



Universidad
Norbert Wiener

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Tesis

Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el
estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019

Naranjillo, Huánuco 2025

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Nutrición y Dietética

Presentado por:

Autora: Apaza Chagua, Lisbeth Anay

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-3967-7796>

Asesora: Mg. Cruz Maldonado, Rosa Elena

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3690-8945>

Lima – Perú

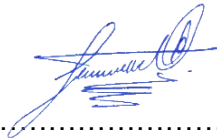
2025

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

Yo, Lisbeth Anay Apaza Chagua, egresada de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Programa Académico de **Nutrición y Dietética** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación “**Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025**” Asesorada por la docente: Mg. Rosa Elena Cruz Maldonado DNI 06781076 ORCID 00336908945 tiene un índice de similitud de (13) (trece) % con código 14912:515628254 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
 Lisbeth Anay Apaza Chagua
 DNI: 72229991

.....
 Firma de autor 2
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:



.....
 Firma
 Rosa Elena Cruz Maldonado
 DNI: 06781076

Lima, 5 de diciembre de 2025

Dedicatoria

A mis padres, por su amor, ejemplo y sacrificio constante, pilares fundamentales en mi formación personal y profesional. Su confianza y apoyo incondicional me han brindado la fuerza necesaria para alcanzar cada meta y mantenerme firme ante los desafíos.

A mis hermanos, por su compañía, comprensión y aliento permanente, que fueron fuente de motivación a lo largo de este proceso.

Agradecimientos

A Dios, por ser mi guía constante, por concederme la fortaleza y la claridad necesarias para superar los retos que se presentaron a lo largo de este camino, y por permitirme culminar con éxito esta etapa tan importante de mi vida.

A mi familia, por su amor, apoyo inquebrantable y confianza en mí, que se convirtieron en el motor que me impulsó a seguir adelante incluso en los momentos más desafiantes.

A la Mg. Rosa Elena Cruz Maldonado, por su valiosa orientación, disposición y acompañamiento durante el desarrollo de este trabajo. Su experiencia y consejos fueron determinantes para alcanzar los objetivos propuestos.

A mis profesores, por su compromiso, dedicación y por compartir con generosidad sus conocimientos, los cuales fueron fundamentales en mi formación académica y profesional.

Y a mis compañeros, por su colaboración y por los momentos compartidos que hicieron de este proceso una experiencia enriquecedora y memorable.

ÍNDICE

Dedicatoria.....	3
Agradecimientos.....	4
ÍNDICE.....	5
Índice de tablas.....	6
RESUMEN.....	7
ABSTRACT.....	8
I. INTRODUCCIÓN.....	9
II. METODOLOGÍA.....	20
III. RESULTADOS.....	26
IV. DISCUSIÓN.....	31
V. CONCLUSIONES.....	34
VI. REFERENCIAS.....	36
VII. ANEXOS.....	42
ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	42
ANEXO 2: CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL COMITÉ DE ÉTICA.....	45
ANEXO 3: INFORME DE TURNITIN.....	46
ANEXO 4: INSTRUMENTO DE COLECTA DE DATOS.....	47
ANEXO 5. FICHAS DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO.....	53
ANEXO 6. DATOS COLECTADOS EN EXCEL O SPSS.....	62
ANEXO 7: SOLICITUD DIRIGIDA A LA INSTITUCIÓN DONDE SE EJECUTA EL ESTUDIO.....	64
ANEXO 8: CARTA DE APROBACIÓN DE LA INSTITUCIÓN DONDE SE EJECUTÓ EL ESTUDIO.....	65
ANEXO 9: CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	66
ANEXO 10: ASENTIMIENTO INFORMADO.....	69
ANEXO 11: FOTOGRAFÍAS DEL TRABAJO DE CAMPO.....	70

Índice de tablas

Tabla 1. Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables de los cuidadores.	26
Tabla 2. Tipo de prácticas de elaboración de loncheras de los cuidadores.	26
Tabla 3. Asociación entre el nivel de conocimiento y las prácticas de elaboración de loncheras saludables de los cuidadores.	27
Tabla 4. Estado nutricional antropométrico de los niños.	27
Tabla 5. Asociación entre el nivel de conocimiento de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los niños.....	28
Tabla 6. Asociación entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras con el estado nutricional antropométrico de los niños.	29
Tabla 7. Asociación entre la condición del nivel de conocimiento y las prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños.....	30

RELACIÓN DEL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRÁCTICAS DE LONCHERAS SALUDABLES CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N°019 NARANJILLO, HUÁNUCO 2025.

RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF KNOWLEDGE AND PRACTICES OF HEALTHY LUNCHBOXES WITH THE NUTRITIONAL STATUS OF CHILDREN AT THE INITIAL EDUCATIONAL INSTITUTION N°019 NARANJILLO, HUÁNUCO 2025.

Lisbeth Anay Apaza Chagua, Bachiller del Programa Académico de Nutrición y Dietética.
Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Privada Norbert Wiener, Lima, Perú.

RESUMEN

Introducción: La malnutrición infantil representa un problema de salud pública que combina desnutrición, sobrepeso y obesidad, con gran impacto en países en vías de desarrollo como el Perú. En este contexto, las loncheras escolares constituyen una fuente de energía y nutrientes, aunque frecuentemente presentan limitaciones en su calidad nutricional. **Objetivo:** Determinar la asociación entre la condición del nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños de la I.E.I. N°019 Naranjillo, Huánuco. **Métodos:** Se desarrolló un estudio no experimental, prospectivo y transversal, con una muestra de 91 diadas de cuidadores-niños. El nivel de conocimientos y las prácticas se evaluaron mediante un cuestionario y una lista de chequeo respectivamente, mientras que el estado nutricional se determinó mediante indicadores antropométricos de peso, talla e índice de masa corporal. **Resultados:** La mayoría de los cuidadores presentó un nivel alto de conocimientos, aunque predominaban prácticas no saludables en la preparación de loncheras. En los niños, el estado nutricional estuvo caracterizado principalmente por sobrepeso y obesidad, con menor proporción de casos normales. Se encontró que la condición de conocimientos y prácticas mostró una asociación estadísticamente significativa con el estado nutricional de los niños ($p < 0,001$), en contraste con la evaluación aislada de cada variable. **Conclusión:** El estado nutricional de los niños se relaciona significativamente con la condición conjunta de los conocimientos y prácticas de elaboración de loncheras saludables de los cuidadores.

Palabras clave: Loncheras Saludables, Estado Nutricional, Educación Alimentaria, Prácticas Alimentarias.

ABSTRACT

Introduction: Childhood malnutrition represents a public health problem that combines undernutrition, overweight, and obesity, with a significant impact in developing countries such as Peru. In this context, school lunchboxes constitute a source of energy and nutrients, although they frequently present limitations in their nutritional quality. **Objective:** To determine the association between the condition of knowledge level and healthy lunchbox preparation practices with the anthropometric nutritional status of children from I.E.I. N°019 Naranjillo, Huánuco. **Methods:** A non-experimental, prospective, and cross-sectional study was conducted with a sample of 91 caregiver–child dyads. Knowledge level and practices were assessed through a questionnaire and a checklist, respectively, while nutritional status was determined using anthropometric indicators of weight, height, and body mass index. **Results:** Most caregivers showed a high level of knowledge, although unhealthy practices predominated in lunchbox preparation. Among children, nutritional status was mainly characterized by overweight and obesity, with a lower proportion of normal cases. It was found that the combined condition of knowledge and practices showed a statistically significant association with children’s nutritional status ($p < 0.001$), in contrast to the isolated evaluation of each variable. **Conclusion:** Children’s nutritional status is significantly related to the joint condition of caregivers’ knowledge and practices regarding the preparation of healthy lunchboxes.

Keywords: Healthy Lunchboxes, Nutritional Status, Food and Nutrition Education, Feeding Practices.

I. INTRODUCCIÓN

Cerca de 37 millones de niños en edad preescolar presentan un peso corporal superior al recomendado para su edad, lo que constituye una amenaza directa para su salud tanto presente como futura, dado que la misma está relacionada con el desarrollo temprano de afecciones crónicas no contagiosas, tales como la diabetes tipo 2, la presión arterial elevada y enfermedades del sistema cardiovascular (1). En contraste, la desnutrición crónica continúa siendo un desafío crítico en diversos países en vías de desarrollo, afectando a 149 millones de niños menores de cinco años, lo que implica una malnutrición que perjudica su desarrollo físico y cognitivo (2).

En América Latina, se enfrenta una “doble carga de la malnutrición”, caracterizada por la coexistencia de sobrepeso y obesidad junto con desnutrición crónica (3). En este contexto, UNICEF estima que cerca del 8,6% de la población infantil menor de cinco años, equivalente a unos 4,2 millones de niños, presentan sobrepeso. A su vez, la desnutrición crónica sigue siendo un desafío considerable, con países como Guatemala (43,5 %), Ecuador (22,7 %), Nicaragua (14,9 %), Panamá (13,8 %) y México (12,6 %) reportando prevalencias alarmantes (4). Por otro lado, en el Perú, el panorama es igualmente preocupante. Según el Ministerio de Salud (MINSa) por medio de su Informe Gerencial SIEN HIS, el 16,2% de los niños en edad preescolar manifiestan desnutrición crónica, mientras que el 5,8% de los niños presentan sobrepeso y el 1,7% obesidad. La proporción de casos de estas condiciones varía significativamente entre zonas urbanas y rurales del país, con un incremento notorio de la obesidad en áreas urbanizadas y un persistente problema de desnutrición en regiones como Cajamarca, La Libertad y Loreto (5).

Según el Instituto Nacional de Salud (INS), en el ámbito educativo, las loncheras escolares son una de las principales fuentes de alimentación para los niños durante su jornada escolar. Puesto que la misma desempeña un papel fundamental en la reposición de la energía, favoreciendo su desempeño físico y cognitivo. Teniendo en cuenta que, este alimento debe aportar entre el 10 % y el 15 % de los requerimientos calóricos diarios necesarios para su adecuado desarrollo (6). Cabe destacar que la lonchera no debe sustituir al desayuno, dado que este proporciona entre el 20 % y el 25 % de la energía diaria requerida. Por el cual actúa de manera complementaria, contribuyendo en el

incremento de la energía disponible, facilitando una mayor atención y concentración de los preescolares (7).

La prevalencia del consumo de loncheras saludables en el Perú es considerablemente baja, presentando un valor nutricional insuficiente para satisfacer las necesidades energéticas de un escolar promedio. En la cual se observa que, a mayor edad escolar, menor es la frecuencia con la que se consumen loncheras con un adecuado perfil nutricional (8). En este contexto, el MINSA, a través del INS, ha informado que los escolares estarían consumiendo cerca de 15 cucharaditas de azúcar al día, equivalente a 74 gramos, únicamente mediante los alimentos incluidos en sus loncheras. Siendo esta cantidad un excedente del 50 % respecto al límite de ingesta diaria recomendada (9). Es por ello que, los primeros años de vida constituyen una fase clave para consolidar hábitos de alimentación saludable, con el objetivo de que la misma se mantenga de forma sostenida a lo largo de las diferentes etapas de su proceso de desarrollo (10).

El problema general planteado es:

- ¿Cuál es la asociación de la condición del nivel de conocimientos y las prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños de la I.E.I. N°019 Naranjillo, de Huánuco durante el año 2025?

Los problemas específicos son:

- ¿Cuál es el nivel de conocimientos sobre loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?
- ¿Cuál es el tipo de prácticas de elaboración de loncheras en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?
- ¿Cuál es la asociación entre el nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?
- ¿Cuál es el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?

- ¿Cuál es la asociación entre el nivel de conocimientos de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?
- ¿Cuál es la asociación entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?

En relación a las bases teóricas, el conocimiento se concibe como un elemento esencial para la cultura y el desarrollo económico y social, ya que se adquiere y transmite mediante tres vías principales: la razón y el lenguaje, la experiencia y la acción, así como la percepción y los símbolos, lo que permite integrar estos aspectos en los procesos de aprendizaje y comunicación (11). Cabe resaltar que, los tipos de conocimiento se clasifican en tres categorías principales, cada una con características distintivas que permiten comprender la forma en que se adquiere y se valida la información. En primer lugar, el conocimiento teórico, el cual se basa en la interpretación de una realidad, sustentados en experiencias previas o creencias adquiridas. En segundo lugar, el conocimiento empírico, la cual se deriva directamente de las vivencias y experiencias personales. Finalmente, el conocimiento práctico, el cual se caracteriza por ser aplicados en la acción, influyendo en la modelación de conductas y comportamientos (12).

En consonancia con la alimentación, la etapa de 3 a 5 años en los niños es crucial para el establecimiento de hábitos alimentarios saludables, los cuales son fundamentales para un crecimiento y desarrollo óptimos. En este periodo, es esencial implementar rutinas alimenticias que incluyen comidas balanceadas a lo largo del día, como desayunos, meriendas, almuerzos y cenas, con un enfoque en el control y la organización para asegurar que se cubran adecuadamente las necesidades energéticas diarias (13).

En el contexto de una lonchera saludable, esta misma se compone de un conjunto equilibrado de alimentos que proporcionan importantes beneficios nutricionales para los niños, favoreciendo su actividad diaria y su bienestar general. Cabe resaltar que su adecuada composición debe incluir alimentos energéticos, constructores, reguladores y líquidos, siendo estos esenciales tanto para su óptimo crecimiento como desarrollo físico e intelectual (14). De esta manera, los alimentos energéticos son aquellos que brindan al

cuerpo la energía que los niños necesitan para realicen sus actividades diarias. En este grupo se incluyen principalmente los carbohidratos y, en menor medida, las grasas. Los carbohidratos complejos, ricos en fibra, contribuyen a una mejor regulación del sistema digestivo y se encuentran en alimentos como pan integral, cereales, avena, etc. Por su parte, las grasas recomendadas para los niños provienen de fuentes no saturadas como maní, pecanas, palta y aceitunas, las cuales favorecen el adecuado funcionamiento del organismo, especialmente del sistema cardiovascular (15).

Respecto a los alimentos constructores, estos mismos cumplen un papel crucial en la formación de la piel, los músculos y tejidos, lo cual también cumple un papel importante en la cicatrización de heridas. Los alimentos que la conforman son la leche y sus derivados, carnes rojas y blancas, huevos y legumbres (16).

