

Influencia del complemento educativo del programa Qali Warma en los hábitos de alimentación de los estudiantes del distrito de Pacaipampa, 2021.

Influence of the educational complement of the Qali Warma program on the eating habits of students in the Pacaipampa district, 2021.

Genrry Tacure Chumacero ¹, Elmer Bagner Salazar Salazar ²

ABSTRACT

The research aimed to determine the influence of the educational complement of the qali warma program in the eating habits of students in the district of Pacaipampa 2021. Methodology: the research was the applied type, non-experimental design, the sample consisted of 120 students from 4th, 5th and 6th grade of primary level and their mothers who have received training or awareness from the Qali Warma Program. A questionnaire was used for data collection (likert scale); and was statistically analyzed with Pearson's correlation. Results obtained a Pearson correlation of 809 (80.9%) between the independent variable educational complement and the dependent variable eating habits, in which it refers that there is a significant influence high and direct. Conclusion: it was determined that the educational supplement provided by the qali warma program to the educational community on healthy eating habits and healthy lifestyles significantly influences the improvement of eating habits in students, with a Pearson correlation of 809 (80.9%).

Keywords: Habits, feeding, educational actions

RESUMEN

La investigación, tuvo como objetivo determinar la Influencia del Complemento Educativo del Programa Qali Warma en los hábitos de alimentación en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021. Metodología: la investigación fue del tipo aplicada, diseño no experimental, la muestra estuvo constituida por 120 estudiantes de 4to, 5to y 6to grado del nivel primario y sus respectivas madres, las cuales han recibido capacitación o sensibilización por parte del Programa Qali Warma. Se empleó un cuestionario para la recolección de datos (escala de Likert); se analizó estadísticamente con la correlación de Pearson. Resultados: se obtuvo una correlación de Pearson de ,809 (80.9%), entre la variable independiente complemento educativo y la variable dependiente hábitos de alimentación, en donde refleja que existe influencia significativa alta y directa. Conclusión: Se logró determinar que, el complemento educativo que brinda el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y estilos de vida saludable influye de manera significativa en la mejora de hábitos de alimentación en los estudiantes, con una correlación de Pearson de ,809 (80.9%).

Palabras clave: Hábitos, alimentación, acciones educativas

Received: 16 de junio del 2022

Accepted: 2 de julio del 2022

Introducción

Actualmente en el mundo existen alrededor de 200 millones de niños menores de 5 años que padecen de retardo en el desarrollo, emaciación o una combinación de ambos, y alrededor de 340 millones padecen de hambre oculta (falta de micronutrientes como vitaminas y minerales), también alrededor de 40 millones de niños menores de 5 años sufren de sobrepeso incluida la obesidad, y sigue en aumento. Estas tendencias reflejan la carga triple de la nutrición inadecuada (desnutrición, hambre oculta y sobrepeso), que en cualquiera de sus formas su causa principal son los hábitos alimentarios inadecuados, y esto es un peligro a la supervivencia, el crecimiento y el desarrollo de los niños y de las naciones. (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2019).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que la mala nutrición es "uno de los retos de salud pública más importantes del siglo XXI", debido a que nutrición inadecuada es una de las causas más relevantes que afecta directamente la salud de las personas, haciéndolas más vulnerables para contraer enfermedades y causa un

¹ Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma.

E-mail: genrry.tacure@qw.gob.pe

² Docente investigador de la Universidad de San Martín de Porres.

E-mail: esalazars@usmp.pe

How to cite: Tacure Chumacero, G. & Salazar Salazar, E. B. (2022). Influencia del complemento educativo del programa Qali Warma en los hábitos de alimentación de los estudiantes del distrito de Pacaipampa, 2021. REVISTA DE ANÁLISIS ECONÓMICO Y FINANCIERO, 5(2), 26-35. <https://doi.org/10.24265/raef.2022.v5n2.56>



No Comercial-Compartir Igual 4.0 Internacional.

desorden en el desarrollo físico y mental, especialmente en los que están en etapas de pleno crecimiento y desarrollo, entre los principales factores son los hábitos de alimentación no saludables y una actividad física insuficiente. (Álvarez, Lauzurique, & Quezada, 2015).

En América Latina y el Caribe hay más de 7 millones de niños de 0 a 5 años que sufren de desnutrición crónica y 4 millones de niños de 0 a 5 años de edad con sobrepeso, todo esto debido a la malnutrición (Comisión Económica Para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2017). Por tanto, una promoción en mejores hábitos de alimentación y actividad física constituye componentes críticos a tomarse en cuenta en las estrategias de las entidades o instituciones para combatir la malnutrición (Palma, 2017).

