



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA
PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN
SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. MARIA FELICITAS CARCAUSTO JOVE

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADA EN ENFERMERÍA

JULIACA – PERÚ

2024



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA
PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN
SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. MARIA FELICITAS CARCAUSTO JOVE

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADA EN ENFERMERÍA

APROBADA POR EL JURADO REVISOR:

PRESIDENTE :

:


Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA

PRIMER MIEMBRO :

:


Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI


SEGUNDO MIEMBRO :

:


Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA

ASESOR DE TESIS :

:


Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN :

:

SALUD PÚBLICA – P07

**RESOLUCIÓN DECANAL N° 989-2024-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 12 de agosto del 2024

Vistos: El Expediente N° 2024-CU-9773 en el cual solicita fecha y hora para Sustentación de Tesis y el Dictamen de Aprobación, emitido por el Jurado Evaluador del trabajo de investigación titulado: **EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023**

CONSIDERANDO:

Que, es necesario dar cumplimiento a la Ley 30220, al Estatuto Universitario y al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad y de la Facultad de Ciencias de la Salud, para la fijación de fecha y hora para la sustentación de tesis

En uso de las atribuciones conferidas a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud y, estando al informe de la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad

SE RESUELVE:

PRIMERO: Ratificar a los jurados para la Sustentación de Tesis para optar el Título Profesional LICENCIADA(O) EN ENFERMERÍA del (la) bachiller **CARCAUSTO JOVE MARIA FELICITAS** habiéndose designado por sorteo a los siguientes docentes:

- * **Presidente** : Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA
- * **1er. Miembro** : Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI
- * **2do. Miembro** : Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA

- * **Asesor(a)** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA

SEGUNDO: Fijar la programación de Sustentación de Tesis para el:

DIA : **MIÉRCOLES 14 DE AGOSTO DEL 2024**
HORA : **15: 00 HORAS**
LOCAL : **AUDITORIO**

TERCERO: Realizada la Sustentación, el Jurado levantará el Acta en el libro respectivo, donde indicará el resultado obtenido por el Bachiller sustentante.

CUARTO: La Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería; la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud y el jurado, quedan encargados de dar cumplimiento a la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese y Cúmplase.



Universidad Andina 'Néstor Cáceres Velásquez'
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Dra. ELIZABETH ARGAS ONOFRE
COP 2034
DECANA

DISTRIBUCIÓN:
- Jurados (3)
- Interesado (1)
- Asesor de Tesis (1)
- Archivo FCS 2023(1)



RESOLUCIÓN DECANAL N°576-2024-D-FCS-UANCV

Juliaca, 26 de mayo del 2024

VISTOS: Exp. 2024-CU-5891 presentada por el(la) egresado(a) **MARIA FELICITAS CARCAUSTO JOVE** quien ha solicitado cambio del presidente jurado del Proyecto de Investigación conducente a optar el título profesional de **LICENCIADA EN ENFERMERIA;**

CONSIDERANDO: Que, en la Resolución Decanal N°124-2024-D-FCS-UANCV, figura el título del proyecto de investigación **EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023** teniendo como Jurados designados por la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, a los siguientes Docentes:

- * **Presidente** : Dra. SILVIA NATIVIDAD CRUZ COLCA
- * **1er. Miembro** : Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI
- * **2do. Miembro** : Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATAFORA
- * **Asesor** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA

Que, al haberse cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento de la Unidad de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Investigación ha emitido el **Oficio N° 227 2024-UI-FCS-UANCV-J** solicitando la emisión de la resolución de cambio del presidente, por motivos de Licencia.

Estando el informe favorable de la Dirección de la Unidad de Investigación, en concordancia con el Reglamento de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria, Resolución de Institucionalización 1287-92-. N° 739 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

PRIMERO: APROBAR EL CAMBIO DEL PRESIDENTE designados a él (la) egresado(a) **MARIA FELICITAS CARCAUSTO JOVE** para la revisión del proyecto de investigación titulado: **EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023** para optar al Título Profesional de **LICENCIADA EN ENFERMERIA** debiendo quedar a partir de fecha, de la siguiente manera:

- * **Presidente** : Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA
- * **1er. Miembro** : Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI
- * **2do. Miembro** : Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATAFORA
- * **Asesor** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA

* **SEGUNDO:** Disponer que los miembros del Jurado designados den continuidad al trámite de evaluación y calificación del proyecto de tesis, borrador de tesis o sustentación de tesis, según sea el caso que se presente en cada expediente. Quedando válido en sus demás disposiciones la Resolución Decanal de aprobación de proyecto de tesis, que se menciona en el considerando.

TERCERO: La Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Grados y Títulos, la Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería y la Secretaría Académica de la Facultad, quedan encargados de cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



Universidad Andina 'Néstor Cáceres Velásquez'
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
COP 2034
DECANA

DISTRIBUCIÓN
Jurados,
EP. Obstetricia
UI, Interesados, Arch.
EVO/



RESOLUCIÓN DECANAL N° 124-2024-D-FCS-UANCV

Juliaca, 17 de marzo del 2024

VISTOS: Exp. 2024-CU-752 presentada por el(la) egresado(a) **CARCAUSTO JOVE MARIA FELICITAS** quién ha solicitado cambio de jurado del Proyecto de Investigación conducente a optar el título profesional de **LICENCIADA EN ENFERMERIA**;

CONSIDERANDO: Que, en la Resolución Decanal N°959 -2023-D-FCS-UANCV, figura el título del proyecto de investigación **EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023** teniendo como Jurados designados por la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, a los siguientes Docentes:

- * **Presidente** : Dra. SILVIA NATIVIDAD CRUZ COLCA
- * **1er. Miembro** : Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI
- * **2do. Miembro** : Dra. AMALIA PEREZ ABARCA

Que, al haberse cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento de la Unidad de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Investigación ha emitido el **Oficio N° 051-2024-UI-FCS-UANCV-J** solicitando la emisión de la resolución de cambio del segundo miembro del jurado, por motivos de cese.

Estando el informe favorable de la Dirección de la Unidad de Investigación, en concordancia con el Reglamento de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria, Resolución de Institucionalización 1287-92-NAR. D.L. N° 739 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

PRIMERO: APROBAR EL CAMBIO DEL SEGUNDO MIEMBRO designados a él (la) egresado(a) **CARCAUSTO JOVE MARIA FELICITAS** para la revisión del proyecto de investigación titulado: **EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023** para optar al Título Profesional de **LICENCIADA EN ENFERMERIA** debiendo quedar a partir de fecha, de la siguiente manera:

- * **Presidente** : Dra. SILVIA NATIVIDAD CRUZ COLCA
- * **1er. Miembro** : Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI
- * **2do. Miembro** : Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATAORA
- * **Asesor** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA

SEGUNDO: Disponer que los miembros del Jurado designados den continuidad al trámite de evaluación y calificación del proyecto de tesis, borrador de tesis o sustentación de tesis, según sea el caso que se presente en cada expediente. Quedando válido en sus demás disposiciones la Resolución Decanal de aprobación de proyecto de tesis, que se menciona en el considerando.

TERCERO: La Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Grados y Títulos, la Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería y la Secretaría Académica de la Facultad, quedan encargados de cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez"
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRE
COP 2034
DECANA

DISTRIBUCIÓN
Jurados,
EP, Obstetricia
UI, Interesados, Arch.
EVO/



RESOLUCIÓN DECANAL N° 959-2023-D-FCS-UANCV

Juliaca, 02 de octubre del 2023

VISTOS:

El Oficio N° 164-2023-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, y la copia del acta de Registro de Proyectos de Investigación de fecha 02 de octubre del 2023 de la E.P. Enfermería;

CONSIDERANDO:

Que, el (la) egresado(a): **MARIA FELICITAS CARCAUSTO JOVE** ha presentado el Proyecto de Investigación titulado: **EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023** correspondiente a la línea de investigación: **SALUD PÚBLICA** ;

Que, al haber cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento Interno de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, y la Directiva N° 004-2019-UANCV-VRACD-OI, la Directora de la Unidad de Investigación nominó la sub comisión de evaluación del Proyecto de Investigación, conformada por los siguientes docentes:

- * **Presidente** : Dra. SILVIA NATIVIDAD CRUZ COLCA
- * **1er. Miembro** : Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI
- * **2do. Miembro** : Dra. AMALIA PÉREZ ABARCA

Que, la sub comisión de evaluación ha decidido aprobar, SIN OBSERVACIONES, el Proyecto de Investigación en mención, y; siendo la opinión favorable de la Directora de la Unidad de Investigación en concordancia al Reglamento de la Unidad de Investigación, y en uso de las atribuciones que le concede la ley Universitaria 30220, ley de creación de la UANCV 23738 y modificación, Resolución de Institucionalización 1287-92-ANE D.L. 739, y el Estatuto de la UANCV, a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

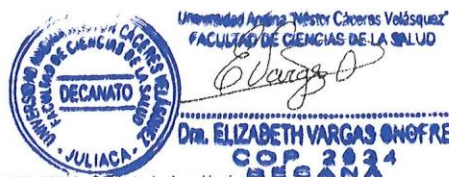
ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, el **PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**, presentado por el (la) egresado(a) **MARIA FELICITAS CARCAUSTO JOVE**, para optar el Título Profesional de **LICENCIADA(O) EN ENFERMERÍA** titulado: **EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023** con todos los objetivos generales, objetivos específicos, sede de ejecución, cronograma, presupuesto y línea de investigación, registrados en el acta de registro de proyectos de investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, folio 630;

El Proyecto de Investigación deberá **ejecutarse** de acuerdo a lo establecido en el Reglamento de la Unidad de Investigación con fines de obtención de Grados Académicos y Títulos Profesionales, y el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud.

ARTICULO SEGUNDO.- RECONOCER, como **ASESOR(A) DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN** al(la) Docente Ordinario(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud, Dra. **INGRID LIZ QUISPE TICONA**.

ARTICULO TERCERO.- DISPONER que, La Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y la Directora de la Escuela Profesional de Enfermería, quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



Distribución: Decanato, EP: ENFERMERÍA, Secretaría Académica, Archivo.



EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%

INDICE DE SIMILITUD

21%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

17%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS


1	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	9%
2	repositorio.unu.edu.pe Fuente de Internet	4%
3	repositorio.uancv.edu.pe Fuente de Internet	3%
4	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
6	dspace.unitru.edu.pe Fuente de Internet	<1%
7	www.usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1%



Metadatos Complementarios

Título de la tesis	
EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023	
Datos de autor	
Nombres y apellidos	MARIA FELICITAS CARCAUSTO JOVE
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	60363720
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0002-2207-7183
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	02449475
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-7619-9592
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	29590767
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02360070
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATAORA
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02405808



Datos de investigación	
Línea de investigación	SALUD PÚBLICA - P07
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	<p>País: Perú Departamento: Puno Provincia: San Román Distrito: Juliaca Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca Coordenadas: Longitud: 15°49'832° Latitud: 70°15'401°</p> <p>URL Maps https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1qRdMPO R_dc9voEssEgkpmL6rPnuUOP0&usp=sharing</p> 
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Octubre 2023 – Agosto 2024
URL de disciplinas OCDE https://concytec-pe.github.io/Peru-CRIS/vocabularios/ocde_ford.html - Librería	<p>Enfermería https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.03</p> <p>Salud Pública https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.05</p>



UNIVERSIDAD ANDINA NESTOR CERES VELASQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

[Signature]
Dra. Maria Amparo del Pilar Chambi Catacora
DIRECTORA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FCS



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo MARIA FELICITAS CARCAUSTO ZOVE, identificado con DNI Nro. 60363720, en mi condición de egresado de:

- Escuela Profesional
- Programa de Segunda Especialidad,
- Programa de Maestría o Doctorado

ENFERMERÍA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación, Trabajo Académico denominada:

EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCION EDUCATIVA DE ENFERMERIA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MONICA JULIACA 2023

Asesorado por: Dra: INGRID LIZ QUISPE TICONA

Es un tema original.

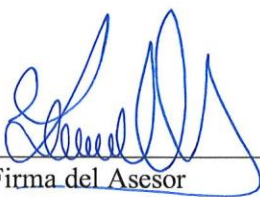
Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

El incumplimiento de lo declarado da lugar a responsabilidad del declarante, en consecuencia; a través del presente documento asumo frente a terceros, la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez y/o la Administración Pública toda responsabilidad que pueda derivarse por el trabajo final presentado. Lo señalado incluye responsabilidad pecuniaria incluido el pago de multas u otros por los daños y perjuicios que se ocasionen.

Juliaca 09 de SEPTIEMBRE del 2024


Firma del Asesor
(obligatoria)


Firma del Estudiante
(obligatoria)



Huella



DEDICATORIA

A Dios quien me ha guiado y dado salud, a mi madre que ha sido el apoyo más inquebrantable en toda mi carrera, quien me demostró que su amor es tan fuerte que mi mejor legado es esta hermosa carrera profesional.



AGRADECIMIENTO

A mis docentes por ser el pilar para llegar ser una excelente profesional, como también a la institución educativa secundaria Santa Mónica, por haberme permitido y facilitado realizar mi recolección de datos. A mi asesora la Dra. Ingrid quien me ha apoyado, guiado y enseñando para elaborar una buena investigación.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA..... iii

AGRADECIMIENTOiv

ÍNDICE GENERAL..... v

ÍNDICE DE TABLASvii

RESUMEN.....ix

ABSTRACT x

INTRODUCCIÓNxi

CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 1

1.2. OBJETIVOS 3

1.3. JUSTIFICACIÓN 4

1.4. HIPÓTESIS 5

1.5. VARIABLES 5

1.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES 6

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN 8

2.2. MARCO TEÓRICO..... 12

2.3. MARCO CONCEPTUAL 19



CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN..... 22

3.2. MÉTODOS APLICADOS A LA INVESTIGACIÓN 23

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA 23

3.4. TÉCNICAS, FUENTES E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION.... 25

3.5. VALIDACIÓN DE CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS..... 26

3.6. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO 27

3.7. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS..... 27

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

RESULTADOS..... 29

DISCUSIÓN 56

CONCLUSIONES 57

RECOMENDACIONES 59

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... 60

ANEXOS 65



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Intervención educativa de enfermería: Concepto sobre tipos de alimentos a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.	30
Tabla 2.	Intervención educativa de enfermería: Concepto sobre la función de las vitaminas y minerales a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.	33
Tabla 3.	Intervención educativa de enfermería: Concepto de alimentos que aportan hierro a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.	36
Tabla 4.	Intervención educativa de enfermería: Concepto sobre minerales que no deben faltar en la dieta a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.	39
Tabla 5.	Intervención educativa de enfermería: Concepto sobre consecuencias del consumo frecuente de alimentos procesados a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.	42



Tabla 6.	Intervención educativa de enfermería: Ingesta diario en casa a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.	45
Tabla 7.	Intervención educativa de enfermería: Frecuencia de consumo de alimentos principales a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.	48
Tabla 8.	Intervención educativa de enfermería: Consecuencias del consumo en horarios irregulares a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.	51
Tabla 9.	Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.	54



RESUMEN

Objetivo: Determinar la efectividad de la intervención educativa de enfermería para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares. **Método:** De diseño cuasi experimental, de tipo explicativo causal, muestra de 65 adolescentes, se utilizó la técnica de sesiones de intervención educativa y la encuesta. **Resultados:** Los indicadores de la dimensión intervención educativa sobre características alimentarias: indicador concepto de tipos de alimentos, que es energético, reguladores y formadores se obtuvo un 15,4% obtuvieron un nivel bueno, posteriormente a las sesiones educativas se presentó una mejoría del 73,8%, similar hecho sucede referente al concepto sobre las funciones de las vitaminas y minerales: son reguladores de las funciones de los órganos se el 16,9% es bueno lo cual se mejoró a un 83,1%, en cuanto al concepto de alimentos que aportan hierro: Sangrecita, hígado de pollo inicialmente con un conocimiento bueno en un 16,9% lo cual se revirtió en un 83,1%, también en el concepto sobre minerales en la dieta del adolescente se obtuvo 16,9% con un buen nivel de conocimiento lo cual mejoro en un 83,1%, respecto al concepto sobre las consecuencias de consumo de alimentos: aumento de peso asociado a enfermedades cardiovasculares se obtuvo un 16,9% con un nivel bueno lo cual mejoro aun 83,1%. Los indicadores de la dimensión intervención educativa de enfermería sobre comportamiento alimentario, se halló el 15,4% siempre desayuna en casa con un buen nivel de conocimiento lo cual mejoro con las sesiones educativas en un 73,8%, de la misma manera en la frecuencia de consumo son 3 veces al día se obtuvo un 16,9% tienen un buen nivel de conocimiento lo cual mejoro en un 83,1% y respecto a las consecuencias del consumo en horarios irregulares que afecta en el deterioro cognitivo el 16,9% con un buen conocimiento lo cual mejoro a un 83,1%. **Finalmente**, el nivel de conocimiento después de la intervención educativa sobre alimentación saludable en escolares, antes de la mejora del nivel conocimiento es de 55,4% fue deficiente, el 27,7% fue regular y el 16,9% fue bueno. Sin embargo, posterior a las sesiones educativas se logra mejoras significativas en un 83,1% fue bueno, el 15,4% fue regular y el 1,5% fue deficiente. **Conclusión:** Las dimensiones de la a intervención educativa de enfermería si es efectiva para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.

