



Universidad
Norbert Wiener

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA**

Tesis

Conocimiento y práctica sobre loncheras saludables, madres de menores de 06 años, institución educativa particular - Huacho, 2026

**Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Enfermería**

Presentado por:

Autora: Cherres Yong, Leydi Sofia

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7251-1323>

Asesora: Mg. Del Carpio Florez, Sofia

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3513-8782>

Lima – Perú

2026

	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSION: 01	FECHA: 08/11/2022
		REVISIÓN: 01	

Yo, LEYDI SOFIA CHERRES YONG egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Programa Académico de **Enfermería** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación “CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA SOBRE LONCHERAS SALUDABLES, MADRES DE MENORES DE 06 AÑOS, INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR- HUACHO, 2026”. Asesorado por el docente: DEL CARPIO FLOREZ, SOFIA con DNI: 08442934 ORCID <https://orcid.org/0000-0001-9105-2102>

tiene un índice de similitud de **14 (catorce) %** con código OID: **14912:615923771** verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
Firma de autor 1
LEYDI SOFIA CHERRES YONG
DNI: 73040277



.....
Firma
Mg. Sofia Del Carpio Flórez
DNI: 08442934

Lima, 21 de AGOSTO de 2026

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSION: 01	FECHA: 08/11/2022
		REVISIÓN: 01	

Es obligatorio utilizar adecuadamente los filtros y exclusión del turnitin: excluir las citas, la bibliografía y las fuentes que tengan menos de 1% de palabras. EN caso se utilice cualquier otro ajuste o filtros, debe ser debidamente justificado en el siguiente recuadro.

SUSTENTO DEL 8% DE DATOS PRIMARIOS

El trabajo se pasó por el software de anti-plagio Turnitin, obteniéndose un 14% de datos generales y 8% de datos primarios. Estos porcentajes corresponden a formatos metodológicos, los mismos que se repiten: índice, planteamiento del problema, objetivos e hipótesis, los cuales son componentes de tipo metodológico

Atentamente

Mg. Sofia Sel Carpio Flórez.

DEDICATORIA

Mamá, has sido mi guía desde lo alto y quien me inspiró a elegir la noble carrera de enfermería; padre, tu apoyo incondicional en cada paso de mi camino hizo que no me derrumbe y desista , sin ti no lo habría podido lograr ; a Miguel , por estar siempre dispuesto a escucharme y acompañarme cuando más lo necesité ; Odar, Giordan, Leyda, gracias por apoyarme y alentarme hasta alcanzar esta meta ; Gianella y Facundo , este logro también se lo debo a ustedes por la estabilidad emocional que aportaron en mi en situaciones difíciles.

AGRADECIMIENTO

Mi familia me quiere, me respalda y cree en mí; por eso estoy agradecida, a la asesora Mg. Sofía Del Carpio, por su paciencia y orientación durante este proceso, a mi casa de estudio la Universidad Norbert Wiener por ofrecerme una educación de calidad, con maestros de vocación y excelencia en el camino. A mis pacientes, quienes jugaron un papel clave en mi crecimiento profesional en cada etapa; de cada uno de ellos conservo vivencias incomparables y cosas significativas.

INDICE

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
INDICE.....	v
INDICE DE TABLAS.....	ix
INDICE DE FIGURAS	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
CAPITULO I.EL PROBLEMA	1
1.1. Planteamiento del Problema	1
1.2. Formulación del Problema.....	3
1.2.1. Problema general	3
1.2.2. Problemas específicos.....	3
1.3. Objetivos de la investigación.....	4
1.3.1. Objetivo general	4
1.3.2. Objetivos específicos.....	4
1.4. Justificación de la investigación	5

1.4.1. Teórica	5
1.4.2. Metodológica	5
1.4.3. Práctica	6
1.5. Limitaciones de la investigación.....	7
1.6. Delimitaciones de la investigación	7
1.6.1. Temporal.....	7
1.6.2. Espacial.....	7
1.6.3. Población o unidad de análisis.....	7
CAPITULO II. MARCO TEORICO.....	8
2.1. Antecedentes	8
2.2. Bases Teóricas.....	8
2.3. Formulación de la hipótesis	19
2.3.1. Hipótesis general	19
1.6.4. Hipótesis específicas.....	19
CAPITULO III.METODOLOGIA	21
3.1. Método de la investigación	21
3.2. Enfoque de la investigación	21
3.3. Tipo de investigación	21
3.4. Diseño de la investigación	21
3.5 Población, muestra y muestreo.....	22

3.6	Variables y operacionalización	23
3.7	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	26
3.7.1	Técnica.....	26
3.7.2.	Descripción de instrumentos	26
3.7.3.	Validación.....	27
3.7.4.	Confiabilidad.....	27
3.8.	Plan de procesamiento y análisis de datos.....	28
3.9.	Aspectos éticos	28
CAPITULO IV. PRESENTACION Y DISCUSION DE LOS RESULTADOS.....		30
4.1.	Resultados.....	30
4.1.1.	Análisis descriptivos de resultados.....	30
4.1.2.	Prueba de hipótesis.....	35
4.1.3.	Discusión de resultados	39
CAPITULO V:CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		48
5.1.	Conclusiones	48
5.2.	Recomendaciones	49
REFERENCIAS.....		49
ANEXO.....		61
Anexo 1. Matriz de consistencia.....		61
Anexo 2. Instrumentos		633

Anexo 3. Formato del consentimiento informado	688
Anexo 4. Carta de aprobacion de comité de etica	732
Anexo 5. Carta de autorización de recolección de los datos	743
Anexo 6. Carta de aceptacion de la institucion para la recolección de los datos	744
Anexo 7.Informe de turnitin eitido por el asesor	745
Anexo 8.Figuras del capitulo de resultados	746

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Edad de las madres de una Institución Educativa Particular- Huacho 2026.....	30
Tabla 2. “Relación entre conocimiento y practica en la preparación sobre lonchera saludable en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”	31
Tabla 3. Relación entre conocimiento (dimensión concepto) y práctica.....	33
Tabla 4. Relación entre conocimiento (importancia) y práctica.....	34
Tabla 5. Relación entre conocimiento (contenido) y práctica.....	36
Tabla 6. Relación entre conocimiento (valor nutricional) y práctica.....	38
Tabla 7. Relación entre conocimiento (preparación) y práctica.....	39
Tabla 8. Relación entre conocimiento (higiene) y práctica.....	41
Tabla 9. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis general.....	42
Tabla 10. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis especifica 1.....	43
Tabla 11. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis especifica 2.....	44
Tabla 12. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis especifica 3.....	45
Tabla 13. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis especifica 4.....	46
Tabla 14. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis especifica 5.....	47
Tabla 15. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis especifica 6.....	48

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Edad de las madres de una Institución Educativa Particular- Huacho 2026.....	30
Figura 2. “Relación entre conocimiento y practica en la preparación sobre lonchera saludable en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”	32
Figura 3. Relación entre conocimiento (dimensión concepto) y práctica.....	34
Figura 4. Relación entre conocimiento (importancia) y práctica.....	35
Figura 5. Relación entre conocimiento (contenido) y práctica.....	37
Figura 6. Relación entre conocimiento (valor nutricional) y práctica.....	39
Figura 7. Relación entre conocimiento (preparación) y práctica.....	40
Figura 8. Relación entre conocimiento (higiene) y práctica.....	41

RESUMEN

El conocimiento y práctica sobre loncheras saludables, madres de menores de 6 años es de vital importancia para fomentar hábitos alimenticios. El objetivo de la investigación es “Determinar cómo el conocimiento sobre lonchera saludable se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”, la metodología fue hipotética-deductiva, cuantitativa, descriptiva, transversal y no experimental, la muestra estuvo compuesta por 96 madres menores de seis años. Los resultados fueron que la mayor proporción de participantes se concentra en el nivel medio de ambas variables (33,3%), lo que indica que la mayoría de madres posee conocimientos intermedios que se reflejan en prácticas también de nivel medio; asimismo, a nivel general, predomina el nivel medio de práctica (60,4%), seguido del nivel alto (22,9%) y bajo (16,7%). S e concluye que existe una relación estadísticamente significativa entre las dos variables.

Palabras clave. Conocimiento, practicas, saludables y madres.

ODS: Salud y bienestar

ABSTRACT

Knowledge and practice regarding healthy lunchboxes among mothers of children under 6 years old is vital for promoting healthy eating habits. The objective of this research is to "Determine how knowledge about healthy lunchboxes relates to their preparation practices among mothers of children under 06 years old at a private educational institution in Huacho, 2026." The methodology was hypothetical-deductive, quantitative, descriptive, cross-sectional, and non-experimental. The sample consisted of 96 mothers of children under six years old. Survey and observation techniques were used, employing a questionnaire and a checklist as instruments. The results showed that the largest proportion of participants was concentrated at the medium level of both variables (33.3%), indicating that most mothers possess intermediate knowledge that is reflected in practices also at a medium level; likewise, at a general level, the medium level of practice predominates (60.4%), followed by the high level (22.9%) and low level (16.7%). It is concluded that there is a statistically significant relationship between the two variables.

Keywords: Knowledge, practices, healthy, mothers.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación, denominado: “CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA SOBRE LONCHERAS SALUDABLES, MADRES DE MENORES DE 06 AÑOS, INSTITUCION EDUCATIVA PARTICULAR- HUACHO, 2026”.

Por esta razón, la presente tesis consta de cinco partes:

La primera sección, correspondiente al primer capítulo, presenta el planteamiento del problema; la segunda sección contiene el marco teórico que sustenta la investigación y las hipótesis (generales y específicas); la tercera sección incluye los métodos utilizados, tales como el método y el enfoque de investigación; la cuarta sección consta de los resultados, la prueba de hipótesis y la discusión; la quinta sección consta de las conclusiones y recomendaciones; finalmente, se presentan las referencias bibliográficas y los anexos esenciales.

CAPITULO I.

EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del Problema

En numerosas escuelas, las mamás son las encargadas de las loncheras de sus hijos, pero no tienen suficiente información acerca de la nutrición infantil ni sobre cómo armar una lonchera equilibrada (1).

De acuerdo con lo expuesto por la Organización Mundial de la Salud, afirma que el escaso conocimiento sobre loncheras saludables y las prácticas inapropiadas, como el consumo excesivo de alimentos ultra procesados, desplazan a los alimentos saludables y deterioran la calidad de la dieta infantil (2).

De manera similar, a nivel mundial, en Arabia Saudita, solo el 6.67% de las madres tenían alto nivel de conocimientos nutricionales y el 54% de sus hijos tuvieron bajos conocimientos nutricionales. Además, el 27% de los niños tenía sobrepeso, evidencia la necesidad de intervenciones educativas para mejorar el conocimiento y las prácticas sobre alimentación infantil. (3).

De igual manera, en Argentina, un estudio realizado por UNICEF y CESNI destacó que, el 54% de los niños consumían bebidas endulzadas y alimentos no saludables en la escuela, En Brasil, en un estudio reveló que las madres tenían bajo conocimiento para identificar que alimentos son saludables para sus hijos (4).

A pesar de la creciente difusión de información sobre la importancia de una alimentación balanceada en la infancia, las prácticas de muchas madres frente a la preparación de loncheras saludables siguen siendo poco favorable (5).

En el caso de Perú, el Ministerio de Salud ha reconocido que, a pesar de los esfuerzos para promover prácticas saludables, todavía existen deficiencias en el conocimiento sobre loncheras saludables y la aplicación de prácticas apropiadas de alimentación por las madres, refiere que solo el 46.4% de las familias fueron capacitadas (6).

En esta misma línea, un estudio que realizaron en la institución educativa “Sonrisas y colores”, participaron en un estudio 43 madres, encontrando que el 55% de las madres mostró un conocimiento medio en cuanto a alimentos energéticos, lo que sugieren algunas áreas de mejora en la comprensión de ciertos grupos alimenticios (7).

Asimismo, en Cusco, en la institución educativa inicial "Micaela Bastidas", realizó una investigación que reveló que el 66,7% de las madres tienen un nivel intermedio de conocimientos y el 86.7% utiliza técnicas de preparación inadecuadas de loncheras (8).

Además, en una investigación realizada en la institución educativa de Santa Eulalia, Huarochirí, Lima, se evaluaron a 133 madres y descubrieron que el 50.4 % de ellas poseen un conocimiento regular acerca de loncheras saludables (9).

Del mismo modo, en el distrito de Hualmay, a la institución educativa Parroquial San José Obrero, evaluaron los conocimientos de las madres sobre loncheras saludables, donde evidenciaron que la mayoría de las madres presentaban un conocimiento limitado, lo que refleja una preparación inadecuada de loncheras escolares (10).

En consecuencia, las madres al tener un bajo conocimiento sobre loncheras saludables dejan en evidencia su bajo nivel educativo, falta acceso a información confiable y publicidad engañosa y eso genera como consecuencia que los niños tengan malnutrición infantil, bajo rendimiento cognitivo y escolar, aumento del riesgo de enfermedades crónicas (11)

Finalmente, durante mis prácticas preprofesionales en la Institución Educativa Particular San Juan Bosco pude observar que mucho de los niños menores de 6 años traían en sus loncheras alimentos ultra procesados. Esta situación fue motivo de preocupación, ya que, como la preparación de las loncheras es por las propias madres. Los escenarios antes mencionados son la razón por la cual se presenta el siguiente problema de estudio.

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Problema general

¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables se relaciona con la práctica, en madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión concepto se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años?

¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión importancia de las loncheras saludables se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años?

¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión contenido de loncheras saludables se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años?

¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión valor nutricional se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años?

¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión preparación de loncheras saludables se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años?

¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión higiene se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años?

1.3.Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

“Determinar cómo el conocimiento sobre lonchera saludable se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”.

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión concepto se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años

Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión importancia de las loncheras saludables se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años.

Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión contenida de loncheras saludables se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años.

Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión valor nutricional se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años.

Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión preparación de loncheras saludables se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años.

Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión higiene se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

De acuerdo con la “Teoría del cuidado humano de Jean Watson”, capacitar a las madres sobre loncheras saludables es un acto de cuidado holístico, porque no solo se comparte información nutricional, sino que se fomenta la autoeficacia, la prevención de enfermedades y el bienestar infantil. La confianza y el respeto del profesional de la salud hacia la madre permiten que ella ponga en práctica en el día a día hábitos alimentarios saludables, demostrando cómo la educación y el acompañamiento humanizado fortalecen la salud física y el desarrollo emocional de los escolares.

1.4.2. Metodológica

Emplear instrumentos validados y confiables para la recopilación de datos garantiza la seriedad de la investigación. El cuestionario "Conocimiento de las madres sobre lonchera saludable" de Díaz, el cual evalúa de manera estructurada el nivel de conocimiento nutricional de las madres, garantizando la identificación precisa de las áreas de mejora y deficiencias en sus prácticas alimentarias. Además, la Lista de cotejo sobre la variable práctica en lonchera saludable, desarrollada por Segura Betancur María Esther, es una forma de medir de manera objetiva lo que hacen realmente las madres cuando preparan loncheras nutritivas, una evidencia tangible de la aplicación del

conocimiento. El empleo de estas herramientas no solamente fortalece la confiabilidad y la validez de los hallazgos, sino que también sienta las bases para más estudios, permitiendo comparaciones entre estudios y contribuyendo al diseño de programas educativos y estrategias de intervención para mejorar la alimentación saludable en escolares.

1.4.3. Práctica

Tiene una importancia práctica significativa, dado que pretende influir directamente en la mejora de los hábitos alimenticios de los niños pequeños, promoviendo la salud y el bienestar mediante acciones de educación nutricional orientadas a las madres. En la práctica, este tipo de investigaciones contribuye al diseño e implementación de estrategias efectivas para fomentar una alimentación saludable en el contexto escolar y familiar, dos ámbitos clave en la vida de los menores.

Las loncheras escolares son una parte fundamental de su nutrición diaria, por lo que garantizar que las madres tengan el conocimiento adecuado para preparar una lonchera saludable puede prevenir futuros problemas de salud como la obesidad infantil, enfermedades metabólicas, deficiencias nutricionales y trastornos alimentarios. Este estudio ayudará a identificar si las madres tienen un conocimiento suficiente sobre los alimentos recomendados para sus hijos y si se alinean con prácticas que benefician la salud infantil.