Según un estudio en Estados Unidos, los malos hábitos de alimentación cuestan 300 dólares por persona, o 50 mil millones de dólares, por cada año, solamente en atender estas enfermedades no transmisibles (Gaziano, 2019).

El Perú no es ajeno a estos problemas, pues, al 2018 el 43.5% de niños de 0 a 5 años de edad tienen baja hemoglobina, mientras que la desnutrición crónica infantil alcanza el 12.6%. Asimismo, el 37.8% de peruanos mayores de 15 años presentan sobrepeso de acuerdo a la Encuesta Nacional de Salud (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2019). Un 6.4% de niños de 0 a 5 años de edad, tienen sobrepeso (INEI, 2016). En ese sentido la disminución de anemia, la desnutrición crónica infantil, el sobrepeso y la obesidad tienen que ser prioridades de la política de salud del estado peruano (Villena, 2017).

La realidad es que la malnutrición pone de manifiesto la necesidad de realizar actividades que permitan un adecuado desarrollo en la niñez, además de una adecuada alimentación en todas las etapas de la vida, junto con espacios de alimentación saludable, mejores condiciones, educación, y el conocimiento en acciones que respondan a estas necesidades (Hawkes, Ruel, Salm, Sinclair, & Branca, 2019). En ese contexto, las acciones educativas son el complemento perfecto de las actividades dirigidas a mejorar los hábitos de alimentación de los hogares, esto es fundamental para prevenir y controlar enfermedades ocasionadas por una alimentación inadecuada (Muquinche & Valencia, 2019).

Mejorar la alimentación de niños en etapa escolar es fundamental, debido a que los hábitos alimenticios saludables permiten al estudiante un correcto crecimiento en la parte física, un adecuado desarrollo psicológico y social, donde es importante resaltar la función de los educadores y padres en los conocimientos, sobre la ingesta alimentaria (Bajaña & Quimis, 2017).

En ese sentido, la presente investigación contribuye a mejorar la alimentación de los estudiantes y por consecuencia mejorar su salud, a través de la mejora de las acciones educativas del programa Qali Warma, que tiene la finalidad de mejorar las condiciones de vida de la infancia del país, y nace con el objeto de brindar un servicio alimentario con complemento educativo a niños y niñas de instituciones educativas públicas del nivel inicial, primaria y secundaria de las poblaciones indígenas de la

Amazonía peruana, a fin de contribuir a mejorar la atención en clases, la asistencia escolar y los hábitos alimenticios, promoviendo la participación y la corresponsabilidad de la comunidad local.

Resultados

La tabla 1 muestra el resultado del cuestionario aplicado a un total de 120 madres de estudiantes, con respecto a la variable complemento educativo; de las cuales 68 consideran que el complemento educativo del Programa Qali Warma tiene un nivel alto, lo que representa un 57%; así mismo 52 consideran que el complemento educativo del Programa Qali Warma tiene un nivel medio, esto representa un 43%; y finalmente ninguna considera al complemento educativo del Programa Qali Warma con un nivel bajo, lo que representa el 0%. Esto significa que las acciones de capacitación y sensibilización que realiza el Programa Qali Warma son percibidas de buena manera por el público al cual están dirigidas.

Tabla 1

La tabla 2 muestra los resultados del cuestionario aplicado a un total de 120 madres de estudiantes, con respecto a cada una de las dimensiones del complemento educativo (variable independiente), en donde el 82% considera que la dimensión motivacional se encuentra en un nivel alto, mientras que un 18% considera que se encuentra en un nivel medio. Con respecto a la dimensión pedagógica, el 81% considera que se encuentra en un nivel alto y un 19% considera que se encuentra en un nivel medio. En cuanto a la dimensión metodológica, el 42% considera que tiene un nivel alto, el 55% considera que tiene un nivel medio y el 3% considera que tiene un nivel bajo. Finalmente, en la dimensión evaluación, 11% considera que se encuentra con un nivel alto, 75% considera que se encuentra en un nivel medio y 14% considera que se encuentra en un nivel bajo.

Tabla 2

La tabla 3 muestra el resultado del cuestionario aplicado a un total de 120 estudiantes, con respecto a la variable hábitos de alimentación; de las cuales 50 encuestados consideran que los hábitos de alimentación se encuentra en un nivel alto, lo que representa un 42%; asimismo, 70 encuestados consideran que los hábitos de alimentación se encuentra en un nivel medio, esto representa un 58%; y finalmente ninguno considera que los hábitos de alimentación tiene un nivel bajo, lo que representa el 0%.