Palabras clave: Intervención, enfermería, conocimiento, alimentación.



ABSTRACT

Objective: To determine the effectiveness of educational nursing intervention to improve the level of knowledge about healthy eating in schoolchildren. **Method:** Quasi-experimental design, causal explanatory type, sample of 65 adolescents, the technique of educational intervention sessions and the survey were used. **Results:** The indicators of the educational intervention dimension on food characteristics: concept indicator of types of food, which is energy, regulators and trainers, 15.4% obtained a good level, after the educational sessions there was an improvement of 73%. .8%, a similar fact occurs regarding the concept of the functions of vitamins and minerals: they are regulators of the functions of the organs, which 16.9% is good, which was improved to 83.1%, regarding the concept of foods that provide iron: Sangrecita, chicken liver initially with good knowledge in 16.9% which was reversed in 83.1%,83.1%, also in the concept of minerals in the adolescent's diet, 16.9% was obtained with a good level of knowledge, which improved by 83., which improved by 83.1%, regarding the concept of the consequences of food consumption: weight gain associated with cardiovascular diseases, 16.9% was obtained. with a good level which improved even 83.1%. The indicators of the nursing educational intervention dimension on eating behavior, it was found that 15.4% always have breakfast at home with a good level of knowledge, which improved with the educational sessions by 73.8%, in the same way in the Frequency of consumption is 3 times a day, 16.9% have a good level of knowledge, which improved by 83.1% and regarding the consequences of consumption at irregular hours that affects cognitive deterioration, 16.9 % with good knowledge which improved to 83.1%. **Finally**, the level of knowledge after the educational intervention on healthy eating in schoolchildren, before the improvement of the knowledge level, was 55.4% poor, 27.7% was regular and 16.9% was good. However, after the educational sessions, significant improvements were achieved: 83.1% were good, 15.4% were average and 1.5% were poor. **Conclusion:** The dimensions of the nursing educational intervention are effective in improving the level of knowledge about healthy eating in fifth grade students of the Santa Mónica Juliaca 2023 Secondary educational institution.

Keywords: Intervention, nursing, knowledge, nutrition



INTRODUCCIÓN

Además de indispensable, es un derecho humano fundamental recibir alimentos nutritivos y suficientes durante cada etapa de la existencia. La nutrición ha adquirido una importancia cada vez mayor en la vida cotidiana, ya que el mero consumo no equivale necesariamente a una alimentación adecuada. En nuestro país, la obesidad y el sobrepeso es una problemática frecuente en todas las edades. Los niños de 5 a 19 años matriculados en instituciones del sector público en Paraguay tienen mayor incidencia de sobrepeso que de desnutrición, según se desprende de los resultados del perfil nutricional de este grupo etario. La mayoría de los impactados son varones jóvenes y menores de 12 años y la proporción de los alimentos que consumen los adolescentes son los factores que definen su estado nutricional. (1)

Se estima que el sobrepeso entre los 6 a 13 años en Perú es de 4 de cada 10. Esta proporción es preocupante, ya que es un riesgo para adquirir patologías crónicas no transmisibles. Además, aumenta la probabilidad de experimentar limitaciones físicas, baja autoestima y depresión. Del mismo modo, el desarrollo del sobrepeso y la obesidad está influido por los conocimientos de nutrición del individuo. En consecuencia, numerosos estudios han puesto en práctica intervenciones educativas para mejorar los conocimientos de los alumnos, lo que ha dado lugar a mejoras sustanciales. (2)

Los principales objetivos de las familias y los educadores deben ser garantizar que los niños crezcan sanos y adquieran una educación alimentaria nutricional durante su etapa escolar. La malnutrición, ya sea en forma de déficit o de exceso, puede tener consecuencias adversas a largo y corto plazo. En consecuencia, es



crucial dar prioridad a una nutrición y alimentación adecuadas durante este periodo. (3)

Este trabajo contiene IV capítulos:

Capítulo I. Aspectos generales los mismos que componen: Planteamiento del problema, objetivos, justificación, hipótesis, variables y operacionalización.

Capítulo II. Marco teórico los mismos que componen: antecedentes, marco teórico y conceptual.

Capitulo III. Procedimiento metodológico: Diseño de investigación, métodos aplicados, población y muestra, técnicas, fuentes, e instrumentos, validación de contrastación de hipótesis, validez y confiabilidad del instrumento, plan de recolección y procesamiento de datos.

Capitulo IV. Resultados y discusión los que conforman: Resultados, discusión, conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.



CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El MINSA está llevando a cabo la campaña «Alimentación y Nutrición Saludable» para hacer frente a los índices de sobrepeso y obesidad del veinticinco por ciento de los niños en Perú de cinco y nueve años. Esta iniciativa está diseñada para fomentar hábitos alimenticios saludables entre los escolares, mejorando así su rendimiento académico y promoviendo un estilo de vida saludable. Como parte de su refrigerio, se aconseja que los niños consuman cinco raciones de fruta, verdura, cereales integrales y legumbres. Deben abstenerse de consumir productos envasados, como galletas, munchies y bebidas gaseosas, que contienen altos niveles de azúcar, sodio, lípidos nocivos y aportan numerosas calorías sin ningún valor nutritivo. (4)

A nivel nacional, los servicios de saneamiento son inadecuados en 4 de cada 10 instituciones. Esta circunstancia aumenta la probabilidad de enfermedades diarreicas agudas en los niños, que están asociadas a la desnutrición crónica y la anemia infantil. Estas patologías tienen un impacto significativo en el desarrollo cognitivo y físico.



En Perú, el INEI proyecta que para el año 2021, el cuatro-nueve por ciento de los infantes menor de 3 años estarán afectados por anemia, y el veinticuatro por ciento en menores de cinco años estarán afectados por desnutrición crónica. En este sentido, los representantes de la UNESCO, UNICEF y PMA en el país coinciden en que es imperativo mantener la colaboración a todos los niveles para garantizar los servicios de agua y saneamiento suficientes.

Por el contrario, en 2018, el INS informó que el 37% de 5 y 9 años tenían sobrepeso u obesidad. Es una problemática nutricional más grave con el que se encuentra la población escolar.

Por último, las agencias destacan la continuidad de las políticas públicas relevantes para la salud y nutrición escolar en Perú, incluyendo el Programa del Qali Warma y la Ley y Reglamento de Alimentación. Destacan nuevamente la importancia de que el país incremente en la infraestructura y los servicios esenciales en el ámbito escolar y la educación alimentaria para garantizar el bienestar. (5)

Formulación del planteamiento del problema

Problema general

PG. ¿Cuál será la efectividad de la intervención educativa de enfermería para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023?



Problemas específicos

- PE1.** ¿Cuál será el efecto de la intervención educativa de enfermería sobre características alimentarias para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica?
- PE2.** ¿Cuál será el efecto de la intervención educativa de enfermería sobre comportamiento alimentario para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica?
- PE3.** ¿Cuál será el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable antes y después de la intervención de enfermería en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica?

1.2. OBJETIVOS

Objetivo general

- OG.** Determinar el efecto de la intervención educativa de enfermería para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.

Objetivos específicos

- OE1.** Identificar el efecto de la intervención educativa de enfermería sobre características alimentarias para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.



OE2. Identificar el efecto de la intervención educativa de enfermería sobre comportamiento alimentario para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.

OE3. Conocer el conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de 5to grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.

1.3. JUSTIFICACIÓN

Esta investigación se llevó a cabo debido a que la alimentación inadecuada es un problema de salud especialmente prevalente entre niños y adolescentes, incluso a edades tempranas. A pesar de la existencia de programas y estrategias destinados a mitigar su prevalencia, éstos son insuficientes, y el número de enfermedades deficitarias y excesivas sigue aumentando anualmente.

En la ciudad de Juliaca, el colegio secundario Santa Mónica sigue careciendo de investigaciones sobre las implicaciones de los alimentos que consumen los adolescentes. En consecuencia, es imperativo establecer un proyecto que evalúe la eficacia de un programa para mejorar la conciencia de los adolescentes sobre los hábitos alimentarios saludables.

Este trabajo ayudará a los licenciados que trabajan en el primer nivel atención a mantener un mayor énfasis en las actividades que contribuyen a la reducción de la incidencia de este problema. Esto se logrará a través de la planificación e intervención basadas en métodos educativos y técnicas innovadoras.



1.4. HIPÓTESIS

Hipótesis general

HG. La intervención educativa de enfermería es efectiva para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.

Hipótesis específicas

HE1. La intervención educativa de enfermería sobre características alimentarias es efectiva para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.

HE2. La intervención educativa de enfermería sobre comportamiento alimentario es efectiva para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.

HE3. El resultado del nivel de conocimiento es bueno después de la intervención educativa sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.

1.5. VARIABLES

Variable independiente: Efectividad de la intervención educativa de enfermería.

Variable dependiente: Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable.



1.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE VALORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Variable 1: Efectividad de la intervención educativa de enfermería	1.1 Intervención educativa sobre características alimentarias	1.1.1 Concepto sobre los tipos de alimentos	a. Energéticos, reguladores, formadores b. Energéticos, conservadores, preservantes y líquidos c. No sabe. No responde	Nominal
		1.1.2 Concepto sobre función de las vitaminas y minerales	a. Regular funciones de los órganos b. Formar huesos y tejidos c. No sabe. No responde	Nominal
		1.1.3 Concepto de alimentos que aportan hierro	a. Sangrecita, hígado de pollo, lentejas. b. Aceituna y papa. c. No sabe. No responde.	Nominal
		1.1.4 Concepto sobre minerales que no debe faltar en la dieta	a. El calcio, el hierro y el zinc. b. Magnesio, yodo, calcio c. No sabe, no responde	Nominal
		1.1.5 Concepto sobre consecuencias del consumo frecuente de alimentos procesados	a. Aumento del peso excesivo el cual se asocia a enfermedades cardiovasculares, diabetes. b. El sobrepeso c. No sabe, no responde	Nominal



	1.2 Intervención educativa sobre comportamiento alimentario	1.2.1 Ingesta diario en casa	a. Siempre b. A veces c. Generalmente no	Ordinal
		1.2.2 Frecuencia de consumo de alimentos principales	a. Dos veces b. Tres veces c. Más de tres veces	Ordinal
		1.2.3 Consecuencias de consumo en horarios irregulares	a. Deterioro en la función cognitiva y menor rendimiento escolar. b. No hay problema c. No sabe, no responde	Nominal
Variable 2: Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable	2.1 Clasificación	ESCALA DE VALORES Bueno (17 a 20 puntos) Regular (11- 16 puntos) Deficiente (00-10 puntos)		Ordinal



CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

A NIVEL INTERNACIONAL

Palenzuela, S.; Pérez, A.; et. al. en su artículo de "La alimentación en el adolescente" Córdoba, España. 2018. Resultados: Se obtuvieron 1.005 encuestas válidas, lo que representa el 99,25%. La edad media era de 11,45 años y el 53% eran varones. Consumo deficiente de productos lácteos (sólo dos tercios se ingieren a diario), pasta, frutas, verduras y hortalizas (30% de consumo diario). Sólo el 64,5% de los individuos consumen legumbres semanalmente. Se consume una cantidad considerable de «calorías vacías», entre las que se incluyen la cocina rápida, los postres y las bebidas carbonatadas. La presencia de clusters de alimentos saludables y peligrosos, que están asociados al estatus social de los padres y al tipo de colegio, se demuestra mediante análisis multivariante (cluster). (6)

Morales, A.; Rodríguez, I. et. al. en su artículo publicado sobre "Preferencias y conductas alimentarias en adolescentes. Ciudad de la Habana Cuba 2021. Los investigadores descubrieron que las mujeres dominaban la muestra (55,0%). La mayoría no realizaba el número de comidas diarias requerido y su dieta era ricos en grasas y azúcares, con alto contenido en sal y deficientes



en vitaminas, fibra y minerales. Los hombres son los que menos almuerzan (11,4 %), mientras que las mujeres son las que menos desayunan (32,0 %). Los alimentos más ingeridos son los cereales (64,0%), los hidratos de carbono (58,0%) y los productos lácteos (56,0%). Los hombres consumen mayor cantidad de huevos, embutidos y carne roja, mientras que las mujeres lo hacen de carne blanca. (7)

Morales, A.; Montilva, M. en su artículo publicado sobre Hábitos alimentarios no saludables y obesidad en adolescentes entre 15 y 19 años. Caracas, 2019. Resultados: Se observó que tanto los niños con obesidad como los que no lo eran presentaban una elevada frecuencia de conductas alimentarias perjudiciales. La obesidad no se asoció con la ausencia de desayuno, y la obesidad central sólo se asoció de forma independiente con una actividad física baja o moderada. (8)

Ortiz, A.; Pereyra, I. en su artículo publicado sobre las características de los adolescentes en la alimentación 2019 Uruguay. Resultados: El 89% no cumplía la ingesta diaria recomendada de 5 raciones de fruta y verdura, el 50% consumía bebidas azucaradas a diario, el 24% consumía comida rápida en dos o más ocasiones por semana y el 13% añadía sodio a todas sus recetas. El estudio también reveló que el 31% de los encuestados no participaba en las comidas diarias con sus padres. Tras combinar las variables examinadas, se determinó que el 58% de los adolescentes consumían cantidades insuficientes de alimentos. El riesgo era mayor entre los adolescentes de más edad ($p < 0,01$), los de mayor renta familiar ($p < 0,05$) y los que residían en el interior del país ($p < 0,05$). (9)



