título de Licenciada en Enfermería

Docente asesor:

Rosario Campos Martínez

Código Orcid N° 0000-0001-7031-9576

Chincha, Ica, 2020

**DEDICATORIA**

**A MI FAMILIA CON AMOR**

## ÍNDICE

DEDICATORIA.....	1
ÍNDICE .....	3
RESUMEN .....	4
I. INTRODUCCIÓN .....	5
II. PROBLEMÁTICA DE LA INVESTIGACIÓN .....	6
a. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA.....	6
b. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....	7
c. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	7
d.    HIPÓTESIS.....	8
e.    VARIABLES DE ESTUDIO .....	8
III. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	9
IV. MARCO TEÓRICO .....	9
V. MÉTODOS O PROCEDIMIENTOS .....	17
VI. RESULTADOS.....	19
VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	22
A.    Conclusiones.....	22
B.    Recomendaciones.....	22
BIBLIOGRAFÍA .....	24
ANEXOS .....	27

## RESUMEN

Los pre escolares que acuden al centro educacional requieren restaurar su nivel energético mediante el consumo de nutrientes proporcionados mediante la lonchera, los cuales son gastados en el transcurso de su periodo escolar, para ello es fundamental la adecuada preparación de la lonchera saludable realizada por las madres. Para ello es imperativo que dichas féminas logren tener un conocimiento básico sobre una preparación equilibrada que supla el gasto energético, y a su vez contribuya en la mejora de crecimiento y rendimiento tanto intelectual como físico del infante.

Por el motivo mencionado anteriormente se realiza la presente investigación que establece el nivel de conocimiento acerca del contenido esencial y adecuado en la lonchera saludable de las madres de infantes del colegio inicial 182 de Pisco. En cuanto al modelo de estudio fue descriptivo y transversal, la muestra se formó de 82 madres; la técnica se efectuó mediante un cuestionado anteriormente validado. Sobre los resultados, del 100% (las 82 féminas encuestadas), del global, el 46.34% posee un grado medio de conocimiento, el contenido fundamental de las loncheras saludables fue de 48.78% y las características de las loncheras saludables fue de 39.02%.

Se concluyó que las madres de los infantes escolares poseen un medio nivel sobre el tema de una lonchera saludable, así como del conocimiento esencial en el contenido de esta, por otro lado, acerca de las características tuvieron un conocimiento superior.

Palabra clave: preescolar, lonchera saludable, conocimiento, madres.

## I. INTRODUCCIÓN

En el siglo XXI las dificultades que conllevan la nutrición han sido conocidos como una problemática de la salud a nivel global, habiendo más incidencia en la población de infantes, mayormente en los países en vía de desarrollo. Así como también el problema de malnutrición repercute en su formación y grado de aprendizaje del infante en su hogar de estudio. Esta problemática engloba estados de nutrición, uno es la desnutrición y el otro sería la obesidad infantil. Para ello existe el requerimiento de concientizar y suscitar a las mamás que utilicen una alimentación balanceada (saludable).

Este trabajo en particular se efectuó con la meta de lograr la determinación del nivel de conocimiento acerca de una lonchera saludable que poseen las madres del centro educativo Albert Einstein (En el año 2019).

El estudio se divide en cinco grandes áreas; por un lado, se tiene al primer capítulo en donde se encuentra el problema, planteamiento del problema en donde se explica la problemática acerca de una balanceada alimentación y los problemas que acarrearán el no tenerla, asimismo se señalan los objetivos formulación del problema y la justificación del problema y el propósito de estudio. Sobre el segundo capítulo se aprecian el marco teórico el cual nos describe los conocimientos primordiales los cuales darán contexto al trabajo, además de los antecedentes bibliográficos, y variables. En el tercer capítulo vemos que la metodología refleja el carácter de esta investigación la cual se sub agrupa en tipo de estudio, área de estudio, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, diseño de recolección de datos, procesamiento y análisis de datos. Por último, los dos últimos capítulos, el cuarto capítulo contiene el Análisis de lo obtenido (resultados). Y se finaliza con la observación de Conclusiones y recomendaciones en la quinta sección. Terminadas estas secciones se anexan los documentos pertenecientes a la recolección de datos entre otros archivos relevantes para este trabajo.

## **II. PROBLEMÁTICA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **a. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA**

Base cardinal del desarrollo de los seres humanos para el desarrollo de los países. Siendo una meta milenaria ofrecida por la ONU.<sup>1</sup> No obstante, en la actualidad surgen mayor cantidad de averiguaciones que confirman que una alimentación adecuada en las diferentes fases de la vida totalizan los principales elementos en el desarrollo humano, en todas sus fases esto facilitara el crecimiento del sujeto.<sup>2</sup> Por ello, la desnutrición en infantes continúa siendo desasosiego globalmente hablando, esto conforma un precedente en la salud de todo el mundo a nivel de diversos países hispanohablante y el caribe, es así como se describe sustancialmente el déficit de alimentación adecuada, el desconocimiento sobre un plan nutricional sano. Son diecisiete objetivos (del dietario) en la agenda especificados para el 2030, la ONU en su asamblea del 2015 implica la suplección de la miseria hasta la alteración del clima, la equidad femenina, y la esquematización poblacional.<sup>3</sup>

Según el área de infancia de las naciones unidas se registra que la población de infantes posee una cantidad altísima en cuanto al a cronicidad de la desnutrición en más de diez países (mayormente de África).<sup>4</sup> No obstante, la población de menores, alrededor de 50% padecen esta condición a larga data (malnutrición), esto sucede en nueve países (entre los cuales están Afganistán, República Democrática de Timor, Etiopia, etc). Uno de los tantos objetivos planteados por por la OPS se dirige a la promoción y proporción de los alimentos balanceados en sus fiambres y la mejora y potenciación del valor nutricional de los comestibles que venden en los negocios escolares, por ello exponentes como la FAO, OPS y OMS se reunieron en el certamen nacional de las escuelas de loncheras saludables y kioskos para la mejoría del desarrollo sostenido continuo.<sup>5</sup>

Para lo que fue el 2015, el centro de alimentación y nutrición nacional del instituto de salud en Perú detalla que los escolares (primaria) poseen sobrepeso en 20% y obesidad en 12%, además en el 2013 se halló que el 95% de quioscos de las escuelas en el país comercializan snacks chatarra y tan solo el 9% es saludable. Esta situación respecto a la obesogenidad se asocia a otras condiciones tales

como la anemia cuya secuela genera un desarrollo psicomotor alterado, así como el cognitivo, se expresará en el decaimiento a nivel físico y mental.