Tabla 3

La tabla 4 muestra que el 32% de encuestados considera que la dimensión consumo de alimentos se encuentra en un nivel alto, mientras que un 68% considera que se encuentra en un nivel medio. Con respecto a la dimensión comidas por día, el 25% considera que se encuentra en un nivel alto y un 75% indica que se encuentra en un nivel medio. En cuanto a la dimensión cantidad, el 43% considera un nivel alto, el 54% muestra un nivel medio y el 3% muestra un nivel bajo. Con respecto a la dimensión horario de consumo, el 58% indica tener un nivel alto y un 43% considera tener nivel medio.

Finalmente, para la dimensión evaluación, el 38% considera que se encuentra en un nivel alto, el 44% considera que se encuentra en un nivel medio y el 18% considera que se encuentra en un nivel bajo.

Tabla 4

La tabla 5 muestra la relación que existe entre la variable independiente complemento educativo y la dimensión consumo de alimentos de la variable dependiente hábitos de alimentación, en donde refleja que existe influencia significativa moderada y directa en un 0,578 (57.8%), entre la variable independiente y la dimensión 1 de la variable dependiente; lo que significa a mayor sea el complemento educativo, mejor es el consumo de alimentos. Dicho en otras palabras, si el complemento educativo mejora o a las personas se les expone a acciones educativas en alimentación saludable, y hábitos de alimentación saludable; dichas personas mejoran el consumo de alimentos en cuanto a variedad (todos los grupos de alimentos). Por lo que se determina aceptar la hipótesis específica 1 que plantea que, existe influencia significativa del complemento educativo del Programa Qali Warma en el consumo de alimentos en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021.

Tabla 5

La tabla 6 indica la relación que existe entre la variable independiente complemento educativo y la dimensión comidas por día de la variable dependiente hábitos de alimentación, en donde refleja que existe influencia significativa moderada y directa en un 0,577 (57.7%), entre la variable independiente y la dimensión 2 de la variable dependiente. Esto significa que mientras mayor sea el complemento educativo, mejor será el número de comidas por día. Dicho en otras palabras, si el complemento educativo mejora o a las personas se les expone a acciones educativas en alimentación saludable, y hábitos de alimentación saludable, dichas personas mejoran en cuanto al número de comidas por día (5 veces por día). Por lo que se determina aceptar hipótesis específica 2 que plantea que, existe influencia significativa del complemento educativo del Programa Qali Warma en las comidas por día en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021.

Tabla 6

La tabla 7 indica la relación que existe entre la variable independiente complemento educativo y la dimensión cantidad de consumo de la variable dependiente hábitos de alimentación, en donde refleja que existe influencia significativa alta y directa en un 0,646 (64.6%), entre la variable independiente y la dimensión 3 de la variable dependiente, lo que significa a mayor sea el complemento educativo, mejor será la cantidad de consumo. Dicho en otras palabras, si el complemento educativo mejora o a las personas se les expone a acciones educativas en alimentación saludable, y hábitos de alimentación saludable, estas personas mejoran el consumo de alimentos en cuanto a cantidad (cantidades adecuadas). Por lo que se determina aceptar la hipótesis específica 3 que plantea que, existe influencia significativa del complemento educativo del Programa Qali Warma en la cantidad de consumo en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021.

Tabla 7

La tabla 8 indica la relación que existe entre la variable independiente complemento educativo y la dimensión horario de consumo de la variable dependiente hábitos de alimentación, en donde refleja que existe influencia significativa alta y directa en un 0,637 (63.7%), entre la variable independiente y la dimensión 4 de la variable dependiente, lo que significa a mayor sea el complemento educativo, mejora el horario de consumo de alimentos. Dicho en otras palabras, si el complemento educativo mejora o a las personas se les expone a estas acciones educativas en alimentación saludable, y hábitos de alimentación saludable, estas personas consumen los alimentos en los horarios recomendados. Por lo que se determina aceptar la hipótesis específica 4 que plantea que, existe influencia significativa del complemento educativo del Programa Qali Warma en el horario de consumo en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021.