Macias, C.; Basebe, B., et. al. en su artículo publicado sobre intervención nutricional participativa en adolescentes del municipio Habana Vieja 2019. Se observaron los grupos promotores experimentaron una disminución en la cantidad de azúcar añadido a las bebidas carbonatadas ($p < 0,001$), mientras que todos los adolescentes experimentaron una disminución en la cantidad de azúcar añadido a la leche ($p = 0,002$). (10)

ANTECEDENTES NACIONALES

Herrera, R.; García, F. en su investigación titulada "Influencia de una intervención educativa a distancia en los conocimientos y prácticas de nutrición saludable de los alumnos de una IE de Lima, Perú, en 2022. Resultados: El 65 por ciento de los estudiantes poseía un conocimiento alto antes de la intervención; sin embargo, esta cifra aumentó al cien por cien tras la intervención. El 20% tienen prácticas adecuadas; se observó una transformación sustancial tras la intervención. (11)

Morales, W. en su investigación "Efectividad de la intervención educativa sobre factores de riesgo de obesidad en adolescentes del colegio Santa Lucía Ferreñafe, 2019". Resultados: Sólo el 5% de los encuestados desconocía el número recomendado de comidas al día; sin embargo, tras la intervención, el 60,7% respondió con exactitud. El 52,1% de los encuestados como tener un hogar con menos de cuatro personas, mientras que el 41,1% identificó a personas con sobrepeso en su familia. El consumo de alimentos fritos está influido por el entorno en un 71,4%, mientras que la frecuencia de dulces y pasteles aumenta en un 65,7%. (12)



Cárdenas, O. Ingaruca, G. en su investigación "Calidad de registro de notas de enfermería de emergencia del Hospital San Martín de Pangoa, Junín 2022. Resultados: 400 notas (100%), se determinó que la calidad de 199 (49%) es óptima, 183 (46%) son aceptables y 18 (5%) son deficientes. 316 (79%) notas de enfermería se registran con una calidad óptima, 76 (19%) son regulares y 8 (2%) son deficientes en la dimensión de estructura. (13)

Cornejo, J. en su trabajo de Eficacia de una intervención educativa en el nivel de conocimientos sobre alimentación saludable y actividad física en alumnos de secundaria de una IE pública de San Borja 2018. Resultados: El 31,9% de la población total tenía sobrepeso o era obesa. Tras la intervención, el 78,2% tienen conocimientos alto, lo que indica una mejora estadísticamente significativa ($p=0,000$) en su nivel de conocimientos. La actividad física tras la intervención mostró un aumento sustancial en comparación con los casos de baja actividad física, que fueron inferiores. (14)

Palacios, L. en su trabajo de tesis titulada impacto de una intervención educativa en el nivel de conocimientos sobre alimentación en adolescentes de una institución de lima, 2022. Resultados: Tras la intervención educativa, los conocimientos aumentaron al 3,8%, mientras que el nivel alto alcanzó el 50,9%, superando la mitad. (15)

A NIVEL REGIONAL Y LOCAL

Maquera, E.; Quilla, R. en su tesis "Se examinó la eficacia del programa para mejorar el estilo de vida de los alumnos de cuarto año del Colegio Adventista Túpac Amaru en 2018.". Resultados: Antes de la implantación del citado



programa, el 80% de los alumnos es adecuado el 10% de los alumnos demostraba un (poco saludable) y el 10% mantenía un (estilo muy saludable). Posteriormente, se implantó el programa «adolescencia sana». El 53,3% de los alumnos mantenía saludable y el 46,7% de los alumnos mantenía estilos muy saludables. (16)

Apaza, M.; Ascuña, Y. en su trabajo de tesis sobre estilo de vida e índice de masa corporal en estudiantes de secundaria de la IE Nuevo Horizonte Juliaca, 2019. Resultados: Se acepta la hipótesis alternativa, como lo demuestra el $Rho=0,227$, que es significativo a un 1%, existe una relación entre las variables es significativa a un nivel bajo, según Spearman, Esto sugiere que el IMC de los estudiantes se ve influido positivamente por la mejora en los ámbitos de la nutrición, el ejercicio, la responsabilidad sanitaria, la gestión del estrés, el apoyo interpersonal y la autorrealización. (17)

2.2. MARCO TEÓRICO

1. INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA.

Es un conjunto de actividades didácticas y pedagógicas que se ponen en práctica en respuesta a la identificación de un problema. Estas actividades se basan en un diagnóstico y están diseñadas para mejorar los conocimientos de las personas mediante el uso de métodos y técnicas eficaces. (18)

Esta intervención educativa es más bien una práctica basada en un tema en particular, y trabaja de la mano con las concepciones, acciones y prácticas educativas que intentan mejorar e innovar la enseñanza para prevenir las enfermedades transmitidas, estas intervenciones educativas están



relacionadas con la práctica de actividades que potencien determinados resultados y cambien la mejora en una acción. (19)

1.1. Intervención educativa sobre características alimentarias

Es el acto deliberado de conducir acciones que resulten en el desarrollo integral de conocimientos y prácticas. La investigadora (educadora) es responsable de organizar las actividades de enseñanza-aprendizaje.(19)

1.1.1. Tipos de alimentos.

La clasificación de los alimentos en tres categorías se basa en la función que cumplen en nuestro organismo. Así, hay alimentos reguladores, energéticos y constructores. Todas estas categorías deben incorporarse a una vida equilibrada. (21)

Las necesidades nutricionales de cada persona están muy influidas por sus características genéticas y metabólicas únicas. Los hidratos de carbono son el pan y los pasteles hechos a mano es fuente de energía. Los formadores, a menudo conocidos como alimentos derivados de animales y que contienen proteínas. Algunos ejemplos de formadores son el queso, el hígado frito y los huevos duros. Los reguladores, que incluyen minerales y vitaminas. Bebe mucha agua para evitar deshidratarte y sentirte cansado. Una bebida excelente sería el agua y los refrescos que te hayas fabricado tú mismo; deben evitarse las bebidas carbonatadas y azucaradas.



1.1.2. Función de las vitaminas y minerales.

Son sustancias orgánicas, lo que significa que proceden de animales o plantas. Los minerales son sustancias inorgánicas que son asimiladas por la vegetación o ingeridas por los animales y proceden de la tierra o del agua. Para mantener y desarrollar la salud, el organismo necesita cantidades importantes de determinados minerales. (22)

No se clasifican juntas debido a sus funciones fisiológicas o relaciones químicas similares, sino porque, como sus nombres indican, son componentes esenciales de la dieta y todos ellos se identificaron junto con las enfermedades responsables de su deficiencia.

1.1.3. Alimentos que nos aportan hierro.

Los adolescentes necesitan una gestión eficaz del hierro para prevenir estados carenciales que pueden ser perjudiciales para su salud. Actúa como metaloenzima, que es un tipo de enzima que interviene en el metabolismo, y es especialmente importante para la maduración sexual y el crecimiento. (23)

1.1.4. Minerales que no debe faltar en la dieta del adolescente.

Es un periodo de la vida es importante por cambios fisiológicos, sociales y afectivos, siendo la nutrición de especial importancia. Por eso es crucial prevenir tanto las carencias como los excedentes nutricionales, ya que tienen el potencial de provocar graves problemas de salud. Los rasgos genéticos y metabólicos específicos de una



persona son una parte importante de los factores que determinan sus necesidades alimentarias. (24)

1.1.5. Consecuencias del consumo frecuente de alimentos chatarra.

Dos enfermedades, la diabetes y la obesidad, son las consecuencias más notorias. Además, hay otras enfermedades que merecen atención, como la hipertensión, los problemas cardíacos, el envejecimiento prematuro y los problemas circulatorios. (25)

La alimentación es un componente vital de nuestra existencia, ya que permite a nuestro organismo realizar procesos que serían imposibles de continuar sin ella. En general, se trata de alimentos ricos en azúcar, grasa y/o sodio.

1.2. INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE COMPORTAMINETO ALIMENTARIO.

Las intervenciones están diseñadas para prevenir o mitigar la malnutrición derivada de las carencias o para fomentar estilos de vida saludables entre las poblaciones vulnerables. Pocas intervenciones que se han identificado como eficaces para mejorar la cultura alimentaria se incorporan a programas que también abordan otras preocupaciones. (26)

1.2.1. Importancia del desayuno en casa.

El cuerpo se hidrata, se previenen los efectos del ayuno prolongado y las alteraciones metabólicas en la noche se reorganizan con el desayuno. Los hábitos de vida actuales y las prisas pueden dar lugar

a un desayuno deficiente o a la omisión total de esta comida, lo que nos lleva a salir de casa con el estómago vacío. (27)

La razón por la que el desayuno es importante del día es que se consume como primera comida tras un prolongado periodo de ayuno derivado de las horas nocturnas. Además, el desayuno precede a las horas del día que se caracterizan por una mayor actividad y, en consecuencia, un mayor gasto energético. Los alimentos que una persona sana necesita consumir para garantizar que se satisfacen todas sus demandas fisiológicas se denomina necesidades nutricionales. Las necesidades nutricionales son los parámetros fisiológicos propios de cada persona.

1.2.2. Frecuencia de consumo de alimentos.

Las conductas de los adolescentes pueden caracterizarse por hábitos frecuentes, como abandonar las comidas, picotear, consumir comida rápida, evitar las comidas familiares, seguir regímenes sin justificación médica, realizar una actividad física intensa sin la orientación adecuada o adoptar un estilo de vida sedentario. (28)

1.2.3. Consecuencias de consumo en horarios irregulares.

El consumo excesivo de alimentos puede provocar obesidad o sobrepeso, que son factores de como problemas cardiovasculares y diabetes. (29)



Los adolescentes prefieren la carne al pescado, son grandes consumidores de leche, en cambio, su consumo de verduras (ensaladas, hortalizas y fruta) es extremadamente bajo, y no consumen las cinco raciones recomendadas de verduras al día. (30)

2. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Los conocimientos se definen como toda la información que poseemos sobre diversos temas y que hemos adquirido a través de distintos métodos, como leer, escuchar y otros medios.

La prevalencia de la obesidad en nuestra nación ha alcanzado niveles sin precedentes. La prevalencia de la obesidad es de casi el 40% entre los adultos y del 20% entre los adolescentes. (31)

La obesidad es fundamental dar prioridad a la nutrición a lo largo de toda la existencia, con especial énfasis en la infancia. Esta etapa es crucial en términos de nutrición, ya que es el momento durante el cual el bebé desarrolla los patrones dietéticos. Durante este periodo de desarrollo, los niños tienden a elegir alimentos deficientes en nutrientes y perjudiciales para su salud, como dulces y postres, en lugar de alimentos sanos como verduras y frutas, que deberían incluirse en su dieta.

Una dieta equilibrada favorece el desarrollo óptimo de los lactantes y adolescentes a lo largo de toda su vida. Las madres, padres y/o cuidadores son cruciales para garantizar el desarrollo de sus hijos. Las proporciones y cantidades de nutrientes que necesitarán los niños y adolescentes variarán en función de su edad, estado nutricional y nivel de actividad física. Es



imprescindible mantener una dieta nutritiva durante los años escolares, ya que no sólo mejorará el rendimiento académico, sino que también aportará nutrientes esenciales. La adolescencia se caracteriza por la consolidación de las prácticas alimentarias que los niños adquieren durante este periodo, lo que también contribuye a la prevención como la anemia. (32)

Desde una perspectiva biológica, la alimentación consiste en una serie de acciones que comienzan con la selección del alimento y concluyen con su ingestión por el organismo. La nutrición, en cambio, es un proceso involuntario que implica la reducción de los alimentos ingeridos a sus moléculas más básicas para su asimilación por el organismo vivo.

Hábitos dietéticos saludables: alimentos nutritivos y equilibrados, una hidratación adecuada son esenciales para preservar una alta calidad de vida. Por el contrario, unos hábitos incorrectos y poco adecuados pueden provocar problemas de salud. La selección, preparación y consumo de alimentos, tanto en individuos como en grupos, están influidos por un conjunto de costumbres conocidas como prácticas alimentarias. En la formación de los hábitos alimentarios influyen la biodisponibilidad (los nutrientes que nuestro sistema digestivo puede absorber), el nivel educativo (los conocimientos que poseemos sobre los beneficios para la salud de determinados alimentos) y el acceso (la probabilidad de obtener estos alimentos, ya sea en el mercado o a través de nuestro estatus socioeconómico).

En términos prácticos En general, se reconoce que una dieta sana es aquella que es sostenible, asequible, armoniosa, segura, apropiada para el



individuo y el medio ambiente, y suficientemente abundante. Resulta ventajoso conocer las propiedades nutricionales y las aplicaciones de los distintos alimentos, que suelen clasificarse en función de los nutrientes que contienen, para formular una dieta nutritiva.

Las enfermeras son esenciales como profesionales de la salud, cuidadoras y educadoras. El equipo multidisciplinar incluye al profesional de PROMS y la prevención de patologías. De este modo se promueven estilos de vida y se generan cambios de comportamiento a través de acciones colectivas e individuales.

Para categorizar el nivel de conocimiento:

Bueno: (17 - 20): Es optimo (adecuada distribución cognitiva)

Regular (11 – 16): Llamado también medianamente logrado, manifiesta conceptos básicos, el adolescente conoce parcialmente sobre el tema tratado.

Deficiente (0 – 10 puntos): Porque hay ideas desorganizadas, inadecuada conceptualización sobre el tema tratado y los términos no son precisos ni adecuados

2.3. MARCO CONCEPTUAL

Alimentación saludable

Comience con una dieta que sea nutritiva, equilibrada y segura, ya que esto permite que el cuerpo humano crezca y se desarrolle adecuadamente. Esta dieta consiste en una selección variada de



alimentos. Esto permite a individuos de todas las edades disfrutar de una mayor calidad de vida. (33)

Antropometría

Utilizando el peso, la estatura, los perímetros y las circunferencias corporales, es una técnica empleada para cuantificar la estructura corporal. (33)

Conocimiento

Es todo lo que está en la mente de un individuo, como si es personalizado u objetivo, y está conectado a todos los hechos que ocurren durante la vida. Es el lugar donde la información se va a transformar en conocimiento para resolver problemas. (33)

Estado nutricional

Se encuentra el individuo en relación con el consumo de alimentos. se ha descrito como la condición del organismo que surge como consecuencia de las necesidades nutricionales de un individuo. (33)

Intervención educativa

Es imperativo que la institución que emplea al personal sanitario dé prioridad a la formación continua, ya que es un factor crítico que influye en el rendimiento y la calidad del trabajo, además de contribuir a mantener la satisfacción laboral. (33)

Prácticas de alimentación:



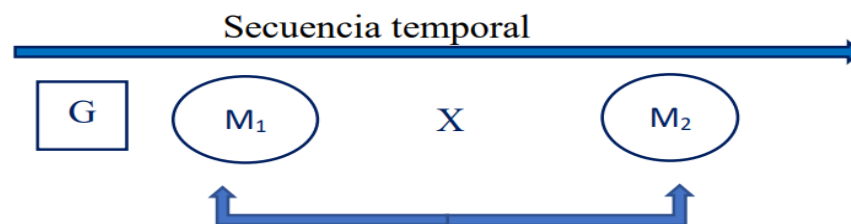
Se definen como los comportamientos y conductas que deben adoptar las madres que alimentan directamente a sus hijos en edad preescolar para aumentar la ingesta de alimentos nutritivos por parte del niño. Este comportamiento se adquiere y debe practicarse respetando todas las medidas higiénicas y de protección para garantizar una nutrición adecuada. (33)

CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Es cuasi experimental debido al hecho de que la investigación se llevó a cabo en un solo grupo, que proporcionó respuestas al diagrama que se muestra a continuación: (34)



Donde:

G: Grupo de estudio.