Por otro lado, tenemos a los alimentos reguladores, este grupo de alimentos proporciona los nutrientes requeridos para favorecer la complementariedad de los alimentos energéticos y reguladores, asegurando el adecuado funcionamiento del cuerpo. Teniendo como los principales nutrientes los minerales y las vitaminas, estos se hallan predominantemente en verduras y frutas (17). En último, aunque no menos relevante, se encuentra el agua, considerado como esencial para el organismo, dado que garantiza una hidratación adecuada, favoreciendo el rendimiento físico y cognitivo, adicional a ello se encarga de regular la temperatura corporal. Por el cual se recomienda optar por el agua o refrescos naturales a base de frutas preparados en casa, evitando bebidas carbonatadas, café o jugos artificiales (18).

Otra teoría a considerar, es el estado nutricional, el cual refiere a la condición de una persona en función de la ingesta y aprovechamiento de los nutrientes. Su evaluación consiste en analizar y determinar posibles alteraciones nutricionales, desde deficiencias hasta excesos, a través de indicadores de ingesta y salud. Para ello, se utilizan indicadores antropométricos, bioquímicos, clínicos y dietéticos, con el fin de identificar posibles riesgos nutricionales (19). Cabe resaltar que, dentro de los indicadores antropométricos, el peso para la talla permite evaluar la relación entre el peso corporal y la estatura, con la ventaja de que no requiere conocer la edad del niño para su aplicación. No obstante, no sustituye la evaluación de la talla para la edad ni del peso para la edad (20). Según la desviación estándar (DE), se clasifica como desnutrición severa cuando el valor es

inferior a -3 DE, desnutrición aguda si se ubica por debajo de -2 DE, estado normal entre -2 y +2 DE, sobrepeso cuando supera los +2 DE y obesidad si es mayor a +3 DE (21).

La talla para la edad, en cambio, relaciona la estatura con la edad cronológica, considerándose como tal la medida desde la parte superior de la cabeza hasta los pies (22). Se clasifica como desnutrición crónica cuando el valor es inferior a -2 DE, estado normal entre -2 y +2 DE, talla alta si supera los +2 DE y muy alta cuando es mayor a +3 DE (21).

Por su parte, el peso para la edad expresa la correspondencia entre el peso y la edad cronológica. Un peso insuficiente puede ser consecuencia de desnutrición, aunque este indicador presenta limitaciones, especialmente después del primer año de vida, cuando el bajo peso debe evaluarse en función de la talla o longitud del niño (23). En este caso, se considera bajo peso severo con valores inferiores a -3 DE, bajo peso o desnutrición global cuando está por debajo de -2 DE, estado normal entre -2 y +2 DE y sobrepeso si supera los +2 DE (21). Cabe enfatizar que el índice de masa corporal para la edad constituye un parámetro global de la constitución corporal. Para obtener este valor, donde el peso en kilogramos se divide por el cuadrado de la altura expresada en metros. En niños y adolescentes, este indicador no mantiene una tendencia fija, sino que se ajusta dependiendo de factores como el sexo y la edad; por ello, su interpretación se apoya en curvas de crecimiento y tablas percentilares que ajustan los resultados a cada etapa del desarrollo (24).

Otra base teórica a contemplar es la malnutrición, la cual engloba una serie de problemas derivados del déficit, exceso o desequilibrio en el consumo de calorías y nutrientes, lo que repercute de manera directa en la salud individual. En contraste, un estado nutricional adecuado incide positivamente en el crecimiento y el desarrollo integral del individuo, abarcando tanto el aspecto corporal como el mental (25). Dentro de este panorama, la desnutrición infantil constituye una de las formas más graves de malnutrición, pues resulta de la carencia de nutrientes esenciales, ocasionada principalmente por una ingesta insuficiente de alimentos adecuados y nutritivos. Esta condición afecta de manera significativa la supervivencia y el desarrollo integral de los niños. Sin embargo, no solo la dieta influye, sino también factores estructurales como el acceso limitado al agua potable y a servicios médicos, la insuficiente preparación educativa de las figuras parentales y, en última instancia, la pobreza (26).

De acuerdo con la OMS, la desnutrición puede clasificarse en cuatro tipos principales. En primer lugar, la emaciación, que se distingue por una insuficiencia de peso en relación con la talla, lo que refleja una pérdida reciente de peso asociada a la falta de alimentos o a infecciones. En segundo lugar, el retraso del crecimiento, manifestado en una estatura más baja de lo esperado para la edad, como consecuencia habitual de una nutrición inadecuada mantenida en el tiempo y de factores sociales y económicos desfavorables. También se reconoce la insuficiencia ponderal, que ocurre cuando el peso es inferior al adecuado para la edad y que puede coexistir con la emaciación o el retraso del crecimiento. Finalmente, se encuentra la desnutrición por deficiencias de micronutrientes, que afecta negativamente al crecimiento y desarrollo de los niños (27).

En el extremo opuesto, el sobrepeso y la obesidad aparecen cuando existe un desequilibrio entre la energía consumida y el gasto calórico, lo que ocasiona acumulación de tejido adiposo con repercusiones negativas para la salud. En la población infantil, estas condiciones incrementan el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (28), reducen la esperanza de vida, afectan la productividad y generan elevados costos económicos para los países debido a los gastos en prevención y tratamiento. Sus complicaciones más frecuentes comprometen principalmente los sistemas cardiovascular y endocrino (29). A ello se suman las enfermedades no transmisibles vinculadas a la alimentación, también denominadas enfermedades crónicas por su prolongada duración, que repercuten en personas de cualquier edad. Estas se originan, sobre todo, a partir de hábitos de vida poco saludables, como el sedentarismo, la falta de actividad física y una dieta desequilibrada caracterizada por un elevado consumo de azúcar, sodio, alimentos ultraprocesados y grasas saturadas. En el caso del Perú, este tipo de enfermedades se sitúan entre las principales causas de mortalidad, siendo especialmente prevalentes las cardiovasculares, hormonales y renales (30).

Respecto a los antecedentes, resulta pertinente contemplar tanto los estudios de alcance internacional como nacional.

Gibson E, et al. (2020) presentaron un estudio multinacional de corte transversal con el propósito de investigar la influencia de las actitudes, conductas y conocimientos nutricionales parentales sobre el consumo de refrigerios saludables y no saludables en niños preescolares de 3 a 5 años. La muestra incluyó 5185 díadas de padres e hijos de distintos jardines de infancia, a quienes se aplicaron cuestionarios sobre prácticas

alimentarias, conocimiento nutricional e ingesta de refrigerios; adicionalmente, se recogieron datos antropométricos para evaluar el estado nutricional infantil. Los resultados indicaron que los padres que ofrecían refrigerios saludables a sus hijos veían un mayor consumo de los mismos, a diferencia de los que empleaban prácticas permisivas poco saludables. Se concluye una asociación significativa entre el conocimiento nutricional y las prácticas de los padres con los hábitos alimentarios de los preescolares (31).

Herrán Y, et al. (2023) ejecutaron un estudio transversal correlacional con el objetivo de evaluar la interacción entre las prácticas alimentarias que aplican los padres, su comprensión sobre nutrición y los comportamientos alimentarios que desarrollan los niños en cuatro instituciones educativas. La muestra incluyó a 1162 padres de familia, en la cual se utilizó un cuestionario para evaluar los hábitos de alimentación infantil y conocimientos nutricionales de los padres. Los resultados hallaron relaciones entre prácticas parentales responsivas (59,5%) y el consumo de alimentos saludables, mientras que las prácticas autoritarias (65,7%) y permisivas (48,1%) se asociaron con un mayor consumo de ultraprocesados. Se concluye en la influencia significativa de las prácticas parentales en los hábitos alimentarios infantiles (32).

Lalchandani N, et al. (2025) desarrollaron un estudio observacional de tipo transversal en 23 instituciones educativas, que incluyó 14 centros preescolares y 9 escuelas primarias pertenecientes a distintos estratos socioeconómicos. La muestra analizada correspondió a 673 loncheras cuyos contenidos se registraron fotográficamente antes y después del consumo. Se observó que los cereales o granos fueron el grupo más frecuente (92,4%), seguidos por frutas (78,3%) y refrigerios (61,5%), mientras que los vegetales (25,9%), lácteos (32,2%) y proteínas (9,2%) tuvieron una menor representación. El análisis del desperdicio evidenció que las verduras constituyeron el grupo más desaprovechado (50,5%), seguidas por frutas (36,8%) y cereales (34,7%), siendo mayor la proporción de residuos en preescolares frente a primarios. En conclusión, las loncheras de preescolares mostraron un perfil nutricional superior, aunque con mayor desperdicio de alimentos (33).

Mendoza M, et al. (2023) presentaron una investigación que enmarcó un enfoque cuantitativo con un diseño correlacional, con el fin de examinar la relación existente entre el grado de conocimiento de las madres respecto a la preparación de loncheras saludables y el estado nutricional de sus hijos en etapa preescolar. La población estuvo compuesta

por 48 madres, en la cual se utilizó un cuestionario validado para medir el conocimiento de loncheras saludables y evaluó el estado nutricional de los niños mediante una balanza calibrada y un tallímetro. Los resultados indicaron que el 87,5% de las madres tienen un conocimiento alto sobre el tema, mientras que el 77,1% de los niños presentan un estado nutricional normal. Se concluye una asociación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento materno sobre loncheras saludables y la condición nutricional de los preescolares (34).

Coronel L. (2023) efectuó un estudio cuantitativo correlacional de corte transversal, el cual se orientó a analizar cómo el nivel de conocimiento materno respecto a la preparación de loncheras saludables se vincula con la condición nutricional de los preescolares. La muestra estuvo conformada por 84 participantes, entre madres y niños. Se aplicó un cuestionario sobre loncheras saludables y una ficha técnica para evaluar el estado nutricional de los niños. Los resultados evidenciaron que más del 50% de las madres tenían un conocimiento medio sobre el tema, mientras que más del 80% de los niños presentaban peso normal para su edad, un mismo valor porcentual se observó en aquellos con un peso adecuado para su talla y más del 75% con talla normal para su edad. Se concluye que el grado de conocimiento que poseen las madres sobre la elaboración de loncheras saludables guarda una relación significativa con el estado nutricional que presentan sus hijos en etapa preescolar (12).

Linares M. (2024) realizó una investigación cuantitativa, con diseño correlacional y de corte transversal, en una muestra compuesta por 50 preescolares, con el fin de examinar la relación entre el contenido de las loncheras y el estado nutricional de los niños. Para ello, se les aplicó una lista de chequeo para el contenido de la lonchera y una ficha de evaluación antropométrica para determinar el estado nutricional. Los resultados revelaron que el 72% consumían loncheras saludables y el 92% presentaban un estado nutricional normal. Asimismo, el 6% presentó desnutrición y el 2% sobrepeso. Se concluye que no hay una relación directa entre tener una lonchera saludable y el estado nutricional de los niños preescolares, dado que otros factores inciden en la misma (35).

Ayme Y. (2024) llevó a cabo una investigación cuantitativa de corte transversal. La misma tuvo como propósito evaluar la relación entre los conocimientos de las madres sobre alimentación saludable y la calidad de las loncheras preparadas. La muestra estuvo compuesta por 30 madres junto con sus hijos, aplicándose un cuestionario y una lista de

cotejo. Los hallazgos revelaron que el 43,3% de las madres tenía un nivel de conocimiento regular, el 36,7% bajo y solo el 20,0% alto. En cuanto a las loncheras, el 56,7% fueron catalogadas como poco saludables, el 30,0% saludables y el 13,3% no saludables. En conclusión, no existe una relación significativa entre el nivel de conocimientos maternos y la calidad de las loncheras escolares (36).

Chamorro V. (2024) efectuó un estudio con un enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, correlacional, no experimental. En la cual buscó determinar la relación entre el contenido de las loncheras y el estado nutricional de los niños pertenecientes a un instituto de inicial. La muestra estuvo compuesta por 37 preescolares distribuidos en los tres grados de educación inicial. Los hallazgos arrojaron que el 59% de las loncheras correspondían a la categoría no saludable, mientras que solo el 30% eran saludables y el 11% poco saludables. Respecto al estado nutricional, más del 80% de los niños presentaron un diagnóstico normal, el 16.2% desnutrición y únicamente el 2.5% obesidad. En conclusión, no se halló una asociación significativa entre la calidad general de las loncheras y el estado nutricional. Sin embargo, sí se evidenció asociación con la dimensión de alimentos energéticos, lo que indica que su frecuencia de consumo puede influir en la condición nutricional, a diferencia de los alimentos protectores y reguladores, que no mostraron relación significativa (37).

Chávez B. (2020) realizó una investigación cuantitativa de corte transversal en 226 preescolares, con el objetivo de evaluar la relación entre el estado nutricional evaluados según los indicadores del MINSA y el tipo de lonchera consumida clasificados mediante una ficha de cotejo. Los hallazgos mostraron que el 61,06% de los niños con peso normal consumen loncheras naturales. Asimismo, el 62,39% con talla normal presentan el mismo hábito, y el 57,96% con peso adecuado para su talla siguen la misma tendencia. En conclusión, se evidenció que la mayor parte de los preescolares mantienen un estado nutricional normal y consumen preferentemente loncheras de tipo natural, confirmándose que este patrón alimentario está directamente vinculado a un mejor estado nutricional en la infancia temprana (38).

Quispe W. (2024) elaboró un estudio con enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, el cual tuvo como propósito evaluar los conocimientos de las madres y su efecto en la preparación de loncheras saludables en niños de 3 a 5 años. Se trabajó con 60 madres, empleando un cuestionario y una guía de observación. Los hallazgos muestran

que un número predominante de las madres presentan un conocimiento adecuado sobre la definición de lonchera saludable (70%) y sobre sus beneficios (73.3%), mientras que un 53.3% reconoce los alimentos energéticos y un 38.3% los constructores. En cuanto a prácticas de conservación, el 85% evidenció un nivel alto en higiene y el 41.7% en almacenamiento. Se concluye que un mayor conocimiento de las madres se asocia con la preparación de loncheras más saludables para sus hijos (39).

Aparcama C, et al. (2025) corresponde a un estudio cuantitativo, correlacional, no experimental de corte transversal, cuya finalidad fue establecer la asociación entre el conocimiento materno sobre loncheras saludables y el estado nutricional de los niños en la etapa preescolar. Se contó con una muestra de 123 madres con sus hijos. Se ejecutó un cuestionario para medir conocimientos y registros antropométricos. Los resultados mostraron que la mayoría de madres poseía estudios superiores, un nivel de conocimiento general alto sobre loncheras nutritivas, y que más de la mitad conocía adecuadamente los alimentos que debía contener una lonchera saludable, mientras que más del 70% identificaba correctamente los productos no recomendados. En cuanto a los niños, más del 90% presentó peso y talla normales para su edad. En conclusión, la asociación entre los conocimientos maternos y la condición nutricional infantil no alcanzó significancia estadística (40).