En las regiones externas a Lima, como Cerro de Pasco, Ucayali, Loreto, Cajamarca y Huancavelica (las más paupérrimas) presentan en efecto anemia crónica y tasas relacionadas a la desnutrición superiores a 23%. En otras ciudades tales como Huánuco y Piura hubo una disminución porcentual de 5%.

<sup>4</sup> Parte estratégica del MINSA dirigida a la alimentación y nutrición, es dar importancia a la reducción de la muerte infantil y materna relacionadas a la inadecuada nutrición. Para ello se incorpora la participación de la población peruana, donde por meta se busca la mejoría de la condición nutricional prevaleciendo las actividades integrales a la salud y la nutrición. <sup>5</sup> Por tal motivo el MINSA expone que el fiambre adecuado escolar debiera poseer una nutrición valorada en los cuatro grupos alimenticios, entre ellos consta las proteínas como los lácteos, huevo, pescado, frutas y verduras. Además, los que otorgan energía como las harinas (carbohidratos), y sin dejar de lado la sustancia más vital que requiere el cuerpo, agua o alguna bebida saludable (jugos sin azúcar sobre agregado) todo ello balanceando cuidadosamente las cantidades basadas en la edad del infante.<sup>6</sup> Según un sondeo realizado en el centro de estudio se observó que gran fracción de los infantes llevan como merienda alimentos con azúcares añadidos, artificiales, empaquetados, frituras ricas en grasas, por los motivos mencionados previamente se desea realizar el presente estudio.

## **b. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cuál es el nivel de conocimiento acerca de la lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019?

## **c. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

Justificando teóricamente, se puede decir que saber acerca de la merienda escolar (lonchera) es importante debido a que cubrirá lo requerido nutricionalmente a los infantes en su permanencia escolar, en la que tienen un gasto energético en el transcurso del horario en su escuela ya sea intelectual o físicamente, para ello se sabe que deben reponer ese mismo gasto con grupos alimenticios que se encuentran en la pirámide alimenticia dentro de los cuales

están los constructores, energéticos, reguladores y líquidos. La investigación colaboro con el conocimiento de las féminas quienes entendieron el correcto armado de la merienda para nutrir a sus hijos y evitar patologías a futuro, sea la desnutrición, anemia u otra. Socialmente se indago en la madre (de niños pre escolares) si poseían el conocimiento necesario para evitar complicaciones de larga data que pudieran generar un problema de salud a nivel público o gasto de la familia o del estado para la recuperación de cualquier eventualidad que pudiese repercutir en el pequeño. Con este hecho se tendrá niños que posean salud dentro de la comunidad. En cuanto a la esfera practica se puede decir que el trabajo colaboro con la evaluación individual de la ejecución en cuanto a la elaboración de la merienda escolar a través del anexo 2, el cual permitió saber el grado de conciencia que poseen estas para elaborar un contenido básico de una lonchera. Sobre el aspecto metodológico el estudio se puede ejecutar en otras instituciones de educación para que a su vez se logre mejorar el nivel nutritivo mediante la educación de la merienda saludable en los escolares.

Es así que el propósito de la investigación se enfoca en la promoción de la salud dirigiendo sus esfuerzos en el grado de conocimiento de las madres, las cuales contribuirán con la educación, modificación y mejoría de comportamientos y hábitos nutricionales. No obstante, también contribuirá con conocimiento nuevo y actualizado en la profesión de enfermería y en la comuna científica.

#### **d. HIPÓTESIS**

##### **Hipótesis general**

- No atañe hipótesis debido a que es un estudio descriptivo.

#### **e. VARIABLES DE ESTUDIO**

- Nivel de conocimiento. Corresponde al grado de saber que tiene un sujeto respecto a un tema, cosa, o situación.
- Lonchera saludable. Es lo concerniente a los comestibles esenciales que deben encontrarse en el refrigerio que transportan los educandos a su centro de estudios para su consumo posterior y reposición energético.

### III. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

#### a. Objetivo general

- Establecer el nivel de conocimiento acerca de la lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019.

#### b. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de conocimiento acerca del contenido fundamental de una lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019.
- Analizar el nivel de conocimiento acerca de las características lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019.

### IV. MARCO TEÓRICO

#### ANTECEDENTES

Bracero. R., en su trabajo **“Nivel de conocimiento de las madres sobre el aporte nutricional de la lonchera escolar en primera de básica del C.E.I Josefina Barba Chauano en Guayaquil”**. Realizado en 2019, Ecuador. Tuvo como objeto la determinación del saber en las mamás acerca del aporte nutritivo de la merienda escolar. Metodológicamente fue cuantitativo y descriptivo. Uso un cuestionario del cual resultó que un nivel alto (75%) está condicionado por la culturalidad, se condiciona en un 84% con la publicidad de los medios comunicativos y poca información en charlas (96%) recibidas por instituciones como colegios y postas. Concluyen que se debe proporcionar mayor datos e información a las matriarcas de manera transparente y específica para apoyarla en la concientización del cambio en conductas alimenticias que conducirán a un estilo saludable de vida.<sup>7</sup>

Tevalán B., (2015), en su estudio acerca de la **“Evaluación de la composición y el valor nutricional de las loncheras escolares en cinco centros educativos públicos y cinco privados en Guatemala”**. En el que su meta fue la determinación de la composición y valorización nutritiva en las loncheras, y su método fue de carácter transversal y descriptivo; mediante una encuesta de comestibles llenada por 117 educandos, obtuvo un resultado de 54% de comestibles (panes) contenían algún elemento proteínico, 52% eran bebidas

artificiales envasadas, 38% galletas, frutas un escaso 31% y el menor valor (24%) correspondió a comestibles fritos y caramelos. Él concluye que las meriendas escolares poseen un grado elevado en cuanto a contenido energético denso.<sup>8</sup>

Fuentes, E., **“Relación entre el aporte nutricional de las loncheras y el índice de masa corporal en un grupo de niños de transición del colegio Champagnat en la ciudad de Bogotá, D.C. en el 2014”**. Tuvo como meta la relación del aporte nutritivo (de meriendas) y el índice corporal de masa en infantes. De carácter descriptivo y transversal, trabajo con 47 niños como muestra. Y utilizo un test en donde resulto que predominantemente eran de sexo masculino, la edad promedio fue de 25% posee peso en demasía (26% sobrepeso) con obesidad 6% y acerca de los indicadores, con desnutrición 4% de tipo crónica y 27% respectivo a la predisposición de una talla baja. Asimismo, se concluye que la problemática en los infantes en proceso transicional de desarrollo indica números altos en nutrición ineficiente, expresándose estos como un exceso o escasez en el peso.<sup>9</sup>

