

UNIVERSIDAD DE HUANUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERIA



TESIS

**“FACTORES QUE INFLUYEN EN LA PREPARACION DE
LONCHERAS NO SALUDABLES EN LAS MADRES DE LA
INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL N°017 BELEN – TINGO
MARIA, 2018”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

AUTORA: Arias Minaya, Mayra Angela

ASESOR: Reyes Paredes, Hector Huido

HUÁNUCO – PERÚ

2020

U

TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Promoción de la salud

AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

(2018- 2019)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias médicas, ciencias de la salud

Sub área: Ciencias de la salud

Disciplina: Enfermería

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título Profesional de Licenciada en Enfermería

Código del Programa: P03

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 46869974

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22498198

Grado/Título: Licenciado en Enfermería

Código ORCID: 0000-0002-8470-0658

DATOS DE LOS JURADOS:

D

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Alvarado Rueda, Silvia Lorena	Maestra en ciencias de la salud con mención en: salud pública y docencia universitaria	45831156	0000000192666050
2	Cspedes Y Argandoña, Lilia	Especialista en enfermería en centro quirúrgico	22422416	0000000260096943
3	Reategui Ruiz, Robert	Especialidad en enfermería en emergencias y desastres	22967963	0000000294137168

H



UNIVERSIDAD DE HUANUCO

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Tingo María, siendo las 09:00 horas del día 13 del mes de diciembre del año dos mil diecinueve en el Auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el Jurado Calificador integrado por los docentes:

- MG. SILVIA LORENA, ALVARADO RUEDA PRESIDENTA
- LIC. ENF. LILIA CESPEDES Y ARGANDOÑA SECRETARIA
- LIC. ENF. ROBERT, REATEGUI RUIZ VOCAL
- LIC. ENF. HECTOR HUILDO, REYES PAREDES ASESOR

Nombrados mediante Resolución N°2380-2019-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. "FACTORES QUE INFLUYEN EN LA PREPARACION DE LONCHERAS NO SALUDABLES EN LAS MADRES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL N°017 BELEN -TINGO MARIA, 2018". Presentada por la Bachiller en Enfermería. **Señorita. Mayra Angela, ARIAS MINAYA**; Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería. Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) APROBADA por UNANIMIDAD con el calificativo cuantitativo de...13...y cualitativo de...SUFICIENTE...

Siendo las...10:00... Horas del día...13... del mes de DIEMBRE del año...2019..., los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.


PRESIDENTA


SECRETARIA


VOCAL

DEDICATORIA:

A DIOS, por ser mi soporte todo este tiempo y desde siempre, por iluminar mi camino y enseñarme a elegir mi vocación.

A mis padres, por su apoyo moral, y mi motivación para lograr mis metas.

A mis hermanas, por enseñarme a no ceder ante las dificultades y persistir hasta conseguir mis sueños.

La autora;

AGRADECIMIENTO:

A Dios quien es merecedor de honor y toda Perfección; por darme la vida, por consagrarme e iluminarme cada día y estar constantemente conmigo.

A mis padres y hermanas por ser mi apoyo; gratitudes por toda la paciencia, amor, consejos, tiempo y tanto que han dado por mí para lograr este objetivo tan noble.

A todas las personas que me han animado en la lucha constante que es Enfermería; mis docentes y amigos.

La autora

ÍNDICE

DEDICATORIA:	II
AGRADECIMIENTO:	III
ÍNDICE	IV
ÍNDICE DE TABLAS	VI
ÍNDICE DE GRÁFICOS	VIII
RESUMEN.....	X
ABSTRACT	XI
INTRODUCCION.....	XII
CAPITULO I.....	14
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN:	14
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA:.....	14
1.2. FORMULACION DEL PROBLEMA:	17
1.3. Objetivo General:	18
1.4. Objetivos Específicos:.....	18
1.5. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACION:	19
A NIVEL TEÓRICO:	19
A NIVEL PRÁCTICO:	20
A NIVEL METODOLÓGICO:	20
1.6. LIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN:.....	21
1.7. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN:	21
CAPITULO II.....	23
MARCO TEÓRICO:	23
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN:	23
2.1.2. A NIVEL NACIONAL:.....	26
2.1.3. A NIVEL LOCAL:	29
2.2. BASES TEORICAS:.....	31
2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES:	33
2.4. HIPÓTESIS:	42
Hipótesis General:.....	42
Hipótesis Específicos	42

2.5. VARIABLES:.....	43
Variable Dependiente:.....	44
Variable Independiente:	44
2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	45
CAPITULO III.....	47
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION:	47
3.1. Tipo de investigación:	47
3.1.1. Enfoque:.....	47
3.1.2. Alcance o Nivel:.....	47
3.1.3. DISEÑO:	48
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA:	48
3.3. TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS:	51
3.3.1. PARA LA RECOLECCION DE LOS DATOS:	52
3.3.2. PARA LA PRESENTACION DE LOS DATOS:	53
3.3.3. PARA EL ANALISIS E INTERPRETACION DE LOS DATOS:.....	53
CAPITULO IV	56
RESULTADOS	56
4.1. PROCESAMIENTO DE LOS DATOS:	56
4.2 CONTRASTACION DE HIPOTESIS Y PRUEBA DE HIPOTESIS:	73
CAPITULO V	77
DISCUSION DE RESULTADOS:.....	77
5.1. PRESENTAR LA CONTRASTACION DE LOS RESULTADOS DEL TRABAJO DE INVESTIGACION:	77
CONCLUSIONES	81
RECOMENDACIONES.....	83
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	84
ANEXOS.....	90

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grupos de edad Tingo María 2018.	56
Tabla 2 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grado de instrucción Tingo María 2018.	57
Tabla 3 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según lugar de procedencia Tingo María 2018.	58
Tabla 4 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según estado conyugal Tingo María 2018.	59
Tabla 5 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según conocimiento sobre la preparación de loncheras Tingo María 2018.	60
Tabla 6 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según refieren poseer trabajo remunerado Tingo María 2018.	61
Tabla 7 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según ingreso económico Tingo María 2018.	62
Tabla 8 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según si poseen los recursos económicos para la preparación de las loncheras de su niño Tingo María 2018.	63
Tabla 9 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según la persona encargada de la preparación de la lonchera Tingo María 2018.	64
Tabla 10 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según familiares que viven en su domicilio Tingo María 2018.	65
Tabla 11 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según influencia de algún familiar en la preparación de la lonchera de su hijo Tingo María 2018.	66
Tabla 12 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según carbohidratos utilizados en la preparación de las loncheras Tingo María 2018.	67
Tabla 13 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según proteínas utilizadas en la preparación de las loncheras Tingo María 2018.	68
Tabla 14 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén	

según grasas trans utilizadas en las loncheras de su niño Tingo María 2018.	69
Tabla 15 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según bebidas industrializadas utilizadas como loncheras Tingo María 2018.	70
Tabla 16 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según bebidas preparadas utilizadas en las loncheras de su niño Tingo María 2018.	71
Tabla 17 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según tipo de lonchera consolidado Tingo María 2018.	72
Tabla 18 Influencia entre los factores sociodemográficos y tipos de lonchera de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén-Tingo María, 2018.	73
Tabla 19 Influencia entre los factores económicos y tipos de lonchera en madres de la Institución Educativa N° 017 Belén Tingo María 2018.	75
Tabla 20 Influencia entre los factores familiares y tipos de lonchera en madres de la Institución Educativa N° 017 Belén Tingo María 2018.	76

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grupos de edad Tingo María 2018.....	56
Gráfico 2 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grado de instrucción Tingo María 2018.	57
Gráfico 3 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según lugar de procedencia Tingo María 2018.	58
Gráfico 4 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según estado conyugal Tingo María 2018.	59
Gráfico 5 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según conocimiento sobre la preparación de loncheras Tingo María 2018.	60
Gráfico 6 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según refieren poseer trabajo remunerado Tingo María 2018.	61
Gráfico 7 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según ingreso económico Tingo María 2018.	62
Gráfico 8 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según si poseen los recursos económicos para la preparación de la lonchera de su niño Tingo María 2018.	63
Gráfico 9 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según la persona encargada de la preparación de la lonchera Tingo María 2018.	64
Gráfico 10 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según familiares que viven en su domicilio Tingo María 2018.	65
Gráfico 11 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según influencia de algún familiar en la preparación de la lonchera de su hijo Tingo María 2018.....	66
Gráfico 12 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según carbohidratos utilizados en la preparación de las loncheras Tingo María 2018.	67
Gráfico 13 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según proteínas utilizadas en la preparación de las loncheras Tingo María 2018.	

.....	68
Gráfico 14 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grasas trans utilizadas en las loncheras de su niño Tingo María 2018.	69
Gráfico 15 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según bebidas industrializadas utilizadas como loncheras Tingo María 2018.	70
Gráfico 16 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según bebidas preparadas utilizadas en las loncheras de su niño Tingo María 2018.	71
Gráfico 17 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según tipo de lonchera consolidado Tingo María 2018.	72

RESUMEN

OBJETIVO: Determinar los factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén - Tingo María, 2018. **MÉTODOS:** Estudio de tipo descriptivo relacional, de corte transversal, con n=120 madres. La técnica utilizada fue la encuesta y la observación; los instrumentos el cuestionario, guía de entrevista y una lista de verificación.

RESULTADOS: Las madres, en su mayoría tienen entre 21 a 30 años con el 44,2%; grado de instrucción el 61,7% secundaria; proceden de zona urbana el 60,8% y el 60,0% son convivientes. El factor cultural; nivel de conocimiento de la madre en la preparación de lonchera, el 42,5% conocimiento medio. Los factores económicos el 52,5% de las madres poseen trabajo remunerado; el ingreso económico es medio con el 53,3% y el 83,3% poseen los recursos para preparación de la lonchera de sus niños. En cuanto a factores familiares la persona encargada de preparar la lonchera es la madre con el 80%; viven en su domicilio con los padres el 43,3% y el 75,8% mencionan que no influyen familiares en la preparación de la lonchera. **CONCLUSIÓN:** Al realizar contraste de hipótesis se encontró relación estadística en la dimensión factores sociodemográficos, el grado de instrucción tiene relación estadística con el tipo de loncheras no saludables $X^2= 6,589$ y $p= 0,037$. En las variables factores económicos y familiares, no se encontró nivel de significancia estadística.

Palabras Claves: Factores culturales, económicos, familiares, loncheras no saludables

ABSTRACT

OBJECTIVE: Determining the factors that influence the preparation of lunch boxes not healthy in the educational initial institution's mothers N° 017 Bethlehem-Tingo Maria, 2018. **Methods:** I study of descriptive relational type, of transverse court, with n 120 mothers. The utilized technique was the opinion poll and the observation; The instrument the questionnaire and a check list. **RESULTS:** Mothers, in the main they have between 21 30 years with the 44.2 %; I harrow of instruction the 61.7 % secondary; The 60.8 % and the 60.0 % come from urban zone they are convivientes. The cultural factor; Level of knowledge of the mother in the preparation of lunch box, the 42.5 % half a knowledge. The cost-reducing factors 52.5 % of the mothers possess remunerated work; The cost-reducing entrance is average with the 53.3 % and the resources for preparation of the lunch box of his children possess the 83.3 %. The man in charge to prepare the lunch box is the mother with the 80 % as to family factors; The 43.3 % and the 75.8 % live in his domicile with the parents they mention that the relatives do not influence the preparation of the lunch box. **Conclusion:** You found when accomplishing contrast of hypothesis statistical relation in dimension factors sociodemográficos, the grade of instruction has statistical relation with the type of lunch boxes not healthy X^2 6.589 and p 0.037. In the variable cost-reducing factors and relatives, you did not find significancia's level statistical.

Key words: Cultural, cost-reducing factors, relatives, lunch boxes not healthy

INTRODUCCION

Según el Heraldo: Las bebidas, galletas y los chocolates son los productos más adquiridos en la época escolar por los hogares, refiere además que estas bebidas son los productos con mayor preferencia a la hora de llenarles la lonchera a los niños” (1); los cuales son alimentos no saludables, al respecto el Ministerio de Salud: Describe que la mayoría de los padres de familia trabajan y eso hace que busquen formas fáciles de preparar la lonchera de sus hijos (as). Muchos de ellos recurren a alimentos ricos en calorías pero pobres en nutrientes, como bebidas azucaradas, golosinas, snacks, entre otros (2).

Asimismo la Organización Mundial de la Salud (3) refiere: Que la malnutrición está presente en más de la mitad de las muertes en los niños. Muchas veces, la falta de acceso a alimentos no es la única causa de malnutrición; también contribuyen a ella los métodos defectuosos de alimentación como es en el caso de la preparación de las loncheras no saludables.

Por otro lado es importante tener presente las afirmaciones de Serafín P quien refiere: Una alimentación para ser saludable debe ser variada en alimentos y equilibrada para ayudar a promover la salud y prevenir las enfermedades nutricionales. Cuando se habla de una alimentación variada significa que hay que preparar loncheras con diferentes tipos de alimentos (4).

Por lo mencionado fue necesario abordar este problema de esta manera determinar los factores que influyen en la preparación de las loncheras no saludables en las madres de la Institución Educativa Belén de Tingo María.

En tal sentido, el estudio se encuentra descrito en cinco capítulos; estando el

primer capítulo; que comprende el problema, la justificación, los objetivos del estudio y de igual modo se considera a las limitaciones y viabilidad respectivamente.

En su segundo capítulo expongo el marco teórico, el cual contiene los antecedentes del trabajo de investigación, las bases teóricas para el sustento de dicho estudio y las definiciones conceptuales; además se consideran en este apartado a las hipótesis, variables en estudio y su operacionalización respectiva.

El tercer capítulo compuesto por la metodología de la investigación, como tipo de investigación, su enfoque, el alcance y su diseño del estudio, también se considera, población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de los datos.

En su cuarto capítulo se exhibe los resultados de la investigación con su respectiva interpretación donde se presentan las tablas y graficas elaboradas.

Y finalmente en el quinto capítulo se muestra la discusión del resultado; posteriormente se presentan las conclusiones y recomendaciones. También se incluyen las referencias bibliográficas y los anexos parte del presente trabajo de investigación.

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN:

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA:

En estos últimos tiempos se viene observando que, la época preescolar demanda se implanten las preferencias alimentarias especiales individuales, del desayuno tanto como del contenido de la lonchera en, las que antiguamente estaban enfocadas y determinadas casi exclusivamente por las costumbres y/o prácticas familiares. Deliberando; como refieren en su estudio Macias A., Gordillo L., Camacho E., “que la alimentación y la nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales y que durante la infancia contribuyen a un desarrollo y crecimiento óptimo, así como una maduración biopsicosocial, es necesario que los niños adquieran durante esta etapa hábitos alimentarios saludables”⁽⁵⁾.

La Organización Mundial de la Salud-2017, refiere que “En todo el mundo hay cerca de 115 millones de niños con insuficiencia ponderal; de los cuales la desnutrición contribuye en un buen porcentaje; el cual dificulta el desarrollo de 171 millones de niños menores de cinco años” ⁽⁶⁾. Por otro lado; según la Real Academia Española “la malnutrición es el estado que aparece como resultado de una dieta desequilibrada, en la cual hay nutrientes que faltan, o de los cuales hay un exceso, o cuya ingesta se da en la proporción errónea (7); se entienden también como carencias, los excesos o los desequilibrios de la ingesta de energía y/o

nutrientes de una persona según la Organización Mundial de la Salud (8).

Asimismo; la **Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura** Refiere: Que los países de América Latina, como el resto del mundo, observan con preocupación los efectos de la globalización sobre la información, las actitudes y cambios en los estilos de vida de las personas, que se han traducido en profundas transformaciones en sus conductas alimentarias, haciendo a los problemas de seguridad alimentaria que originan la malnutrición por déficit, a causa del consumo excesivo de alimentos procesados de alta densidad energética y pobres en nutrientes, que al parecer se vienen dando inclusive en las loncheras escolares que han llevado a un rápido aumento en la prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños y adultos. En ambos casos, estos problemas afectan con mayor fuerza a los grupos de menor nivel socioeconómico ⁽⁹⁾.

Según el MINSA Perú (2013); “una lonchera nutritiva debe tener alimentos con buena cantidad de energía como pan, galletas, queques caseros; y mejor si se combina con algún alimento de origen animal como pan con hígado frito o tortillas de espinaca, pan con huevo, pollo, atún, carne. También se debe llevar alimentos lácteos (leche, queso yogur); y alimentos que proporcionen vitaminas y minerales. Es fundamental además incluir agua (fruta al natural, jugo de frutas)”⁽¹⁰⁾.

No obstante, los hábitos alimenticios al parecer se han ido transformando por factores que perturban la dinámica familiar tales como la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar y la pérdida de autoridad en cuanto a la cantidad y calidad de los alimentos que consumen los niños. “Es por eso que una alimentación y nutrición correcta durante la edad escolar permite a la niña y al niño crecer con salud y adquirir una educación alimentaria nutricional deben ser los principales objetivos para familias y docentes, pues la malnutrición, tanto por déficit (desnutrición) o por exceso (sobrepeso y obesidad), puede tener resultados indeseados a corto y largo plazo” (4).

En América Latina y el Caribe (ALC) (año 2014); se ha mostrado grandes avances en la reducción del hambre, lo cual se demuestra con el alcance de la meta del primer Objetivo de Desarrollo del Milenio (ODM1). En términos específicos, la proporción de personas que sufren hambre en la región se redujo de 15.3 por ciento (68.5 millones) en 1990-1992 a 6.1 por ciento (37 millones) en 2012-2014 (11). En el año 2015, “todavía un 5,5% de la población, unos 34,3 millones de personas, no cubre sus requerimientos energéticos diarios” (12).

En el Perú según el Instituto Nacional de Salud (2016), “más de 240 mil niños son afectados por la desnutrición crónica y los mayores índices se registran en los menores de cinco años” (13), que al parecer las loncheras no saludables vienen influenciando en esta situación.

En la región Huánuco (2015), Según la Nutricionista Díaz de ESSALUD Huánuco ⁽¹⁴⁾, “Una lonchera saludable para un escolar, debe estar formado por líquido, fruta y alimentos energéticos. El agua, refrescos de frutas deben ser con poco azúcar, debido a que en esta época se está presentado obesidad en los niños.

En Tingo María en un estudio realizado por Panduro (2017) ⁽¹⁵⁾ refiere: que el 69,2% de las madres tienen nivel de conocimientos medio sobre preparación de loncheras saludables y solo El 49,2% tienen buena aplicación de esos conocimientos en las prácticas de preparación de dichas loncheras

Por estas consideraciones y sustentos respectivos se plantea la siguiente interrogante de investigación.

12 FORMULACION DEL PROBLEMA:

1.2.1. Problema General:

- ¿Cuáles son los factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018?

1.2.2. Problemas Específicos:

- ¿Cuáles son los factores sociodemográficos que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018?

- ¿Qué factores culturales influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018?
- ¿Qué factores económicos influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María 2018?
- ¿Cuál son los factores familiares que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018?.

13. Objetivo General:

- Determinar los factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018

14. Objetivos Específicos:

- Describir los factores sociodemográficos que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018.
- Identificar los factores culturales que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018.

- Determinar qué factores económicos influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018.
- Identificar los factores familiares que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018.

15. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACION:

A NIVEL TEÓRICO:

A pesar de que las instituciones educativas promueven las loncheras saludables; sin embargo continua siendo un problema para la salud de los niños debido a que las loncheras escolares “chatarra” basadas en papitas, queques, caramelos, barras de chocolate, entre otros, incrementan el sobrepeso y obesidad en los niños, que posteriormente los conduce a contraer enfermedades crónicas no transmisibles como diabetes ⁽¹⁶⁾. Asimismo se justifica también el presente trabajo de investigación; ya que en la actualidad la prevalencia de enfermedades relacionadas con la alimentación es uno de los problemas de salud más alarmantes y prevenibles ⁽¹⁷⁾.

Por otro lado el presente estudio se constituye en un antecedente para el inicio de nuevos trabajos de investigación que generalizan aspectos importantes; extendiendo así los conocimientos del investigador sobre el tema. Este estudio, además se justifica porque los factores que

influyen en la preparación de las loncheras no saludables, son temas que poca importancia se le da; el cual genera diversos problemas de salud en la población preescolar; tomándose en cuenta que los riesgos relacionados al estado nutricional y la alimentación de los niños continua aun elevado como por ejemplo la anemia y la desnutrición crónica. En consecuencia, la presente investigación, sirve para aportar información actualizada a la sociedad y al personal de salud.

A NIVEL PRÁCTICO:

Para la profesión de Enfermería y las otras disciplinas encargados de proveer servicios de salud, es importante determinar los factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables; porque nos ayudará a evaluar la realidad en que se encuentra en la actualidad; de esta manera proponer e implementar estrategias de intervención según la situación evidenciada en la población a estudiar. Los resultados del presente estudio permitirán obtener una información actualizada, ya que la información recolectada puede ser usada como base para crear o llevar a cabo programas educativos y estrategias metodológicas tendientes a concientizar a las madres de familia sobre la necesidad de implementar diversas medidas encaminadas a mejorar los factores detectados como problemáticas.

A NIVEL METODOLÓGICO:

El presente trabajo de investigación corresponde a la línea de investigación promoción de la salud; por lo que se justifica

metodológicamente ya que los instrumentos utilizados en la recolección de datos fue un aporte más para otros estudios relacionadas al contenido en estudio o afines, porque fueron validados por jueces expertos y especialista en el tema. Asimismo servirá como una metodología a seguir en el abordaje de la alimentación y nutrición en los preescolares, pudiendo inclusive ser una modelo para similares trabajos de investigación a realizar por investigadores, profesionales y estudiantes de las ciencias de la salud de la Provincia de Leoncio Prado. Además ofrecerá datos para ampliar conocimientos, corregir dudas e incertidumbres con respecto a los posibles factores que estén influyendo en la preparación de loncheras no saludables.

1.6. LIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN:

Las limitaciones a encontrarse en el estudio se derivan debido a que es un estudio de nivel descriptivo; ya que no es estudio de casos y controles, ni tampoco experimental; solo con el presente estudio se ha pretendido describir y relacionar los factores que influyen en la preparación de las loncheras no saludables. Otras de las limitaciones encontradas durante la recolección de los datos fue la demora en aceptar para responder las preguntas del instrumento de recolección de los datos.

1.7. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN:

El presente trabajo de investigación fue viable, ya que el lugar donde se ejecutó contó con un buen número de madres de familia.

Asimismo financieramente el estudio fue viable ya que los costos fueron asumidos por el investigador; en cuanto a los recursos humanos se contó con personal dispuestos a apoyar el estudio con quienes se ha coordinado para la ejecución del trabajo.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO:

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN:

2.1.1. A NIVEL INTERNACIONAL:

- **En Quito – Ecuador 2016, Andrade MT.** ⁽¹⁸⁾. Realizó un trabajo de investigación titulado “Determinación de la composición nutricional de los refrigerios enviados por los padres de familia con los parámetros del Ministerio de Salud Pública y su relación con el estado nutricional en la ciudad de Quito, periodo enero – febrero 2016”. Dicho estudio hace referencia a la composición nutricional de los refrigerios enviados por los padres de familia comparados con las recomendaciones establecidas por el Ministerio de Salud Pública y su relación con el estado nutricional de los niños de primero y segundo de básica de la Escuela Experimental Quintiliano Sánchez, Enero– Febrero 2016. Esta investigación fue de tipo cuantitativo, observacional, analítico prospectivo de corte transversal, la muestra la conformaron 102 estudiantes de entre 5 a 7 años, a los que se les evaluó el estado nutricional con los indicadores IMC/Edad y Talla/Edad y se realizó un análisis cuantitativo de los refrigerios enviados por los padres de familia utilizando la tabla de composición de alimentos Ecuatorianos. Los resultados demuestran el no cumplimiento de las recomendaciones nutricionales establecidas por Ministerio de Salud Pública para los refrigerios de los niños y en el estado nutricional se observa retardo en el crecimiento con sobrepeso y obesidad.

- **En Bogotá – Colombia 2014, Fuentes EP.** ⁽¹⁹⁾. Realizó un trabajo de investigación titulado “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.”. Este estudio tiene como primordial Objetivo: Relacionar el aporte nutricional de las loncheras y el Índice de Masa Corporal en un grupo de niños de transición del Colegio Champagnat en Bogotá D.C. Materiales y métodos: Estudio de tipo descriptivo de corte transversal con una muestra de 47 niños de transición. Mediciones antropométricas, evaluación de los alimentos incluidos durante la lonchera y una encuesta con los padres de familia. La tabulación se realizó con hoja de cálculo de Microsoft Excel 2011 y el paquete estadístico PastProgram. Resultados: En promedio tenían 5,9 años de edad; 35 eran de sexo masculino (74,5%) y 12 de sexo femenino (25.5%). Para un total en exceso de peso del 29%(sobrepeso (23%) y obesidad (6%)). Al evaluar los alimentos incluidos en la lonchera se evidencio un aporte elevado de Energía, Proteína, Grasa, Carbohidratos, Vitamina A, Vitamina C, sin embargo el Zinc se encuentra bajo. Además en los criterios que influyen sobre la planeación de las loncheras por los padres de familia, el más importante era los requerimientos nutricionales del niño y tenían un presupuesto mayor de 5000 pesos colombianos para la compra de alimentos. Conclusiones: La malnutrición es un problema en los niños de transición del Colegio Champagnat de Bogotá D.C., que hicieron parte del estudio, debido a una transición en la que se evidencia exceso y déficit de peso. A esto se añade que se encontraron loncheras

con aportes elevados de macronutrientes. Por lo anterior, es muy valioso que se adapten nuevos estilos de vida saludable en los niños.

- **En Toluca - Estado de México 2013. Santillana AL.** ⁽²⁰⁾. Realizó un trabajo de investigación titulado “Relación entre el estado nutricional y el aporte calórico del contenido alimentario en los refrigerios de los preescolares del Jardín de niños Rosario Castellanos, de la población de 2da Manzana Santa Cruz Tepexpan, Jiquipilco, Estado de México”. Este trabajo de investigación tuvo como Objetivos: Determinar si existe una relación entre el estado nutricional de los preescolares del Jardín de niños Rosario Castellanos y el contenido calórico de los alimentos que llevan para la toma de su refrigerio. Para la evaluación del estado nutricional de los preescolares utilizó los indicadores antropométricos peso para la edad (P/E), talla para la edad (T/E) y el índice de masa corporal (IMC). Luego para determinar el contenido calórico de los alimentos, se observaron por tres días no consecutivos los alimentos que llevaban los niños y se calcularon las kilocalorías contenidas que de acuerdo a un promedio basado en la ingesta diaria recomendada (IDR), se clasificaron en los rangos bajo, adecuado y alto. Llegando a los siguientes resultados: De acuerdo al indicador T/E el 72% de los niños tienen una talla normal, sin embargo, un 24% de la población presenta talla baja y un 4% talla alta. Por otro lado al evaluar a los menores con los indicadores IMC y P/E no se presentaron casos de desnutrición severa ni de obesidad. En cuanto al análisis del contenido calórico de los alimentos el 52% de los alimentos que llevaban los niños se encontró dentro del rango adecuado en cuanto

al aporte calórico. El autor llega a la siguiente conclusión: La mayoría de estudiantes se encontraron con un estado nutricional en normalidad mientras que el contenido calórico de sus refrigerios se localizó en rangos adecuados de aporte calórico por lo que es posible establecer un vínculo entre el contenido calórico de los refrigerios y el estado nutricional de los preescolares que sirva como clave para generar estrategias que combatan problemas de malnutrición en este grupo etario.

2.1.2. A NIVEL NACIONAL:

- **En Santa Anita Lima 2015, Reyes SK** ⁽²¹⁾. Realizó un trabajo de investigación titulado “Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera, que tienen las madres de preescolares en una institución educativa privada en Santa Anita-Lima”. Dicho estudio tuvo como objetivo principal: Determinar la efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera que tienen las madres de preescolares. Cuya metodología utilizada fue: El estudio de tipo cuantitativo, nivel aplicativo, cuasi - experimental y con un solo diseño y de corte transversal. La población estuvo conformada por 27 madres de familia. La técnica utilizada fue la entrevista y el instrumento un cuestionario, el cuál fue sometido a juicios de expertos aplicado antes de la ejecución de programa educativo dirigido a los conocimientos y prácticas ejercidas por las madres de familia. Resultados: Del 100%(27) madres encuestados, antes de

participar de la intervención educativa, 30% (8) tienen conocimientos y prácticas sobre los tipos de alimentos y preparación de la lonchera. Después de participar del programa educativo 70 %(19) madres, incrementaron los conocimientos y prácticas sobre los tipos de alimentos y preparación de la lonchera. Conclusión: El programa educativo sobre la preparación de lonchera nutritiva fue efectivo en el mejoramiento de conocimientos y prácticas de las madres, el cual fue demostrado a través de la prueba de t de student, obteniéndose un t_{calc} 11.8, con un nivel de significancia de α : 0.05, por lo que se acepta la hipótesis de estudio.

- **En Túcume 2014, Campos GC., Delgado FY.** ⁽²²⁾ Realizaron un trabajo de investigación titulado “Conocimientos sobre loncheras saludables en docentes del nivel primario de una institución educativa privada del distrito de Túcume. 2014”. Esta investigación fue de tipo cuantitativa descriptiva simple, que tuvo como objetivo, determinar el nivel de conocimientos sobre loncheras saludables en docentes del nivel primario de una institución educativa privada del distrito de Túcume. La muestra poblacional fue 10 docentes a los cuales se les aplicó, previo consentimiento informado, un cuestionario estructurado validado por juicio de expertos, que midió su conocimientos sobre loncheras saludables, en cuanto a su importancia, la clasificación, composición, alimentos que se deben incluir, cuidados y conservación de los mismos. Los resultados fueron procesados utilizándose la estadística descriptiva, obteniéndose que: la mayoría (70%) de los docentes poseen altos niveles de conocimientos sobre la importancia de la lonchera saludable;

60% presenta bajo nivel de conocimientos sobre alimentos a incluir y las funciones que estos cumplen; 80%, tienen un nivel alto de conocimientos sobre los alimentos que deben evitarse en una lonchera escolar; 50% presenta un nivel medio de conocimientos sobre conservación y manipulación de alimentos en loncheras saludables. Se concluye que, globalmente, 50% de los docentes de la institución educativa, presentan bajo nivel de conocimiento sobre loncheras saludables.

- **En Lima 2014, Huayllacayán SM., Mora Y. ⁽²³⁾.** Desarrollaron un trabajo de investigación titulado “Relación entre conocimiento materno sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes de primaria de la institución educativa n° 6069 Pachacútec”. Este trabajo de investigación tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre las nociones maternas sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes. La metodología utilizada fue; enfoque cuantitativo, diseño descriptivo correlacional, de corte transversal, considerando una muestra no probabilística de tipo intencional. La población de estudio estuvo constituida por alumnos del cuarto grado de primaria de las secciones A, B, C y D. La técnica de recolección de datos fue la encuesta y la observación. Los instrumentos fueron un cuestionario y ficha de registro. Los datos fueron tabulados en SPSS versión 19.0, mediante la estadística. Se respetó los principios éticos de autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia. Resultados: Dado que el valor de χ^2 es 7,29 y $gl = 2$ este es mayor que el valor crítico para un nivel de significancia de 5,99 un nivel de confianza del 95%, siendo $p \leq 0.05$, por tanto se acepta

la hipótesis. Esto conduce a afirmar que el conocimiento materno sobre loncheras escolares tiene relación significativa con el estado nutricional de los estudiantes de primaria.

21.3. A NIVEL LOCAL:

- **En Huánuco 2018, Reynoso SD** ⁽²⁴⁾. Realizó un estudio titulado “Preparación de las loncheras escolares y su relación con el estado nutricional de los niños de 5 años de la institución educativa inicial n° 104 – Paucarbamba 2017.” Objetivo general: Determinar la relación que existe entre la preparación de las loncheras escolares y el estado nutricional de los niños de 5 años de la Institución Educativa Inicial N° 104 – Paucarbamba 2017. Métodos: Se realizó un estudio analítico con diseño relacional en 57 niños de 5 años, utilizando una guía de observación de preparación de loncheras escolares y una hoja de registro de estado nutricional en la recolección de datos. En el análisis inferencial se utilizó la prueba de Chi cuadrado con una significancia estadística $p \leq 0,05$. Resultados: Respecto a la preparación de loncheras escolares, el 57,9% fueron saludables y 42,1% no saludables. En cuanto al estado nutricional, el 70,2% de niños evaluados tuvo un estado nutricional normal y el 29,8% tuvieron sobrepeso. Al analizar la relación entre las variables, se encontró que la preparación de loncheras escolares ($p < 0,002$) y las dimensiones tipo de alimentos ($p < 0,001$); combinación de alimentos ($p < 0,006$) y cantidad de alimentos ($p < 0,002$) se relacionaron de manera significativa con el estado nutricional de los

niños en estudio. Por otra parte, no se encontró relación significativa entre las dimensiones estado y envase de los alimentos ($p < 0,302$) de la muestra en estudio. Conclusiones: La preparación de las loncheras escolares se relaciona significativamente con el estado nutricional de los niños de 5 años de la Institución Educativa Inicial N° 104 – Paucarbamba 2017.

- **En Tingo María 2017; Panduro YC.** ⁽¹⁵⁾. Realizó un estudio titulado “Relación entre el conocimiento y actitudes hacia la aplicación de la preparación de loncheras saludables en madres de la Institución Educativa Belén”, con el objetivo de determinar la relación entre el conocimiento y actitudes hacia la aplicación de la preparación de lonchera saludable en madres de la institución educativa. Métodos: Estudio descriptivo observacional, explicativo, prospectivo y corte transversal, con 120 madres. Utilizó la encuesta y la Observación; los instrumentos: Cuestionario y guía de observación. Para análisis inferencial utilizó Prueba Chi cuadrado. Resultados: El 44,2% de las madres tienen entre 28 a 35 años; 40,8% alcanzó técnico o superior; 72,5% procede de zona urbana; 54,2% tienen 2 a 3 hijos; 48,3% ocupación ama de casa y 5,0% son estudiantes; 69,2% de madres tienen nivel de conocimientos medio sobre preparación de loncheras saludables; 49,2% de las madres tienen buena aplicación de conocimientos hacia preparación de loncheras saludables. Conclusiones: Al relacionar el nivel de conocimiento y la aplicación hacia preparación de loncheras saludables con prueba del Chi cuadrado, se encontró valor

$X^2=7,382$ y $P = 0,831$; indicando que no existe relación significativa estadísticamente; por lo que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

2.2. BASES TEORICAS:

- **Teoría de Florence Nightingale** ⁽²⁵⁾.- Florence es una de las Teóricas que sentó las bases de la enfermería profesional; Su espíritu de indagación se basa en el pragmatismo. El objetivo fundamental de **su modelo es conservar la energía vital del paciente y partiendo de la acción que ejerce la naturaleza sobre los individuos**, colocarlo en las mejores condiciones posibles para que actuara sobre él. Su teoría se centra en el medio ambiente, creía que un entorno saludable era necesario para aplicar unos adecuados cuidados de enfermería. Ella afirma: "Que hay cinco puntos esenciales para asegurar la salubridad: **el aire puro, agua pura, desagües eficaces, limpieza y luz**". Otro de sus aportes hace referencia a la necesidad de la **atención domiciliaria**, las enfermeras que prestan sus servicios en la atención a domicilio, deben de enseñar a los enfermos y a sus familiares a ayudarse a sí mismos a mantener su independencia. La teoría de Nightingale ha influido significativamente en otras teorías: Teoría de la Adaptación, Teoría de las Necesidades y Teoría del Estrés."
- **El Modelo de Doroty Johnson** ⁽²⁵⁾.- El modelo de Johnson considera a la persona como un sistema conductual compuesto de una serie de subsistemas interdependientes e integrados, modelo basado en la

psicología, sociología y etnología. Según su modelo la enfermería

considera al individuo como una serie de partes interdependientes, que funcionan como un todo integrado; estas ideas fueron adaptadas de *la Teoría de Sistemas*. Cada subsistema conductual tiene requisitos estructurales (meta, predisposición a actuar, centro de la acción y conducta) y funcionales (protección de las influencias dañinas, nutrición y estimulación) para aumentar el desarrollo y prevenir el estancamiento. Siendo ellos siete: Dependencia, alimentación, eliminación, sexualidad, agresividad, realización y afiliación. El individuo trata de mantener un sistema balanceado, pero la interacción ambiental puede ocasionar inestabilidad y problemas de salud. La intervención de enfermería sólo se ve implicada cuando se produce una ruptura en el equilibrio del sistema. Un estado de desequilibrio o inestabilidad da por resultado la necesidad de acciones de enfermería, y las acciones de enfermería apropiadas son responsables del mantenimiento o restablecimiento del equilibrio y la estabilidad del sistema de comportamiento.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES:

- **LA ALIMENTACIÓN PREESCOLAR, EDUCACIÓN PARA LA SALUD DE LOS 2 A LOS 6 AÑOS.**- En un artículo científico el autor refiere que “La alimentación y nutrición infantil constituye una de las áreas de mayor importancia dentro de la Educación para la Salud (EpS). Esta acción promotora de la salud debe iniciarse en la fase temprana del desarrollo y aprendizaje, como es la etapa preescolar. Una valiosa herramienta para iniciar la EpS es la alimentación infantil, la cual puede y debe ser

abordada en el ámbito educativo”. Tal es el caso en la etapa donde los niños se encuentra en la edad escolar como es el presente trabajo de investigación ⁽²⁶⁾.

- **UNA ALIMENTACIÓN INADECUADA SEGÚN BONILLA.**- En su estudio realizado, refiere que; una alimentación inadecuada en edad temprana, principalmente en niños menores de 5 años, tiene un efecto negativo sobre su desarrollo, a nivel psicomotor, cognitivo y psico-afectivas, debido al rápido crecimiento que se suscita durante esta fase del ciclo vital, el cual requiere de una ingesta de alimentos saludables, toda vez que cuando esta no es satisfecha, como se presenta cuando las loncheras no son preparadas de manera balanceada según las recomendaciones nutricionales ⁽²⁷⁾.
- **FACTORES SOCIALES Y CULTURALES EN LA NUTRICIÓN.**- En casi todos los países, los factores sociales y culturales tienen una influencia muy grande sobre lo que come la gente, cómo preparan sus alimentos, sus prácticas alimentarias y los alimentos que prefieren; sin embargo, los hábitos y prácticas alimentarias son rara vez la causa principal, o importante de la malnutrición. Por el contrario, muchas prácticas son específicamente diseñadas para proteger y promover la salud; un ejemplo es suministrar a las mujeres alimentos abundantes, densos en energía, durante los primeros meses después del parto ⁽²⁸⁾.

