



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**FOMENTANDO LA ADECUADA PREPERACIÓN DE
LONCHERAS SALUDABLES EN LAS FAMILIAS CON
NIÑOS QUE ACUDEN A LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
INICIAL MARÍA BELENITA DEL ÁMBITO DEL
CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA - HUARAZ, 2020**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN SALUD FAMILIAR Y
COMUNITARIA**

AUTORA

SIERRA FARFÁN, ROCÍO KARINA

ORCID: 0000-0001-7835-064X

ASESORA

PALACIOS CARRANZA, ELSA LIDIA

ORCID: 0000-0003-2628-0824

HUARAZ - PERÚ

2020

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Sierra Farfán, Rocío Karina
ORCID: 0000-0001-7835-064X

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Segunda
Especialidad, Huaraz, Perú

ASESORA

Palacios Carranza, Elsa Lidia
ORCID: 0000-0003-2628-0824

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de
la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Huaraz, Perú

JURADO

Charcape Benites, Susana Valentina
ORCID: 0000-0002-1978-3418

Cano Mejía, Alejandro Alberto
ORCID: 0000-0002-9166-7358

Molina Popayán, Libertad Yovana
ORCID: 0000-0003-3045-909X

JURADO EVALUADOR DE TRABAJO ACADÉMICO Y ASESORA

Ms. SUSANA VALENTINA CHARCAPE BENITES
PRESIDENTE

Mgtr. ALEJANDRO ALBERTO CANO MEJÍA
MIEMBRO

Mgtr. LIBERTAD YOVANA MOLINA POPAYÁN
MIEMBRO

Mgtr. ELSA LIDIA PALACIOS CARRANZA
ASESORA

AGRADECIMIENTO

Se agradece a los docentes de la
Universidad.

Por compartir sus conocimientos y
experiencias como profesionales de
la salud y contribuir en mi
formación y desarrollo profesional.

DEDICATORIA

Se dedica este trabajo a Dios:

Por guiarme en cada paso de mi vida, por iluminar mi mente y por haber puesto en mi vida a esas personas que son el soporte y compañía en esta etapa de estudio.

A mis padres y hermanos:

Por ser mí modelo a seguir, y gracias a ellos por todo lo que me dieron y me siguen dando durante toda mi vida y por la educación que me brindaron pues a ellos debo el ser profesional, por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo y las circunstancias.

La autora.

ÍNDICE

	Pág.
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	iv
I. PRESENTACIÓN	1
II. HOJA RESUMEN	3
2. 1. Título del trabajo académico.....	3
2.2. Localización (Distrito, Provincia, Departamento, Región).....	3
2.3. Población beneficiaria.....	3
2.4. Institución (es) que lo presentan.....	3
2.5. Duración del trabajo académico.....	3
2.6. Costo total o aporte solicitado/aporte propio.....	3
2.7. Resumen del trabajo académico.....	4
III. JUSTIFICACIÓN	5
IV. OBJETIVOS	20
V. METAS	20
VI. METODOLOGÍA	21
6.1. Líneas de acción y/o estrategias de intervención.....	21
6.2. Sostenibilidad del trabajo académico.....	24
VII. SISTEMA DE MONITOREO Y EVALUACIÓN	25
VIII. RECURSOS REQUERIDOS	30
IX. CRONOGRAMA DE EJECUCIÓN DE ACCIONES	33
X. ASPECTOS ORGANIZATIVOS E INSTITUCIONALES	38
XI. COORDINACIONES INTERINSTITUCIONALES	38
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	39
ANEXOS	43

I. PRESENTACIÓN

El Desarrollo Humano tiene entre sus principales etapas de vida, la Preescolar. La edad preescolar es una etapa significativa en la vida del individuo, en ella se forman y se regulan una serie de mecanismos fisiológicos que influyen en el desarrollo físico, el estado de salud y en el grado de adaptación al medio. Esta etapa se caracteriza por una sucesión de acontecimientos, cada uno bajo la influencia de los elementos del ambiente físico y social donde se destaca el papel de la familia, de la escuela y en general de la comunidad (1).

El estado nutricional de los niños está vinculado al desarrollo cognitivo, un estado nutricional deficiente tiene efectos adversos sobre el proceso de aprendizaje y el rendimiento escolar (2). Siendo así el estado nutricional se asocia directamente a la capacidad de respuesta frente a las enfermedades, un inadecuado estado nutricional aumenta tanto la morbilidad como la mortalidad en la temprana infancia. Ocasionando riesgos de padecer enfermedades crónicas (sobrepeso, obesidad, diabetes, enfermedades cardiovasculares, entre otras), que lo afectaran durante toda su vida.

En el estado moderno y acelerado en que vivimos la vida se ha visto afectada, teniendo en muchos de los casos poco tiempo para preparar alimentos saludables, y teniendo las madres que salir a trabajar, ocasionado que los padres se preocupen más por la cantidad de alimentos sus hijos reciben, que, por la calidad de los mismos, siendo que, en muchos de los casos, compran las loncheras en los puestos cercanos al colegio, no tomando en cuenta la higiene,

ni la salubridad de los mismos, o si son nutritivos o no, por lo que se hace necesario fomentar o mejorar los conocimientos que los padres tiene sobre las loncheras saludables que preparan o adquieren para sus hijos, a fin de mejorar su crecimiento y evitar riesgos de enfermedades futuras.

En mi condición de Profesional de Salud, pretendo contribuir fomentando una adecuada preparación de loncheras saludables y disminuir los índices de riesgos de padecer enfermedades crónicas y desnutrición en la edad preescolar y posterior, por lo que he planteado el presente trabajo académico denominado: **“Fomentando la Adecuada Preparación de Loncheras Saludables en las Familias con niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita del Ámbito del Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020”**. Habiéndose utilizado una muestra de 180 padres de familia de la Institución Educativa Inicial María Belenita del Ámbito del Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, con el método de estrategias de intervención o líneas de acción, sistema de monitoreo y supervisión; utilizando como herramientas de gestión: Árbol de causa y efecto, árbol de fines y medios, árbol de medios fundamentales y acciones, marco lógico que ha incluido (metas, indicadores y fuentes de verificación). Deseando que el presente trabajo sea un aporte para mi Institución, los trabajadores de salud, profesionales y estudiantes que deseen y puedan mejorar la actual situación de los niños de nuestro país.

II. HOJA RESUMEN

2.1. TÍTULO DEL TRABAJO ACADÉMICO:

FOMENTANDO LA ADECUADA PREPARACIÓN DE LONCHERAS SALUDABLES EN LAS FAMILIAS CON NIÑOS QUE ACUDEN A LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL MARÍA BELENITA DEL ÁMBITO DEL CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA - HUARAZ, 2020.

2.2. LOCALIZACIÓN:

Localidad : Huaraz
Distrito : Independencia
Provincia : Huaraz
Región : Ancash

2.3. POBLACIÓN BENEFICIARIA:

- **Población Directa:** 180 Niños menores de 5 años de la Institución Educativa Inicial María Belenita del Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz
- **Población Indirecta:** 180 Padres de Familia de niños menores de 5 años, comunidad y personal de salud.

2.4. INSTITUCIÓN QUE LO PRESENTA:

Centro de Salud de Nicrupampa, Micro Red Nicrupampa, Red de Salud Huaylas Sur, MINSA.

2.5. DURACIÓN DEL TRABAJO ACADÉMICO: 01 año

- **Fecha de inicio** : Febrero 2020
- **Fecha de término** : Febrero 2021

2.6. COSTO TOTAL: S/. 2 493.00

2.7. RESUMEN DEL TRABAJO ACADÉMICO

Conociendo la problemática de los niños en edad preescolar, el deficiente aporte nutricional en la alimentación que se les brinda con las loncheras saludables inadecuadas, y el desconocimiento de muchos padres de familia sobre los aporte nutricionales de algunos alimentos, surgió la necesidad de realizar el presente trabajo académico denominado: Fomentando la Adecuada Preparación de Loncheras Saludables en las Familias con niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita del Ámbito del Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020. Buscando con este aporte fomentar una adecuada preparación de loncheras saludables, por los padres de familia, para evitar los efectos adversos en la salud de los niños, optimizando así su aprendizaje y rendimiento escolar. Disminuyendo los riesgos de padecer enfermedades crónicas, que afectan a la persona en su vida familiar, profesional e ingresos económicos.

El presente trabajo busca para el logro de dicho propósito, utilizar las líneas de acción: la Gestión, Capacitación y Sensibilización, proponiéndose planes de acción como gestión, sensibilización y capacitación orientado en primer orden a los trabajadores de salud y en segundo orden a los padres de familia a través de sustento técnico, y planes de capacitación y sensibilización en sesiones educativas. Buscando educarlos y mejorar sus conocimientos en estilos de vida saludable, nutrición y loncheras saludables en beneficios de los niños de la Institución Educativa Inicial María Belenita del Ámbito del Centro De Salud Nicrupampa - Huaraz.

III. JUSTIFICACIÓN

Con el presente trabajo académico espero disminuir la desnutrición y los riesgos de enfermedades crónicas en los niños menores de 5 años de la Institución Educativa Inicial María Belenita del Ámbito del Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz. Debido a que desde temprana edad los niños deben permanecer varias horas en las Instituciones Educativas, y deben recibir un alimento como mínimo, los cuales en muchos de los casos no son saludables o su preparación es inadecuada o deficiente en nutrientes, por falta de conocimiento o porque los que tienen son incipientes.

La desnutrición infantil es una emergencia en gran parte silenciosa e invisible, que impone un tributo de gran magnitud sobre los niños y sus familias. Es el resultado de numerosas causas, entre ellas la alimentación inadecuada durante la gestación y los primeros años de vida, la persistencia de enfermedades que se puedan prevenir (enfermedades diarreicas agudas, e infecciones respiratorias agudas), la atención deficiente en los servicios de salud, la falta de agua y saneamiento en las viviendas, entre otras. Tiene relación directa más con la mitad de los 12 millones de muertes de niños menores de 5 años, que ocurren cada año en los países en desarrollo (3). Siendo uno de los factores, el recibir alimentación pobre en nutrientes, carbohidratos, proteínas, grasas, minerales y vitaminas.