Trelles, M. (2019) **“Conocimiento materno sobre loncheras de los preescolares de la I.E.I. Angelitos de Jesús de Huayacán, Lima – 2019”**. En su estudio se propuso establecer el conocimiento de las madres acerca de las meriendas nutritivas, usando como metodología el de carácter descriptivo, transversal. Se tomó 132 matriarcas del centro educativo en Huayacan para que desarrollen un test de diez ítems. Se halló que el grado integral del saber sobre la merienda, el conocimiento bajo lo obtuvo un 5% de ellas, un nivel medio fue de 32% y alto 87%. En cuanto al armado de la lonchera, predominó el grado medio de conocimiento con un 100%. Asimismo, en cuanto al almacenamiento se obtuvo un grado alto (97%) y bajo (3%), no se halló un nivel medio. Finalmente infieren que las féminas poseen un grado alto de conocimiento sobre loncheras saludables. Identificaron que los aspectos generales y almacenamiento tuvieron un nivel alto mientras que el aspecto de armado o composición, fue medio.<sup>10</sup>

Jáuregui, E., **“Nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y su relación con el estado nutricional de los preescolares de la IEI Santa María,**

**Lince, 2017”.** Se propuso identificar el vínculo entre el saber de las madres de la merienda escolar y la situación nutritiva de los colegiales. El trabajo fue correlacional – descriptivo. La muestra se formó de 80 féminas que resolvieron un cuestionario cuya resultante fue que parte de ellas tuvieron un nivel de saber medio (55%), 12 alto y 33% bajo. Paralelamente, en cuanto a la situación nutritiva, en 54% se apreció que poseían una situación normal y el resto (45%) cursaba con dificultades nutricionales. Inferieron que el motivo por la que existe una fuerte relación en las que obtuvieron un alto saber es una razón de 9.22 de probabilidad para que se exhiba una nutrición adecuada, así como el bajo disminuye 94% la probabilidad de presentarlo (el adecuado estado nutritivo).<sup>11</sup>

Baldeon, N. en su estudio **“Conocimiento de las madres sobre la preparación de lonchera escolar saludable en la I.E.P. Jesús Guía Santa Clara – Ate 2016”**. Cuya búsqueda se centró en el establecimiento de los conocimientos en la concientización de la madres sobre la adecuada alimentación en la merienda de sus pequeños. Este trabajo fue de carácter descriptivo – transversal y se constituyó de 64 matriarcas. Las que resolvieron las preguntas dadas y se obtuvo que del 100%, 62% tienen los conocimientos básicos y 38% no los poseen. Por ello concluyen que las féminas con un resultado porcentual alto entienden que las harinas (carbohidratos en general) son la primordial fuente de energía, así como los alimentos que deber añadirse en la lonchera deben ser prácticos a la preparación; además se observó que un grupo importante de ellas no tenían idea de que los líquidos o bebidas son fuente esencial para la recuperación de líquido en el juego o que el hierro es imprescindible para evitar un estado anémico.<sup>12</sup>

## **TEORIA**

El *conocimiento* se describe como el acto y consecuencia del saber y comprender humano.<sup>13</sup> Para Martino, esto no conforma una asignación del sujeto sino expresión de su propio vínculo con el presente (la actualidad). Frecuentemente trata de explicar que es un concepto singular e impreciso, la que puede ser entendida como acción particular de las profesiones. Caracterizada por la revelación del sentido de los objetos o hechos ligados a la inteligencia.<sup>14</sup> Existen tres niveles, el primero es el sensible, se da a través de los sentidos, por ejemplo, mediante los ojos se forman imágenes que se

procesan y se guardan recuerdos concernientes al color, forma, medida, etc. El segundo nivel es el conceptual, aquellos intocables, generales y elementales, son los conceptos abstractos que no guardan una imagen detallada que deje organizar el universo que nos rodea. Por último, el nivel holístico que indaga el saber científico de los objetos, permite comprender el entendimiento o expresión del sujeto.<sup>15</sup> Asimismo, se logran formar los siguientes tipos:

- Conocimiento intuitivo. Aquel que nos permite aceptar al universo o al propio entorno mediante las experiencias situaciones, vivencias de la vida diaria, es así que nos admite solventar hechos y responder a ellos.<sup>16</sup>
- Conocimiento religioso. Todo el que permite distinguir la esperanza o fe dirigida hacia una dirección que no se puede verificar tangiblemente, este es motivo del sentimiento de seguridad al corresponder con otros sujetos acerca de las creencias compartidas.<sup>17</sup>
- Conocimiento empírico. Se logra mediante la experiencia de una sensación, vivencia, etc. De perspectiva existencialista a lo que sucede, no se enfoca en sucesos vagos. Se trata de lo vivido por nuestra experiencia que es absorbida de la realidad. <sup>16</sup>
- Conocimiento filosófico. Declarado por la historia de los seres vivos, requerido por saber el principio de vida, hombre y universo. La inquietud se rige por el deseo de conocer la dirección de la humanidad.<sup>16</sup>
- Conocimiento científico. Apoyado en las averiguaciones, observaciones y explicaciones factibles. Es la ruta para lograr extensas conclusiones. Considerada por sus conclusiones objetivas, no depende de lo subjetivo.<sup>17</sup>

La *lonchera Saludable* es el conjunto de alimentos que son preparados como una merienda para los escolares de los diferentes grados. Sus cantidades dependerán de los requerimientos de cada etapa (edad). Su fin es el de proveer energía y nutrientes a los pequeños. Los requerimientos de esta lonchera deben incluir un valor de calorías global de 10 – 15 % (350 - 150 kilo calorías) el cual se ajustará a la talla, edad, actividad y peso. Cabe decir que esta merienda no reemplazara las tres comidas esenciales del día (Desayuno, Almuerzo, Cena).<sup>17</sup> El Ministerio peruano indica que estas deben contener comestibles de tipo energéticos para que el escolar rinda físicamente en actividades deportivas o en el estudio, así como alimentos proteínicos y aquellos que contengan fuentes

vitamínicas.<sup>18</sup> El objeto es el suministro de nutrientes a los niños para satisfacer sus necesidades y logren el desarrollo de potenciales, según refiere Valdivia.<sup>17</sup> Meyer, expone que una de las intenciones de la lonchera es de abastecer los repuestos de sustentos a lo largo de la jornada del colegial. Incluso, sugiere que es una cajita transportadora de comestibles que socorre teniendo un régimen balanceado y verdaderamente nutritiva que comprende valores energéticos, reguladores y constructores. Esta debe ser limpia, armoniosa, diversa, equilibrada, sólida, con la adición de una fruta y una bebida.<sup>14</sup>

### **Contenido básico**

Aquellos comestibles que no confieren un riesgo para la salud.