M1: Primera medición

X: Intervención educativa

M2: Segunda medición

Tipo de investigación

Es explicativo causal porque está dirigido a responder porque se produce el fenómeno. (35)



Es longitudinal porque en este tipo de estudio requiere que un investigador observe a los participantes en diferentes intervalos de tiempo.

3.2. MÉTODOS APLICADOS A LA INVESTIGACIÓN

Se aplicaron a casos concretos en este trabajo mediante el método lógico deductivo, que es una conexión de juicios. El método de deducción empleado en esta investigación es analítico. (36)

Al tratarse de una investigación cuasi experimental tuvo para determinar si una hipótesis causal es cierta o no, es necesario manipular una variable independiente.

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

Habitantes:

Son los estudiantes del quinto año de secundaria que asisten regularmente a sus sesiones de clase:

- Siendo 3 secciones constituidas con una cantidad total de 86 estudiantes.

5to A son un total de 27

5to B son un total de 30

5to C son un total de 29

Muestra:

Se empleó una técnica de muestreo probabilístico aleatorio directo para obtener la muestra del grupo experimental, ya que se incluyó una lista de alumnos de secundaria en función de su año de estudio. Se determinó



aplicando la fórmula para una población finita o conocida, que tiene en cuenta una confianza del 95%, 5% de error. La muestra está compuesta por 65 adolescentes.

Se calcula con la fórmula:

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

Tamaño de la población	N	86
Error Alfa	α	0.05
Nivel de Confianza	1-α	0.95
Z de (1-α)	Z (1-α)	1.96
Prevalencia de la Enfermedad	p	0.40
Complemento de p	q	0.60
Precisión	d	0.06
Tamaño de la muestra	n	65

$$n = \frac{86 \quad 3.8416 \quad 0.40 \quad 0.60}{0.0036 \quad 85 \quad + \quad 3.842 \quad 0.40 \quad 0.60}$$

$$n = \frac{79.29}{0.306 \quad + \quad 0.922}$$

$$n = \frac{79.29}{1.228}$$

$$n = \mathbf{64.56}$$



Criterios de inclusión:

- Adolescentes de ambos géneros que cursan el quinto de secundaria matriculados en el 2023, entre los 16 – 17 años y que acepten participar.

Criterios de exclusión:

- No haber realizado o completado el cuestionario de pre o post test.
- Adolescentes que no acepten participar

3.4. TÉCNICAS, FUENTES E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION

Antes de aplicar los instrumentos primero se les aplicara el pre test sobre nivel de conocimientos.

Variable independiente:

Técnica: Encuesta

Instrumento: Se aplicaron 4 instrumentos llamados pre test y post test elaborado por la tesista según la norma técnica del MINSA.

Se aplicó el pre-test en tres sesiones en el lapso de 45 minutos.

Se aplicó el pos-test en tres sesiones en el lapso de 90 minutos.

Con estos datos se creó la base A. Una vez concluida la cuarta sesión, se empleó la prueba posterior para confirmar la asistencia a los talleres y con estos datos se generó la base B.

Los seminarios educativos se impartieron en la misma institución educativa, empleando una metodología participativa que utilizaba un lenguaje directo. Como recursos didácticos. (Anexo 1)

Para la variable dependiente:

Técnica: Encuesta

Instrumento: Cuestionario sobre conocimiento de alimentación saludable.

Se aplicaron antes y después de la intervención educativa. (Ver anexo 2)



Son 20 preguntas y está en 2 partes. La primera esta por 5 ítems relacionados con las características alimentarias, la segunda parte con 3 ítems de conocimientos de alimentación saludable.

El cuestionario empleado en la presente investigación fue validado por dos autoridades en la materia y se considera fiable.

Por último, el post test se administró durante la misma semana que el módulo educativo final y al concluir el proyecto de intervención. Utilizando un cuestionario estructurado, se aplicó una metodología de encuesta.

3.5. VALIDACIÓN DE CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

Es un conjunto de pautas para determinar la verdad o falsedad de una hipótesis a partir de una probabilidad.

Para organizar, ordenar e interpretar los datos obtenidos, se usó el Chi-cuadrado. Con un valor $p < 0,05$.

Formula:

$$\chi^2 = \sum \frac{(o_i - e_i)^2}{e_i}$$

Donde:

χ^2 : Chi cuadrado

e_i : frecuencia esperada

o_i : frecuencia observada



3.6. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Validez

El instrumento del Anexo 1 ha sido validado por 2 expertos para garantizar que se adapta a nuestra realidad y cuenta con las garantías necesarias. Son los únicos que pueden dar fe de su validez.

Confiabilidad

Se usó el alfa de Cronbach para evaluar la fiabilidad del instrumento, antes de la intervención. Para lo cual es confiable.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,888	9

Se volvió a usar el alfa de Cronbach después de la intervención, para volver a evaluar la fiabilidad en la cual obtuvimos un resultado optimo, lo cual también nos indica que en confiable el instrumento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,924	9

3.7. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS

Se presentó una solicitud al Director de la Institución educativa Secundaria Santa Mónica.

Luego se realizará las coordinaciones internas con los tutores de las respectivas aulas para la aplicación de los instrumentos.



Este proceso de recopilación tuvo una duración de un mes.

Procesamiento de datos

Se procedió a la transcripción íntegra de los datos obtenidos para su tratamiento. A continuación, la información registrada se categorizó, cuantificó y procesó mediante el programa informático SPSS. Se emplearon tablas de información estadística para exponer estos datos, que se utilizarán a efectos de análisis e interpretación.



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

RESULTADOS

Determinar la efectividad de la intervención educativa de enfermería para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023. Se empleó 9 tablas.

Teniendo en cuenta los descubrimientos que se revelaron tras el tratamiento de los datos, se estableció un vínculo entre las variables, que se abordará en la siguiente explicación:



TABLA 1. INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA: CONCEPTO SOBRE LOS TIPOS DE ALIMENTOS A FIN DE MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023.

Concepto sobre los tipos de alimentos	Pre Test								Post test							
	Bueno		Regular		Deficiente		Total		Bueno		Regular		Deficiente		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Energéticos, regulares, formadores	10	15,4	0	0,0	8	12,3	18	27,7	48	73,8	0	0,0	0	0,0	48	73,8
Energéticos, conservadores. Preservantes y líquidos	1	1,5	9	13,8	14	21,5	24	36,9	6	9,2	10	15,4	0	0,0	16	24,6
No sabe, no responde	0	0,0	9	13,8	14	21,5	23	35,4	0	0,0	0	0,0	1	1,5	1	1,5
Total:	11	16,9	18	27,7	36	55,4	65	100,0	54	83,1	10	15,4	1	1,5	65	100,0

Fuente: Cuestionario

$Chi^2_{ca} = 29,531$ $P = 0,000$

$Chi^2_{tab} = 9,488$ $GL = 4$

$Chi^2_{ca} = 101,111$ $P = 0,000$

$Chi^2_{tab} = 9,488$ $GL = 4$



Según el primer objetivo específico: Identificar el nivel de conocimiento previo y posterior a la intervención educativa de enfermería sobre características alimentarias en escolares de quinto grado. Se empleó 5 tablas.

Antes de aplicar las sesiones educativas se halló que:

En la tabla 1: Intervención educativa de enfermería: Concepto sobre los tipos de alimentos a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares, encontramos el 36,9% definen como energéticos, conservadores, preservantes y líquidos, el 35,4% no saben y el 27,7% definen energéticos, regulares, formadores.

El grupo de adolescentes que definen como energéticos, conservadores, preservantes y líquidos, el 21,5% tienen un nivel deficiente en conocimientos sobre alimentos saludables y el 13,8% tienen un conocimiento regular. De igual modo el grupo de adolescentes que definen que son energéticos, regulares, formadores, el 15,4% tienen un nivel de conocimiento bueno.

Se usó un error del 5% y un valor de $p < 0,05$, se tuvo una $Chi^2_{calculada} = 29,531$ mayor $Chi^2_{tabulada} = 9,488$, $Gl = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

Después de aplicar las sesiones educativas se encontró que:

El indicador concepto sobre los tipos de alimentos a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares, se encontró el 73,8% definen que son energéticos, regulares, formadores, el 24,6% definen como energéticos, conservadores, preservantes y líquidos y el 1,5% no sabe, no responde.



De un grupo de adolescentes que definen que son energéticos, regulares y formadores, el 73,8% tienen un nivel bueno de conocimientos. Del mismo modo el otro grupo de adolescentes que definen como energéticos, conservadores, preservantes y líquidos, el 15,4% tienen un nivel de conocimiento regular.

Se tuvo una $\chi^2_{calculada} = 101,111$ mayor $\chi^2_{tabulada} = 9,488$, $Gl=4$, $p=0,000$, es significativo el indicador.

Los alimentos pueden clasificarse en tres categorías distintas según la función que desempeñan en el cuerpo humano. Así, hay nutrientes que son estructurales, energizantes y reguladores. Para vivir una existencia equilibrada, hay que participar en cada una de estas comunidades. Los alimentos proporcionan energía se denominan energéticos. El consumo de comidas ricas en proteínas, que son los componentes fundamentales del cuerpo humano, se denomina «alimentos de construcción» o «alimentos de reparación». Los alimentos que incluyen vitaminas, minerales y antioxidantes que contribuyen al mantenimiento del funcionamiento saludable del organismo y proporcionan protección contra las enfermedades se denominan alimentos reguladores. Estos alimentos también se clasifican como alimentos protectores.



TABLA 2. INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA: CONCEPTO SOBRE LA FUNCIÓN DE LAS VITAMINAS Y MINERALES A FIN DE MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023.

Concepto sobre la función de las vitaminas y minerales	Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable															
	Pre Test								Post Test							
	Bueno		Regular		Deficiente		Total		Bueno		Regular		Deficiente		Total	
N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	
Regular funciones de los órganos	11	16,9	0	0,0	1	1,5	12	18,5	54	83,1	2	3,1	0	0,0	56	86,2
Formar huesos y tejidos	0	0,0	12	18,5	21	32,3	33	50,8	0	0,0	8	12,3	0	0,0	8	12,3
No sabe, no responde	0	0,0	6	9,6	14	21,5	20	30,8	0	0,0	0	0,0	1	1,5	1	1,5
Total:	11	16,9	18	27,7	36	55,4	65	100,0	54	83,1	10	15,4	1	1,5	65	100,0

Fuente: Cuestionario

$Chi^2_{ca} = 58,815$ $P = 0,000$

$Chi^2_{tab} = 9,488$ $GL = 4$

$Chi^2_{ca} = 115,143$ $P = 0,000$

$Chi^2_{tab} = 9,488$ $GL = 4$



Antes de aplicar las sesiones educativas se halló que:

En la tabla 2: Intervención educativa de enfermería: Concepto sobre la función de las vitaminas y minerales a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares el 50,8% refieren que es para formar huesos y tejidos, el 30,8% no sabe y el 18,5% indican que son regulan las funciones de los órganos.

Del grupo de escolares que responde que forman los huesos y tejidos, el 32,3% tienen un deficiente nivel de conocimiento y el 18,5% es regular. Del mismo modo que el grupo de escolares que no saben y no responden, el 9,6% tienen un nivel conocimiento regular.

Se usó un error del 5% y un valor de $p < 0,05$, se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 58,819$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{GL} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

Después de aplicar las sesiones educativas se halló que:

El indicador conocimiento referente a la intervención educativa: Concepto sobre la función de las vitaminas y minerales a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en un 86,2% refieren que es regular las funciones de los órganos, el 12,3% refieren que forman huesos y tejidos y el 1,5% no saben.

De un grupo de escolares que refieren que es regular funciones de los órganos, el 83,1% tienen un nivel de conocimientos bueno. De igual modo el grupo de escolares que refieren que formen huesos y tejidos, el 12,3% tienen un nivel de conocimiento regular.



Se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 115,143$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

Para el crecimiento y el mantenimiento de la salud, el organismo necesita cantidades sustanciales de determinados minerales, entre ellos el calcio. Los oligoelementos, entre ellos el selenio, el cobre, el cromo, el yodo y el hierro, se clasifican como tales debido a sus necesidades de cantidades extremadamente diminutas. Hay un conjunto de moléculas químicas conocidas como vitaminas que son esenciales para el funcionamiento saludable del cuerpo. Dado que el organismo no los genera por sí mismo, ésta es la única explicación. Los minerales son componentes naturales indispensables para el buen funcionamiento del organismo. Al igual que ocurre con las vitaminas, existen diversas variedades de ellas que pueden encontrarse en distintos alimentos y sirven para diversos fines.



TABLA 3. INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA: CONCEPTO DE ALIMENTOS QUE APORTAN HIERRO A FIN DE MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023.

Concepto de alimentos que aportan hierro	Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable															
	Pre Test								Post Test							
	Bueno		Regular		Deficiente		Total		Bueno		Regular		Deficiente		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Sangrecita, hígado de pollo, lentejas	11	16,9	11	16,9	14	21,5	36	55,4	54	83,1	5	7,7	0	0,0	59	90,8
Aceituna y papa	0	0,0	1	1,5	0	0,0	1	1,5	0	0,0	3	4,6	0	0,0	3	4,6
No sabe, no responde	0	0,0	6	9,2	22	33,8	28	43,1	0	0,0	2	3,1	1	1,5	3	4,6
Total:	11	16,9	18	27,7	36	55,4	65	100,0	54	83,1	10	15,4	1	1,5	65	100,0

Fuente: Cuestionario

$Ch^2_{cal} = 16,293$ $P = 0,003$

$Ch^2_{tab} = 9,488$ $GL = 4$

$Ch^2_{cal} = 47,079$ $P = 0,000$

$Ch^2_{tab} = 9,488$ $GL = 4$



Antes de aplicar las sesiones educativas sobre la alimentación saludable se halló que:

En la tabla 3: Intervención educativa de enfermería: Concepto de alimentos que aportan hierro a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares, el 55,4% refieren que son la sangrecita de hígado de pollo, lenteja, el 43,1% no sabe y el 1,5% dice que son aceitunas y papas.

De un grupo de escolares que no saben y no responde, el 33,8% tienen un nivel de conocimiento deficiente. De igual modo el grupo de escolares que definen como sangrecita de pollo, lentejas, el 16,9% su nivel de conocimiento es regular.

Se usó un error del 5% y un valor de $p < 0,05$, se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 16,293$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,003$, es significativo el indicador.

Después de aplicar las sesiones educativas se encontró que:

El indicador conocimiento referente a la intervención educativa de enfermería: Concepto de alimentos que aportan hierro a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en un 90,8% refieren que es sangrecita, hígado de pollo y lentejas, el 4,6% refieren que la aceituna, papa y el 4,6% no saben.

De un grupo de escolares que refieren que son la sangrecita, hígado de pollo y lentejas, el 83,1% tienen nivel de conocimientos bueno. Del grupo de escolares con un nivel de conocimientos regulares, el 4,6% refieren que son aceitunas y papa.



Se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 47,079$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

La gestión eficaz del hierro es fundamental para los adolescentes a fin de prevenir estados carenciales de hierro potencialmente mortales. Además de ser una metaloenzima (enzima implicada en el metabolismo). Los minerales están en las células del cuerpo, y el hierro es uno de ellos, es necesario para la producción de hemoglobina.