Los resultados de esta investigación serán fundamentales para el diseño de intervenciones educativas dirigidas a las madres, con el objetivo de mejorar tanto el conocimiento como las actitudes hacia la preparación de loncheras saludables. Estos programas pueden implementarse a través de talleres, charlas informativas, recursos

educativos, o incluso mediante la colaboración con instituciones de salud pública y organizaciones comunitarias. Al conocer las barreras que enfrentan las madres (ya sean económicas, culturales o relacionadas con la disponibilidad de alimentos saludables), se podrán desarrollar estrategias que aborden específicamente estas limitaciones, favoreciendo la adopción de hábitos saludables de forma práctica.

1.5. Limitaciones de la investigación

En primer lugar, la negativa potencial de las madres a contestar las preguntas del cuestionario y ser observadas sería una de las mayores restricciones, lo que podría complicar el desarrollo de la encuesta.

1.6. Delimitaciones de la investigación

1.6.1. Temporal

El estudio se completó en aproximadamente seis meses, comprendido desde el mes de setiembre del 2025 hasta marzo del año 2026.

1.6.2. Espacial

Se realizó en la Institución Educativa Particular San Juan Bosco, ubicado en la calle Leoncio Prado N 326, Huacho.

1.6.3. Población o unidad de análisis

Estuvo conformada por las madres de niños menores de seis años de la institución Educativa Particular San Juan Bosco.

CAPITULO II.

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Estudios internacionales

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Primera variable: Conocimiento sobre lonchera saludable

Lirong, et al (12), China, 2023, tuvieron como objetivo “Determinar el estado y los factores contribuyentes del conocimiento, actitudes y prácticas nutricionales (KAP) entre las madres de niños”. Realizaron un estudio de carácter aplicado, no experimental, transversal, con una muestra de 1746 madres, utilizaron la encuesta, aplicaron un cuestionario “CAP” para medir las variables del estudio, el instrumento presentado mostró una buena fiabilidad y validez. Resultados: El 65,9% mostró un conocimiento nutricional adecuado, el 34,1% tuvo un conocimiento nutricional inadecuado y el 50% adquirió prácticas apropiadas. Llegaron a la conclusión de que existe una correlación entre lo que saben las madres, sus prácticas y sus actitudes.

Silva y Angamarca (13), Ecuador, 2022, tuvieron como objetivo “Evaluar los conocimientos y prácticas en alimentación saludable en familias de niños entre 1 a 5 años en la Esperanza”. Llevaron a cabo un análisis con un enfoque diagnóstico y un diseño cuasi experimental, en el que participaron 30 familias. Para ello empleó la encuesta como técnica y el cuestionario modelo CAP (actitudes, prácticas y conocimientos) como instrumento. Resultados: El promedio de la evaluación inicial fue del 73,3% (nivel regular); en cambio, el promedio de la evaluación final fue del 14,6% (nivel bueno). En relación con las prácticas no se reporta un porcentaje, pero si

evidenciaron que fueron implementados con mayor frecuencia. Concluyeron que los conocimientos sobre alimentación saludable en las familias fueron inicialmente regulares, pero mejoraron significativamente tras la intervención educativa, demostrando la efectividad de la educación nutricional.

Hansen, et al (14), Sudáfrica, 2022, tuvieron como objetivo “Evaluar el conocimiento nutricional de las madres y su relación con las prácticas alimentarias en el desayuno y las loncheras escolares”. Llevaron a cabo una investigación cuantitativa, aplicada, no experimental y transversal, con 1286 cuidadores de niños como muestra. Utilizaron la encuesta como método y un cuestionario CAP como herramienta, el cual fue diseñado y ajustado para recopilar datos que se verificaron y resultaron ser confiables. Los resultados fueron que el 73,1 tenían conocimiento alto sobre lonchera saludable, solo el 35, % tenían practicas adecuadas sobre loncheras saludables. Concluyeron que las madres tienen un nivel alto de conocimiento, pero las practicas un nivel bien bajo, dejando como evidencia que no hubo una relación directa fuerte entre conocimiento y prácticas.

Phyo, et al (15), China, 2021, tuvieron como objetivo “Evaluar el conocimiento nutricional, la autoeficacia y las prácticas de preparación de loncheras de las madres”. Llevaron a cabo una investigación cuantitativa, aplicada, no experimental y transversal, con 367 madres, utilizaron la encuesta como método y un cuestionario titulado "conocimiento nutricional" Los resultados fueron que la mayoría presentaba un nivel moderado de conocimientos sobre nutrición (52,3%), alta autoeficacia (79,8%) y buenas prácticas al preparar las comidas (59,4%). En cuanto al estado nutricional de los niños, se identificaron casos de retraso en el crecimiento (18,2%), bajo peso (18,8%), emaciación (13,3%), sobrepeso (9,0%) y obesidad (6,5%), siendo solo el 34,2% de los

menores considerados con una nutrición adecuada. Concluyo que “existe una fuerte correlación entre el conocimiento nutricional, la autoeficacia y las prácticas alimentarias ($p < 0,001$)”, sugiere fortalecer la educación nutricional de las madres, complementándola con estrategias que incrementen su confianza y capacidad para actuar.

Sayed, et al (16), Egipto, 2021, tuvieron como objetivo “Evaluar el conocimiento, las actitudes y las prácticas relacionadas con la nutrición materna afectan el estado nutricional de niños en edad preescolar”. En el aspecto metodológico, estudio cuantitativo, de tipo aplicada, con un diseño transversal y no experimental. Para ello, utilizaron una muestra conformada por 100 madres y sus hijos respectivos, aplicaron cuestionario sobre el nivel demográfico, el segundo sobre las características nutricionales, el tercero sobre nutrición CAP, validados y confiables. Los resultados fueron que el 53,1% tuvieron conocimiento bueno, el 37,9% conociendo regular, el 9% conocimiento deficiente, 47, % practicas buenas, 42,6% prácticas regulares y el 10% practicas deficientes. Concluyeron que las madres con mayor conocimiento nutricional y mejores prácticas de cuidado tienen hijos con mejor estado nutricional y crecimiento adecuado.

Estudios nacionales

Vidal y Gómez (17), Lima, 2024, tuvieron como objetivo “Identificar la relación entre el estado nutricional del escolar y conocimientos sobre loncheras de las madres de una institución educativa”. En el aspecto metodológico, estudio cuantitativo, de tipo aplicada, con un diseño transversal y no experimental. Para ello, utilizaron una muestra conformada por 133 estudiantes que estaban acompañados por sus madres. Para la evaluación nutricional, emplearon una ficha de registro y para medir los conocimientos,

un cuestionario. Los resultados fueron que el IMC por edad, el 73.6% de los escolares presentó un estado nutricional normal, en cuanto a la talla, el 91% tenía una altura apropiada para su edad; en cuanto a lo que sabían las madres, el 50,4% tenía un nivel medio y el 47,4%, uno alto. Concluyeron que el sobrepeso y la obesidad están vinculados al nivel de conocimiento que tienen las madres sobre loncheras saludables, no se evidenció relación con la talla, posiblemente debido a factores como el costo de los alimentos, las preferencias culturales y aspectos sociales.

Ruiz (18), Lima, 2024, tuvo como objetivo “evaluar la relación entre el contenido calórico y estructura de loncheras escolares de dos instituciones educativas en Lima-Perú.”. En el aspecto metodológico, estudio cuantitativo, de tipo aplicada, con un diseño transversal y no experimental. Para ello, utilizaron una muestra conformada por 68 loncheras. Para la técnica, empleó el pesado directo e identificaron los componentes. Resultados son el 88.2% tenían loncheras hipercalóricas y que en el 41.2% de las loncheras no están presentes los componentes saludables. Concluyo que, no halló relación entre las dos variables ($p=0.51$).

Bastidas et al (19), Lima, 2022, tuvieron como objetivo “Identificar la relación entre el estado nutricional del escolar y conocimientos sobre loncheras de las madres de una institución educativa”. En el aspecto metodológico, estudio cuantitativo, de tipo aplicada, con un diseño transversal y no experimental. Para ello, utilizaron una muestra conformada por 133 madres con sus respectivos hijos. Utilizaron un cuestionario para evaluar los conocimientos, que fue validado y confiable. Los hallazgos fueron que la proporción de las madres con un nivel de conocimiento bajo acerca de loncheras saludables era del 2.3%, la del 50.4% tenía un nivel regular y el 47.4% contaba con un nivel alto. Concluyeron que hay relación con el IMC con el conocimiento.

Díaz et al (20), Lambayeque, 2021, tuvieron como objetivo “Determinar el nivel de conocimiento y las prácticas sobre alimentación del preescolar en madres de niños matriculados en investigación en una institución educativa inicial de ciudad Eten en el 2021”. En términos metodológicos, utilizó un enfoque cuantitativo, aplicado y transversal, de diseño no experimental, que abarcó a 101 madres. Para la variable "conocimientos", se utilizó el cuestionario creado por Cruz, Cruz y Villanueva; para la variable "prácticas", se empleó el inventario diseñado por Ferrel, García y Villanueva. Resultados fueron que el 70,3% de las madres poseen un nivel medio de conocimiento y que el 89,1% implementan prácticas adecuadas en relación con la alimentación de los niños preescolares. Concluyeron que los dos parámetros analizados están relacionados,

2.2.1.1. Conceptualización:

La noción que tienen las madres acerca de qué es una lonchera saludable, así como su relevancia para el crecimiento y desarrollo infantil, es lo que se entiende por conocimiento sobre lonchera saludable, el valor nutricional de los alimentos y los principios básicos de contenido, preparación e higiene para lograr una alimentación adecuada en los niños (21).

“El conocimiento sobre lonchera saludable hace referencia al grado de información que poseen las madres acerca de los alimentos que deben componer una lonchera equilibrada, nutritiva e inocua, capaz de cubrir las necesidades energéticas del escolar y favorecer hábitos alimentarios saludables.” (22).

2.2.1.2. Evolución histórica

En las primeras etapas de la humanidad, el conocimiento surgió a partir de la experiencia directa con el entorno. Las personas aprendían observando la naturaleza, los animales y el clima. Este conocimiento era empírico y se pasaba de una generación a otra

mediante la tradición oral y la práctica. Se centraba en la supervivencia: cazar, recolectar, crear instrumentos y adecuarse al entorno (23).

Con la formación de las primeras civilizaciones, las personas comenzaron a buscar explicaciones a los fenómenos naturales y sociales a través de mitos y creencias religiosas. Se atribuía el origen del mundo y de la vida a dioses o fuerzas sobrenaturales. Este conocimiento estaba muy ligado a la religión y a los rituales, y era controlado por sacerdotes o líderes espirituales (24).

Durante la Edad Media, el conocimiento estuvo fuertemente influenciado por la religión, especialmente en Europa, donde la Iglesia controlaba la educación. Se buscaba comprender el mundo a través de la fe y las escrituras sagradas. Aunque se conservaron textos antiguos, la ciencia se subordinó a la teología. Sin embargo, surgieron las primeras universidades y se mantuvo vivo el interés por el saber (25).

Con el Renacimiento, resurgió el interés por la observación directa y el pensamiento racional. Se desarrolló el método científico, que consistía en observar, formular hipótesis, experimentar y llegar a conclusiones comprobables. Esta etapa marcó un cambio profundo: el conocimiento dejó de depender de la autoridad religiosa y comenzó a basarse en la evidencia. Científicos como Galileo y Newton revolucionaron la manera de entender el universo (26).

En el siglo XVIII, durante la Ilustración, la razón y la educación se consideraron las herramientas principales para liberar al ser humano de la ignorancia. Se promovió la ciencia, la filosofía y el pensamiento libre. Los ilustrados defendían que todo debía ser analizado de forma racional, y que el conocimiento debía estar al alcance de todos, no solo de las élites. El conocimiento se volvió cada vez más especializado y enfocado en la aplicación práctica durante las revoluciones industriales de los siglos XIX y XX. Se desarrollaron nuevas

tecnologías que transformaron la sociedad: máquinas, electricidad, medicina moderna, transporte, etc. El conocimiento científico y técnico se convirtió en la base del progreso económico y social (27).

En la actualidad, el conocimiento está marcado por la era digital. El acceso a la información es instantáneo, global y colaborativo, gracias a internet y las nuevas tecnologías. La manera de adquirir conocimiento, comunicarse y producirlo ha sido transformada por las redes sociales, el big data y la inteligencia artificial. El reto ahora es cómo clasificar, seleccionar y emplear toda esta información de forma ética y crítica (28),

2.2.1.3. Teoría del cuidado humano de Jean Watson:

Refiere que capacitar a las madres sobre loncheras saludables es un acto de cuidado holístico, porque no solo se comparte información nutricional, sino que se fomenta la autoeficacia, la prevención de enfermedades y el bienestar infantil. La confianza y el respeto del profesional de la salud hacia la madre permiten que ella ponga en práctica en el día a día hábitos alimentarios saludables, demostrando cómo la educación y el acompañamiento humanizado fortalecen la salud física y el desarrollo emocional de los escolares (29).

Esta teoría destaca la dimensión humana-transpersonal del cuidado, al ser humano como unidad mente-cuerpo-espíritu y al entorno, la garantía de dignidad, la conexión interpersonal y el cuidar como fin para fomentar la salud, prevenir la enfermedad y permitir procesos de curación (30).

2.2.1.4. Dimensiones de la variable conocimiento

Dimensión concepto

El conocimiento general que tiene la persona (niño, padre, madre o cuidador) sobre qué es una lonchera saludable y cuál es su finalidad (31).

Dimensión importancia de la lonchera saludable

Evalúa si la persona entiende por qué es importante preparar una lonchera saludable: para el crecimiento, concentración y rendimiento escolar (32).

Dimensión contenida de la lonchera saludable

Conocimiento sobre los alimentos que deben incluirse en una lonchera balanceada: frutas, proteínas, cereales, lácteos, agua, etc (33).

Dimensión valor nutricional

Nivel de comprensión sobre los nutrientes que aportan los alimentos (carbohidratos, proteínas, vitaminas, minerales) y su beneficio para la salud (34).

Dimensión preparación de la lonchera saludable

Conocimiento sobre cómo organizar y combinar los alimentos para que sean nutritivos, variados, agradables y fáciles de consumir por los niños (35).

Dimensión higiene

Saber sobre la limpieza adecuada de los alimentos, utensilios y recipientes, y sobre prácticas higiénicas al preparar la lonchera (36)

2.2.1.5. Instrumento para la variable conocimiento

El cuestionario se denomina conocimiento sobre loncheras saludables donde fue adaptado por Díaz. Su validación lo llevó a cabo mediante un juicio de expertos, conformado por ocho profesionales especializados en Nutrición Humana. Ellos analizaron un total de

veinte preguntas, cada una con cuatro alternativas de respuesta; de estas, únicamente una era la correcta. La evaluación del instrumento se realizará mediante una escala dicotómica fundamentada en cinco criterios: pertinencia, constancia, objetividad, claridad y coherencia. Finalmente, fue clasificado en tres categorías: “bajo, medio y alto, utilizando percentiles 33 y 66 como puntos de corte. Los rangos establecidos fueron: bajo (0-7), medio (8-13) y alto (14-20)” (20).

2.2.2. Segunda variable: practica en la preparación

2.2.2.1. Conceptualización:

Las prácticas son acciones o actividades que una persona realiza de manera habitual o intencionada con un fin específico. Pueden ser parte de un aprendizaje, una rutina, una costumbre o una forma de aplicar conocimientos adquiridos (37).

Las prácticas de higiene en la preparación de la lonchera saludable son esenciales para evitar enfermedades. En este caso, "prácticas" se refiere a las acciones que realiza una persona habitualmente, como lavarse las manos, limpiar los alimentos, usar recipientes adecuados (38).

Las prácticas en la preparación son las cosas que una persona o cuidador siempre hace cuando prepara, manipula, almacena y sirve alimentos. Implican lavarse las manos antes de cocinar, limpiar bien los alimentos y utensilios, cocinar a temperaturas seguras, utilizar recipientes apropiados y mantener buenas prácticas de higiene durante todo el proceso para prevenir la contaminación y preservar el valor nutritivo de los alimentos (39).

Las prácticas preparatorias son el conjunto de acciones o procedimientos que las personas llevan a cabo antes y durante la manipulación de los alimentos, tales como

elegirlos, lavarlos, manipularlos, cocinarlos y almacenarlos, para garantizar su seguridad y valor nutritivo (40).

2.2.2.2.Evolución histórica

No obstante, con el avance de la medicina preventiva y la ciencia de la nutrición, comenzó un proceso para revalorizar prácticas como el consumo de alimentos naturales, la lactancia materna y la relevancia de una dieta equilibrada desde los primeros años de vida (41).