- **FACTORES CONDICIONANTES DE LA ALIMENTACIÓN DE LA EDAD ESCOLAR Y PREESCOLAR.**- Los hábitos alimentarios se inician desde la alimentación complementaria (a los 6 meses) y están consolidados antes de finalizar la primera década de la vida. La familia constituye un patrón de dieta y conducta alimentaria que los niños aprenden. La adherencia familiar para estos hábitos es mayor cuanto más pequeño es el niño y más habitual sea comer en familia. En la etapa preescolar, los niños inician el control de sí mismos y del ambiente, empiezan a interesarse por los alimentos, a preferir algunos de ellos, a ser caprichosos con las comidas, a tener poco apetito, a ser monótonos. En la elección de alimentos, influyen factores genéticos, aunque tiene mayor importancia los procesos de observación e imitación. Además de la familia, adquiere cada vez mayor importancia la influencia ejercida por los comedores de los centros educativos ⁽²⁹⁾.
- **LONCHERA SALUDABLE.**- Los alimentos infaltables en la lonchera diaria de los escolares y pre escolares deben ser los energéticos que aportan calorías para jugar y estudiar (pan y cereales), los ricos en proteínas para el crecimiento y desarrollo (lácteos, huevos, carnes) y los que contienen vitaminas y minerales que regulan y protegen nuestro cuerpo (frutas y verduras). El ministerio de Salud además recomienda, una lonchera nutritiva debe tener alimentos con buena cantidad de energía como pan, galletas, queques caseros; y mejor si se combina con algún alimento de origen animal como pan con hígado frito o tortillas de

espinaca, pan con huevo, pollo, atún, carne. También se debe llevar alimentos lácteos (leche, queso yogur); y alimentos que proporcionen vitaminas y minerales ⁽³⁰⁾.

- **LONCHERA NO SALUDABLE.**- Una lonchera escolar con comida no saludable como embutidos, galletas con rellenos, bebidas artificiales, entre otros, puede exceder el requerimiento de un niño, pudiendo triplicar el aporte calórico, lo que causa sobrepeso y obesidad, alertó D'Janira Paucar, nutricionista del Programa Nacional “A Comer Pescado” del Ministerio de la Producción. Asimismo refiere que “Es un error optar por lo más rápido y fácil para llenar la lonchera con alimentos poco saludables, con exceso de calorías y sin aporte de nutrientes, que causan sobrepeso y obesidad y que conducen a contraer enfermedades crónicas como diabetes, colesterol, hipertensión, entre otras” ⁽³¹⁾.
- **BALANCE ALIMENTARIO Y PATRONES DE CONSUMO.**- En la actualidad, cada vez es mayor la evidencia acumulada sobre la correlación entre la dieta y la salud. El estado de salud, el estado nutricional y la composición corporal son en buena medida una cuestión de equilibrio en la interacción entre factores genéticos y factores ambientales. En esta presentación se analiza la importancia del equilibrio en la elección de los alimentos, la configuración de patrones alimentarios y su relación con la propuesta de las guías alimentarias que contribuyan a la salud y el bienestar. Aspectos relacionas al desarrollo: Durante años las recomendaciones nutricionales y las guías alimentarias basadas en la

evidencia han centrado su atención en la relación entre la ingesta de determinados nutrientes, su contribución a la ingesta energética y la asociación con resultados de salud específicos ⁽³²⁾.

- **HÁBITOS Y ÉPOCAS.-** En la actualidad, las costumbres alimenticias de las poblaciones son el enunciado de sus creencias y costumbres y están sujetos al entorno geográfico y como se ha dicho, a la disponibilidad alimentaria. Dichos factores evolucionan a lo largo de los años y constituyen la respuesta a los nuevos estilos de vida, a los nuevos productos a consumir, al tipo de comidas (fast-food), etc. ⁽³³⁾
- **CUATRO COMPONENTES PARA TENER UNA VERDADERA LONCHERA NUTRITIVA** ⁽³⁴⁾: Aunque muchos no le den la importancia que merece, la lonchera cumple una función imprescindible, el cual proporciona la energía y los nutrientes que el niño necesita durante la jornada escolar. Para que una lonchera sea considerada como nutritiva, saludable y equilibrada debe estar conformada por cuatro componentes importantes:
- **Componente 1 alimentos energéticos:** Son los alimentos que proveen la energía necesaria para todas las actividades que realiza el niño durante el horario de clases, que aportan principalmente carbohidratos y grasas saludables.
- **Componente 2 alimentos formadores:** Alimentos implicados en el desarrollo y crecimiento del niño. Aportan principalmente proteínas.

- **Componente 3 alimentos reguladores:** Son aquellos alimentos relacionados con el correcto funcionamiento del organismo y con la protección frente a las enfermedades. Aportan vitaminas y minerales. En este grupo de alimentos se encuentran las frutas y vegetales.
- **Componente 4 hidratación:** Las bebidas siempre deben estar presentes en la lonchera, pues los niños pierden líquidos a lo largo del día, sobretodo en actividades que demandan esfuerzo físico, y con mayor razón en el verano.
- **LA GRASA TRANS.-** Es un tipo de grasa alimentaria; de todas las grasas, es la peor para la salud. Consumir demasiada grasa trans en su alimentación incrementa su riesgo de padecer cardiopatías y otros padecimientos de salud. Se presentan cuando los fabricantes de alimentos convierten aceites líquidos en grasas sólidas, como manteca o margarina. Las grasas trans se encuentran en muchos alimentos fritos, "rápidos", empacados o procesados, por ejemplo: Empanizados y frituras, manteca y margarina en barra, pasteles, mezcla para pasteles, tarta, masa para tarta ⁽³⁵⁾.
- **BEBIDAS INDUSTRIALIZADAS.-** Son bebidas envasadas que en muchos de los casos por diferentes motivos los padres adjuntan a la lonchera de sus hijos; sin embargo existen evidencias que la asociación entre el consumo de bebidas azucaradas y la obesidad infantil se ha observado en un estudio estadounidense, en el cual se encontró que los

niños que consumen estas bebidas tienen un consumo de energía más alta y son más propensos a tener sobrepeso y por ende otras enfermedades cardiovasculares ⁽³⁶⁾.

- **BEBIDAS O LIQUIDOS PREPARADOS**.- Son los jugos de frutas naturales de estación, disponibles localmente lavadas y sin azúcar o con bajo contenido de azúcar, preparados al momento. Los refrescos de frutas naturales de estación previamente lavadas con bajo contenido de azúcar, disponibles localmente según ámbitos geográficos. Las infusiones de hierbas aromáticas como: manzanilla, anís, hierbaluisa, hoja de coca, boldo, manayupa, cedrón, muña, jazmín, entre otras, frías o calientes sin o con bajo contenido de azúcar ⁽³⁷⁾.
- **LONCHERAS ESCOLARES**.- Son preparaciones que se consumen entre las comidas, el cual no reemplazan a ninguna de las comidas habituales (Desayuno, Almuerzo y Cena). Dichas preparaciones incorporan alimentos naturales o elaborados tales como lácteos, frutas, verduras, cereales entre otros ⁽³⁸⁾.
- **FACTORES CULTURALES**: Este factor tiene especial significación para el trabajo comunitario en tanto se refiere a los niveles de instrucción alcanzados por los actores sociales, grados, alumnos, maestros, establecimientos docentes en los diversos niveles del sistema educacional. Asistencia y deserción y los contenidos curriculares, que apuntan necesariamente a tres elementos distintivos, el sistema de

conocimiento, las habilidades y los valores. Patrones culturales: hábitos, costumbres y tradiciones, lengua ⁽³⁹⁾.

- **CONOCIMIENTO.-** Mario Bunge Describe al conocimiento como un conjunto de ideas, conceptos, enunciados, comunicables y pueden ser claros, precisos, ordenados, vago e inexacto, el cual puede ser clasificado en conocimiento vulgar, llamándose así a todas las representaciones que el común de los hombres se hace en su vida cotidiana por el simple hecho de existir y de relacionarse con el mundo. Conocimientos que poseen las madres sobre la preparación de las loncheras de sus hijos las mismas que pueden ser malo, regular y bueno ⁽⁴⁰⁾.
- **FACTORES SOCIO ECONOMICOS.-** Son aquellos aspectos que afectan a los seres humanos en su conjunto, sea en el lugar y en el espacio en el que se encuentren; estos factores ambientales incluyen factores del ambiente físico, psicosocial y sociocultural de los individuos siendo determinantes para el crecimiento y desarrollo del niño ⁽⁴¹⁾.
- **FACTORES DE RIESGO FAMILIAR.-** Es la evaluación y clasificación del grado de vulnerabilidad de una familia de acuerdo a factores de riesgo y protectores ⁽⁴²⁾. Para el presente estudio vendría a ser el grado de vulnerabilidad o la influencia familiar en la preparación de las loncheras de los escolares.
- **LA COMIDA CHATARRA Y LAS LONCHERAS ESCOLARES.-** Las importantes cantidades de azúcares y harinas refinadas, así como de

grasas saturadas, grasas trans y sal, se han convertido en un problema de salud pública porque se está extendiendo los casos de sobrepeso y obesidad tanto en adultos como en niños. Motivo por el cual, es importante señalar que el consumo de comida chatarra aporta pocos nutrientes y su consumo en exceso está relacionado con enfermedades crónicas no transmisibles como las de tipo coronario, hipertensión, diabetes, algunos tipos de cáncer, etc., enfermedades que en el pasado solo se presentaban en personas de 60 o 70 años de edad, pero que ahora se presentan en la juventud e incluso en la niñez ⁽⁴³⁾.

- **ALIMENTACION DEL PRE ESCOLAR 3 A 5 AÑOS.-** Niños de estas edades aceptan tan solo una serie limitada de comidas, y excluyen en ocasiones determinados alimentos de los que grupos fundamentales. Por ejemplo, algunos solo comen arroz, fideos, leche y queso, y rehúsan cualquier otro alimento. Este tipo de conducta es: a) frecuente y habitualmente de corta duración en el tiempo, b) aparenta corresponder a una dieta monótona, pero puede ser nutricionalmente adecuada, c) no debe preocupar, a no ser que persista de forma prolongada en el tiempo ⁽⁴⁴⁾.
- **DEFINICIÓN DE INFLUENCIA.-** La influencia es la habilidad que puede ostentar una persona, un grupo o una situación particular, en el caso que sus consecuencias afecten a una amplia mayoría de personas, de ejercer un concreto poder sobre alguien o el resto de las personas ⁽⁴⁵⁾.

2.4. HIPÓTESIS:

Hipótesis General:

H_i= Existen factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018.

H_o= No existen factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018.

Hipótesis Específicos

H_{i1}= Los factores sociodemográficos influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018.

H_{o1}= Los factores sociodemográficos no influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018.

H_{i2}= Los factores culturales influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017 Belén-Tingo María, 2018.

H₀₂= Los factores culturales no influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017
Belén-Tingo María, 2018.

H_{i3}= Los factores económicos influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017
Belén-Tingo María, 2018.

H₀₃= Los factores económicos no influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017
Belén-Tingo María, 2018.

H_{i4}= Los factores familiares influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017
Belén-Tingo María, 2018.

H_{i4}= Los factores familiares no influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N°017
Belén-Tingo María, 2018.

2.5. VARIABLES:

Variable Sociodemográficas:

- Edad de la madre.
- Grado de Instrucción de la madre.
- Procedencia.
- Estado conyugal de la madre

Variable Dependiente:

- Loncheras no saludables.

Variable Independiente:

- Factores que influyen: Sociodemográficas, Culturales, económicas y Familiares.

2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLE DEPENDIENTE	DIMENSIÓN	INDICADOR	VALOR FINAL	ESCALA DE MEDICIÓN
Loncheras no saludables	Tipo de alimentos	Carbohidratos	Saludable No saludable:	Nominal
		Proteínas.	Saludable No saludable	Nominal
		Grasas Trans	Si No	Nominal
		Bebidas industrializadas	Si No	Nominal
		Bebidas preparadas	Saludable No Saludable	Nominal
VARIABLE INDEPENDIENTE	DIMENSIÓN	INDICADOR	VALOR FINAL	ESCALA DE MEDICIÓN
Factores Culturales	Cultural	Conocimientos de la madre	0-10 puntos= Bajo 15 Puntos= Medio 20 Puntos = Alto	Ordinal
Factores económicos	Condición económica de la madre	Posee trabajo	Si /No	Nominal
		Nivel de ingreso	Alto Medio Bajo	Ordinal
		Cuenta con dinero para el preparado de la lonchera	Si/No	Nominal
Factores familiares	Familiar	Estado conyugal de la madre	Conviviente. Casada Soltero Separado	Nominal
		Persona que prepara la Lonchera	Madre Familiar Empleada	Nominal
		Convivencias con familiares	Con los padres Con los suegros. Con otros familiares	Nominal

		Influencia de familiares en preparar la lonchera	Si/No	Nominal
FACTORES SOCIODEMOGRÁFICAS	DIMENSIÓN	INDICADOR	VALOR FINAL	ESCALA DE MEDICIÓN
Edad	Sociodemográfica	Años	Años cumplidos	Razón
Grado de instrucción	Educativa	Estudio alcanzado por la madre	No estudio. Primaria. Secundaria Superior	Ordinal
Procedencia	Geográfica	Zona	Rural Urbano Marginal Urbana	Nominal

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION:

3.1. Tipo de investigación:

- **Por el tipo de análisis y alcance de los resultados**, el estudio es descriptivo observacional; ya que los resultados se describen tal y conforme se encontraron en la recolección de los datos y además no se manipuló las variables estudiadas.
- **Según el tiempo de ocurrencia de los hechos y registros de la información**, el estudio es de tipo prospectivo, debido a que los datos se recolectaron en el mismo instante de hechos presentes.
- **Según el periodo y secuencia del estudio**; el estudio es de tipo Longitudinal por lo que se trabajó las variables haciendo seguimiento durante el periodo de tiempo de una semana escolar (Lunes a viernes).

3.1.1. Enfoque:

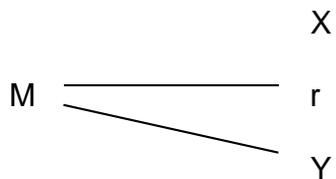
El estudio tiene un enfoque cuantitativo porque se utilizó la estadística descriptiva para describir y analizar los datos encontrados en el presente estudio.

3.1.2. Alcance o Nivel:

El estudio tiene el nivel relacional donde se hicieron la relación de las variables factores que influyen en la preparación de las loncheras no saludables; el cual permitió analizar el comportamiento de cada una de ellas con los antecedentes respectivos.

3.1.3. DISEÑO:

El presente trabajo de investigación tiene como diseño descriptivo correlacional, que se representa en el siguiente esquema.



Dónde:

M = Población de estudio

X = Factores que influyen.

Y= Loncheras no saludables.

r = Relación entre las variables de estudio

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA:

La población sujeto a estudio del presente trabajo de investigación estuvo conformado por 175 madres de los niños de la Institución Educativa Inicial N°017 Belén.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN:

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Madres de los niños de la Institución Educativa Inicial N°017 Belén que asistieron regularmente.
- Madres de los niños de la Institución Educativa Inicial N°017 Belén que firmaron el asentimiento informado.

- Madres de los niños de la Institución Educativa Inicial N°017 Belén que aceptaron participar del estudio de manera voluntaria.
- Madres de los niños de la Institución Educativa Inicial N°017 Belén que no tuvieron ninguna enfermedad durante la recolección de los datos.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:

- Madres de los niños de la Institución Educativa Inicial N°017 Belén que no asistieron regularmente.
- Madres de los niños de la Institución Educativa Inicial N°017 Belén que no firmaron el asentimiento informado.
- Madres de los niños de la Institución Educativa Inicial N°017 Belén que no aceptaron participar del estudio de manera voluntaria.
- Madres de los niños de la Institución Educativa Inicial N°017 Belén que se encontraban enfermas durante la recolección de los datos.

UBICACIÓN DE LA POBLACIÓN EN ESPACIO Y TIEMPO.-

- **Ubicación.-** La población sujeto al estudio del presente trabajo de investigación se encuentran ubicados en la Avenida Alameda Perú Cuadra 6 N° 661 Institución Educativa Inicial N°017 Belén de Tingo María localizado en el distrito de Rupa Rupa, Provincia de Leoncio Prado y departamento de Huánuco.
- **Tiempo.-** El estudio se realizó durante los meses Enero a Julio del año 2018.

MUESTRA Y MUESTREO:

- **Unidad de análisis.-** La unidad de análisis estuvo conformada por las madres de los niños de la Institución educativa Inicial 017 Belén.
- **Unidad de muestreo.-** Estuvo conformada por los mismos elementos de la unidad de análisis a quienes se aplicaron el instrumento de recolección de datos para determinar los factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables.
- **Marco Muestral.-** El marco muestral estuvo constituida por el registro de madres de familia; según la base de datos de la Institución educativa Inicial N°017 Belén.

Tamaño de muestra.-

$$n = \frac{Z\alpha^2 * p * q N}{d^2x(N - 1) + Z\alpha^2 * p * q}$$

DONDE:

N = Total de la población

Z α = 1.96 al cuadrado (si la seguridad es del 95%)

p = proporción esperada (en este caso 50% = 0.50)

q = 1 – p (en este caso 1-0.50 = 0.50)

d = precisión (en su investigación use un 5%)

Reemplazando datos para la población descrita tenemos:

$$n = \frac{1.96^2 * 0.50 * 0.50 * 140}{0.05^2(140 - 1) + 1.96^2 * 0.50 * 0.50}$$

$$n = 120$$

- **Tipo de muestreo.-** El muestreo utilizado fue el aleatorio simple, considerando que la muestra estudiada fue relativamente grande, para lo cual además se utilizó los criterios de inclusión y exclusión.

3.3. **TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS:**

La técnica utilizada en el presente estudio fue la encuesta y la observación en la que se clasificó o priorizo las variables para cada instrumento siendo los siguientes:

- **Cuestionario.-** El cuestionario de elaboración propia (Arias M 2018); el cual me sirvió para recolectar los datos demográficos que consta de 4 preguntas con alternativas de respuestas cerradas y abiertas para los factores sociodemográficos, cuatro preguntas con alternativas cerradas para factores culturales, tres preguntas con alternativa cerrada para los factores económicos y tres preguntas con alternativas cerradas para determinar los factores familiares.
- **La guía de observación.-** Dicho instrumento también es de elaboración (Arias M 2018); me sirvió para verificar el tipo de loncheras durante 05 días que consta de 6 dimensiones que son los siguientes: Carbohidratos que consta de 5 alternativas, Proteínas 4 alternativas, Grasas trans 2 alternativas, bebidas industrializadas 3 alternativas, bebidas preparadas no saludables 2 alternativas y bebidas preparadas saludables 3 alternativas. Este instrumento me sirvió para verificar si las loncheras fueron saludables o no.

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS:

El instrumento utilizado fue validado a través del juicio de expertos, para ello se eligió 07 especialistas en el tema quienes validaron los ítems del instrumento de investigación; luego de ello se hizo algunas correcciones según las sugerencias antes de su aplicación a los investigados. Así mismo se validó calculando a través del coeficiente V de AIKEN, el cual se aplicó con la opinión de los expertos sobre la validez del cuestionario de preguntas. Este coeficiente es una herramienta que me sirvió para cuantificar la validez de contenido o relevancia de cada ítem respecto a un tema de cada contenido en los 7 jueces, cuya magnitud va desde 0.00 hasta 1.00; el valor 1.00 es la mayor magnitud posible que indica un perfecto acuerdo entre los jueces respecto a la mayor puntuación de validez de los contenidos evaluados. En la interpretación del coeficiente se usó la magnitud hallada y la determinación de la significancia estadística mediante las tablas de valores críticos que se encontraron ***un coeficiente de Aiken 0.83***, por el cual el instrumento mostró validez para su aplicación en la población estudiada.