TABLA 4. INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA: CONCEPTO SOBRE MINERALES QUE NO DEBEN FALTAR EN LA DIETA A FIN DE MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023.

Concepto sobre minerales que no deben faltar en la dieta	Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable																
	Pre Test								Post Test								
	Bueno		Regular		Deficiente		Total		Bueno		Regular		Deficiente		Total		
N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
El calcio, el hierro y el zinc	11	16,9	3	4,6	12	18,5	26	40,0	54	83,1	1	1,5	0	0,0	55	84,1	
Magnesio, yodo, calcio	0	0,0	1	1,5	7	10,8	8	12,3	0	0,0	9	13,8	0	0,0	9	13,8	
No sabe, no responde	0	0,0	14	21,5	17	26,2	31	47,7	0	0,0	0	0,0	1	1,5	1	1,5	
Total:	11	16,9	18	27,7	36	55,4	65	100,0	54	83,1	10	15,4	1	1,5	65	100,0	

Fuente: Cuestionario

$Chi^2_{cal}= 24,924$ $P=0,000$

$Chi^2_{tab}=9,488$ $GL=4$

$Chi^2_{cal}= 122,436$ $P=0,000$

$Chi^2_{tab}=9,488$ $GL=4$



Antes de aplicar las sesiones educativas sobre alimentación saludable se halló que:

En la tabla 4 analizamos el indicador respecto a la intervención educativa de enfermería: Concepto sobre minerales que no deben faltar en la a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares el 47,7% no sabe, el 40,0% refieren: calcio, el hierro y el zinc y el 12,3% indican magnesio, yodo y calcio.

De un grupo de escolares que refirieron que no saben, el 26,2% con un deficiente nivel de conocimiento. De igual modo el grupo de escolares que refieren que es el calcio, el hierro y el zinc, el 16,9% tienen un nivel de conocimiento bueno.

Se usó un error del 5% y un valor de $p < 0,05$, se tuvo una $Chi^2_{calculada} = 24,924$ mayor $Chi^2_{tabulada} = 9,488$, $Gl = 4$, $p = 0,000$, des significativo el indicador.

Después de aplicar las sesiones educativas se encontró que:

El indicador conocimiento referente a la intervención educativa de enfermería: Concepto sobre minerales que no deben faltar en la dieta a fin de mejorar el conocimiento sobre alimentación saludable en un 84,1% refieren que es el calcio, el hierro y el zinc, el 13,8% refieren que es el magnesio, yodo, calcio y el 1,5% no saben.

De un grupo de escolares con un buen nivel de conocimientos, el 83,1% refieren que es el calcio, el hierro y el zinc. Por ende, el grupo de escolares con un deficiente nivel de conocimiento, el 1,5 no saben y no responden.



Se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 122,436$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

Durante la adolescencia se producen importantes cambios emocionales, sociales y fisiológicos, por lo que la nutrición se vuelve cada vez más vital. En consecuencia, es fundamental prevenir tanto la nutrición excesiva como la inadecuada, ya que ambas pueden dar lugar a graves complicaciones de salud. Además de clasificarse como macrominerales y oligoelementos. Para garantizar que el organismo siga funcionando correctamente y asegurar, entre otras cosas, la creación de huesos, el control del ritmo cardíaco y la generación de hormonas, los seres humanos necesitan este tipo de sustancias.



TABLA 5. INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA: CONCEPTO SOBRE CONSECUENCIAS DEL CONSUMO FRECUENTE DE ALIMENTOS PROCESADOS A FIN DE MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023.

Concepto sobre consecuencias del consumo frecuente de alimentos procesados	Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable															
	Pre Test								Post Test							
	Bueno		Regular		Deficiente		Total		Bueno		Regular		Deficiente		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Aumento del peso excesivo el cual se asocia a enfermedades cardiovasculares, diabetes	11	16,9	0	0,0	12	18,5	23	35,4	54	83,1	1	1,5	0	0,0	55	84,6
El sobrepeso	0	0,0	5	7,7	22	33,8	27	41,5	0	0,0	9	13,8	0	0,0	9	13,8
No sabe, no responde	0	0,0	13	20,0	2	3,1	15	23,1	0	0,0	0	0,0	1	1,5	1	1,5
Total:	11	16,9	18	27,7	36	55,4	65	100,0	54	83,1	10	15,4	1	1,5	65	100,0

Fuente: Cuestionario

$$Ch^2_{ca} = 54,268$$

$$P = 0,000$$

$$Ch^2_{ca} = 12,436$$

$$P = 0,000$$

$$Ch^2_{tab} = 9,488$$

$$GL = 4$$

$$Ch^2_{tab} = 9,488$$

$$GL = 4$$



Antes de aplicar las sesiones educativas sobre alimentación saludable se halló que:

En la tabla 5 analizamos el indicador respecto a la intervención educativa de enfermería: Concepto sobre consecuencias del consumo frecuente de alimentos procesados a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en un 41,5% definen como sobrepeso, el 35,4% refieren como el aumento de peso asociado a enfermedades cardiovasculares y el 23,1% no saben.

De un grupo de escolares que refieren que es sobrepeso, el 33,8% con un deficiente nivel de conocimiento. De igual modo el grupo de escolares que no saben, no responden el 20,0% tienen un nivel de conocimiento regular.

Se usó un error del 5% y un valor de $p < 0,05$, se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 54,268$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicar.

Después de aplicar las sesiones educativas se encontró que:

El indicador intervención educativa de enfermería: Concepto sobre consecuencias del consumo frecuente de alimentos procesados a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares, el 84,6% refieren que es el aumento de peso asociado a enfermedades cardiovasculares, el 13,8% refieren que es sobrepeso y el 1,5% refieren que no saben.

De un grupo de escolares que tienen un conocimiento bueno el 83,1% refieren que el aumento de peso se asocia a las enfermedades cardiovasculares, del mismo de un grupo de escolares que tienen un conocimiento regular, el 13,8% refieren que es el sobrepeso.



Se tuvo una $X^2_{calculada} = 122,436$ mayor $X^2_{tabulada} = 9,488$, $Gl=4$, $p=0,000$, es significativo el indicador.

La obesidad y la diabetes, ambas enfermedades potencialmente graves, son los efectos secundarios más frecuentes. Además, el envejecimiento prematuro, las complicaciones cardiovasculares, la hipertensión y las cardiopatías son dolencias adicionales que merecen atención. Los productos considerados altamente obesogénicos y, en general, perjudiciales son las comidas y bebidas ultraprocesadas. Consumir estos productos de forma regular conlleva un aumento del número de calorías consumidas, lo que está relacionado la DM2.



TABLA 6. INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA: INGESTA DIARIO EN CASA A FIN DE MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023.

Ingesta diario en casa	Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable															
	Pre Test								Post Test							
	Bueno		Regular		Deficiente		Total		Bueno		Regular		Deficiente		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Siempre	10	15,4	0	0,0	2	3,1	12	18,5	48	73,8	0	0,0	0	0,0	48	73,8
A veces	1	1,5	12	18,5	30	46,2	43	66,2	6	9,2	10	15,4	0	0,0	16	24,6
Generalmente no	0	0,0	6	9,2	4	6,2	10	15,4	0	0,0	0	0,0	1	1,5	1	1,5
Total:	11	16,9	18	27,7	36	55,4	65	100,0	54	83,1	10	15,4	1	1,5	65	100,0

Fuente: Cuestionario

$Ch^2_{cal}= 50,754$ $P=0,000$

$Ch^2_{tab}=9,488$ $GL=4$

$Ch^2_{cal}= 101,111$ $P=0,000$

$Ch^2_{tab}=9,488$ $GL=4$



Según nuestro segundo objetivo específico: Identificar el nivel de conocimiento previo y posterior a la intervención educativa sobre el comportamiento alimentario en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica. Se empleó 3 tablas.

Antes de aplicar las sesiones educativas se halló que:

En la tabla 6: Intervención educativa de enfermería: Ingesta diario en casa a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares, el 66,2% indican que a veces, el 18,4% indican que siempre y el 15,4% indican generalmente no.

Un grupo de escolares que refieren que a veces desayunan en casa, el 46,2% tienen un nivel de conocimiento deficiente y el 18,5% regular. De igual modo el grupo de escolares que siempre desayunan en casa, el 15,4% tienen un nivel de conocimiento bueno.

Se usó un error del 5% y un valor de $p < 0,05$, se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 50,754$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

Después de aplicar las sesiones educativas se encontró que:

El indicador intervención educativa de enfermería: Ingesta diario en casa a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares, el 73,8% refieren que siempre desayunan en casa, el 24,6% refieren que a veces y el 1,5% refieren generalmente no.

De un grupo de escolares que refieren que siempre desayuna todos los días en casa, el 73,8% tienen un nivel de conocimiento bueno. De igual modo el grupo



de escolares que refieren que a veces desayuna en casa, el 15,4% tienen un nivel de conocimiento regular.

Se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 101,111$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

El desayuno es primordial, ya que es la primera comida que se consume tras un ayuno prolongado inducido por las horas de sueño. Además, el desayuno precede a periodos de mayor actividad y, en consecuencia, a un mayor gasto energético, lo que contribuye a que se considere la comida más importante del día. Los productos lácteos bajos en grasa aportan proteínas, calcio y vitaminas. También contienen fibra las frutas que son ricas en agua, vitaminas, minerales y fibra.



TABLA 7. INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA: FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS PRINCIPALES A FIN DE MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023.

Frecuencia de consumo de alimentos principales	Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable															
	Pre Test								Post Test							
	Bueno		Regular		Deficiente		Total		Bueno		Regular		Deficiente		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Dos veces	0	0,0	11	16,9	17	26,2	28	43,1	0	0,0	5	7,7	1	1,5	6	9,2
Tres veces	11	16,9	7	10,8	8	12,3	26	40,0	54	83,1	5	7,7	0	0,0	59	90,8
Más de tres veces	0	0,0	0	0,0	11	16,9	11	16,9	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Total:	11	16,9	18	27,7	36	55,4	65	100,0	54	83,1	10	15,4	1	1,5	65	100,0

Fuente: Cuestionario

$Ch^2_{cal}= 27,852$

P=0,000

$Ch^2_{cal}= 35,162$

P=0,000

$Ch^2_{tab}=9,488$

GL=4

$Ch^2_{tab}=5,991$

GL=2

Antes de aplicar las sesiones educativas se halló que:

En la tabla 7 analizamos el indicador respecto a la intervención educativa de enfermería: Frecuencia de consumo de alimentos principales a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares, el 43,1% refieren dos veces, el 40,0% tres veces y el 16,9% más de tres veces.

De un grupo de escolares que consumen dos veces de alimentos principales, el 26,2% tienen un deficiente nivel de conocimiento sobre alimentación saludable. De igual forma el grupo de escolares que consumen tres veces sus alimentos, el 10,8% tienen un nivel conocimiento regular.

Se usó un error del 5% y un valor de $p < 0,05$, se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 27,852$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

Después de aplicar las sesiones educativas se encontró que:

El indicador a la intervención educativa de enfermería: Frecuencia de consumo de alimentos principales a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares, el 90,8% refieren que su frecuencia de consumo de alimentos es tres veces al día, el 9,2% refieren dos veces a día.

De un grupo de escolares que refieren que su frecuencia de alimentos es de tres veces al día, el 83,1% tienen un nivel conocimiento bueno y el 7,7% es regular.

Se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 35,162$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 5,991$, $\text{Gl} = 2$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

El consumo típico en un momento dado viene determinado por la frecuencia, que puede variar en función del elemento dietético investigado. La frecuencia de



consumo se clasifica en varias categorías, que van de la diaria a la semanal, pasando por la mensual. Los alimentos son un material, sólido o líquido, que consumimos y que nuestro cuerpo procesa para recibir componentes químicos, también conocidos como nutrientes, que son primordiales para el desarrollo, crecimiento y restauración de nuestros tejidos.



TABLA 8. INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA: CONSECUENCIAS DEL CONSUMO EN HORARIOS IRREGULARES A FIN DE MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023.

Consecuencias de consumo en horarios irregulares	Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable															
	Pre Test								Post Test							
	Bueno		Regular		Deficiente		Total		Bueno		Regular		Deficiente		Total	
N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	
Deterioro en la función cognitiva y menor rendimiento escolar	11	16,9	1	1,5	1	1,5	13	20,0	54	83,1	1	1,5	0	0,0	55	84,6
No hay problema	0	0,0	6	9,2	19	29,2	25	38,5	0	0,0	5	7,7	0	0,0	5	7,7
No sabe, no responde	0	0,0	11	16,9	16	24,6	27	41,5	0	0,0	4	6,2	1	1,5	5	7,7
Total:	11	16,9	18	27,7	36	55,4	65	100,0	54	83,1	10	15,4	1	1,5	65	100,0

Fuente: Cuestionario

$Ch^2_{cal} = 54,991$ $P = 0,000$
 $Ch^2_{tab} = 9,488$ $GL = 4$

$Ch^2_{cal} = 65,236$ $P = 0,000$
 $Ch^2_{tab} = 9,488$ $GL = 4$



Antes de aplicar las sesiones educativas se halló que:

En la tabla 8 analizamos el indicador respecto a la intervención educativa de enfermería: Consecuencias del consumo en horarios irregulares a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares en un 41,5% no saben, no responden, el 38,5% refieren no hay problema y el 20,0% refieren un deterioro en la función cognitiva.

De un grupo de escolares que refieren que no hay problema, el 29,2% tienen un deficiente nivel de conocimiento. De igual modo el grupo de escolares que refieren que no saben, el 16,9% tienen un nivel conocimiento regular.

Se usó un error del 5% y un valor de $p < 0,05$, se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 54,911$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

Después de aplicar las sesiones educativas se encontró que:

El indicador a la intervención educativa de enfermería: Consecuencias del consumo en horarios irregulares a fin de mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares, el 84,6% refieren que es el deterioro en la función cognitiva, el 7,7% refieren que no hay problema y el 7,7% refieren que no saben.

De un grupo de escolares que refieren que es el deterioro en la función cognitiva y menor rendimiento, el 83,1% tiene un nivel de conocimiento bueno. De igual modo el grupo de escolares que refieren que no hay problema, el 7,7% tienen un nivel de conocimiento regular.



Se tuvo una $\text{Chi}^2_{\text{calculada}} = 65,236$ mayor $\text{Chi}^2_{\text{tabulada}} = 9,488$, $\text{Gl} = 4$, $p = 0,000$, es significativo el indicador.

Otros patrones son la incoherencia en los horarios de las comidas, la omisión de determinadas comidas y el consumo de porciones excesivas de alimentos o productos peligrosos. Las comidas mal organizadas pueden provocar problemas digestivos pasajeros, como hinchazón, gases, acidez y mala digestión. Además de una disminución de la calidad general del sueño.



TABLA 9. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023.

Resultados	Pre Test		Post Test	
	N°	%	N°	%
Bueno	11	16,9	54	83,1
Regular	18	27,7	10	15,4
Deficiente	36	55,4	1	1,5
Total	65	100,0	65	100,0

Fuente: Cuestionario



Según el tercer objetivo específico: Conocer el resultado del nivel de conocimiento sobre alimentación saludable antes y después de la intervención de enfermería en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.

Antes de aplicar las sesiones educativas sobre alimentación saludable se halló que:

El nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Santa Mónica ha tenido como resultado, el 55,4% es deficiente, el 27,7% regular y el 16,9% es bueno.