Salinas B, et al (2025) desarrollaron un estudio con un enfoque cuantitativo y diseño no experimental, cuyo objetivo fue analizar la relación entre el conocimiento materno sobre loncheras saludables y el estado nutricional de los niños en la etapa preescolar. La investigación contó con una totalidad de 85 niños con sus respectivas madres, a quienes se aplicó un cuestionario para medir el nivel de conocimiento y se recopilaron datos antropométricos de las tarjetas CRED. Los hallazgos revelaron que la mayor parte de las madres poseía un nivel alto de conocimiento, mientras que menos del 10% alcanzó un nivel medio; en cuanto a los niños, más de la mitad presentó un estado nutricional normal, más del 20% con obesidad, más del 10% con sobrepeso y un valor menor al 3% con bajo peso. En conclusión, no se halló una asociación significativa entre el grado de conocimiento materno y la condición nutricional infantil (24).

Rojas S. (2024) desarrolló un estudio cuantitativo, no experimental y de tipo correlacional, cuyo objetivo fue establecer la asociación entre el grado de conocimiento que poseen las madres acerca del contenido de las loncheras y las características de las

mismas. La muestra, equivalente al total de la población, estuvo compuesta por 37 madres. Se aplicó un cuestionario validado para medir el conocimiento materno y una escala valorativa para identificar la calidad nutricional de las loncheras. Los resultados mostraron que el 32,4% de las madres contaban con un conocimiento bajo, el 56,8% alcanzó un nivel medio y solo el 10,8% logró un nivel alto; pese a ello, se determinó que el 100% de las loncheras evaluadas eran no saludables. En conclusión, al no encontrarse loncheras saludables, no fue posible establecer una asociación significativa entre las variables planteadas (41).

El objetivo general del estudio es:

- Determinar la asociación entre la condición del nivel de conocimientos y las prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños de la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.

Los objetivos específicos son:

- Identificar el nivel de conocimientos sobre loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.
- Identificar el tipo de prácticas de elaboración de loncheras en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.
- Analizar la asociación entre el nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.
- Identificar el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.
- Analizar la asociación entre el nivel de conocimientos de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.
- Analizar la asociación entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.

II. METODOLOGÍA

2.1. Enfoque metodológico

Este estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, orientado a identificar la relación de la condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños.

2.2. Tipo de estudio

En esta investigación se empleó un estudio de tipo básico, el cual se centró en la observación del comportamiento de la variable compuesta, con el propósito de comprender su posible influencia en el estado nutricional de los niños.

2.3. Diseño de investigación

2.3.1. No experimental

En esta investigación, las variables fueron analizadas sin ningún tipo de manipulación por parte de los investigadores, quienes se centraron exclusivamente en su observación y descripción objetiva.

2.3.2. Prospectivo

La recolección de los datos fue realizada por el investigador, empleándose instrumentos previamente validados con el fin de asegurar la confiabilidad y exactitud de la información recopilada.

2.3.3. Transversal

Para la medición de las variables se realizó en un único momento o corte temporal, con el propósito de recopilar los datos necesarios para el análisis correspondiente

2.4. Población y muestra

2.4.1. Población

Estuvo integrada por 119 diadas de cuidadores-niños matriculados en el nivel inicial.

2.4.1.1. Criterios de selección

a) Criterios de Inclusión

- Preescolares que se encuentren matriculados y asistan en la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo.
- Niños y niñas con edades comprendidas entre los 3 y 5 años.
- Cuidadores y/o preescolares que otorguen su autorización por consentimiento y asentimiento informado.
- Preescolares que traigan la lonchera escolar para su respectiva evaluación.

b) Criterios de Exclusión

- Preescolares que no se encuentren matriculados y no asistan en la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo.
- Niños y niñas con edades mayores a 5 años.
- Cuidadores y/o preescolares que no otorguen su autorización por consentimiento o asentimiento informado.
- Preescolares que no traigan la lonchera escolar para su respectiva evaluación.
- Preescolares que padecen alguna dificultad o discapacidad física que pueda interferir con las mediciones antropométricas.

2.4.2. Muestra y muestreo

2.4.2.1. Muestra

Para tal efecto, se empleó la fórmula para el cálculo del tamaño de muestra en poblaciones finitas. Dando como resultado un tamaño muestral de 91 diadas de cuidadores-niños de la I.E.I N°019.

2.4.2.2. Muestreo

El muestreo utilizado en este estudio fue de tipo no probabilístico, basado en la conveniencia y accesibilidad.

2.5. Variables

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN	ESCALA DE VALORACIÓN
Nivel de conocimientos sobre loncheras saludables	Resultados derivados de los puntajes obtenidos posterior a la aplicación de un cuestionario sobre el conocimiento acerca de las loncheras saludables.	Nivel de conocimientos	<ul style="list-style-type: none"> • Importancia de loncheras saludables • Contenido de loncheras saludables • Frecuencia de lonchera saludable • Valor nutricional • Preparación de loncheras saludables 	<p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Cuestionario</p>	<p>Conocimiento alto: 48-60 pts.</p> <p>Conocimiento medio: 33-47 pts.</p> <p>Conocimiento bajo: ≤ 32 pts.</p>
Prácticas de elaboración de loncheras	Resultados derivados de los puntajes obtenidos posterior a la aplicación de una lista de chequeo sobre las prácticas de elaboración de loncheras.	Tipo de prácticas de elaboración	<ul style="list-style-type: none"> • Contenido de la lonchera • Conservación de los alimentos de la lonchera 	<p>Técnica: Observación estructurada</p> <p>Instrumento: Lista de chequeo</p>	<p>No saludables: 0-10 pts.</p> <p>Saludables: 11-18 pts.</p>
Condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración de loncheras saludables	Clasificación obtenida al integrar el nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables.	Nivel de conocimientos y tipo de prácticas de elaboración	Coherencia entre conocimientos y prácticas.	<p>Técnica: Encuesta y observación estructurada</p> <p>Instrumento: Cuestionario y lista de chequeo</p>	<p>Adecuada: Nivel de conocimiento medio/alto y prácticas saludables.</p> <p>Inadecuada: Nivel de conocimiento bajo o prácticas no saludables.</p>

Estado nutricional	Los datos corresponden a las evaluaciones antropométricas realizadas en los niños de nivel preescolar. En este estudio, la valoración se efectuará considerando el peso en relación con la talla para quienes son menores de cinco años, y el índice de masa corporal en el caso de los que tienen cinco años.	Estado nutricional antropométrico	Peso para la talla	Técnica: Antropometría Instrumento: Balanza, tallímetro y ficha de evaluación antropométrica	Desnutrición (<-2) Normal (+2 a -2) Sobrepeso (>+2) Obesidad (>+3)
			Talla para la edad		Talla baja (<-2) Normal (+2 a -2) Alto (>+2)
			Peso para la edad		Bajo peso (<+2) Normal (+2 a -2) Sobrepeso (>+2)
			Índice de Masa Corporal para la edad		Desnutrición (<-2 a -3) Normal (+1 a -2) Sobrepeso (>1 a 2) Obesidad (>2)

2.6.Procedimientos

2.6.1. Procedimientos

Se obtuvo la autorización del Comité de Ética de la Universidad Privada Norbert Wiener. En consecutiva, se solicitó a la directora de la I.E.I. N.º019 Naranjillo, la autorización para desarrollar la investigación. Posterior a ello, se comunicó de manera detallada a los padres de familia el propósito y los procedimientos del estudio, atendiendo todas sus inquietudes y proporcionando el consentimiento informado, mientras que a los niños se les entregó el asentimiento informado. Inicialmente, se realizaron las mediciones antropométricas de los niños, registrando los datos en la ficha de recolección. Luego, antes de la hora de recreo, se aplicó la lista de chequeo para evaluar las loncheras, calificando su contenido y características. Finalmente, se administró el cuestionario para identificar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables.

2.6.2. Técnicas

La técnica utilizada para evaluar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables fue la encuesta, aplicada a los cuidadores. Para identificar las prácticas de elaboración de loncheras se empleó la técnica de observación estructurada. Finalmente, el estado nutricional, se determinó a través de la antropometría.

Para estimar el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en los cuidadores, se aplicó un cuestionario validado y utilizado por Mendoza M, et al. (34), compuesto por 20 preguntas, cada una con cuatro alternativas, con puntajes que oscilaron entre 0 y 3. La interpretación de los puntajes se realizó de la siguiente manera: un nivel alto correspondió a puntajes de 48 a 60, un nivel medio a puntajes de 33 a 47, y un nivel bajo a puntajes menores o iguales a 32. Por otra parte, para la evaluación de las prácticas de elaboración, se empleó una lista de chequeo validada y utilizada por Linares M. (35), estructurada en dos partes: el contenido de la lonchera y la presentación y conservación de los alimentos. De esta manera, el puntaje total de la lista de chequeo ascendió a 18 puntos, en la cual un puntaje de

0 a 10 se consideró como “No saludable”, mientras que de 11 a 18 puntos se calificó como “Saludable”. Para la evaluación del estado nutricional se empleó una ficha de evaluación antropométrica utilizada por Linares (35), la cual se sustentó en la guía técnica aprobada mediante “Resolución Ministerial N.º 034-2024-MINSA” (42), en concordancia con los patrones de crecimiento de la OMS (43).

Plan de análisis

Los datos recopilados se organizaron inicialmente en una hoja de cálculo de Excel y luego se procesaron mediante el software estadístico SPSS, versión 26, lo que permitió realizar un análisis más preciso y confiable. Se aplicaron estadísticas descriptivas e inferenciales, que se presentaron en tablas para facilitar la interpretación de la información. Dentro del análisis, se consideró la condición del nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables, dado que esta variable compuesta reflejaba la coherencia entre lo que los cuidadores sabían y lo que aplicaban en la práctica. La categorización de la misma fue propuesta por el autor, integrando dos dimensiones evaluadas previamente mediante instrumentos validados en estudios anteriores. Por otro lado, para la evaluación nutricional se empleó el peso en relación con la talla en menores de cinco años, y en los niños de cinco años se empleó el índice de masa corporal. De esta manera, el ajuste se realizó mediante la selección del indicador antropométrico más adecuado según la edad.

Aspectos éticos

Se respetó lo dispuesto en el Art. 2 Inc. 6 de la Constitución Política del Perú, que protege la privacidad personal y familiar frente a la divulgación de información por servicios informáticos públicos o privados (44). En concordancia con este principio, se adoptaron medidas para garantizar la confidencialidad de los participantes, manteniendo sus datos e identidades en reserva durante todo el desarrollo del estudio.

III. RESULTADOS

Tabla 1. Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables de los cuidadores

Nivel de conocimiento	Frecuencia	Porcentaje
Conocimiento bajo	12	13,2%
Conocimiento medio	33	36,3%
Conocimiento alto	46	50,5%
Total	91	100%

Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo con los resultados expuestos en la Tabla 1, doce de los cuidadores evaluados fue clasificado dentro de la categoría de conocimiento bajo, lo que equivale a un 13,2 % del total de la muestra. En cuanto al nivel medio, se identificaron 33 cuidadores, quienes representan el 36,3 %, lo que refleja que aproximadamente la tercera parte de la muestra posee un conocimiento intermedio respecto a la preparación de loncheras saludables. Finalmente, la mayor proporción de participantes se concentró en la categoría de conocimiento alto, conformada por 46 cuidadores, equivalente al 50,5 % de la población estudiada.

Tabla 2. Tipo de prácticas de elaboración de loncheras de los cuidadores

Prácticas de elaboración	Frecuencia	Porcentaje
Saludables	37	40,7%
No saludables	54	59,3%
Total	91	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 2 se evidencia la distribución de las prácticas de elaboración de loncheras por parte de los cuidadores. Se observa que 54 de ellos, que representan el 59,3 % del total evaluado, desarrollan prácticas no saludables en la preparación de las loncheras de los niños. En contraste, 37 cuidadores, lo que corresponde al 40,7 % restante, fueron clasificados dentro de la categoría de prácticas saludables.

Tabla 3. Asociación entre el nivel de conocimiento y las prácticas de elaboración de loncheras saludables de los cuidadores

		Nivel de conocimiento			Total	Sig. (χ^2)	Sig. (PEF)	
		Bajo	Medio	Alto				
Tipo de prácticas de elaboración	Saludables	f	5	16	16	37	0,472	0,463
		%	13,5%	43,2%	43,2%	100,0%		
	No saludables	f	7	17	30	54		
		%	13,0%	31,5%	55,6%	100,0%		
Total		f	12	33	46	91		
		%	13,2%	36,3%	50,5%	100,0%		

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 3 se evidencia la relación entre el nivel de conocimiento sobre loncheras saludables y las prácticas de elaboración que realizan los cuidadores. Se observa que dentro del grupo que elabora loncheras saludables, predominan los cuidadores con nivel de conocimiento alto (43,2 %), pero también se presenta la misma proporción en el nivel medio (43,2 %), y en menor medida en el nivel bajo (13,5 %). De manera similar, entre quienes preparan loncheras no saludables, la mayor proporción corresponde a cuidadores con un nivel de conocimiento alto (55,6 %), seguidos por aquellos con nivel medio (31,5 %) y bajo (13,0 %). Cabe resaltar que al aplicar la prueba de chi-cuadrado de Pearson (χ^2), se obtuvo un nivel de significancia mayor a 0,05 ($p = 0,472$), lo que indica que no existe una asociación estadísticamente significativa entre las variables. Sin embargo, dado que una casilla presentó un recuento esperado menor a cinco, lo cual puede afectar la validez del chi-cuadrado, se consideró pertinente complementar el análisis con la prueba exacta de Fisher (PEF). El resultado obtenido ($p = 0,463$) confirmó lo hallado con la prueba de chi-cuadrado, evidenciando igualmente que la relación entre las variables no es estadísticamente significativa.

Tabla 4. Estado nutricional antropométrico de los niños

Estado nutricional	Frecuencia	Porcentaje
Desnutrición	0	0,0%
Normal	36	39,6%
Sobrepeso	47	51,6%
Obesidad	8	8,8%
Total	91	100%

Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo con los resultados expuestos en la Tabla 4, ninguno de los niños evaluados presentó desnutrición, lo que corresponde al 0,0 % del total de la muestra. En cuanto al estado nutricional normal, se registraron 36 casos, que representan el 39,6 % de los participantes. Asimismo, 47 niños, equivalentes al 51,6 %, fueron clasificados con sobrepeso, constituyendo así la mayoría dentro de la población estudiada. Mientras que 8, que corresponden al 8,8 %, presentaron obesidad.

