



**Universidad
Norbert Wiener**

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA EN SALUD
FAMILIAR Y COMUNITARIA**

**EFFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA A PADRES DE
PREESCOLARES PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTOS EN
LA PREPARACIÓN Y CONTENIDO NUTRICIONAL DE LONCHERAS
SALUDABLES**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE ESPECIALISTA EN
ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

Presentado por:

JIMENEZ MEDINA, ELIZABETH ROSSANA

RIVADENEYRA CAMAYO, IVET PATRICIA

ASESOR: Mg. BONILLA ASALDE, CESAR ANTONIO

**LIMA – PERÚ
2019**

DEDICATORIA

A nuestras queridas familias por brindarnos su cariño, educarnos con valores, por su constante apoyo y comprensión

AGRADECIMIENTO

Al Dr. César Bonilla por
contribuir en nuestra
formación profesional,
guiándonos y
motivándonos

Asesor: Mg. Bonilla Asalde César Antonio

JURADO

Presidente : Mg. Rosa Maria

Pretell Aguilar

Secretario : Mg. Ruby Cecilia

Palomino León

Vocal : Mg. Wilmer
Calsin Pacompia

INDICE

Carátula	i
Hoja en blanco	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Asesor	v
Jurado	vi
Índice	vii
Índice de tablas	ix

RESUMEN

x

ABSTRACT

xi

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema

1

1.2. Formulación del problema

4

1.3. Objetivo

4

CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Diseño de estudio: Revisión sistemática

5

2.2. Población y muestra

5

2.3. Procedimiento de recolección de datos

5

2.4. Técnica de análisis

6

2.5. Aspectos éticos

6

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Tablas

7

CAPITULO IV: DISCUSIÓN

4.1. Discusión

20

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

23

5.2. Recomendaciones

23

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

25

ÍNDICE TABLAS

	Pág.
Tabla 1: Estudios revisados sobre Efectividad de una intervencion educativa a padres de preescolares para mejorar el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables.	7
Tabla 2: Resumen de estudios sobre Efectividad de una intervencion educativa a padres de preescolares para mejorar el nivel de conocimientos en la preparacion y contenido nutricional de loncheras saludables.	17

RESUMEN

Objetivo: Sistematizar las evidencias sobre la efectividad de una intervención educativa dirigida a padres de preescolares para mejorar el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables. **Materiales y Métodos:** La revisión sistemática consta de 10 artículos científicos, que evidencian la efectividad de una intervención educativa mejoran el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional en niños preescolares obtenidos de la siguiente base de datos: Pubmed, Scielo, Medline, Ebsco, y Google académico. Fueron analizados según la escala Grade para determinar la fuerza de recomendación y calidad de la evidencia. De los 10 artículos. El 50% es de evidencia moderada, El 40 % es de evidencia alta y el 10% de evidencia baja. **Resultados** De los 10 artículos revisados, el 100 %(10/10) demuestran la efectividad de las intervenciones educativas dirigidas a padres mejoran el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables. **Conclusiones:** Según las evidencias revisadas concluyen que 10 de los 10 artículos revisados demuestran que existe efectividad de las intervenciones educativas dirigidas a padres de preescolares que mejoran el nivel de conocimientos en la

preparación y contenido nutricional de loncheras saludables.

Palabras claves: “Programa educativo”, “Nutricion”, “Nivel de conocimientos”

ABSTRACT

Objective: Systematize the evidence on the effectiveness of an educational intervention aimed at parents of preschoolers to improve the level of knowledge in the preparation and nutritional content of healthy lunch boxes.

Material and /Methods: The systematic review consists of 10 scientific articles, which show the effectiveness of educational interventions to parents of preschoolers on the level of knowledge in the preparation and nutritional content in healthy lunch boxes.

Obtained from the following database: Pubmed, Scielo, Medline, Ebsco, and Google academic. They were analyzed according to the Grade scale to determine the strength of recommendation and quality of the evidence. Of the 10 articles. 50% is of moderate evidence, 40% is of high evidence and 10% is of low evidence. **Results:** Of the 10 articles reviewed, 100% (10/10) demonstrate the effectiveness the educational interventions directed to parents are effective in the knowledge and preparation of the healthy lunchbox content. **Conclusions:** According to the reviewed evidence, he concludes that of the 10 scientific articles reviewed 10/10 show that there is

effectiveness of educational interventions to parents of preschoolers on the level of knowledge in the preparation and nutritional content in healthy lunch boxes.

.

Keywords: "Educational Program ", "Nutrition", " level of knowledge ".

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema.

El inicio de los inconvenientes en el Perú y el mundo en la actualidad, es la mala alimentación infantil, a causa del consumo inadecuado en cantidad y calidad de los productos alimenticios, utilizándose por lo tanto a nivel corporal menor o mayor cantidad de energía, que modifican su funcionamiento y generando alteraciones nutricionales tanto por defecto como por exceso (1).

Hay un alto porcentaje de mala alimentación en los niños pequeños, que tiene efectos graves en su desarrollo, ya que los primeros años de vida son valiosos para su crecimiento y desarrollo, estos niños pertenecen a familias con bajos recursos y también con escaso nivel educativo (2).

La OMS (Organización Mundial de Salud) indica que entre los casos de malnutrición esta la desnutrición, existen alrededor de 115 millones de niños con insuficiencia ponderal (peso por debajo de parámetros normales) y que la desnutrición causa alrededor de un tercio de las muertes infantiles (3).

Según UNICEF (Fondo de Naciones Unidas para la Infancia) advierte que en casos de desnutrición crónica infantil existen cerca de medio millón de niños peruanos menores de 5 años con retardo en el crecimiento (4).

El INEI (Instituto Nacional de Estadísticas e Informática) reporta que la proporción de desnutrición crónica en infantes en el Perú es de 19.5% al 2012 y 18.1% al 2013, a pesar de ello estas cifras no son exactas a lo que viven muchas regiones y zonas rurales pobres que tienen altos índices (5).

Con el fin de incentivar la conservación de la salud en todos los niños fue creada la estrategia de Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia (AIEPI) que ayuda a reducir las principales causas de mortalidad en los niños gracias a la prevención y promoción de la salud siendo este su mayor quehacer en la atención. Su trabajo abarca lo nutricional ayudando en la mejora de conocimientos, en el hogar los cuidados y la atención de los niños que se va a ver reflejado en un crecimiento y desarrollo óptimo (6).

Actualmente Minsa nos informa que las loncheras saludables deben aportar el 10 al 15 % de los requerimientos energéticos al día, estas son importantes y necesarias para los niños en la etapa preescolar y escolar, ya que permiten cubrir necesidades nutricionales, asegurando un rendimiento óptimo en el centro educativo (7).