Tabla 8

La tabla 9 indica la relación que existe entre la variable independiente complemento educativo y la dimensión tiempo de consumo de la variable dependiente hábitos de alimentación, en donde refleja que existe influencia significativa alta y directa en un 0,605 (60.5%), entre la variable independiente y la dimensión 2 de la variable dependiente, lo que significa a mayor sea el complemento educativo, mejor será el tiempo de consumo. Dicho en otras palabras, si el complemento educativo mejora o a las personas se les expone a acciones educativas en alimentación saludable, y hábitos de alimentación saludable, estas personas mejoran el tiempo de consumo por comida (tiempo recomendado). Por lo cual, se determina aceptar la hipótesis específica 5 que plantea que, existe influencia significativa del complemento educativo del Programa Qali Warma en el tiempo de consumo en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021.

Tabla 9

La tabla 10 indica la relación que existe entre la variable independiente complemento educativo y la variable dependiente hábitos de alimentación, en donde refleja que existe influencia significativa alta y directa en un 0,809 (80.9%), entre la variable independiente y la variable dependiente, lo que significa a mayor sea el complemento educativo, mejores serán los hábitos de alimentación. Dicho en otras palabras, si el complemento educativo mejora o a las personas se les expone a acciones educativas en alimentación saludable y hábitos de alimentación saludable, estas personas mejoran los hábitos de alimentación. Por lo cual, se determina aceptar la hipótesis general que plantea que, existe influencia significativa del complemento educativo del Programa Qali Warma en los hábitos de alimentación de los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021.

Tabla 10

Discusión

Los resultados obtenidos reflejan que, existe una influencia significativa, con una correlación de Pearson de 0,578

(57.8%), moderada y directa entre el complemento educativo del Programa Qali Warma y el consumo de alimentos en los estudiantes. A partir de ello se identifica que las acciones educativas que realiza el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y prácticas saludables, influye de manera significativa en el consumo de todos los grupos de alimentos en los estudiantes; resultados que guardan relación con lo mencionado por Pérez et al. (2017). Después de las acciones educativas, obtuvieron grandes avances en la mejora de hábitos de alimentación, y estilos de vida saludable en el bloque de ensayo, logrando una mejora notable con un alto porcentaje de mejora en la primer comida del día, en la que se alcanzó un 53.4%, en el número de comidas por día obtuvieron una mejora en 31.5%, en cuanto a la reducción en el consumo de refrescos alcanzaron el 19.2%, y también lograron aumentar el nivel de actividad física, alcanzando el 12.3% de mejora respecto a sus niveles iniciales. En el grupo control no se observaron mejoras significativas, llegando a la conclusión de que una intervención educativa de gamificación mejora significativamente los hábitos de alimentación de los alumnos universitarios.

También los resultados obtenidos reflejan que existe una influencia significativa moderada y directa, con una correlación de Pearson de 0.577 (57.7%), donde se identifica que, el complemento educativo que brinda el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable, y prácticas saludables, influye de manera significativa en el número de comidas por día en los estudiantes. Estos resultados guardan relación con lo mencionado por Antonella et al. (2019). Luego de las intervenciones educativas nutricionales, el 65.0% de los estudiantes incrementaron el número de comidas por día recomendadas, el 72.0% comenzaron con el hábito del desayuno, el 51.0% aumentó el consumo de productos integrales, en la cual hubo una disminución en la ingesta de productos ricos en lípidos saturados y azúcares. En cuanto al consumo recomendado de lácteos, aumentó en la mayoría de los estudiantes, alcanzando un 93.0%, y el 48.0% de los estudiantes aumentó considerablemente el consumo diario de agua.

Después de asistir a las acciones educativas con énfasis en una dieta variada y en cantidades adecuadas se obtuvo lo siguiente: un 84% de participantes lograron adquirir altos conocimientos en el consumo de alimentos nutritivos y variados, cantidades de consumo y la preparación de loncheras saludables. También se logró obtener 0% de participantes con bajo conocimiento. Por lo que se concluye que las acciones educativas son altamente efectivas al lograr adquirir conocimientos de las participantes después de realizar las intervenciones educativas.

Por otra parte, los resultados obtenidos reflejan que, existe una influencia significativa alta y directa, con una correlación de Pearson de 0.637 (63.7%), donde se identifica que, el complemento educativo que brinda el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y prácticas saludables, influye de manera significativa en el horario de consumo en los estudiantes. Estos resultados guardan relación con lo mencionado por Benítez et al. (2016): las

acciones educativas que tienen mayor efectividad son las que incentivan la comprensión sobre la importancia de llevar una alimentación balanceada, completa y adecuada, además del consumo en horarios recomendados, pues contribuyen en la modificación de hábitos alimentarios en los estudiantes.