Las loncheras son indispensables para los preescolares y escolares porque proporciona los requerimientos nutricionales, garantizando así una productividad óptima para su formación. El refrigerio saludable está

integrado por nutrientes, que producen energía, además favorecen al agregar algún alimento de origen animal. Incluso se propone mandar una fruta de su preferencia, recalcando los cítricos. Aquellos refrigerios tienen que ser de fácil asimilación, diversidad y preparación, y no se debe sustituir al desayuno ni al almuerzo del pequeño (4).

Y siendo que los hábitos alimenticios se aprenden en los primeros años de vida y son indispensables para un adecuado crecimiento y desarrollo de los niños, es que es necesario mejorar la preparación de las loncheras saludables indispensables durante la etapa preescolar y escolar. Logrando de este modo evitar trastornos alimenticios, desnutrición y enfermedades en los niños, para lo cual se debe primero preparar y afianzar los conocimientos de los profesionales y trabajadores de salud para luego ser vertidos en los padres de familia quienes son los encargados de preparar las loncheras saludables que los niños consumirán en sus instituciones educativas.

Sobre el tema de loncheras saludables no he encontrado trabajos recientes sin embargo se tiene algunos trabajos e investigaciones que se detallaran a continuación.

La UNICEF sostiene que al menos 1 de cada 3 niños menores de 5 años está desnutrido o tiene sobrepeso, y 1 de cada 2 padece hambre oculta, lo que menoscaba la capacidad de millones de niños para crecer y desarrollar su pleno potencial. La malnutrición sigue afectando gravemente a los niños. En 2018, casi 200 millones de niños menores de cinco años sufrían de retraso en el crecimiento o emaciación, mientras que al menos 340 millones sufrían de

hambre oculta (5).

La UNICEF en una nota periodística de octubre del 2019 sostiene que, a escala mundial, al menos uno de cada tres niños menores de 5 años está malnutrido y no crece bien. 149 millones de niños menores de 5 años sufren de retraso en el crecimiento o son demasiado pequeños para su edad. Casi 50 millones de menores de 5 años sufren de emaciación o son demasiado delgados para su altura. El sobrepeso y la obesidad están aumentando en todos los continentes, incluso en África. En todo el mundo, 40 millones de niños menores de 5 años tienen sobrepeso. Al menos 340 millones de niños menores de 5 años – o 1 de cada 2 – sufren carencias de vitaminas y minerales esenciales. En todo el mundo, casi el 59% de los niños menores de dos años no comen huevos, productos lácteos, pescado o carne (5).

La OMS en 2015, señala que cada año, más de 200 millones de niños y niñas menores de 5 años no logran su pleno potencial social y cognitivo, debido al desarrollo deficiente, muchos niños son propensos al fracaso en la escuela, y, por consiguiente, todo ello trae como repercusión que sus ingresos económicos sean bajos cuando se encuentran en la edad adulta. El crecimiento y desarrollo durante la primera infancia, incluye la evaluación de sus capacidades sociales, motoras, y cognitivas, además que sienta las bases para la salud, el comportamiento y aprendizaje a lo largo de toda la vida. (6).

A ello agregaremos que, en el Perú, la prevalencia del sobrepeso en niños de 5 a 9 años fue 18,3%, y la obesidad de 11,1%. Los niños del área urbana presentan mayores cifras que los del área rural, los niños más afectados se encuentran en las regiones de la Costa y Lima Metropolitana asimismo afecta

más a niños sin pobreza. De la misma manera la población de adolescentes se ve afectada con la prevalencia de sobrepeso en los adolescentes fue de 17,5% y la obesidad fue de 6,7%. El sobrepeso en el área urbana es dos veces mayor que en el área rural y la obesidad es mayor en el área urbana. El sobrepeso y la obesidad son mayores en adolescentes que se encuentran en las regiones de la Costa y Lima Metropolitana, afectando más a la población sin pobreza. (7).

La Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2017 (ENDES), alcanzó el 12,9% de la desnutrición crónica infantil en preescolares, lo cual representa una disminución de 0,2 puntos porcentuales con relación al 2016. Con respecto a las regiones, Huancavelica reporta la tasa más alta de desnutrición crónica infantil con el 31,2%, seguido de Cajamarca con el 26,6%, el 23,8% de Loreto, 22,8% de Pasco, el 20,9% de Apurímac y el 20% de Ayacucho (8).

En el marco del Plan Salud Escolar del Centro de Salud de Nicrupampa se intervino la Institución Educativa Maria Belenita de Huaraz, en el año 2015, con una población general de 180 alumnos, de los cuales solo se intervino a 84 (quienes tenían el consentimiento de sus padres para ser intervenidos) se les evaluó en antropometría, dosaje de hemoglobina y agudeza visual. Se obtuvo los siguientes resultados: desnutrición crónica 20.00 % (36 niños), sobrepeso 10.0% (18 niños), anemia 15.5% (13 niños). Con esta realidad nace la necesidad de encaminar el problema de salud desde un enfoque educativo y realizar capacitaciones, sesiones educativas entre otros a los padres que tienen hijos cuyas edades oscilan entre 3 y 5 años de edad, con la finalidad de mejorar su estilo de vida y alimentación.

En la etapa escolar, la educación juega un rol trascendental en el progreso de capacidades, fortalecimientos, ganancia de nuevas prácticas y destrezas en los niños, en favor de su salud. Esto involucra la mejora de técnicas para alcanzar aprendizajes propios. En tal sentido, los colegios y espacios formativos son de preciosa importancia para lograr el aprendizaje de los niños, y es el sitio de entrada para la adquisición de hábitos saludables, que inmediatamente serán transferidos a sus familias, y así los padres de familia se habrán convertido en agentes de cambio.

Por estas razones, hoy en día el estado de salud de los niños es utilizado en el contexto internacional como parte de los indicadores con los que se evalúa el progreso de los países. Por tanto, el progreso del estado de salud de los niños forma parte de los principales objetivos de progreso del Milenio.

Así tenemos algunos antecedentes de investigación como Freire, (9), en Ecuador 2015, su estudio realizado, muestran que el sobrepeso y obesidad se están incrementando de una manera alarmante como es la realidad de Ecuador, ya que se presenta el estado de salud de los niños cuyas edades oscilan entre 5 a 9 años de edad, en el cual se puede ver que el exceso de peso en este grupo etario llega al 29,4%, presentó sobrepeso u obesidad. A nivel nacional el sobrepeso fue más habitual (18,3%) que la obesidad (11,1%). La población nativa sigue siendo la más afectada por el retraso en la talla y es en proporción 3 veces más elevada (36.5%) con relación a los otros grupos étnicos del país. Entretanto observamos que la población mestiza u otras son las más afectada por sobrepeso y obesidad (30.7%).

Cuando observamos la información por nivel económico, se puede

determinar que los escolares del nivel más pobre tienden a tener mayor porcentaje de retraso en cuanto a la talla (25.1%), a diferencia de los escolares que tienen nivel económico más rico (8.5%), mientras que el porcentaje de sobrepeso muestran una conducta contradictoria. Con esto podemos decir los escolares del nivel más rico presentaran mayor porcentaje de sobrepeso y obesidad (41.4%), a diferencia de los escolares del nivel más pobre (21.3%). A este problema de salud se suma la inactividad física de los estudiantes de 10 a 17 años de edad que más de la tercera parte (34 %) de los estudiantes son inactivos, el 38.1 % es discontinuamente activos en comparación con los inactivos, la proporción de activos es inferior. Así mismo podemos decir que las estudiantes del género femenino son inactivas en mayor porcentaje que los varones.

Santaillana, Jimenez & Bacardi. (10), en Baja California 2015, “Programas para optimizar el contenido nutricional que contienen las loncheras escolares” Universidad Autónoma de Baja California, CISALUD. Revisión Sistemática. En este estudio el propósito fue observar mediaciones aleatorias que calcularan el resultado de programas para poder optimar la calidad de las Loncheras Escolares y el consumo de frutas y verduras. El método: Se realizó una búsqueda electrónica en MED- LINE/PubMed y Ebsco, de estudios aleatorios que promuevan la introducción de alimentos saludables. Los resultados: En estos estudios se verifico un incremento relevante en el contenido de verduras y frutas en las loncheras escolares, así como en el consumo. Se observó un efecto positivo y sólido de los programas de intervención mejorando las loncheras escolares y su consumo de verduras y

frutas entre escolares.

Ramos, J (11), en Bolivia 2015, su estudio “Estado nutricional y nivel académico relacionados con el consumo de refrigerio escolar de niños y niñas de la escuela fiscal mixta Alberto Flores del Cantón Guaranda, provincia Bolívar, Ecuador”. Diseñó un estudio no experimental de tipo transversal, la muestra fue de 90 estudiantes, para establecer relación entre el estado nutricional, rendimiento académico y consumo del refrigerio escolar de los niños de la Escuela Fiscal Mixta Alberto Flores de la ciudad de Huaranga. Para los resultados empleó una encuesta para la primera variable, mientras que en la evaluación utilizó el índice de masa corporal de los estudiantes, concluyendo al diagnosticar el estado nutricional, que el 90% de niños con índice de masa corporal normal, el 4.4% tienen sobrepeso y un 5.6% desnutrición, considerándose a este último porcentaje como un problema de salud.

Retamozo, C (12), en Perú 2015, su estudio “efectividad que tiene un programa educativo con metodología activa en la elaboración de loncheras saludables de los padres de niños en la etapa pre escolar en una institución educativa, 2015. Los resultados de dicho estudio mostró que las loncheras elaboradas por los padres de familia antes y después de participar en el Programa Educativo mostró discrepancias significativas en correlación al contenido de la lonchera y la presentación de cada alimento. La evaluación inicial de las loncheras mostró que el 87.5 % (42) contenía alimentos no nutritivos, y la presentación no era admisible por lo que recibieron la calificación de loncheras no saludables.