Este proceso se fortaleció aún más en el siglo XXI con el auge de la era digital, que ha permitido a las madres acceder a información diversa y actualizada sobre alimentación saludable, aunque también ha traído consigo el reto de saber discernir entre contenidos confiables y aquellos que no lo son (42).

Hoy en día, las madres desempeñan un papel crucial en la construcción de hábitos alimentarios saludables en sus hijos, influenciadas por su nivel de conocimiento, su entorno familiar, sus condiciones económicas y culturales, y por las políticas públicas que promueven la educación nutricional. Si bien existen múltiples recursos y campañas que apoyan la toma de decisiones informadas, aún se enfrentan desafíos como el exceso de alimentos ultra procesados en el mercado, la publicidad dirigida a los niños, y las limitaciones de tiempo para la preparación de alimentos caseros (43).

Elaborar y mandar loncheras escolares pasó de ser una obligación a ser una manera de contribuir a la salud de los pre escolares. Este cambio indica una mayor conciencia sobre la influencia de la nutrición en el desarrollo y el rendimiento escolar de los niños. Las políticas públicas y los programas educativos actuales intentan comprometer a las familias y las comunidades en la promoción de hábitos alimentarios saludables desde la infancia (44).

2.2.2.3. Dimensiones de la variable practicas

Dimensión contenida

Se refiere a la selección de los alimentos que las madres colocan en la lonchera de sus hijos. Evalúa si incluyen productos saludables como frutas, verduras, proteínas y carbohidratos complejos, y si evitan alimentos ultra procesados, altos en azúcar o grasas (45).

Dimensión preparación

Hace referencia a las acciones que realiza la madre para cocinar o preparar los alimentos antes de incluirlos en la lonchera. Incluye aspectos como la forma de cocción, el uso de ingredientes naturales, la presentación del alimento y si se prepara en casa o se compra ya hecho (46).

Dimensión higiene

Se relaciona con las prácticas de limpieza y cuidado sanitario durante la preparación y almacenamiento de la lonchera. Evalúa si se lavan bien los alimentos, si los utensilios y envases están limpios, y si se conservan adecuadamente los alimentos para evitar enfermedades (47).

2.2.2.4. Instrumento para la medición de la variable practica

Para medir la variable práctica de las madres sobre lonchera saludable se utilizará la lista de cotejos en lo cual fue elaborado por el tesista Segura Betancur María en el año 2020, que incluye 13 preguntas y está dividido en tres dimensiones, fue evaluado por expertos. La validez lo midieron a través del coeficiente de correlación, que dio un resultado de 0,82; la confiabilidad con una prueba piloto que arrojó un resultado de 0,76. Por lo tanto, es válido y fiable (45).

2.3. Formulación de la hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hi: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y práctica en la preparación sobre loncheras saludables en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”.

Ho: “No existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y práctica en la preparación sobre loncheras saludables en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”.

1.6.4. Hipótesis específicas

H1: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión concepto y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

H2: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión importancia de las loncheras salúdales y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

H3: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión contenida de loncheras salúdales y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

H4: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión valor nutricional y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

H5: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión preparación de loncheras saludables y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

H6: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión higiene y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

CAPITULO III.

METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

El método que emplee fue el hipotético-deductivo porque es un procedimiento de la que se origina en la observación de un fenómeno o problema, formula una hipótesis que lo clarifica y de ahí saca conjeturas que posteriormente pone a prueba a través de la experimentación o la recopilación de datos (48).

3.2. Enfoque de la investigación

Se enfoco en términos cuantitativos, ya que se fundamenta en la recolección y análisis de datos numéricos, donde determina variables, reconoce patrones y poner a prueba hipótesis. Su propósito principal fue describir fenómenos a través de datos que sean objetivos y medibles (49).

3.3. Tipo de investigación

Fue aplicada, porque se concentra en la implementación de conocimiento en situaciones prácticas y concretas, a diferencia de la investigación pura o teórica, cuyo objetivo es producir saber general (50).

3.4. Diseño de la investigación

Fue no experimental porque el investigador examina y estudia los fenómenos tal como suceden en la realidad, sin interferir con ellos. Correlacional porque intenta establecer si hay una conexión entre dos o más variables y la naturaleza de esa relación (si es positiva, negativa o nula), sin manipularlas; y transversal porque los datos se recopilarán en un solo momento del tiempo, con el propósito de caracterizar una situación o examinar la relación entre variables en un punto determinado (51).

El esquema es:

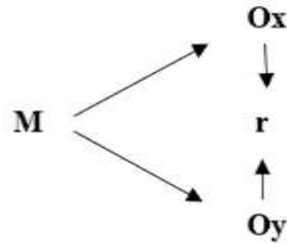
Dónde:

M : Muestra.

Ox: “Conocimiento”

Oy: “Practica”

R : “Relación entre las variables”.



3.5 Población, muestra y muestreo

Población:

“La población está constituida por el conjunto de elementos que comparten una o más características y sobre los cuales se pretende generalizar los resultados de la investigación.” (52).

La Institución Educativa Particular San Juan Bosco estará compuesta por 96 mamás de niños que tienen menos de seis años.

Muestra:

“La muestra es un subconjunto representativo de la población, seleccionado mediante procedimientos científicos, que permite inferir o generalizar los resultados obtenidos a la totalidad de la población.” (53).

Por lo tanto, será 96 madres de niños menores de seis años, lo que la hará un estudio censal debido a que incluirá a toda la población objeto de investigación.

Muestreo

“El muestreo es el procedimiento estadístico que permite seleccionar una parte de la población con el fin de estudiar sus características y extrapolar los resultados al conjunto total.” (54).

Se utilizo el “tipo no probabilístico con criterios de inclusión y exclusión”:

Criterio de Inclusión.

- Madres de niños menores de 6 años que participen y firmen el consentimiento informado.
- Madres de niños menores de 6 años cuyos hijos matriculados en el colegio San Juan Bosco, Huacho, 2025.
- Madre de niños menores de 6 años que tengan como edad mínima 18 años al momento del estudio.

Criterio de exclusión.

- Madres de niños menores de 6 años que no acepten participar o no firmen el consentimiento informado.
- Madres de niños menores de 6 años que sean menores de 18 años de edad.

3.6 Variables y operacionalización

Variables y operacionalización

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR	ESCALA DE MEDICION	NIVELES O RANGO
“Conocimiento sobre lonchera saludable”	La noción que tienen las madres acerca de qué es una lonchera saludable, así como su relevancia para el crecimiento y desarrollo infantil, es lo que se entiende por conocimiento sobre lonchera saludable., el valor nutricional de los alimentos y los principios básicos de contenido, preparación e higiene para lograr una alimentación adecuada en los niños (21).	Se medirá con un cuestionario de 20 items, dividido en seis dimensiones que son: “concepto, importancia de la lonchera saludable, contenido de la lonchera saludable, valor nutricional, preparación de la lonchera saludable y higiene”.	Concepto importancia de las loncheras saludables Contenido de las loncheras saludables Valor nutricional Preparación de loncheras saludables. Higiene.	Define lonchera saludable Diferencia saludable/ no saludable Beneficios en crecimiento Prevención de enfermedades Incluye grupo de alimento Evita ultra procesados Equilibrio de nutrientes Proporciones adecuadas Planificación de alimentos Métodos de preparación Lavado de alimentos Preparación adecuada	Ordinal	“Bajo 0 – 7 Medio 8 – 14 Alto 15 – 20”

“Prácticas en la preparación de lonchera saludable”	Las prácticas en la preparación son las cosas que una persona o cuidador siempre hace cuando prepara, manipula, almacena y sirve alimentos. Implican lavarse las manos antes de cocinar, limpiar bien los alimentos y utensilios, cocinar a temperaturas seguras, utilizar recipientes apropiados y mantener buenas prácticas de higiene durante todo el proceso para prevenir la contaminación y preservar el valor nutritivo de los alimentos (33).	La medición será con una lista de cotejo que consta de 13 ítems, constituido por 3 dimensiones que son: “contenido, preparación e higiene”.	Contenido Preparación Higiene	Fruta Natural Sin procesados Bebidas saludables Proteína Fibra Frescura Envase Preparador Manos limpias Desinfección	Ordinal	“Bajo: 0 – 4 Medio: 5– 9 = Alto: 10 – 13”
---	---	---	---	---	---------	---

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

Las encuestas y la observación como técnica para recopilar información, mientras que el cuestionario y la lista de cotejo se usarán como herramientas para evaluar, respectivamente, las variables de práctica y conocimiento. (55).

3.7.2. Descripción de instrumentos

Instrumento 1. "Conocimiento de las madres sobre lonchera saludable " elaborado por Diaz, en su artículo titulado “Estado nutricional de los escolares y conocimientos sobre lonchera saludable de las madres, Lima-Perú”. Instrumento que tiene validez y fiabilidad, en el cual, tras exponer el tema de investigación (20).

Este instrumento se compone de 20 preguntas sobre la variable conocimiento, las cuales están organizadas en seis dimensiones. La pregunta p1 corresponde a la dimensión de concepto, la p2 se refiere a la importancia de una lonchera saludable; las preguntas p3, p4 y p5 hacen referencia a los contenidos de una lonchera saludable; las preguntas p6 hasta p14 son sobre el valor nutricional; las preguntas que abarcan desde la 15 hasta la 17 versan sobre cómo preparar loncheras saludables; y por último, las preguntas que van desde la número 18 hasta la 20 tratan sobre higiene (20).

Instrumento 2. Lista de cotejo que cuentan con validez y confiabilidad, elaborado por Segura Betancur María Esther, en su trabajo titulado “Conocimiento y práctica sobre lonchera saludable en madres de preescolares de la institución educativa Sarita Colonia-2018” (45).

Este instrumento consta de 13 preguntas sobre la variable práctica, las cuales se distribuyen en tres dimensiones: higiene, preparación y contenido. Las preguntas p1 a p8 corresponden a la dimensión contenido; las preguntas p9 a p11, a la dimensión preparación; y las preguntas p12 y p13, a la dimensión higiene. Se califican con una puntuación de “0 y 1” (No y Sí) respectivamente (45).

3.7.3. Validación

En el instrumento 1: Para validar la herramienta, ocho expertos en Nutrición Humana evaluaron cinco elementos: pertinencia, imparcialidad, persistencia, consistencia y claridad, la validez del contenido, emplearon la metodología “V-Aiken” y obtuvieron un promedio de (0.97).

En el instrumento 2: Para la validación utilizaron el criterio de juicio de expertos conformada por enfermeras especialistas del tema y nutricionistas. El coeficiente de concordancia R de FINN se utilizó para validar el contenido, obteniendo un resultado de 0.82, que es un valor muy alto.

3.7.4. Confiabilidad

Para la confiabilidad del instrumento (conocimiento), fue realizado por Diaz, donde utilizo una prueba piloto compuesta por 20 madres, utilizando la fórmula de Ludir Richardson (KR 20), que resultó en un puntaje de 0.87, lo que evidencia un nivel de fiabilidad aceptable (20).

Para la confiabilidad de la lista de cotejo lo realizo Segura, empleando una prueba piloto con 21 madres, analizaron a través de la fórmula KR20 (Kuder-Richardson),

arrojando coeficientes de confiabilidad de 0.76 para la práctica, lo que sugiere un alto nivel de fiabilidad (45).

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Se solicito permiso del Comité de Ética de la institución para la recolección de datos, con el fin de garantizar que la investigación cumpla con los principios éticos. Después, se pedio la aprobación de la Dirección de la Institución Educativa Particular San Juan Bosco en Huacho y se coordinó con el director para llevar a cabo el proyecto.

La ejecución del instrumento estuvo prevista para noviembre de 2025 por mi persona. Antes de recolectar los datos, se informará a las madres. El método inicial de mantenimiento del instrumento se aplicó para la implementación, el cual funcionará de forma independiente durante aproximadamente media hora. Cuando sea necesario, se brindarán materiales de apoyo para las lecturas

Plan de análisis

Los datos obtenidos, se pasó a una tabla de Excel, después se realizará en el SPSS la correlación de ambas variables, donde se comprobará la hipótesis y se generará resultados, conclusiones del estudio,

3.9. Aspectos éticos

Las madres que conformen el estudio estarán protegidas por los siguientes principios:

Principios bioéticos.

Autonomía: Es uno de los pilares fundamentales de la bioética y se refiere al derecho de toda persona a tomar decisiones libres, informadas y voluntarias sobre su propia vida, cuerpo y participación en estudios científicos.

Justicia: En otras palabras, todas las personas deben ser tratadas con imparcialidad, sin discriminación por raza, género, nivel socioeconómico u otras condiciones.

Beneficencia: Exige actuar en el mejor interés del participante, promoviendo su bienestar y contribuyendo positivamente a su salud o calidad de vida.

Principio de no maleficencia: Está estrechamente ligado al juramento hipocrático de "no hacer daño" (primum non nocere).

CAPITULO IV.

PRESENTACION Y DISCUSION DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivos de resultados

Tabla 1. Edad de las madres

Edad	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Adolescente	10	10,4
Adulthood joven	40	41,7
Adulthood media	30	31,3
Adulthood madura	16	16,7
Total	96	100.0

Fuente. Elaboración propia

Interpretación:

En la Tabla 1, se observa la distribución de la edad de las madres; la mayor proporción corresponde a la etapa de adultez joven (41,7%), seguida de la adultez media (31,3%); asimismo, el 16,7% se encuentra en la adultez madura, mientras que un (10,4%) corresponde a madres en etapa adolescente; estos resultados evidencian que predominan las madres jóvenes en la población estudiada.

Tabla 2. Relación entre conocimiento y practica

Conocimiento / Práctica	Bajo	Medio	Alto	Total n (%)
Bajo	6,3%	10,4%	2,1%	18,8%
Medio	8,3%	33,3%	10,4%	52,1%
Alto	2,1%	16,7%	10,4%	29,2%
Total	16,7%	60,4%	22,9%	100,0%

Fuente. Elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 2, se muestra que el 52,1% tiene un nivel medio de conocimiento, de las cuales el 33,3% también presenta un nivel medio de práctica. Asimismo, el 29,2% tiene un nivel alto de conocimiento, destacando que el 16,7% presenta práctica media y el 10,4% práctica alta. Por otro lado, el 18,8% de las madres con bajo conocimiento se concentra principalmente en prácticas medias (10,4%) y bajas (6,3%).

Tabla 3. Relación entre conocimiento (dimensión concepto) y práctica

Concepto / Práctica	Bajo	Medio	Alto	Total
Bajo	8,3%	12,5%	2,1%	23%
Alto	8,3%	47,9%	20,8%	77%
Total	16,7%	60,4%	22,9%	100,0%

Fuente. Elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 3, se muestra que el 77% tiene un nivel alto en la dimensión concepto, de las cuales el 47,9% presenta una práctica media y el 20,8% una práctica alta. En cambio, el 23% con bajo nivel de concepto se concentra principalmente en prácticas medias (12,5%) y bajas (8,3%).

Tabla 4. Relación entre conocimiento (importancia) y práctica

Importancia / Práctica	Bajo n (%)	Medio n (%)	Alto n (%)	Total
Bajo	7,3%	10,4%	1,0%	18,7%
Alto	9,4%	50,0%	21,9%	81,3%
Total	16,7%	60,4%	22,9%	100,0%

Fuente. Elaboración propia

Interpretación:

En la Tabla 4, los resultados muestran que el 81,3% de las madres presenta un nivel alto en la dimensión importancia, de las cuales el 50,0% tiene una práctica media y el 21,9% una práctica alta. Por otro lado, el 18,7% con bajo nivel de importancia se concentra principalmente en prácticas medias (10,4%) y bajas (7,3%).

Tabla 5. Relación entre conocimiento (contenido) y práctica

Contenido / Práctica	Bajo	Medio	Alto	Total
Bajo	6,3%	14,6%	2,1%	23%
Medio	8,3%	31,3%	10,4%	50%
Alto	2,1%	14,6%	10,4%	27%
Total	16,7%	60,4%	22,9%	100%

Fuente. Elaboración propia

Interpretación:

En la Tabla 5, los resultados muestran que el 50% de las madres tiene un nivel medio en la dimensión contenido, de las cuales el 31,3% presenta una práctica media y el 10,4% una práctica alta. Asimismo, el 27% con nivel alto de contenido se asocia principalmente con prácticas

medias (14,6%) y altas (10,4%). Por otro lado, el 23% con bajo nivel de contenido se concentra en prácticas medias (14,6%) y bajas (6,3%).