Después de aplicar las sesiones educativas esto mejoro considerablemente evidenciándose que:

El nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares es, el 83,1% es bueno, el 15,4% es regular y el 1,5% es deficiente.

El ritmo frenético, la tensión y el estilo de vida moderno dificultan una dieta nutritiva. Debido a la falta de tiempo, cada vez más personas optan por comidas precocinadas y preparadas. La epidemia de obesidad en nuestro país ha alcanzado niveles sin precedentes. Si quiere estar en las mejores condiciones posibles de salud, debe comer alimentos sanos. Las necesidades corporales de energía y nutrientes importantes, deben satisfacerse con este suplemento nutricional.



DISCUSIÓN

Según Morales, W. en su investigación refieren que el 5% de los participantes desconocía el número recomendado de comidas al día; sin embargo, tras la intervención, el 60,7% de ellos respondió con exactitud. El factor genético fue identificado por el 52,1% de los encuestados como tener un hogar con menos de cuatro personas, mientras que el 41,1% identificó a personas con sobrepeso en su familia. El consumo de alimentos fritos está influido por el entorno en un 71,4%, mientras que la frecuencia de dulces y pasteles aumenta en un 65,7%. (12). En nuestra investigación similar en el indicador de frecuencia de alimentos, en la cual obtuvimos que después de la intervención obtuvimos que el 83,1% consume tres veces al día.

Según Herrera R, García F. en su investigación concluyo que el porcentaje de alumnos que poseían un alto nivel de conocimientos aumentó del 65% al 100%. El 20% mostraba prácticas adecuadas; por consiguiente, se observó una mejora sustancial tras la intervención. (11). En nuestra investigación es similar donde encontramos los post resultados el 83,1% con un conocimiento bueno, el 15,4% es regular y el 1,5% deficiente.

Según Palacios L, en su investigación concluyo que el nivel más bajo de conocimientos fue del 3,8% tras la intervención educativa, mientras que el nivel más alto aumentó a más del 50%, con un 50,9%. (15) En nuestra investigación encontramos similitud con el estudio en la cual encontramos que el 55,4% tenía un nivel deficiente después de la intervención mejoro en un 83,1% dando así una mejora gradual al igual que la investigación de Palacios.



CONCLUSIONES

PRIMERA: Las dimensiones de la intervención educativa de enfermería si es efectiva para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.

SEGUNDA: Los indicadores de la dimensión intervención educativa sobre características alimentarias. El indicador: Concepto de tipos de alimentos, se ha evidenciado inicialmente que en cuanto al recojo de información inicial sobre el nivel de conocimiento sobre alimentación que es energético, reguladores y formadores se obtuvo inicialmente el 15,4% obtuvieron un nivel bueno (P:0.000), posteriormente a las sesiones educativas se presentó una mejoría del 73,8% (P:0.000), similar hecho sucede referente que al concepto sobre las funciones de las vitaminas y minerales: son reguladores las funciones de los órganos se obtuvo al principio el 16,9% (P:0.000) tiene un buen nivel de conocimiento lo cual se mejoró hasta un 83,1% (P:0.000), en cuanto al concepto de alimentos que aportan hierro: Sangrecita, hígado de pollo inicialmente con un conocimiento bueno en un 16,9% (P:0.000) lo cual se revirtió en un 83,1% (P:0.000), también en el concepto sobre minerales en la dieta del adolescente: el calcio, el hierro y el zinc se obtuvo inicialmente un 16,9% (P:0.003) con un buen nivel de conocimiento lo cual mejoro en un 83,1% (P:0.000), finalmente respecto al concepto sobre las consecuencias de consumo de



alimentos: aumento de peso asociado a enfermedades cardiovasculares se obtuvo inicialmente un 16,9% (P:0.000) con un nivel bueno de conocimiento lo cual mejoro aun 83,1%(P:0.000). Los datos son significativos con valores de $p < 0,05$, aceptando la hipótesis.

TERCERA: Los indicadores de la dimensión La intervención educativa de enfermería sobre comportamiento alimentario, se halló que el 15,4%(P:0.000) siempre desayuna en casa con un buen nivel de conocimiento lo cual mejoro con las sesiones educativas en un 73,8%,(P:0.000) de la misma manera en la frecuencia de consumo de alimentos que son 3 veces al día inicialmente se obtuvo un 16,9% (P:0.000) tienen un buen nivel de conocimiento lo cual mejoro en un 83,1%, finalmente respecto a las consecuencias del consumo en horarios irregulares que afecta en el deterioro cognitivo y el rendimiento el 16,9%(P:0.000) con un buen conocimiento lo cual mejoro a un 83,1% (P:0.000). Los datos son significativos con valores de $p < 0,05$, aceptando la hipótesis.

CUARTA: El nivel de conocimiento después de la intervención educativa sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica, antes de la mejora del nivel conocimiento es de 55,4% fue deficiente, el 27,7% fue regular y el 16,9% fue bueno. Sin embargo, posterior a las sesiones educativas se logra mejoras significativas en un 83,1% fue bueno, el 15,4% fue regular y el 1,5% fue deficiente.



RECOMENDACIONES

- PRIMERA:** Al director de la institución educativa secundaria Santa Mónica se sugiere coordinar con el establecimiento de salud que continúe ofreciendo intervenciones educativas sobre nutrición saludable a los nuevos grupos de madres que se integran cada año.
- SEGUNDA:** Al director del establecimiento de salud que es jurisdicción la institución educativa con el equipo disciplinario de salud emplear sus atenciones integrales como también sesiones educativas relacionadas sobre la alimentación saludable hacia los adolescentes, y así contribuir en una calidad de vida como también en una alimentación saludable.
- TERCERA:** A la jefa de la estrategia de adolescente continuar realizando las sesiones educativas a los escolares para que su conocimiento sigan mejorando, como también realizar charlas informativas y demostrativas a las madres, para que el estado nutricional de sus hijos sea optimo también.
- CUARTA:** A la jefa de la estrategia de PROMS realizar coordinaciones en cada institución educativa que está a cargo el establecimiento de salud, fomentar y realizar las sesiones educativas en los escolares, para que también las otras instituciones tengan las mejoras en sus conocimientos sobre alimentación saludable como los resultados del estudio.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Serafin P. Alimentación escolar saludable. [Online].; 2012 [cited 2023 Agosto 29. Available from: <https://www.fao.org/3/as234s/as234s.pdf>.
2. Ministerio de Salud. [Online].; 2020 [cited 2023 Agosto 17. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/31324-alimentacion-saludable-contribuye-a-mejorar-el-aprendizaje-de-los-escolares>.
3. Mendoza I. Nutrición por etapa de vida alimentación escolar. [Online].; 2020 [cited 2023 Agosto 4. Available from: https://www.minsa.gob.pe/diresahuanuco/NUTRICION/documentos/Alimenta_Escolar.pdf.
4. Campiño S, Duque P. Lactancia materna: factores que propician su abandono. Revista de medicina. 2019 Julio; 80(2).
5. Torres F, Ciriaco M. La epidemia de obesidad infantil en el Perú. [Online]. Huancayo; 2011 [cited 2023 Mayo 1. Available from: <https://saludconlupa.com/series/la-salud-en-la-mesa-del-poder/el-boom-de-la-obesidad-infantil-en-el-peru/>.
6. Palenzuela S. La alimentación en el adolescente. Scielo. 2018 Abril; 37(1): p. 107.
7. Morales A, Rodriguez I. Preferencias y conductas alimentarias en adolescentes de secundaria básica. Scielo. 2021 Junio; 93(2): p. 84.
8. Morales A, Montilva M. Hábitos alimentarios no saludables, actividad física y obesidad en adolescentes entre 15 y 19 años. Scielo. 2019 Junio; 29(1): p. 64.



9. Ortiz A. Estudio sobre las características de la alimentación de los adolescentes uruguayos. Scielo. 2019 Junio; 65(2).
10. Macias C, Basabe B. Intervención nutricional participativa en adolescentes de enseñanza media del municipio Habana Vieja. Scielo. 2019 Junio; 23(1).
11. Herrera R, Garcia F. Efecto de una intervención educativa remota sobre conocimientos y prácticas de alimentación saludable en escolares de una institución educativa. Tesis pregrado. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina; 2019.
12. Morales W. Efectividad de la intervencion educativa sobre factores de riesgo de obesidad en adolescentes del colegio Santa Lucía Ferreñafe. Tesis pre grado. Pimentel: Universidad Señor de Sipán, Facultad Ciencias de la Salud; 2020.
13. Cardenas O, Ingaruca G. Calidad de registro de notas de enfermería del servicio de emergencia del Hospital San Martín de Pangoa, Junín. Pre grado. Huancayo: Universidad Roosevelt, Facultad Ciencias de la Salud; 2022.
14. Cornejo J. Efectividad de una intervención educativa en los conocimientos sobre alimentación saludable y nivel de actividad física de alumnos de nivel secundario. Tesis pre grado. Lima: Universidad Científica, Facultad Ciencias de la Salud; 2020.
15. Palacios L. Efecto de una intervención educativa en el nivel de conocimientos sobre alimentación saludable, en adolescentes de una institución educativa de Lima. Tesis pregrado. Lima: Universidad Privada del Norte, Facultad Ciencias de la Salud; 2022.



16. Maquera E, Quilla R. Efectividad del programa "Eficacia del programa adolescencia saludable para mejorar estilo de vida en estudiantes del 4to año de educación secundaria del Colegio Adventista Túpac Amaru. Tesis pregrado. Juliaca: Universidad Peruana Union, Facultad Ciencias de la Salud; 2018.
17. Apaza M, Ascuña Y. Estilo de vida e índice de masa corporal en estudiantes del nivel secundario Juliaca. Pre grado. Juliaca: Universidad Peruana Union, Facultad Ciencias de la Salud; 2020.
18. Diaz N, Hernandez G. Efecto de una intervención educativa. Scielo. 2019 Agosto; 14(3).
19. Flores O, Gonzales R. Caracterización de la intervención educativa realizada por estudiantes de nutrición en escuelas públicas. Scielo. 2020 Diciembre; 18(1).
20. Rhoton S. Qué son los alimentos. [Online].; 2020 [cited 2023 Abril 30. Available from: <https://www.significados.com/alimento/>.
21. Gavi M. Vitaminas y minerales. [Online].; 2019 [cited 2023 Abril 2. Available from: <https://kidshealth.org/es/teens/vitamins-minerals.html>.
22. Flores T. Alimentos ricos en hierro. [Online].; 2022 [cited 2023 Agosto 15. Available from: <https://www.cun.es/chequeos-salud/vida-sana/nutricion/alimentos-ricos-hierro>.
23. Acerete D, Pedron C. Alimentación del adolescente. [Online].; 2019 [cited 2023 Agosto 20. Available from: https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/1_alimentacion_adolescente.pdf.



24. Porras G. Consumo de comida chatarra, una mala elección. [Online].; 2019 [cited 2023 Mayo 5. Available from: <https://www.pacifico.com.pe/miscelaneo/article/-/blogs/consumo-de-comida-chatarra-una-mala-eleccion>.
25. Oliva R, Tous M. Impacto de una intervención educativa breve a escolares sobre nutrición y hábitos saludables impartida por un profesional sanitario. Scielo. 2021 Diciembre; 28(5).
26. Gil N. La importancia de un desayuno saludable para empezar bien el día. Canal Salud IMQ. 2021 Setiembre.
27. Martin S, Marcos E. La nutrición del adolescente. Hábitos saludables. Elsevier. 2019 Julio; 22(10).
28. Zudaire M. Alimentación en adolescentes: hábitos insanos y problemas digestivos. [Online].; 2021 [cited 2023 Junio 5. Available from: <https://www.consumer.es/alimentacion/alimentacion-en-adolescentes-habitos-insanos-y-problemas-digestivos.html>.
29. Weisstaub G. Alimentación del Adolescente. [Online].; 2020 [cited 2023 Agosto 29. Available from: <https://inta.uchile.cl/noticias/201100/alimentacion-del-adolescente>.
30. Bernardo J. La importancia de una alimentación saludable. Revista de salud. 2020 Marzo; 8(1).
31. Young E. Porque es importante tener una alimentación nutritiva en edad escolar. [Online].; 2016 [cited 2023 Agosto 12. Available from:



<https://care.org.pe/por-que-es-importante-una-alimentacion-nutritiva-y-tener-habitos-saludables-en-edad-escolar/>.

32. Spetz G. Alimentación saludable para adolescentes. Female Health. 2019 Enero; 26(3).
33. Salas Z. Diseño de investigación. Elementos y características. [Online].; 2019 [cited 2022 Setiembre 2022. Available from: <https://www.questionpro.com/blog/es/disenno-de-investigacion/>.
34. Juarez R. Tipo de investigación. [Online].; 2021 [cited 2022 Noviembre 1. Available from: <https://www.uv.mx/apps/bdh/investigacion/unidad1/investigacion-tipos.html>.
35. Fernandez A. Metodos de investigación. [Online].; 2021 [cited 2022 Noviembre 19. Available from: <https://www.todamateria.com/metodos-de-investigacion/>.