Asimismo, una evaluación de las loncheras después de la participación de los padres en el Programa Educativo, mostró que el 70.8% (34) de loncheras llegaron a ser calificadas como loncheras saludables, porque se incluyeron alimentos nutritivos con una presentación aprobada.

Huayllacayán, S. y Mora, Y., (13), en Perú 2015, su estudio “Relación entre el conocimiento de las madres sobre loncheras escolares saludables y el estado nutricional de estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa N° 6069 Pachacútec” Lima. Busco establecer la relación entre los conocimientos de las madres sobre loncheras saludables y estado nutricional de los estudiantes. La metodología se orientó a un enfoque cuantitativo, de diseño descriptivo correlacional, de corte transversal, con una muestra no probabilística, la muestra fue estudiantes del 4° grado de primaria, secciones A, B, C y D. La recolección de información aplico una encuesta y observación. Los instrumentos utilizados fueron un cuestionario y una ficha de registro. El resultado confirmó el conocimiento de las madres sobre loncheras escolares saludables y la relación con el estado nutricional de los estudiantes.

Colquehuanca, (7), en Perú 2015, su investigación “Conocimiento sobre preparación de loncheras nutritivas en madres de niños de 4 y 5 años, estudiantes del nivel inicial de la Institución Educativa Adventista Túpac Amaru y la institución Educativa N° 305 - Juliaca, 2015”. Busco establecer si existía una diferencia significativa entre el nivel de conocimiento de las madres referente a la elaboración de loncheras nutritivas en niños de edades entre 4 y 5 años del nivel inicial de la I. E. Adventista Túpac Amaru y la I. E. N° 305. La metodología empleada fue el diseño no experimental, de tipo descriptivo,

transversal, y comparativo. La muestra fueron 147 madres de familia pertenecientes a la I. E. N° 305 - inicial, y 55 madres de familia de la I. E. Adventista Túpac Amaru - inicial, la técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento de recolección de datos fue un cuestionario.

La Organización Mundial de la Salud (15) define a la lonchera saludables como el conjunto de alimentos nutritivos y esenciales cuya finalidad es suministrar energía y nutrientes necesarios a los estudiantes para poder cubrir las recomendaciones nutricionales y de igual manera ayudar a mantener óptimos niveles de desempeño intelectual y físico como el desarrollo potencial en el curso de crecimiento y desarrollo correspondiente a su grupo etáreo. La lonchera escolar saludable forma parte de una comida agregada a las tres comidas principales; pero no reemplaza a las comidas principales. La lonchera saludable debe contener entre 10 a 15% del valor calórico total de alimentos ingeridos a lo largo del día, lo que se convierte de 150 a 350 Kilocorías, dependiendo del peso, talla, edad y de la actividad física realizada durante el día.

OMS, (15), 2015, Si vemos el aporte nutricional, la lonchera debe estar compuesta por alimentos constructores, energéticos y reguladores, además se debe añadir líquidos. Los alimentos del grupo de los alimentos energéticos; nos proporciona la energía necesaria para los niños. Dentro de este grupo encontramos a los hidratos de carbono y grasas en general. Teniendo en cuenta la importancia de los hidratos de carbono complejos conformados por la fibra. Por ejemplo: el pan integral, pan blanco, hojuelas de cebada, maíz, avena, centeno, kiwicha, quinua etc. En lo que respecta a las grasas: las aceitunas, las

pecanas, palta, maní, almendras, castañas, etc. El grupo de los alimentos constructores nos ayudaran a formar los tejidos como los músculos, masa ósea, órganos y fluidos. Ejemplo podemos mencionar a la leche, queso, yogur, carnes, huevos, etc.

El Ministerio de Salud (MINSA) (16), en 2017, recomienda preparar una adecuada lonchera con los siguientes pasos; Los padres deben hacer colaborar al preescolar en la preparación y la selección de los alimentos que llevaran en su lonchera. Promover el hábito de lavarse las manos antes de comer la lonchera, la madre y/o cuidadora debe de mandar los alimentos en envases prácticos, seguros y limpios, por lo que se debe de lavar diariamente la parte interna y externa de la lonchera para así prevenir enfermedades. Mandar dentro de la lonchera servilleta de papel antes de colocar los alimentos. Los alimentos escogidos deben ser de fácil preparación, variedad y de digestión rápida, no mandar en la lonchera alimentos que puedan fermentarse fácilmente, La fruta que se le envía en la lonchera debe ser entera y con cascara, para evitar la oxidación de estas y aprovechar la fibra.

El conocimiento de la madre acerca de la preparación de loncheras saludables es la noción y experiencia lograda y acumulada por la madre sobre alimentación que alcanza en el transcurso de su vida mediante la buena recolección de datos e información, que ayudará a mantener la salud de sus hijos y prevenir enfermedades. El conocimiento depende de varios factores, como el grado de instrucción, experiencias previas en el cuidado de niños y conocimiento que se adquiere, de la educación en salud que recibe del

profesional de salud, entre otros. También influyen los consejos de familia que manejan un conjunto de creencias, muchas veces erróneas, profundamente arraigadas por la cultura (17).

El preescolar es el niño con edad comprendida de los 3 a 6 años de vida extrauterina, se caracteriza por tener una velocidad de crecimiento menor que la del lactante adquiere más destrezas físicas, tiene mayor competencia intelectual y sus relaciones sociales se hacen más complejas, así como un gran desarrollo en todos los aspectos, que poco a poco lo capacita para afrontar la vida escolar (18).

La lonchera escolar según, Valdivia et al (2012) se define como alimentos que tienen por finalidad proveer a los estudiantes de la energía y nutrientes necesarios para “cubrir sus recomendaciones nutricionales, mantener adecuados niveles de desempeño físico o intelectual y desarrollar sus potencialidades en la etapa de desarrollo y crecimiento correspondientes”. (19).

Alimentación Saludable es aquella que contribuye a cada individuo los alimentos indispensables para cubrir sus requerimientos nutricionales, en situaciones de salud y en las diferentes etapas de la vida. Cada ser humano tiene unas peticiones nutricionales en función a la edad, género, talla, actividad física que desarrolla y estado de salud o patología (20).

Rosana Ortiz Martínez, nutricionista, sostiene que “Lonchera saludable compone una comida esencial, ya que proporciona a los pequeños garantiza una aportación tanto de intensidad como comida que son esenciales durante la

permanencia en la escuela y mejorar su rendimiento”. La especialista añade que una lonchera saludable, como parte de la alimentación, no reemplaza ninguna de las 3 comidas importantes, siendo de ellas la principal para que el niño inicie el día bien alimentado. Por lo tanto, es interesante tener en cuenta la cantidad de alimento, dependiendo de la edad, la cantidad de horas que el preescolar permanezca en su Institución Educativa (21).

La malnutrición, el desconocimiento de los alimentos nutritivos y la inadecuada preparación de loncheras es la que produce un deficiente desarrollo y crecimiento en los niños menores de 5 años, lo cual redundará en su futuro próximo disminuyendo los niveles de aprendizaje, haciéndolos más susceptibles a enfermedades crónicas, y a la pobreza. Por ello es necesario se efectúen intervenciones de salud y educación en conjunto a fin de lograr que los padres de familia de los preescolares incrementen sus conocimientos sobre alimentación saludable.

Uno de los roles del profesional de salud, es promover y prevenir alteraciones en el crecimiento y desarrollo de los niños, por ello se efectúan controles, valorando el peso y la talla de los mismo, estados de salud y alteraciones en su desarrollo. La salud de los niños es de gran importancia no solo para los padres sino para el sector salud, es que el Centro de Salud de Nicrupampa, Micro Red Nicrupampa, Red de Salud Huaylas Sur, MINSA; tiene entre sus objetivos el mejorar la nutrición de los niños de su ámbito, por ello y con el apoyo del Gobierno Central, Regional, Local y las Instituciones Educativas del Sector Educación buscan estrategias y medidas que orienten al logro de un mejor conocimiento por parte de los padres de familia y niños del

consumo de loncheras saludables, lo que afianzará el crecimiento y desarrollo físico y cognitivo de la niñez.

El Centro de Salud de Nicrupampa, afronta problemas de escasez de recursos no solo de personal sino de equipamiento e insumos, debido a su extenso ámbito de acción. Teniendo diversas áreas que atender como Inmunizaciones, control de CRED, programa de TBC, Programa Madre Niño entre otros, por lo que se debería priorizar la educación, capacitación y orientación a los padres de familia, niños, y comunidad de su competencia con los conocimientos de una lonchera saludable, habiéndose a la fecha ya iniciado, con la implementación de loncheras saludables, pero con un bajo porcentaje de aceptación debido a diversos factores que no permiten lograr los objetivos trazados, por lo que con el presente trabajo se busca aportar en mejorar dicho déficit.

Cuando hacemos referencia a las prácticas alimentarias, los indicadores más destacados de los escolares son la ingesta excesiva de golosinas, y poca ingesta de frutas. Si incrementamos a esto que la principal encargada de la alimentación de los niños es la madre, y que un porcentaje significativo de niños se alimenta en el ambiente escolar, nace la necesidad de fortalecer hábitos alimentarios saludables desde temprana edad. Siendo estos factores los que impulsaron a realizar el presente trabajo.

El MINSA y el Sector Educación suscribieron el Convenio N°004-2008/MINSA, Convenio Marco de Cooperación Técnica entre ambos Ministerios, tanto Salud como Educación, con la finalidad de llevar a cabo

acciones relacionadas y enmarcadas en el ámbito de su competencia, logrando el propósito de fortalecimiento crecimiento y desarrollo completo de los estudiantes y así mismo el progreso y desarrollo de una cultura de salud, encaminada al mejoramiento de conductas en cuanto a hábitos y nutrición saludables en el entorno de las Instituciones Educativas, participando activamente la entidad educativa.