En el año 2013, en el Perú se registraron casos de desnutrición y obesidad, por lo que se puede determinar que las loncheras probablemente no cumplan su propósito, ya que estaban compuestas de golosinas, galletas y gaseosas en muchos casos. Hay estudios que demuestran que las madres tienden a jerarquizar determinadas comidas que responden a técnicas de marketing y publicidad, en vez de utilizar

las de alto valor nutricional, a veces por falta de conocimientos sobre su importancia (8).

Se han creado diversos programas como Crecimiento y Desarrollo, Qali Warma, el programa articulado nutricional, Crecer entre otros que esta orientado a disminuir la desnutrición crónica en los infantes menores de 5 años y también así mejorar el contenido nutricional de las loncheras (9).

Según Meyer Magarici catedrático de la Universidad Central de Venezuela, la lonchera es: “Cajita portadora de alimentos que contribuyen a que el niño mantenga una dieta balanceada y realmente nutritiva. Debe contener alimentos energéticos, reguladores y constructores. Sus funciones son mantener suficientes reservas de nutrientes durante el día escolar, suministrar alimentos nutritivos que al niño le gusten y crear hábitos saludables de alimentación” (10).

En tanto que del nivel de conocimientos y la preparación del contenido nutricional de loncheras dirigidas a padres de familia influirá en una buena atención que obtendrán los niños, en pro de su alimentación y nutrición saludable, lo cual conlleva a buen desarrollo tanto físico como cognitivo.

1.2. Formulación del problema.

La pregunta que se formulo para la revisión sistemática se ejecuto con la metodología PICO y fue la siguiente:

P = Pregunta/ Problema	I = Intervención	C = Intervención de comparación	O = Outcome Resultados
Pregunta de los padres de preescolares	Intervención educativa a los padres		Efectividad Mejorar el nivel de conocimientos sobre preparación y contenido nutricional de loncheras saludables

¿Cuál es la efectividad de una intervención educativa dirigida a padres de preescolares para mejorar el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables?

1.3. Objetivo

Sistematizar la evidencia sobre la efectividad de una intervención educativa dirigida a padres de preescolares para mejorar el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables.

CAPITULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Diseño de estudio:

Este estudio se realizo llevando a cabo revisiones sistemáticas de estudios originales. Esta es una valiosa herramienta para el análisis de la información científica. Es imprescindible para la práctica en salud basada en la evidencia gracias a su metodología estricta, en la cual se identifican los estudios más sobresalientes (11).

2.2. Población y muestra.

La población la constituye la revisión bibliográfica basada en 10 artículos científicos, publicados e indizados en las bases de datos científicos y con una antigüedad no mayor de diez años, que están difundidos en los idiomas inglés y español.

2.3. Procedimiento de recolección de datos.

La recolección de datos tuvo como tema principal la efectividad de una intervención educativa dirigida a padres de preescolares para mejorar el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables; basadas en artículos de investigaciones tanto nacionales como internacionales que fueron los más relevantes.

El algoritmo de búsqueda sistemática de evidencias fue el siguiente:

Programa educativo AND padres AND Nutricion.

Efectividad AND Intervención educativa AND Niños

Efectividad OR Alimentación OR Niños.

Efectividad OR Padres OR Nutricion.

Base de datos:

Lilacs, Pubmed, Scielo, Medline, Cochrane Plus, etc.

2.4. Técnica de análisis.

El análisis de la revisión sistemática, conformado por la elaboración de una tabla de resumen (Tabla N°1) contiene los principales datos de cada artículo en los cuales se realizó una evaluación crítica e intensiva de cada uno de ellos, luego se determinó la calidad de la evidencia y la fuerza de recomendación para cada artículo, a través del método de grade.

2.5. Aspectos éticos.

Los artículos encontrados pasaron una evaluación crítica que vayan pegadas a las normas técnicas de la bioética en la investigación constatando que los principios éticos estén presentes en la elaboración cada uno de ellos.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Tablas 1: Estudios revisados sobre la Efectividad de una intervención educativa a padres de preescolares para mejorar el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

1. A u t o r	A ñ o	N o m b r e d e l a I n v e s t i g a c i ó	Revista donde se ubica la Publicación	V o l u m e n Y N u m e r o
--------------------------	-------------	--	--	--

n

Quilca G, Ramírez R, Gómez W.

2016

Efectividad de una intervención educativa en el conocimiento de loncheras saludables y su contenido en las madres de preescolares (12).

Ágora Revista Científica
DOI: <http://dx.doi.org/10.21679/arc.v3i1.59>

PERU

Volumen : 3
Número : 1

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de I	Población y	Aspectos ét	Resultados	Conclusión
--------------------	--------------------	--------------------	-------------------	-------------------

Investigación	Muestra	Ítems		
Prerexperimenta	Población: 99 madres	No referido	El estudio arroja que antes de la intervención educativa a el 56% (14) madres tenía un nivel bajo de conocimientos sobre formas de preparación de lonchera saludabl	La intervención educativa logro ser efectiva para mejorar los conocimientos de las madres sobre lonchera saludable, ya que se obtuvo en el total de madres un alto nivel de conocimientos.

s t r a : 2 5 m a d r e s	es, después de la intervenc ión educativ a el 100% (25) madres obtuvier on un nivel alto de conocimi entos sobre la preparac ión de lonchera s.
---	---

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

2. A u t o r	A ñ o	No mb re de la Inv est iga ció n	Revista donde se ubica la Publicación	V o l u m e n Y N ú
--------------------------	-------------	---	--	--

de Investigación	ón y Muestra	s éticos		
Pre experimental	P oblación: 20 madres	No referido	El 80 % de las ma dr es del gr up o ex pe rim ent al obt uv o	El programa educativo tuvo efectividad ya que mejoro el nivel de conocimientos en las madres en la preparación de loncheras saludables y de esta forma mejoro el estado nutricional de los preescolares.

M
u
e
s
t
r
a
:

2
0

m
a
d
r
e
s

un
alt
o
niv
el
de
co
no
ci
mi
ent
os
en
la
pr
ep
ar
aci
ón
de
ali
me
nto
s
qu
e
lle
va
el
niñ
o
en
la
lon
ch
er
a

sal
ud
abl
e
mi
ent
ras
qu
e
ant
es
de
la
apl
ica
ció
n
del
pr
og
ra
ma
ten
ía
un
niv
el
me
dio
en
la
pr
ep
ar
aci
ón
de

ali
me
nto
s
en
lon
ch
er
a
sal
ud
abl
e.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

3. A u t o r	A ñ o	N o m b r e d e l	Revista donde se ubica la Publicación	V o l u m e n Y N
--------------------------	-------------	---	---	---

a
I
n
v
e
s
t
i
g
a
c
i
ó
n

ú
m
e
r
o

V
o
l
u
m
e
n
:
2

N
ú
m
e
r
o
:
1

Chir
inos
J,
Rod
rigu
ez I.