3.3.1. PARA LA RECOLECCION DE LOS DATOS:

- **PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCION DE DATOS.-** Los procedimientos que se siguieron para la recolección de los datos fueron los siguientes:
- Oficio dirigido al Director de la Institución Educativa N°017 Belén a fin de obtener el permiso para su ejecución.

- Coordinaciones con los docentes responsables de los niños para la aplicación en fechas establecidas el instrumento de recolección de datos.
- Aplicación del asentimiento informado.
- Aplicación del instrumento para recolección de datos que tuvo una duración de 30 minutos.
- Tabulación de los datos obtenidos.
- Elaboración de una base de datos en Excel.

3.3.2. PARA LA PRESENTACION DE LOS DATOS:

- Al realizarse la recolección de datos a través del instrumento, se elaboró una base de datos en SPSS versión 25 y se organizó dichos datos en el programa Microsoft Excel.
- Luego se procedió a codificar las preguntas de cada variable de estudio.
- Ingresó a la base de datos Excel y SPSS y luego se procesó estos datos y se ingresó según corresponde a cada variable relacionando con los objetivos del estudio.

3.3.3. PARA EL ANALISIS E INTERPRETACION DE LOS DATOS:

- En el presente estudio se utilizó la estadística descriptiva para la interpretación por cada variable, de acuerdo a los objetivos de la investigación.
- Luego se utilizó las medidas de tendencia central y de proporciones para las variables categóricas.

- Para el contraste de la hipótesis se utilizó la prueba chi cuadrado de independencia en el paquete estadístico SPSS v.25 con un valor de $p \leq 0.05$.
- Luego se presentan los datos en tablas y en graficas de las variables en estudio, a fin de realizar el análisis e interpretación de los mismos de acuerdo a los objetivos planteados.

ASPECTOS ETICOS DE LA INVESTIGACION.- Previo a la aplicación del instrumento de recojo de datos se informó a cada participante los fines y beneficios que persigue la investigación, haciendo énfasis en la decisión de aceptación o no en participar en la investigación a través del asentimiento informado; teniendo en cuenta los principios bioéticos; una vez explicado este procedimiento se procedió a solicitar a que las madres de familia firmen el asentimiento informado quienes a través de ello proporcionaron la autorización respectiva a su participación en el presente estudio; asimismo se tomaron en cuenta los principios bioéticos aplicados en Enfermería, siendo lo siguiente:

- **Principio de Autonomía.-** Los participantes de la investigación fueron seleccionados cuidando la integridad, la dignidad y la información completa a través del asentimiento informado.
- **Principio de beneficencia.** - Es la conservación y protección de los derechos de los demás, prevenir de un posible daño a otros; prescindir aquellas condiciones que pudieran provocar un peligro. Con el presente trabajo de investigación se buscó el beneficio para la población

estudiada, al determinar los factores que influyen en la preparación de las loncheras no saludables.

- **Principio de no maleficencia.-** Si se presentase sospechas de algunos efectos negativos resultado de la investigación inmediatamente se procede a suspender el trabajo.
- **Principio de Justicia.-** Debido a este principio todas las madres de familia tuvieron la posibilidad de ser escogidos para participar en el estudio; sin discriminación de color, raza, sexo, condición económica, lugar de procedencia y de ninguna otra índole.

CAPITULO IV

RESULTADOS

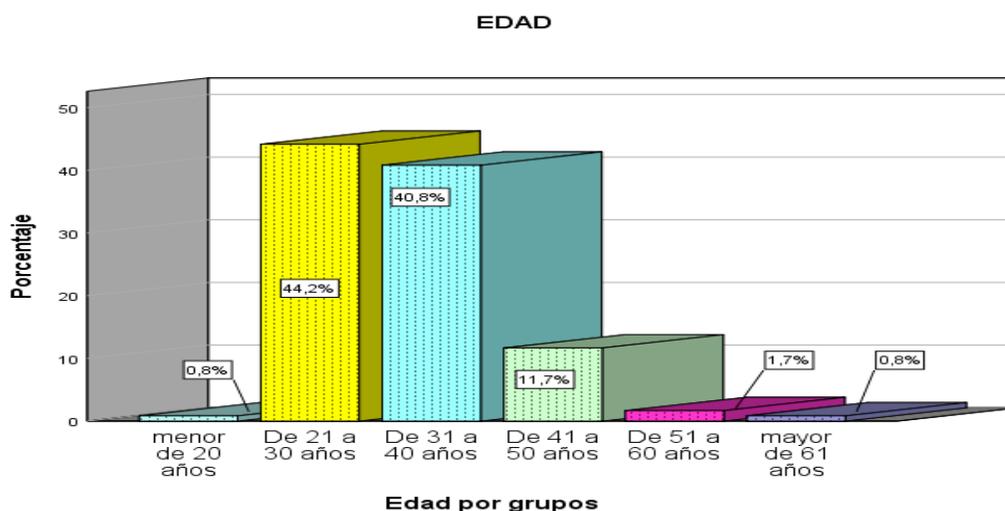
4.1. PROCESAMIENTO DE LOS DATOS:

FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS:

Tabla 1 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grupos de edad Tingo María 2018.

EDAD POR GRUPOS		n = 120	
	n	fi	Fi
Menor de 20 años	1	0,8	0,8
De 21 a 30 años	53	44,2	45,0
De 31 a 40 años	49	40,8	85,8
De 41 a 50 años	14	11,7	97,5
De 51 a 60 años	2	1,7	99,2
mayor de 61 años	1	0,8	100,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

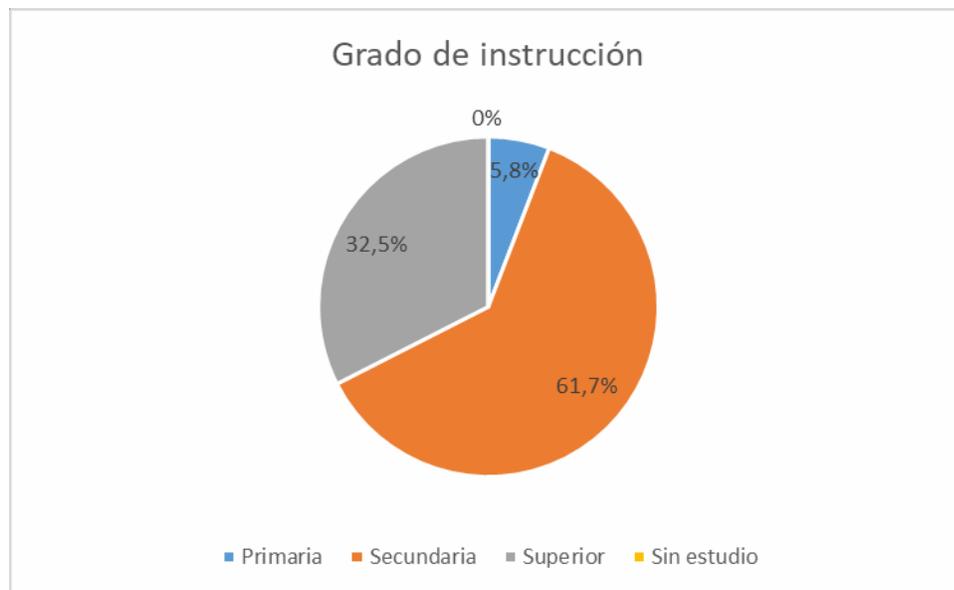
Gráfico 1 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grupos de edad Tingo María 2018.

En relación a la edad de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén, se evidenció que en su gran mayoría corresponden a las edades entre 21 a 30 años con el 44,2% (53) y entre 31 a 40 años con 40,8% (49). La edad media de las madres fue de 32,55 años. Siendo la edad mínima de 19 y la máxima de 67 años.

Tabla 2 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grado de instrucción Tingo María 2018.

Grado de instrucción	n=120		
	n	fi	Fi
Primaria	7	5,8	5,8
Secundaria	74	61,7	67,5
Superior	39	32,5	100,0
Sin estudio	0	0,0	0,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Gráfico 2 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grado de instrucción Tingo María 2018.

En relación al grado de instrucción de las madres de la Institución Educativa N°

017 Belén, se encontró que el 61,7% (74) tuvieron una nivel educación secundaria; el 32,5% (39) alcanzaron un nivel de educación superior; el 5,8% (7) alcanzaron el nivel de educación primaria; y un 0%(0) sin estudio.

Tabla 3 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según lugar de procedencia Tingo María 2018.

LUGAR DE PROCEDENCIA	n=120		
	ni	Fi	Fi
Rural	41	34,2	34,2
Urbano marginal	6	5,0	39,2
Urbana	73	60,8	100,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

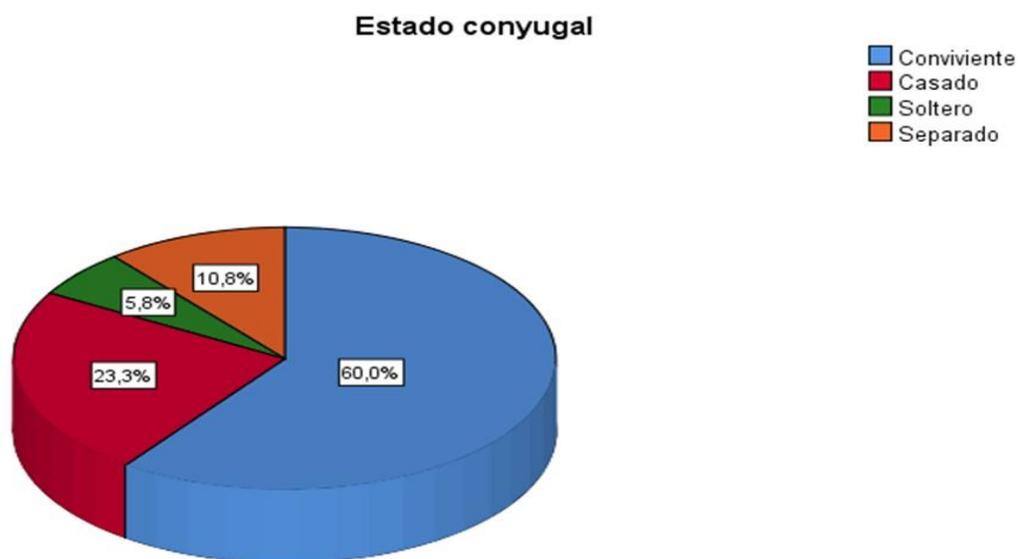
Gráfico 3 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según lugar de procedencia Tingo María 2018.

En relación a la zona de procedencia de las madres de la Institución Educativa Belén, se evidenció que en su gran mayoría residen en la zona urbano con un 60,8% (73), así mismo el 34,2% (41) de ellas proceden de las zonas rurales y por ultimo un 5,0% (6) de la zona urbana marginal.

Tabla 4 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según estado conyugal Tingo María 2018.

n=120			
ESTADO CONYUGAL			
n	fi	Fi	
Conviviente	72	60,0	60,0
Casado	28	23,3	83,3
Soltero	7	5,8	89,2
Separado	13	10,8	100,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Gráfico 4 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según estado conyugal Tingo María 2018.

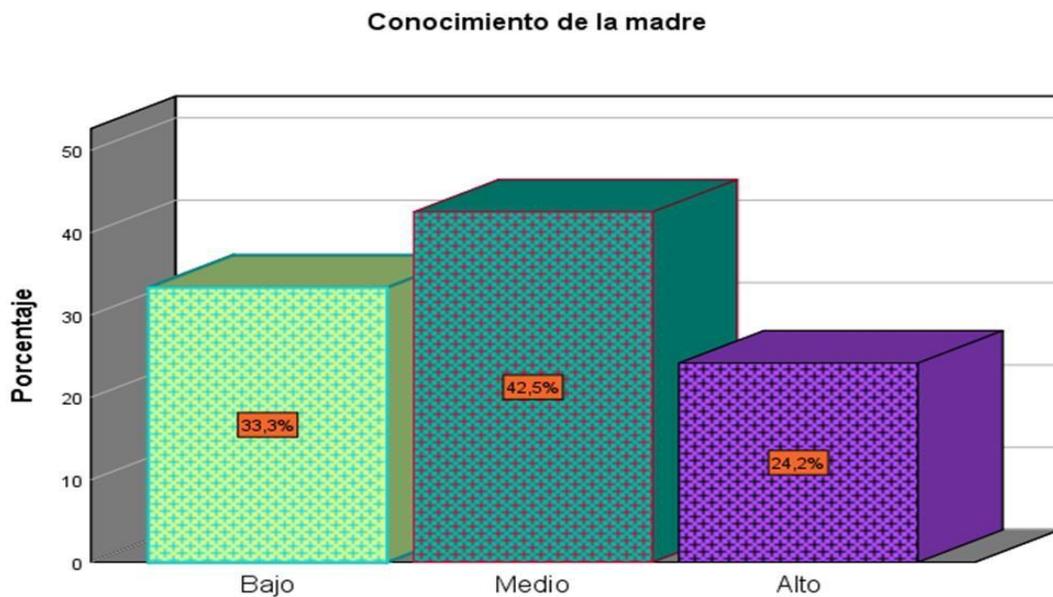
En relación a su estado conyugal de las madres de la Institución educativa N° 017 Belén, se encontró que un 60,0% (72) son convivientes, un 23,3% (28) son casados, un 10,8% (13) son separados y un 5,8% (7) son solteras.

FACTORES CULTURALES:

Tabla 5 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según conocimiento sobre la preparación de loncheras Tingo María 2018.

CONOCIMIENTO DE LA MADRE		n=120		
	n	fi	Fi	
Bajo	40	33,3	30,8	
Medio	51	42,5	75,0	
Alto	29	24,2	100,0	

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Gráfico 5 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según conocimiento sobre la preparación de loncheras Tingo María 2018.

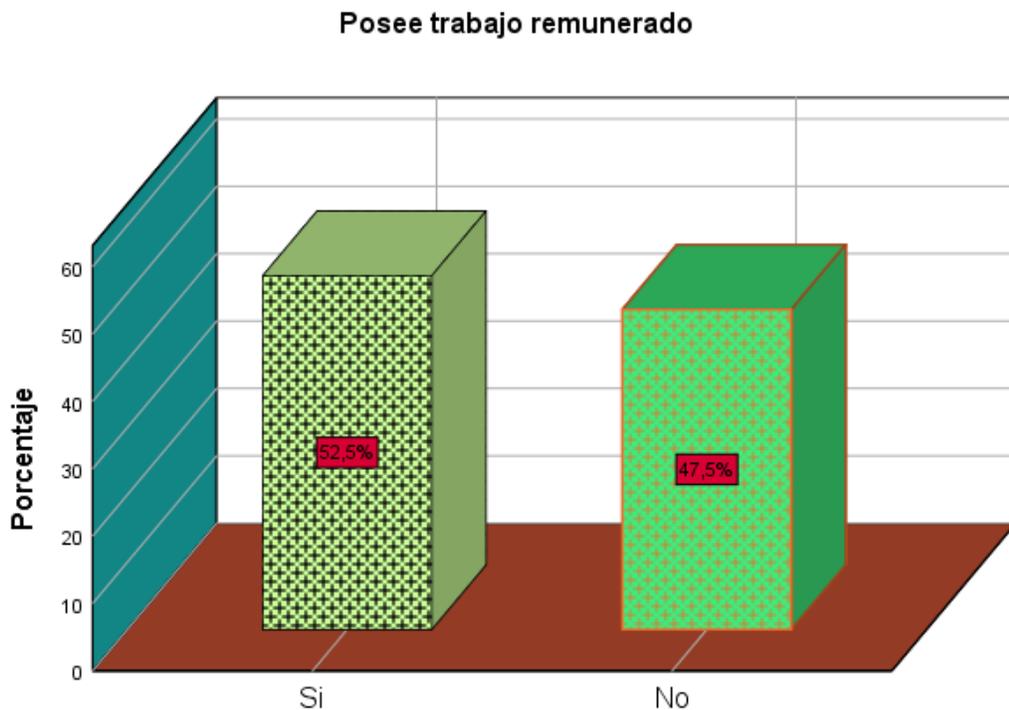
En relación al factor cultural, se obtuvo un porcentaje mayor con un 42,5% (51) de las madres que tienen conocimiento medio en cuanto a la preparación de loncheras, seguido del 33,3% (40) con conocimiento bajo y con un porcentaje menor el 24,2% (29) de las madres tienen conocimiento alto en cuanto a la preparación de loncheras.

FACTORES ECONOMICOS:

Tabla 6 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según refieren poseer trabajo remunerado Tingo María 2018.

TRABAJO REMUNERADO	n=120		
	n	fi	Fi
Si	63	52,5	52,5
No	57	47,5	100,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Gráfico 6 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según refieren poseer trabajo remunerado Tingo María 2018.

En relación a que si poseen o no poseen un trabajo remunerado las madres de la muestra en estudio, se encontró que el porcentaje más alto es que si poseen con el 52,5% (63) y el porcentaje menor que no poseen con el 47,5 % (57).

Tabla 7 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según ingreso económico Tingo María 2018.

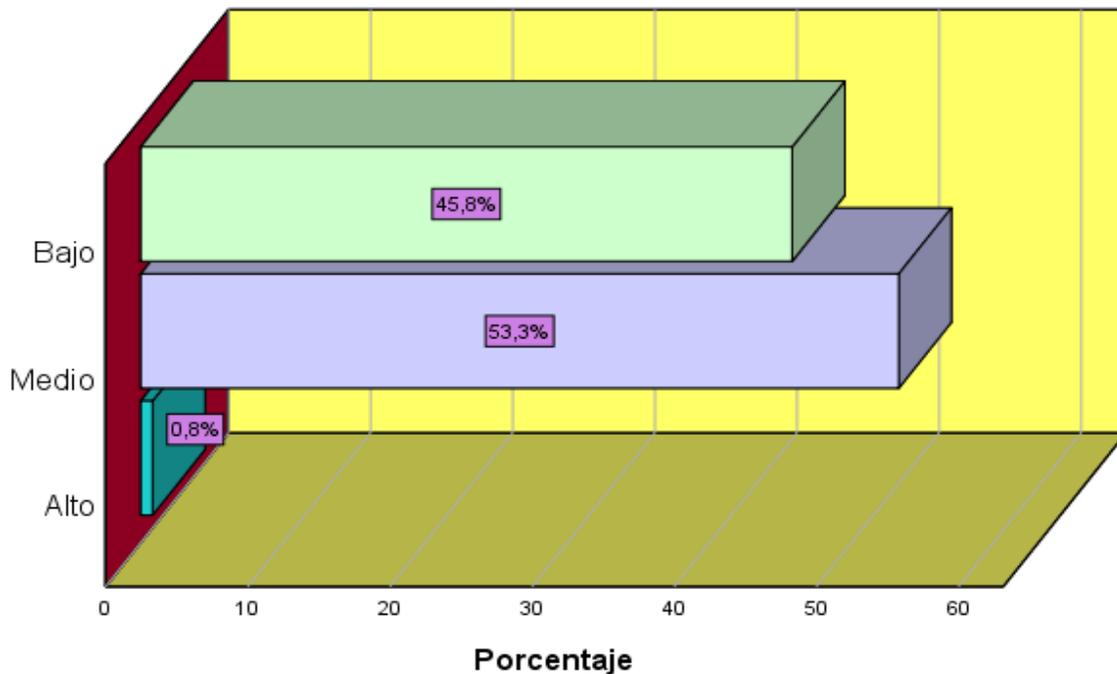
n=120

INGRESO ECONOMICO

	n	fi	Fi
Alto	1	0,8	0,8
Medio	64	53,3	54,2
Bajo	55	45,8	100,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Ingreso economico



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Gráfico 7 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según ingreso económico Tingo María 2018.