Este convenio considera dentro de sus objetivos específicos la articulación de intervenciones que beneficien el progreso de una cultura de alimentación adecuada, medioambiente saludable y la salud completa. De la misma manera busca promocionar la introducción segura del tema de educación para la salud y asimismo promoción de la salud en las estrategias que tienen los dos sectores. Se firma la Adenda al convenio en el año 2011, para que sea continuo el trabajo articulado entre ambos Ministerios. Este convenio tiene vigencia hasta el 2016.

Las Instituciones Educativas del ámbito de Huaraz, no son ajenas a esta realidad como es el caso de la Institución Educativa Inicial María Belenita, Institución Estatal, que cuenta con nivel Inicial y que se encuentra ubicada en el ámbito del Centro de Salud de Nicrupampa Distrito de Independencia, Provincia de Huaraz Departamento de Ancash, siendo por ello que se ha visto inmersa en el trabajo conjunto para mejorar la alimentación de los preescolares.

Se debe señalar que el presente trabajo está enmarcado dentro de un Marco Legal, el cual sustenta el presente trabajo.

- Ley General de Salud, Ley 26842.
- Ley Orgánica del Gobierno Regional, Ley 27867.

- Ley Orgánica de Municipalidades, Ley 27972.
- Ley de Promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes. Ley N° 30027.
- Decreto Supremo N° 017-2017-S.A. Reglamento de la Ley de Promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes.
- Decreto Supremo N° 023-2005-SA, que aprueba el Reglamento de Organización y Funciones del Ministerio de Salud.
- D.S. N° 003-2008-SA, que aprueba el Listado Priorizado de Intervenciones Sanitarias garantizadas para la reducción de la desnutrición crónica infantil y salud materna neonatal.
- Resolución Ministerial N° 250-2017/MINSA que aprueba la Norma Técnica de Salud N° 134-MINSA/2017/DGIESP, Norma Técnica de Salud para el manejo terapéutico y preventivo de la anemia en niños, adolescentes, mujeres gestantes y puérperas
- Resolución Ministerial N° 1353-2018-MINSA, que aprueba la “Guía Alimentaria para la Población Peruana”.
- Convenio N° 004-2008-MINSA, Convenio Marco de Cooperación Técnica entre el Ministerio de Educación y el Ministerio de Salud.

La Norma Técnica “Guía Alimentaria para la Población Peruana”, señala que la Alimentación saludable es aquella alimentación, variada con alimentos preferentemente en estado natural o con procesamiento mínimo, que aporta energía y todos los nutrientes esenciales para mantenerse saludable, permitiéndole tener una mejor calidad en vida en todas las edades. (22) con lo que se sustenta el presente trabajo sobre loncheras saludables.

IV. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

Fomentar la adecuada preparación de loncheras saludables en los padres de familias con niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita del ámbito del Centro de Salud Nicrupampa.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Sensibilización a padres de familias en preparación de loncheras saludables.
- Conocimiento eficiente de loncheras saludables por el personal de salud.

V. METAS:

- El 70% de padres de familia conocen la importancia de la adecuada preparación de loncheras saludables.
- El 80% de padres de familia conocen como preparar loncheras saludables.
- El 100% de personal de salud se sensibiliza y conoce la importancia y como preparar loncheras saludables.
- El 100% de personal de salud tiene materiales informativos sobre loncheras saludables.
- 01 capacitación al personal de salud sobre loncheras saludables.
- 01 implementación con material informativo sobre loncheras saludables.
- 01 gestión con autoridades (colegio/ centro de salud) sobre loncheras saludables.
- 01 conformación del equipo de monitoreo
- 01 sesiones educativas y demostrativas a las familias, en preparación de loncheras saludables.
- 01 concurso de loncheras saludables.

VI. METODOLOGÍA

6.1. LÍNEAS DE ACCIÓN Y/O ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

Las habilidades que se utilizarán para el desarrollo del presente trabajo serán la gestión, la sensibilización, la capacitación e información, educación y comunicación (IEC). Y a efectos de comprender las líneas de acción se desarrollan.

A. GESTIÓN:

Gestión, es la acción y el efecto de gestionar y administrar. De una forma más específica, una gestión es una diligencia, entendida como un trámite necesario para conseguir algo o resolver un asunto, habitualmente de carácter administrativo o que conlleva documentación (23).

Las actividades que desarrollare relativas a gestión durante el presente trabajo académico, están dirigidas a gestionar o tramitar las autorizaciones necesarias para el desarrollo del mismo, para poder acceder al colegio, autorización de mi entidad, apoyos con materiales y otros.

2B. Conformación de un equipo de monitoreo de loncheras saludables.

- Coordinar con el Jefe del establecimiento de salud para la designación del equipo responsable del monitoreo de loncheras saludables.
- Generación del documento autoritativo respectivo.

B. CAPACITACIÓN

Según Simón Dolán, la capacitación del trabajador consiste en un conjunto de actividades cuyo propósito primordial es mejorar el rendimiento presente o futuro del mismo, aumentando así su capacidad a través de la mejora de sus conocimientos, habilidades y actitudes (24).

La capacitación permitirá al personal de salud adquirir y reforzar conocimientos sobre loncheras saludables. Y en el caso de los padres de familia permitirá que conozcan su importancia y preparación.

2A. Capacitación al personal de salud sobre loncheras saludables.

- Coordinar con el Jefe del Establecimiento de Salud para la autorización de la capacitación del personal de salud.
- Coordinar con la Red Huaylas Sur para el apoyo con capacitadores en lonchera saludables.
- Sesiones educativas y demostrativas al personal de salud.
- Implementación con materiales educativos en loncheras saludables.

C. SENSIBILIZACIÓN

“La sensibilización es dar a conocer puntos importantes del aprendizaje” (25)

El proceso de sensibilización representa el marco o pórtico inicial del aprendizaje. Se basa en concienciar a las personas, haciendo que estas voluntariamente se den cuenta de algo, es un fenómeno de

modificación de respuesta opuesta a la habituación y diferente al condicionamiento que provoca una respuesta innata sin necesidad de un estímulo adicional (26).

Por la sensibilización se busca lograr que tanto el personal de salud como los padres de familia tomen conciencia sobre los conocimientos de loncheras saludables su importancia y preparación.

1C. Concurso de loncheras saludables.

- Coordinar con el Jefe del Centro de Salud para realizar el concurso.
- Coordinar con la Directora de la Institución educativa para realizar el concurso.
- Coordinar con la Red de Salud Huaylas Sur, para el apoyo con los premios.
- Elaborar documentos de coordinación y hacer seguimiento.

D. INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN (IEC)

La información, educación y comunicación en salud, como estrategias, buscan promover en las personas la capacidad de obtener, procesar y entender la información básica de salud y los servicios necesarios para tomar decisiones apropiadas (27). Para el logro de estas estrategias y líneas de acción es necesario tener en cuenta que lo que se busca es la promoción de condiciones de vida saludables y solo se logrará si los padres de familia adquieren y ponen en práctica los conocimientos de loncheras saludables, su importancia y preparación.

1A. Sesiones educativas en preparación de loncheras saludables

- Coordinar con el Jefe del Centro de Salud para realizar sesiones educativas.
- Coordinar con la Directora de la Institución educativa para realizar las sesiones educativas.
- Elaborar documentos de coordinación y hacer seguimiento.

1B. Sesiones demostrativas en preparación de loncheras saludables.

- Coordinar con el Jefe del Centro de Salud.
- Coordinar con la Directora de la Institución educativa para realizar las sesiones educativas
- Elaborar documentos de coordinación y hacer seguimiento.

6.2. SOSTENIBILIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

La sostenibilidad del trabajo académico que presento estará a cargo del equipo de profesionales y trabajadores del Centro de Salud de Nicrupampa, conjuntamente con las autoridades de la Red Huaylas Sur y de la Institución Educativa Inicial. La Jefatura del Centro de Salud tiene la obligación de coordinar con sus trabajadores: médico, enfermeras, nutricionista, psicólogo, técnicos en enfermería, laboratorio, servicio social y padres de familia que acuden a la Institución Educativa Inicial, para lograr que el presente trabajo académico siga vigente y sostenible en el tiempo, por cuanto es favorable para el desarrollo y crecimiento de los niños menores de cinco años.

VII. SISTEMA DE MONITOREO Y EVALUACIÓN

MATRIZ DE EVALUACIÓN

JERARQUÍA DEL OBJETIVO	METAS POR CADA NIVEL DE JERARQUÍA	INDICADORES DE IMPACTO Y EFECTO	DEFINICIÓN DEL INDICADOR	FUENTE DE VERIFICACIÓN	FRECUENCIA	INSTRUMENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN
Propósito: Adecuada preparación de loncheras saludables en las familias con niños que acuden a la institución Educativa Inicial María Belenita del ámbito del Centro de Salud.	El 70% de padres de familia conocen la importancia de la adecuada preparación de loncheras saludables.	Porcentaje de padres de familia que conocen sobre la importancia de la adecuada preparación de loncheras saludables. N° padres de familia con conocimiento de la importancia adecuado x 100/ total de padres de familia con niños menores de 5 años de la I.E.X100.	Padres de familia con conocimiento adecuado sobre la importancia de la preparación de loncheras saludables.	Fichas de evaluación de las loncheras saludables. Verificación de las loncheras de los niños.	Trimestral	Fichas de evaluación de loncheras
Resultado: Sensibilizar a padres de familia en la preparación de loncheras saludables.	El 80% de padres de familia conocen como preparar loncheras saludables.	Porcentaje de padres de familia que conocen la preparación de loncheras saludables. N° de padres de familia con conocimiento de preparación de loncheras	Padres de familia que conocen como preparar loncheras saludables.	Verificación de loncheras de los niños.	Trimestral	Lista de Chequeo.

		saludables / N° total de padres familia que preparan loncheras saludables X 100.				
Conocimiento eficiente de loncheras saludables por el personal de salud.	El 100% de personal de salud se sensibiliza y conoce la importancia y como preparar loncheras saludables.	Porcentaje de personal de salud que se sensibiliza y conoce la importancia y como preparar loncheras saludables. N° de personal de salud sensibilizado y con conocimiento X 100.	Personal de salud con conocimiento eficiente de loncheras saludables.	HIS y libro de actas de capacitación.	Anual	Lista de chequeo y libro de actas.