2
0
1
5

Efectividad de una
programa educativo
"Adoptando una
dieta saludable"
basada en Roy en
preescolares de la
institución
educativa: "Un
nuevo mundo"
Pimentel (14).

Salud & Vida
Sipanense

<http://revistas.uss.edu.pe/index.php/SVS/article/view/8>
3

PERU

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

D i s e ñ o d e l n v e s t i g a c i ó n	P o b l a c i ó n y M u e s t r a	A s p e c t o s é t i c o s	R e s u l t a d o s	Conclusión
C u a s i e x p e r i	P o b l a c i ó n : 4	C o n s e n t i m i e	E l g r u p o e x	El programa educativo fue totalmente efectivo, ya que genero gran impacto en mejora de conocimientos y adoptar así una dieta saludable.

m
e
n
t
a
l

0
p
r
e
s
c
o
l
a
r
e
s
2
0
p
a
d
r
e
s
d
e
f
a
m
i
l
i
a
M
u

n
t
o
i
n
f
o
r
m
a
d
o

p
e
r
i
m
e
n
t
a
l
d
e
p
r
e
s
c
o
l
a
r
e
s
o
b
t
u
v
o
u
n

e	4
s	2
t	.
r	5
a	%
:	d
4	e
0	c
p	a
r	l
e	i
e	f
s	i
c	c
o	a
l	c
a	i
r	ó
e	n
s	e
2	x
0	c
p	e
a	l
d	e
r	n
e	t
s	e
d	a
e	c
f	o
a	m

m
i
l
i
a

p
a
r
a
c
i
ó
n

d
e
l

g
r
u
p
o

c
o
n
t
r
o
l

q
u
e

s
o
l
o

o

b
t
u
v
o

e
l

2
.
5
%

d
e

s
i
m
i
l
a
r

c
a
l
i
f
i
c
a
c
i
ó
n

d
e
s
p
u
é
s

d
e

e
j
e
c
u
t
a
d
o

e
l

p
r
o
g
r
a
m
a

e
d
u

c
a
t
i
v
o

p
a
r
a

e
l

m
e
j
o
r
a
m
i
e
n
t
o

e
n

l
a

p
r
e

p
a
r
a
c
i
ó
n

d
e

a
l
i
m
e
n
t
o
s

q
u
e

l
l
e
v
a

e
l

n
i

ño
o

e
n

l
a

l
o
n
c
h
e
r
a

e
s
c
o
l
a
r
.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

4. A u t o	A ñ o	N o m br	Revista donde se ubica la Publicación	V o l u
---------------------	-------------	-------------------	---	------------------

r	e de la In ve sti ga ci ón	m e n Y N ú m e r o
Oro zco J, Rui z A.	2 0 1 4	Efectividad de un programa educativo para mejorar conocimientos sobre alimentación saludable en los niños y niñas de 5 años de una I.E.I de Chiclayo (15).
		Salud & Vida Sipanense
		http://revistas.uss.edu.pe/index.php/SVS/article/view/68
		PERU
		V o l u m e n : 1 N ú m e r o : 1

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de la investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Preexperimenta	Población: 15 años	Consentimiento informado	Se aplicaron pruebas	El programa educativo de alimentación saludable tuvo alto impacto en mejorar los conocimientos en niños y niñas de 5 años sobre el contenido de sus loncheras.

l
u
m
n
o
s

M
u
e
s
t
r
a

:
1
5

a
l
u
m
n
o
s

t
d
o
n
d
e
s
e
o
b
t
u
v
o
e
l
8
0
%

c
o
n
c
a
l
i
f
i
c
a
c
i
ó
n
d
e
M
a

l
o
y
d
e
s
p
u
é
s
d
e
r
e
a
l
i
z
a
d
o
e
l
p
r
o
g
r
a
m
a
e
d
u
c
a
t
i
v

o
e
l
c
a
l
i
f
i
c
a
t
i
v
o
d
e
B
u
e
n
o
t
u
v
o
u
n
r
e
s
u
l
t
a
d
o
a
l
1
0

0
%

e
n
l
a
p
r
e
p
a
r
a
c
i
ó
n
d
e
a
l
i
m
e
n
t
o
s
q
u
e
l
l
e
v
a
e
l

n
i
ñ
o
a
l
a
e
s
c
u
e
l
a
.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

5. A u t o r	A ñ o	N o m b r e d e l a l i n	Revista donde se ubica la Publicación	V o l u m e n Y N ú m e r
--------------------------	-------------	---	---	---

Am
aya
M,
Aris
ta
Y,
Día
z J,
Par
ede
s S.

2
0
1
6

Impacto de
intervenciones
educativas sobre el
estado nutricional
en pre-escolares.
Sector Wichanzao -
Trujillo (16).

Revista Scientia

<http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/UCV-SCIENTIA/article/view/1004>

PERU

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de la investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Preexperimental	Población: 100%	No referido	Al realizarse	Quedo evidenciado el gran impacto de la intervención educativa sobre el estado nutricional de los niños de etapa preescolar del sector Wichanza-La Esperanza Trujillo, ya que el conocimiento de las madres sobre la preparación de

I

d
e

l
o
s

n
i
ñ
o
s

y

p
a
d
r
e
s

d
e

2

c
e
n
t
r
o
s

e

i
n
t
e
r
v
e
n
c
i
ó
n

e
d
u
c
a
t
i
v
a

m
e
j
o
r
o

l
o
s

r
e

las loncheras
mejoro conductas
alimentarias en el
niño.

d
u
c
a
t
i
v
o
s
.
M
u
e
s
t
r
a
:
1
4
7
n
i
ñ
o
s
y
p
a
d
r
e
s

s
u
l
t
a
d
o
s
d
e
m
a
l
n
u
t
r
i
c
i
ó
n
d
e
u
n
2
1
.
0
9
%

,

q
u
e

d
e
s
c
e
n
d
i
ó

a

u
n

1
4

.
9
7

%

a
n
t
e
s

d
e

l
a

i
n
t
e
r
v
e
n
c
i
ó
n

e
d
u
c
a
t
i
v
a

o
b
t
u
v
o

u
n

r
e
s
u
l
t
a
d
o
d
e
p
=
0
.0
3
8
9
(
p
<
0
.0
5
)
c
o
n
l

a

a
p
l
i
c
a
c
i
ó
n

d
e

u
n

t
e
s
t

d
e

M
c
n
e
m
a
r
.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

6. A u t o r	A ñ o	N o m b r e d e l a I n v e s t i g a c i ó n	Revista donde se ubica la Publicación	V o l u m e n Y N u m e r o
Sán che z N, Rey es D, Rey es U, May a A, Rey	2 0 1 0	Conductas para preparar loncheras mediante un programa de intervención educativa sobre nutrición con madres de preescolares (17).	Bol Clin Hosp Infant <a href="https://www.medi
graphic.com/pdfs/
bolclinhosinfson/bi
s-2010/bis101f.pdf">https://www.medi graphic.com/pdfs/ bolclinhosinfson/bi s-2010/bis101f.pdf MEXICO	V o l u m e n : 2 7

es
U,
Rey
es
K,
et
al.