En ese mismo sentido, los resultados obtenidos concuerdan con lo mencionado por Loria et al. (2021) los principales patrones de consumo son: el consumo de alimentos de todos los grupos como cereales, lácteos, carnes, pescado, frutas y verduras; horarios de consumo; tiempos de consumo; comidas por día; y cantidad de consumo.

De igual manera los resultados obtenidos reflejan que, existe una influencia significativa alta y directa, con una correlación de Pearson de 0.605 (60.5%), donde se identifica que, el complemento educativo que brinda el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y prácticas saludables, influye de manera significativa en el tiempo de consumo en los estudiantes. Estos resultados tienen similitud con lo mencionado por Muquinche y Valencia (2019) en su investigación, donde determinaron los conocimientos y conductas alimentarias de madres.

Con respecto a lo anterior, los resultados obtenidos tienen similitud con lo mencionado por Tineo (2020), donde logró determinar que el programa nacional de alimentación escolar Qali Warma tiene un efecto significativo sobre los hábitos de alimentación de los estudiantes, en el cual se observó mejoras en los hábitos de alimentación, también se obtuvieron mejoras en las prácticas de consumo en sus viviendas. De igual manera, los resultados coinciden con lo investigado por Quichua (2018), donde determinó que el programa Qali Warma tiene un efecto real, favorable y significativo, generando un adecuado crecimiento y desarrollo físico y mental en los alumnos de colegios públicos que reciben el programa. Generalmente las necesidades colectivas se aplican programas educativos que respondan a las situaciones de la población objetivo. En ese contexto, las instituciones educativas ofrecen una gran oportunidad de llevar a cabo estas acciones en los escolares, parte esencial y primordial en la adquisición de hábitos de alimentación y estilos de vida saludables.

Los resultados obtenidos en la presente investigación tienen gran relevancia en el contexto social actual, ya que se evidencia que el complemento educativo tiene una influencia positiva favorable sobre los hábitos de alimentación; en ese sentido, estos resultados deben tomarse en cuenta para gestionar espacios de participación activa de todos los involucrados en el servicio alimentario así como generar una mayor cobertura de las acciones educativas que brinda el Programa Qali Warma.

Conclusiones

Se puede concluir que existe una influencia significativa, con una correlación de Pearson de 0.578 (57.8%), moderada y directa entre el complemento educativo del Programa Qali Warma y la dimensión consumo de alimentos en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021. Lo que significa que, el complemento educativo que brinda el



Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y prácticas saludables, influye de manera significativa en el consumo de alimentos, es decir, llevar una dieta variada en los estudiantes.

Se puede establecer una influencia significativa, con una correlación de Pearson de 0.577 (57.7%), moderada y directa entre el complemento educativo del Programa Qali Warma y la dimensión de comidas por día en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021. Lo que significa que, el complemento educativo que brinda el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y prácticas saludables, influye de manera significativa en el número de comidas diarias de los estudiantes.

Se logró determinar que, si existe una influencia significativa, con una correlación de Pearson de 0.646 (64.6%), alta y directa entre el complemento educativo del Programa Qali Warma y la dimensión cantidad de consumo en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021. Lo que significa que, el complemento educativo que brinda el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y prácticas saludables, influye de manera significativa en la cantidad de consumo de alimentos en los estudiantes.

Se logró determinar que existe una influencia significativa, con una correlación de Pearson de 0.637 (63.7%), alta y directa entre el complemento educativo del Programa Qali Warma y la dimensión de horario de consumo en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021. Lo que significa que, el complemento educativo que brinda el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y prácticas saludables, influye de manera significativa en el horario de consumo de alimentos en los estudiantes.

Se puede determinar que existe una influencia significativa, con una correlación de Pearson de 0.605 (60.5%), alta y directa entre el complemento educativo del Programa Qali Warma y la dimensión tiempo de consumo en los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021. Lo que significa que, el complemento educativo que brinda el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y prácticas saludables, influye de manera significativa en el tiempo de consumo de alimentos en los estudiantes.

Existe una influencia significativa, con una correlación de Pearson de 0.809 (80.9%), alta y directa entre el complemento educativo del Programa Qali Warma y los hábitos de alimentación de los estudiantes del distrito de Pacaipampa 2021. Lo que significa que, el complemento educativo que brinda el Programa Qali Warma a la comunidad educativa sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación saludable y prácticas saludables influye de manera significativa en la mejora de hábitos de alimentación en los estudiantes.