MATRIZ DE MONITOREO

RESULTADO DEL MARCO LÓGICO	ACCIONES O ACTIVIDAD	METAS POR CADA ACTIVIDAD	INDICADORES DE PRODUCTO O MONITOREO POR META	DEFINICIÓN DEL INDICADOR	FUENTE DE VERIFICACIÓN	FRECUENCIA	INSTRUMENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN
Sensibilización a padres de familia en preparación de loncheras saludables.	Sesiones educativas en la preparación de loncheras saludables.	El 70% de padres de familia conocen la importancia de la adecuada preparación de loncheras saludables.	N° de padres de familia con conocimiento de preparación de loncheras saludables / N° total de padres familia que preparan loncheras saludables X 100.	Padres de familia con conocimiento de preparación de loncheras saludables.	Fichas de evaluación de las loncheras saludables. Verificación de las loncheras de los niños.	Mensual	Fichas de evaluación de loncheras.
	Sesiones demostrativas en la preparación de loncheras saludables.	El 80% de padres de familia conocen como preparar loncheras saludables	N° de padres de familia con conocimiento de preparación de loncheras saludables / N° total de padres familia que preparan loncheras saludables X 100.	Padres de familia que conocen como preparar loncheras saludables.	Fichas de evaluación de las loncheras saludables. Verificación de las loncheras de los niños.	Mensual	Fichas de evaluación de loncheras.
	Concurso de loncheras saludables.	01 concurso de loncheras saludables.	N° total de concurso de loncheras saludables/total de	El concurso va a motivar a las familias en la preparación de loncheras	Libro de actas. Vistas fotográficas	Anual	Libro de actas.

			concursosX100.	saludables.			
Conocimiento eficiente de loncheras saludables por el personal de salud.	Capacitación al personal de salud sobre loncheras saludables.	El 100%de personal de salud se sensibiliza y conoce la importancia de como preparar loncheras saludables.	N° de personal de salud sensibilizado y con conocimiento X 100.	El personal de salud capacitado y entrenado en la preparación de loncheras saludables.	Reporte His Libro de actas	Anual	Lista de Chequeo
	Conformación de un equipo de monitoreo de loncheras saludables	01 equipo conformado de monitoreo.	N° de equipo de monitoreoX100.	El equipo de monitoreo preparado para supervisar y monitorear loncheras saludables .	Verificación de loncheras	mensual	Lista de Chequeo
	Implementar con material informativo sobre loncheras saludables	100% de personal con Material informativo sobre loncheras saludables	N° de personal de salud con material educativo X100	Personal de salud cuenta con material educativo para brindar a los padres de familia.	Libro de actas	Anual	Lista de chequeo

7.1 BENEFICIOS

□ **Beneficios con trabajo académico**

Fomentando la adecuada preparación de loncheras saludable en los padres de familia con niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita del ámbito del Centro de Salud Nicrupampa.

- Sensibilización a los padres de familia en la preparación de loncheras saludables
- Conocimiento eficiente de loncheras saludables por el personal de salud.

□ **Beneficios sin Trabajo Académico**

Incremento de una inadecuada preparación de loncheras saludables en los padres de familia con niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita del ámbito del Centro de Salud Nicrupampa.

- Desinterés de los padres de familia en la preparación de loncheras saludables.
- Incremento del consumo de comidas chatarra en los niños.
- Desconocimiento de los padres de familia en la preparación de loncheras saludables y el beneficio que aporta a sus familias.
- Mal nutrición en los niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita.

VIII. RECURSOS REQUERIDOS

8.1. Materiales para capacitación

N°	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL S/.
1	Fotocopias	100	0.00	0.00
2	Lapiceros	10 unid.	0.00	0.00
3	Hojas bond	1 millar	0.00	0.00
4	Folder	6 unid.	0.00	0.00
5	Lápiz	4 unid	0.00	0.00
6	Resaltador	3 unid	0.00	0.00
7	USB	1 unid.	0.00	0.00
8	Tinta para Impresora	2 unid.	0.00	0.00
9	Movilidad		150.00	150.00
10	Refrigerios		300.00	300.00
TOTAL				450.00

8.2. Material para sesiones educativas y demostrativas.

N°	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL S/.
1	Alimentos e insumos para sesiones demostrativas	200 raciones	2	400.00
2	Copias de recetas	200 copias	0.01	20.00
3	Impresión de tríptico	400 unidades	1.00	400
TOTAL				820.00

8.3. Materiales para concurso nutritivo.

N°	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL S/.
1	Alimentos e insumos para el concurso	200 raciones	2	400.00
2	Copias de recetas	200 copias	0.01	20.00
3	Impresión de tríptico	400 unidades	1.00	400
TOTAL				820.00

8.4 Materiales para difusión.

N°	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL S/.
1	Elaboración del tríptico	01	3	3.00
2	Impresión de tríptico	400	1.00	400
TOTAL				403.00

Resumen de Presupuesto:

N°	DENOMINACIÓN	APORTE REQUERIDO	APORTE PROPIO	COSTO TOTAL S/.
1	Materiales para capacitación	450.00	0.00	450.00
2	Material para sesiones educativas y demostrativas	820.00	0.00	820.00
3	Materiales para concurso nutritivo	820.00	0.00	820.00
4	Materiales para difusión.	403.00	0.00	403.00
5	TOTAL	2 493.00	0.00	2 493.00

IX. CRONOGRAMA DE EJECUCIÓN DE ACCIONES

PLAN OPERATIVO

OBJETIVO GENERAL: Adecuada preparación de loncheras saludables en las familias con niños que acuden a la institución Educativa Inicial María Belenita del ámbito del Centro de Salud Nicrupampa.

N°	ACTIVIDAD	META	RECURSOS		CRONOGRAMA				INDICADOR
			DESCRIPCIÓN	COSTO	2020				
					I	II	III	IV	
1	Elaboración del Trabajo Académico “Fomentando la adecuada preparación de loncheras saludables en las familias con niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita del ámbito del Centro de Salud Nicrupampa”.	1	Informe	200.00	X				Trabajo Académico Elaborado
2	Presentación y exposición del Proyecto al Centro de Salud Nicrupampa	1	Informe	20.00	X				Trabajo Académico presentado
3	Reunión con el Jefe del Centro de Salud Nicrupampa para formar el comité de monitoreo	1	Informe	20.00	X	X			Reunión realizada
4	Ejecución del Trabajo Académico	1	Informe	2 493.00		X	X	X	Proyecto ejecutado
5	Evaluación del Trabajo Académico	1	Informe	20.00			X		Proyecto desarrollado
6	Presentación del Informe Final	1	Informe	150.00				X	Proyecto presentado

OBJETIVO ESPECÍFICO 1: Sensibilización a padres de familia en preparación de loncheras saludables.

N°	ACTIVIDAD	SUB ACTIVIDAD	RECURSOS		CRONOGRAMA			
			DESCRIPCIÓN	COSTO	2020			
					I	II	III	IV
1	1A Sesión educativa en preparación de loncheras saludables.	<ul style="list-style-type: none"> - Coordinar con el Jefe del Centro de Salud para realizar sesiones educativas. - Coordinar con la Dirección de la Institución Educativa para realizar sesiones educativas. - Elaborar documentos de Coordinación y hacer seguimiento. 	<ul style="list-style-type: none"> - Plan de sesiones educativas de las loncheras - Preparación de material educativo - Preparar la solicitud para las salidas del personal 	820.00	X			
	1B sesión demostrativa en preparación de loncheras saludables.	<ul style="list-style-type: none"> - Coordinar con el Jefe del Centro de Salud para realizar sesiones educativas. - Coordinar con la Directora de la Institución Educativa para realizar sesiones educativas. - Elaborar documentos de Coordinación y hacer seguimiento. 	<ul style="list-style-type: none"> - Plan de sesiones educativas de las loncheras - Preparación de material educativo - Preparar la solicitud para las salidas del personal 	820.00	X			

	1C concurso de loncheras saludables	<ul style="list-style-type: none"> - Coordinar con el Jefe del Centro de Salud para realizar el Concurso. - Coordinar con la Directora de la Institución Educativa para realizar el concurso. - Elaborar documento de Coordinación y hacer seguimiento. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reuniones con el Jefe del Centro de Salud. - Reuniones con la Directora de la Institución Educativa. - Preparar documentos y tramitar. 	820.00			X	X
--	-------------------------------------	--	--	--------	--	--	---	---

OBJETIVO ESPECÍFICO 2: Conocimiento eficiente de las loncheras saludables por el personal de salud.