- *Alimentos energéticos*: Confieren energía mediante carbohidratos y grasa. Por ejemplo: carbohidratos: media rodaja de pan, choclo desgranado entre otros. Sobre la grasa, esta puede ser acetite vegetal, frutos deshidratados y grasa saludable como aceituna y aguacate.<sup>18</sup>
- *Alimentos constructores*: Contribuyen con la formación del epitelio del cuerpo. Mediante la proteína (animal y vegetal) delegan el aporte de sustancia requerida.<sup>18</sup>
- *Alimentos reguladores*: Proveen de defensas en el cuerpo para combatir los padecimientos y absorbe nutrientes trasladando una dieta régimen equilibrado. Son verduras y frutas.<sup>18</sup>
- *Líquidos*: Necesario que los comestibles se acompañen de un refresco el cual puede ser de un zumo de fruta natural o agua. No incluye mates o gaseosas.<sup>18</sup>

### **Requerimientos por grupos de nutrientes**

a) Energía. El gasto energético corresponde al conjunto de lo requerido energéticamente, la composición del cuerpo y la actividad física, según los dicho por la OMS; FAO y la UNU. La metabolización basal se eleva con el cálculo energético esencial respecto al sexo y edad del individuo. Es por eso, que las porciones nutricionales se exhiben unitariamente dentro de las unidades calóricas o de la relación talla y peso (IMC) por día. Un elemento originario y esencial del alimento de los pequeños es la concentración energética. Motivo por el que una densidad leve energética logra saciar el hambre, mas no logra suplir

los requerimientos. Por ese motivo los regímenes basados en líquidos o únicamente bebidas o caldos deberán tener 0,4 kilocalorías por centímetro cúbico y dos kcal por cada gramo de alimentos sólidos.<sup>17,18</sup>

#### b) Proteínas

Se propone la elevación de menos de la mitad del porcentaje de variaciones (25%) el cual es esencial para dar un límite de seguridad de los requerimientos de nutrición promedio. Desde ese aspecto se logra cubrir dichos requerimientos de los sujetos en una sociedad, de tal modo que los habitantes de un contexto sanitario insalubre exhiben contaminación bacteriana del sistema estomacal e intestinal mediante diarrea, que a su vez conducirá a la anorexia. Productos animales (huevos, pescado, lácteos, carne) socorren con el suministro de porciones proteínicas y de aminoácidos primordiales, por su elevado cumulo de proteína y sus derivados. Por eso mismo, pueden sustituirse en el contexto de la merienda por dos vegetales o una fuente que suplemente proteínicamente, sea animal o no.<sup>17,18</sup>

#### c) Carbohidratos

Poseen una participación mayor en el régimen alimenticio, ocupando más de la mitad de la merienda. Deben proporcionar el 61% a 71% de la energía que se consume. Se recomienda cincuenta gramos habituales de carbohidratos para prevenir la cetosis. Dentro de este grupo se desglosan en subgrupos: La *sacarosa* de fácil absorción (intestino) mediante la mezcla de monosacáridos, conforma una fuente económica y alta en cuanto concentración energética, es la que mas abunda en el régimen, por ello se han restringido su uso (ligadas a caries), por ello se previene con flúor (higiene dental). La *lactosa* caracteriza el sabor azucarado de la leche y es fuente paralela de proteína y calcio. Contiene glucosa y lactosa. El *almidón* encontrado en tubérculos y raíces, esencial para la energía en Latinoamérica. Su concentración se eleva durante la cocción (se restringe su consumo). La *fibra* cumple con variadas ocupaciones en el cuerpo entre ellas la resorción de agua, previene el estreñimiento y a su vez las hemorroides, diabetes y cáncer de color; se encuentra en vegetales y diferentes tipos de cereales. *Grasas* aportan con la absorción vitamínica, fuentes de baja

grasa son las proteínas. No olvidar el consumo de ácidos como omega 3 contenido en los peces.<sup>17</sup>

### **Función de la lonchera saludable**

Su intención radica en el abastecimiento de los niños como fuente de energía y nutrientes que suplen el gasto escolar (mental y físico) durante la jornada diaria. Sin embargo, se menciona que esta no es el equivalente a las tres comidas principales diarias que consume cada ser humano (Desayuno, comida, cena). Su función se limita al gasto y como potencializador para el ejercicio mental durante clases, la actividad deportiva e incluso el recreo.

### **Características de la lonchera saludable**

- Inocuidad. Es la certeza de que un producto no generara ningún peligro para quien lo consuma (sea durante la preparación o ingestión).<sup>19</sup>
- Practicidad. Se relaciona a la manera en que se empaqueta la merienda, la cual deberá ser fácil y no tomar demasiado tiempo en su elaboración, así como deberá manipularse (abrirse) sin problema alguno.<sup>19</sup>
- Variedad. Hace referencia al ingenio con se prepara la presentación, a la mezcla o armonía de color y sabor, con el fin de que esta despierte el hambre o antojo a os menores a comerla.<sup>19</sup>
- Idoneidad. Indica que un comestible debe ser adecuado conforme a la fase etaria en la que se encuentre el sujeto. Dara seguridad según el fin que esta merienda posea.<sup>19</sup>

### **Rol materno en el pre escolar**

Principalmente se direcciona hacia la culturalización alimenticia de los pequeños. Para impedir un rechazo hacia el alimento que se le provee al escolar es necesario que la madre logre combinar una dieta diversa y atractiva para el pequeño, manteniendo la cifra energética propuesta diaria, asegurando así que el infante no exprese una aversión a los alimentos saludables. Es en esta etapa que se entabla la puesta en práctica de los saludable o no, por eso la importancia de que la madre sea el principal motor en ellos para que adecuen esta dieta necesaria para su desarrollo a futuro.<sup>20</sup>

### **Rol docente en el pre escolar**

El pedagogo es elemento fundamental que ira conjuntamente con la familia poniendo de si para que el pequeño interne en su comportamiento el hábito de una merienda adecuada y equilibrada para su salud. Esto dependerá de la formación del maestro, el aliciente que este posea y el conocimiento sobre este tópico. La disciplina respecto a lo que se consume es importante debido a que potencializa o ayuda a cambiar técnicas o maneras de alimentarse. Para esto es necesario recalcar que las conductas de alimentos ponen al descubierto el tipo de pensamiento, donde se crece o nace, estos determinaran el aspecto visual (físico) y mental, así como el gusto y conductas de manera individual o grupal.<sup>20</sup>

## **V. MÉTODOS O PROCEDIMIENTOS**

### **TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN**

En este trabajo se aplica como objetivo la resolución de una determinada problemática o planteamiento particular, centrándose en la indagación y fijación del conocimiento para su propia aplicación para una adquisición del desarrollo científico y cultural.