Tabla 5. Asociación entre el nivel de conocimiento de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los niños

		Estado nutricional			Total	Sig. (χ^2)	Sig. (PEF)	
		Normal	Sobrepeso	Obesidad				
Nivel de conocimiento	Bajo	f	4	5	3	12	0,192	0,234
		%	33,3%	41,7%	25,0%	100,0%		
	Medio	f	16	15	2	33		
		%	48,5%	45,5%	6,1%	100,0%		
	Alto	f	16	27	3	46		
		%	34,8%	58,7%	6,5%	100,0%		
Total	f	36	47	8	91			
	%	39,6%	51,6%	8,8%	100,0%			

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 5 se expone la asociación entre el nivel de conocimiento de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los niños. Los resultados muestran que, en los niños con estado nutricional normal, los cuidadores con nivel de conocimiento medio concentran el mayor porcentaje (48,5 %), seguidos de aquellos con nivel alto (34,8 %) y en menor proporción con nivel bajo (33,3 %). En el grupo con sobrepeso, se observa un predominio de cuidadores con nivel de conocimiento alto (58,7 %), mientras que los niveles medio (45,5 %) y bajo (41,7 %) presentan porcentajes menores. En el caso de los niños con obesidad, se aprecia una distribución más dispersa, puesto que el 25 % de los cuidadores presentan un nivel bajo de conocimiento, 6,1 % nivel medio y 6,5 % nivel alto. Cabe acentuar que, la prueba de chi-cuadrado de Pearson (χ^2) arrojó un nivel de significancia de 0,192. Esto evidencia que la relación entre las variables no es estadísticamente significativa. No obstante, puesto que cuatro casillas presentaron un recuento esperado menor a cinco, se decidió complementar el análisis con la prueba exacta de Fisher (PEF). El resultado ($p = 0,234$) fue consistente con el obtenido en el chi-

cuadrado, confirmando que la relación entre las variables no es estadísticamente significativa.

Tabla 6. Asociación entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras con el estado nutricional antropométrico de los niños

		Estado nutricional			Total	Sig. (χ^2)	Sig. (PEF)	
		Normal	Sobrepeso	Obesidad				
Tipo de prácticas de elaboración	Saludables	f	34	2	1	37	0,000	0,000
		%	91,9%	5,4%	2,7%	100,0%		
	No saludables	f	2	45	7	54		
		%	3,7%	83,3%	13,0%	100,0%		
Total		f	36	47	8	91		
		%	39,6%	51,6%	8,8%	100,0%		

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 6 se evidencia la asociación entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras y el estado nutricional antropométrico de los niños. Los resultados muestran que aquellos cuidadores que elaboran loncheras saludables tienen una marcada predominancia de niños con estado nutricional normal (91,9 %), mientras que los casos de sobrepeso (5,4 %) y obesidad (2,7 %) son minoritarios. En contraste, en los cuidadores que elaboran loncheras no saludables, la mayoría de los niños presentan sobrepeso (83,3 %), seguidos por un 13 % con obesidad y solo un 3,7 % con estado nutricional normal. Cabe resaltar que, la prueba de chi-cuadrado de Pearson (χ^2) mostró un nivel de significancia inferior a 0,001, lo que indica una relación altamente significativa entre las variables. Sin embargo, dado que dos casillas presentaron frecuencias esperadas menores a cinco, se aplicó la prueba exacta de Fisher (PEF), obteniéndose un valor consistente ($p < 0,001$) que confirmó la significancia de la asociación entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras con el estado nutricional antropométrico de los niños.

Tabla 7. Asociación entre la condición del nivel de conocimiento y las prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños

		Estado nutricional			Total	Sig. (χ^2)	Sig. (PEF)	
		Normal	Sobrepeso	Obesidad				
Condición del nivel de conocimiento y las prácticas	Adecuada	f	32	0	0	32	0,000	0,000
		%	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%		
	Inadecuada	f	4	47	8	59		
		%	6,8%	79,7%	13,6%	100,0%		
Total		f	36	47	8	91		
		%	39,6%	51,6%	8,8%	100,0%		

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 7 se observa la relación entre la condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños. Los resultados muestran que, entre los cuidadores con conocimientos y prácticas adecuadas, la totalidad de los niños presentan un estado nutricional normal (100 %), sin registrarse casos de sobrepeso ni obesidad. En contraste, entre los cuidadores con conocimientos y prácticas inadecuadas, la mayoría de los niños presentan sobrepeso (79,7 %), seguidos por un 13,6 % con obesidad y solo un 6,8 % con estado nutricional normal. Por otro lado, la prueba de chi-cuadrado de Pearson (χ^2) arrojó un nivel de significancia $p < 0,001$, considerado altamente significativo. No obstante, dado que una de las casillas presentó un recuento esperado menor a cinco, se aplicó también la prueba exacta de Fisher (PEF). El resultado obtenido ($p < 0,001$) confirmó la asociación estadísticamente significativa entre las variables.

IV. DISCUSIÓN

Conforme al objetivo general, los resultados de la investigación evidencian que la condición del nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables se asocia de manera significativa con el estado nutricional antropométrico de los niños. Específicamente, entre los cuidadores con conocimientos y prácticas adecuadas, la totalidad de los niños presentó un estado nutricional normal, mientras que en el grupo con conocimientos y prácticas inadecuadas predominó el sobrepeso y la obesidad. Estos hallazgos coinciden con los reportados por Quispe W. (39), en la cual observó que un nivel superior en el conocimiento de las madres se reflejaba en prácticas adecuadas de preparación de loncheras, lo que favorecía la calidad nutricional de los alimentos consumidos por sus hijos. Asimismo, Herrán Y, et al. (32) destacaron que las prácticas parentales responsivas combinadas con un conocimiento nutricional adecuado se asociaban con mayor ingesta de frutas y verduras y menor consumo de alimentos no saludables, evidenciando la importancia de la coherencia entre conocimiento y acción para la promoción de un estado nutricional saludable. Por otro lado, Gibson E, et al. (31) señalaron que los hijos de padres con mayor conocimiento y prácticas orientadas a ofrecer refrigerios saludables mostraban un consumo más elevado de opciones nutritivas, reforzando la idea de que el conocimiento sin su correcta aplicación podría no ser suficiente para lograr hábitos alimentarios saludables.

Acorde al primer objetivo específico, al identificar el nivel de conocimientos de los cuidadores sobre loncheras saludables, se evidenció que la mayoría presentó un nivel alto. Estos resultados coinciden parcialmente con Mendoza M, et al. (34), Aparcama C, et al. (40) y Salinas B, et al. (24), quienes reportaron mayor proporción de conocimiento alto. Coronel L. (12) observó un patrón similar al presente estudio, con presencia significativa de cuidadores con conocimiento intermedio. En conjunto, los hallazgos muestran que los cuidadores poseen un nivel de conocimiento mayoritariamente adecuado, aunque heterogéneo.

Conforme al segundo objetivo específico, se evidenció que el 59,3 % de los cuidadores presentaba prácticas no saludables en la elaboración de loncheras, mientras que el 40,7 % desarrolló prácticas saludables. Chamorro V. (37) reportó hallazgos similares, con 59 % de loncheras no saludables y 30 % saludables. Por el contrario, Linares M. (35) identificó 72 % de loncheras saludables y 28 % no saludables, mientras que Chávez B. (38) encontró

64 % de loncheras naturales. Estos resultados confirman que las prácticas de los cuidadores aún no se ajustan completamente a las recomendaciones nutricionales, constituyendo un riesgo para el desarrollo de hábitos adecuados en los niños.

En concordancia con el tercer objetivo específico, al analizar la asociación entre el nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables en cuidadores, no se evidenció relación significativa. Ayme Y. (36) halló resultados similares, con ausencia de vínculo entre conocimiento materno y calidad de las loncheras, predominando niveles regulares o bajos y loncheras poco saludables. Rojas S. (41) reportó que, pese a que más de la mitad de las madres tenía conocimiento medio, todas las loncheras fueron no saludables. En contraste, Quispe W. (39) encontró asociaciones significativas entre mayor conocimiento y adecuada preparación. No obstante, Herrán Y, et al. (32) advierten que estilos parentales permisivos limitan la aplicación del conocimiento favoreciendo prácticas alimentarias no saludables.

Conforme al cuarto objetivo específico, al identificar el estado nutricional antropométrico de los niños preescolares, se evidenció que el 51,6 % presentó sobrepeso, el 8,8 % obesidad y solo el 39,6 % estaba dentro de parámetros normales. Mendoza M, et al. (34) reportaron mayoritariamente estado normal con 14,6 % sobrepeso y 4,2 % obesidad, mientras que Chávez B. (38) halló 7 % sobrepeso y 16 % exceso de peso. Salinas B, et al. (24) encontraron cifras similares al exceso de peso (23,5 % obesidad y 16,5 % sobrepeso). Cabe acentuar que, Hui H, et al. (39) resaltan que la clasificación basada en peso/talla e IMC no distingue masa grasa de magra, pudiendo generar errores al clasificar a niños musculosos como sobrepeso o no detectar obesidad oculta.

Conforme al quinto objetivo específico, al analizar la asociación entre el nivel de conocimientos de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los niños, se observó que, aunque los cuidadores con conocimiento medio se concentraron mayormente en el grupo con estado nutricional normal, la prueba estadística no evidenció asociación significativa. Salinas B, et al. (24) hallaron resultados similares, con predominio de madres con conocimiento elevado pero prevalencias notorias de sobrepeso y obesidad. En contraste, Mendoza M, et al. (34) y Coronel L. (12) encontraron relación significativa entre conocimiento materno y estado nutricional, mientras Aparcama C, et al. (40) indicaron que el conocimiento teórico no garantiza impacto en la nutrición infantil.

En concordancia con el sexto objetivo específico, al analizar la asociación entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras y el estado nutricional antropométrico de los niños, se identificó una relación altamente significativa, observándose que la gran mayoría de los niños con loncheras saludables presentaron estado nutricional normal, mientras que aquellos con loncheras no saludables se concentraron principalmente en el sobrepeso y la obesidad. Este resultado guarda concordancia con lo señalado por Chávez B. (38), quien evidenció que los preescolares que consumían loncheras naturales tenían con mayor frecuencia indicadores antropométricos adecuados, confirmando que la calidad de la lonchera influye directamente en el estado nutricional. No obstante, contrasta con lo reportado por Linares M. (35) y Chamorro V. (37), quienes no hallaron una relación significativa entre ambas variables, sugiriendo que la nutrición infantil también está mediada por factores biológicos y socioambientales. Cabe señalar que el registro se efectuó únicamente en la pre ingesta de la lonchera, lo cual puede no reflejar de manera exacta el consumo real de los niños. Esto se alinea con lo expuesto por Lalchandani N, et al. (33), quienes demostraron que, aunque las loncheras de preescolares presentaban un perfil nutricional saludable, se registraba un elevado desperdicio de verduras y frutas, lo que pone en evidencia que la disponibilidad de alimentos saludables no siempre se traduce en su ingesta efectiva.

V. CONCLUSIONES

- Se encontró una asociación significativa entre la condición combinada del nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños ($p < 0,001$). Sin embargo, esta asociación debe interpretarse con cautela, dado que la evaluación antropométrica se basó en indicadores que no distinguen entre masa grasa y masa magra. La aplicabilidad se centra en reforzar programas que integren educación nutricional con seguimiento de prácticas y mediciones más precisas.
- La mayoría de los cuidadores presentó un nivel de conocimiento alto respecto a loncheras saludables. Sin embargo, estos conocimientos no fueron homogéneos. Su aplicabilidad práctica radica en reforzar campañas educativas adaptadas a distintos niveles de comprensión y realidades sociales. En cuanto a lo investigativo, se sugiere indagar en cómo variables socioeconómicas y culturales condicionan el nivel de conocimiento sobre alimentación infantil.
- Se identificó que la mayoría de cuidadores aplica prácticas no saludables en la elaboración de loncheras. La limitación es que se valoró solo el contenido previo a la ingesta, sin considerar desperdicio o aceptación de los alimentos. La aplicabilidad práctica recae en el desarrollo de talleres y materiales didácticos con recetas accesibles, promoviendo la preparación de loncheras equilibradas y atractivas para los niños. En el campo investigativo, futuros estudios deben incluir el análisis de aceptación infantil y del desperdicio alimentario para tener una visión más completa de la práctica.
- No se encontró asociación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras ($p = 0,463$). La limitación se relaciona con el diseño transversal, que no permite explicar causalidad. En términos prácticos, se recomienda estructurar programas que combinen teoría con actividades prácticas y seguimiento. En investigación, se propone realizar estudios longitudinales para explorar cómo el conocimiento puede transformarse en prácticas sostenidas a lo largo del tiempo.

- El estado nutricional de los niños mostró predominio de sobrepeso y obesidad, con menor proporción de estado normal. La clasificación antropométrica se basó tanto en el IMC y el peso/talla, los cuales no diferencian entre masa grasa y masa magra. La aplicabilidad práctica está en usar estos hallazgos como evidencia para implementar controles periódicos en escuelas, orientando intervenciones tempranas. A nivel investigativo, se recomienda emplear mediciones más precisas, como bioimpedancia o pliegues cutáneos, para determinar la composición corporal.
- La relación entre el nivel de conocimientos de los cuidadores y el estado nutricional de los niños no fue estadísticamente significativa ($p = 0,234$). La limitación fue la posible influencia de factores externos, como los socioeconómicos y culturales, que no fueron controlados en el estudio. La aplicabilidad práctica radica en reforzar programas que no se limiten a brindar información, sino que ofrezcan acompañamiento en la implementación. A nivel investigativo, se recomienda incluir análisis multivariados que contemplen dichos factores contextuales.
- Se identificó una asociación significativa entre las prácticas de elaboración de loncheras y el estado nutricional de los niños ($p < 0,001$). La limitación fue evaluar únicamente el contenido previo, sin analizar lo que efectivamente consumieron los niños. Su aplicabilidad práctica consiste en fortalecer la educación alimentaria enfocada en prácticas concretas, capacitando a los cuidadores en la preparación de loncheras atractivas, balanceadas y factibles. Desde lo investigativo, se plantea la necesidad de estudios que registren la ingesta real y su relación con la salud a mediano y largo plazo.