N°	ACTIVIDAD	SUB ACTIVIDAD	RECURSOS		CRONOGRAMA			
			DESCRIPCIÓN	COSTO	2020			
					I	II	III	IV
1	2A. Capacitación al Personal de Salud sobre loncheras saludables	<ul style="list-style-type: none"> - Coordinar con el Jefe del Establecimiento de salud para la autorización de la capacitación del personal de salud - Coordinar con la Red Huaylas Sur para el apoyo con capacitadores e loncheras saludables. - Sesione educativas y demostrativas al personal de salud. - Implementar con material educativo en loncheras saludables. 	<ul style="list-style-type: none"> - Plan de capacitación al personal de salud Los padres de familia preparan - Brindar material informativo sobre loncheras saludables. - Coordinar el apoyo de ponentes en loncheras saludables. 	853.00	X			

N°	ACTIVIDAD	SUB ACTIVIDAD	RECURSOS		CRONOGRAMA			
			DESCRIPCIÓN	COSTO	2020			
					I	II	III	IV
1	2B. Conformar un equipo de monitoreo de loncheras saludables.	<ul style="list-style-type: none"> - Coordinar con el Jefe del Establecimiento de salud para la designación del equipo responsable del monitoreo de loncheras saludables. - Generación del documento autoritativo respectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Elaborar una solicitud para la designación del equipo de monitoreo. - Designación de un equipo de monitoreo de las loncheras saludables. 	0.00	X			

X. ASPECTOS ORGANIZATIVOS E INSTITUCIONALES

El Trabajo Académico “Fomentando la adecuada preparación de loncheras saludables en las familias con niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita del ámbito del Centro de Salud Nicrupampa-Huaraz,2020” estará a cargo de la autora en coordinación con el equipo de Salud del Centro de Salud de Nicrupampa: Médico, Enfermera, Nutricionista, Técnico de Enfermería, psicológico y laboratorista; y en forma conjunta y coordinada con el Jefe del Centro de Salud de Nicrupampa y Red Huaylas Sur. Asimismo, se trabajará de forma multidisciplinaria con el Sector Educación.

XI. COORDINACIONES INTERINSTITUCIONALES

- Micro Red de Salud Nicrupampa.
- Red de Salud Huaylas Sur
- Gobiernos Locales – Municipalidad de Huaraz.
- Institución Educativa.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- 1.- **Requena R.** “Conocimientos y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la I.E.I . N°524 Nuestra 62 Señora de la Esperanza en Octubre del 2005”. Escuela de Enfermería de la UNMSM. Lima. 2006

- 2.- **Astiasaran A, Martínez A.** Alimentos, Composición y Propiedades. Mc Grau-Hill. España: Interamericana de España. S.A.U; 2014.

- 3.- **Díaz A, Narro J.** Factores maternos y el estado nutricional del preescolar, Pacanguilla, 2014. [Tesis Para optar el título de licenciada de Enfermería]. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo; 2014. Disponible del el URL:

- 4.- **Velásquez, A y Cabezas, C.** Las Loncheras Escolares. Ministerio de Salud: Instituto Nacional de Salud. [en línea]. Bol - Inst Nac Salud (Perú) 2010. Disponible en <https://repositorio.ins.gob.pe/xmlui/bitstream/handle/INS/421/BOLETIN-2010-ene-feb-editorial.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- 5.- **UNICEF.** Publicación Estado Mundial de la Infancia 2019 pdf, pág. 8, © Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) Octubre de 2019)

- 6.- **Organización Mundial de la Salud.** Desarrollo en la primera infancia. [internet]. OMS Centro de prensa; 2009 [Fecha de acceso: 14 de marzo de 2020]. Disponible en: http://www.wiredhealthresources.net/resources/NAIWHOFS_ChildDevelopmentEarly.pdf

- 7.- **Álvarez T.M.** Sobrepeso y Obesidad: Prevalencia y Determinantes Sociales del Exceso de Peso en la Población Peruana. 2009-2010. (2015)
- 8.- **Huancavelica** es la región con mayor desnutrición crónica infantil. Maximicé [en línea].2018. [Citado: 2018 de junio 04].
- 9.- **Freire E.** Prevalencia de Retardo en Talla y Riesgo de Sobrepeso ENSANUT-ECU. 2011-2013
- 10.- **Santallana, Jimenez & Bacardi.** “Programas para mejorar el contenido nutricional de las fiambreras (loncheras)” Universidad Autónoma de Baja California; CISALUD; Revisión Sistemática; 2015.
- 11.-**Ramos. J.** Estado nutricional y rendimiento académico relacionados con el consumo del refrigerio escolar de los niños y niñas de la escuela fiscal mixta Alberto Flores del Cantón de Guaranda Provincia Bolívar. [Tesis de grado previo a la obtención del título de nutricionista dietista]; Riobamba- Ecuador; 2015.
- 12.- **Retamozo C.** Efectividad de un Programa Educativo con Metodología Interactiva en la Preparación de Loncheras Saludables en Padres de Niños Pre escolares de una Institución Educativa; 2015
- 13.- **Huayllacayán,** Relación entre conocimiento materno sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°6069 pachacutec (tesis).Lima-Perú Universidad Ricardo Palma; 2014.
- 14.- **Colquehuanca Z.** Conocimiento sobre preparación de loncheras nutritivas en madres con niños de 4 a 5 años de educación inicial de la Institución Educativa Adventista

Túpac Amaru y la institución Educativa N° 305 – Juliaca, 2014. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]; Universidad Peruana Unión; 2014.

- 15.- **Organización Mundial De La Salud** (página principal). Ginebra; 2016 (fecha de acceso 15 de marzo de 2020). URL disponible en <http://www.who.int/gpsc/background/es/>.
16. - **Ministerio de Salud y Protección Social**; “Todos por un Nuevo País”; [en línea]; portal WEF Ministerio de Salud Colombia; [consultado el 12 de marzo del 2020]; URL disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/PromociónyPrevención.aspx>
17. - **Ministerio de Salud (MINSA)**. Padres de familia aprenderán a elaborar loncheras saludables. Perú. 2012. (en línea). (fecha de acceso 26 de enero de 2020), Disponible en: <http://www.andina.com.pe/agencia/noticia-padres-familia-aprenderana-elaborar-loncheras-saludables-panes-nutritivos-449954.asp>.
- 18.- **Reyes D, Reyes U y Cols.** “Alimentos contenidos en loncheras en niños que acuden a un preescolar”, FIES. Bol Clin Hosp Infant Edo. (en línea). 2010. (fecha de acceso 23 de marzo de 2020). Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/bolclinhosinfson/bis-2010/bis101f.pdf>.
- 19.- **Valdivia, G., Moran, R., Quintanilla, E., Valderrama, M., Cardini, a., & Hidalgo, M.**, (2102) Manual del Kiosco y Lonchera escolar saludable Gerencia de Desarrollo Humano – 2012. Lima: publicaciones Miraflores.
- 20.- **AEAL**. Alimentación Saludable. [en línea].2017 febrero. [Citado: 2020 de marzo 12]. Disponible - <http://www.aeal.es/alimentacion-y-nutricion/3-alimentacion-saludable/>
- 21.- **Dirección Sub Regional de Salud I Jaén**. Importancia de las loncheras saludables. [en línea].2019 Mayo. [Citada: 2020 marzo 10]. Disponible en

<http://www.disajaen.gob.pe/articulo/importancia-de-las-loncheras-saludables>.

- 22.- Resolución Ministerial N° 1353-2018-MINSA**, que aprueba la “Guía Alimentaria para la Población Peruana”. Pag. 27.
- 23.- Pérez, Mariana.** (Última edición:17 de abril del 2020). Definición de Capacitación. recuperado de: <https://conceptodefinicion.de/capacitacion/>. (Consultado el 8 de marzo del 2020).
- 24.-Significados.com.** Disponible en: <https://www.significados.com/gestion/> (Consultado: 8 de marzo de 2020).
- 25.- Sensibilización, Copyright © School as 'Learning Communities', España, 2018**
[En línea] (Fecha de acceso 11 de abril de 2020) URL disponible en:
<http://utopiadream.info/ca/presentacion/fases-de-transformacion/sensibilizacion/>
- 26.- Londoño. K.** Estrategias de sensibilización que promueva una cultura organizacional de calidad. Universidad militar nueva granada.2016
- 27.- Sorensen et al, 2012** citados por CartesVelásquez, 2015

ANEXOS:

ANEXO 1 EL DIAGNÓSTICO SITUACIONAL

El Centro de Salud de Nicrupampa se encuentra ubicado en el Distrito de Independencia de la Provincia de Huaraz Departamento de Ancash, siendo inicialmente creado como un CISEA, pero que desde hace algunos años atrás se ha separado de educación y agricultura. Ahora es un Centro de Salud que no cuenta con una infraestructura adecuada, pues ha venido peleando con el sector educación para delimitar su área y ubicación. Sin embargo, viene atendiendo a la población del Distrito de Independencia y Huaraz, a la fecha tiene pocos recursos humanos, hay déficit de personal y sobre todo materiales que conlleva muchas veces a que la atención no sea oportuna y/o adecuada. Y si bien se tiene una distribución de ambientes todavía no es suficiente como para poder desarrollar todas las labores que debería para atender las necesidades de la población, por cuanto la infraestructura tiene más de 30 años y no ha sufrido cambios. Teniéndose sí un proyecto de mejora pero que el Gobierno Central como Regional no se han puesto de acuerdo para afianzar y dar inicio a la construcción de un nuevo local que permita atender mejor, con eficiencia y con calidad a los pacientes que asisten al Centro de Salud.