N
ú
m
e
r
o
:
1

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

**D
i
s
e
ñ
o

d
e
l
n
v
e
s
t
i
g
a
c
i
ó
n**

**P
o
b
l
a
c
i
ó
n

y

M
u
e
s
t
r
a**

**A
s
p
e
c
t
o
s

é
t
i
c
o
s**

**R
e
s
u
l
t
a
d
o
s**

Conclusión

C
o
r
r
e
l
a
c
i
o
n
a
l

P
o
b
l
a
c
i
ó
n
:
1
1
9
m
a
d
r
e
s

M
u
e
s
t
r
a
:
1
1
9
m

C
o
n
s
e
n
t
i
m
i
e
n
t
o

i
n
f
o
r
m
a
d
o

S
e

l
o
g
r
o

d
i
s
t
i
n
g
u
i
r

e
n

l
a

e
t
a
p
a

d
e

e
v

El programa de intervención educativa sobre nutrición logró modificar las conductas y practicas alimenticias de las madres mejorando así el contenido de las loncheras de los niños preescolares.

a
d
r
e
s

a
l
u
a
c
i
ó
n

d
e

l
a

i
n
t
e
r
v
e
n
c
i
ó
n

e
d
u
c
a
t
i
v
a

q
u
e
,
1
1
7
m
a
d
r
e
s
p
r
e
p
a
r
a
r
o
n
l
o
n
c
h
e
r
a
s

s
a
l
u
d
a
b
l
e
s

y

2

n
o
,

l
o
g
r
a
n
d
o

u
n

c
a
m
b
i

o
d
e
c
o
n
d
u
c
t
a
e
n
s
u
p
r
e
p
a
r
a
c
i
ó
n
d
e
l
a

m
a
y
o
r
í
a
.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

**7. A
u
t
o
r**

**A
ñ
o**

**N
o
m
b
r
e
d
e
l
a
I
n
v
e
s
t
i
g
a
c
i
ó**

**Revista donde se
ubica la Publicación**

**V
o
l
u
m
e
n

Y

N
u
m
e
r
o**

n

San
tilla
na
E,
Jim
éne
z A,
Bac
ardí
-
Gas
cón
M.

2
0
1
3

Programas para
mejorar el contenido
nutricional de las
fiambreras
(loncheras); revisión
sistemática (18).

Nutrición Hospitalaria

[http://scielo.isciii.es/
scielo.php?script=sci
arttext&pid=S0212-
16112013000600006](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112013000600006)

ESPAÑA

V
o
l
u
m
e
n
:
2
8
N
ú
m
e
r
o
:
6

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

D i s e ñ o d e l	P o b l a c i ó n y	A s p e c t o s é t	R e s u l t a d o s	Conclusión
---	---	---	--	-------------------

Investigación	Muestra	Ítems	Cuantros estudiados cumplieron con	En esta revisión sistemática de muestra un efecto positivo y consistente de los programas de intervención dirigidos a mejorar la calidad de las loncheras escolares y el consumo de frutas y verduras entre los escolares.
Revisión sistemática	Población: 2051 artículos	No referido	Cuantros estudiados cumplieron con	En esta revisión sistemática de muestra un efecto positivo y consistente de los programas de intervención dirigidos a mejorar la calidad de las loncheras escolares y el consumo de frutas y verduras entre los escolares.

i
e
n
t
í
f
i
c
o
s
M
u
e
s
t
r
a
:
3
1
a
r
t
í
c
u
l
o
s
C
i
e
n
t

n
l
o
s
c
r
i
t
e
r
i
o
s
d
e
i
n
c
l
u
s
i
ó
n
. L
a
e
d
a
d
d
e
l
o
s
n
i
ñ

í
f
i
c
o
s

o
s
o
s
c
il
o
d
e
2
. 5
a
1
1
a
ñ
o
s
. E
n
t
o
d
o
s
l
o
s
e
s
t
u
d
i
o

s
s
e
o
b
s
e
r
v
o
u
n
i
n
c
r
e
m
e
n
t
o
s
i
g
n
i
f
i
c
a
t
i
v
o
e
n
e
l

c
o
n
t
e
n
i
d
o
d
e
f
r
u
t
a
s
y
v
e
r
d
u
r
a
s
e
n
l
a
s
l
o
n
c
h
e

r
a
s
e
s
c
o
l
a
r
e
s
e
i
n
c
r
e
m
e
n
t
o
e
n
s
u
c
o
n
s
u
m
o
.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

8. A u t o r	A ñ o	Nom bre de la Inve stig ació n	Revista donde se ubica la Publicación	V o l u m e n Y N u m e r o
Chu nga C.	2 0 1 7	Efectividad de una intervención educativa sobre preparación de loncheras saludables en las madres de niños en edad preescolar de la Institución Educativa Inicial N° 1447 SAN JOSE – LA UNION, MARZO - ABRIL 2017 (19).	CONCYTEC https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RUMP_4ed2394ef61953001b69919dc04aa738/Description#tabnav	V o l u m e n : 6 N ú

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

D i s e ñ o d e l n v e s t i g a c i ó n	P o b l a c i ó n y M u e s t r a	A s p e c t o s é t i c o s	Res ul t a d o s	Conclusión
---	--	---	---	-------------------

P
r
e
e
x
p
e
r
i
m
e
n
t
a
l

<p>P o b l a c i ó n : 5 0 m a d r e s M u e s t r a : 5 0 m a d r</p>	<p>C o n s e n t i m i e n t o i n f o r m a d o</p>	<p>Del 100 % (50) mad res enc uest ada s, ante s de parti cipa r en la inter ven ción edu cati va el 54 % (11) dem ostr aro n un nive l bajo y tan solo el</p>	<p>La intervención educativa sobre preparación de loncheras saludables fue efectiva, pues se evidencio un incremento en el nivel de conocimientos de las madres.</p>
--	---	--	--

e
s

22
%
un
nive
l
alto
de
con
oci
mie
ntos
.
Des
pué
s de
la
inter
ven
ción
edu
cati
va
el
84
%
(52)
evid
enci
aro
n un
nive
l de
con
oci
mie
nto
alto

sobre la preparación de loncheras saludables para lo cual se aplicó el programa educativo a través de la prueba de Chi cuadrado.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