VI. REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso [Internet]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
2. Organización Mundial de la Salud. Malnutrición [Internet]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
3. Martínez R, Mejía C, Espíndola E. El costo de la doble carga de la malnutrición: principales impactos sociales y económicos en ocho países de América Latina [Internet]. Santiago: Naciones Unidas; 2024. Disponible en: <https://repositorio.cepal.org/entities/publication/c605bbb1-d198-4525-bbf3-e6b128c64ac1>
4. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Crece la ola de sobrepeso en la niñez. ¿Demasiado tarde para revertir la marea en América Latina y el Caribe? [Internet]. Ciudad de Panamá; 2023. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/informes/ola-sobrepeso-ninez-adolescencia-america-latina-caribe#descargapdf>
5. Ministerio de Salud. Informe: Estado Nutricional de niños menores de cinco años que acceden a los establecimientos de salud del Ministerio de Salud. Informe Gerencial Nacional- Primer Semestre 2024 [Internet]. Lima: Instituto Nacional de Salud; 2024. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/ins/informes-publicaciones/6049896-informe-gerencial-sien-his-ninos-primer-semester-2024-base-datos-his>
6. Gob.pe. ¡De vuelta al colegio! Conoce aquí cómo elaborar loncheras saludables. Instituto Nacional de Salud. [Internet]. 2024. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/ins/noticias/918019-de-vuelta-al-colegio-conoce-aqui-como-elaborar-loncheras-saludables>
7. Salvatierra R, Domínguez C. Refrigerio escolar saludable: inicial [Internet]. Lima: Ministerio de Salud. Instituto Nacional de Salud; 2022. Disponible en: <https://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/6141.pdf>
8. Chávez V. Eficacia de la intervención: Lonchera saludable en la reducción de la malnutrición en niños del bajo Piura. [Tesis para optar el título profesional de Médico Cirujano]. Piura: Universidad Privada Antenor Orrego; 2024. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO_75348fa854d889c94c88a503ff99674a
9. Gob.pe. Lonchera de los escolares excede en 50% el límite del consumo azúcar. Ministerio de Salud. [Internet]. 2019. Disponible en:

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/27072-lonchera-de-los-escolares-excede-en-50-el-limite-del-consumo-azucar>

10. Alvarado P, Reyes B. Conocimientos sobre alimentación saludable y la calidad de loncheras preparadas por madres de preescolares de instituciones educativas de nivel inicial, Cerro de Pasco 2019. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Cerro de Pasco: Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión; 2022. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RUND_cca9f2d46952a205325d3379ea607b34
11. Villasana L, Hernández P, Ramírez É. Gestión del conocimiento, pasado, presente y futuro. Una revisión de la literatura. Trascender Contab Gest. [Internet]. 2021; 6(18):53-78. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-63882021000300053
12. Coronel L. Conocimiento de las madres sobre loncheras saludables y estado nutricional de los niños preescolares caserío Colpa Tuapampa Chota 2021. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Cajamarca: Universidad Nacional Autónoma de Chota; 2023. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNCH_131b07ed67e7c6c69348243c66bfd4aa
13. Yapo V, Castro P. Efecto en el nivel de conocimientos sobre loncheras saludables en padres de estudiantes preescolares en la I.E.I 557 en Villa el Salvador, Lima. 2023, después de una intervención educativa. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Nutrición y Dietética]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2024. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UWIE_69e501fad425b463f09b1a4465af865d
14. Pachao Y. Efecto de un programa educativo sobre lonchera saludable en el conocimiento de madres de la Institución Educativa San Pedro Coprodeli Chíncha Baja, marzo 2020. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Chíncha: Universidad Privada San Juan Bautista; 2020. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/item/f75230bd-282c-4fcc-ac61-d473053399c3>
15. Nole C. Efectividad de una intervención educativa sobre loncheras en cuidadores de preescolares de una Institución Educativa Inicial N°161 Mi Perú-Ventanilla 2019. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Callao: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2021. Disponible en: <http://190.12.84.13:8080/handle/20.500.13084/4776>

16. Bajaan J. Estudio del contenido nutricional de la lonchera del programa de alimentación escolar del Ministerio de Educación en niños de la Escuela Dra. June Guzmán Serrano de la ciudad de Quevedo, noviembre 2023 - abril 2024. [Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Licenciado en Nutrición y Dietética]. Babahoyo: Universidad Técnica de Babahoyo; 2024. Disponible en: <https://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/16521>
17. Aquino A, Condori Y. Calidad de loncheras nutritivas y rendimiento académico preescolar de la niñez de 5 años de edad de la Institución Educativa Inicial N° 840 del distrito de Azángaro, año 2022. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Educación Inicial]. Moquegua: Universidad José Carlos Mariátegui; 2023. Disponible en: <https://repositorio.ujcm.edu.pe/handle/20.500.12819/2032>
18. Pérez F, Uriol S, Vigo R. Loncheras saludables para niños de educación inicial. [Trabajo de investigación para optar al grado de Bachiller en Educación]. Jaén: Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública Víctor Andrés Belaunde; 2023. Disponible en: <https://repositorio.eesppvab.edu.pe/handle/EESPPVAB/88>
19. Aguirre N. Estado nutricional y tipos de lactancia en preescolares de los Centros de Desarrollo Infantil del Patronato Provincial Riobamba 2018. [Trabajo de titulación modalidad proyecto de investigación y desarrollo para optar el grado de Magíster en Nutrición Clínica]. Riobamba: Escuela Superior Politécnica de Chimborazo; 2023. Disponible en: <https://dspace.esPOCH.edu.ec/handle/123456789/19993>
20. Palomino I. Nivel de conocimientos de cuidadores sobre alimentación infantil y estado nutricional de preescolares del Colegio Getsemaní, Comas, 2019. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Nutrición]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2022. Disponible en: <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/6369>
21. Resolución n.º 537-2017/MINSA, Expediente n.º 16-116919-001. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/normas-legales/190581-537-2017-minsa>
22. Casanova X, Huachhuaco W. Estilo de vida y estado nutricional antropométrico de los preescolares de la I.E. “José Carlos Mariátegui” – Tarma 2022. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería]. Cerro de Pasco: Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión; 2023. Disponible en: <http://repositorio.undac.edu.pe/handle/undac/3793>
23. Marcas F, Peña C. Nivel de conocimientos sobre nutrición infantil de los padres de familia y su relación con el estado nutricional de los estudiantes de la I.E. 30245 Mario Sánchez Mayta, San Jerónimo de Tunán 2023. [Tesis para optar el título profesional de Médico Cirujano]. Huancayo: Universidad Nacional del Centro del

- Perú; 2024. Disponible en: <https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/10983>
24. Salinas B, Navarrete I. Conocimiento de las madres sobre loncheras saludables y estado nutricional de niños preescolares de la Institucion Educativa 21 los Querubines de Jesucristo – Ica, 2024. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Chíncha: Universidad Autónoma de Ica; 2024. Disponible en: <https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/2855>
 25. Cundulle J, Toledo J. Factores asociados a la malnutrición en preescolares que habitan en sector rural. [Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Médico General]. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo; 2020. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/7117>
 26. Tello C. Principales factores de riesgo para malnutrición en preescolares que pertenecen al CEDIF Tahuantinsuyo - 2024. [Tesis para optar el título profesional de Médico Cirujano]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2024. Disponible en: <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/9606>
 27. Organización Mundial de la Salud. Malnutrición [Internet]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
 28. Hui H, Jenatabadi H. The role of parental health knowledge and practices in mitigating obesity risks among preschool children. Sci Rep. [Internet]. 2025;15(1):31163. Disponible en: <https://www.nature.com/articles/s41598-025-16402-w#Ack1>
 29. Ramírez I, Hernández M, Acosta M, Rivera M. Estrategias y políticas en atención al sobrepeso y obesidad en preescolares y escolares. Horiz sanitario [Internet]. 2021; 20(3): 289-304. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74592021000300289&script=sci_arttext
 30. Gob.pe. ¿Qué son las enfermedades no transmisibles? Ministerio de Salud. [Internet]. 2024. Disponible en: <https://www.gob.pe/23384-que-son-las-enfermedades-no-transmisibles>
 31. Gibson E, Androustos O, Moreno L, Flores P, Socha P, Iotova V, et al. Influences of Parental Snacking-Related Attitudes, Behaviours and Nutritional Knowledge on Young Children's Healthy and Unhealthy Snacking: The ToyBox Study. Nutrients. [Internet]. 2020; 12(2): 432. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32046193/>
 32. Herrán Y, Varela M. Hábitos de alimentación infantil y su relación con las prácticas y conocimientos nutricionales parentales. Rev. chil. nutr. [Internet].

- 2023; 50(6): 617-626. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182023000600617>
33. Lalchandani N, Hume C, Giles L, Crabb S, Hendrikx J, Miller C. Sneak peek: food, waste and packaging characteristics of South Australian school children's lunchboxes. *Public Health Nutr.* [Internet] 2025; 28(1): e52. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11984001/>
34. Mendoza M, Quispe V. Nivel de conocimiento de madres sobre loncheras saludables y estado nutricional de preescolares de la Institución Educativa Privada John F. Kennedy - 2023. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2023. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UUCH_216b99d26f448b983999de4ba2d432e1
35. Linares M. Contenido de lonchera y estado nutricional en niños preescolares en una Institución Educativa de San Martín – 2022. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2024. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSS_3a49943a9ce2ab4d8418928f59b0c414
36. Ayme Simon. Conocimientos sobre alimentación saludable y calidad de loncheras preparadas por madres de preescolares de la Institución Educativa Ana María Rivier, Ayacucho 2024. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Ayacucho: Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga; 2024. Disponible en: <https://repositorio.unsch.edu.pe/items/625309b3-4f8b-47d3-9b71-9bafdb1ccee2>
37. Chamorro V. Lonchera escolar y estado nutricional en los preescolares de la Institución Educativa inicial N° 441, Jaén - Cajamarca, 2024. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Nutrición y Dietética]. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes; 2024. Disponible en: <https://repositorio.untumbes.edu.pe/items/6ff4ee1c-4ca7-4bff-a2dc-ce36a331f598>
38. Chávez B. Relación entre estado nutricional y tipo de lonchera de niños en etapa preescolar, Trujillo, 2019. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Nutrición]. Trujillo: Universidad Cesar Vallejo; 2020. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_a09bffcbf992778561b1a43ae5502a61
39. Quispe W. Conocimientos y su influencia en la preparación de lonchera saludable en madres de niños(as) de 3 a 5 años que asisten a controles en el Centro de Salud

- Pucara 2024. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería]. Juliaca: Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez; 2024. Disponible en: <https://repositorio.uancv.edu.pe/items/2e161027-09ca-49f4-90df-83407752aa81>
40. Aparcama C, Morales G. Conocimiento sobre loncheras saludables de las madres y el estado nutricional de los niños en edad preescolar de la Institución Educativa Inicial N° 304 banda de Shilcayo, Tarapoto- 2024. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Chíncha: Universidad Autónoma de Ica; 2025. Disponible en: <https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/3270>
41. Rojas S. Nivel de conocimiento de las madres sobre contenido y características de la lonchera saludable de preescolares de la Institución Educativa Inicial N° 913 "Shilla Moyococha" de la ciudad de Cajamarca, 2023. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca; 2024. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/6852>
42. Gob.pe. Resolución Ministerial N.º 034-2024-MINSA [Internet]. Lima: Ministerio de Salud. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/normas-legales/5059776-034-2024-minsa>
43. World Health Organization. Growth reference data for 5-19 years [Internet]. Geneva: WHO. Disponible en: <https://www.who.int/tools/growth-reference-data-for-5to19-years>
44. Constitución Política del Perú; 1993 [actualizada 2022]. Art. 2, inc. 6. [Internet]. Lima: Congreso de la República. Disponible en: <https://www.congreso.gob.pe/Docs/files/constitucion/constitucion-noviembre2022.pdf>

VII. ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	METODOLOGÍA
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la asociación de la condición del nivel de conocimientos y las prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños de la I.E.I. N°019 Naranjillo, de Huánuco durante el año 2025?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimientos sobre loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?</p> <p>¿Cuál es el tipo de prácticas de elaboración de loncheras en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?</p> <p>¿Cuál es la asociación entre el nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?</p> <p>¿Cuál es el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la asociación entre la condición del nivel de conocimientos y las prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños de la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Identificar el nivel de conocimientos sobre loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>Identificar el tipo de prácticas de elaboración de loncheras en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>Analizar la asociación entre el nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>H0: No existe asociación significativa de la condición del nivel de conocimientos y las prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños de la I.E.I. N°019 Naranjillo, Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>H1: Existe una asociación significativa de la condición del nivel de conocimientos y las prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños de la I.E.I. N°019 Naranjillo, Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>H0: No existe asociación significativa entre el nivel de conocimientos y</p>	<p>V1: Condición del nivel de conocimientos y prácticas de loncheras saludables</p> <p>V2: Estado nutricional antropométrico</p> <p>Enfoque Cuantitativo</p> <p>Tipo de investigación básica</p> <p>Diseño no experimental con corte transversal</p> <p>Población Conformada por 119 diadas de cuidadores-niños de la I.E.I. N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.</p> <p>Muestra Constituida por 91 diadas de cuidadores-</p>

<p>en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?</p> <p>¿Cuál es la asociación entre el nivel de conocimientos de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?</p> <p>¿Cuál es la asociación entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025?</p>	<p>Identificar el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>Analizar la asociación entre el nivel de conocimientos de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>Analizar la asociación entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p>	<p>las prácticas de elaboración de loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>H1: Existe una asociación significativa entre el nivel de conocimientos y las prácticas de elaboración de loncheras saludables en cuidadores de niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>H0: No existe asociación significativa entre el nivel de conocimientos de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>H1: Existe una asociación significativa entre el nivel de conocimientos de los cuidadores y el estado nutricional antropométrico de los</p>	<p>niños de la I.E.I. N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.</p>
--	--	---	---

		<p>niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>H0: Existe una asociación significativa entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p> <p>H0: No existe una asociación significativa entre el tipo de prácticas de elaboración de loncheras y el estado nutricional antropométrico de los niños que asisten en la I.E.I. N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025.</p>	
--	--	--	--

ANEXO 2: CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL COMITÉ DE ÉTICA



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 23 de junio de 2025

Investigador(a)
Lisbeth Anay Apaza Chagua
Exp. N°:0783-2025

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: "Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025" con **fecha 09/06/2025**.

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Lisbeth Anay Apaza Chagua

La **APROBACIÓN** comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. La **vigencia** de la aprobación es de **dos años** (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEIC-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
3. Si aplica, la **Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.
4. La constancia de aprobación por el **CIEIC** no garantiza la aceptación por parte de las instituciones donde pretende ejecutar el trabajo de investigación.