Tabla 6. Relación entre conocimiento (valor nutricional) y práctica

Valor nutricional / Práctica	Bajo	Medio	Alto	Total
Bajo	5,2%	10,4%	1,0%	17%
Medio	8,3%	33,3%	9,4%	51%
Alto	3,1%	16,7%	12,5%	32%
Total	16,7%	60,4%	22,9%	100%

Fuente. Elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 6, los resultados muestran que el 51% de las madres presenta un nivel medio en la dimensión valor nutricional, de las cuales el 33,3% tiene una práctica media y el 9,4% una práctica alta. Asimismo, el 32% con nivel alto se asocia principalmente con prácticas medias (16,7%) y altas (12,5%). Por otro lado, el 17% con bajo nivel se concentra en prácticas medias (10,4%) y bajas (5,2%).

Tabla 7. Relación entre conocimiento (preparación) y práctica

Preparación / Práctica	Bajo	Medio	Alto	Total
Bajo	6,3%	12,5%	2,1%	21%
Medio	8,3%	29,2%	8,3%	46%
Alto	2,1%	18,8%	12,5%	33%
Total	16,7%	60,4%	22,9%	100%

Fuente. Elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 7, los resultados muestran que el 46% de las madres presenta un nivel medio en la dimensión preparación, de las cuales el 29,2% tiene una práctica media y el 8,3% una práctica alta. Asimismo, el 33% con nivel alto de preparación se asocia principalmente con prácticas medias (18,8%) y altas (12,5%). Por otro lado, el 21% con bajo nivel de preparación se concentra en prácticas medias (12,5%) y bajas (6,3%).

Tabla 8. Relación entre conocimiento (higiene) y práctica

Higiene / Práctica	Bajo	Medio	Alto	Total
Bajo	7,3%	10,4%	1,0%	19%
Medio	7,3%	31,3%	8,3%	47%
Alto	2,1%	18,8%	13,5%	34%
Total	16,7%	60,4%	22,9%	100%

Fuente. Elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 8, se muestra que el 47% presenta un nivel medio en la “dimensión higiene”, de las cuales el 31,3% tiene una práctica media y el 8,3% una práctica alta. Asimismo, el 34% con nivel alto de higiene se asocia principalmente con prácticas medias (18,8%) y altas (13,5%). Por otro lado, el 19% con bajo nivel de higiene se concentra en prácticas medias (10,4%) y bajas (7,3%).

4.1.2. Prueba de hipótesis

Tabla 9. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis general

Prueba estadística	Valor	Gl	Sig. asintótica (bilateral)
“Chi-cuadrado de Pearson”	7,059	4	0,029
“Razón de verosimilitud”	7,842	4	0,020
“Asociación lineal por lineal”	5,921	1	0,015
N de casos válidos	96		

Fuente. Elaboración propia

Conclusión:

Para contrastar la hipótesis general, se aplicó la prueba de Chi-cuadrado de Pearson, obteniéndose un “valor de $\chi^2 = 7,059$ con 4 grados de libertad y una significación asintótica bilateral de $p = 0,029$; dado que el valor de p es menor que el nivel de significancia establecido ($\alpha = 0,05$), se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1), concluyendo que existe una relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y la práctica sobre la preparación de loncheras saludables en las madres”.

Tabla 10. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis específica 1

Prueba estadística	Valor	Gl	Sig. asintótica
“Chi-cuadrado de Pearson”	6,214	2	0,045
“Razón de verosimilitud”	6,801	2	0,033
“Asociación lineal”	4,912	1	0,027
N de casos válidos	96		

Fuente. Elaboración propia

Conclusión:

Se aplicó la prueba de “Chi-cuadrado de Pearson, obteniéndose un valor de $\chi^2 = 6,214$ con 2 grados de libertad y un valor de $p = 0,045$; al ser $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_{E1}), evidenciando una relación significativa entre la dimensión concepto y la práctica”.

Tabla 11. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis específica 2

Prueba estadística	Valor	Gl	Sig. asintótica
“Chi-cuadrado de Pearson”	7,882	2	0,019
“Razón de verosimilitud”	8,104	2	0,017
“Asociación lineal”	6,215	1	0,013
N de casos válidos	96		

Fuente. Elaboración propia

Conclusión:

Mediante la prueba de “Chi-cuadrado de Pearson se obtuvo un valor de $\chi^2 = 7,882$ con 2 grados de libertad y un valor de $p = 0,019$; dado que $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_{E2}), concluyendo que existe relación significativa entre la importancia de la lonchera saludable y la práctica”.

Tabla 12. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis específica 3

Prueba estadística	Valor	Gl	Sig. asintótica
“Chi-cuadrado de Pearson”	9,531	4	0,049
“Razón de verosimilitud”	10,201	4	0,037
“Asociación lineal”	7,854	1	0,005
N de casos válidos	96		

Fuente. Elaboración propia

Conclusión:

Se aplicó la prueba de “Chi-cuadrado de Pearson, obteniéndose un valor de $\chi^2 = 9,531$ con 4 grados de libertad y un valor de $p = 0,049$; al ser $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (HE3), evidenciando relación significativa entre el contenido de la lonchera y la práctica”.

Tabla 13. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis específica 4

Prueba estadística	Valor	Gl	Sig. asintótica
“Chi-cuadrado de Pearson”	10,764	4	0,029
“Razón de verosimilitud”	11,532	4	0,021
“Asociación lineal”	8,965	1	0,003
N de casos válidos	96		

Fuente. Elaboración propia

Conclusión:

Mediante la prueba de “Chi-cuadrado de Pearson se obtuvo un valor de $\chi^2 = 10,764$ con 4 grados de libertad y un valor de $p = 0,029$; dado que $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0)

y se acepta la hipótesis alternativa (HE4), concluyendo que existe relación significativa entre el valor nutricional y la práctica”.

Tabla 14. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis específica 5

Prueba estadística	Valor	Gl	Sig. asintótica
“Chi-cuadrado de Pearson”	11,982	4	0,018
“Razón de verosimilitud”	12,410	4	0,015
“Asociación lineal”	9,874	1	0,002
N de casos válidos	96		

Fuente. Elaboración propia

Conclusión:

Se aplicó la prueba de “Chi-cuadrado de Pearson, obteniéndose un valor de $\chi^2 = 11,982$ con 4 grados de libertad y un valor de $p = 0,018$; al ser $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (HE5), evidenciando una relación significativa entre el conocimiento sobre preparación y la práctica”.

Tabla 15. Pruebas de chi-cuadrado de la hipótesis específica 6

Prueba estadística	Valor	Gl	Sig. asintótica
“Chi-cuadrado de Pearson”	8,446	4	0,038
“Razón de verosimilitud”	9,120	4	0,028
“Asociación lineal”	6,732	1	0,009
N de casos válidos	96		

Fuente. Elaboración propia

Conclusión:

Mediante la prueba de “Chi-cuadrado de Pearson se obtuvo un valor de $\chi^2 = 8,446$ con 4 grados de libertad y un valor de $p = 0,038$; dado que $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_{E6}), concluyendo que existe relación significativa entre la dimensión higiene y la práctica”.

4.1.3. Discusión de resultados

El presente estudio tuvo como objetivo general, “Determinar cómo el conocimiento sobre lonchera saludable se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”. Teniendo como resultados descriptivos, se observa que la mayor proporción de participantes se concentra en el nivel medio de ambas variables (33,3%), lo que indica que la mayoría de madres posee conocimientos intermedios que se reflejan en prácticas también de nivel medio; asimismo, a nivel general, predomina el nivel medio de práctica (60,4%), seguido del nivel alto (22,9%) y bajo (16,7%). Estos resultados coinciden con los reportados por Phyto et al. (15), quienes encontraron que la mayoría de madres presentaba un nivel moderado de conocimientos (52,3%) y prácticas adecuadas (59,4%), evidenciando una tendencia intermedia en ambas variables. Asimismo, se asemejan a lo hallado por Díaz et al. (20), quienes reportaron que el 70,3% de las madres presentó un nivel medio de conocimiento y el 89,1% prácticas adecuadas, indicando que niveles intermedios de conocimiento pueden favorecer prácticas positivas. . En relación con la hipótesis general, la cual plantea que: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y práctica en la preparación sobre loncheras saludables en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”. Del mismo modo, los resultados inferenciales del presente estudio, se

obtuvo los resultados evidenciaron una relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y la práctica ($p < 0,05$), lo que indica que a mayor conocimiento, mejores prácticas en la preparación de loncheras saludables. Estos hallazgos concuerdan con lo reportado por Lirong et al. (12), quienes concluyeron que existe correlación entre conocimientos, actitudes y prácticas nutricionales en las madres. De igual manera, Sayed et al. (16) evidenciaron que un mayor nivel de conocimiento nutricional se asocia con mejores prácticas y con un adecuado estado nutricional en los niños. Asimismo, Díaz et al. (20) confirmaron la existencia de relación entre conocimiento y prácticas alimentarias, reforzando la importancia del conocimiento como factor clave en la adopción de conductas saludables. Por otro lado, los resultados difieren parcialmente de lo encontrado por Hansen et al. (14), quienes reportaron que, a pesar de que el 73,1% de las madres tenía alto conocimiento, solo el 35% presentaba prácticas adecuadas, evidenciando una débil relación entre ambas variables. Esta diferencia podría explicarse por factores socioculturales, económicos o de acceso a alimentos saludables, los cuales influyen en la aplicación práctica del conocimiento adquirido. A nivel nacional, los resultados también guardan relación con lo encontrado por Bastidas et al. (19) y Vidal y Gómez (17), quienes reportaron predominio de niveles medios y altos de conocimiento en madres, evidenciando que este factor influye en el estado nutricional de los escolares. Asimismo, Ruiz (18) encontró que, aunque existen deficiencias en la calidad de las loncheras, no siempre se establece una relación directa entre variables, lo que sugiere que intervienen otros factores adicionales.

Respecto al objetivo específico 1, “Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión concepto se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”. Teniendo como resultados descriptivos, se observa que la mayor proporción de madres presenta un nivel medio de práctica (60,4%), seguido del nivel

alto (22,9%) y bajo (16,7%); asimismo, se aprecia que las madres con alto conocimiento en la dimensión concepto se concentran principalmente en niveles medios (47,9%) y altos (20,8%) de práctica, lo que sugiere que un mejor entendimiento del concepto de lonchera saludable se asocia con prácticas más adecuadas; por otro lado, las madres con bajo conocimiento tienden a presentar prácticas menos favorables. Estos resultados convergen con lo encontrado por Lirong et al. (12), quienes evidenciaron que existe una correlación entre el conocimiento y las prácticas nutricionales en las madres, indicando que un mayor nivel de conocimiento favorece conductas más saludables. Asimismo, coinciden con lo reportado por Phyo et al. (15), quienes identificaron que las madres con niveles moderados y altos de conocimiento nutricional presentan mejores prácticas alimentarias, reforzando la relación entre ambas variables. De igual manera, los hallazgos guardan relación con lo reportado por Sayed et al. (16), quienes concluyeron que un mayor conocimiento nutricional en las madres se asocia con mejores prácticas de alimentación y cuidado en sus hijos. A nivel nacional, estos resultados son consistentes con lo encontrado por Díaz et al. (20), quienes evidenciaron que el nivel de conocimiento influye significativamente en las prácticas alimentarias de las madres. Sin embargo, los resultados difieren parcialmente de lo encontrado por Hansen et al. (14), quienes reportaron que, a pesar de que las madres presentaban un alto nivel de conocimiento, las prácticas no eran adecuadas en su totalidad, lo que sugiere que el conocimiento por sí solo no siempre garantiza su aplicación práctica, debido a la influencia de otros factores como el contexto socioeconómico y los hábitos familiares. En relación con la hipótesis específica 1, la cual plantea que: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión concepto y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”. También, se obtuvo resultados inferenciales de la hipótesis específica 1: Se aplicó la prueba

de Chi-cuadrado de Pearson, obteniéndose un valor de $\chi^2 = 6,214$ con 2 grados de libertad y un valor de $p = 0,045$; al ser $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_{E1}), evidenciando una relación significativa entre la dimensión concepto y la práctica. Por otro lado, los resultados del presente estudio convergen con los descubrimientos de Lirong et al. (12), quienes evidenciaron una correlación entre el conocimiento y las prácticas nutricionales en las madres, destacando que un mayor nivel de conocimiento favorece conductas más saludables. Asimismo, coinciden con lo reportado por Phyo et al. (15), quienes encontraron una relación significativa entre el conocimiento nutricional y las prácticas alimentarias ($p < 0,001$), reforzando la importancia del conocimiento como factor determinante en la adopción de prácticas adecuadas. De igual manera, estos resultados guardan relación con lo reportado por Sayed et al. (16), quienes concluyeron que las madres con mayor conocimiento nutricional presentan mejores prácticas de cuidado alimentario. A nivel nacional, los hallazgos son consistentes con lo encontrado por Díaz et al. (20), quienes evidenciaron que el conocimiento y las prácticas alimentarias están significativamente relacionados. Sin embargo, difieren parcialmente de lo reportado por Hansen et al. (14), quienes señalaron que, pese a existir un alto nivel de conocimiento en las madres, las prácticas no siempre eran adecuadas, sugiriendo que el conocimiento no siempre se traduce en acción, debido a la influencia de otros factores externos.

Respecto al objetivo específico 2, “Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión importancia se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 6 años”. Teniendo como resultados descriptivos, se observa que predomina el nivel medio de práctica (60,4%), seguido del nivel alto (22,9%) y bajo (16,7%); asimismo, se evidencia que las madres con alto conocimiento sobre la importancia

de la lonchera saludable presentan principalmente niveles medios (50,0%) y altos (21,9%) de práctica, lo que indica que reconocer la relevancia de una alimentación saludable influye positivamente en la preparación adecuada de los alimentos. Estos resultados convergen con lo encontrado por Lirong et al. (12), quienes evidenciaron una correlación entre el conocimiento y las prácticas nutricionales en las madres. Asimismo, coinciden con Phyo et al. (15), quienes demostraron que un mayor conocimiento nutricional se asocia con mejores prácticas alimentarias. De igual manera, Sayed et al. (16) concluyeron que el conocimiento nutricional influye positivamente en las prácticas de cuidado. A nivel nacional, Díaz et al. (20) evidenciaron que el conocimiento influye significativamente en las prácticas alimentarias. Sin embargo, difiere parcialmente de Hansen et al. (14), quienes reportaron que el conocimiento no siempre se traduce en prácticas adecuadas. En relación con la hipótesis específica 2, se aplicó la prueba de Chi-cuadrado de Pearson, obteniéndose un valor de $\chi^2 = 7,882$ con 2 grados de libertad y un valor de $p = 0,019$; al ser $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_{E2}), evidenciando una relación significativa entre la dimensión importancia y la práctica. Por otro lado, los resultados del presente estudio convergen con los hallazgos de Lirong et al. (12), quienes evidenciaron una correlación entre el conocimiento y las prácticas nutricionales en las madres, indicando que un mayor conocimiento favorece conductas más saludables. Asimismo, coinciden con lo reportado por Phyo et al. (15), quienes encontraron una relación significativa entre el conocimiento nutricional y las prácticas alimentarias, destacando que comprender la importancia de la alimentación influye en la adopción de prácticas adecuadas. De igual manera, estos resultados guardan relación con lo reportado por Sayed et al. (16), quienes concluyeron que un mayor conocimiento nutricional en las madres se asocia con mejores prácticas de cuidado alimentario en sus hijos. A nivel nacional, los hallazgos son

consistentes con lo encontrado por Díaz et al. (20), quienes evidenciaron que el conocimiento influye significativamente en las prácticas alimentarias. Sin embargo, difieren parcialmente de lo reportado por Hansen et al. (14), quienes señalaron que, a pesar de que las madres presentaban un alto nivel de conocimiento, las prácticas no siempre eran adecuadas, lo que sugiere que el conocimiento por sí solo no garantiza su aplicación, debido a la influencia de otros factores externos.