ANEXOS



ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: EFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA DE VALORES	TIPO DE VARIABLE	METODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL</p> <p>¿Cuál será la efectividad de la intervención educativa de enfermería para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL</p> <p>Determinar el efecto de la intervención educativa de enfermería para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL</p> <p>La intervención educativa de enfermería es efectiva para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023</p>	<p>Variable independiente</p> <p>1.Efectividad de la intervención educativa de enfermería</p>	<p>1.1 Intervención educativa sobre características alimentarias</p>	<p>1.1.1 Concepto sobre los tipos de alimentos</p>	<p>a. Energéticos, reguladores, formadores. b. Energéticos, conservadores, preservantes y líquidos c. No sabe. No responde</p>	Nominal	<p>Tipo de investigación</p> <p>Es una investigación explicativo causal enfoque cuantitativo.</p> <p>Diseño:</p> <p>Cuasi experimental de corte transversal.</p> <p>Técnicas:</p> <p>Para la variable independiente Se utilizo planes de intervenciones educativas.</p>
					<p>1.1.2 Concepto sobre la función de las vitaminas y minerales</p>	<p>a. Regular funciones de los órganos b. Formar huesos y tejidos c. No sabe. No responde</p>	Nominal	
					<p>1.1.3 Concepto de alimentos que aportan hierro</p>	<p>a. Sangrecita, hígado de pollo, lentejas. b. Aceituna y papa. c. No sabe. No responde.</p>	Nominal	



PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECIFICAS						
<p>¿Cuál será el efecto de la intervención educativa de enfermería sobre características alimentarias para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica?</p> <p>¿Cuál será el efecto de la intervención educativa de enfermería sobre comportamiento alimentario para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica?</p>	<p>Identificar el efecto de la intervención educativa de enfermería sobre características alimentarias para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.</p> <p>Identificar el efecto de la intervención educativa de enfermería sobre comportamiento alimentario para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.</p>	<p>La intervención educativa de enfermería sobre características alimentarias es efectiva para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.</p> <p>La intervención educativa de enfermería sobre comportamiento alimentario es efectiva para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.</p>			1.1.4 Concepto sobre minerales que no debe faltar en la dieta	a. El calcio, el hierro y el zinc. b. Magnesio, yodo, calcio c. No sabe, no responde	Nominal	<p>Para la variable dependiente se utilizará la encuesta</p> <p>Instrumentos: Para medir la variable independiente planes de intervención</p> <p>Para medir la variable dependiente se usó un cuestionario</p> <p>Población:86 adolescentes</p> <p>Muestreo 65 adolescentes</p> <p>Prueba de hipótesis Se hará uso de la prueba estadística Ch2</p> $\chi^2 = \sum \frac{(o_i - e_i)^2}{e_i}$
					1.1.5 Concepto sobre consecuencias del consumo frecuente de alimentos procesados	a. Aumento del peso excesivo el cual se asocia a enfermedades cardiovasculares, diabetes. b. El sobrepeso c. No sabe, no responde	Nominal	
			1.2 Intervención educativa sobre comportamiento alimentario		1.2.1 Ingesta diario en casa	a. Siempre b. A veces c. Generalmente no	Ordinal	
					1.2.2 Frecuencia de consumo de alimentos principales	a. Dos veces b. Tres veces c. Más de tres veces	Ordinal	
					1.2.3 Consecuencias de consumo en horarios irregulares	a. Deterioro en la función cognitiva y menor rendimiento escolar. b. No hay problema c. No sabe, no responde	Nominal	



¿Cuál será el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable antes y después de la intervención de enfermería en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica?	Conocer el conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.	El resultado del nivel de conocimiento es bueno después de la intervención educativa sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica.						
---	--	---	--	--	--	--	--	--

VARIABLE DEPENDIENTE	INDICADOR	ESCALA DE VALORES	ESCALA DE MEDICIÓN
2. Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable	2.1 Clasificación	Bueno (17 a 20 puntos) Regular (11-16 puntos) Deficiente (00-10 puntos)	Ordinal

ANEXO 2

SESIÓN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA N° 01

Características alimentarias

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. DIRIGIDO: A escolares de quinto grado
- 1.2. RESPONSABLE : María Felicitas Carcausto Jove
- 1.3. DURACIÓN: 55 minutos
- 1.4. FECHA: 4/10/2023
- 1.5 TEMA (S); Conceptos sobre características alimentarias

II. UNIDAD DE COMPETENCIA

Aprende sobre la importancia de las características alimentarias, sobre cómo el hombre depende de los nutrientes de sus alimentos para crecer, desarrollarse, sobrevivir y mantenerse sano. El alumno valorará la importancia del equilibrio en la dieta para evitar carencias o excesos que conlleven a enfermedades

III. LOGRO DE APRENDIZAJE

Reconoce tipos de dietas saludables para identificar las enfermedades asociadas a la deficiencia

IV. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOMENTOS DE LA SECUENCIA DIDACTICA	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	Estrategias enseñanza - aprendizaje	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Motivación: Previo saludo.	Preguntas guía	Laminas, afiches, rotafolios Cuestionario diseñado para saber cuánto conoce acerca de la alimentación saludable	5 min
	Aplicación del cuestionario pre test Se presenta una imagen de un adolescente que no tiene hábitos alimenticios saludables ¿Qué observan en la imagen? ¿Qué mensaje nos trae esta presentación?			10 min
	Recuperación de saberes previos: Se interroga lo siguiente; ¿Por qué es importante una alimentación de calidad?			5 min
	Conflicto cognitivo: ¿Qué pasaría si él adolescente no se alimenta cómo debe?			5 min



<p>Desarrollo</p>	<p>Procesamiento de información La tesista inicia la sesión de aprendizaje con la exposición en PPT sobre:</p> <p>Concepto sobre los tipos de alimentos</p> <p>Concepto sobre función de las vitaminas y minerales</p>	<p>Planteamiento de casos</p> <p>Estrategias grupales (diálogo, dinámicas)</p> <p>Lectura</p>	<p>Laptop</p> <p>Data display</p> <p>Papelotes</p> <p>Plumones</p>	<p>20 minutos</p>
<p>Cierre</p>	<p>Reflexión</p> <p>¿Cuán importante es una alimentación de calidad?</p> <p>Evaluación</p> <p>La tesista solicita responder a las siguientes interrogantes:</p> <p>¿Qué importancia tiene para el adolescente una buena alimentación?</p> <p>¿Cuál su opinión acerca de la dieta saludable?</p> <p>Aplicación del cuestionario post test</p>	<p>La tesista absuelve aspectos no claros y después hace las siguientes preguntas</p>	<p>Uso de papelotes</p> <p>Preguntas orales</p>	<p>10 min</p>

BIBLIOGRAFÍA

Rodota L, Castro ME. Nutrición Clínica y Dieto terapia. Buenos Aires: Médica Panamericana. 2012. ISBN: 978-950-06-0272-3



SESIÓN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA N° 02

Deficiencia de Micronutrientes I: Vitaminas hidrosolubles y liposolubles

I. DATOS INFORMATIVOS

- a. DIRIGIDO: A escolares de quinto grado
- b. RESPONSABLE: María Felicitas Carcausto Jove
- c. DURACIÓN: 55 minutos
- d. FECHA: 11/10/2023
- e. TEMA (S): Deficiencia de Micronutrientes vitaminas hidrosolubles y liposolubles

II. UNIDAD DE COMPETENCIA

Conoce conceptos de alimentación y nutrición en base los requerimientos y dietas saludables para identificar y prevenir las enfermedades asociadas a la deficiencia nutricionales, así como la valoración del estado nutricional

III. LOGRO DE APRENDIZAJE

Identificar los nutrientes que el cuerpo humano requiere, estableciendo los grupos referidos con macronutrientes y micronutrientes, y establecer la repercusión en la salud del o los individuos.

IV. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOMENTOS DE LA SECUENCIA DIDACTICA	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	Estrategias enseñanza - aprendizaje	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	<p>Motivación: Previo saludo.</p>	Preguntas guía	Laminas, afiches, rotafolios	5 min
	<p>Presentar un cuadro comparativo, para identificar los componentes de los macro y micronutrientes</p>			10 min
	<p>Recuperación de saberes previos: Se interroga lo siguiente; ¿Por qué es importante los macro y micro nutrientes?</p>			5 min
	<p>Conflicto cognitivo: ¿Qué pasaría si él ser humano no carece de los macro y micro nutrientes?</p>			5 min



Desarrollo	<p>Procesamiento de información</p> <p>La tesista inicia la sesión de aprendizaje con la exposición en PPT sobre:</p> <p>Concepto de alimentos que aportan hierro</p> <p>Concepto sobre minerales que no debe faltar en la dieta</p>	<p>Planteamiento de casos</p> <p>Estrategias grupales (diálogo, dinámicas)</p> <p>Lectura</p>	<p>Laptop</p> <p>Data Display</p> <p>Papelotes</p> <p>Plumones</p>	<p>20 minutos</p>
Cierre	<p>Reflexión</p> <p>¿Cuán importante de estos elementos?</p> <p>Evaluación</p> <p>La tesista solicita responder a las siguientes interrogantes:</p> <p>¿Qué importancia tiene para el adolescente llevar un estilo alimentario saludable?</p>	<p>La tesista absuelve aspectos no claros y después hace las siguientes preguntas</p>	<p>Uso de papelotes</p> <p>Preguntas orales</p>	<p>10 min</p>

BIBLIOGRAFÍA

Gómez Candela C y De Cos Blanco A. Nutrición en atención primaria. Ed Jarpyo. Madrid. 2001



SESIÓN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA N° 03

Consumo de alimentos insanos

I. DATOS INFORMATIVOS

- DIRIGIDO: A escolares de quinto grado
- RESPONSABLE: María Felicitas Carcausto Jove
- DURACIÓN: 55 minutos
- FECHA: 18/10/2023
- TEMA (S): Consumo de alimentos "chatarra"

II. UNIDAD DE COMPETENCIA

Aprende sobre la importancia del evitar en la dieta diaria el consumo de alimentos chatarra y conozcan sus consecuencias.

III. LOGRO DE APRENDIZAJE

Conoce sobre las causas principales del consumo de comidas insanas y evita en su alimentación diaria.

IV. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOMENTOS DE LA SECUENCIA DIDACTICA	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	Estrategias enseñanza - aprendizaje	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	<p>Motivación: Previo saludo.</p> <p>Se presenta una imagen de una imagen de un adolescente ingiriendo comidas insanas y les preguntamos ¿Qué observan en la imagen? ¿Qué mensaje nos trae esta presentación?</p>	Preguntas guía	Laminas, afiches, rotafolios	5 min
	<p>Recuperación de saberes previos: Se interroga lo siguiente; ¿Por qué es importante evitar la comida chatarra?</p>			10 min
	<p>Conflicto cognitivo: ¿Qué pasaría si el ser huma se excede en consumir comida chatarra?</p>			5 min
Desarrollo	<p>Procesamiento de información La tesista inicia la sesión de aprendizaje con la exposición en PPT sobre: Concepto sobre consecuencias del consumo frecuente de alimentos procesados Ingesta diaria en casa</p>	Planteamiento de casos Estrategias grupales	Laptop Papelotes Plumones	20 minutos



		(diálogo, dinámicas)		
		Lectura		
Cierre	<p>Reflexión</p> <p>¿Cuán importante es evitar comida chatarra?</p> <p>Evaluación</p> <p>La tesista solicita responder a las siguientes interrogantes:</p> <p>¿Qué importancia tiene para el joven adolescente tener una vida sana?</p> <p>¿Cuál su opinión tiene acerca de lo tratado?</p>	<p>La tesista absuelve aspectos no claros y después hace las siguientes preguntas</p>	<p>Uso de papelotes</p> <p>Preguntas orales</p>	10 min

BIBLIOGRAFÍA

Velasco P. Significado clínico de la obesidad abdominal. Endocrinol Nutr. 2007;54:265-71.



SESIÓN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA N° 04

Comportamiento alimentario

I. DATOS INFORMATIVOS

- a. DIRIGIDO: A escolares de quinto grado
- b. RESPONSABLE: María Felicitas Carcausto Jove
- c. DURACIÓN: 55 minutos
- d. FECHA: 25/10/2023
- e. TEMA (S): Conductas alimentarias

II. UNIDAD DE COMPETENCIA

Aprende sobre la importancia de tener hábitos y conductas alimentarias apropiada para alcanzar un periodo de adultez en óptimas condiciones

III. LOGRO DE APRENDIZAJE

Conoce sobre la importancia de tener una conducta alimentaria apropiada y adopta estilos sanos en sus acciones que realiza como adolescente para ingerir alimentos en respuesta a una motivación biológica, psicológica y sociocultural.

IV. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOMENTOS DE LA SECUENCIA DIDACTICA	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	Estrategias enseñanza - aprendizaje	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	<p>Motivación: Previo saludo.</p> <p>Se presenta una imagen de un adolescente que va a su colegio sin desayunar y les preguntamos ¿Qué observan en la imagen? ¿Qué mensaje nos trae esta presentación?</p>	Preguntas guía	Laminas, afiches, rotafolios	5 min
	<p>Recuperación de saberes previos: Se interroga lo siguiente; ¿Por qué es importante una buena alimentación antes de ir al colegio?</p>			10 min
	<p>Conflicto cognitivo: ¿Qué pasaría si él adolescente no se alimenta bien? ¿Rendiría igual en sus estudios?</p>			5 min
Desarrollo	<p>Procesamiento de información La tesista inicia la sesión de aprendizaje con la exposición en PPT sobre:</p> <p>Frecuencia de consumo de alimentos principales Consecuencias de consumo en horarios irregulares</p>	Planteamiento de casos Estrategias grupales	Laptop Papelotes Plumones	20 minutos



		(dialogo, dinámicas)		
		Lectura		
Cierre	<p>Reflexión</p> <p>¿Cuán importante es alimentarse antes de estudiar?</p> <p>Evaluación</p> <p>La tesista solicita responder a las siguientes interrogantes:</p> <p>¿Qué importancia tiene para un estudiante estar bien nutrido?</p> <p>¿Cuál su opinión acerca de lo tratado</p> <p>APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO POST TEST</p>	<p>La tesista absuelve aspectos no claros y después hace las siguientes preguntas</p>	<p>Uso de papelotes</p> <p>Preguntas escritas</p>	<p>10 min</p> <p>25 minutos</p>

BIBLIOGRAFÍA

Martínez J, Valls B, Villarino A. Alimentación funcional: medidas dietéticas actuales al servicio de la clínica diaria. Jano. 2006;0:60-2



ANEXO 3

CUESTIONARIO SOBRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Autor: Cornejo Santillan, D. aplicado en su trabajo de investigación titulado: Efectividad de una intervención educativa en los conocimientos sobre alimentación saludable en alumnos de nivel secundario de una Institución pública.

Responsable de la aplicación:

Maria Felicitas Carcausto Jove

Presentación

Estimado joven estudiante, soy egresada de la Escuela de Enfermería de la UANCV; el presente instrumento tiene como objetivo determinar la influencia de una intervención educativa en el nivel de conocimiento sobre la alimentación saludable. Para ello se le pide su colaboración para el llenado del instrumento, garantizando el uso correcto de la información proporcionada y el anonimato de los datos recabados.

Instrucciones: A continuación, se precisan las alternativas de respuesta, donde deberá marcar la que mejor concuerde con su opinión, con un aspa (X).

I. PREGUNTAS

1. Considera usted que la alimentación saludable es aquella qué:
 - a) Aporta la energía y los nutrientes esenciales que requiere la persona
 - b) Aporta las calorías necesarias para el organismo
 - c) Aporta los carbohidratos esenciales en la nutrición de la persona
 - d) Aporta proteínas necesarias en la dieta de la persona
 - e) No sabe, no responde

2. considera usted que la alimentación es importante porque:
 - a) Favorece el desarrollo y mantiene la salud
 - b) Calma el hambre y motiva al adolescente
 - c) Comprende una serie de alimentos diferentes



- d) Aporta cantidades mínimas de nutrientes
 - e) No sabe, no responde
3. Cuáles son los tipos de alimentos necesarios en las comidas:
- a) Energéticos, reguladores, formadores y líquidos
 - b) Energéticos, conservadores, preservantes y líquidos
 - c) Reguladores, proteínicos, conservadores y líquidos
 - d) Formadores, preservantes, reguladores y líquidos
 - e) No sabe. No responde.
4. Los alimentos llamados energéticos, incluyen carbohidratos y grasas. Y tienen como función principal:
- a) Aportar energía al organismo
 - b) Proteger de enfermedades
 - c) Formar huesos
 - d) Regular la temperatura corporal
 - e) No sabe. No responde.
5. Señale usted el alimento que proporciona más carbohidratos:
- a) Pan
 - b) Zanahoria
 - c) Pollo
 - d) Queso
 - e) No sabe. No responde
6. Los alimentos llamados formadores que contienen proteínas, tienen como función principal:
- a) Formar y reparar órganos y tejidos
 - b) Aportar y acumular energía
 - c) Regular y mantener el peso corporal
 - d) Proteger y prevenir de enfermedades



- e) No sabe. No responde.
- 7.** Señale usted que alimentos contribuyen en la formación y reparación de órganos y tejidos:
- a) Huevo y pescado
 - b) Papa y manzana
 - c) Fideo y arroz
 - d) Pollo y lechuga
 - e) No sabe. No responde
- 8.** Las vitaminas y los minerales tienen como función principal:
- a) Regular funciones de los órganos
 - b) Brindar energía
 - c) Formar huesos y tejidos
 - d) Aportar calorías
 - e) No sabe. No responde.
- 9.** Señale usted cuál es un alimento regulador:
- a) Carne de pollo
 - b) Pan
 - c) Manzana
 - d) Mantequilla
 - e) No sabe. No responde.
- 10.** Los líquidos, tienen como principal función:
- a) Evitar la deshidratación
 - b) Aportar nutrientes
 - c) Prevenir enfermedades
 - d) Formar tejidos
 - e) No sabe. No responde.