Dicho estudio es de un nivel descriptivo, porque permite una presentación de declaraciones colectivos y pedagógicas en una situación temporal y en una determinada área.<sup>21</sup>

### **MÉTODO Y DISEÑO**

Es un trabajo no experimental debido a que no se operó variables (no se pueden modificar las variables de estudio).<sup>22</sup>

Los datos fueron recogidos en una sola instancia (momento), posterior a ello se describió la situación en relación a las variables.

Por otro lado, es de corte transversal por ser no experimental, por estar estudiadas en un momento determinado.<sup>21</sup>

El área de estudio fue realizada en el Colegio Inicial 182, que está ubicado en calle arequipa 386 Pisco, Ica.

### **POBLACIÓN**

La población participante son las madres (82) de escolares pertenecientes al colegio Inicial 182 en la ciudad de Pisco, Ica, Perú.

### **MUESTREO**

Se obtuvo la participación de la totalidad poblacional, por lo tanto, no se tiene una muestra presente.

### **CRITERIO DE INCLUSIÓN**

- Madres de escolares matriculados en el centro educativo
- Madres que accedan participar en el estudio
- Madres de escolares con un rango de 3 – 5 años

## **CRITERIOS DE EXCLUSIÓN**

- Madres de escolares con dificultades en el registro del centro educativo
- Madres que no accedan a participar en el estudio
- Madres de escolares que no se hallan por su asignación laboral

## **INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN**

La información fue recopilada de las madres y se midió el nivel de conocimiento, por medio de un cuestionario que fue validado, es de tipo anónimo y consta de dieciséis preguntas básicas y ocho de la característica de una lonchera nutritiva, por otro lado, las preguntas correctas equivalen a tres puntos. Al tener un puntaje de diecisiete a veinte, es similar que decir nivel alto, al ser de trece a dieciséis esta será medio, al ser inferior a trece estará es calificada como baja. Dicha encuesta fue validada por tres expertos en la materia

## **VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTOS**

Esta ficha estuvo validada por expertos en el área pediátrica, en el área de salud infantil y alimentación saludable (nutrición)

## **PROCEDIMIENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS**

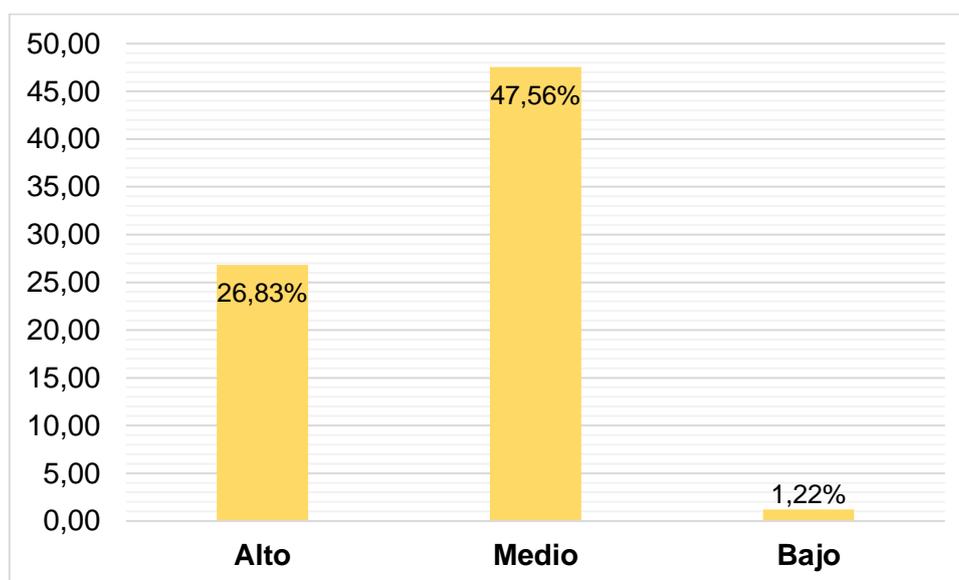
Se tuvo las autorizaciones correspondientes, aceptación del colegio inicial 182 de Pisco. Se mencionó para la autorización el fin del trabajo, el objetivo primordial de la investigación y posterior a ellos se obtuvo una lista de la cantidad de niños que estudian en dicho colegio.

## VI. RESULTADOS

**Tabla 1 – NIVEL DE CONOCIMIENTO ACERCA DE LA LONCHERA SALUDABLE DE LAS MADRES DEL COLEGIO INICIAL 182 – PISCO, ICA 2019**

	Frecuencia	%	% acumulado
Alto	23	28.05	28.05
Medio	38	46.34	74.39
Bajo	21	25.61	100
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100</b>	

**Gráfico 1 - NIVEL DE CONOCIMIENTO ACERCA DE LA LONCHERA SALUDABLE DE LAS MADRES DEL COLEGIO INICIAL 182 – PISCO, ICA 2019**



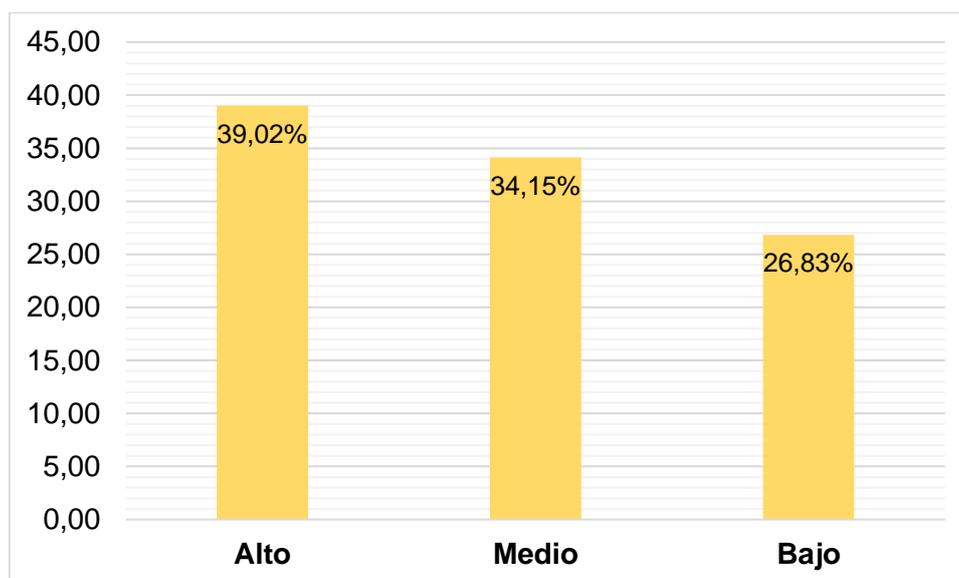
### **Interpretación:**

En la que respecta al nivel de conocimiento acerca de la lonchera saludable de las madres, se observó que el nivel de conocimiento medio es del 46.34% (38) de las mamás, nivel de conocimiento alto 28.05% (23) de las mamás, y para el nivel de conocimiento bajo es del 25.61% (21) de las mamás del colegio inicial 182. Es así que se define que el nivel de conocimiento en relación a la lonchera saludables es moderadamente buena.