Respecto al objetivo específico 3, “Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión contenido se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años”. Se observa que la mayor proporción de madres se ubica en niveles medios tanto de conocimiento como de práctica, predominando el nivel medio (60,4%). Asimismo, aquellas con mayor conocimiento sobre el contenido presentan prácticas más adecuadas. Estos resultados coinciden con Lirong et al. (12), quienes evidenciaron correlación entre conocimiento y prácticas. Asimismo, Phyo et al. (15) demostraron que el conocimiento influye en la mejora de las prácticas alimentarias. De igual forma, Sayed et al. (16) señalaron que un mayor conocimiento se asocia con mejores prácticas. A nivel nacional, Díaz et al. (20) evidenciaron relación entre ambas variables. Sin embargo, difiere parcialmente de Hansen et al. (14), quienes no encontraron una relación fuerte entre conocimiento y práctica. En relación con la hipótesis específica 3, se obtuvo un valor de $\chi^2 = 9,531$ con 4 grados de libertad y un $p = 0,049$; al ser $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_{E3}), evidenciando una relación significativa. Por otro lado, los resultados del presente estudio convergen con Lirong et al. (12), quienes evidenciaron una correlación entre el conocimiento y las prácticas nutricionales en las madres. Asimismo, coinciden con lo reportado por Phyo et al. (15), quienes encontraron una relación significativa entre el conocimiento nutricional y las

prácticas alimentarias. De igual manera, estos resultados guardan relación con lo reportado por Sayed et al. (16), quienes concluyeron que un mayor conocimiento nutricional se asocia con mejores prácticas de cuidado alimentario. A nivel nacional, los hallazgos son consistentes con lo encontrado por Díaz et al. (20), quienes evidenciaron que el conocimiento influye significativamente en las prácticas alimentarias. Sin embargo, difieren parcialmente de lo reportado por Hansen et al. (14), quienes señalaron que el conocimiento no siempre se traduce en prácticas adecuadas, debido a la influencia de factores externos.

Respecto al objetivo específico 4, “Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión valor nutricional se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años”. Se evidencia que predomina el nivel medio de práctica (60,4%), y que las madres con mayor conocimiento nutricional presentan mejores prácticas. Estos resultados concuerdan con Lirong et al. (12), quienes evidenciaron relación entre conocimiento y prácticas. Asimismo, Phyo et al. (15) encontraron una fuerte correlación entre conocimiento nutricional y prácticas alimentarias. De igual manera, Sayed et al. (16) concluyeron que el conocimiento nutricional mejora las prácticas de cuidado. A nivel nacional, Díaz et al. (20) también evidenciaron relación significativa. Sin embargo, Hansen et al. (14) encontraron resultados diferentes, señalando que el conocimiento no siempre se traduce en prácticas adecuadas. En relación con la hipótesis específica 4, se obtuvo un valor de $\chi^2 = 10,764$ con 4 grados de libertad y un $p = 0,029$; al ser $p < 0,05$, se acepta la hipótesis alternativa (HE4), evidenciando relación significativa. Por otro lado, los resultados del presente estudio convergen con Lirong et al. (12), quienes evidenciaron una correlación entre el conocimiento y las prácticas nutricionales en las madres. Asimismo, coinciden con lo reportado por Phyo et al. (15), quienes encontraron una fuerte relación entre el conocimiento nutricional y las prácticas alimentarias. De igual manera, estos resultados

guardan relación con lo reportado por Sayed et al. (16), quienes concluyeron que el conocimiento nutricional favorece mejores prácticas de cuidado. A nivel nacional, los hallazgos son consistentes con lo encontrado por Díaz et al. (20), quienes evidenciaron relación significativa entre conocimiento y prácticas alimentarias. Sin embargo, difieren parcialmente de lo reportado por Hansen et al. (14), quienes señalaron que el conocimiento no siempre garantiza prácticas adecuadas.

Respecto al objetivo específico 5, “Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión preparación se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 6 años”. Se observa que la mayoría de madres presenta nivel medio de práctica (60,4%), y que aquellas con mayor conocimiento en preparación muestran mejores prácticas. Estos resultados coinciden con Lirong et al. (12) y Phyo et al. (15), quienes evidenciaron que el conocimiento influye en las prácticas. Asimismo, Sayed et al. (16) concluyeron que un mayor conocimiento mejora el cuidado alimentario. A nivel nacional, Díaz et al. (20) también reportaron relación significativa. Sin embargo, Hansen et al. (14) evidenciaron que no siempre el conocimiento se refleja en la práctica. En relación con la hipótesis específica 5, se obtuvo un valor de $\chi^2 = 11,982$ con 4 grados de libertad y un $p = 0,018$; al ser $p < 0,05$, se acepta la hipótesis alternativa (HE5), evidenciando relación significativa. Por otro lado, los resultados del presente estudio convergen con Lirong et al. (12), quienes evidenciaron una correlación entre el conocimiento y las prácticas nutricionales en las madres. Asimismo, coinciden con lo reportado por Phyo et al. (15), quienes encontraron una fuerte relación entre el conocimiento nutricional y las prácticas alimentarias. De igual manera, estos resultados guardan relación con lo reportado por Sayed et al. (16), quienes concluyeron que el conocimiento nutricional favorece mejores prácticas de cuidado. A nivel nacional, los hallazgos son consistentes con lo encontrado por Díaz et

al. (20), quienes evidenciaron relación significativa entre conocimiento y prácticas alimentarias. Sin embargo, difieren parcialmente de lo reportado por Hansen et al. (14), quienes señalaron que el conocimiento no siempre garantiza prácticas adecuadas.

Respecto al objetivo específico 6, “Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión higiene se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años”. Se evidencia que predomina el nivel medio de práctica (60,4%), y que las madres con mayor conocimiento en higiene presentan mejores prácticas. Estos resultados coinciden con Lirong et al. (12), Phyto et al. (15) y Sayed et al. (16), quienes evidenciaron que el conocimiento se asocia con mejores prácticas. A nivel nacional, Díaz et al. (20) también reportaron relación significativa. Sin embargo, Hansen et al. (14) encontraron que el conocimiento no siempre se traduce en prácticas adecuadas. En relación con la hipótesis específica 6, se obtuvo un valor de $\chi^2 = 8,446$ con 4 grados de libertad y un $p = 0,038$; al ser $p < 0,05$, se acepta la hipótesis alternativa (HE6), evidenciando relación significativa. Por otro lado, los resultados del presente estudio convergen con Lirong et al. (12), quienes evidenciaron una correlación entre el conocimiento y las prácticas nutricionales. Asimismo, coinciden con lo reportado por Phyto et al. (15), quienes demostraron que el conocimiento influye en la mejora de las prácticas alimentarias. De igual manera, estos resultados guardan relación con lo reportado por Sayed et al. (16), quienes concluyeron que un mayor conocimiento se asocia con mejores prácticas de cuidado alimentario. A nivel nacional, los hallazgos son consistentes con lo encontrado por Díaz et al. (20), quienes evidenciaron relación significativa entre conocimiento y práctica. Sin embargo, difieren parcialmente de lo reportado por Hansen et al. (14), quienes señalaron que el conocimiento no siempre se refleja en prácticas adecuadas.

CAPITULO V:

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Se concluye que existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento y la práctica sobre la preparación de loncheras saludables en las madres de menores de 6 años de una Institución Educativa Particular de Huacho, evidenciado mediante la prueba de Chi-cuadrado de Pearson ($p < 0,05$), lo que indica que a mayor nivel de conocimiento, mejores son las prácticas adoptadas.
- Se determinó que existe una relación estadísticamente significativa entre el conocimiento en la dimensión concepto y la práctica en la preparación de loncheras saludables, evidenciando que comprender adecuadamente el concepto favorece la adopción de mejores prácticas.
- Se identificó que el conocimiento sobre la importancia de las loncheras saludables se relaciona significativamente con la práctica, lo que indica que reconocer su relevancia influye positivamente en la preparación adecuada de los alimentos.
- Se concluye que existe una relación significativa entre el conocimiento sobre el contenido de las loncheras saludables y la práctica, evidenciando que conocer los alimentos adecuados contribuye a mejorar la calidad de la preparación.
- Se determinó que el conocimiento sobre el valor nutricional de los alimentos se asocia significativamente con la práctica, lo que sugiere que una mayor comprensión nutricional favorece elecciones más saludables.

- Se concluye que el conocimiento sobre la preparación de loncheras saludables se relaciona significativamente con la práctica, evidenciando que saber cómo preparar influye directamente en la ejecución adecuada.
- Se identificó que el conocimiento en la dimensión higiene se asocia significativamente con la práctica, lo que indica que el manejo adecuado de la higiene contribuye a una mejor preparación de las loncheras saludables.

5.2. Recomendaciones

- A las autoridades de la institución educativa, implementar programas educativos y talleres dirigidos, con énfasis en contenidos prácticos y demostrativos.
- Al personal de salud, especialmente de enfermería, desarrollar estrategias de educación sanitaria enfocadas en mejorar el conocimiento sobre alimentación saludable, higiene y valor nutricional, promoviendo hábitos adecuados desde el hogar.
- A las madres de familia, fortalecer sus conocimientos mediante la participación activa en capacitaciones, con el fin de mejorar la calidad de las loncheras que brindan a sus hijos.
- A futuras investigaciones, considerar la inclusión de intervenciones educativas para evaluar su impacto en la mejora del conocimiento y la práctica sobre loncheras saludables.
- A las instituciones educativas, promover campañas de sensibilización sobre alimentación saludable, involucrando a docentes y padres de familia para reforzar hábitos adecuados en los niños.
- Se recomienda realizar estudios con mayor tamaño muestral y en diferentes contextos, con la finalidad de comparar resultados y ampliar la evidencia científica sobre el tema.

REFERENCIAS:

1. Ortiz M, Sánchez M, Rocha G, Moreno A, Rodríguez A. Percepciones maternas sobre las prácticas alimentarias en escolares de Monterrey, México. Revista Chilena de nutrición [Internet]. 2022; 49 (3); 368-377. [Consultado el 15 de abril de 2025]; Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-7518202200030036
2. World Health Organization. Obesidad y sobrepeso [Internet]. Geneva: WHO; 2025. [Consultado 16 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
3. Ghabashi M, Babateen A, Zagzoog A, Aljaadi A. El impacto del conocimiento nutricional de las madres sobre el conocimiento nutricional y el estado ponderal de sus hijos. Healthcare [Internet]. 2025;13(17):2226. Disponile en; https://www.mdpi.com/2227-9032/13/17/2226?utm_source=chatgpt.com
4. UNICEF Argentina. UNICEF y CESNI revelan preocupantes prácticas de alimentación en niñas y niños [Internet]. Buenos Aires: UNICEF; 2024 [Consultado 16 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.unicef.org/argentina/comunicados-prensa/unicef-y-cesni-revelan-preocupantes-practicas-de-alimentacion-en-ninias-y-ninos>
5. Pino O, Aquino M, Quiñones M. Patrones alimentarios de madres y estado nutricional de lactantes de una zona periurbana de Perú. Revista científica de salud UNITEPC [Internet]. 2024; 11(1); 19-35. [Consultado el 15 de abril de 2025]; Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2520-98252024000100019

6. Ministerio de Salud del Perú. Evaluación de los Programas Presupuestales de Salud al primer semestre de 2022. Lima: Ministerio de Salud; 2022. Disponible en: https://www.minsa.gob.pe/presupuestales/doc2022/Evaluacion_i_Semestre_2022_PP.pdf
7. Morales L. Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de familias de la Institución Educativa N°115 “sonrisas y colores”-Chaclacayo, 2023 [Tesis de licenciatura]. Lima: Universidad María Auxiliadora; 2023. Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/1809/TESIS%20MORALES-TELLO.pdf?sequence=12&isAllowed=y>
8. Estrada T. Conocimiento y práctica sobre loncheras saludables en madres de niños de la Institución Educativa Inicial N°636 Micaela Bastidas, Colquepata, Cusco 2022. [Tesis para optar el grado de licenciada en enfermería]. Cusco: Universidad Andina del Cusco; 2020. Disponible en: <https://repositorio.uandina.edu.pe/item/0c72e417-6351-4268-95f3-dff0dd0e6f13>
9. Bastidas B, Sulca J, Gómez Y, Vidal F. Estado nutricional de los escolares y conocimientos sobre lonchera saludable de las madres, Lima-Perú. Revista nutrición clínica [Internet]. 2024; 44 (2); 47-54. [Consultado el 18 de abril de 2025]; Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/560/418>
10. Gomero M. Efectividad de una intervención educativa lonchera saludable en el nivel de conocimiento y práctica de madres de niños preescolares, Hualmay 2020. [Tesis para optar el grado de licenciada en enfermería]. Huacho: Universidad Nacional Jose Faustino Sánchez Carrión; 2020. Disponible en: https://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/3250?utm_source=chatgpt.com

11. Fuentes S, Estrada B. Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación en América Latina entre 2005 y 2021. Revista educación [Internet]. 2022; 47 (1); 588-604. [Consultado el 18 de abril de 2025]; Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-26442023000100588
12. Lirong M, Huasheng X, Zhuoran Z, Liyang L, Zhijuan L, Hao Q. Nutrition knowledge, attitudes, and dietary practices among parents of children and adolescents in Weifang, China: A cross-sectional study. Science Direct [Internet]. 2023; 35 (2); 588-604. [Consultado el 20 de abril de 2025]; Disponible en: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2211335523002875?utm_source=chatgpt.com
13. Silva C, Angamarca M. Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en familias de niños entre 1 a 5 años, en la Esperanza, Ibarra 2022. Revista española de nutrición comunitaria [Internet]. 2022; 29 (2); 588-604. [Consultado el 20 de abril de 2025]; Disponible en: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-22-0049_Final.pdf?utm_source=chatgpt.com
14. Hansen T, Toit E, Rooyen C, Lategan P. Breakfast and lunchboxes provided to foundation phase learners: do caregivers' knowledge and attitude reflect their practices. Sabinet [Internet]. 2022; 35 (2); 588-604. [Consultado el 20 de abril de 2025]; Disponible en: https://journals.co.za/doi/full/10.1080/16070658.2021.1946247?utm_source=chatgpt.com
15. Phyto W, Khin O, Aung M. Mothers' Nutritional Knowledge, Self-efficacy, and Practice of Meal Preparation for School-age Children in Yangon Region, Myanmar. Journal of Health Research [Internet]. 2022; 36 (2); 588-604. [Consultado el 20 de abril de 2025]; Disponible en: <https://www.tandfonline.com/journals/tphr20/issue-annual/ISSN%2F1744-5019/v36n2/online-only>

- en in Yangon, My angon, Myanmar. Makara Journal [Internet]. 2022; 25 (10); 40-44. [Consultado el 20 de abril de 2025]; Disponible en: https://scholarhub.ui.ac.id/cgi/viewcontent.cgi?article=1262&context=mjhr&utm_source=chatgpt.com
16. Sayed M, Kannel F, Masoed E. Effect of Mothers' Nutritional Knowledge, Attitude, and Practices in Childcare on the Growth of Children. Recheargate [Internet]. 2023; 12 (2); 371-382. [Consultado el 20 de abril de 2025]; Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/352031801_Effect_of_Mothers%27_Nutritional_Knowledge_Attitude_and_Practices_in_Childcare_on_the_Growth_of_Children
 17. Gómez G, Vidal G. Estado nutricional de los escolares y conocimientos sobre lonchera saludable de las madres, Lima-Perú. Recheargate [Internet]. 2024; 35 (1). [Consultado el 25 de abril de 2025]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/380359278_Articulo_Original_Estado_nutricional_de_los_escolares_y_conocimientos_sobre_lonchera_saludable_de_las_madres_Lima-Peru_Nutritional_status_of_schoolchildren_and_mothers'_knowledge_of_healthy_lunch_boxe
 18. Ruiz Sánchez E. Relación entre contenido calórico y estructura de loncheras escolares de dos instituciones educativas de Lima-Perú. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar. 2024;8(4). Disponible en: https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/13360?utm_source=chatgpt.com
 19. Bastidas V, Sulca J, Gómez Y, Vidal F. Estado nutricional de los escolares y conocimientos sobre lonchera saludable de las madres, Lima-Perú. Nutrición clínica y

- dietética hospitalaria [Internet]. 2024; 44 (2); 55-58. [Consultado el 24 de abril de 2025]; Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/560>
20. Diaz A, Toro A, Vásquez M. Conocimiento y prácticas sobre alimentación del preescolar en madres de niños de una Institución Educativa Inicial. Ciudad Eten. 2021. Rev Ser Saber Hacer Enfermería [Internet]. 2022, 4(3). [Consultado el 25 de abril de 2025]. Disponible en: <https://revistas2.unprg.edu.pe/ojs/index.php/rfe/article/view/494>
21. Villasara L, Garcia P, Ramirez E. La gestión del conocimiento, pasado, presente y futuro. Una revisión de la literatura. Revista Trascender, contabilidad y gestión [Internet]. 2025; 25 (2). 53-78. [Consultado el 25 de abril de 2025]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-63882021000300053
22. Bastidas V, Sulca J, Gómez Y, Vidal F. Estado nutricional de los escolares y conocimientos sobre lonchera saludable de las madres, Lima-Perú. Nutr Clin Diet Hosp [Internet]. 2024; 44(2):47-54. [doi:10.12873/442bastidas](https://doi.org/10.12873/442bastidas)
23. Vargas R, Acosta H. Personajes sociales, una clave en la construcción de identidad colectiva: la edad media. Revista Republicana [Internet]. 2022; 32(1). [Consultado el 11 de mayo de 2025] Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1909-44502022000100069
24. Herce R. Perspectivas sobre la relación entre religión y cultura en una cultura secular globalizada según Christopher Dawson. Religions [Internet]. 2024; 15(9):1082. <https://doi.org/10.3390/rel15091082>

25. Fierro A. Religión, educación y la formación del conocimiento medieval: un enfoque histórico integrador. *Religiones* [Internet]. 2023;14(2):145. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/rel14020145>
26. Torregroza E, Herrera M. Renacimiento e historia global. *Revista Scielo* [Internet]. 2021; 33(1): 273-277. [consultado el 11 de mayo de 2025]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-40352021000100354
27. Rodríguez J. La evolución histórica del pensamiento filosófico y la ciencia. *Revista Scielo* [Internet]. 2023; 64(2). [consultado el 12 de mayo de 2025]; Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1652-67762023000200013
28. Tavera R, Hernández C, Alonzo O. La era digital comprendida desde la Psicología humanista. *Revista Costarricense de Psicología* [Internet]. 2020;39(1), 35-53. [consultado el 12 de mayo de 2025]. Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-29132020000100035
29. Rubio J. Trascendencia espiritual, revisión integrativa desde la filosofía de Watson. *Revista Scielo Uruguay* [Internet]. 2020; 9 (1): 149-159. [consultado el 11 de mayo de 2025]. Disponible en: https://enfermeriaencardiologia.com/wp-content/uploads/69_02.pdf
30. Curcio F, Lommi M, Zambrano Bermeo RN, Esteban-Burgos AA, Pucciarelli G, Avilés González CI. Identificación y exploración de la teoría del cuidado humanizado de Jean Watson en los enfoques de enfermería. *Informes de Enfermería (Nurs Rep)* [Internet].