9. A u t o r	A ñ o	N o m b r e d e l a I n v e s t i g a c i ó n	Revista donde se ubica la Publicación	V o l u m e n Y N u m e r o
Cas tro C, Raf ael M, Chu nga J, Var gas N.	2 0 1 3	Efectividad de un programa educativo en el nivel de conocimientos sobre loncheras en madres de preescolares.2008. (20).	Revista Enfermería investigación y desarrollo http://revistas.unitru.edu.pe/index.php/facen f PERU	V o l u m e n : 1 1 N

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

**D
i
s
e
ñ
o

d
e
l
n
v
e
s
t
i
g
a
c
i
ó
n**

**P
o
b
l
a
c
i
ó
n

y

M
u
e
s
t
r
a**

**A
s
p
e
c
t
o
s

é
t
i
c
o
s**

**R
e
s
u
l
t
a
d
o
s**

Conclusión

P r e e x p e r i m e n t a l	P o b l a c i ó n : 5 4 m a d r e s M u e s t r a : 2 7 m a d r e	C o n s e n t i m i e n t o i n f o r m a d o	La a p l i c a c i ó n d e l p r o g r a m a e d u c a t i v o "l o n c h e r a s a n i t a" l o g r o q u e e l 7 7 .8 0 % d e m a d	El estudio muestra que fue efectivo el programa educativo, al mejorar el nivel de conocimientos en las madres de niños con problemas de malnutrición en etapa preescolar.
---	---	---	---	---

s

re
s
al
ca
nc
en
un
ni
ve
l
de
co
no
ci
mi
en
to
s
alt
o,
ya
qu
e
an
te
s
de
la
ap
lic
ac
ió
n
so
lo
el
48

.1
5
%
te
ní
a
un
ni
ve
l
m
ed
io
de
co
no
ci
mi
en
to
s.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

10. A u t o r	A ñ o	No mb re de la	Revista donde se ubica la Publicación	V o l u m
---------------------------	-------------	----------------------------	---	-----------------------

		Inv est iga ció n			e n Y N u m e r o
Rod rigo - Can o S, Sori ano J, Ald as- Man zan o J.	2 0 1 6	Valoracion de la efectividad de la educación alimentaria en niños preescolares, padres y educadores (21).	Revista Española de Nutrición Humana y Dietetica	DOI: <a href="http://dx.doi.org/10.14306/re
nhyd.20.1.182">http://dx.doi .org/10.14306/re nhyd.20.1.182	V o l u m e n : 2 0 N ú m e r o : 1

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de la investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Tranversal	Población: 235	Consentimiento	Los datos	Con este estudio se puede evidenciar un incremento significativo en los conocimientos en los niños y también en los padres sobre la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables.

a
l
u
m
n
o
s

M
u
e
s
t
r
a
:
9
4

a
l
u
m
n
o
s

i
n
f
o
r
m
a
d
o

e
d
i
o
s

d
e
l

p
r
e
t
e
s
t

s
o
n

d
e

6
,
6
7

e
n

u
n

t

o
t
a
l

d
e

5
0
%
,

t
o
d
o
s

s
a
b
í
a
n

q
u
e

c
o
m
e
r

g

o
l
o
s
i
n
a
s
,
s
n
a
c
k
s
,
g
a
s
e
o
s
a
s
o
j
u
g
o
s
e
n

v
a
s
a
d
o
s

n
o

s
o
n

s
a
l
u
d
a
b
l
e
s
.

D
e
s
p
u
é
s

d
e

l
a
s

i
n
t
e
r
v
e
n
c
i
o
n
e
s

s
e

l
o
g
r
o

u
n

i
n
c
r
e

m
e
n
t
o

s
i
g
n
i
f
i
c
a
t
i
v
o

(
T
=
6
.2
6
;

P
<
0
.0
0
1
)

Tabla 2: Resumen de estudios sobre la efectividad de una intervención educativa a padres de preescolares para mejorar el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables.

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencia (según sistemaGRADE)	Fuerza de recomendación	País
P r e e x p e r i m	El estudio arrojo que antes de la intervención educativa el 56% (14) madres tenía un nivel bajo de conocimientos sobre formas de preparación de loncheras saludables, después de la intervención educativa el 100% (25) madres obtuvieron un nivel alto de conocimientos sobre la preparación de loncheras.	M o d e r a d a	D é b i l	P e r ú

e
n
t
a
l

E
f
e
c
t
i
v
i
d
a
d

d
e

u
n
a

i
n
t
e
r
v
e
n
c
i
ó
n

e
d
u
c
a
t
i
v
a

e
n

e
l
c
o
n
o
c
i

m
i
e
n
t
o

d
e

l
o
n
c
h
e
r
a
s

s
a
l
u
d
a
b
l
e
s

y

s
u

c
o
n
t
e
n
i
d
o

e
n

l
a
s

m
a
d
r
e
s

d
e

p
r
e
e
s
c
o
l
a
r
e
s

.

P
r
e

e
x
p
e
r
i
m
e
n
t
a
l

E
f
e
c
t
i
v
i
d
a
d

d
e

u
n

p
r
o
g
r

El 80% de las madres del grupo experimental obtuvo un alto nivel de conocimientos en la preparación de alimentos que lleva el niño en la lonchera saludable mientras que antes de la aplicación del programa tenía un nivel medio en la preparación de alimentos en lonchera saludable.

**M
o
d
e
r
a
d
a**

**D
é
b
i
l**

P
e
r
ú

a
m
a

e
d
u
c
a
t
i
v
o

e
n

e
l
c
o
n
o
c
i
m
i
e
n
t
o

m
a
t
e
r
n
o

s
o
b
r
e

a
l
i
m
e
n
t
a
c
i
ó
n

s
a
l
u
d
a
b
l
e

y

e
s
t
a
d
o

n
u
t
r
i
c
i
o
n
a
l
d
e

p
r
e
e
s
c
o
l
a
r
e
s

C
u
a
s
i
e
x
p
e
r
i
m
e
n

El grupo
experim
ental de
preescol
ares
obtuvo
un
42.5%
de
calificaci
ón
excelent
e a

**M
o
d
e
r
a
d
a**

**D
é
b
i
l**

**P
e
r
ú**

t
a
l

E
f
e
c
t
i
v
i
d
a
d

d
e

u
n
a

p
r
o
g
r
a
m
a

e
d
u
c
a
t
i
v
o

“
A
d
o
p
t
a
n
d
o

u
n
a

d
i

compara
ción del
grupo
control
que solo
obtuvo el
2.5% de
similar
calificaci
ón
después
de
ejecutad
o el
program
a
educativ
o para el
mejoram
iento en
la
preparac
ión de
alimento
s. El
program
a
educativ
o fue
totalmen
te
efectivo,
ya que
genero
gran
impacto
en
mejora
de
conocimi
entos y
adoptar
así una
dieta
saludabl
e.

e
t
a

s
a
l
u
d
a
b
l
e
”
b
a
s
a
d
a

e
n

R
o
y

e
n

p
r
e
e
s
c
o
l
a
r
e
s

d
e

l
a

i
n
s
t
i
t
u
c
i

ón
n

e
d
u
c
a
t
i
v
a
:
“
U
n

n
u
e
v
o

m
u
n
d
o
”
P
i
m
e
n
t
e
I
-

2
0
1
4
.