En la actualidad el Centro viene atendiendo diversos programas y pacientes diversos, tal es así que se atiende el programa materno - niño, adolescente, gestantes, inmunizaciones, control de Crecimiento y Desarrollo, medicina, dental, farmacia, laboratorio, parte administrativa, triaje, programa de TBC, entre otros; lo que ocasiona que el personal que ahora cuenta el Centro de Salud no sea suficiente para poder atender

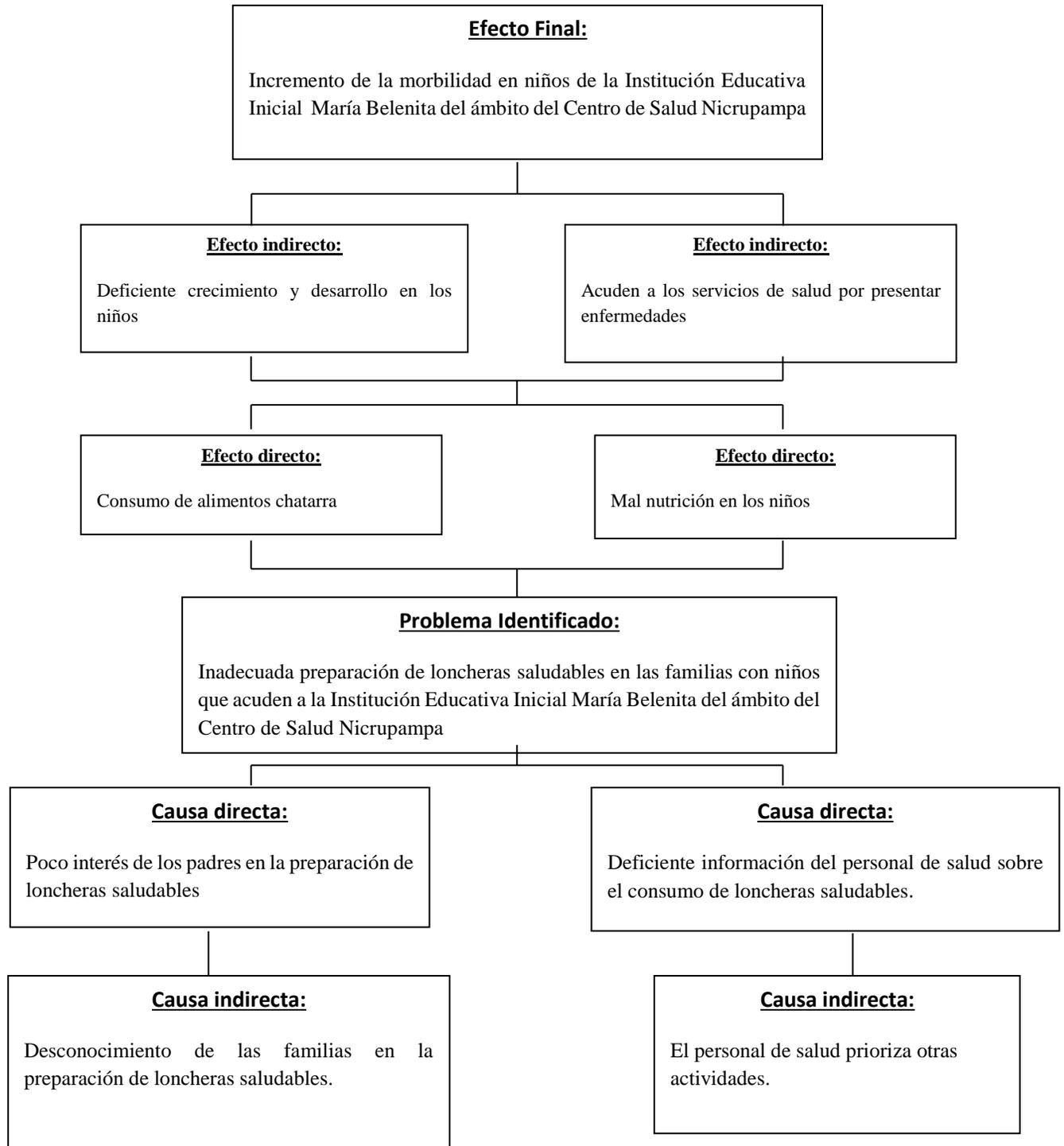
adecuadamente los servicios que brindamos.

La situación que nuestro Centro de Salud no es más que un reflejo de la situación de desarrollo en que se encuentra nuestro país, donde la población atraviesa innumerables problemas y enfermedades, los cuales como hemos descrito en muchos de los casos se vienen dando por una deficiente alimentación durante la infancia y preescolar, pues las madres ahora también deben salir a trabajar y muchas de las veces ya no preparan una lonchera saludable sino que lo compran en la puerta del colegio, las cuales no son nutritivas sino chatarras y en lugar de alimentar a los niños solos los enferman, dando lugar al crecimiento en los índices de enfermedades como obesidad, diabetes falta de crecimiento entre otros.

En nuestro distrito podemos ver que si bien contamos con una población urbana también se cuenta con una población rural y cuyo conocimiento y crecimiento es desigual a la zona urbana, pero igual de alienada, en cuanto a la alimentación pues lo que se busca es distraer el estómago del niño, pero no nutrirlo adecuadamente.

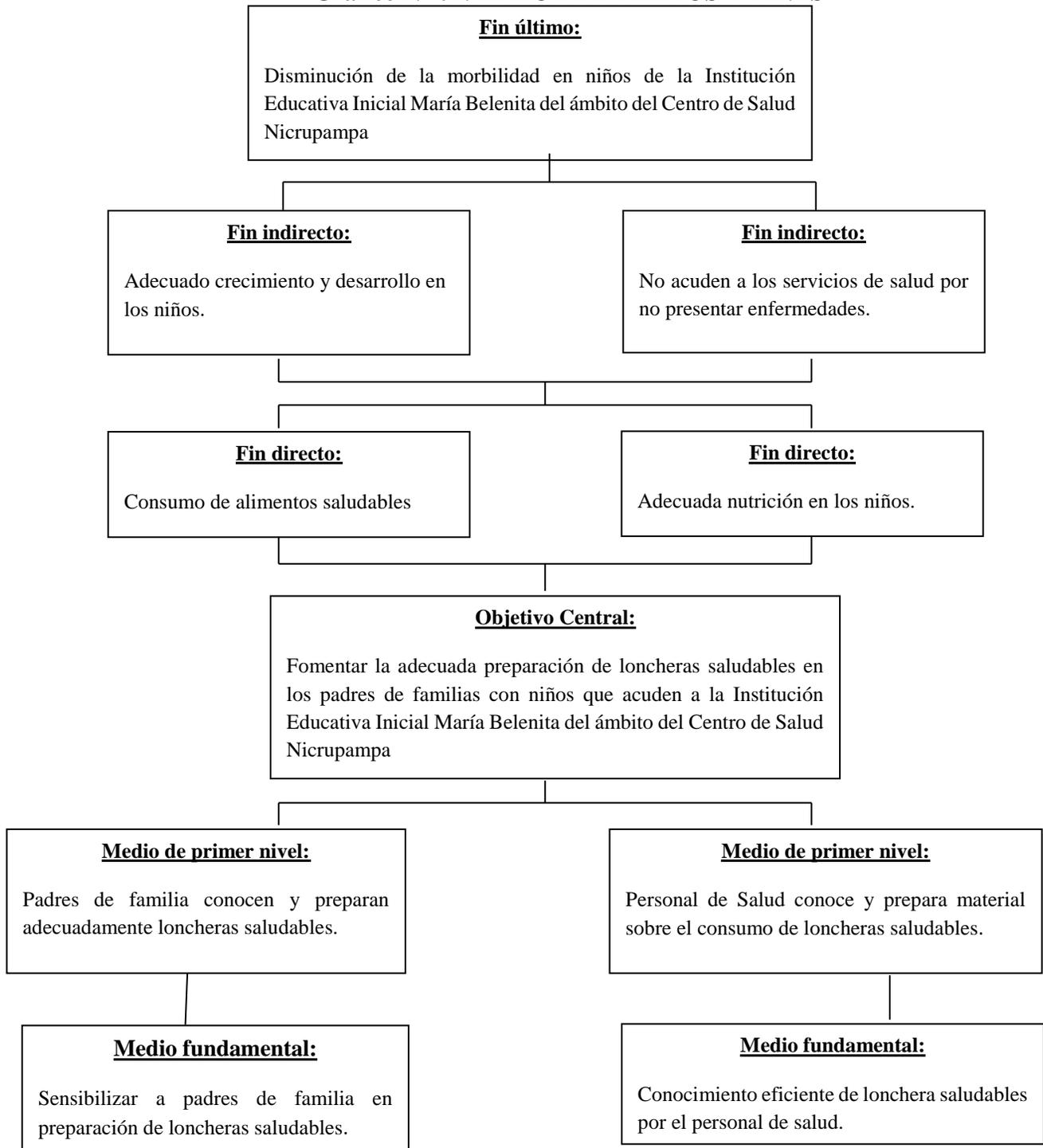
Debiendo concluirse que factor del sub empleo por el cual muchos de los padres de familia del Distrito atrevieran, pues no tienen ingresos suficientes para tener una casa, y poder darle lo necesario a sus hijos, siendo en su mayoría trabajadores independientes o agricultores y por ende amas de casa dependientes de un esposo que tiene trabajos eventuales. Lo cual es un problema mayor porque aunado a los escasos recursos se encuentra la falta de salubridad o higiene que sufren muchas de las familias que viven en casas alquiladas y hacinadas, que conlleva a que sus hijos se vean afectados. Teniendo cada grupo familiar prácticas de hábitos y costumbres que regulan su comportamiento.