2024;14(3):2179-2191.

Disponible

en:

https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11417922/?utm_source=chatgpt.com

31. Boyd W, Salehi N, Doran F, Ellis D, McGuigan HM, Lee M. Un viaje en la toma de decisiones sobre la lonchera escolar: una exploración de métodos mixtos con padres australianos. *Health Promot J Austr* [Internet]. 2025 Oct;36(4):e70089. [doi:10.1002/hpja.70089](https://doi.org/10.1002/hpja.70089). PMID:40827439
32. Thomas JR, Hanson D, Chinnan-Pothen A, Freaney C, Silverman J. Consumo de alimentos de la lonchera escolar: un análisis de nutrientes de los desechos en el plato infantil. *Nutrients* [Internet]. 2023;15(5):1116. [doi:10.3390/nu15051116](https://doi.org/10.3390/nu15051116).
33. Song S, Tabares E, Ishdorj A, Crews M, Dave J. La calidad de las loncheras llevados de casa a la escuela: una revisión sistemática y metaanálisis. *Adv Nutr*. 2024 ago;15(8):100255. [doi:10.1016/j.advnut.2024.100255](https://doi.org/10.1016/j.advnut.2024.100255).
34. Kishore A, Singh S. Impacto del conocimiento nutricional de las madres en el valor nutricional del almuerzo empaquetado (con especial referencia a los niños en edad escolar del distrito de Muzaffarpur). *Int J Home Sci*. 2023;9(1):231-234. Disponible: <https://www.homesciencejournal.com/archives/2023/vol9issue1/PartD/9-1-44-922.pdf>
35. Boyd W, Salehi N, Doran F, Ellis D, McGuigan HM, Lee M. Un viaje en la toma de decisiones sobre la lonchera escolar: una exploración de métodos mixtos con padres australianos. *Health Promot J Austr*. 2025 ago;36(4):e70089. [doi:10.1002/hpja.70089](https://doi.org/10.1002/hpja.70089).
36. Qi X, Lei Y, He S, Cheng S. Awayvirus: un enfoque lúdico y tangible para mejorar los hábitos de higiene de los niños en la educación familiar. *arXiv [preprint]*. 2023 jun 15; [doi: arXiv:2306.09076](https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-69076).

37. Ariztía C. Los estudios sociales de la práctica y la práctica como unidad de estudio. Revista de Estudios Sociales [Internet]. 2017; 59:1-15. [consultado el 13 de mayo de 2025]. Disponible en: <https://www.moebio.uchile.cl/59/ariztia.html>
38. Mahjabin T, Nowar A, Islam H, Jubayer A. Efecto del conocimiento nutricional y las prácticas de higiene de las madres en adolescentes escolares que viven en la ciudad de Daca, Bangladesh. Indian Journal of Community Medicine [Internet]. 2022;47(3):391-395. Disponible en: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9693945/?utm_source=chatgpt.com
39. Ogutu E, Ellis A, Rodriguez K, Caruso B, McClintic E, Gómez S. Determinantes de las prácticas de preparación e higiene de los alimentos entre cuidadores de niños menores de dos años en el oeste de Kenia: un estudio de investigación formativa. BMC Salud Pública. 2022; 22:1865. Disponible en: https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-022-14259-6?utm_source=chatgpt.com
40. Jevšnik M, Pirc L, Ovca A, Šantić M, Raspor P, Godič Torkar K. Un estudio multimétodo sobre la higiene en la cocina, el conocimiento del consumidor y las prácticas de manipulación de alimentos en el hogar. Procesos (Processes). 2022;10(10):2104. Disponible en: https://www.mdpi.com/2227-9717/10/10/2104?utm_source=chatgpt.com
41. Quingaluisa A, Chávez L. Lactancia materna prolongada, mitos y realidades desde la nutrición. Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS. [Internet]. 2024;6(4):329-341. [consultado el 13 de mayo de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i4.1118>

42. Denniss E. Calidad y precisión de la información en línea relacionada con la nutrición. J Nutr Educ Behav [Internet]. 2023;55(2):102-108. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2022.10.001>
43. Teixeira K, Araújo R, Garcia P. La influencia del entorno familiar y social en la formación de hábitos alimentarios en preescolares y niños de escuela. Research, Society and Development. [Internet]. 2023;12(6):42202. [consultado el 13 de mayo de 2025]. Disponible en: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/42202?utm_source=chatgpt.com
44. Ricaldi VDB. Estado nutricional de los escolares y conocimientos sobre loncheras saludables de las madres en Lima, Perú. Revista de Nutrición, Ciencia y Desarrollo Humano. [Internet]. 2024;2(1):56–65. Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/560>
45. Segura M. Conocimiento y práctica sobre lonchera saludable en madres de preescolares de la institución educativa Sarita Colonia. [Tesis para optar el título profesional de enfermería]. Huacho: Universidad San Pedro; 2020. Disponible en: https://repositorio.usanpedro.edu.pe/items/132860ee-32ba-4c70-910a-9f46fe0296af?utm_source=chatgpt.com
46. Watson-Mackie K, McKenzie H, McKay F. ¿Están las madres bajo presión por la lonchera? Una exploración de las experiencias de madres victorianas al preparar loncheras para sus hijos. Health Promotion Journal of Australia. 2023 feb;34(1):91-99. [doi:10.1002/hpja.681](https://doi.org/10.1002/hpja.681). PMID: 36437482.
47. Nal M, Banda M, Mussa G, et al. Conocimiento, actitudes y prácticas de higiene de los alimentos entre madres de comunidades rurales en Malawi. Hygiene. 2024 Sep 18;4(3):361-73. [doi:10.3390/hygiene4030028](https://doi.org/10.3390/hygiene4030028).

48. Hernández-Sampieri R. Metodología de la Investigación. 2. ed. México: McGraw Hill; 2023. ISBN 9786071520319. Disponible en: <https://www.mheducation.com.mx/metodologia-de-la-investigacion-9786071520319-latam-group>
49. Creswell JW, Creswell JD. Diseño de la investigación: Enfoques cualitativo, cuantitativo y mixto. 5.^a ed. Thousand Oaks (CA): SAGE Publications; 2018. Disponible en: <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2895169>
50. Bisquerra R. *Metodología de la investigación educativa*. 3a ed. Madrid: La Muralla; 2019. Disponible en: https://books.google.com.pe/books?id=VSb4_cVukkcC&printsec=frontcover&utm_source=chatgpt.com#v=onepage&q&f=false
51. Molina-Mula J. Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias de la salud. Newcastle upon Tyne (Reino Unido): Cambridge Scholars Publishing; 2022. Disponible en: <https://www.cambridgescholars.com/resources/pdfs/978-1-5275-8198-2-sample.pdf>
52. Hernández Rojas G. Metodología de la investigación científica. 2^a ed. Lima: Fondo Editorial Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2018. Disponible en: https://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2558/2/METODOLOGIA%20DE%20LA%20INVESTIGACION%20CIENTIFICA.pdf?utm_source=chatgpt.com
53. Bernal CA. Metodología de la investigación: Administración, economía, humanidades y ciencias sociales. 5^a ed. Bogotá: Pearson Educación; 2020. Disponible en: <https://www.pearsonenespanol.com/mexico/educacion-superior/bernal/bernal-metodologia-de-la-investigacion-5e>

54. Tamayo y Tamayo M. El proceso de la investigación científica. 7ª ed. México D.F.: Limusa; 2019. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf?utm_source=chatgpt.com
55. Islam M R Dominar las herramientas e instrumentos de recolección de datos: una guía simplificada. Oxford/New York: Peter Lang; 2025.

ANEXO

Anexo 1. Matriz de consistencia

TITULO: “CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA SOBRE LONCHERAS SALUDABLES, MADRES DE MENORES DE 6 AÑOS, INSTITUCION EDUCATIVA PARTICULAR- HUACHO, 2025”

FORULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DISEÑO METODOLOGICO
Problema general “¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables se relaciona con la práctica, en madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026?” Problemas específicos ¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión concepto se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años? ¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión importancia de las loncheras salúdales se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años? ¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión contenido de loncheras salúdales se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años? ¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión valor nutricional se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años? ¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión	Objetivo general “Determinar cómo el conocimiento sobre lonchera saludable se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”. Objetivos específicos Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión concepto se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión importancia de las loncheras salúdales se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años. Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión contenida de loncheras salúdales se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años. Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión valor nutricional se	Hipótesis general Hi: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y práctica en la preparación sobre loncheras saludables en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026 ”. Ho: “No existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y práctica en la preparación sobre loncheras saludables en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”. Hipótesis específicas H1: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión concepto y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”. H2: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión importancia de las loncheras salúdales y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.	Variable 1: conocimiento Dimensiones: Concepto Importancia de las loncheras saludables Contenido de las loncheras saludables Valor nutricional Preparación de loncheras saludables. Higiene. Variable 2: Practicar Dimensiones: Dimensión contenida Dimensión preparación Dimensión higiene	Tipo de investigación: Aplicada. Método: Deductivo Hipotético. Diseño: No experimental de corte transversal y correlacional. Población: En su totalidad, la muestra censal constituido por 80 madres de niños menores de 6 años de la Institución educativa Particular San Juan Bosco, Huacho.

preparación de loncheras saludables se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años? ¿Cómo el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión higiene se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años?	relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años. Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión preparación de loncheras saludables se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años. Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión higiene se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años.	H3: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión contenida de loncheras saludables y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”. H4: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión valor nutricional y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”. H5: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión preparación de loncheras saludables y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”. H6: “Existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión higiene y practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.		
--	---	---	--	--

Anexo 2. Instrumentos

INSTRUMENTO 1

CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTO SOBRE LONCHERAS SALUDABLES

INTRODUCCIÓN: Buenos días, Leydi Sofia Cherres Yong estudiante de la Universidad Norbert Wiener quien está realizando un estudio titulado: “Conocimiento y práctica en la preparación sobre loncheras saludables en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular, Huacho, 2026”

DATOS GENERALES:

Edad:

INSTRUCCIONES: Lea cuidadosamente cada pregunta de este cuestionario y marque con un aspa (X) la alternativa que a usted le parezca correcta.

DIMENSION 1: CONCEPTO
1. “¿Qué es una lonchera saludable? a. Son un grupo de alimentos nutritivos y complementarios de la dieta diaria b. Brindan una función energética en su totalidad y deben ser en cantidad suficiente para cubrir su requerimiento c. Son nutrientes que mejoran la concentración del niño complementando la dieta del desayuno d. Son alimentos ricos en vitaminas y minerales que complementan la dieta del desayuno
DIMENSION 2: IMPORTANCIA DE LAS LONCHERAS SALUDABLES
2. ¿Por qué la lonchera del escolar es importante? a. Permite un buen desempeño físico e intelectual del escolar b. Incrementa las necesidades energéticas del niño c. Aumenta la atención del niño en clase y satisface su apetito d. Es una de las comidas principales del día.
DIMENSION 3: CONTENIDO DE LONCHERAS SALUDABLES
3. ¿Cuál de las loncheras es saludable, variada y completa? a. Pan con pollo, una fruta y refresco natural

b. Jugo de fresa y pan con jamonada c. Pan con camote, una fruta y refresco natural d. Pan con palta, una fruta y refresco natural 4. ¿Qué bebida se debe incluir en la lonchera saludable? a. Agua natural b. Néctares c. Leche chocolatada d. Agua con miel de abeja 5. ¿Qué alimento considera que es más saludable para una lonchera escolar? a. Choclo b. Jamonada c. Mermelada d. Pan
DIMENSION 4: VALOR NUTRICIONAL
6. ¿Qué alimento aporta más energía al niño y debe ser considerado en la preparación de una lonchera saludable? a. Quinoa b. Queso c. Olluco d. Margarina 7. ¿Qué alimentos favorecen al crecimiento del niño y deben ser considerados en una lonchera saludable? a. Queso, pollo, huevo entero b. Pavo, yogurt, mantequilla c. Res, pescado jurel, jamonada d. Huevo entero, hot dog, cuy 8. ¿Cuál de los alimentos tiene un alto contenido de vitamina A y debe ser incorporado en una lonchera saludable? a. Aguaymanto b. Manzana c. Atún d. Zanahoria 9. ¿Qué alimento contiene vitamina C y debe ser considerado en una lonchera saludable? a. Mandarina b. Pescado c. Plátano d. Pecana

10. ¿Qué alimento es considerado regulador y debe ser incluido en una lonchera saludable?

- a. Queso
- b. Pan
- c. Uvas
- d. Menestras

11. ¿Qué alimento brinda mayor contenido de hierro y debe ser considerado en una lonchera saludable?

- a. Hígado de pollo
- b. Beterraga
- c. Sangrecita de pollo
- d. Huevo de gallina

12. ¿Qué alimento de origen animal es más nutritivo y debe ser considerado en una lonchera saludable?

- a. Carne de pollo
- b. Yogurt con cereales azucarados
- c. Leche chocolatada
- d. Hot dog

13. ¿Qué alimento de origen vegetal contiene calcio y debe ser considerado en una lonchera saludable?

- a. Tomate
- b. Lechuga
- c. Berenjena
- d. Brócoli

14. ¿Qué alimento de origen animal brinda mayor contenido de calcio y debe ser considerado en una lonchera saludable?

- a. Yogurt
- b. Atún
- c. Pollo
- d. Jamonada

DIMENSION 5: PREPARACIÓN DE LONCHERAS SALUDABLES

15. ¿Qué preparación es la menos saludable para llevar en una lonchera?

- a. Pan con palta
- b. Pan con mermelada
- c. Choclo con queso
- d. Papa con huevo

16. Al preparar las bebidas de la lonchera saludable se debe

tener en cuenta:

- a. Utilizar refrescos de sobre
- b. No enviar frutas licuadas que fermentan
- c. Agregar azúcar al gusto del escolar
- d. Usar frutas enlatadas para licuarlas

17. ¿Con que tipo de agua se debe de preparar la lonchera saludable?