**Tabla 2 – NIVEL DE CONOCIMIENTO ACERCA DEL CONTENIDO FUNDAMENTAL DE UNA LONCHERA SALUDABLE DE LAS MADRES DEL COLEGIO INICIAL 182 – PISCO, ICA 2019.**

	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>	<b>% acumulado</b>
Alto	24	29.27	29.27
Medio	40	48.78	78.05
Bajo	18	21.95	100
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100</b>	

**Gráfico 2 – NIVEL DE CONOCIMIENTO ACERCA DEL CONTENIDO FUNDAMENTAL DE UNA LONCHERA SALUDABLE DE LAS MADRES DEL COLEGIO INICIAL 182 – PISCO, ICA 2019.**



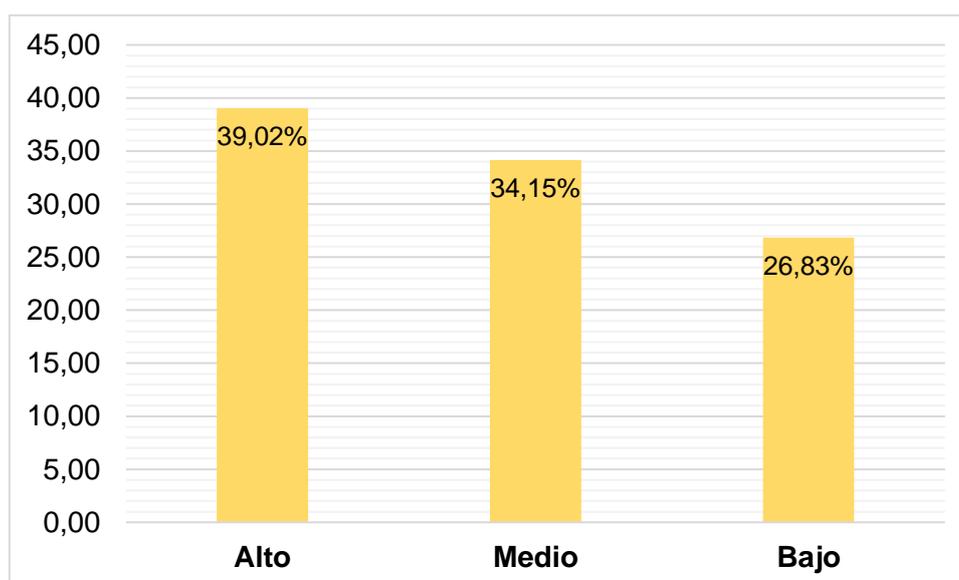
**Interpretación:**

En la que respecta al nivel de conocimiento acerca del contenido fundamental de las loncheras saludables, se observó que el nivel de conocimiento medio es del 48.78% (40) de las mamás, nivel de conocimiento alto 29.27% (24) de las mamás, y para el nivel de conocimiento bajo es del 21.95% (18) de las mamás del colegio inicial 182. Es así que se define que el nivel de conocimiento en relación a la lonchera saludables es moderadamente buena.

**Tabla 3 - NIVEL DE CONOCIMIENTO ACERCA DE LAS CARACTERÍSTICAS LONCHERA SALUDABLE DE LAS MADRES DEL COLEGIO INICIAL 182 – PISCO, ICA 2019.**

	Frecuencia	%	% acumulado
Alto	32	39.02	39.02
Medio	28	34.15	73.17
Bajo	22	26.83	100
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100</b>	

**Gráfico 3 - NIVEL DE CONOCIMIENTO ACERCA DE LAS CARACTERÍSTICAS LONCHERA SALUDABLE DE LAS MADRES DEL COLEGIO INICIAL 182 – PISCO, ICA 2019.**



**Interpretación:**

En la que respecta al nivel de conocimiento acerca de las características de las loncheras saludables, se observó que el nivel de conocimiento alto es del 39.02% (32) de las mamás, nivel de conocimiento medio 34.15% (28) de las mamás, y para el nivel de conocimiento bajo es del 26.83% (22) de las mamás del colegio inicial 182. Es así que se define que el nivel de conocimiento en relación a la lonchera saludables es moderadamente buena.

## **VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **A. Conclusiones**

- 1) En base a lo designado por el objetivo general se estableció que el conocimiento que poseen las madres de familia respecto a la merienda (lonchera) que elaboran para sus infantes cuando acuden a su centro de estudios muestra un nivel medio bueno.
- 2) Respecto a la dimensión primera acerca del grado de conocimiento en cuanto contenidos esenciales que usan las madres para preparar la merienda adecuada y saludable mostraron un nivel medio bueno.
- 3) En cuanto a la segunda dimensión se comprobó que el conocimiento de las matriarcas basado en los caracteres de la lonchera enviada a sus pequeños exhibe un nivel bueno.

### **B. Recomendaciones**

- 1) Fortificar el saber que poseen las matriarcas en relación a conocimientos de la merienda a través de la seguridad y disciplina, haciendo hincapié en que el bienestar de los infantes no es tarde para ser aprendido propiciando un aprendizaje veloz y dinámico.
- 2) Para la mejoría del conocimiento en estas féminas es imprescindible que tengan en cuenta el método más práctico para la elaboración de estas meriendas, pudiéndose efectuar mediante la capacitación de las matriarcas y los pedagogos del Colegio Inicial 182.
- 3) Las madres desempeñan un rol imprescindible si poseen los conocimientos de las meriendas, contenido y características adecuadas para lograr una lonchera nutritiva. Asimismo, se aconseja complementar este saber con el del rubro de alimentos que conforman una buena nutrición.
- 4) Se recomienda proponer al director del colegio inicial 182 para coordinar con el establecimiento de salud a cargo de su jurisdicción la realización de actividades educativas sobre la lonchera nutritiva adecuada dirigida a la matriarcas y pedagogos.

## **DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

En lo que concierne al objetivo principal de este trabajo, es la determinación del nivel de conocimiento relacionadas con las loncheras saludables en las mamás del colegio inicial 182 de Pisco. El cual fue de 46.34% de las mamás que tienen un nivel de conocimiento medio, esto coincide por lo estudiado con Jáuregui en el año 2018, este estudio fue de las madres y el nivel de conocimiento relacionados a loncheras saludables, donde encontró que el 55% de las madres estudiadas tenían un nivel de conocimiento medio, y concuerda que un pequeño número de madres tiene un nivel bajo del conocimiento sobre las loncheras saludables.