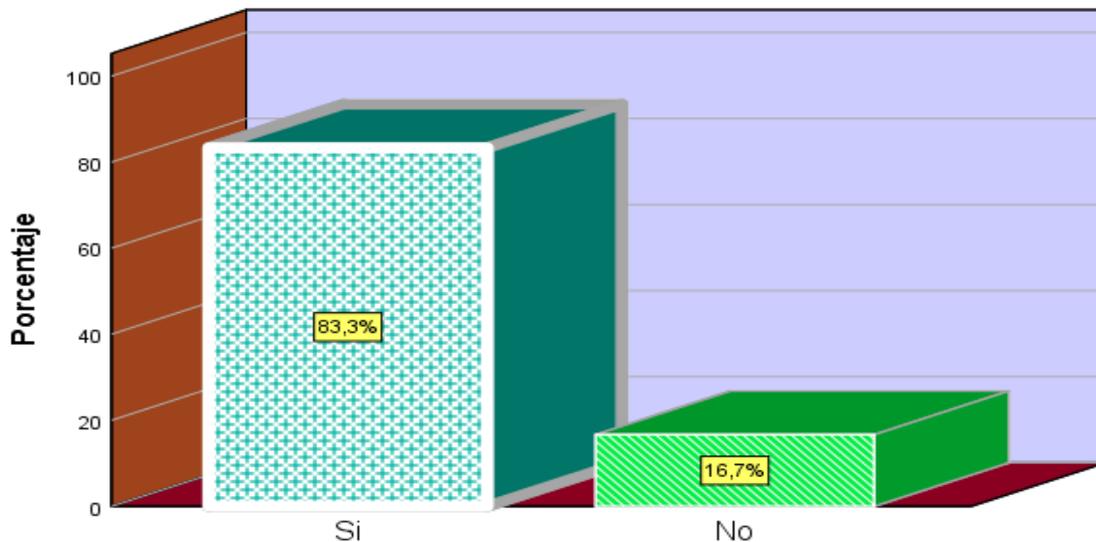
En relación a los ingresos económicos de las madres de la institución educativa N° 017, se obtuvo un porcentaje mayor de 53,3%(64) ingreso económico medio, asimismo el 45,8%(55) ingreso económico bajo y el porcentaje menor fue el ingreso económico alto con un 0,8%(1).

Tabla 8 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según si poseen los recursos económicos para la preparación de las loncheras de su niño Tingo María 2018.

		n=120	
Cuenta con los recursos económicosn		fi	Fi
Si	100	83,3	83,3
No	20	16,7	100,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Cuenta con los recursos economicos para la lonchera de su niño



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Gráfico 8 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según si poseen los recursos económicos para la preparación de la lonchera de su niño Tingo María 2018.

En relación a que si poseen o no poseen los recursos económicos para la preparación de la lonchera las madres de la institución educativa N° 017, se obtuvo un 83,3% (100) que si poseen y un 16,7% (20) no poseen los recursos económicos para la preparación de la lonchera de sus niños.

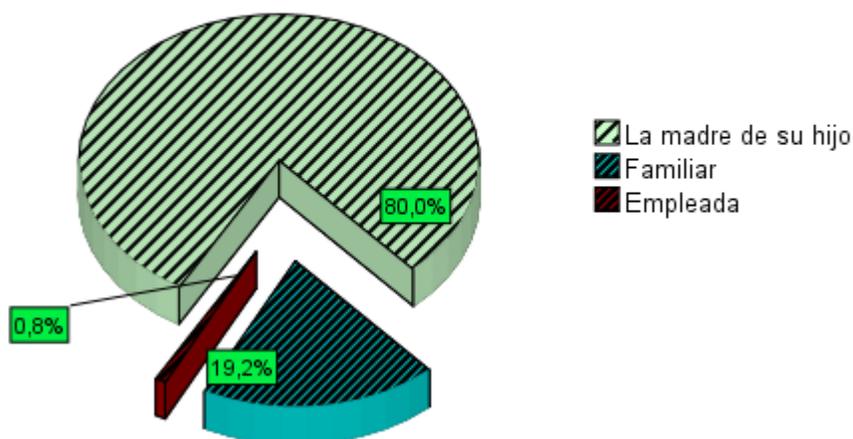
FACTORES FAMILIARES:

Tabla 9 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según la persona encargada de la preparación de la lonchera Tingo María 2018.

Persona encargada de la	n=120		
	n	fi	Fi
La madre de su hijo	96	80,0	80,0
Familiar	23	19,2	99,2
Empleada	1	0,8	100,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Persona encargada de la preparación de la lonchera



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Gráfico 9 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según la persona encargada de la preparación de la lonchera Tingo María 2018.

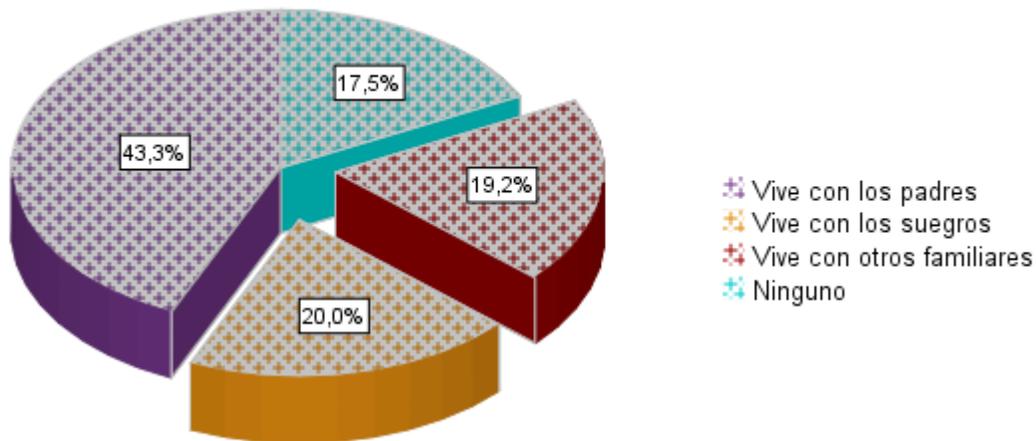
En relación al gráfico 09 se observa que el porcentaje más alto con el 80% (96) prepara la lonchera la propia madre de su hijo, seguido de un 19,2% (23) lo prepara algún familiar y con menor porcentaje 0,8% (1) lo prepara la empleada.

Tabla 10 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según familiares que viven en su domicilio Tingo María 2018.

n= 120			
Familiares que viven en	ni	fi	Fi
Vive con los padres	52	43,3	43,3
Vive con los suegros	24	20,0	63,3
Vive con otros familiares	23	19,2	82,5
Ninguno	21	17,5	100,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Familiares que viven en su domicilio



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Gráfico 10 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según familiares que viven en su domicilio Tingo María 2018.

En relación a los familiares que viven en su domicilio, se observa que un 43,3%

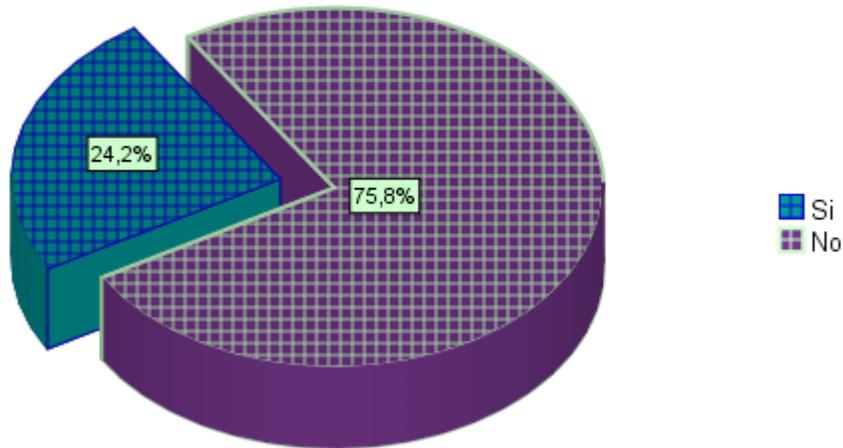
(52) viven con los padres de la madre, un 20,0% (24) viven con los suegros, un 19,2% (23) marcaron que viven con otros familiares y un 17,5% con ningún otro familiar.

Tabla 11 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según influencia de algún familiar en la preparación de la lonchera de su hijo Tingo María 2018.

Influye algún familiar en la preparación de la lonchera de		n=120	
	n	fi	Fi
Si	29	24,2	24,2
No	91	75,8	100,0

FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Influye algún familiar en la preparación de la lonchera de su hijo



FUENTE: Encuesta Elaborada/AMMA/2018.

Gráfico 11 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según influencia de algún familiar en la preparación de la lonchera de su hijo Tingo María 2018

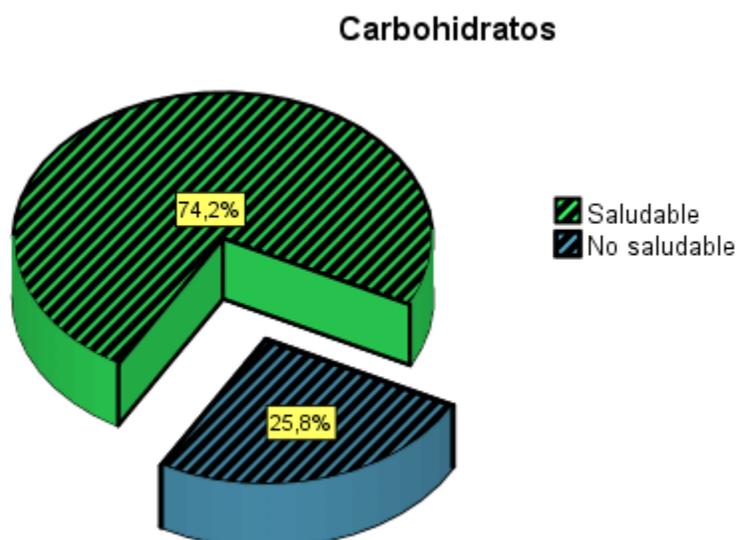
En relación a que si influye algún familiar en la preparación de la lonchera de sus hijos, un 24,2% (29) marcaron que sí y un 75,8% (91) marcaron que no influyen los familiares en la preparación de las loncheras de sus hijos.

TIPOS DE LONCHERAS:

Tabla 12 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según carbohidratos utilizados en la preparación de las loncheras Tingo María 2018.

Carbohidratos	n=120		
	fi	fc	fp
Saludable	89	74,2	74,2
No saludable	31	25,8	100,0

FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.



FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.

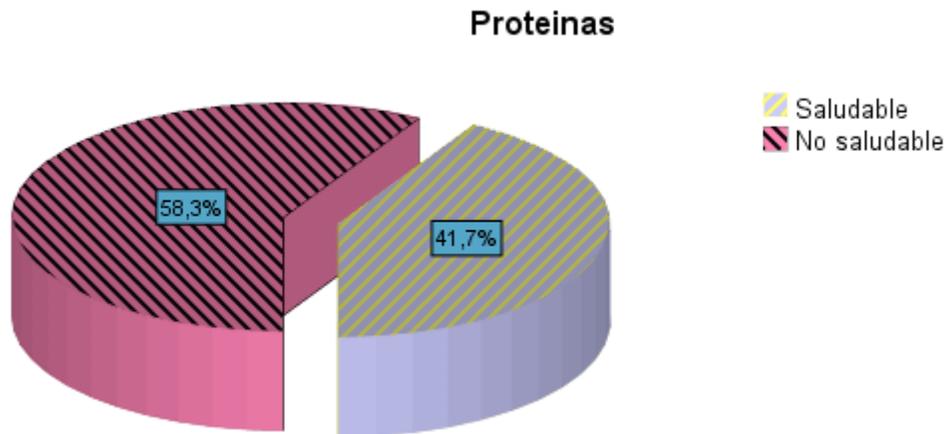
Gráfico 12 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según carbohidratos utilizados en la preparación de las loncheras Tingo María 2018.

En relación al gráfico 12 los carbohidratos utilizados por las madres en estudio en la preparación de las loncheras, se halló que el 74,2%(89) son saludables y el 25,8%(31) son no saludables.

Tabla 13 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según proteínas utilizadas en la preparación de las loncheras Tingo María 2018.

Proteínas	n=120		
	n	fi	Fi
Saludable	50	41,7	41,7
No saludable	70	58,3	100,0

FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.



FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.

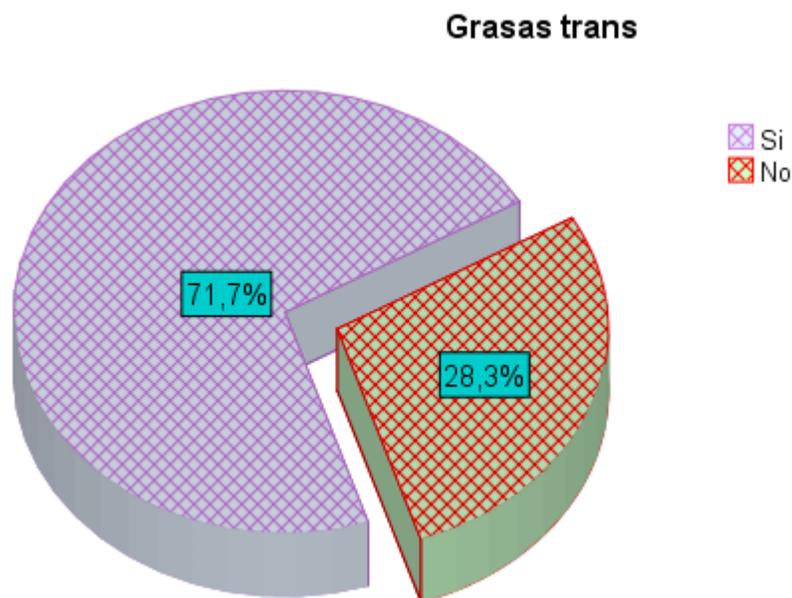
Gráfico 13 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según proteínas utilizadas en la preparación de las loncheras Tingo María 2018.

La grafico 13 muestra que en relación a las proteínas utilizados por las madres de familia en la preparación de las loncheras, el 58,3%(70) son saludables y el 41,7%(50) son no saludables.

Tabla 14 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grasas trans utilizadas en las loncheras de su niño Tingo María 2018.

n=120			
Grasas trans	n	fi	Fi
	Si	86	71,7
No	34	28,3	100,0

FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.



FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.

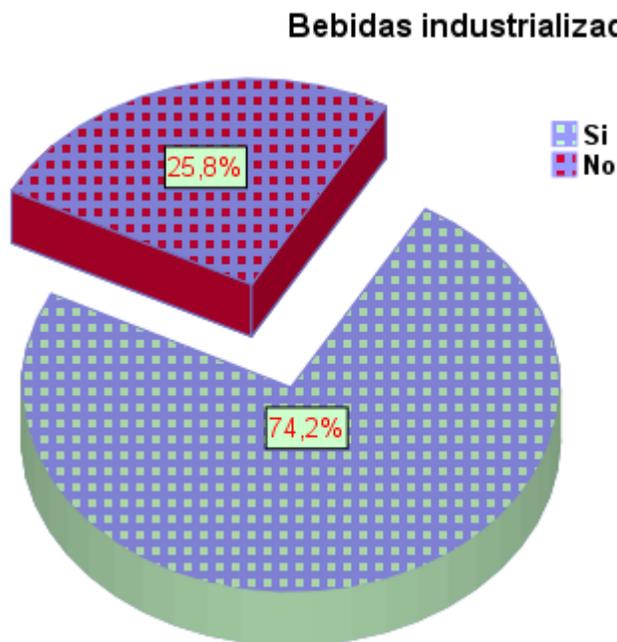
Gráfico 14 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según grasas trans utilizadas en las loncheras de su niño Tingo María 2018.

En la grafica 14 se observa en relación a las grasas trans utilizados en las loncheras, el 71,7%(86) si utilizan las grasas trans como loncheras y el 28,3%(34) no utilizan las grasas trans como loncheras.

Tabla 15 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según bebidas industrializadas utilizadas como loncheras Tingo María 2018.

n=120			
Bebidas industrializadas	n	fi	Fi
		Si	89
No	31	25,8	100,0

FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.



FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.

Gráfico 15 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según bebidas industrializadas utilizadas como loncheras Tingo María 2018.

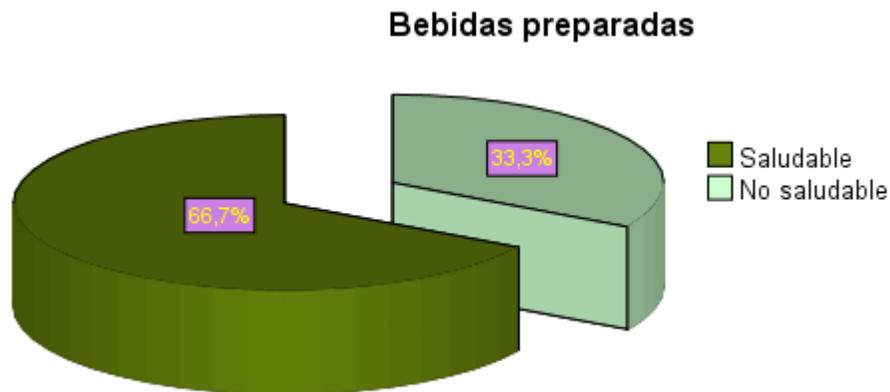
En la grafica 15 nos muestra en relación a las bebidas industrializadas utilizados como loncheras, el 74,2%(89) si utilizan las bebidas industrializadas como loncheras y el 25,8%(31) no utilizan las bebidas industrializadas como loncheras.

Tabla 16 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según bebidas preparadas utilizadas en las loncheras de su niño Tingo María 2018.

n=120

Bebidas preparadas	n	fi	Fi
Saludable	80	66,7	66,7
No saludable	40	33,3	100,0

FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.



FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.

Gráfico 16 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según bebidas preparadas utilizadas en las loncheras de su niño Tingo María 2018.