P
r
e

e
x
p
e
r
i
m
e
n
t

El
program
a
educativ
o de
alimenta
ción
saludabl
e tuvo
alto
impacto
en
mejorar
los

**M
o
d
e
r
a
d
a**

**D
é
b
i
l**

**P
e
r
ú**

a
l

E
f
e
c
t
i
v
i
d
a
d

d
e

u
n

p
r
o
g
r
a
m
a

e
d
u
c
a
t
i
v
o

p
a
r
a

m
e
j
o
r
a
r
c
o
n
o
c
i
m

conocimi
entos en
niños y
niñas de
5 años
sobre el
contenid
o de sus
lonchera
s. Se
aplicó un
pretest
donde
se
obtuvo el
80% con
calificaci
ón de
Malo y
después
de
realizado
el
program
a
educativ
o el
calificativ
o de
Bueno
tuvo un
resultad
o al
100%
sobre
lonchera
s
saludabl
es en los
preescol
ares.

i
e
n
t
o
s

s
o
b
r
e

a
l
i
m
e
n
t
a
c
i
ó
n

s
a
l
u
d
a
b
l
e

e
n

l
o
s

n
i
ñ
o
s

y

n
i
ñ
a
s

d
e

5

a
ñ
o
s

d
e

u
n
a

I
·
E

i
d
e

C
h
i
c
l
a
y
o

-
2
0
1
3

P
r
e

e
x
p
e
r
i
m
e
n
t
a
l

I
m
p

Al realizar la intervención educativa mejoró los resultados de malnutrición de un 21.09%, que descendió a un 14.97 % antes de la

**M
o
d
e
r
a
d
a**

**D
é
b
i
l**

**P
e
r
ú**

a
c
t
o

d
e

i
n
t
e
r
v
e
n
c
i
o
n
e
s

e
d
u
c
a
t
i
v
a
s

s
o
b
r
e

e
l
e
s
t
a
d
o

n
u
t
r
i
c
i
o
n
a

intervención
educativa
obtuvo
un
resultado de $p=0.0389$
($p<0.05$)
con la aplicación de un test de Mcnemar. Quedo evidenciado el gran impacto de la intervención educativa sobre el estado nutricional de los niños de etapa preescolar del sector Wichanzao-La Esperanza Trujillo, ya que el conocimiento de las madres mejoro las conductas alimentarias en el niño.

I
e
n

p
r
e
-
e
s
c
o
l
a
r
e
s
.
S
e
c
t
o
r
W
i
c
h
a
n
z
a
o

-
T
r
u
j
i
l
l
o

C
o
r
r
e
l
a
c
i
o
n
a
l

C

Se logró distinguir en la etapa de evaluación de la intervención educativa que, 117 madres prepararon lonchera

**M
o
d
e
r
a
d
a**

**D
é
b
i
l**

P
e
r
ú

o
n
d
u
c
t
a
s

p
a
r
a

p
r
e
p
a
r
a
r
l
o
n
c
h
e
r
a
s

m
e
d
i
a
n
t
e

u
n

p
r
o
g
r
a
m
a

d
e

i
n
t

s
saludabl
es y 2
no,
logrando
un
cambio
de
conducta
en su
preparac
ión de la
mayoría.
El
program
a de
intervenc
ión
educativ
a sobre
nutrición
logro
modificar
las
conducta
s y
practic
as alimentic
ias de
las
madres,
mejoran
do así el
contenid
o de las
lonchera
s de los
niños
preescol
ares.

e
r
v
e
n
c
i
ó
n

e
d
u
c
a
t
i
v
a

s
o
b
r
e

n
u
t
r
i
c
i
ó
n

c
o
n

m
a
d
r
e
s

d
e

p
r
e
e
s
c
o
l
a

r
e
s
.

R
e
v
i
s
i
ó
n

s
i
s
t
e
m
á
t
i
c
a

P
r
o
g
r
a
m
a
s

p
a
r
a

m
e
j
o
r
a
r
e
l
c
o
n
t
e
n
i
d

Cuatro estudios cumplieron con los criterios de inclusión. La edad de los niños oscilo de 2.5 a 11 años, en todos los estudios se observo un incremento significativo en el contenido de frutas y verduras en las loncheras escolares. El programa educativo tuvo efecto positivo que mejoro la lonchera escolar e incremento el consumo de frutas y verduras en los escolares.

A
l
t
a

F
u
e
r
t
e

E
s
p
a
ña

o
n
u
t
r
i
c
i
o
n
a
l
d
e
l
a
s
f
i
a
m
b
r
e
r
a
s
(
l
o
n
c
h
e
r
a
s
)
;
r
e
v
i
s
i
ó
n
s
i
s
t
e
m
á

t
i
c
a

P
r
e

e
x
p
e
r
i
m
e
n
t
a
l

E
f
e
c
t
i
v
i
d
a
d

d
e

u
n
a

i
n
t
e
r
v
e
n
c
i
ó
n

e
d

De un total de 50 madres encuestadas (100%), antes de participar en la intervención educativa el 54% (11) demostraron un nivel bajo y solo el 22% un nivel alto de conocimientos. Después de la intervención educativa el 84% (52) madres evidenciaron un nivel alto de conocimientos sobre la preparación de loncheras saludables. Este estudio demuestra que la intervención

**M
o
d
e
r
a
d
a**

**D
é
b
i
l**

P
e
r
ú

u
c
a
t
i
v
a

s
o
b
r
e

p
r
e
p
a
r
a
c
i
ó
n

d
e

l
o
n
c
h
e
r
a
s

s
a
l
u
d
a
b
l
e
s

e
n

l
a
s

m
a

educativ
a sobre
preparac
ión de
lonchera
s
saludabl
es fue
efectiva
ya que
evidenci
o un
increme
nto en el
nivel de
conocimi
entos de
las
madres.

d
r
e
s

d
e

n
i
ñ
o
s

e
n

e
d
a
d

p
r
e
e
s
c
o
l
a
r
d
e

l
a

i
n
s
t
i
t
u
c
i
ó
n

E
d
u
c
a
t
i
v
a

I
n
i
c
i
a
l
N
.
1
4
4
7

S
A
N

J
O
S
E

-

L
A

U
N
I
O
N
,
M
A
R
Z
O

-

A
B
R
I
L

2
0
1
7
.