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

Atentamente,

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

ANEXO 3: INFORME DE TURNITIN






13% 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

- 9%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 11%  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 4: INSTRUMENTO DE COLECTA DE DATOS

CUESTIONARIO

Fuente: Mendoza M, Quispe V. (34)

Nivel de conocimiento de madres en Loncheras saludables

PRESENTACIÓN

Estimado(a) señor(a): Mi nombre es Lisbeth Anay Apaza Chagua, egresada de la Universidad Norbert Wiener, en esta ocasión me encuentro realizando una investigación que tiene como título: “Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025”, cuyo objetivo es determinar la relación entre el nivel de conocimientos y las prácticas sobre loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños de la I.E.I. de Huánuco. Por lo que, agradezco por anticipado su colaboración y participación en el mismo, responda con transparencia y acorde a la verdad las distintas preguntas planteadas en el cuestionario. Asimismo, hay que recalcar que este es anónimo y se respeta la confidencialidad, los datos que se recaben serán utilizados para la investigación.

INSTRUCCIONES

En el presente cuestionario, usted tendrá diversas preguntas orientadas a su conocimiento sobre lonchera saludable, por el cual tendrá que responder en su totalidad con lapicero. La primera parte consta de datos generales sobre usted y su menor hijo(a). En la segunda parte, se encuentran las preguntas de opción múltiple, marque la que considere correcta para usted.

DATOS GENERALES

Edad del cuidador(a):

Edad del niño(a):

Sexo del niño (a): Varón () Mujer ()

Nivel de inicial:

Grado de instrucción del cuidador(a): Primaria () Secundaria () Superior () Otros ()

Ocupación del cuidador(a): Ama de casa () Profesor(a) () Comerciante () Otros ()

Estado civil del cuidador(a): Soltero(a) () Casado(a) () Divorciado () Viudo(a) ()

DATOS ESPECÍFICOS
Importancia de loncheras saludables
<p>1. La lonchera del escolar es importante porque ayuda a:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Mantener una dieta balanceada B. Satisfacer las energías perdidas del niño C. Favorecer la atención del niño en clase D. Reemplazar el desayuno
Contenido de loncheras saludables
<p>2. Una lonchera saludable debe contener los siguientes alimentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Pan con huevo, una fruta y refresco natural B. Jugo de frutas, una galleta C. Una cajita de frugos, una galleta salada y papas fritas D. Una gaseosa, una galleta dulce
Frecuencia de lonchera saludable
<p>3. ¿Con qué frecuencia el escolar debe consumir alimentos de una lonchera?</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Todos los días de la semana B. Los días que asiste a clases C. Tres veces por semana D. Solo una vez a la semana
<p>4. ¿Cuántas veces a la semana lleva lonchera su niño al colegio?</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Más de 4 veces a la semana B. Tres veces a la semana C. Dos veces a la semana D. Una vez a la semana
Valor nutricional
<p>5. Los alimentos que dan más energía al niño y que deben ser considerados en una lonchera escolar son:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Pan con Mantequilla B. Avena C. Ensalada de frutas con yogurt D. Limonada y jugo de naranja
<p>6. Los alimentos que favorecen el crecimiento del niño y que deben ser considerados en una lonchera escolar son:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Huevo, pollo o pescado B. Frutos secos (maní, pecanas) C. Manzana y uva D. Infusión (agua de manzanilla, anís, u otras)

<p>7. El alimento que contiene vitamina A y que debe ser considerado en una lonchera escolar es:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Zanahoria B. Palta C. Hígado D. Berenjena
<p>8. El alimento que contiene vitamina C y que debe ser considerado en una lonchera escolar es:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Naranja o limón B. Brócoli C. Fresas D. Huevo sancochado
<p>9. La fruta que aporta potasio y que debe ser considerado en la lonchera saludable está dado por:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Plátano B. Mango C. Naranja D. Pera
<p>10. El alimento que contiene hierro y que debe ser considerado en una lonchera saludable es:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Sangrecita, hígado y bazo B. Viseras C. Naranja D. Pan
<p>11. Los alimentos de origen animal, que deben ser considerados en una lonchera saludable son:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Pescado, pollo, huevo B. Hígado C. Carnes rojas D. Embutidos de carne
<p>12. Los alimentos de origen vegetal, que deben ser considerados en una lonchera saludable son:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Lechuga, zanahoria y betarraga B. Lechuga C. Maíz D. Legumbres
<p>13. El alimento que contiene calcio y que debe ser considerado en una lonchera saludable es:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Leches y derivados B. Huevos

<p>C. Piña en trozos D. Infusión (agua de manzanilla, anís, u otras)</p>
<p>Preparación de loncheras saludables</p>
<p>14. ¿Qué alimentos se debe evitar colocar en la lonchera? A. Gaseosa y dulces B. Galletas y chocolates C. Pan blanco D. Plátano</p>
<p>15. La bebida que debe estar presente en toda lonchera escolar es: A. Leches B. Refresco natural o agua C. Frugos D. Gaseosa</p>
<p>16. Las bebidas que se debe evitar en la lonchera son: A. Gaseosa y frugos B. Agua con azúcar C. Limonada D. Jugos naturales</p>
<p>17. Las bebidas de la lonchera no deben contener demasiado: A. Azúcar, colorantes B. Agua C. Cebada D. Avena</p>
<p>18. Las bebidas que lleva el niño en la lonchera se deben preparar con agua: A. Hervida B. Sin hervir C. Agua potable D. Agua entubada</p>
<p>19. ¿Quién prepara la lonchera de su niño con mayor frecuencia? A. Mamá B. Papá C. Otro familiar D. Niño(a)</p>
<p>20. ¿La lonchera de su niño que Ud. prepara la considera adecuada o saludable? A. Siempre B. A veces C. Nunca D. No sabe</p>

LISTA DE CHEQUEO PARA EL CUMPLIMIENTO DEL CONTENIDO DE LA LONCHERA

Fuente: Linares M. (35)

Nº	INDICADORES PARA MEDIR EL CONTENIDO DE LA LONCHERA	CATEGORÍA Y MEDICIÓN	
		SÍ CUMPLE (2)	NO CUMPLE (0)
1	ENERGETICOS: Trigo, arroz, maíz, avena, maca, quinua, pan, galleta, fideo, papa, camote, yuca, mantequilla, mermelada, manjar blanco, otros y sus derivados industrializados		
2	CONSTRUCTORES: Soya, leche de soya, habas, pescado, atún, pollo, carne, huevo, sangrecita, hígado, leche, queso, yogurt natural, almendras y sus derivados industrializados.		
3	REGULADORES: Todo tipo de fruta: Naranja, plátano, uva, mango, manzana, pera, piña, sandía, granadilla, papaya, mandarina, chirimoya, melón, durazno y otros. Todo tipo de verdura: Espinaca, lechuga, brócoli, zanahoria, tomate, cebolla y otros.		
4	LIQUIDOS: Jugo de frutas, agua de frutas, agua hervida, infusiones de hierbas naturales, agua mineral, bebidas hidratantes, manzana con quinua, entre otros.		
5	ALIMENTOS NO RECOMENDABLES: (Alimentos que no deberían contener en la lonchera): Gaseosa, yogurt artificial, agua de gelatina, refrescos instantáneos, galleta, chocolate, caramelos, chizitos, alcohol derivados, bebida energética, torta, dulces, y demás productos químicos.		
CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS			
6	TEMPERATURA: La lonchera deberá presentar una temperatura óptima. Los alimentos calientes deben estar calientes y los alimentos fríos deben estar fríos.		
7	BUEN ESTADO DE ALMACENAMIENTO: Los alimentos deben estar frescos, sin malos olores, sin abolladura, protegidos.		
8	LIMPIEZA: La lonchera deberá estar limpia por dentro y por fuera.		
9	ENVASE DE LOS ALIMENTOS: Los envases deberán estar cerrados en forma hermética, envueltos con papel o papel aluminio, protegidos; asimismo, los cubiertos deberán estar limpios.		

FICHA DE EVALUACIÓN ANTROPOMÉTRICA

Fuente: Linares M. (35)

FECHA DE APLICACIÓN: ___/___/___

Nº	SEXO		Fecha de nacimiento o dd/mm/aa	EVALUACIÓN							
	F	M		Edad	Peso (kg)	Talla (cm)	T/E	P/T	P/E	Diagnóstico	Observaciones
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											

ANEXO 5. FICHAS DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

- Experto 1

Informe de juicio de expertos del instrumento de investigación


I. DATOS GENERALES

- 1.1. **Apellidos y nombres del experto:** Encinas Barrionuevo, Evelyn Lizeth
- 1.2. **Institución donde labora:** Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano
- 1.3. **Nombre del instrumento motivo de evaluación:** Cuestionario del nivel de conocimientos de cuidadores sobre loncheras saludables
- 1.4. **Fuente del instrumento:** Mendoza M, Quispe V. Nivel de conocimiento de madres sobre loncheras saludables y estado nutricional de preescolares de la Institución Educativa Privada John F. Kennedy - 2023. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2023.
- 1.5. **Autores de la investigación:** Apaza Chagua, Lisbeth Anay
- 1.6. **Título de la investigación:** Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					X
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
COHERENCIA	Entre dimensiones e indicadores.					X
PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.				X	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

VALIDEZ	¿El instrumento es válido para su aplicación?	Sí (X)
		No ()
OBSERVACIONES		
FIRMA DEL EXPERTO		
DNI	41335450	
TELÉFONO	984047181	
EMAIL	vebelynamegan@gmail.com	

Informe de juicio de expertos del instrumento de investigación

I. DATOS GENERALES

1.1. **Apellidos y nombres del experto:** Encinas Barrionuevo, Evelyn Lizeth

1.2. **Institución donde labora:** Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano

1.3. **Nombre del instrumento motivo de evaluación:** Lista de chequeo para el cumplimiento del contenido de la lonchera.

1.4. **Fuente del instrumento:** Linares M. Contenido de lonchera y estado nutricional en niños preescolares en una Institución Educativa de San Martín – 2022. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2024.


1.5. **Autores de la investigación:** Apaza Chagua, Lisbeth Anay

1.6. **Título de la investigación:** Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					X
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
COHERENCIA	Entre dimensiones e indicadores.				X	
PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.					X

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

VALIDEZ	¿El instrumento es válido para su aplicación?	Sí (X)
		No ()
OBSERVACIONES		
FIRMA DEL EXPERTO		
DNI	41335450	
TELÉFONO	984047181	
EMAIL	vebelynamegan@gmail.com	

Informe de juicio de expertos del instrumento de investigación


I. DATOS GENERALES

- 1.1. **Apellidos y nombres del experto:** Encinas Barrionuevo, Evelyn Lizeth
- 1.2. **Institución donde labora:** Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano
- 1.3. **Nombre del instrumento motivo de evaluación:** Ficha de evaluación antropométrica.
- 1.4. **Fuente del instrumento:** Linares M. Contenido de lonchera y estado nutricional en niños preescolares en una Institución Educativa de San Martín – 2022. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2024.
- 1.5. **Autores de la investigación:** Apaza Chagua, Lisbeth Anay
- 1.6. **Título de la investigación:** Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					X
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
COHERENCIA	Entre dimensiones e indicadores.					X
PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.				X	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

VALIDEZ	¿El instrumento es válido para su aplicación?	Sí (X)
		No ()
OBSERVACIONES		
FIRMA DEL EXPERTO		
DNI	41335450	
TELÉFONO	984047181	
EMAIL	vebelynamegan@gmail.com	

- Experto 2

Informe de juicio de expertos del instrumento de investigación


I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del experto:** Castillo Orihuela, Jean Pierre
- 1.2. Institución donde labora:** Ministerio de Salud
- 1.3. Nombre del instrumento motivo de evaluación:** Cuestionario del nivel de conocimientos de cuidadores sobre loncheras saludables
- 1.4. Fuente del instrumento:** Mendoza M, Quispe V. Nivel de conocimiento de madres sobre loncheras saludables y estado nutricional de preescolares de la Institución Educativa Privada John F. Kennedy - 2023. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2023.
- 1.5. Autores de la investigación:** Apaza Chagua, Lisbeth Anay
- 1.6. Título de la investigación:** Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				X	
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
COHERENCIA	Entre dimensiones e indicadores.				X	
PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.				X	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

VALIDEZ	¿El instrumento es válido para su aplicación?	Sí (X)
		No ()
OBSERVACIONES	-	
FIRMA DEL EXPERTO		
DNI	46061946	
TELÉFONO	995691032	
EMAIL	Jean.pierre.castillo.o@gmail.com	

Informe de juicio de expertos del instrumento de investigación

I. DATOS GENERALES

1.1. Apellidos y nombres del experto: Castillo Orihuela, Jean Pierre

1.2. Institución donde labora: Ministerio de Salud

1.3. Nombre del instrumento motivo de evaluación: Lista de chequeo para el cumplimiento del contenido de la lonchera.

1.4. Fuente del instrumento: Linares M. Contenido de lonchera y estado nutricional en niños preescolares en una Institución Educativa de San Martín – 2022. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2024.