En lo que concierne al objetivo secundario primero, es la determinación en el nivel de conocimiento acerca del contenido fundamental de las loncheras saludables, el cual fue de 48.78% de las mamás que tienen un nivel de conocimiento alto, coincidiendo con lo estudiado por Colquehuanca en el año 2014, este estudio fue sobre el conocimiento y la relación en la preparación de forma nutritiva de las loncheras, donde encontró que el 54.3% de las mamás tiene un nivel alto y un 17% tiene un nivel bajo de conocimientos para la preparación de las loncheras.

En lo que concierne al objetivo secundario segundo, es la determinación en el nivel de conocimiento acerca de las características de las loncheras saludables, el cual fue de 39.02% de las mamás que tienen un nivel de conocimiento alto, lo cual coincide con lo estudiado por Baldeón en el año 2016, este trabajo era sobre la preparación de las loncheras saludables en los escolares de una institución privada en el distrito de Ate, donde concluyó que el 61.2% de las mamás tiene un nivel alto y es muy favorecido para la correcta preparación de las loncheras de sus menores hijos.

## BIBLIOGRAFÍA

1. ONU, el desarrollo sostenido [internet] Santiago 2016. Disponible en: <http://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>
2. UNICEF, Lineamientos Estratégicos para la Erradicación de la Desnutrición Crónica Infantil en América Latina y el Caribe. [internet] Panamá 2008. Disponible en: [https://www.unicef.org/lac/final\\_estrategia\\_nutricion\(2\).pdf](https://www.unicef.org/lac/final_estrategia_nutricion(2).pdf)
3. UNICEF, “Desnutrición crónica infantil es un problema en América Latina y el Caribe: alimentación preescolar” [internet] Panamá 2008. Disponible en: [https://www.unicef.org/lac/final\\_estrategia\\_nutricion\(2\).pdf](https://www.unicef.org/lac/final_estrategia_nutricion(2).pdf).
4. OPS/OMS Lanzamiento del Primer Concurso Escolar Nacional “Nuestro quiosco y lonchera saludable” [Internet] Perú 2013. Disponible en: [https://www.paho.org/per/index.php?option=com\\_content&view=article=232:lanzamiento-primer-concurso-escolar-nacional-nuestro-quiocso-lonchera-saludable&Itemid=900](https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article=232:lanzamiento-primer-concurso-escolar-nacional-nuestro-quiocso-lonchera-saludable&Itemid=900)
5. MINSA, Estrategia Sanitaria “Alimentación y Nutrición Saludable” [internet] Lima 2011.
6. MINSA, lonchera saludable [internet] Perú 2013. disponible en: [https://www.minsa.gob.pe/portada/Especiales/2013/utilesaludables/ues\\_06.html](https://www.minsa.gob.pe/portada/Especiales/2013/utilesaludables/ues_06.html)
7. Bracero R. nivel de conocimiento de las madres sobre el aporte nutricional de la lonchera escolar en primera de básica del C.E.I Josefina Barba Chauano, [Tesis de grado]. Ecuador: Universidad Guayaquil; 2019 [Internet]. Disponible: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/41905>
8. Tevalan B. Evaluación de la composición y el valor nutricional de las loncheras escolares de cinco establecimientos educativos. [tesis de grado]. Guatemala: universidad Rafael Landívar; 2015 [internet].
9. Fuentes, E. “relación entre el aporte nutricional de las loncheras y el índice de masa corporal en un grupo de niños de transición del colegio Champagnat [tesis de grado]. Bogotá: universidad Javeriana; 2014 [Internet].
10. Trelles, M. Conocimiento materno sobre loncheras de los preescolares de la I.E.I. Angelitos de Jesús de Huayacán, [tesis de grado]. Perú: universidad Norbert Winer 2019 [Internet]. Disponible en: [http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3108/TESIS%20Trelles %20Medaly.pdf?sequence=3&isAllowed](http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3108/TESIS%20Trelles%20Medaly.pdf?sequence=3&isAllowed)

11. Jáuregui, E. Nivel de conocimiento materno sobre lonchera saludable y su relación con el estado nutricional de los preescolares [tesis de grado]. Perú: universidad Federico Villarreal; 2017.[Internet].
12. Baldeon N. Conocimiento de las madres sobre la preparación de lonchera escolar saludable. [Tesis de especialidad]. Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2016. [Internet]. Disponible en: [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNMS\\_3d7430a43b9f8eb23ef0521eab018726](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNMS_3d7430a43b9f8eb23ef0521eab018726)
13. Real Academia Española, conocimiento [Internet]. España. Disponible en: <http://dle.rae.es/srv/search?m=30&w=conocimiento>
14. Di Martino, El conocimiento siempre es un acontecimiento.[internet] Madrid: Ediciones encuentro S.A. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/241794213/DI-MARTINO-El-conocimiento-essiempre-un-acontecimiento-ESPANOL-doc>
15. Martínez A, Ríos F. Los Conceptos de Conocimiento, Epistemología y Paradigma. Como Base Diferencial en la Orientación Metodológica del Trabajo de Grado. Cinta morbi [Internet]. Venezuela 2006. Disponible en: <https://angelesgares.wordpress.com/2013/05/02/los-conceptos-de-conocimientoepistemologia-y-paradigma>
16. Zepeda R. Conocimientos intuitivo, religioso, empírico, filosófico y científico. [internet]. Gestipolis. disponible en: <https://www.gestipolis.com/conocimientosintuitivo-religioso-empirico-filosofico-y-cientifico-definicion-caracteristicas-yrelevancia/>.
17. Municipalidad de Miraflores. Manual del kiosco y lonchera escolar saludable Gerencia de Desarrollo Humano – 2012. Lima: Publicaciones Miraflores.
18. MINSA. Quioscos y refrigerios escolares saludables. [internet]. Lima;2013. disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/minsa/2570.pdf>
23. Municipalidad de Miraflores. Definición de lonchera saludable. [internet] 2012. Especial N°8. Disponible en: [http://www.miraflores.gob.pe/Manual\\_del\\_kiosco\\_y\\_lonchera\\_saludable](http://www.miraflores.gob.pe/Manual_del_kiosco_y_lonchera_saludable)
19. OPS. “Lineamientos de nutrición Infantil del Perú”. [internet]. Ed. Prisma. Lima-Perú, 2004.
20. Redmidia. Inocuidad de alimentos. [internet], Redmidia. Disponible en: <https://redmidia.com/alimentos/la-importancia-de-la-inocuidadalimentaria/>.