P
r
e

e
x
p
e
r
i
m
e
n
t
a
l

E
f
e
c
t
i
v
i
d
a
d

d
e

u
n

p
r
o
g
r
a
m
a

La
aplicación del
programa
educativo
"lonchera
sanita"
logro
que el
77.8%
de
madres
alcancen
un nivel
de
conocimientos
alto, ya
que
antes de
la
aplicación solo el
48.15%
tenía un
nivel
medio
de
conocimientos. El
estudio
muestra
que fue
efectivo
el
programa
educativo,
al
mejorar

P
e
r
ú

**M
o
d
e
r
a
d
a**

**D
é
b
i
l**

e
d
u
c
a
t
i
v
o

e
n

e
l
n
i
v
e
l
d
e

c
o
n
o
c
i
m
i
e
n
t
o
s

s
o
b
r
e

l
o
n
c
h
e
r
a
s

e
n

m
a

el nivel
de
conocimi
entos en
las
madres
de niños
con
problem
as de
malnutric
ión en
etapa
preescol
ar.

d
r
e
s

d
e

p
r
e
e
s
c
o
l
a
r
e
s
.

D
e
s
c
r
i
p
t
i
v
o

V
a
l
o
r
a
c
i
ó
n

d
e

l
a

e
f
e
c
t

Los
aciertos
medios
del
pretest
son de
6,67 en
un total
de 50%,
todos
sabían
que
comer
golosina
s,
snacks,
gaseosa
s o jugos
envasad
os no
son
saludabl
es. Con
este
estudio
se
puede
evidenci
ar un
increme
nto
significat
ivo en

**B
a
j
a**

**M
u
y
D
é
b
i
l**

E
s
p
a
ña

i
v
i
d
a
d

d
e

l
a

e
d
u
c
a
c
i
ó
n

a
l
i
m
e
n
t
a
r
i
a

e
n

n
i
ñ
o
s

p
r
e
e
s
c
o
l
a
r
e
s
,
p
a

conocimi
entos en
los niños
y
también
en los
padres
sobre la
preparac
ión y
contenid
o
nutricion
al de
lonchera
s
saludabl
es.

CAPITULO IV: DISCUSIÓN

La presente revisión sistemática evidencia 10 estudios que utilizan diferentes instrumentos y consideraciones metodológicas de evaluación de calidad de vida relacionada con la salud. En la búsqueda de datos sobre la efectividad de una intervención educativa mejora el nivel de conocimiento en la preparacion y

contenido nutricional de loncheras saludables en los niños preescolares. Se encontraron diversos artículos científicos de diferentes países. Siendo el 80% de Perú y el 20% de España. Según el diseño de estudio el 10% fue revisión sistemática, 90% Experimental y el 10% descriptivo transversal que coinciden con el resultado esperado en el presente estudio. El 90 % es de evidencia Moderada y el 10% de evidencia baja y para ello se utilizó la base de datos de Scielo, Lilacs, Medline, Ebsco, Cochrane, Dialnet, Pubmed y Google académico. Según los resultados obtenidos se evidencia que del total de 10 artículos revisados el 100% (n=10/10) (12,13,14,15,16,17,18,19,20,21) demuestran la efectividad de una intervención educativa mejora el nivel de conocimiento en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables en los niños preescolares.

Quilca (12) y Chirinos (14); afirman que el nivel de conocimientos se incrementan al realizar un programa educativo y se logran mejorar las prácticas de los padres.

Merino (13) y Amaya (16); muestran que al realizar un programa educativo en madres ayudan a mejorar sus conocimientos sobre alimentación y nutrición, logrando obtener niños saludables.

Otros investigadores plantean que si realizamos intervenciones educativas dirigidas a padres de familia con ello se mejora la preparación de alimentos nutritivos que favorezcan una buena alimentación (17, 21).

Encontramos un estudio de España el cual demostró un efecto positivo de los programas de intervención educativa que mejoró la lonchera escolar e incremento el consumo de frutas y verduras en los escolares (18).

Se evidenció un incremento en el nivel de conocimientos de las madres después de la intervención educativa acerca de la preparación de loncheras saludables (19).

Las intervenciones educativas son efectivas porque generan gran impacto positivo, incrementando conocimientos, modificando actitudes y fortaleciendo las prácticas de las madres, obteniendo así una dieta equilibrada y ayudando a la mejora de la alimentación y nutrición en niños preescolares (20).

Chirinos y Colaboradores (14) mencionan la comparación de calificaciones antes y después de las intervenciones educativas dirigidas a los padres de preescolares y padres de familia en un instrumento donde la enfermera organiza las actividades de enseñanza y aprendizaje que permite orientar a los niños para que logren los objetivos propuestos.

Soriano (21) en su estudio hace referencia a la efectividad de la aplicación del programa educativo porque se mejora en las madres el nivel de conocimientos y por ende se logra mejorar el estado nutricional de los preescolares, evitando complicaciones en su desarrollo.

Quilca (12) considera que el efecto de una intervención educativa sobre el nivel de conocimientos de las madres, mejorando la preparación de las loncheras antes y después de recibir una intervención

educativa, logra obtener buen resultado en el estado nutricional en los niños.

Coronado y Colaboradores (19) abordan acerca de las actitudes maternas positivas sobre alimentación en la preparación de loncheras, las madres al participar de las intervenciones promoverán una buena alimentación y adecuado desarrollo de los niños en beneficio de su buen estado nutricional.

El rol de la enfermera sobre educación acerca de la preparación del contenido nutricional de loncheras saludables contribuye a mejorar los conocimientos en los padres de familia fomentando buenos hábitos alimentarios.

Esta revisión contribuirá a proporcionar evidencia sobre el beneficio de la preparación y el contenido nutricional de las loncheras saludables en los niños preescolares, por parte de los padres, los programas e intervenciones educativas que tienen que seguir incentivándose.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

Según las evidencias revisadas concluye que 10 de los 10 artículos revisados, el 100% (n=10/10) muestra que las intervenciones educativas dirigidas a padres son efectivas para mejorar el nivel de conocimientos en la preparación y contenido nutricional de loncheras saludables. La enfermera cumple un rol importante en el primer nivel de atención, brindando información, sensibilizando sobre sesiones de lonchera saludable en padres de niños preescolares con el fin de mejorar el estado nutricional para disminuir la desnutrición en este grupo de riesgo.