1.5. Autores de la investigación: Apaza Chagua, Lisbeth Anay

1.6. Título de la investigación: Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				X	
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
COHERENCIA	Entre dimensiones e indicadores.				X	
PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.				X	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

VALIDEZ	¿El instrumento es válido para su aplicación?	Sí (X)
		No ()
OBSERVACIONES	-	
FIRMA DEL EXPERTO		
DNI	46061946	
TELÉFONO	995691032	
EMAIL	Jean.pierre.castillo.o@gmail.com	

Informe de juicio de expertos del instrumento de investigación


I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del experto:** Castillo Orihuela, Jean Pierre
- 1.2. Institución donde labora:** Ministerio de Salud
- 1.3. Nombre del instrumento motivo de evaluación:** Ficha de evaluación antropométrica.
- 1.4. Fuente del instrumento:** Linares M. Contenido de lonchera y estado nutricional en niños preescolares en una Institución Educativa de San Martín – 2022. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2024.
- 1.5. Autores de la investigación:** Apaza Chagua, Lisbeth Anay
- 1.6. Título de la investigación:** Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				X	
ORGANIZACION	Existe una organización lógica.				X	
COHERENCIA	Entre dimensiones e indicadores.				X	
PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.				X	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

VALIDEZ	¿El instrumento es válido para su aplicación?	Sí (X)
		No ()
OBSERVACIONES		
FIRMA DEL EXPERTO		
DNI	46061946	
TELÉFONO	995691032	
EMAIL	Jean.pierre.castillo.o@gmail.com	

- Experto 3

Informe de juicio de expertos del instrumento de investigación


I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del experto:** Flores Flores, Miguel Angel
- 1.2. Institución donde labora:** DIRIS LIMA SUR
- 1.3. Nombre del instrumento motivo de evaluación:** Cuestionario del nivel de conocimientos de cuidadores sobre loncheras saludables
- 1.4. Fuente del instrumento:** Mendoza M, Quispe V. Nivel de conocimiento de madres sobre loncheras saludables y estado nutricional de preescolares de la Institución Educativa Privada John F. Kennedy - 2023. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2023.
- 1.5. Autores de la investigación:** Apaza Chagua, Lisbeth Anay
- 1.6. Título de la investigación:** Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				X	
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
COHERENCIA	Entre dimensiones e indicadores.				X	
PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.				X	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

VALIDEZ	¿El instrumento es válido para su aplicación?	Sí (X) No ()
OBSERVACIONES		
FIRMA DEL EXPERTO	 M.Sc. Miguel Angel Flores Flores NUTRICIONISTA CNP 0055	
DNI	72621396	
TELÉFONO	987282346	
EMAIL	Investigacion.maff@gmail.com	

Informe de juicio de expertos del instrumento de investigación


I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del experto:** Flores Flores Miguel Angel.
- 1.2. Institución donde labora:** DIRIS Lima Sur.
- 1.3. Nombre del instrumento motivo de evaluación:** Lista de chequeo para el cumplimiento del contenido de la lonchera.
- 1.4. Fuente del instrumento:** Linares M. Contenido de lonchera y estado nutricional en niños preescolares en una Institución Educativa de San Martín – 2022. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2024.
- 1.5. Autores de la investigación:** Apaza Chagua, Lisbeth Anay
- 1.6. Título de la investigación:** Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				X	
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
COHERENCIA	Entre dimensiones e indicadores.				X	
PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.				X	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

VALIDEZ	¿El instrumento es válido para su aplicación?	Sí (X)
		No ()
OBSERVACIONES		
FIRMA DEL EXPERTO	 M.Sc. Miguel Angel Flores Flores NUTRICIONISTA CNP 6855	
DNI	72621396	
TELÉFONO	987282346	
EMAIL	investigacion.maff@gmail.com	

Informe de juicio de expertos del instrumento de investigación

I. DATOS GENERALES

1.1. Apellidos y nombres del experto: Flores Flores Miguel Angel.

1.2. Institución donde labora: DIRIS Lima Sur.

1.3. Nombre del instrumento motivo de evaluación: Ficha de evaluación antropométrica.

1.4. Fuente del instrumento: Linares M. Contenido de lonchera y estado nutricional en niños preescolares en una Institución Educativa de San Martín – 2022. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Sedes Sapientiae; 2024.


1.5. Autores de la investigación: Apaza Chagua, Lisbeth Anay

1.6. Título de la investigación: Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				X	
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
COHERENCIA	Entre dimensiones e indicadores.				X	
PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.				X	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

VALIDEZ	¿El instrumento es válido para su aplicación?	Sí (X)
		No ()
OBSERVACIONES		
FIRMA DEL EXPERTO	 M.Sc. Miguel Angel Flores Flores NUTRICIONISTA CNP 0055	
DNI	72621396	
TELÉFONO	987282346	
EMAIL	investigacion.maff@gmail.com	

ANEXO 6. DATOS COLECTADOS EN EXCEL O SPSS

B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA
SEXO (PARIENTE)	EDAD	GRADO DE INSTRUCCIÓN	OCCUPACIÓN	ESTADO CIVIL	CONOCIMIENTO	PRÁCTICA	N°	SEXO	EDAD	EDAD EN MESES	PESO (KG)	TALLA (CM)	PIESOTALLA	IMC/EDAD	ESTADO NUTRICIONAL	CONCOMIO Y PRÁCTICA									
Femenino	28	Secundaria	Comerciante	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	1	Masculino	4 años, 11 meses, 8 días	59	22,4	107,3	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	36	Secundaria	Amo de casa	Soltera	Conocimiento alto	Saludables	2	Femenino	4 años, 9 meses, 23 días	57	19,5	105,6	Peso normal para la talla	No aplica	Normal	Adecuados									
Masculino	39	Superior	Otros	Casado	Conocimiento bajo	No saludables	2	Masculino	4 años, 11 meses, 21 días	59	23,6	108,1	Obesidad	No aplica	Obesidad	Inadecuados									
Femenino	35	Superior	Profesora	Soltera	Conocimiento medio	No saludables	4	Masculino	5 años, 1 mes, 1 día	61	21,5	116,5	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	22	Primaria	Otros	Soltera	Conocimiento medio	No saludables	5	Masculino	4 años, 5 meses, 12 días	53	19,55	103,1	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	25	Superior	Otros	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	6	Femenino	4 años, 5 meses, 7 días	53	23,2	110,2	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	29	Superior	Amo de casa	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	7	Femenino	4 años, 6 meses, 21 días	54	21	105,6	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	43	Superior	Otros	Casado	Conocimiento alto	Saludables	8	Masculino	4 años, 11 meses, 23 días	59	19,2	111,5	Peso normal para la talla	No aplica	Normal	Adecuados									
Femenino	26	Primaria	Amo de casa	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	9	Femenino	4 años, 9 meses, 25 días	57	21,9	107,4	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	25	Superior	Amo de casa	Soltera	Conocimiento bajo	Saludables	10	Femenino	4 años, 11 meses, 13 días	59	19,4	104,7	Peso normal para la talla	No aplica	Normal	Adecuados									
Femenino	31	Secundaria	Otros	Soltera	Conocimiento medio	No saludables	11	Masculino	4 años, 5 meses, 6 días	53	18,9	99	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	22	Secundaria	Amo de casa	Soltera	Conocimiento medio	No saludables	12	Masculino	5 años, 2 meses, 24 días	62	18,9	103,3	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	36	Secundaria	Comerciante	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	13	Masculino	4 años, 11 meses, 2 días	59	24,25	112,8	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	48	Primaria	Otros	Viuda	Conocimiento alto	No saludables	14	Masculino	4 años, 11 meses, 5 días	59	20,75	104,4	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	46	Otros	Amo de casa	Soltera	Conocimiento medio	Saludables	15	Masculino	4 años, 9 meses, 13 días	57	17,75	110,5	Peso normal para la talla	No aplica	Normal	Adecuados									
Femenino	26	Otros	Otros	Casada	Conocimiento medio	No saludables	16	Masculino	4 años, 7 meses, 11 días	56	21,5	106,3	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	22	Otros	Otros	Soltera	Conocimiento bajo	No saludables	17	Masculino	5 años, 2 meses, 14 días	62	22,35	97,3	No aplica	Obesidad	Obesidad	Inadecuados									
Femenino	19	Superior	Amo de casa	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	18	Femenino	5 años, 1 mes, 11 días	61	22,35	109	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	34	Secundaria	Otros	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	19	Masculino	4 años, 5 meses, 16 días	54	24	103,4	Sobrepeso	No aplica	Sobrepeso	Inadecuados									
Masculino	35	Secundaria	Otros	Soltero	Conocimiento alto	Saludables	20	Masculino	5 años, 1 mes, 20 días	61	16,8	105,5	No aplica	IMC normal para la edad	Normal	Adecuados									
Femenino	41	Secundaria	Amo de casa	Soltera	Conocimiento medio	Saludables	21	Masculino	5 años, 3 meses, 3 días	63	16,3	106,3	No aplica	IMC normal para la edad	Normal	Adecuados									
Femenino	19	Secundaria	Otros	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	22	Femenino	5 años, 1 mes, 21 días	61	20,54	105,4	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	43	Secundaria	Amo de casa	Casada	Conocimiento bajo	No saludables	23	Femenino	5 años, 3 meses, 9 días	68	21,9	109,2	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	32	Secundaria	Otros	Soltera	Conocimiento medio	Saludables	24	Femenino	5 años, 5 meses, 23 días	65	19,2	109,5	No aplica	IMC normal para la edad	Normal	Adecuados									
Femenino	30	Secundaria	Comerciante	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	25	Femenino	5 años, 5 meses, 16 días	66	22,1	109,8	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Masculino	38	Secundaria	Otros	Casado	Conocimiento alto	No saludables	26	Femenino	5 años, 6 meses, 8 días	66	23,2	113,2	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	28	Secundaria	Amo de casa	Casada	Conocimiento bajo	Saludables	27	Masculino	5 años, 11 meses, 13 días	71	18,56	110,9	No aplica	IMC normal para la edad	Normal	Adecuados									
Masculino	41	Superior	Otros	Casado	Conocimiento medio	Saludables	28	Femenino	5 años, 7 meses, 11 días	67	19,45	117,6	No aplica	IMC normal para la edad	Normal	Adecuados									
Femenino	30	Secundaria	Comerciante	Soltera	Conocimiento medio	No saludables	29	Masculino	5 años, 5 meses, 28 días	65	21,6	109,4	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	32	Primaria	Otros	Soltera	Conocimiento medio	No saludables	30	Masculino	5 años, 7 meses, 4 días	67	21,5	109,4	No aplica	Obesidad	Obesidad	Inadecuados									
Femenino	22	Secundaria	Amo de casa	Casada	Conocimiento alto	No saludables	31	Masculino	5 años, 4 meses, 27 días	64	22,3	113,4	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Masculino	33	Secundaria	Otros	Soltero	Conocimiento medio	No saludables	32	Masculino	5 años, 4 meses, 24 días	64	22,8	108,6	No aplica	Obesidad	Obesidad	Inadecuados									
Femenino	38	Otros	Amo de casa	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	33	Masculino	5 años, 3 meses, 23 días	63	21,4	109,3	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									
Femenino	38	Otros	Amo de casa	Soltera	Conocimiento alto	No saludables	33	Masculino	5 años, 3 meses, 23 días	63	21,4	109,3	No aplica	Sobrepeso	Sobrepeso	Inadecuados									

*RESULTADOSII.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	Estado	Numérico	8	0	Estado nutritio...	{1, Desnutri...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
2	Conocimien...	Numérico	8	0	Nivel de conoci...	{1, Bajo}...	Ninguna	13	Derecha	Ordinal	Entrada
3	Prácticas	Cadena	15	0	Tipo de práctic...	Ninguna	Ninguna	10	Izquierda	Nominal	Entrada
4	Adecuación	Cadena	15	0	Condición del n...	Ninguna	Ninguna	11	Izquierda	Nominal	Entrada

Tablas cruzadas

Filas:

- Estado nutricional [Estado]
- Nivel de conocimientos [Conocimientos]
- Tipo de prácticas de elaboración [Prácticas]
- Condición del nivel de conocimientos y práctica...

Columnas:

Capa 1 de 1

Anterior Siguiente

Mostrar variables de capa en capas de tabla

Mostrar los gráficos de barras agrupadas

Suprimir tablas

Aceptar Pegar Restablecer Cancelar Ayuda

Exacta...
Estadísticos...
Casillas...
Formato...
Estilo...
Simular muestreo...

*RESULTADOSII.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

	Estado	Conocimientos	Prácticas	Adecuación
1	3	3	No saludables	Inadecuados
2	2	3	Saludables	Adecuados
3	4	1	No saludables	Inadecuados
4	3	2	No saludables	Inadecuados
5	3	2	No saludables	Inadecuados
6	3	3	No saludables	Inadecuados
7	3	3	No saludables	Inadecuados
8	2	3	Saludables	Adecuados
9	3	3	No saludables	Inadecuados
10	2	1	Saludables	Inadecuados
11	3	2	No saludables	Inadecuados
12	3	2	No saludables	Inadecuados
13	3	3	No saludables	Inadecuados
14	3	3	No saludables	Inadecuados
15	2	2	Saludables	Adecuados
16	3	2	No saludables	Inadecuados
17	4	1	No saludables	Inadecuados
18	3	3	No saludables	Inadecuados
19	3	3	No saludables	Inadecuados
20	2	3	Saludables	Adecuados
21	2	2	Saludables	Adecuados
22	3	3	No saludables	Inadecuados
23	3	1	No saludables	Inadecuados
24	2	3	Saludables	Adecuados
25	3	3	No saludables	Inadecuados
26	3	3	No saludables	Inadecuados
27	2	1	Saludables	Inadecuados
28	2	2	Saludables	Adecuados
29	3	2	No saludables	Inadecuados
30	4	2	No saludables	Inadecuados
31	3	3	No saludables	Inadecuados
32	4	2	No saludables	Inadecuados
33	3	3	No saludables	Inadecuados
34	2	3	Saludables	Adecuados
35	4	3	No saludables	Inadecuados
36	3	2	No saludables	Inadecuados
37	2	3	Saludables	Adecuados

*Resultado [Documento1] - IBM SPSS Statistics Viewer

Resumen de procesamiento de casos

	Valido		Perdido		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración * Estado nutricional	91	100,0%	0	0,0%	91	100,0%

Tabla cruzada Condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración*Estado nutricional

Condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración	Adecuados	Inadecuados	Estado nutricional			Total
			Normal	Sobrepeso	Obesidad	
Condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración	Recuento	32	0	0	32	
	% dentro de Condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%	
Inadecuados	Recuento	4	47	8	59	
	% dentro de Condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración	6,6%	79,7%	13,6%	100,0%	
Total	Recuento	36	47	8	91	
	% dentro de Condición del nivel de conocimientos y prácticas de elaboración	39,6%	51,6%	8,8%	100,0%	

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	75,405 ^a	2	,000	,000
Razón de verosimilitud	92,904	2	,000	,000
Prueba exacta de Fisher	85,455		,000	
N de casos válidos	91			

a. 1 casillas (16,7%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 2,61.

ANEXO 8: CARTA DE APROBACIÓN DE LA INSTITUCIÓN DONDE SE EJECUTÓ EL ESTUDIO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N°019
"Dulce Amanecer – Naranjillo – Huánuco"

Naranjillo, 3 de Julio del 2025

CARTA N° 012-2025-IEI019-DIR

Señora

DRA. SABY MAURICIO ALZA

Directora de la Escuela Académica Profesional de Nutrición y Dietética
Universidad Privada Norbert Wiener S.A.