Recomendaciones

Al Programa Qali Warma para mejorar el consumo de alimentos en los estudiantes, se recomienda realizar acciones educativas constantes sobre la importancia de una alimentación variada que contenga los requerimientos nutricionales del organismo, propiedades nutricionales de los alimentos, y su importancia para un buen estado de salud, crecimiento de los niños, correcto funcionamiento del organismo, una óptima capacidad de aprendizaje, desarrollo cognitivo y psicomotor; es decir, su importancia en el desarrollo integral de los niños, lo cual conlleva al desarrollo de los pueblos y las naciones.

Se recomienda al Programa Qali Warma realizar acciones educativas como talleres prácticos y/o sesiones demostrativas constantes sobre dosificaciones y la importancia de consumir una cantidad adecuada de acuerdo al requerimiento diario de nutrientes y energía que necesita el organismo por grupo etario. Además, realizar acciones conjuntas con la comunidad educativa para concientizar sobre el tiempo empleado en el consumo por comida y poder disfrutar plenamente los alimentos, además de la importancia de masticar entre 5 a 10 veces más de lo habitual para asegurar una correcta digestión, esto evita el incremento del azúcar en la sangre además de evitar almacenar calorías extra.

Al área de Unidad de Organización de las Prestaciones (UOP) del Programa Qali Warma para mejorar los hábitos de alimentación en los estudiantes, se recomienda realizar de manera articulada con otras instituciones públicas o privadas acciones educativas como capacitaciones, sensibilizaciones, talleres prácticos y sesiones demostrativas constantemente sobre alimentación saludable, hábitos de alimentación y estilos de vida saludable, haciendo énfasis en su importancia para mantener un buen estado de salud, un adecuado crecimiento de los niños, correcto funcionamiento del organismo, una óptima capacidad de aprendizaje, desarrollo cognitivo y psicomotor; esto asegurará el futuro de la niñez y por consecuencia el desarrollo de los pueblos y las naciones.

Referencias

- Alvarez, M., Lauzurique, M., & Quezada, R. (2015). Factores pronosticos de muerte en niños portadores de desnutricion aguda ingresados en cuidados intensivos. *Habana Ciencias Medicas*, 73-86.
- Amaya Garcia, M. E., Arista Montes, Y., Diaz Ortega, J. L., & Paredes Diaz, S. E. (2016). Impacto de intervenciones educativas sobre el estado nutricional en pre-escolares. sector Wichanza - Trujillo. 2015. *UCV-Scientia*, 8(1), 29-33.
- Anaya, S. y Alvarez, M. (2018). Factores asociados a las preferencias alimentarias de los niños. *Revista Eleuthera*, 18, 58-73.
- Antonella, M., Del Valle, L., & Valeria, G. (2019). Habitos alimentarios en jovenes - adultos antes y despues de una intervencion educativa. (Spanish). *Diaeta*, 37(169), 27-33
- Bajaña, R., & Quimis, M. (2017). Alimentacion saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los