- a. Hervida
- b. Sin hervir
- c. Agua contaminada
- d. Agua destilada

DIMENSION 6: HIGIENE

18. Cuando se preparan las loncheras saludables se debe tener en cuenta, lo siguiente:

- a. Lavarse las manos antes de manipular los alimentos
- b. Elegir alimentos procesados por su inocuidad
- c. Enjuagar los envases o táper empleado solo con agua del caño
- d. Lavar los alimentos con agua en un tazón

19. Las frutas y verduras que contiene la lonchera saludable se deben:

- a. Lavar en abundante agua
- b. Agregar azúcar
- c. Lavar y desinfectar
- d. Enviar cortados o licuados

20. Los envases de la lonchera deben presentar las siguientes características:

- a. Limpios y desinfectados
- b. Ser de plástico de colores atractivos
- c. Material de Tecnopor
- d. Aluminio”

INSTRUMENTO 2:

LISTA DE COTEJO PARA LA VARIABLE PRACTICA DE LONCHERAS SALUDALES

INSTRUCCIONES: marque con un aspa (X) la alternativa que a usted le parezca correcta, por favor que sea totalmente sincero(a).

DIMENSION 1: CONTENIDO	SI	NO
1. “Se evidencia tubérculos”		
2. “Se evidencia cereales”		
3. “Se evidencia frutas”		
4. “Se evidencia líquidos”		
5. “Se evidencia carnes”		
6. “Se evidencia alimentos derivados”		
7. “Se evidencia golosinas”		
8. “Se evidencias refrescos artificiales”		
DIMENSIÓN 2: PREPARACIÓN	SI	NO
9. “Se evidencias alimentos sancochados”		
10. “Se evidencia las frutas como manzana, pera, melocotón con cascara”		
11. “Se evidencia el líquido mayor 3 tazas”		
DIMENSIÓN 3: HIGIENE	SI	NO
12. “Se evidencia la lonchera limpia”		
13. “Se evidencia los recipientes limpios”		

Anexo 3. Formato de consentimiento informado

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

(Para trabajos de investigación cuyo objeto de estudio involucren personas)

Título del Proyecto de Investigación: “Conocimiento y práctica sobre loncheras saludables en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”

Autor Responsable: CHERRES YONG, LEYDI SOFIA

Autor 2 (llenar en caso el estudio lo realicen entre dos personas):

Universidad /Institución: Universidad Norbert Wiener

I. INVITACIÓN

Estimado(a) participante:

Le invitamos a participar en un estudio de investigación titulado: “Conocimiento y práctica en la preparación sobre loncheras saludables en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”, desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A. (UPNW). A continuación, le proporcionamos información detallada sobre el estudio y su participación.

II. INFORMACIÓN

2.1 Propósito del estudio:

Objetivo general

“Determinar cómo el conocimiento sobre lonchera saludable se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años, Institución Educativa Particular- Huacho 2026”.

Objetivos específicos

“Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión concepto se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”

“Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión importancia de las loncheras salúdales se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

“Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión contenida de loncheras salúdales se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

“Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión valor nutricional se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

“Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión preparación de loncheras salúdales se relaciona con la practica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

“Identificar el conocimiento sobre loncheras saludables en la dimensión higiene se relaciona con la práctica en la preparación en las madres de menores de 06 años”.

Los resultados de esta investigación permitirán:

Mejorar las prácticas de las madres mediante la identificación de áreas donde se requiere fortalecer el conocimiento sobre alimentación saludable y seguridad alimentaria.

Diseñar programas educativos o talleres orientados a promover la preparación de loncheras saludables en el hogar y en instituciones educativas.

Generar conocimiento científico y social sobre los factores que influyen en la alimentación infantil, contribuyendo al desarrollo de estrategias de promoción de salud nutricional en la primera infancia.

Apoyar la toma de decisiones en políticas públicas, programas de nutrición infantil y educación alimentaria.

Fomentar hábitos saludables desde edades tempranas, previniendo problemas de malnutrición, sobrepeso y obesidad infantil.

2.2 Duración del estudio: (6 MESES)

2.3 Número esperado de participantes: (96 madres de niños menores de 6 años)

2.4 Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterio de Inclusión.

- Madres de niños menores de 6 años que participen y firmen el consentimiento informado.
- Madres de niños menores de 6 años cuyos hijos matriculados en el colegio Sam Juan Bosco, Huacho, 2025.
- Madre de niños menores de 6 años que tengan como edad mínima 18 años al momento del estudio.

Criterio de exclusión.

- Madres de niños menores de 6 años que no acepten participar o no firmen el consentimiento informado.
- Madres de niños menores de 6 años que sean menores de 18 años de edad.

2.5 Procedimientos del estudio:

“A las madres participantes se les aplicará un cuestionario estructurado que evaluará su nivel de conocimiento y práctica en la preparación de loncheras saludables. La aplicación se realizará de manera individual y presencial en la Institución Educativa Estrellita del Saber, con una duración aproximada de 25 a 30 minutos por participante. En algunos casos, se complementará con una breve entrevista de 10 minutos para profundizar en aspectos específicos. Los resultados serán tratados con estricta confidencialidad y utilizados únicamente con fines académicos; además, podrán ser entregados de forma individual a las participantes que así lo soliciten”.

2.6 Riesgos:

“La participación en este estudio no representa riesgos físicos, psicológicos ni emocionales significativos para las madres. Las preguntas del cuestionario se centran únicamente en aspectos relacionados con los conocimientos y prácticas sobre la preparación de loncheras saludables. No se abordarán temas personales o sensibles. El único posible inconveniente podría ser una ligera incomodidad o fatiga al responder el cuestionario o durante la entrevista, que tendrá una duración máxima de 30 minutos. En todo momento, las participantes podrán retirarse voluntariamente si así lo desean, sin recibir ningún tipo de sanción ni consecuencia”.

2.7 Beneficios:

“La participación en este estudio permitirá a las madres reflexionar y fortalecer su conocimiento sobre la importancia de una alimentación saludable para sus hijos, contribuyendo a mejorar sus prácticas en la preparación de loncheras. Asimismo, los resultados del estudio aportarán información valiosa a la comunidad educativa y científica, facilitando el diseño de estrategias de orientación nutricional dirigidas a padres y cuidadores. De esta manera, se busca promover hábitos alimentarios saludables desde la primera infancia y contribuir al bienestar general de los niños de la Institución Educativa Estrellita del Saber.”

2.8 Costos e incentivos:

“La participación no implicará ningún costo para usted, ni recibirá incentivos económicos ni materiales a cambio de su colaboración”.

2.9 Confidencialidad:

“Su información será codificada para proteger su identidad. Si los resultados del estudio se publican, no se incluirá ninguna información que permita identificarlo. Los datos estarán disponibles solo para el equipo de investigación”.

2.10 Derechos del participante:

“Su participación es completamente voluntaria. Puede negarse a participar o retirarse del estudio en cualquier momento, sin ninguna penalización o pérdida de derechos”.

2.11 Preguntas/Contacto:

“Si tiene preguntas o inquietudes, puede comunicarse con el autor responsable. CHERRES YONG, LEYDI SOFIA, 989301898, También, puede contactar al Comité de Ética que validó este estudio a través del Dra. ANGELICA KARINA MINAYA GALARRETA, presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la UPNW, al correo comite.etica@uwiener.edu.pe”.

2.12 Ocurrencias/Reclamos:

“En caso de existir alguna ocurrencia o reclamo, puede contactar al Comité de Ética que validó este estudio a través del Dra. ANGELICA KARINA MINAYA GALARRETA, presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la UPNW, al correo comite.etica@uwiener.edu.pe”.

III. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

“Declaro haber leído y comprendido el contenido de este Formulario de Consentimiento Informado. He recibido una explicación clara sobre el objetivo, procedimiento y finalidad del estudio, así como respuesta a todas mis preguntas. Entiendo que mi participación es voluntaria y tengo derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este Formulario”.

___ / ___ / 202__.

FECHA (dd/mm/aaaa)

FIRMA DEL PARTICIPANTE

Nombre del Participante:
DNI/Carné de Extranjería/Otros:

HUELLA DACTILAR

___ / ___ / 202__.

FECHA (dd/mm/aaaa)

FIRMA DEL AUTOR RESPONSABLE

Nombre del Autor Responsable:
DNI/Carné de Extranjería/Otros:

HUELLA DACTILAR

___ / ___ / 202__.

FECHA (dd/mm/aaaa)

FIRMA DEL INTEGRANTE DEL EQUIPO DE INVESTIGACIÓN

(en caso corresponda)

Nombre del Integrante del
equipo de investigación:
DNI/Carné de Extranjería/Otros:

HUELLA DACTILAR

___ / ___ / 202__.

FECHA (dd/mm/aaaa)

FIRMA DEL TESTIGO/REPRESENTANTE LEGAL

(en caso corresponda)

Nombre del Testigo o Representante Legal:
DNI/Carné de Extranjería/Otros:

HUELLA DACTILAR

NOTA:

- “La firma del testigo o representante legal será obligatoria solo si el participante tiene una discapacidad que le impida firmar o no saber leer ni escribir”.
- “Si otro integrante del equipo de investigación es asignado para aplicar este consentimiento informado deberá firmar en este documento”.
- “Recuerde que no se debe reclutar voluntarios de grupos “vulnerables” (presos, soldados, aborígenes, marginados, estudiantes o empleados con relaciones académicas o económicas con el investigador, etc.), salvo que el diseño de investigación beneficie directamente a dicha población”.

Anexo 4. Carta de aprobación de comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 02 de febrero del 2026.

Autor Responsable:
LEYDI SOFIA CHERRES YONG

Exp. N°: 3689-2025

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica (CIEIC) de la Universidad Privada Norbert Wiener evaluó y **APROBÓ** el siguiente proyecto de investigación:

Proyecto Titulado: **"CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA SOBRE LONCHERAS SALUDABLES, MADRES DE MENORES DE 06 AÑOS, INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR - HUACHO, 2026"**

Versión Nro. 2, aprobada por el asesor en fecha 02/02/ 2026.

El cual tiene como Autor(es) a:
LEYDI SOFIA CHERRES YONG

La **APROBACIÓN** otorgada comprende la verificación del cumplimiento de las buenas prácticas éticas, la adecuada evaluación del balance riesgo/beneficio, la idoneidad del equipo de investigación y la garantía de confidencialidad en el manejo de los datos, entre otros aspectos éticos y metodológicos pertinentes.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

- La aprobación otorgada por el CIEIC tiene una **vigencia de veinticuatro (24) meses** contados desde la fecha de emisión del presente documento. Esta vigencia es exclusiva para los procedimientos éticos revisados por el Comité y no sustituye ni aplica a los trámites administrativos ante la Oficina de Grados y Títulos.
- La constancia de aprobación por el CIEIC **no garantiza** la **aceptación** por parte de las **instituciones** en las que se planea realizar la investigación.
- En caso de requerir una **enmienda**, entendida como una modificación menor que **no altera de manera sustantiva** el proyecto aprobado, esta deberá ser presentada al CIEIC y no podrá ejecutarse sin su aprobación previa. **Cualquier cambio sustantivo deberá tramitarse como proyecto nuevo** ante el CIEIC.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Mg. Angélica Karina Minaya Galarreta
Presidente
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

Anexo 5. Carta de autorización de recolección de datos



"Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia"



Lima, 16 de Marzo de 2026

CARTA N°0633-2026-SG-UPNW-CP

Mg. Carmela Suárez Olcese
Directora Del colegio San Juan Bosco
Institución Educativa Privada San Juan Bosco
Calle Leoncio Prado 326 Huacho, Huaura, Lima

ASUNTO: Autorización para aplicación de estudio de campo

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarla cordialmente y a la vez presentar a la estudiante del Programa Académico de **Enfermería; Leydi Sofi Cherres Yong**, con código de matrícula **2019200310** con la finalidad de solicitar se brinde todas las facilidades pertinentes para que pueda aplicar los instrumentos de recolección de datos a 96 madres de familia de niños menores de 6 años.

Toda la información que solicita a la tesista **Leydi Sofi Cherres Yong**, para la elaboración de su proyecto de investigación denominado: **"Conocimiento Y Práctica Sobre Loncheras Saludables, Madres De Menores De 06 Años, Institución Educativa Particular – Huacho, 2026."** dirigido por la asesora de tesis Mg. Sofía Del Carpio Floréz, para la obtención del Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

Agradeciendo por anticipado su autorización a la tesista para que logre su propósito, hago propicia la ocasión para expresarle los sentimientos de mi consideración y estima personal.

Atentamente,



Firmado digitalmente por:
Kristian Vigil Vega
DNI: 44326157
RUC: 20486246370
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 17/03/2026 hora: 08:29:14



Kristian Vigil Vega
Secretario General

Universidad Privada Norbert Wiener S.A.

Anexo 6. Carta de aceptación de la institución para la recolección de los datos



Lima, 03 de Abril del 2026

Señor(a):
Cherres Yong, Leydi Sofia
Bachiller en Enfermería
Universidad Privada Norbert Wiener

Presente. -

Asunto: Carta de aceptación para recolección de datos

Por medio de la presente me dirijo a usted para comunicarle al respecto de su solicitud de proceso de recolección de datos del proyecto de tesis titulado: "Conocimiento Y Práctica Sobre Lombreras Saludables, Madres De Menores De 06 Años, Institución Educativa Particular- Huacbo, 2026", se autoriza a realizar su estudio de investigación y la aplicación de los instrumentos mediante encuestas para una población conformada de 96 padres de familia.

Atentamente,



Mg. Carmela Suárez Olcese
Directora de la Institución
Institución Educativa Privada San Juan Bosco

Anexo 7. Informe de turnito emitido por el asesor

Página 2 de 103 - Descripción general de integridadIdentificador de la entrega: trrcost::14912:586263364

12% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

10%		Fuentes de Internet
3%		Publicaciones
10%		Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

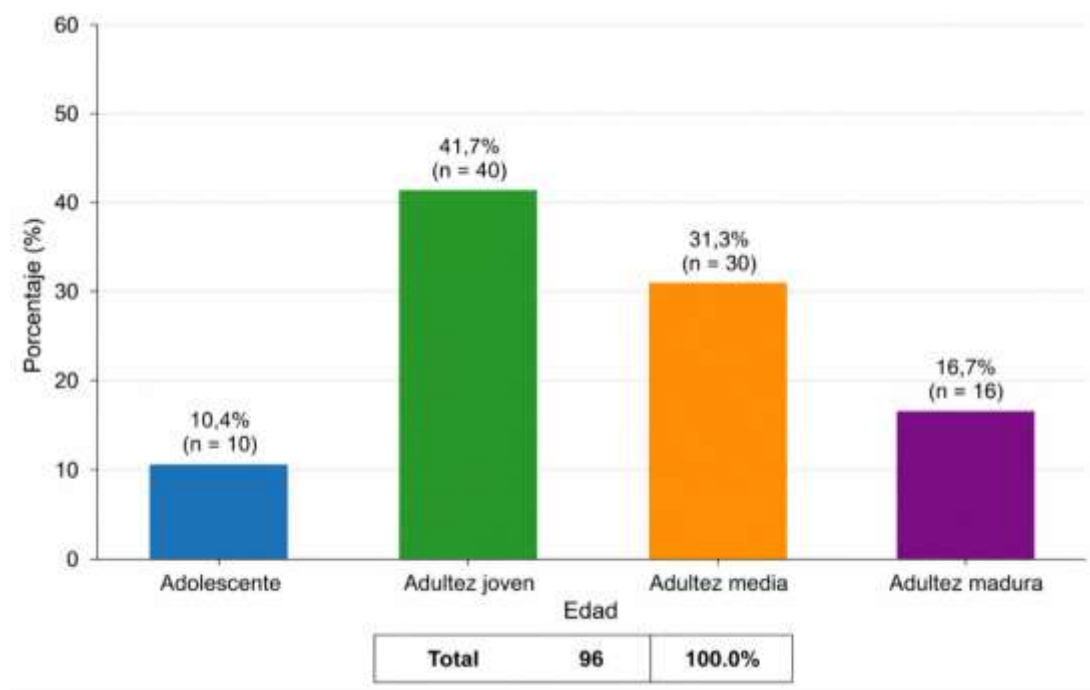
No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