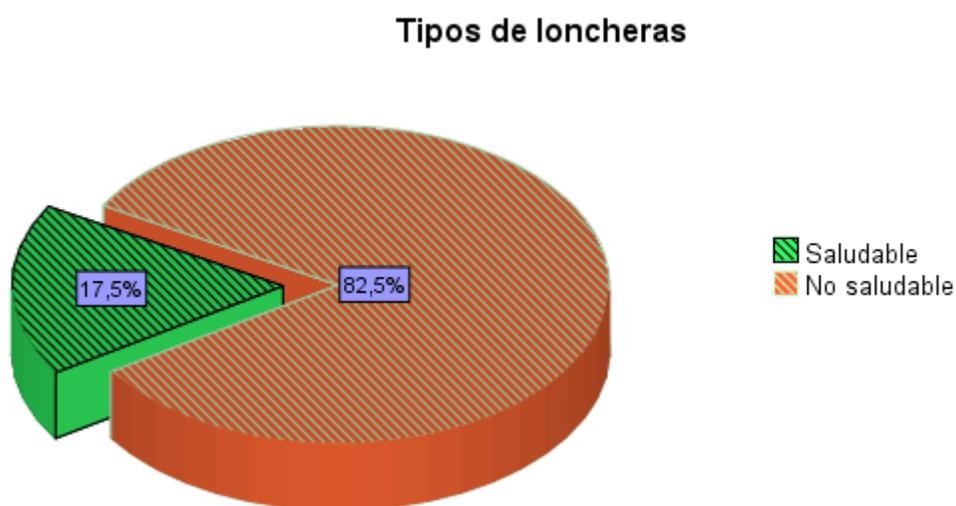
La grafica 16 muestra en relación a las bebidas utilizados en la preparación de las loncheras, el 66,7%(80) son saludables y el 33,3%(40) son no saludables.

Tabla 17 Descripción de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según tipo de lonchera consolidado Tingo María 2018.

n=120

Tipo de lonchera	n	fi	Fi
Saludable	21	17,5	17,5
No saludable	99	82,5	100,0

FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.



FUENTE: Observación realizada/AMMA/2018.

Gráfico 17 Porcentaje de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén según tipo de lonchera consolidado Tingo María 2018.

En relación al tipo de lonchera se observó en un mayor porcentaje el 82,5%

(99) son loncheras no saludables y en un menor porcentaje el 17,5%(21) las loncheras son saludables.

4.2 CONTRASTACION DE HIPOTESIS Y PRUEBA DE HIPOTESIS:

Tabla 18 Influencia entre los factores sociodemográficos y tipos de lonchera de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén-Tingo María, 2018.

Factores sociodemográficos	Tipo de lonchera				Total	Chi cuadrado (X ²)	Significancia
	Saludable		No saludable				
	N	%	N	%			
Edad por grupos							
Menor de 20 años	0	0,0%	1	0,8%	1	0,8%	
De 21 a 30 años	10	8,3%	43	35,8%	53	44,2%	
De 31 a 40 años	6	5,0%	43	35,8%	49	40,8%	
De 41 a 50 años	4	3,3%	10	8,3%	14	11,7%	4,082
De 51 a 60 años	1	0,8%	1	0,8%	2	1,7%	0,538
Mayor de 61 años	0	0,0%	1	0,8%	1	0,8%	
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%	
Grado de instrucción							
Primaria	4	3,3%	4	3,3%	8	6,7%	
Secundaria	10	8,3%	63	52,5%	73	60,8%	6,589
Superior	7	5,8%	32	26,7%	39	32,5%	0,037
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%	
Lugar de procedencia							
Rural	6	5,0%	35	29,2%	41	34,2%	
Urbano marginal	2	1,7%	4	3,3%	6	5,0%	
Urbana	13	10,8%	60	50,0%	73	60,8%	1,280
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%	0,527
Estado conyugal							
Conviviente	11	9,2%	61	50,8%	72	60,0%	
Casado	8	6,7%	20	16,7%	28	23,3%	
Soltero	0	0,0%	7	5,8%	7	5,8%	4,149
Separado	2	1,7%	11	9,2%	13	10,8%	0,246
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%	

FUENTE: Encuesta y Observación elaborada/AMMA/2018.

Al relacionar los factores sociodemográficos en torno al tipo de loncheras en las madres de la institución educativa N° 017 Belén, se encontró que del total de madres con el grado de instrucción en su mayor porcentaje son de nivel secundaria 60,8% (73), el 32,5%(39) superior y solo el 6.7% (8) cuenta contrastar la hipótesis a través de la prueba Chi Cuadrada dio como resultado $\chi^2= 6,589$ se evidencia que existe influencia con un valor $p \leq 0,037$, lo que confirma que hay un grado de significancia estadística.

Los factores como la edad, lugar de procedencia y estado conyugal no se relacionan con el tipo de lonchera preparadas por las madres.

Tabla 19 Influencia entre los factores económicos y tipos de lonchera en madres de la Institución Educativa N° 017 Belén Tingo María 2018.

Factores económicos	Tipo de lonchera				Total		Chi cuadrado	Significancia
	Saludable		No saludable					
	N	%	N	%	N	%	(X ²)	a
Posee trabajo remunerado:								
Si	10	8,3%	53	44,2%	63	52,5%	0,243	0,622
No	11	9,2%	46	38,3%	57	47,5%		
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%		
Ingreso económico:								
Alto	0	0,0%	1	0,8%	1	0,8%	3,430	0,180
Medio	15	12,5%	49	40,8%	64	53,3%		
Bajo	6	5,0%	49	40,8%	55	45,8%		
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%		
Posee los recursos económicos para la preparación de la lonchera:								
Si	17	14,2%	83	69,2%	100	83,3%	0,104	0,747
No	4	3,3%	16	13,3%	20	16,7%		
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%		

FUENTE: Encuesta y Observación elaborada/AMMA/2018.

Al relacionar los factores económicos en torno al tipo de loncheras en las madres de la institución educativa N° 017 Belén, se encontró que el ingreso económico es medio con un 53,3% (64). Al contrastar la relación a través de la prueba de chi cuadrado dio como resultado $X^2=3,430$, donde se evidencia que no existen relación con un valor $p=0,180$ entre el ingreso económico de la madre y el tipo de lonchera.

Los factores económicos, como poseer un trabajo remunerado y posee los recursos económicos para la preparación de la lonchera, no se relacionan con el tipo de lonchera.

Tabla 20 Influencia entre los factores familiares y tipos de lonchera en madres de la Institución Educativa N° 017 Belén Tingo María 2018.

Factores familiares	Tipo de lonchera				Total		Chi cuadrado (X ²)	Significancia
	Saludable		No saludable					
	N	%	N	%	N	%		
Persona encargada de la preparación de la lonchera.								
La madre	17	14,2%	79	65,8%	96	80,0%	0,215	0,898
Familiar	4	3,3%	19	15,8%	23	19,2%		
Empleada	0	0,0%	1	0,8%	1	0,8%		
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%		
Familiares que viven en su domicilio.								
Vive con los padres	7	5,8%	45	37,5%	52	43,3%	3,001	0,392
Vive con los suegros	7	5,8%	17	14,2%	24	20,0%		
Vive con otros familiares	4	3,3%	19	15,8%	23	19,2%		
Ninguno	3	2,5%	18	15,0%	21	17,5%		
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%		
Influye algún familiar en la preparación de la lonchera de su hijo.								
Si	2	1,7%	27	22,5%	29	24,2%	2,978	0,084
No	19	15,8%	72	60,0%	91	75,8%		
Total	21	17,5%	99	82,5%	120	100,0%		

FUENTE: Encuesta y Observación elaborada/AMMA/2018.

Al relacionar los factores familiares en torno al tipo de lonchera, del total de la muestra en estudio sobre respuesta se evidencia que la persona encargada de la preparación de la lonchera, lo prepara la propia madre con un 80,0%(96) del cual el 65,8%(79) preparan una lonchera no saludable. Al contrastar la relación a través de la prueba Chi Cuadrada dio como resultado $X^2 = 0,215$; se evidencia que no existe relación con un valor $p = 0,898$ entre la persona encargada de la preparación de lonchera y el tipo de lonchera.

Los factores familiares como, familiares que viven en su domicilio y si Influye o no algún familiar en la preparación de la lonchera de su hijo, no se relacionan con el tipo de lonchera por presentar un valor $p > 0,05$.

CAPITULO V

DISCUSION DE RESULTADOS:

5.1. PRESENTAR LA CONTRASTACION DE LOS RESULTADOS DEL TRABAJO DE INVESTIGACION:

La lonchera escolar es fundamental para proporcionar al niño la energía suficiente para su permanencia en la institución educativa. "La lonchera escolar debe tener tres componentes: sólido, líquidos y frutas de estación

(46).

La lonchera escolar saludable debe ser fácil de preparar, práctico de llevar, ligero, nutritivo, económico y sobretodo, sabroso. Debe prepararse con alimentos variados, naturales y de alto valor nutricional, como las frutas y verduras, cereales integrales como avena, maíz cancha, mote, trigo, quinua, kiwicha, cañihua; menestras. De preferencia sin presevantes, ni aditivos y con baja cantidad de sal y/o azúcar, según sea el caso⁽⁴⁷⁾.

El Decano del Colegio de Nutricionistas del Perú (CNP), Lic. Oscar Roy Miranda, informó que una lonchera no saludable, además de tener un costo alto para la economía del hogar, desfavorece la nutrición y a la salud de los niños, especialmente en edad escolar⁽⁴⁸⁾.

En la tabla n°01 en relación a la edad de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén, se evidenció que en su gran mayoría corresponden a las edades entre 21 a 30 años con 44,2% (53) y entre 31 a 40 años con 40,8% (49). La edad media de las madres fue de 32,55 años. Resultado similar encontró Reyes⁽²¹⁾ que el 55.5%(15) de las madres encuestadas

tienen edades que oscilaban entre 25 a 30 años, el 25.9%(7) de 31 a más años y el 18.6 %(5) tienen entre 19 a 24 años. Mientras que Huayllacayán SM., Mora Y. ⁽⁵³⁾ encontraron resultados diferentes donde el 43% ⁽²³⁾ presentan edades que oscilan entre 30 a 39 años.

De los resultados obtenidos en la tabla 02 en relación al grado de instrucción de las madres se encontró que el 61,7%(74) tienen un nivel de educación secundaria; el 32,5% (39) alcanzaron un nivel de educación superior; el 5,8% (7) alcanzaron el nivel de educación primaria; y un 0% (0) sin estudio. Resultado similar encontró Huayllacayán, Mora ⁽²³⁾ Según el grado de instrucción el 61% (61) corresponde al nivel secundaria. Mientras que Reyes ⁽²¹⁾ encontró resultados diferentes donde la instrucción de las madres se obtuvo que el 22.2 %(6) contaron con primaria completa, el 33.3%(9) contaron con primaria incompleta, el 18.5% (5) con secundaria completa, el 14.9%(4) secundaria incompleta y el 11,1%(3) refirieron tener estudios técnico o superior.

En la tabla 03 sobre el lugar de procedencia se obtuvieron los siguientes resultados se evidenció que en su gran mayoría residen en la zona urbano con un 60,8% (73), así mismo se evidenció que un 34,2% (41) de ellas proceden de las zonas rurales y por último un 5,0% (6) de la zona urbana marginal, resultado similar encontró Reynoso ⁽²⁴⁾ Respecto al lugar de residencia de las madres de los niños considerados en el presente estudio, se encontró que el 68,4% (39) de madres encuestadas expresaron proceder de zonas urbanas del distrito; el 26,3% (15) manifestaron proceder de zonas rurales y por último el 5,3% (3) restante refirieron proceder de zonas urbano marginal de la localidad en estudio.

En la tabla 04 estado conyugal se encontró que un 60,0% (72) son convivientes, un 23,3% (28) son casados, un 10,8% (13) son separados y un 5,8% (7) son solteras. Similar estudio encontró Huayllacayán y Mora ⁽²³⁾ donde el

resultado en el estado civil es en un mayor porcentaje 54% (54) son convivientes.

En la tabla 05 de la dimensión factor cultural sobre el conocimiento de la madre en la preparación de lonchera, se obtuvo un porcentaje mayor con un 42,5% (51) de las madres que tienen conocimiento medio en cuanto a la preparación de loncheras, seguido del 33.3% (40) con conocimiento bajo y con un porcentaje menor el 24,2% (29) de las madres tienen conocimiento alto en cuanto a la preparación de loncheras. Resultado similar obtuvo Huayllacayán y Mora ⁽²³⁾ tiene como indicador predominante el nivel medio 76% (76), luego el nivel alto 14 % (14) y finalmente nivel bajo con un 10 % (10).

En la tabla 12 los carbohidratos utilizados en la preparación de las loncheras, el 74,2%(89) son saludables y el 25,8%(31) son no saludables. Resultado diferente a los obtenidos por Andrade ⁽¹⁸⁾ en donde el 94% no cumplen con los parámetros nutricionales establecidos por el ministerio de salud y solo el 6% si cumplen con los parámetros nutricionales establecidos por el ministerio de salud.

En la tabla 13 las proteínas utilizados en la preparación de las loncheras, el 58,3%(70) son saludables y el 41,7%(50) son no saludables. No es igual a los resultados obtenidos por Andrade ⁽¹⁸⁾ quien obtuvo un 97% no cumplen con los parámetros nutricionales establecidos por el ministerio de salud y solo el 3% si cumplen con los parámetros nutricionales establecidos por el ministerio de salud.

En la tabla 17 en relación al tipo de lonchera se observó en un mayor porcentaje el 82,5% (99) son loncheras no saludables y en un menor porcentaje 17,5%(21) las loncheras son saludables. Resultado diferente obtenido por Reynoso ⁽²⁴⁾ el cual el 57,9% fueron saludables y 42,1% no saludables.

En la tabla 18 se muestra la relación de los factores sociodemográficos en torno al tipo de loncheras en las madres de la institución educativa N° 017 Belén, se encontró que del total de madres con el grado de instrucción en su mayor

porcentaje son de nivel secundaria 60,8% (73), el 32,5%(39) superior y solo el 6.7% (8) cuenta con primaria. Al contrastar la hipótesis a través de la prueba Chi Cuadrada se encontró como resultado $\chi^2= 6,589$ se evidencia que existe influencia con un valor $p \leq 0,037$, lo que confirma que hay un grado de significancia estadística entre el tipo de lonchera y el grado de instrucción. Estos resultados son similares con el estudio de Panduro ⁽¹⁷⁾ quien al relacionar el nivel de conocimiento y la aplicación hacia preparación de loncheras saludables con prueba del Chi cuadrado, encontró valor $\chi^2=7,382$ y $P = 0,831$; indicando que no existe relación significativa. Las variables como la edad, lugar de procedencia y estado conyugal no se relacionan con el tipo de lonchera preparadas por las madres.

La tabla 19 muestra la relación entre los factores económicos y la preparación de las loncheras no saludables, donde se encontró que no existe significancia estadística. Y en la tabla 20 muestra que la relación entre los factores familiares y la preparación de las loncheras no saludables, donde se encontró que no existe significancia estadística en ninguno de las variables estudiadas.

Al respecto no se encontró estudios similares para la discusión respectiva.

CONCLUSIONES

En el presente estudio de investigación se llegaron a las siguientes conclusiones:

- ❖ Que la edad de las madres de la Institución Educativa N° 017 Belén, se evidenció que en su gran mayoría corresponden a las edades entre 21 a 30 años 44,2% y entre 31 a 40 años con 40,8%. Con una edad media de 32 años; grado de instrucción el 61,7% secundaria; el lugar de procedencia en su gran mayoría son de la zona urbano con un 60,8% y el estado conyugal el 60,0% son convivientes.
- ❖ En el factor cultural sobre el conocimiento de la madre en la preparación de lonchera, el 42,5% tienen conocimiento medio, seguido del 33,3% tienen conocimiento bajo y el porcentaje menor 24,2% conocimiento alto.
- ❖ Los factores económicos el 52,5% de las madres poseen un trabajo remunerado; el ingreso económico es medio con el 53,3% y por último el 83,3% mencionan que si poseen los recursos económicos para la preparación de la lonchera de sus niños.
- ❖ En los factores familiares la persona encargada de la preparación de la lonchera son la propias madres con el 80%, el 19,2% marcaron que lo prepara algún familiar y solo el 0,8% lo prepara la empleada; los familiares que viven en su domicilio se observa que el 43,3% viven con los padres y un 20% viven con los suegros y por último el 75,8% mencionan que no influyen los familiares en la preparación de la lonchera.

- ❖ Al realizar contraste de hipótesis se encontró relación estadística en la dimensión factores sociodemográficos, el grado de instrucción tiene relación estadística con el tipo de loncheras no saludables con $X^2= 6,589$ y $p 0,037$. En las dimensiones factores familiares y factores económicos, en ninguno de sus variables no existe influencia.

RECOMENDACIONES

Luego de haber realizado el análisis, la interpelación y la discusión respectiva se recomienda:

- ❖ A los profesionales de enfermería responsables de las actividades de la promoción de la salud implementar talleres educativos dirigidos a los padres de familia y docentes de la institución educativa Belén N° 017 para mejorar y prevenir uso de alimentos no saludables en las loncheras.
- ❖ A los directivos del establecimiento de salud asignados la población estudiada programar actividades de la promoción de la salud y designar un personal responsable para este tema.
- ❖ A los docentes de las universidades promover sesiones educativas sobre loncheras saludables en las distintas instituciones educativas de Tingo María en especial en la institución educativa Belén.
- ❖ A los estudiantes de la escuela académica profesional de enfermería de la universidad de Huánuco promover trabajos de investigación sobre otros factores que estén determinando la preparación de loncheras no saludables.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.

1. **El Heraldo. [Internet]. Bogotá: El heraldo; c2016.** [Consultado 2018 Feb 20] Disponible en: <https://www.elheraldo.co/salud/que-llevan-en-la-lonchera-los-ninos-colombianos-243351>
2. **Ministerio de Salud. [Internet]. Lima: minsa; c2015.** [Consultado 2018 Feb 20] Disponible en: <http://www.minsa.gob.pe/index.asp?op=51¬a=16085>
3. Organización Mundial de la Salud. Ginebra: **Oms; c2005.** [Consultado 2018 Feb 22] Disponible en: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/child/malnutrition/es/
4. Serafín P. Manual de alimentación escolar saludable. [Internet]. [Consultado 2018 Mar 12]. Disponible en: <http://www.fao.org/docrep/field/009/as234s/as234s.pdf>
5. **Macías Al., Gordillo LG., Camacho R. Esteban Jaime.** Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Rev Chil Nutr* [Internet]. 2012;39(3):40-43. [Consultado 2017 Mar 12] Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182012000300006
6. Organización Mundial de la Salud. [Internet]. Ginebra: OMS; c2017 [Consultado 2018 Mar 14]. Disponible en: <http://www.who.int/nutrition/challenges/es/>
7. Real Academia Española [internet]. Madrid: Del; c2014. [Consultado 2018 Mar 24]. Disponible en: <http://dle.rae.es/?id=O3YCvof>
8. Organización Mundial de la Salud. Malnutrición [Internet]. Ginebra:OMS; c2016. [Consultado 2018 Abr 06]. Disponible en: <http://www.who.int/features/qa/malnutrition/es/>.
9. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Informe final de las características de los programas de *ICEAN en el Peru.* [Internet]. [Consultado 2018 Abr 07]. Disponible en: www.fao.org/ag/humannutrition/30021-034a259cf2f4e01c7efed77a035243bf7.pdf.
10. Ministerio de Salud. [Internet]. Lima: MINSA; c2013 [Consultado 2018 Abr 08] Disponible en: https://www.minsa.gob.pe/portada/Especiales/2013/utilesaludables/ues_06.html

11. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [Internet] Santiago: FAO; c2014 [Consultado 2018 Abr 14]. Disponible en: <http://www.fao.org/americas/noticias/ver/es/c/243889/>.
12. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. [Internet] Panorama de la seguridad alimentaria [Internet] Santiago: FAO; c2017 [Consultado 2018 Abr 15]. Disponible en: <http://www.fao.org/3/a-i6747s.pdf>.
13. Instituto Nacional de Salud. [Internet]. Lima: Oberva-T-Perú; c2016. [Consultado 2018 Abr 23]. Disponible en: <http://www.observateperu.ins.gob.pe/noticias/185-asi-esta-el-peru-2016-desnutricion-y-obesidad-en-nuestro%C2%ADpais>
14. Díaz A. Una saludable lonchera escolar: Niños deben consumir frutas y alimentos energéticos. Correo. 2015 Mar 02; Sec. Noticias: Disponible en: <https://diariocorreo.pe/ciudad/una-saludable-lonchera-escolar-568859/>.
15. Panduro YC. Relación entre el conocimiento y actitudes hacia la aplicación de la preparación de loncheras saludables en madres de la Institución Educativa Belén. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería]. Tingo María: Universidad de Huánuco. Escuela Académico Profesional de Enfermería; 2017.
16. Colquehuanca ZI. Conocimiento sobre preparación de loncheras nutritivas en madres con niños de 4 a 5 años de educación inicial. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería]. Juliaca: Universidad Peruana Unión. Facultad de Ciencias de la salud. Escuela Académico Profesional de Enfermería; 2014.
17. Consumidores en Acción de Centro América y el Caribe. Comida chatarra en los centros escolares. [internet]. [Consultado 2018 May 20]. Disponible en: http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/red-icean/docs/Investigaci%C3%B3n%20comida%20chatarra%20en%20los%20centros%20escolares_2010.pdf
18. Andrade MT. Determinación de la composición nutricional de los refrigerios enviados por los padres de familia con los parámetros del Ministerio de Salud Pública y su relación con el estado nutricional en la ciudad de Quito, periodo enero – febrero 2016. [Tesis para optar el título de Nutricionista]. Quito: Pontificia Universidad Católica del Ecuador; 2016.