- estudiantes de instituciones educativas en Ecuador. FAC. Salud Unemi, Volumen 1, 34–39.
- Black, M.; & Creed, H. (2012). ¿Como alimentar a los niños? La practica de conductas alimentarias saludables desde la infancia. *Revista del Peru Med. Exp. Salud Publica*, 29 (3), 373-378.
- Benitez, V., Vazquez, I., Sanchez, R., Velasco-Rodriguez, R., Ruiz, S. & Medina, M. (2016). Intervencion educativa en el estado nutricional y conocimiento sobre alimentacion y actividad fisica en escolares. *Revista de Enfermeria del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 24(1), 37-43.
- Burgo, O., Leon, J., Cáceres, M., Perez, C., & Espinoza, E. (2019). Some thoughts on research and educational intervention. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 48(1), e383.
- Cabezuelo G, Frontera P. (2007). La alimentacion saludable. Enseñame a comer; habitos, pautas y recetas para evitar la obesidad infantil. Editorial EDAF; 48-49.
- Canto, A., Sosa, W., Bautista, J., Escobar, J., & Santillan, A. (2020). Escala de Likert: Una alternativa para elaborar e interpretar un instrumento de percepcion social. *Revista de La Alta Tecnologia y Sociedad*, 12(1), 38-45.
- Comision Economica Para America Latina yel Caribe (2017). Panorama social de America Latina 2016 (LC/PUB.2017/12-P). Santiago de Chile: Publicacion de las Naciones Unidas.
- Francke, P. y Acosta, G. (2020). Impacto del programa de alimentacion escolar Qali Warma sobre la anemia y la desnutricion cronica infantil. *Apuntes* 88. 151-190.
- Gaziano, T. (2019). Los habitos de alimentacion malsanos cuestan a EE.UU. 50 mil millones de dolares al año. *Consumer Health News*, NA.
- Gerards S, Dagnelie PC, Gubbels JS, Van Buuren S, Hammers F, Jansen M et al. The Effectiveness of Lifestyle Triple P in the Netherlands: A Randomized Controlled Trial. *Plos one*. 2015; 10 (4).
- Hawkes, C., Ruel, M., Salm, T., Sinclair, L., & Branca, F. (2019). Double-duty actions: seizing programme and policy opportunities to address malnutrition in all its forms. *Lancet*, 142 - 155.
- Hidalgo K. (2012). *Habitos alimentarios saludables*. Ministerio de Educacion Publica. Gobierno de Costa Rica.
- Lally, P. & Gardner, B. (2013). Promoting habit formation. *Health Psychology Review*, 7(1), 137{158.
- Loria, V., Campos, R., Valero, M., Mories, M. T., Castro, M., Mati, M., & Gomez, C., (2021). Protocolo de educacion nutricional en el tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria en el ambito clinico y asistencial. *Nutricion Hospitalaria*, 38(4), 857{570.
- Macias, A. Gordillo, L. & Camacho, E. (2012). *Habitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educacion para la salud*. *Revista chilena de nutricion*, 39(3), 40-43.
- Malhotra, N. (2008). *Investigacion de Mercados* (5ta ed.). Pearson Educacion.
- Ministerio de Desarrollo e Inclusion Social. (2017). *Resolucion Ministerial N 283-2017-MIDIS, que aprueba el Manual de Operaciones del Programa Nacional de Alimentacion Escolar Qali Warma*.
- Ministerio de Desarrollo e Inclusion Social. (2018). *Resolucion Ministerial N 224-2018-MIDIS, que declara en reorganizacion el Programa Nacional de Alimentacion Escolar Qali Warma*.
- Muquinche, M. y Valencia, G. (2019). *Propuesta Educativa sobre Alimentacion para la prevencion de malnutricion dirigida a madres con hijos menores de 5 años de la localidad de Yaruques, Ecuador. Dilemas contemporaneos: Educacion, Politica y Valores*. Mexico. 6(2), 1-16.
- Natale R, Scott SH, Messiah SE, Schrack MM, Uhlhorn SB, Delamater A. Design and methods for evaluating an early childhood obesity prevention program in the childcare center setting. *BMC public health*. 2013; 13: 78.
- Palacios, A. (2019). *Efectividad de una intervencion educativa en la mejora del nivel de conocimiento sobre Dengue, en alumnos de Enfermeria - Universidad San Pedro*, 2018.
- Palma, A. (2017). *Malnutricion en niños y niñas en America Latina y el Caribe*. Boletín desafíos, 21-39.
- Perez, I., Rivera, E. & Delgado, M. (2017). Mejora de habitos de vida saludables en alumnos universitarios mediante una propuesta de gamificacion. *Nutricion Hospitalaria*, 34(4), 942–951.
- Programa Nacional de Alimentacion Escolar Qali Warma (2020). *Componente educativo*.
- Programa Nacional de Alimentacion Escolar Qali Warma (2021), *Resolucion Directoral Ejecutiva N 201-2021-MIDIS/PNAEQW-DE*.
- Ramirez, C., Ramirez, L., & Henao, G. (2006). *Que es la intervencion psicopedagogica: definicion, principios y componentes*. Agora USB. 6(2):215-26.
- Saenz, K., Gorjon, F., Gonzalo, M., & Diaz, C. (2013). *Metodologia para investigaciones de alto impacto en las ciencias sociales y juridicas*. Dykinson.
- Salvy, S., Miles, J., Shih, R., Tucker, J., & D'Amico, E. (2016). Neighborhood, family and peer-level predictors of obesity-related health behaviors among young adolescents. *Journal of Pediatric Psychology*, 42(2), 153-161.
- Sharma M. (2011). Dietary education in school-based childhood obesity prevention programs. *Adv Nutr* 2011;2(2):207S-16S.
- Villena, J. (2017). *Prevalencia de sobrepeso y obesidad en el Peru*. *Peru. Ginecol. obstet.*, 63(04), 593-598.
- Wood, W. & Neal, D. (2016). *Healthy through habit: Interventions for initiating & maintaining health behavior change*. *Behavioral Science & Policy*, 2(1), 71-83.