21. FAO Y OMS. Idoneidad de lonchera saludable. [internet]. Disponible en:  
<http://www.fao.org/3/w6419s/w6419s05.htm>

21. Arizábal G. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Scielo.  
Disponible:[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S16657](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S16657).

22. Cauas D. Definición de las variables, enfoque y tipo de investigación.  
Disponible en: <https://es.calameo.com/read/003146819cf01f68b123a>.

## ANEXOS

## Anexo 1 - Instrumentos de investigación

### CUESTIONARIO

La información brindada será totalmente confidencial y anónima.

#### Instrucciones

A continuación, usted tiene un grupo de preguntas, la cual serán respondida marcando un aspa (x) en la respuesta que usted crea conveniente.

Valores de Escala		
Bajo	Medio	Alto
1	2	3

CUESTIONARIO				
Lonchera saludable				
DIMENSIONES	INDICADORES	Valor (Escala)		
		Bajo	Medio	Alto
<b>CONTENIDOS BASICOS DE LA LONCHERA SALUDABLE</b>	<b>Constructores</b>			
	1. Es importante enviar en la lonchera escolar alimentos que contenga proteínas			
	2. Ud. sabe cuántas veces a la semana debe llevar alimentos que contenga proteína en la lonchera			
	3. Ud. Sabe que alimentos tienen proteínas.			
	4. Ud. Sabe que los alimentos que contengan proteínas nos ayudan al crecimiento, desarrollo y el mantenimiento de los tejidos.			
	<b>Energético</b>			
	5. La lonchera escolar es importante			
	6. Ud. Sabe que una lonchera saludable está compuesta por Sándwich, una fruta y un refresco.			
	7. Ud. sabe función que cumplen los alimentos energéticos se caracteriza porque aportan energía.			
	8. Ud. sabe la importancia que su niño lleve en la lonchera alimentos que dan energía Consumes carnes (pollo, pescado, etc.)			
	<b>Reguladores</b>			
9. Ud. Tiene conocimientos sobre la función de los alimentos reguladores.				

	10. Ud. sabe que los alimentos reguladores ayudan a la digestión en el organismo.			
	11. Ud. Sabe que los alimento que contienen reguladores es Mango, cereales, naranja, mandarina, etc.			
	12. Ud. Sabe que los alimentos reguladores se encuentran en las hortalizas y frutas.			
	<b>Líquidos</b>			
	13. Ud. Sabe que la bebida de una lonchera saludable es indispensable.			
	14. Sabe la importancia de incluir agua y/o bebidas naturales en la lonchera.			
	15. Sabe que bebida no debe ser incluida en una lonchera saludable			
	16. Sabe que cantidad de líquido debe mandar a su niño en su lonchera.			
<b>CARACTERÍSTICAS DE LA LONCHERA SALUDABLE</b>	<b>Variedad</b>			
	17. Para usted la lonchera saludable balanceada es importante.			
	18. Sabe que beneficio da a su hijo al enviar una lonchera balanceada			
	<b>Idoneidad</b>			
	19. Sabe qué medidas preventivas utiliza para manipular los alimentos.			
	20. Sabe la importancia que se tiene al preparar una lonchera saludable.			
	<b>Practicidad</b>			
	21. Sabe qué tipo de tapers es mejor utilizar para él envió de la lonchera.			
	22. Ud. Sabe la frecuencia de higiene de los tapers de la lonchera que envía a su menor hijo.			
	<b>Inocuidad</b>			
	23. Ud. sabe el valor calórico que debe ingerir su niño durante el día.			
	24. Ud. Sabe cómo elaborar una lonchera saludable, rápida y balanceada para un niño de nivel inicial.			

## Anexo 2 - Ficha de validación Juicio de expertos



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

RESOLUCIÓN N° 136-2006-CONAFU

RESOLUCIÓN N° 432-2014-CONAFU

### FORMATO DE VALIDEZ SUBJETIVA DE INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

#### ESCALA DE OPINIÓN DEL EXPERTO

#### APRECIACIÓN DEL EXPERTO SOBRE EL INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

Nº	ASPECTOS A CONSIDERAR	SI	NO
1	El instrumento tiene estructura lógica.		
2	la secuencia de presentación de ítems es óptima		
3	El grado de dificultad o complejidad de los ítems.		
4	Los términos utilizados en las preguntas son claros y comprensibles.		
5	Los reactivos reflejan el problema de investigación.		
6	El instrumento abarca en su totalidad el problema de investigación.		
7	Los ítems permiten medir el problema de investigación.		
8	Los reactivos permiten recoger información para alcanzar los objetivos de la investigación.		
9	El instrumento abarca las variables, sub variables e indicadores.		
10	Los ítems permiten contrastar la hipótesis.		

FECHA: ...../...../.....

-----

NOMBRE Y APELLIDOS

FIRMA DEL EXPERTO

### Anexo 3 - Matriz de operacionalización de variables

<b>Alumno:</b>			
<b>Asesora:</b>			
<b>Tema:</b>	NIVEL DE CONOCIMIENTO ACERCA DE LA LONCHERA SALUDABLE DE LAS MADRES DEL COLEGIO INICIAL 182 – PISCO, ICA 2019		
<b>Problemas</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variables e Indicadores</b>
<b>General</b> <b>PG:</b> ¿Cuál es el nivel de conocimiento acerca de la lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019?	<b>General</b> <b>OG:</b> Establecer el nivel de conocimiento acerca de la lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019.	<b>General</b> <b>HG:</b> Existe relación en el nivel de conocimiento acerca de la lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019.	<b>Variable de estudio</b> Nivel de conocimiento Lonchera saludable
	<b>Específicos</b> <b>OE1:</b> Identificar el nivel de conocimiento acerca del contenido fundamental de una lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019.	<b>Específicos</b> <b>HE1:</b> Existen relación en el nivel de conocimiento acerca del contenido fundamental de una lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019.	

	<p><b>OE2:</b> Analizar el nivel de conocimiento acerca de las características lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019.</p>	<p><b>HE2:</b> Existen relación el nivel de conocimiento acerca de las características lonchera saludable de las madres del Colegio Inicial 182 – Pisco, Ica 2019.</p>	
<p><b>Diseño</b> Descriptivo.</p>	<p><b>Población</b> La población participante son las madres (82) de escolares pertenecientes al colegio Inicial 182 en la ciudad de Pisco, Ica, Perú.</p> <p><b>Muestreo</b> Se obtuvo la participación de la totalidad poblacional, por lo tanto, no se tiene una muestra presente.</p>		

## **Anexo 4 - Informe de Turnitin**