19. Fuentes EP. 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. [Tesis para optar el título de Nutricionista Dietista]. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana; 2014.
20. Santillana AL. Relación entre el estado nutricional y el aporte calórico del contenido alimentario en los refrigerios de los preescolares del Jardín de niños Rosario Castellanos, de la población de 2da Manzana Santa Cruz Tepexpan, Jiquipilco. [Tesis para obtener el título de Licenciada en Nutrición]. Toluca Estado de México; 2013.
21. Reyes SK. Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los Conocimientos y Prácticas sobre la preparación de la lonchera, que tienen Las madres de preescolares en una Institución educativa privada en Santa Anita-Lima. [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería]. Santa Anita: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2015.
22. Campos GC., Delgado FY. Conocimientos sobre loncheras Saludables en docentes del nivel primario de una institución educativa privada del distrito de Túcume. [Tesis para optar el título de Licenciada en educación]. Túcume: Universidad Privada Juan Mejía Baca; 2016.
23. Huayllacayán SM., Mora Y. Relación entre Conocimiento Materno sobre Loncheras Escolares y Estado Nutricional de Estudiantes de Primaria de La Institución Educativa N° 6069 Pachacútec. [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería]. Lima: Escuela de Enfermería de Padre Luis Tezza Afiliada a la Universidad Ricardo Palma; 2014.
24. Reynoso SD. Preparación de las loncheras escolares y su relación con el estado nutricional de los niños de 5 años de la institución educativa inicial. [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería]. Huánuco: Universidad de Huánuco. Facultad de Ciencias de la Salud. Escuela Académico Profesional de Enfermería; 2017.
25. Cisneros F. Introducción a los modelos y teorías de enfermería. Colombia: Universidad del Cauca; 2002.

26. Cubero J.; Cañada F.; Costillo E.; Franco L.; Calderón A.; Santos A.L et al. La alimentación preescolar, educación para la salud de los 2 a los 6 años. *Enferm. glob.* [Internet]. 2012; 11(27) [Consultado 2018 May 24]. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v11n27/revision2.pdf>
27. Bonilla SF. Efecto de intervención educativa sobre el nivel de conocimiento de las madres y mejora de preparación de lonchera del preescolar [tesis pregrado]. Lima: Escuela de enfermería Padre Luis Tezza afiliada a la Universidad Ricardo Palma; 2015.
28. Latham MC. [internet]. Roma: *Colección FAO*; c2002. [consultado 2018 May 24]. Disponible en: <http://www.fao.org/docrep/006/w0073s/w0073s08.htm>.
29. Moreno JM., Galiano MJ. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. [internet]. c2015; XIX(4):268-276 [Consultado 2018 May 24]. Disponible en: <http://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-05/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente/>
30. Ministerio de Salud. [internet]. Lima: MINSA; c2013. [Consultado 2018 May 25]. Disponible en: https://www.minsa.gob.pe/portada/Especiales/2013/utilesaludables/ues_06.html
31. Ministerio de la Producción. [Internet]. Lima: Programa Nacional a comer pescado; c2017. Consultado 2018 May 25]. Disponible en: <http://www.acomerpescado.gob.pe/loncheras-no-saludables-triplican-calorias>
32. Pérez C. Balance alimentario y patrones de consumo saludable. *ALAN* [internet]. c2015; **65**(1): [Consultado 2018 May 25]. Disponible en: <http://www.alanrevista.org/ediciones/2015/suplemento-1/art-142/>.
33. Instituto de Nutrición y Trastornos Alimentarios. Alimentos funcionales. [internet]. [Consultado 2018 May 25]. Disponible en: <http://aportenutricional.blogspot.com/2013/09/alimentos-funcionales-aproximacion-una.html>
34. Friedman J. Cuatro componentes para tener una verdadera lonchera nutritiva. [internet] Lima: c2014 [Consultado 2018 May 26]. Disponible en: <http://blogs.publimetro.pe/buenbocado/2014/02/cuatro-componentes-para-tener-una-verdadera-lonchera-nutritiva-aunque-muchos-no-le-den-la-importancia.html>

35. Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos. [Internet]. Bethesda: Med Line Plus; c2016. [Consultado 2018 May 26]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000786.htm>
36. Enciclopedia Virtual. [internet]. Malaga: Eumed; c2016 [Consultado 2017 Abr 28] Disponible en: <http://www.eumed.net/libros-gratis/2011c/985/factores%20culturales%20y%20desarrollo%20cultural.html>
37. Rodríguez MR; Avalos MI; López C. Consumo de bebidas de alto contenido calórico en México: un reto para la salud pública Salud en Tabasco. Redalyc [Internet]. 2014; 20(1): 28-33. [Consultado 2018 May 26]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/487/48731722006.pdf>
38. Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Lonchera Escolar en Estudiantes de Nivel Primario. [Internet]. [Consultado 2018 May 26]. Disponible en: http://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/vigilancia_poblacion/Informe_de_Lonchera_Escolar_2013.pdf
39. Quiroz P. Consejos Para una lonchera saludable [internet] Perú: Agosto 2011 [Consultado 2018 May 26] Disponible en: <http://nutrici-peru.blogspot.com/>
40. Cahua VM. Yucra H. Nivel de conocimiento de las madres sobre lonchera saludable y su relación con el estado nutricional del preescolar de las IEI n° 275 Llavini E IEI n° 224 San José. [Tesis para optar el título de: licenciada en enfermería]. Puno: Universidad Nacional Del Altiplano. Facultad de enfermería; 2014.
41. Santillana AL. Relación entre el estado nutricio y el aporte calórico del contenido alimentario en los refrigerios de los preescolares del Jardín de niños Rosario Castellanos, de la población de 2da Manzana Santa Cruz Tepexpan. [Tesis para obtener el título de Licenciado en Nutrición]. México: Universidad Autónoma del estado de México. Facultad de Medicina. Licenciatura en nutrición; 2013.
42. Contreras JL. [internet] Metropolitana: CESFAM EEF; c2007 [Consultado 2018 May 26] Disponible desde: <http://cambiodemodelo.blogspot.pe/2007/12/evaluacion-de-riesgo-familiar.html>.
43. Castillo Peralta C. [internet] . Lima: LAMULA; c2014 [Consultado 2018 May 26] Disponible en: <https://willkamikhuna.lamula.pe/2014/03/09/la-comida-chatarra-y-las-loncheras-escolares/ccperalta/>.

44. Ministerio de Salud. [internet] Lima: Minsa; c2014 [Consultado 2018 May 26]
Disponible en:
http://www.minsa.gob.pe/portada/especiales/2007/nutricion/pre_escolar.asp.
45. Romero A. [Internet]. c2010. [Consultado 2018 May 27]. Disponible en:
<http://andreinaromero.com/blog/2010/10/15/el-poder-de-la-influencia/>
46. Ministerio de salud del Perú [internet]. Lima: MINSA; c2018. [Consultado 2018 Ago 21]. Disponible en: <http://www.minsa.gob.pe/?op=51¬a=27372>
47. Ministerio de salud del Perú [internet]. Lima: MINSA; c2015. [Consultado 2018 Ago 21]. Disponible en: <http://www.minsa.gob.pe/index.asp?op=51¬a=16085>
48. Diario medico Perú [internet]. Lima: Diario medico; c2013. [Consultado 2018 Ago 21]. Disponible en: <http://www.diariomedico.pe/?p=3762>

ANEXOS

INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES QUE INFLUYEN EN LA

PREPARACION DE LONCHERAS NO SALUDABLES:

Autora: Arias Minaya, Mayra Angela.

Estimada Sr, Sra.: El presente cuestionario está dirigido a las madres que forman parte del trabajo de investigación sobre factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N° 017 Belén de Tingo Maria-2018; con la finalidad de identificar los factores mencionados, por lo cual solicito responder a todas las preguntas en forma veraz y sincera siendo su colaboración sumamente importante. Agradesco de antemano por su colaboración.

INSTRUCCIONES:

Marque con un aspa (x) las respuestas que considere correcto. Llene los espacios en blanco. Conteste todas las preguntas

I. Factores sociodemográficos:

- Edad _____
- Grado de instrucción:
 - a). No estudio. b). Primaria. c). Secundaria d). Superior
- Lugar de Procedencia
 - a). Rural b). Urbano marginal c). Urbana
- Su estado conyugal es:
 - a). Conviviente b). Casado c). Soltero d). Separado

II. Factores culturales:

1. Qué es una Lonchera saludable:

- a. Lonchera que contiene alimentos balanceados.
- b. Loncheras que contienen grasas y carbohidratos.
- c. Lonchera que contiene frituras y agua.
- d. Loncheras con Agua y galletas

2. Diga usted la cantidad que debe contener una lonchera saludable:

- a. Suficiente
- b. Insuficiente.

3. ¿Cuáles son los tipos de alimentos que deben contener una lonchera saludable?

- a) Alimentos energéticos, constructores y reguladores.
- b) Alimentos ricos en calcio, vitaminas y carbohidratos.
- c) Alimentos de origen animal, enlatados, envasados y limpios.

4. Los alimentos que deben consumir su familia con mayor frecuencia deben ser de la:

- a. Sierra
- b. Selva
- c. Costa

III. Factores económicos:

5. Posee un trabajo remunerado:

Si () No ()

6. Como considera su ingreso económico:

- a. Alto
- b. Medio.
- c. Bajo.

7. ¿Cuenta con la suficiente economía o dinero para los alimentos y en especial para la preparación de la lonchera de su hijo?:

Si () No ()

IV. Factores Familiares:

8. ¿Diga usted quien es la persona encargada de la preparación de la lonchera?:

- a. La madre de su hijo.
- b. Familiar.
- c. Empleada

9. ¿En el domicilio donde vive usted, su esposa e hijos; vive algún familiar más?:

- a. Vive con los padres.
- b. Vive con los suegros.
- c. Vive con otros familiares.

10. ¿Diga usted, influye algún miembro de su familia en la preparación de la lonchera de su hijo?:

Si () No ()

GUIA DE OBSERVACIÓN PARA VERIFICAR EL TIPO DE LONCHERA:

DESCRIPCION DEL CONTENIDO DE LAS LONCHERAS	DIAS DE LA SEMANA									
	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
Tipo de alimentos utilizados en la preparación de la lonchera										
CARBOHIDRATOS:										
- Queque – Pan con Plátano maduro frito										
- Tacacho										
- Dulces: Pae de manzana y otros.										
- Yuca frita										
- Leche asada										
PROTEINAS:										
- Tortillas										
- Huevo frito										
- Pollo frito										
- Queso frito										
GRASAS TRANS: Nosaludable										
- Papas fritas Chezitos / Papalay										
- Pan con mantequilla										
BEBIDAS INDUSTRIALIZADOS: No Saludable										
- Néctar										
- Gaseosa										
- Refresco de sobre										
BEBIDAS PREPARADAS: No saludables										
- Café con Leche										
- Cocoa con Leche										
BEBIDAS PREPARADAS: Saludables										
- Te de anís, Manzanilla, etc										
- Snake que contienen frutas frescas y licuadas										
- Jugos de frutas frescas										

DESCRIPCION:

Proteínas: Saludables.- Lonchera que contiene alimentos de origen animal.

No Saludable.- Lonchera que contiene alimentos procesados y de origen vegetal.

Grasas: Saludables.- Lonchera que contiene alimentos con contenido de grasas insaturadas.

No Saludable.- Lonchera que contiene alimentos con grasas saturadas.

Carbohidratos: Saludables.- Lonchera que contiene alimentos con contenido de harinas normas o de productos naturales y sin exceso de azúcar y sal.

No Saludable.- Lonchera que contiene alimentos con contenido de harinas procesadas y con exceso de azúcar y sal.

ANEXO II:

ASENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO DEL ESTUDIO

“Factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén de Tingo Maria-2018”

PROPOSITO

Se lleva a cabo el estudio con el propósito de obtener información para determinar, los factores que influyen en preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén de Tingo Maria-2018.

SEGURIDAD

El estudio no pondrá en riesgo su salud física ni psicológica.

PARTICIPANTES EN EL ESTUDIO

Se incluirá a las madres de los niños de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María durante el periodo del estudio.

CONFIDENCIABILIDAD

La información recabada se mantendrá confidencialmente, no se publicarán nombres de ningún participante. Así que podemos garantizar la confidencialidad absoluta.

COSTOS

El estudio no afectara recursos económicos ya que todos los gastos serán asumidos por la investigadora. Usted no recibirá ninguna remuneración por participar en el estudio.

DERECHOS DEL PARTICIPANTE

La participación en el estudio es voluntaria .Usted puede decidir si participa o puede abandonar el estudio en cualquier momento.

CERTIFICADO DE CONSENTIMIENTO

“Yo he leído la información de esta página y acepto voluntariamente participar en el estudio”

D.N.I.....

Firma.....

Fecha...../...../.....

ANEXO IV:

TABLA DE VALIDACION DE LOS INSTRUMENTOS:

Ítems	Jueces							Total	V
	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	Juez 6	Juez 7	Acuerdo	
1	1	1	1	1	1	1	1	7	1.00
2	1	1	1	0	1	1	1	6	0.86
3	1	1	1	1	1	1	1	7	1.00
4	1	0	1	1	1	1	1	6	0.86
5	1	1	1	1	1	1	1	7	1.00
6	0	1	1	1	1	1	1	6	0.86
7	1	1	1	1	1	0	1	6	0.86
8	1	0	1	1	1	0	0	4	0.57
9	1	1	1	0	0	0	0	3	0.43
Total	0.89	0.78	1.00	0.78	0.89	0.67	0.78	5.78	0.83

$$V = \frac{S}{(n(c - 1))}$$

S = La sumatoria de **si**

Si = Valor asignado por el juez i,

n = Número de ítems

c = Número de valores de la escala de valoración (2 en este caso)

Se ha considerado la siguiente puntuación:

1 = Si la respuesta es correcta.

0 = Si la respuesta es incorrecta.

Se considera que existe validez de los instrumentos cuando el valor del coeficiente de AIKEN fuera mayor de 0.60. Con estos instrumentos se alcanzó un coeficiente de 0.83%; por lo que nos muestra que si es válido para su aplicación y se encuentra dentro del rango aprobado.

CONSTANCIA DE VALIDACION:

Yo LINCKER TAMANI MURAYARI
De profesión BROMATOLOGO NUTRICIONISTA, actualmente ejerciendo el cargo de NUTRICIONISTA
.....por medio del presente
hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la alumna: Maria Angela Arias Huaya, con DNI 46869974, aspirante al título de Lic. Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para su tesis titulado "Factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial N° 017 Belén -Tinga Moria, 2018"

OPINION DE APLICABILIDAD:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir []

No Aplicable []

Observaciones (Precisar si hay suficiencia): Ninguno

Apellidos y nombres:

TAMANI MURAYARI LINCKER

DNI: 47492991

Especialidad del validador: NUTRICIONISTA


Lic. Lincker Tamani Murayari
BROMATOLOGO - NUTRICIONISTA
C.N.P. 6586

FIRMA Y SELLO

ANEXO III: TABLA DE VALIDACION DE LOS INSTRUMENTOS

Estimado (a): Lina Ker Tamani Murayari

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta.

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio, según opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACION
1. ¿El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación?	X		
2. ¿El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio?	X		
3. ¿Las preguntas del instrumento responde a la Operacionalización de la variable?	X		
4. ¿La estructura del instrumento es adecuado?	X		
5. ¿La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento?	X		
6. ¿Las preguntas son claros y entendibles?		X	
7. ¿El número de preguntas es adecuado para su aplicación?	X		
8. ¿Se debe incrementar el número de ítems?		X	
9. ¿Se debe eliminar algunos ítems?		X	

Sugerencias y/o aportes para mejorar el instrumento;

.....

.....

.....

FIRMA DEL EXPERTO:


Lina Ker Tamani Murayari
 BRONATÓLOGO - NUTRICIONISTA
 C.N.P. 6506

CONSTANCIA DE VALIDACION:

Yo..... Fina Salazar Rivera.....

De profesión Lic. Esp. Uci Neonatología....., actualmente ejerciendo el cargo de..... Lic. Enfermería encargada del servicio de..... C.R.E.D. - Bella..... por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la alumna: María Angela Anas Minoza....., con DNI 46869974, aspirante al título de Lic. Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para su tesis titulado "Factores que influyen en la preparación de lecheros no saludables en las madres de la institución educativa inical N° 017. Belén - Tingo María, 2018"

OPINION DE APLICABILIDAD:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir []

No Aplicable []

Observaciones (Precisar si hay suficiencia): Ninguna

Apellidos y nombres: Salazar Rivera, Fina

DNI: 40188017

Especialidad del validador... Uci Neonatología


 Fina Salazar Rivera
 Lic. Enfermería
 Esp. UCI NEONATOLOGIA
 CEP 42150 RENFESP 16979
FIRMA Y SELLO

ANEXO III: TABLA DE VALIDACION DE LOS INSTRUMENTOS

2

Estimado (a): Lic. Fina Salazar Rivera.

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta.

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio, según opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACION
1. ¿El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación?	✓		
2. ¿El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio?	✓		
3. ¿Las preguntas del instrumento responde a la Operacionalización de la variable?	✓		
4. ¿La estructura del instrumento es adecuado?		✓	
5. ¿La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento?	✓		
6. ¿Las preguntas son claros y entendibles?	✓		
7. ¿El número de preguntas es adecuado para su aplicación?	✓		
8. ¿Se debe incrementar el número de ítems?	✓		
9. ¿Se debe eliminar algunos ítems?		✓	

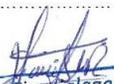
Sugerencias y/o aportes para mejorar el instrumento;

.....

.....

.....

FIRMA DEL EXPERTO:


 Lic. Salazar Rivera
 Lic. Enfermería
 Esp. UCI-NEONATOLOGIA
 CEP: 42150 RENFESP 16979

CONSTANCIA DE VALIDACION:

Yo... EVELYN LIZETH ENCINAS BARRIONUEVO.....