11. Señale: ¿Cuántas veces a la semana debe consumirse los alimentos presentados?

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS	FRECUENCIA				
		1 vez por semana	2 veces por semana	3 a más veces por semana	No debe consumir	No sabe/No responde
CONSTRUCTORES O FORMADORES	LACTEOS (leche/queso/yogurt)					
	HUEVOS					
	CARNES (res/pollo/pescado)					
	VISCERAS (hígado/bofe/sangrecita)					
	MENESTRAS (lentejas/pallares/garbanzos/ arvejas)					
REGULADORES	FRUTAS					
	VERDURAS					
ENERGÉTICOS	CERALES Y DERIVADOS (Arroz/trigo/fideos/harina / etc.)					
	TUBERCULOS (papa/camote/ yuca)					
	PREPARADOS A BASE DE FRITURAS (GRASAS)					
LIQUIDOS	AGUA/JUGOS/INFUSIONES/REFRESCOS					

12. ¿Cuántas porciones de lácteos (leche, queso, yogurt) debe consumir al día el adolescente?

- a) 1-2 porciones
- b) 2-3 porciones
- c) 3 a más porciones
- d) No debe consumir
- e) No sabe. No responde.

13. ¿Cuántas porciones de carnes (pollo, res, pescado, etc.) debe consumir al día el adolescente?

- a) 1-2 porciones
- b) 2-3 porciones
- c) 3 a más porciones
- d) No debe consumir
- e) No sabe. No responde.

14. ¿Cuántos alimentos ricos en carbohidratos (panes, arroz, fideos) debe consumir al día el adolescente?

- a) 1-3 porciones de carbohidratos



- b) 4-5 porciones de carbohidratos
- c) 6-11 porciones de carbohidratos
- d) No debe consumir carbohidratos
- e) No sabe. No responde

15. ¿Cuántas porciones de frutas debe consumir al día el adolescente?

- a) 1-2 porciones
- b) 2-4 porciones
- c) 4 a más porciones
- d) No debe consumir
- e) No sabe. No responde.

16. ¿Cuántas porciones de verduras debe consumir al día el adolescente?

- a) 1-2 porciones
- b) 2-4 porciones
- c) 4 a más porciones
- d) No debe consumir
- e) No sabe. No responde.

17. ¿Cuántos vasos de agua debe consumir al día el adolescente?

- a) 1-2 vasos
- b) 3-4 vasos
- c) 5-8 vasos
- d) No debe consumir
- e) No sabe. No responde.

18. Los alimentos que nos aportan más cantidad de hierro, son:

- a) Pera y pan
- b) Aceituna y papa
- c) Pollo y plátano



- d) Sangrecita y lentejas
- e) No sabe. No responde.

19. ¿Qué alimento es rico en calcio?

- a) Granadilla
- b) Leche
- c) Maíz
- d) Mantequilla
- e) No sabe. No responde.

20. El alimento que ayuda a aprovechar mejor el hierro de las menestras es el:

- a) Pescado
- b) Camote
- c) Limón
- d) Plátano
- e) No sabe. No responde



ANEXO 4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Habiendo sido informado/a del objetivo y propósito de la investigación; y confiando plenamente en que la información que se vierta en el cuestionario será solo y exclusivamente para fines de la investigación, además confío en que la investigadora utilizará adecuadamente dicha información, asegurándome de la confidencialidad de la información. Confirmando también que he tenido la posibilidad de hacer preguntas relacionadas al estudio y han sido resueltas, asimismo, tuve el tiempo y la posibilidad de leer la información y decidir en ese sentido SI DESEO PARTICIPAR en el estudio.

Para tal efecto firmo el presente documento.

Firma del participante

ANEXO 5

JUICIO DE JURADOS

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO JUICIO DE EXPERTOS

Los abajo firmantes, profesionales concedores de la temática de investigación, certificamos que los instrumentos que se usaran para la recolección de datos del trabajo de investigación titulado "Efectividad de la intervención educativa de enfermería para mejorar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares de quinto grado de la institución educativa Secundaria Santa Mónica Juliaca 2023" están aptos para ser usados. Consideramos que el instrumento es válido para su uso previsto.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PUNTAJE
El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	1
El instrumento propuesto corresponde a los objetivos propuestos en el estudio.	1
La estructura del instrumento es el adecuado.	1
Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable	1
La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	1
Los ítems son claros y entendibles	1
El número de ítems es adecuado para su aplicación	1
Se debe eliminar algunos ítems	0
TOTAL	

Se ha considerado como resultado un total de:

- De acuerdo = 1(Si)
- En desacuerdo = 0 (No)



Mirian T. Condori Yupanqui
LIC. ENFERMERÍA
C.E.P. 42020
CS Cono Sur



P-6-09 DE OCTUBRE
WALLY DE ALTIPLANO RODRIGUEZ
ENFERMERA
CEP, 52533
DNI. 44437598



ANEXO 6

SOLICITUDES Y PERMISOS

SOLICITUD Y PERMISO

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"



SOLICITO: AUTORIZACION PARA REALIZAR ESTUDIO DE TESIS.

SEÑOR(A) DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA.

Yo, CARCAUSTO JOVE, MARIA FELICITAS, Bachiller en Enfermería de la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velázquez" de Juliaca, identificado con DNI N° 60363720, con domicilio en el Jr. E Jiménez, Provincia de Azángaro, Región Puno, ante Ud. me presento y expongo lo siguiente:

Que mediante el presente documento me dirijo a usted. Señor(a) director de la institución educativa secundaria santa Mónica, con la finalidad de solicitarle autorización para realizar estudio de TESIS. En el Área de Enfermería Denominado "EFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023", esto con el fin de optar mi Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

POR LO ESPUESTO:

Pido a usted Señor(a) director de la institución educativa secundaria santa Mónica Juliaca acceder mi petición, por ser justa y legal.

JULIACA, 10 DE OCTUBRE DEL 2023.

CARCAUSTO JOVE, MARIA FELICITAS
DNI N°: 60363720

Visto el documento, se AUTORIZA la ejecución de la Tesis, de la Srta. Carcausto Jove, Maria Felicitas en esta Institución Educativa.
Juliaca, 10 de octubre 2023.



Prof. Fredy Ordoñez Yana

ANEXO 7

PANEL FOTOGRAFICO





ANEXO 8 BASE DE DATOS

*BASE DE DATOS ANTES INTERVENCIÓN EDUCATIVA.sav [ConjuntoDatos] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 10 de 10 variables

	definiciona limentacion saludable	tiposde alimentos	funcionesde vitaminasy minerales	alimentosque portanhierro	mineralesque debefaltard dietael adolescente	consecuenciasde consumofrecu entalimentos proc	desayunael adolescent entodoslos diasen casa	frecuencia dealimen tosprincipales	consecuenciasde consumoen horarios regulares	nivelde conocimien tosobre alimentacion saludable	var
1	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
2	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
3	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
4	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
5	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
6	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
7	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	1,00	1,00	
8	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
9	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
10	1,00	2,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
11	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
12	2,00	2,00	3,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	1,00	2,00	
13	2,00	2,00	2,00	1,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
14	2,00	2,00	2,00	1,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
15	2,00	2,00	2,00	1,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
16	2,00	2,00	2,00	1,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
17	3,00	2,00	2,00	1,00	3,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
18	3,00	2,00	2,00	1,00	3,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
19	2,00	2,00	2,00	1,00	3,00	3,00	2,00	2,00	3,00	2,00	
20	2,00	2,00	2,00	1,00	3,00	3,00	2,00	2,00	3,00	2,00	
21	3,00	3,00	2,00	1,00	3,00	3,00	2,00	2,00	3,00	2,00	

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON



*BASE DE DATOS ANTES INTERVENCIÓN EDUCATIVA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

13 : Visible: 10 de 10 variables

	definiciona limentacion saludable	tiposde alimentos	funcionesde vitaminas yminerales	alimentosque portan hierro	mineralesque debe faltar dieta deladolescente	consecuenciasde consumofrecuente dealimentosproc	desayuna eladole sc entodos losdias en casa	frecuencia con sumo de alimen tos principales	consecuenciasde consumoen horarios regulares	nivelde conocimiento sobrealimentacion saludable	var
45	2,00	1,00	2,00	3,00	1,00	2,00	2,00	3,00	2,00	3,00	
46	2,00	1,00	2,00	3,00	1,00	2,00	2,00	3,00	2,00	3,00	
47	2,00	1,00	2,00	3,00	1,00	2,00	2,00	3,00	2,00	3,00	
48	2,00	1,00	2,00	3,00	1,00	2,00	2,00	3,00	2,00	3,00	
49	2,00	1,00	2,00	3,00	3,00	2,00	2,00	3,00	3,00	3,00	
50	2,00	1,00	2,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	3,00	3,00	
51	2,00	1,00	1,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	1,00	3,00	
52	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	3,00	3,00	
53	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	3,00	3,00	
54	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	3,00	3,00	
55	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	3,00	3,00	
56	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	3,00	3,00	
57	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	3,00	3,00	
58	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	3,00	3,00	
59	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,00	4,00	3,00	3,00	
60	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	1,00	4,00	3,00	3,00	
61	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	1,00	2,00	3,00	3,00	
62	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,00	2,00	3,00	3,00	
63	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,00	2,00	3,00	3,00	
64	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,00	3,00	
65	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,00	3,00	

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON



*BASE DE DATOS DESPUES DE LA INTERVENCION EDUCATIVA.sav [ConjuntoDatos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 10 de 10 variables

	definiciona limentacion saludable	tiposde alimentos	funciones de vitaminas y minerales	alimentos que aportan hierro	minerales que no faltan en la dieta de los adoles centes	consecuen cias de la frecuente consumo de alimentos procesados	desayuna el adoles cente todos los días en su casa	frecuen cia de con sumo de ali mentos prin cipales	consecuen cias de un consumo de alimentos irregulares	nivel de conocimien to sobre ali mentos saludables	var
1	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
2	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
3	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
4	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
5	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
6	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
7	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	1,00	1,00	
8	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
9	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
10	1,00	2,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
11	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
12	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
13	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
14	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
15	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
16	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
17	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
18	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
19	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	1,00	1,00	
20	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
21	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON



*BASE DE DATOS DESPUES DE LA INTERVENCION EDUCATIVA.sav [ConjuntoDatos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 10 de 10 variables

	definiciona limentacion saludable	tiposde aliment os	funciones de vitaminas y mi nerales	alimentos que ap ortan hierro	minerales que de faltan en la dieta de la adolescente	consecuencias de la frecuente consumo de alimentos procesa	desayuna el adolescente en todos los días en casa	frecuencia de consumo de alimen tos principales	consecuencias de un consumo de alimen tos irregulares	nivel de conocimiento de la alimentacion saludable	var
45	1,00	2,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
46	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
47	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	1,00	1,00	
48	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
49	1,00	2,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
50	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
51	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	3,00	1,00	1,00	
52	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
53	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
54	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,00	1,00	1,00	
55	1,00	2,00	2,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	1,00	2,00	
56	2,00	2,00	2,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
57	2,00	2,00	2,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
58	2,00	2,00	2,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
59	1,00	2,00	2,00	1,00	2,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	
60	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	3,00	2,00	2,00	
61	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	3,00	3,00	2,00	
62	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	3,00	3,00	2,00	
63	1,00	2,00	1,00	3,00	2,00	2,00	2,00	3,00	3,00	2,00	
64	1,00	2,00	1,00	3,00	1,00	2,00	2,00	3,00	3,00	2,00	
65	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,00	3,00	

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON



ANEXO 1
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN

AUTORIZACIÓN PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS
TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN
EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL UANCV

Formato digital

Fecha de entrega: 09-09-2024

1. Datos del autor (es):

Nombres y Apellidos: MARIA FELICITAS CARCAUSTO ZOVE
Dirección: URB: SEÑOR DE PUZACCASI B-14 JR. TRES DE MAYO
DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: 60363720
Teléfono: 979927695 email: mariaarcausto463@gmail.com

Nombres y Apellidos: _____
Dirección: _____
DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: _____
Teléfono: _____ email: _____

Facultad y/o Escuela de Posgrado: CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional o Mención: ENFERMERÍA
Título o Grado Académico a optar: LICENCIADA EN ENFERMERÍA
Asesor: Dra: INGRID LIZ QUISPE TICONA

Esta obra se encuentra dentro de las siguientes denominaciones:
Trabajo de Investigación Tesis Trabajo de Suficiencia Profesional Trabajo Académico

Título: EFFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE ENFERMERÍA PARA MEJORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE EN ESCOLARES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SANTA MÓNICA JULIACA 2023

Palabras claves, (3 a 5 términos): INTERVENCIÓN, ENFERMERÍA, CONOCIMIENTO, ALIMENTACIÓN

¿Esta obra se desarrolló en la UANCV ^{1,2}?
2

¹ Indicar si su producción intelectual ha empleado recursos tales como, instalaciones, laboratorios, insumos, equipos, bases de datos, asesoría técnica por parte del personal de la UANCV, financiamiento, entre otros relacionados.

² Si su producción intelectual se desarrolló en la UANCV totalmente o parcialmente, deberá autorizar el depósito en el Repositorio de manera obligatoria.



2. Referencia de tesis:

Bachiller Título 2da Especialidad Maestría Doctorado

3. Licencias:

a) Licencia estándar:

Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi tesis en el Repositorio Digital de la UANCV.

Con la autorización de depósito de mi producción Intelectual, otorgo a la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" una licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi producción intelectual (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de tesis UANCV, colección de producción intelectual, entre otros, en el Perú y en el extranjero por el tiempo y veces que considere necesarias, y libres de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" podrá reproducir mi producción intelectual en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.

Declaro que la producción intelectual es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha producción intelectual no infringe derechos de autor de terceras personas.

La Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" consignará el nombre del y/o los autor(es) de la producción intelectual, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la licencia.

Autorizo su publicación (marque con una X)

Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.
 Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (d/m/a): _____
 No autorizo.

b) Licencia CREATIVE COMMONS 4.0 INTERNACIONAL:

Si usted concede una licencia CREATIVE COMMONS sobre su producción intelectual, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, bajo las condiciones siguientes:

¿Quiere permitir usos comerciales de su producción intelectual?

Sí: significa que usted permite la reproducción, distribución y comunicación pública de la producción intelectual incluso con fines comerciales.

No: significa que usted permite la reproducción, y comunicación pública de la producción intelectual, pero sin fines comerciales.

Sí autorizo
 No autorizo



Jurisdicción de su Licencia

Todas las licencias CREATIVE COMMONS son de ámbito mundial, sin embargo, usted puede elegir entre la opción “internacional” o una adaptada a su jurisdicción, como para el caso peruano.

La opción “internacional” emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales; en cambio, la adaptada a su jurisdicción, recoge las particularidades de la legislación peruana.

En consecuencia, **la opción “internacional” goza de una mayor eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral.** Mientras que la opción adaptada a la jurisdicción del Perú goza de una mayor eficacia ante los tribunales peruanos.

Internacional

Nacional

Línea de investigación: SALUD PÚBLICA - P07

Firma de Autor



huella digital

09 DE SEPTIEMBRE DEL 2024

Fecha