5.2. Recomendaciones

- Con base a las conclusiones de la investigación, se recomienda a las enfermeras especialistas en Salud Familiar que laboran en el primer nivel de atención fortalecer los programas educativos preventivos promocionales dirigidos a los padres de familia para la mejora en la preparación y contenido nutricional de las loncheras saludables mejorando de esa manera el estado nutricional de los niños.

- Realizar Coordinaciones entre los establecimientos de salud y las escuelas para difundir información sobre la preparación, y el contenido nutricional de las loncheras saludables en pro de la mejora del estado nutricional en los niños.
- Crear en los trabajadores de Salud, compromisos y responsabilidad frente a la población como es la educación permanente y continua, para poder llenar los vacíos del conocimiento en el manejo y cuidados en los niños preescolares como forma de mejorar la alimentación saludable.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Araneda M. Definición y características de una alimentación saludable [Internet]. Valparaíso. 2018. [Internet]. (citado el 24 de abril de 2018). Disponible desde: <http://www.edualimentaria.com/alimentacion-saludable-concepto-y-principios>
2. Organización Mundial de la Salud. Alimentación del lactante y del niño pequeño. Ginebra: OMS; 2018 [Internet]. (citado el 16 de febrero de 2018). Disponible desde: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
3. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura y Organización Mundial de la Salud. El Desafío de la Nutrición. Quebec. FAO y OMS; 2018. [Internet]. (citado el 01 de octubre de 2018). Disponible en: <http://www.fao.org/3/ca2024es/CA2024ES.pdf>
4. UNICEF. La desnutrición infantil. Madrid. UNICEF; 2011. [Internet]. (citado en noviembre de 2011). Disponible en: <https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/Dossierdesnutricion.pdf>
5. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Desnutrición crónica infantil en niñas y niños menores de cinco años disminuyó en 3,1 puntos porcentuales. Perú. INEI; 2016. [Internet]. (citado 18 de marzo de 2016). Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/desnutricion-cronica-infantil-en-ninas-y-ninos-menores-de-cinco-anos-disminuyo-en-31-puntos-porcentuales-8963/#url>
6. MINSA. Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia. Perú. AIEPI; 2015. [Internet]. (citado abril de 2015).

Disponible en:
https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/child/imci/es/

7. Promoción de la Seguridad Alimentaria y Nutricional. Perú. PROSAN; 2016. [Internet]. (citado 12 de octubre de 2016). Disponible en: <https://es.wfp.org/publicaciones/prosan-promocion-de-la-seguridad-alimentaria-y-nutricional>
8. Rodríguez M, Estudio del estado nutricional y conductas alimentarias de pobladores mayores de cinco años de edad, distrito Chachapoyas. Amazonas. Peru. Revista Herediana, 2009. [Internet]. (citado 20 de diciembre de 2009). 2(2): 93-98. Disponible en: <https://faenf.cayetano.edu.pe/images/pdf/Revistas/2009/febrero/estado%20nutricional.pdf>
9. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura y Organización Mundial de la Salud. Alimentación escolar. Perú.FAO; 2013. [Internet]. (citado agosto de 2013). Disponible en: <http://www.fao.org/3/as508s/as508s.pdf>
10. Magarici M. Conocimientos y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional. [Internet]. (citado 16 de junio de 2013). Disponible en: <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/4168>
11. Tipos de evidencia científica. [Internet]. (citado 16 de junio de 2017). Disponible en: <https://es.slideshare.net/norelkysespinoza/tipos-de-evidencia-cientifica>
12. Quilca G, Ramírez R, Gómez W. Efectividad de una intervención educativa en el conocimiento de loncheras saludables y su contenido en las madres de preescolares. Ágora Revista Científica. Perú, 2016. 03(01):320-328. Disponible desde: <http://dx.doi.org/10.21679/arc.v3i1.59>

13. Merino B, Chunga J. Efectividad de un programa educativo en el conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional de preescolares. *Sciendo*. Perú, 2018. 21(1):23-32. Disponible desde: <http://dx.doi.org/10.17268/sciendo.2018.003>
14. Chirinos J, Rodríguez I. Efectividad de un programa educativo “Adoptando una dieta saludable” basada en Roy en preescolares de la institución educativa: “Un nuevo mundo” Pimentel – 2014. *Salud & Vida Sipanense*. Perú, 2015. 2(1):44-56. Disponible desde: <http://revistas.uss.edu.pe/index.php/SVS/article/view/83>
15. Orozco J, Ruiz A. Efectividad de un programa educativo para mejorar conocimientos sobre alimentación saludable en los niños y niñas de 5 años de una I.E.I de Chiclayo – 2013. *Salud & Vida Sipanense*. Perú, 2014. 1(1):16-29. Disponible desde: <http://revistas.uss.edu.pe/index.php/SVS/article/view/68>
16. Amaya M, Arista Y, Díaz J, Paredes S. Impacto de intervenciones educativas sobre el estado nutricional en pre-escolares. Sector Wichanzao – Trujillo. *Revista Scientia*. Perú, 2016. 8(1):29-33. Disponible desde: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/UCV-SCIENTIA/article/view/1004>
17. Sánchez N, Reyes D, Reyes U, Maya A, Reyes U, Reyes K. et al. Conductas para preparar loncheras mediante un programa de intervención educativa sobre nutrición con madres de preescolares. *Bol Clin Hosp Infant*. México, 2010. 27(1):30-34. Disponible desde: <https://www.medigraphic.com/pdfs/bolclinhosinfson/bis-2010/bis101f.pdf>
18. Santillana E, Jiménez A, Bacardí-Gascón M. Programas para mejorar el contenido nutricional de las fiambreras (loncheras); revisión

sistemática. *Nutrición Hospitalaria*. España, 2013. 28(6). Disponible desde: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112013000600006

19. Chunga C. Efectividad de una intervención educativa sobre preparación de loncheras saludables en las madres de niños en edad preescolar de la Institución Educativa Inicial N° 1447 SAN JOSE – LA UNION, MARZO - ABRIL 2017. CONCYTEC. Perú, 2017. 6 (1). Disponible desde: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RUMP_4ed2394ef61953001b69919dc04aa738/Description#tabnav
20. Castro C, Rafael M, Chunga J, Vargas N. Efectividad de un programa educativo en el nivel de conocimientos sobre loncheras en madres de preescolares. 2008. *Revista Enfermería investigación y desarrollo*. Perú, 2013. 11(2):24-33. Disponible desde: <http://revistas.unitru.edu.pe/index.php/facenf>
21. Rodrigo-Cano S, Soriano J, Aldas-Manzano J. Valoración de la efectividad de la educación alimentaria en niños preescolares, padres y educadores. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*. España, 2016. 20(1):32-39. Disponible desde: <http://dx.doi.org/10.14306/renhyd.20.1.182>