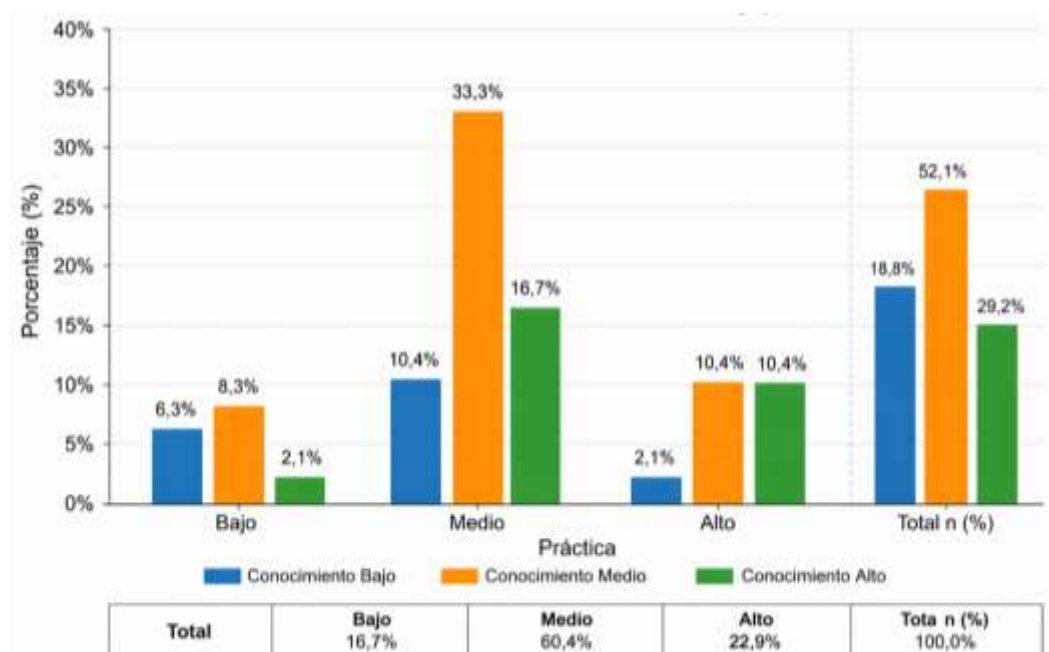
Anexo 8. Figuras del capítulo de resultados

Figura 1. Edad de las madres



Fuente. Elaboración propia

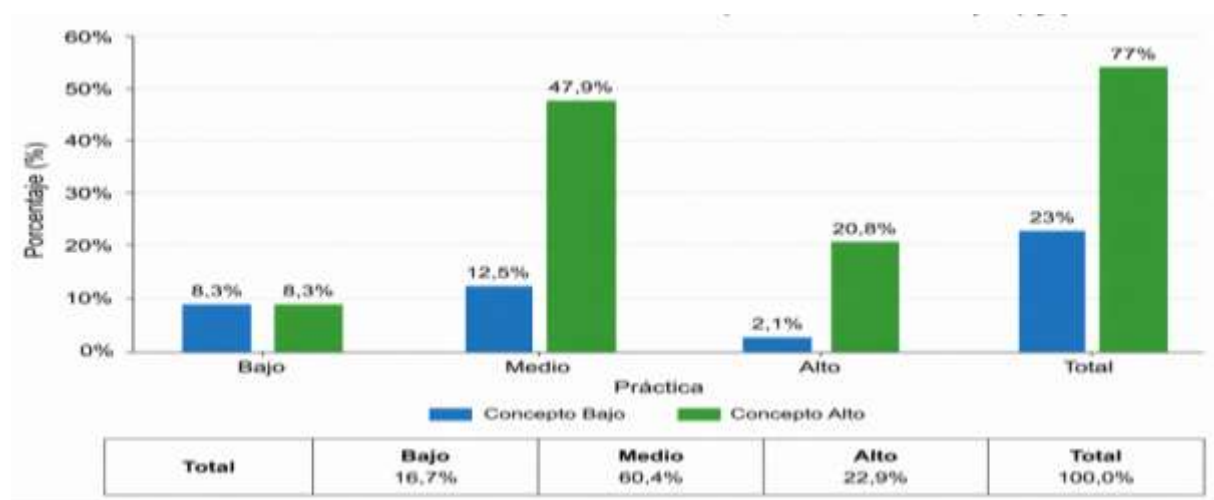
Figura 2. Relación entre conocimiento y práctica.



Fuente. Elaboración propia

Figura 3.

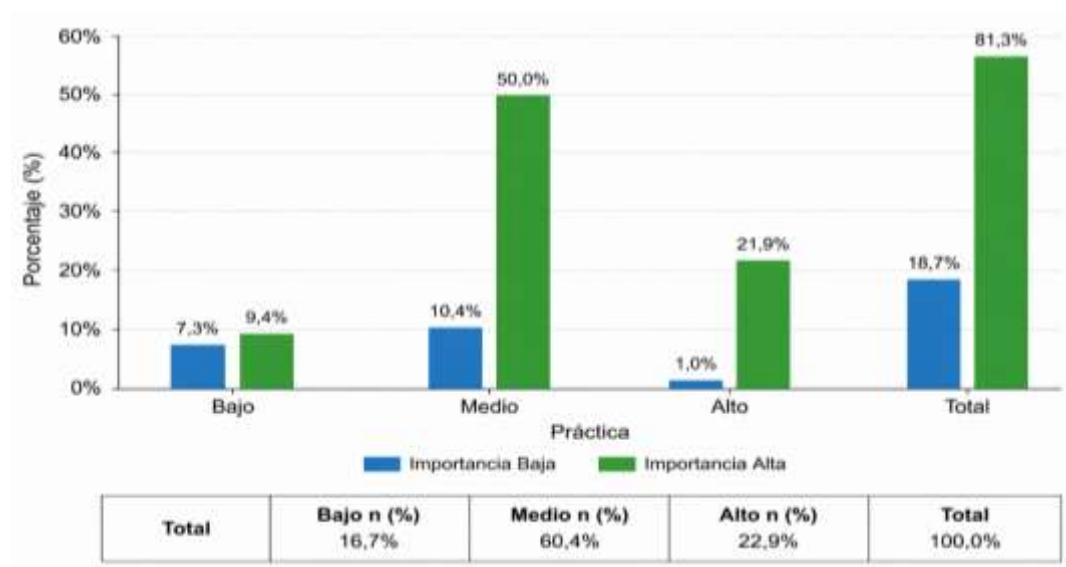
Relación entre conocimiento (dimensión concepto) y práctica



Fuente. Elaboración propia

Figura 4.

Relación entre conocimiento (importancia) y práctica



Fuente. Elaboración propia

Figura 5.

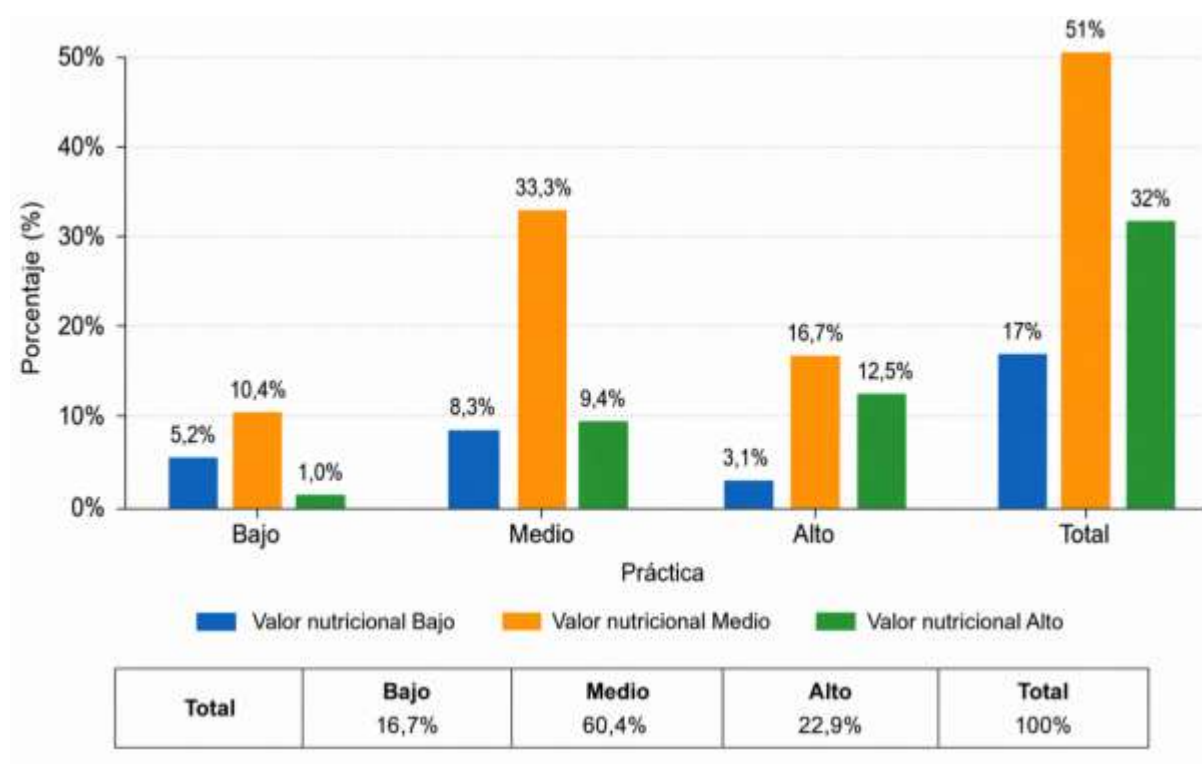
Relación entre conocimiento (contenido) y práctica



Fuente. Elaboración propia

Figura 6.

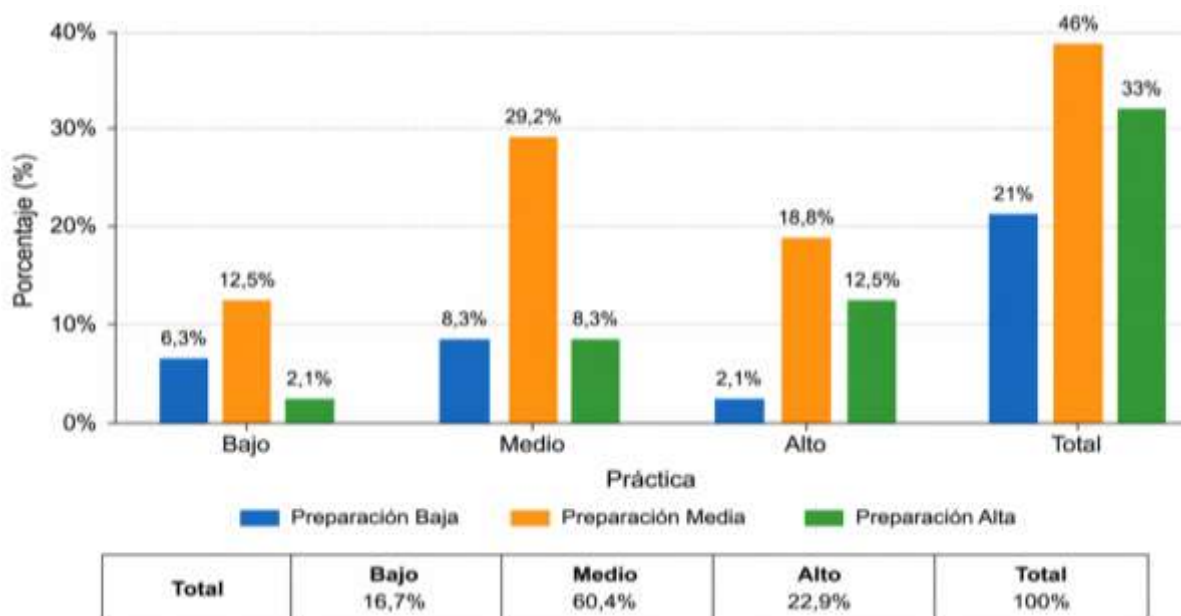
Relación entre conocimiento (valor nutricional) y práctica



Fuente. Elaboración propia

Figura 7.

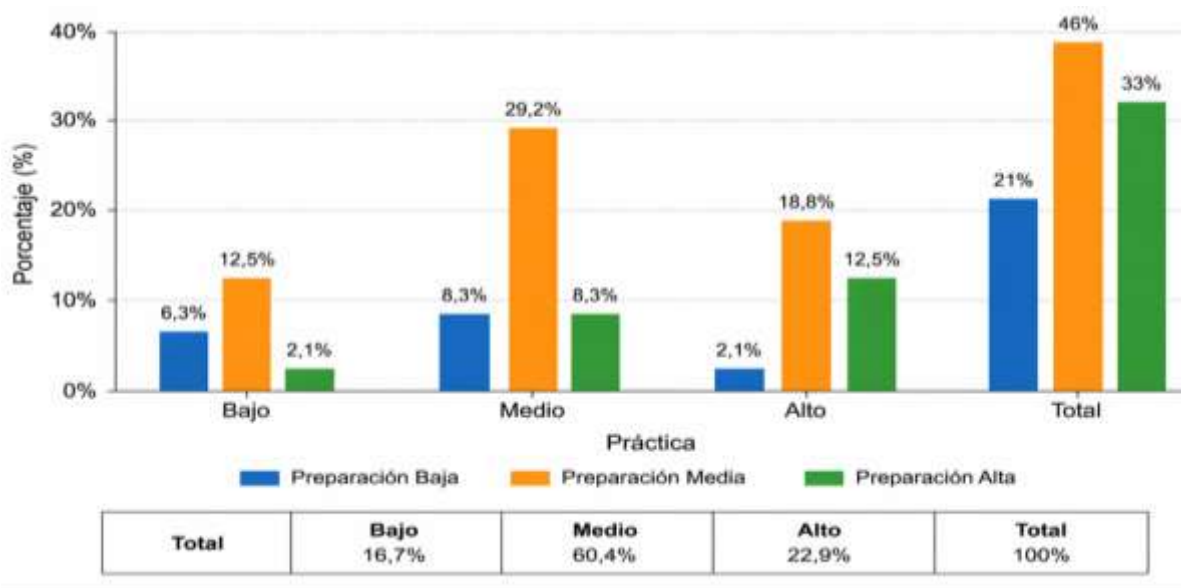
Relación entre conocimiento (preparación) y práctica



Fuente. Elaboración propia

Figura 8.

Relación entre conocimiento (higiene) y práctica



Fuente. Elaboración propia

Anexo . Baremo de cada variable

Tabla 17. Baremo de la variable conocimiento y sus dimensiones

Variable: Conocimiento	Dimensión	Ítems	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Categorías
Conocimiento	Concepto	P1	0	1	Bajo (0) / Alto (1)
Conocimiento	Importancia	P2	0	1	Bajo (0) / Alto (1)
Conocimiento	Contenido	P3–P5	0	3	Bajo (0–1) / Medio (2) / Alto (3)
Conocimiento	Valor nutricional	P6– P14	0	9	Bajo (0–3) / Medio (4–6) / Alto (7–9)
Conocimiento	Preparación	P15– P17	0	3	Bajo (0–1) / Medio (2) / Alto (3)
Conocimiento	Higiene	P18– P20	0	3	Bajo (0–1) / Medio (2) / Alto (3)
Total Conocimiento	—	P1– P20	0	20	Bajo (0–7) / Medio (8–14) / Alto (15–20)

Fuente. Elaboración propia

Tabla 18. Baremo de la variable práctica y sus dimensiones

Variable: Práctica	Dimensión	Ítems	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Categorías
Práctica	Contenido	P1–P8	0	8	Bajo (0–3) / Medio (4–6) / Alto (7–8)
Práctica	Preparación	P9– P11	0	3	Bajo (0–1) / Medio (2) / Alto (3)
Práctica	Higiene	P12– P13	0	2	Bajo (0) / Medio (1) / Alto (2)

Total	—	P1–	0	13	Bajo (0–4) / Medio (5–
Práctica		P13			9) / Alto (10–13)

Fuente. Elaboración propia

14% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 10%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 13% Fuentes de Internet
- 3% Publicaciones
- 10% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet		
repositorio.uwiener.edu.pe			8%
2	Trabajos entregados		
uwiener on 2023-05-20			<1%
3	Trabajos entregados		
uwiener on 2023-10-26			<1%
4	Trabajos entregados		
uwiener on 2023-02-03			<1%
5	Trabajos entregados		
Universidad Wiener on 2025-11-14			<1%
6	Trabajos entregados		
Universidad Internacional de la Rioja on 2017-06-01			<1%
7	Trabajos entregados		
Universidad Privada San Juan Bautista on 2025-04-22			<1%
8	Trabajos entregados		
Universidad Tecnologica de los Andes on 2025-07-18			<1%
9	Trabajos entregados		
Universidad Wiener on 2022-12-31			<1%
10	Internet		
repositorio.udea.edu.pe			<1%
11	Internet		
hdl.handle.net			<1%