De profesión... NUTRICIONISTA....., actualmente ejerciendo el cargo de... NUTRICIONISTA - HOSPITAL TINGO MARIA - SERVICIO DE NUTRICION Y DIETETICA..... por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la alumna: Meyra Angela Arias Minaya....., con DNI 46869974..., aspirante al título de Lic. Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para su tesis titulado "Factores que influyen en la preparación de loncheras no saludable en las madre de la institución educativa inicial N° 017 Belén - Tingo María, 2018"

OPINION DE APLICABILIDAD:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir []

No Aplicable []

Observaciones (Precisar si hay suficiencia): Ninguna

Apellidos y nombres:

... ENCINAS BARRIONUEVO EVELYN LIZETH.....

DNI: 41335450.....

Especialidad del validador... NUTRICIONISTA - CSP 2932.....



Lic. Evelyn L. Encinas Barrionuevo
NUTRICIONISTA
CNP - 2932

FIRMA Y SELLO

ANEXO III: TABLA DE VALIDACION DE LOS INSTRUMENTOS

3

Estimado (a): Evelyn Lizeth Encinas Barrionuevo.

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta.

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio, según opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACION
1. ¿El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación?	X		
2. ¿El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio?	X		
3. ¿Las preguntas del instrumento responde a la Operacionalización de la variable?	X		
4. ¿La estructura del instrumento es adecuado?	X		
5. ¿La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento?	X		
6. ¿Las preguntas son claros y entendibles?	X		
7. ¿El número de preguntas es adecuado para su aplicación?	X		
8. ¿Se debe incrementar el número de ítems?		X	
9. ¿Se debe eliminar algunos ítems?		X	

Sugerencias y/o aportes para mejorar el instrumento;

.....

FIRMA DEL EXPERTO: 

CONSTANCIA DE VALIDACION:

4

Yo..... Karen..... Horruttiner..... Beltran.....

De profesión..... Enfermera....., actualmente ejerciendo el cargo de..... Lic. Enf. Coordinadora del Servicio de Pediatría.....

.....por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la alumna: Mayra Angela Arias Minaya, con DNI 46869974, aspirante al título de Lic. Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para su tesis titulado "Factores que incluyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa unid. N° 017 Belén - Tingo María, 2018"

OPINION DE APLICABILIDAD:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir []

No Aplicable []

Observaciones (Precisar si hay suficiencia): Ninguna

Apellidos y nombres: Karen Horruttiner Beltran

DNI: 44385448

Especialidad del validador: Lic. en Pediatría


 Karen Horruttiner Beltran
 ESPECIALISTA
 CEP-019903

FIRMA Y SELLO

ANEXO III: TABLA DE VALIDACION DE LOS INSTRUMENTOS

4

Estimado (a): Lic. Karen Horruitiner Beltran

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta.

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio, según opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACION
1. ¿El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2. ¿El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
3. ¿Las preguntas del instrumento responde a la Operacionalización de la variable?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4. ¿La estructura del instrumento es adecuado?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5. ¿La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6. ¿Las preguntas son claros y entendibles?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7. ¿El número de preguntas es adecuado para su aplicación?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
8. ¿Se debe incrementar el número de ítems?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
9. ¿Se debe eliminar algunos ítems?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Sugerencias y/o aportes para mejorar el instrumento;

.....


Karen Horruitiner Beltran
 ESPECIALISTA
 CEP: 019903

FIRMA DEL EXPERTO:

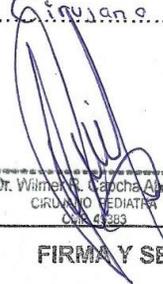
CONSTANCIA DE VALIDACION:

Yo Wilmer Rolando Capcha Alvarez
 De profesión Médico, actualmente ejerciendo el
 cargo de Cirujano Pediatra
 por medio del presente
 hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de
 datos, presentado por la alumna:
Mayra Angela Arias Minaya, con DNI 46869974, aspirante
 al título de Lic. Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado
 para recabar información necesaria para su tesis titulado
 "Factores que influyen en la preparación de loncheras
 no saludable en las madres de la institución educativa
 Inicial N° 017. Belen - Tingo Maria, 2018"

OPINION DE APLICABILIDAD:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir []
 No Aplicable []
 Observaciones (Precisar si hay suficiencia): Ninguna

Apellidos y nombres:
Wilmer Rolando Capcha Alvarez
 DNI: 20074359
 Especialidad del validador: Cirujano Pediatra


 Dr. Wilmer R. Capcha Alvarez
 CIRUJANO PEDIATRA
 C.O.P. 4383
FIRMA Y SELLO

ANEXO III: TABLA DE VALIDACION DE LOS INSTRUMENTOS

5

Estimado (a): Dr. Wilmer Rolando Capcha Alvarez

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta.

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio, según opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACION
1. ¿El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2. ¿El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3. ¿Las preguntas del instrumento responde a la Operacionalización de la variable?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4. ¿La estructura del instrumento es adecuado?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5. ¿La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6. ¿Las preguntas son claros y entendibles?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7. ¿El número de preguntas es adecuado para su aplicación?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
8. ¿Se debe incrementar el número de ítems?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
9. ¿Se debe eliminar algunos ítems?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Sugerencias y/o aportes para mejorar el instrumento;

.....

FIRMA DEL EXPERTO:

Dr. Wilmer Rolando Capcha Alvarez
 C.I. 14997674
 PUNTA
 2017-03-03

CONSTANCIA DE VALIDACION:

Yo..... Giovana Mejia Rojas.....
 De profesión..... Lic. en Enfermería....., actualmente ejerciendo el
 cargo de..... coordinadora del P.P. Metabólicos y
Zoonosis..... por medio del presente
 hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de
 datos, presentado por la alumna:
Mayra Angela Arias Minaya, con DNI 46869974, aspirante
 al título de Lic. Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado
 para recabar información necesaria para su tesis titulado
 " Factores que influyen en la preparación de
loncheras no saludables en las madres de la institución
educativa inicial N° 017 Belén - Tingo María, 2018"

OPINION DE APLICABILIDAD:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir []
 No Aplicable []
 Observaciones (Precisar si hay suficiencia): Ninguna.

Apellidos y nombres: Mejia Rojas Giovana
 DNI: 42663985
 Especialidad del validador..... Lic. en Pediatría.....



FIRMA Y SELLO

ANEXO III: TABLA DE VALIDACION DE LOS INSTRUMENTOS

6

Estimado (a): Lic. Giovana Mejía Rojas

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta.

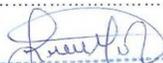
Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio, según opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACION
1. ¿El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación?	X		
2. ¿El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio?	X		
3. ¿Las preguntas del instrumento responde a la Operacionalización de la variable?	X		
4. ¿La estructura del instrumento es adecuado?	X		
5. ¿La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento?	X		
6. ¿Las preguntas son claros y entendibles?	X		
7. ¿El número de preguntas es adecuado para su aplicación?		X	
8. ¿Se debe incrementar el número de ítems?	X		
9. ¿Se debe eliminar algunos ítems?	X		

Sugerencias y/o aportes para mejorar el instrumento;

.....

FIRMA DEL EXPERTO:


 Giovana Mejía Rojas
 LICENCIADA EN ENFERMERIA
 CEP. 55600
 HOSPITAL TINGO MARIA

ANEXO III: TABLA DE VALIDACION DE LOS INSTRUMENTOS

7

Estimado (a): Lic. Rogelio León Tangoa

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta.

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio, según opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACION
1. ¿El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación?	✓		
2. ¿El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio?	✓		
3. ¿Las preguntas del instrumento responde a la Operacionalización de la variable?	✓		
4. ¿La estructura del instrumento es adecuado?	✓		
5. ¿La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento?	✓		
6. ¿Las preguntas son claros y entendibles?	✓		
7. ¿El número de preguntas es adecuado para su aplicación?	✓		
8. ¿Se debe incrementar el número de ítems?	✓		
9. ¿Se debe eliminar algunos ítems?	✓		

Sugerencias y/o aportes para mejorar el instrumento;

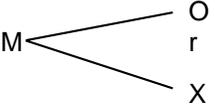
.....

FIRMA DEL EXPERTO: Lic. Enf. Rogelio León T.
 C.E. : 52897

ANEXO V: MATRIZ DE CONSISTENCIA

“Factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén de Tingo María-2017”

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	VALOR FINAL	METODOLOGIA
<p>Problema General:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuáles son los factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018?. <p>Problemas Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Cuáles son los factores sociodemográficos que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018? 	<p>Objetivo General:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar los factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018. <p>Objetivos Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir los factores sociodemográficos que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018. 	<p>Hipótesis General:</p> <p>H_i= Existen factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p> <p>H_o= No existen factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p> <p>Hipótesis Específicos:</p> <p>H_{i1}=Los factores sociodemográficos influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p>	<p>Loncheras no saludables</p> <p>Tipos de alimentos: Energéticos</p> <p>Constructores:</p> <p>Reguladores</p>	<p>- Cantidad: Suficiente</p> <p>Insuficiente</p> <p>- Ingredientes que contiene: Adecuados / Inadecuados.</p> <p>- Nutrientes que contiene: Saludable / No saludable</p> <p>- Variedad: Si / No</p> <p>- Cantidad: Suficiente</p> <p>Insuficiente</p> <p>- Ingredientes que contiene: Adecuados / Inadecuados.</p> <p>Nutrientes que contiene: Saludable / No saludable</p> <p>- Variedad: Si / No</p> <p>- Cantidad: Suficiente</p>	<p>Tipo de Estudio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Por el tipo de análisis y alcance de los resultados el estudio será de tipo descriptivo analítico; ya que los resultados se presentaran tal y conforme se descubren en la recolección de los datos y además no se manipularan las variables. • Según el tiempo de ocurrencia de los hechos y registros de la información, el estudio será de tipo retrospectivo, debido a que los datos se describirán de hechos pasados • Según el periodo y secuencia del

<p>¿Qué factores culturales influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018?</p> <p>¿Qué factores económicos influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018?</p> <p>¿Cuál son los factores familiares que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018?</p>	<ul style="list-style-type: none"> Identificar los factores culturales que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018. Determinar qué factores económicos influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018. Identificar los factores familiares que influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018. 	<p>H₀₁=Los factores sociodemográficos no influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p> <p>H₁₂=Los factores culturales influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p> <p>H₀₂=Los factores culturales no influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p> <p>H₁₃=Los factores económicos influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p> <p>H₀₃= Los factores económicos no influyen en la preparación de loncheras no saludables</p>	<p>Factores Culturales</p> <p>Factores económicos</p> <p>Factores familiares</p>	<p>Insuficiente Ingredientes que contiene: Adecuados / Inadecuados. Nutrientes que contiene: Saludable / No saludable Variedad: Si / No</p> <p>Lonchcera saludable: Si/NO. Valor nutritivo de los alimentos Si/NO. Balance alimentario: Si/NO Costumbres: Selva. Sierra. Costa Posee trabajo: Si /No Ingreso: Alto Medio Bajo Cuenta con dinero para el preparado</p>	<p>estudio; es transversal por lo que se estudiará las variables en un solo periodo de tiempo</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.-</p> <p>El presente trabajo de investigación será el diseño descriptivo correlacional, representado en el siguiente esquema:</p>  <p>Dónde: M = Población de estudio. O = Datos encontrados en la muestra de estudio. x = Factores que influyen en la preparación de loncheras no saludables. r = Relación entre las variables de estudio</p>
--	--	---	--	---	---

		<p>en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p> <p>H_{i4}= Los factores familiares influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p> <p>H_{i4}= Los factores familiares no influyen en la preparación de loncheras no saludables en las madres de la institución educativa inicial 017 Belén Tingo María 2018.</p>	<p>Variables sociodemográficas</p> <p>Edad</p> <p>Grado de instrucción</p> <p>Procedencia</p>	<p>de la lonchera : Si/No Conviviente. Casada Soltero Separado Madre Familiar Empleada</p> <p>Viven con los padres Viven con los suegros. Vive con otros familiares Si No</p> <p>Años cumplidos</p> <p>No estudio.</p> <p>Primaria. Secundaria Superior</p> <p>Rural Urbano marginal Urbana</p>	<p>POBLACION: La población sujeto a estudio del presente trabajo de investigación estará conformada por 175 madres de los niños de la .E.I 017 Belén de Tingo María</p> <p>Tamaño de muestra.- Aplicando la fórmula para el cálculo del tamaño de la muestra resulta: n=120 madres.</p> <p>Tipo de muestreo.- Se realizará el muestreo aleatorio simple</p>
--	--	---	---	---	--

BASE DE DATOS SPSS V.25

Edad	edad_por_grupo_s	Grad_instrucc	Lug_proced	Estado_conyug	Factores_cultur	Factor_cultural_conocimiento	Factor_economico1	Factoeconomico2	Factor_economico3	Factor_familiar1	Factor_familiar2	Factor_familiar3	lonchera_1	lonchera_2	lonchera_3	lonchera_4	lonchera_5	lonchera_genral
44	4	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2
30	2	4	3	1	3	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2
35	3	4	3	1	3	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2
28	2	4	3	1	3	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
58	5	2	2	4	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1
26	2	4	3	1	4	3	2	2	1	1	3	2	2	1	1	1	1	2
28	2	3	3	1	4	3	1	2	1	1	4	2	1	1	1	1	2	2
36	3	4	3	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2
39	3	4	3	2	4	3	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2
36	3	3	3	1	3	2	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2
34	3	3	1	1	2	1	2	3	1	2	3	1	1	1	1	1	2	2
33	3	3	1	4	4	3	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2
31	3	3	1	1	2	1	1	3	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2
22	2	3	3	1	4	3	1	3	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2
33	3	3	1	4	2	1	1	3	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2
34	3	3	3	3	3	2	1	3	2	2	3	1	2	1	2	2	1	2
29	2	3	1	1	3	2	2	3	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2
23	2	3	1	2	4	3	1	1	1	3	2	1	2	2	1	1	1	2
38	3	4	3	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2
24	2	3	1	1	2	1	2	3	1	1	4	2	1	2	1	1	2	2
36	3	3	1	4	3	2	1	3	1	2	3	1	2	2	1	1	1	2
39	3	3	3	1	3	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2
32	3	4	3	2	4	3	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2
29	2	3	1	1	2	1	2	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2
28	2	3	2	4	1	1	1	3	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2
38	3	3	1	4	2	1	1	3	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2
27	2	3	3	1	3	2	2	3	1	1	4	2	1	2	1	1	1	2
36	3	4	3	2	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2
27	2	4	3	2	4	3	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2
28	2	4	3	1	3	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2
37	3	4	3	2	3	2	1	2	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2
26	2	4	3	3	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2
34	3	3	3	1	2	1	1	2	1	1	4	2	1	2	1	1	1	2
26	2	3	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2
31	3	4	3	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2
37	3	3	3	2	3	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2
25	2	3	1	1	3	2	1	3	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2
31	3	4	3	1	3	2	2	3	1	1	4	2	1	2	1	1	2	2
42	4	3	3	1	4	3	2	3	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2

25	2	3	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	1	2	1	1	2	2
22	2	3	3	1	4	3	1	3	1	1	4	2	1	2	2	1	2	2
36	3	3	3	2	2	1	1	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2
27	2	3	1	3	2	1	1	3	1	1	4	2	2	2	2	1	1	2
39	3	3	3	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2
28	2	3	3	1	3	2	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2
38	3	3	1	1	2	1	2	3	2	1	3	2	1	2	1	1	1	2
43	4	3	3	4	4	3	1	3	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2
44	4	3	3	1	3	2	1	3	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2
28	2	4	3	1	3	2	1	2	1	1	4	2	1	2	1	1	2	2
36	3	4	3	1	3	2	2	3	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2
21	2	3	2	1	2	1	1	2	1	1	3	2	1	2	2	1	1	2
22	2	4	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2
55	5	3	3	2	0	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2
23	2	3	1	1	4	3	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2
40	3	4	3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	1	2	2	1	1	2
26	2	2	1	4	3	2	2	3	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2
29	2	4	3	2	3	2	2	2	1	1	4	2	1	1	1	1	2	2
33	3	3	1	1	1	1	1	2	1	1	4	2	1	2	1	2	1	2
40	3	3	1	2	2	1	2	2	1	1	4	2	1	2	1	1	2	2
42	4	4	3	3	4	3	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2
24	2	4	1	1	4	3	1	2	1	1	4	2	1	2	1	1	1	2
36	3	4	3	1	4	3	2	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2
25	2	4	1	3	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2
35	3	3	1	1	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2
28	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2
24	2	3	3	1	4	3	2	3	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2
31	3	3	1	1	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2
34	3	4	3	1	4	3	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2
31	3	3	1	1	3	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2
33	3	4	3	2	3	2	1	2	1	1	4	2	2	2	1	2	1	2
43	4	3	1	1	2	1	2	3	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1
45	4	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1
48	4	3	3	4	3	2	1	3	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2
26	2	4	3	4	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2
48	4	3	1	4	2	1	2	3	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2
24	2	4	3	2	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
23	2	4	3	1	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
22	2	3	3	4	3	2	2	2	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1
37	3	3	3	1	3	2	1	2	1	1	4	2	1	1	1	2	1	1
26	2	4	3	1	3	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1
34	3	4	3	2	3	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2
35	3	3	3	1	3	2	2	3	1	1	4	2	2	2	1	1	1	2
32	3	3	1	4	3	2	2	3	1	1	4	2	2	2	1	1	1	2
67	6	3	1	1	2	1	2	3	1	1	3	2	1	1	1	1	2	2

42	4	3	3	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1
34	3	4	3	2	3	2	1	2	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1
30	2	3	3	1	4	3	2	3	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1
19	1	3	3	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2
21	2	3	1	1	4	3	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2
27	2	4	1	2	2	1	1	2	1	1	4	2	1	1	2	1	1	1
34	3	3	3	1	3	2	1	3	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1
35	3	3	3	1	3	2	2	3	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2
26	2	3	3	1	2	1	2	3	1	1	3	2	1	1	1	1	2	2
26	2	3	3	2	4	3	2	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2
32	3	3	3	2	3	2	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2
22	2	2	1	1	2	1	2	3	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2
44	4	3	1	1	4	3	2	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2
35	3	3	3	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2
27	2	3	3	2	3	2	1	2	1	1	3	2	1	1	2	2	1	1
46	4	3	3	1	4	3	1	3	1	1	4	2	2	1	2	1	1	2
36	3	3	3	2	3	2	2	3	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2
35	3	4	3	2	4	3	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
29	2	3	1	1	4	3	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
37	3	3	1	1	3	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1
28	2	3	1	1	2	1	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1
28	2	3	1	2	3	2	1	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2
21	2	4	3	1	4	3	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2
38	3	3	1	1	3	2	2	3	1	1	3	2	2	2	2	1	1	2
33	3	3	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2
34	3	3	3	2	3	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1
24	2	4	1	1	4	3	2	2	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1
27	2	3	3	1	3	2	1	2	1	1	4	2	1	2	1	2	1	2
25	2	4	3	1	4	3	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	1	2
32	3	4	3	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1
43	4	2	3	2	3	2	2	3	1	1	4	2	1	1	2	2	1	1
22	2	3	3	1	4	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2
27	2	4	3	1	2	1	1	2	1	1	4	1	1	1	2	1	2	2
28	2	2	2	1	4	3	2	3	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1
28	2	3	3	1	2	1	2	3	2	1	3	2	1	2	1	1	2	2
50	4	3	2	2	2	1	1	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2