Presente. -

Asunto: Aprobación para el desarrollo de actividades de investigación

Ref.: Oficio N° 009-2025-PAND/FCS/UPNW

De mi especial consideración:

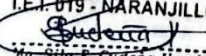
Mediante el presente, reciba un cordial saludo a nombre de la Institución Educativa Inicial N°019 "Dulce Amanecer" de Naranjillo, Huánuco. En atención al documento de la referencia, mediante el cual se solicita autorización para el desarrollo de actividades de investigación a cargo de la Bach. **LISBETH ANAY APAZA CHAGUA**, egresada de la Escuela Académica de Nutrición y Dietética de la Universidad Privada Norbert Wiener, esta Dirección comunica lo siguiente:

Se **APRUEBA** la ejecución del estudio titulado: "Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025", el mismo que será aplicado en nuestra institución conforme a lo coordinado.

Expresamos nuestro agradecimiento por considerar a nuestra institución en el desarrollo de esta investigación.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,

I.E.I. 019 - NARANJILLO

Mg. Sila F. Cudeña Ursula
DIRECTORA

SILA FELISA CUDEÑA URSULA

Directora

Institución Educativa Inicial N°019

"Dulce Amanecer – Naranjillo – Huánuco"

ANEXO 9: CONSENTIMIENTO INFORMADO

 Universidad Norbert Wiener	FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO(FCI) EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIEI-VRI		
	CÓDIGO: UPNW-EE\$-FOR-068	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 11/08/2022

Título de proyecto de investigación : Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025

Investigadores :

Institución(es) : Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a participar en un estudio de investigación titulado: "Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025". de fecha 23/06/2025 y versión 05/08/2025. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW).

I. INFORMACIÓN

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es determinar la relación entre el nivel de conocimientos y las prácticas sobre loncheras saludables con el estado nutricional antropométrico de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo de Huánuco, durante el año 2025. Su ejecución ayudará/permitirá identificar el nivel de conocimientos y prácticas sobre loncheras saludables en los cuidadores de los niños, así como el estado nutricional antropométrico de los menores.

Duración del estudio (meses): 4 meses

N° esperado de participantes: 80

Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión

- Preescolares que se encuentren matriculados y asistan en la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo de la ciudad de Tingo María en el periodo donde se recopilarán los datos, en la región Huánuco.
- Niños y niñas con edades comprendidas entre los 3 y 5 años.
- Cuidadores que otorguen su autorización para que tanto ellos como los menores participen en el estudio, validada mediante la firma del consentimiento informado.
- Preescolares que traigan la lonchera escolar para su respectiva evaluación.

Criterios de exclusión

- Preescolares que no se encuentren matriculados y no asistan en la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo de la ciudad de Tingo María en el periodo donde se recopilarán los datos, en la región Huánuco.
- Niños y niñas con edades mayores a 5 años.

V2 - 05-06-2025	Página 1 de 3
-----------------	---------------

Prohibida la reproducción de este documento, este documento impreso es una copia no controlada.

 Universidad Norbert Wiener	FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO(FCI) EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIEI-VRI		
	CÓDIGO: UPNW-EE 3-FOR-068	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 11/08/2022

- Cuidadores que no otorguen su autorización para que tanto ellos como los menores participen en el estudio.
- Preescolares que no traigan la lonchera escolar para su respectiva evaluación.
- Preescolares que padecen alguna dificultad o discapacidad física que pueda interferir con la realización de las mediciones antropométricas pertinentes o que impida su correcta ejecución.

(No deben reclutarse voluntarios entre grupos "vulnerables": presos, soldados, aborígenes, marginados, estudiantes o empleados con relaciones académicas o económicas con el investigador, etc. Salvo que la investigación redunde en un beneficio concreto y tangible para dicha población y el diseño así lo requiera).

Procedimientos del estudio: Si Usted decide participar en este estudio se le realizará los siguientes procesos:

- Aplicación de un cuestionario estructurado para evaluar su nivel de conocimiento sobre loncheras saludables.
- Aplicación de una lista de chequeo para identificar las prácticas que emplea al elaborar la lonchera de su niño o niña.
- Medición antropométrica (peso y talla) del niño o niña bajo su cuidado, con el fin de evaluar su estado nutricional.

La *entrevista/encuesta* puede demorar unos 10 minutos, la aplicación de la lista de chequeo de la lonchera puede demorar unos 3 minutos y la toma de medidas antropométricas puede demorar unos 5 minutos, la misma se realizará en un espacio adecuado, respetando la privacidad del niño o niña.

Los resultados se le entregarán a usted en forma individual y se almacenarán respetando la confidencialidad y su anonimato.

Riesgos: *(Detallar los riesgos de la participación del sujeto de estudio)*

Su participación en el estudio *no* presenta riesgos significativos para su salud ni la del niño o niña. Las preguntas de la encuesta no son invasivas, y las mediciones físicas serán realizadas con cuidado y profesionalismo, minimizando cualquier molestia.

Beneficios: *(Detallar los riesgos la participación del sujeto de estudio)*

Usted se beneficiará del presente proyecto al recibir información individual sobre el estado nutricional de su niño o niña, así como orientación sobre prácticas saludables en la preparación de loncheras, lo que contribuirá al bienestar y desarrollo saludable de su menor.

Costos e incentivos: Usted no pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad: Nosotros guardaremos la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al equipo de estudio.

V2 - 05-06-2025	Página 2 de 3
-----------------	---------------

Prohibida la reproducción de este documento, este documento impreso es una copia no controlada.

 Universidad Norbert Wiener	FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO (FCI) EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIEI-VRI	
	CÓDIGO: UPNW-EE3-FOR-068	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01

Derechos del paciente: La participación en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo, como así tampoco modificaciones o restricciones al derecho a la atención médica.

Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con el Investigador Principal
 , con número telefónico y correo institucional

Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio, Contacto del Comité de Ética: Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, Presidenta del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, Email: comité_ética@uwiener.edu.pe

II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado (FCI), y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que mi decisión de participar es voluntaria y conozco mi derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Nombre participante:

DNI:

Fecha: (/ /)

Nombre investigador:

DNI:

Fecha: (/ /)

Nombre testigo o representante legal:

DNI:

Fecha: (/ /)

Nota: La firma del testigo o representante legal es obligatoria solo cuando el participante tiene alguna discapacidad que le impida firmar o imprimir su huella, o en el caso de no saber leer y escribir.

ANEXO 10: ASENTIMIENTO INFORMADO

 Universidad Norbert Wiener	ASENTIMIENTO INFORMADO		
	CÓDIGO: UPNW-EES-FOR-081	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 11/03/2022

Título de proyecto: Relación del nivel de conocimiento y prácticas de loncheras saludables con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 Naranjillo, Huánuco 2025

(DESCRIBIR EL OBJETIVO DEL ESTUDIO Y LOS PROCEDIMIENTOS DE FORMA CLARA Y SENCILLA)

Este estudio tiene como objetivo conocer cuánto saben los cuidadores sobre loncheras saludables, cómo las preparan y si esto tiene relación con el estado nutricional de los niños de la Institución Educativa Inicial N°019 de Naranjillo, Huánuco. Para ello, se realizará una encuesta a los cuidadores, una revisión de las loncheras que traen al colegio y se tomarán medidas de peso y talla a cada niño, con el fin de conocer su estado nutricional.

Hola mi nombre es Lisbeth Anay Apaza Chagua y trabajo/estudio en el Departamento de Lima de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW). Actualmente se está realizando un estudio de investigación para conocer acerca de los conocimientos y prácticas sobre loncheras saludables de los cuidadores y cómo esto puede influir en el estado nutricional de los niños(as) como tú, y para ello queremos pedirte tu participación.

Tu participación en el estudio consistiría en permitirnos revisar la lonchera que traes al colegio y tomar tus medidas antropométricas como peso y talla

Tu participación en el estudio es voluntaria, es decir, aun cuando tus papá o mamá y/o apoderado hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema.

Toda la información que nos proporciones/ las mediciones que realicemos nos ayudarán a identificar las prácticas sobre loncheras saludables en los cuidadores, así como el estado nutricional antropométrico de los menores como tú.

Esta información será confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas (O RESULTADOS DE MEDICIONES), sólo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio.

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una (✓) en el cuadrado de abajo que dice "Sí quiero participar" y escribe tu nombre.

Si no quieres participar, no pongas ninguna (✓), ni escribas tu nombre.

Sí quiero participar

Nombre del participante: _____

Nombre y firma de la persona/investigador que obtiene el asentimiento:

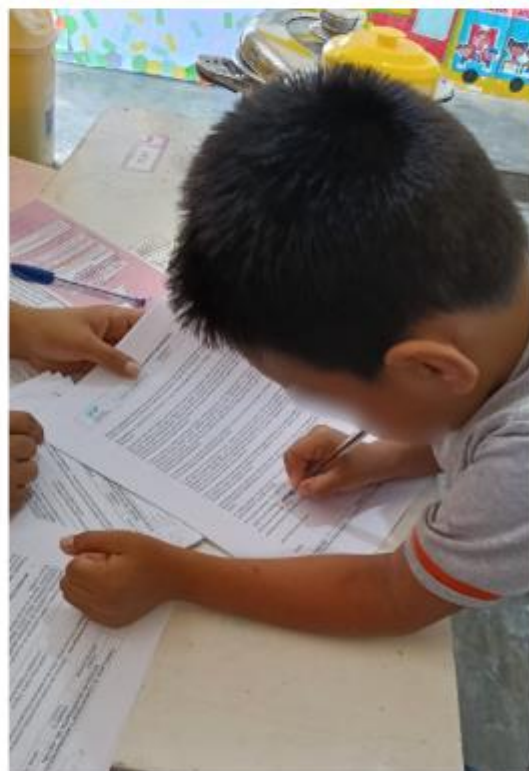
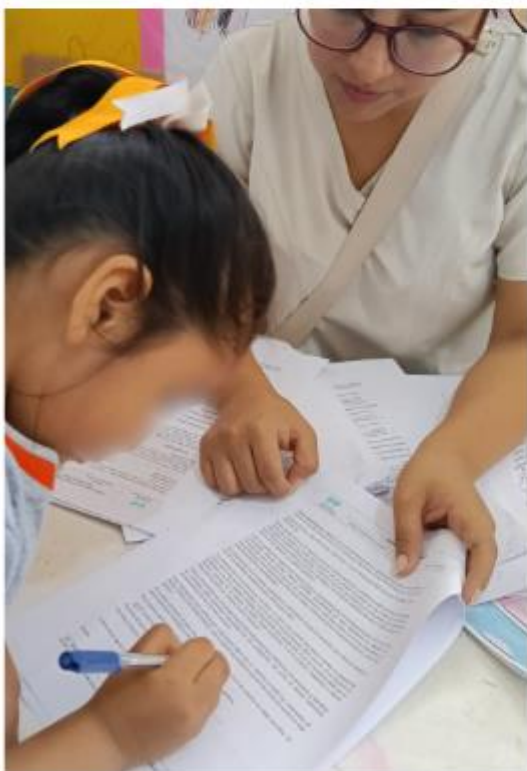
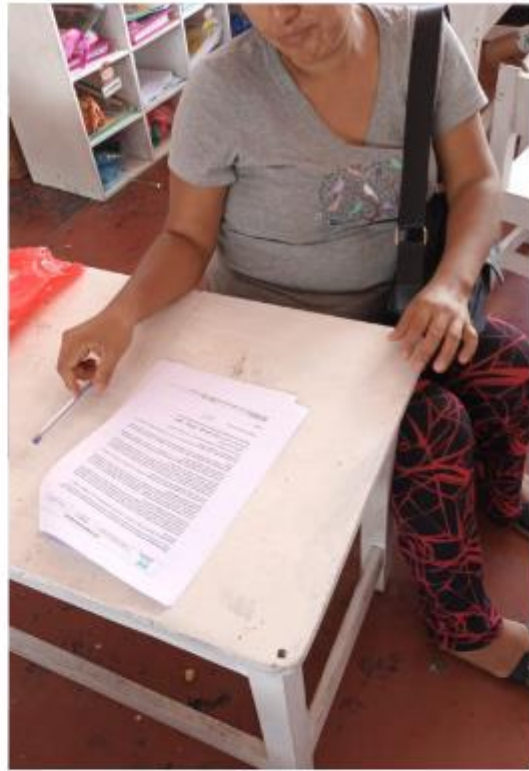
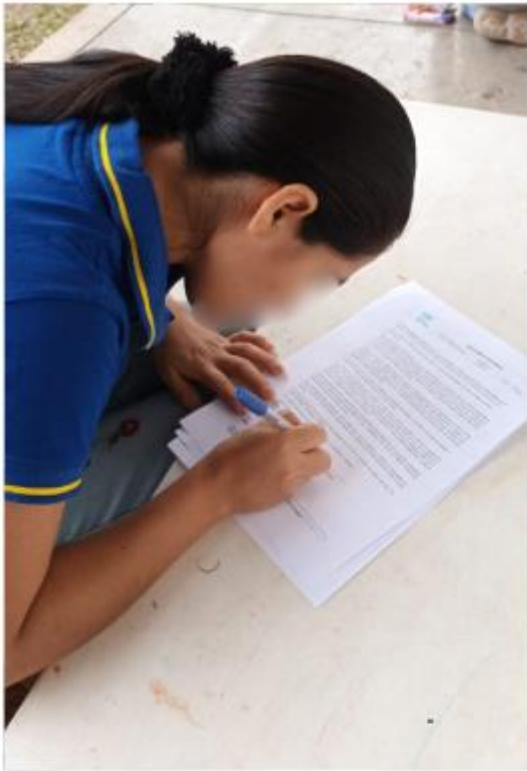
Fecha:

V2 - 05-06-2025	Página 1 de 2
-----------------	---------------

Prohibida la reproducción de este documento, este documento impreso es una copia no controlada.

ANEXO 11: FOTOGRAFÍAS DEL TRABAJO DE CAMPO

CONSENTIMIENTO Y ASENTIMIENTO INFORMADO



MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS



LISTA DE CHEQUEO DEL CONTENIDO DE LA LONCHERA



APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO






13% 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

- 9%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 11%  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

- 9% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 11% 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	Trabajos entregados	Universidad Nacional de Trujillo on 2025-08-21	2%
2	Internet	prezi.com	<1%
3	Trabajos entregados	Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga on 2024-10-18	<1%
4	Trabajos entregados	Universidad Nacional de Trujillo on 2025-08-06	<1%
5	Internet	www.researchgate.net	<1%
6	Internet	repositorio.ucl.edu.pe	<1%
7	Internet	www.slideshare.net	<1%
8	Trabajos entregados	Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga on 2025-10-03	<1%
9	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2025-01-15	<1%
10	Trabajos entregados	Universidad Andina del Cusco on 2021-09-03	<1%
11	Internet	www.repositorio.unach.edu.pe	<1%