Lista de tablas

Tabla 1: Complemento educativo

Nivel	fi	%
ALTO	68	57%
MEDIO	52	43%
BAJO	0	0%
TOTAL	120	100%

Fuente: Elaboración propia

Tabla 2: Resultados por dimensiones correspondientes a la variable Complemento educativo

Nivel	Motivacional		Pedagógico		Metodológico		Evaluación	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
ALTO	98	82%	97	81%	50	42%	13	11%
MEDIO	22	18%	23	19%	66	55%	90	75%
BAJO	0	0%	0	0%	4	3%	17	14%
TOTAL	120	100%	120	100%	120	100%	120	100%

Fuente: Elaboración propia

Tabla 3: Hábitos de alimentación

Nivel	fi	%
ALTO	50	42%
MEDIO	70	58%
BAJO	0	0
TOTAL	120	100%

Fuente: Elaboración propia

Tabla 4: Resultados por dimensiones correspondientes a la variable Hábitos de alimentación

Nivel	Consumo de alimentos		Comidas por día		Cantidad		Horario de consumo		Tiempo por comida	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
ALTO	38	32%	30	25%	51	43%	69	58%	46	38%
MEDIO	82	68%	90	75%	65	54%	51	43%	53	44%
BAJO	0	0%	0	0%	4	3%	0	0%	21	18%
TOTAL	120	100%	120	100%	120	100%	120	100%	120	100%

Fuente: Elaboración propia

Tabla 5: Relación de la variable complemento educativo y la dimensión consumo de alimentos.

Correlaciones		V1	D1V2
		Complemento educativo	Consumo de alimentos
V1.	Correlación de Pearson	1	,578**
Complemento educativo	Sig. (bilateral)		,000
	N	120	120
D1V2.	Correlación de Pearson	,578**	1
Consumo de alimentos	Sig. (bilateral)	,000	
	N	120	120

**La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

Fuente: Elaboración propia

Tabla 6: Relación entre la variable, complemento educativo y la dimensión comida por día.

Correlaciones		V1	D2V2
		Complemento educativo	Comidas por día
V1.	Correlación de Pearson	1	,577**
Complemento educativo	Sig. (bilateral)		,000
	N	120	120
D2V2.	Correlación de Pearson	,577**	1
Comidas por día	Sig. (bilateral)	,000	
	N	120	120

**La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

Fuente: Elaboración propia



Tabla 7: Relación de la variable, complemento educativo y la dimensión cantidad de consumo.

Correlaciones		V1	D3V2
		Complemento educativo	Cantidad de consumo
V1.	Correlación de Pearson	1	,646**
Complemento educativo	Sig. (bilateral)		,000
	N	120	120
D3V2.	Correlación de Pearson	,646**	1
Cantidad de consumo	Sig. (bilateral)	,000	
	N	120	120

**La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

Fuente: Elaboración propia

Tabla 8: Relación de la variable, complemento educativo y la dimensión horario de consumo

Correlaciones		V1	D4V2
		Complemento educativo	Horario de consumo
V1.	Correlación de Pearson	1	,637**
Complemento educativo	Sig. (bilateral)		,000
	N	120	120
D4V2.	Correlación de Pearson	,637**	1
Horario de consumo	Sig. (bilateral)	,000	
	N	120	120

**La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

Fuente: Elaboración propia

Tabla 9: Relación de la variable, complemento educativo y la variable, tiempo de consumo.

Correlaciones		V1	D5V2
		Complemento educativo	Tiempo de consumo
V1.	Correlación de Pearson	1	,605**
Complemento educativo	Sig. (bilateral)		,000
	N	120	120
D5V2.	Correlación de Pearson	,605**	1
Tiempo de consumo	Sig. (bilateral)	,000	
	N	120	120

**La correlación es significativa en el nivel 0,01

Fuente: Elaboración propia

Tabla 10: Relación de la variable, complemento educativo y la variable hábitos de alimentación.

Correlaciones		V1	V2
		Complemento educativo	Hábitos de alimentación
V1.	Correlación de Pearson	1	,809**
Complemento educativo	Sig. (bilateral)		,000
	N	120	120
V2.	Correlación de Pearson	,809**	1
Hábitos de alimentación	Sig. (bilateral)	,000	
	N	120	120

**La correlación es significativa en el nivel 0,01

Fuente: Elaboración propia