ANEXO 2
Gráfico N° 01: ÁRBOL DE CAUSAS – EFECTOS

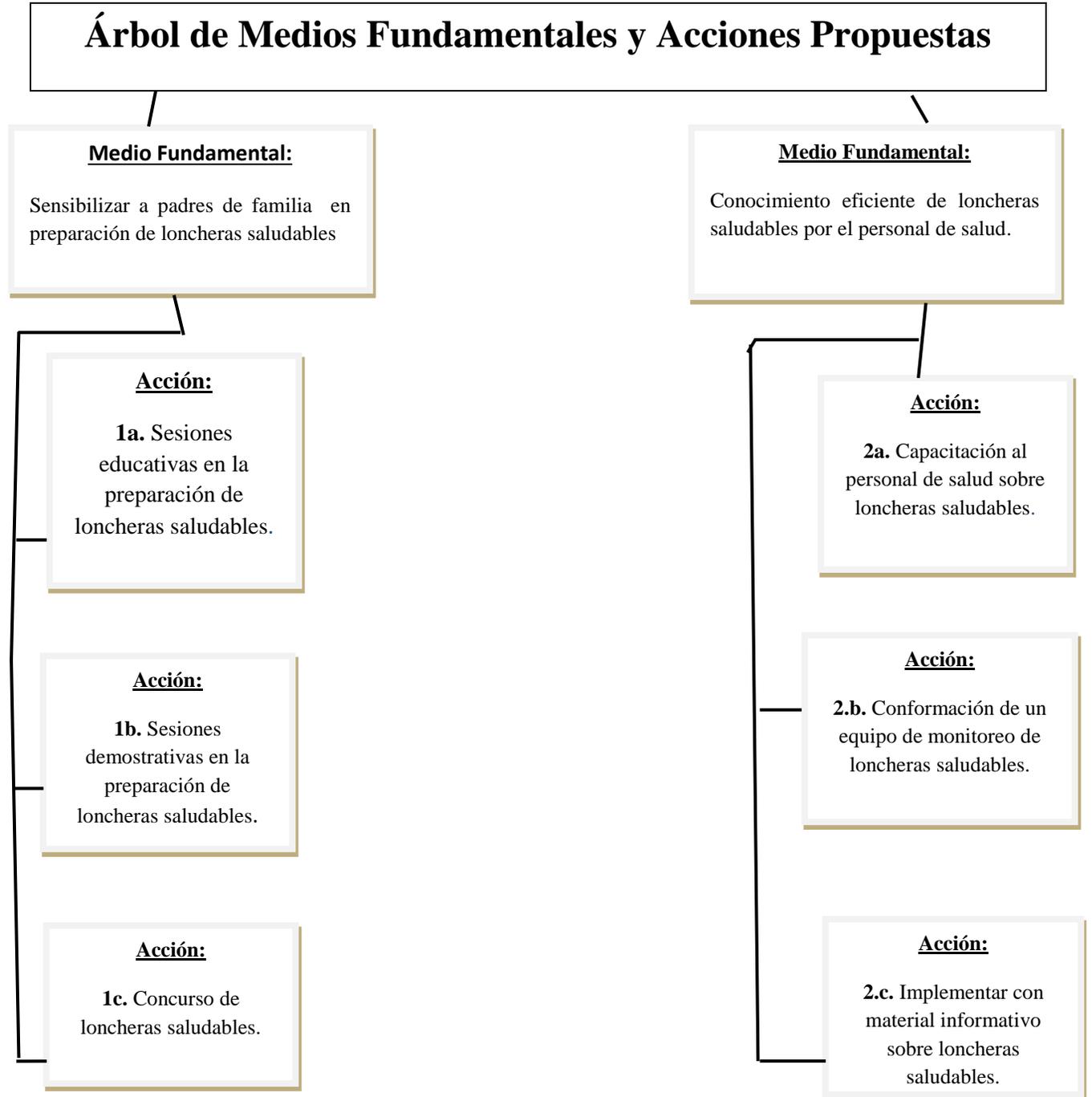


ANEXO 3

Gráfico N° 02: ÁRBOL DE MEDIOS Y FINES



ANEXO 4
Gráfico N° 03: ÁRBOL DE MEDIOS FUNDAMENTALES Y ACCIONES
PROPUESTAS



**ANEXO 5
MARCO LÓGICO**

	RESUMEN DE OBJETIVOS	METAS	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS
FIN	Disminución de la morbilidad en niños de la Institución Educativa Inicial María Belenita del ámbito del Centro de Salud Nicrupampa				
PROPÓSITO	Fomentar la adecuada preparación de loncheras saludables en las familias con niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita del ámbito del Centro de Salud.	El 70% de padres de familia conocen la importancia de la adecuada preparación de loncheras saludables.	N° de padres familia con conocimientos en preparar loncheras saludables/N° total de padres de familia que conocen loncheras saludables X 100.	Fichas de evaluación de las loncheras saludables. Verificación de las loncheras de los niños.	Familias de la Institución Educativa Inicial María Belenita adquieren conocimiento sobre preparación de loncheras saludables.
COMPONENTES	A. Sensibilizar a padres de familia en preparación de loncheras saludables	El 80% de padres de familia conocen como preparar loncheras saludables.	N° de padres de familia con conocimiento de preparación de loncheras saludables / sobre número total de padres de familia que preparan loncheras saludables X 100.	Fichas de evaluación de las loncheras saludables. Verificación de las loncheras de los niños.	Padres de Familia que han mejorado su conocimiento en la preparación de loncheras saludables.
	B. Conocimiento eficiente de loncheras saludables por el personal de salud.	El 100% del personal de salud con familias mejoran se sensibiliza y conoce la importancia de cómo preparar las loncheras saludables.	N° de personal de salud sensibilizado y con conocimientos X 100.	Reporte HIS Libro de Acatas.	Personal de salud sensibilizado y con conocimientos en la preparación de loncheras saludables.
	A1 Sesiones educativas en la preparación de loncheras saludables.	01 sesiones educativas en la preparación de loncheras saludables.	N° sesiones educativas preparación de loncheras /N° total de sesiones educativas X100.	Ficha de evaluación de loncheras saludables. Verificación de las loncheras de los niños.	Padres de familia con conocimiento en la preparación de loncheras saludables.
	A2. Sesiones demostrativas en la preparación de loncheras saludables.	01 sesiones demostrativas en la	N° sesiones demostrativas en la preparación de loncheras	Ficha de evaluación de loncheras saludables.	Padres de familia con conocimiento en la

ACCIONES		preparación de loncheras saludables.	saludables / N° total de sesiones demostrativas X100.	Verificación de las loncheras de los niños	preparación de loncheras saludables.
	A3. Concurso de loncheras saludables	01 concurso de loncheras saludables.	N° de concurso de loncheras saludables /N° total de concursos de loncheras saludables X100.	Libro de actas. Vistas fotográficas	Padres de familia que participan en el concurso de loncheras saludables.
	B1. Capacitación al personal de salud sobre la preparación de loncheras saludables.	01 capacitaciones al año del personal de salud en preparación loncheras saludables	N° personal de salud capacitado en preparación de loncheras saludables/N° total de personal capacitado en preparación de loncheras saludables X100.	Libro de actas. Reporte His. Lista de participantes	Personal de salud capacitado para brindar orientación en la preparación de lonchera saludables a padres de familia.
	B2. Conformación de un equipo de monitoreo de loncheras saludables	01 equipo conformado de monitoreo de loncheras saludables.	N° de equipo de monitoreo X100.	Verificación de loncheras	El equipo de monitoreo preparado para supervisar y monitorear la preparación de loncheras saludables.
	B3. Implementar con material informativo sobre loncheras saludables.	01 implementación con material educativo sobre loncheras saludables.	N° de personal de salud con material educativo X 100.	Libro de actas.	Material educativo afianza el conocimiento del personal de salud y de los padres de familia, en loncheras saludables.

ANEXO 6

INFORMACIÓN DEL ESTABLECIMIENTO DE SALUD

NIVEL DEL ESTABLECIMIENTO	: I-3
NOMBRE DEL ESTABLECIMIENTO	: CENTRO SALUD NICRUPAMPA
INSTITUCIÓN A LA QUE PERTENECE	: MINSA
DIRECCIÓN COMPLETA	: AV. LAS FLORES S/N
DEPARTAMENTO	: ANCASH
PROVINCIA	: HUARAZ
DISTRITO	: INDEPENDENCIA
TELÉFONO	: 043 - 422773
CORREO ELECTRÓNICO	: csnicrupampa@hotmail.com
SERVICIOS QUE BRINDA	<ol style="list-style-type: none">1. Medicina General2. Odontología3. Obstetricia.4. Enfermería.5. Laboratorio clínico.6. Farmacia7. Tópico – Triaje8. SIS y Estadística
HORARIO DE ATENCIÓN	: Lunes a viernes de 7:00 am. - 7:00pm Sábados de 7:00a.m. a 12;00 m.d.
JEFE DEL CENTRO DE SALUD	: DR. MARCO ANTONIO BARRENECHEA AGUIRRE

SITUACIÓN DEL ESTABLECIMIENTO DE SALUD Y JURISDICCIÓN

ESTADO : Activo
SITUACIÓN : Registrado
CONDICIÓN : En Funcionamiento
INSPECCIÓN : Inspeccionado

UBICACIÓN GEOGRÁFICA.- El Distrito de Independencia está ubicado en la zona urbana y rural de la Provincia de Huaraz, Departamento de Ancash, Gobierno Regional de Ancash.

EXTENSIÓN: El Distrito de Independencia tiene un área de aproximadamente 302.95 km² .

LIMITES: El distrito de Independencia limita:

Por el norte: Con el Distrito de Jangas, Taricá y la provincia de Carhuaz;

Por el este : Con la Provincia de Huari;

Por el sur : Con el Distrito de Huaraz y;

Por el oeste: Con el Distrito de Pira.

ALTITUD: El Distrito de Independencia se encuentra a 3049 m.s.n.m.

HIDROGRAFÍA: El Río Santa y Quilcay nutren sus tierras y permite que se pueda dar una agricultura y ganadería propicia así como agua potable.

FLORA Y FAUNA: Cuenta con tierras agrícolas y zonas urbanas y urbano marginales, en la cual se crían animales domésticos en pequeña escala para el consumo y para la venta, como es el caso de cuyes, gallinas, ovejas. Y en cuanto a vegetación se tiene sembríos de pan llevar en pequeña y mediana escala.

COMUNICACIÓN Y VÍAS DE ACCESO: Cuenta con los siguientes medios de comunicación:

- **Servicio radial:** cuenta con 3 emisoras radiales
- **Servicios televisivos:** en Independencia se cuenta con 01 señal propia que retransmiten a nivel nacional.
- **Servicio de telefonía:** la población cuenta con teléfonos domiciliarios pero en su mayoría con teléfono celular.
- **Servicio de Transporte:** Se tiene una vía principal que es la que atraviesa la zona Sierra de la Provincia, y diversas vías de penetración y acceso estando en su gran mayoría asfaltadas las vías principales. Y el Centro de Salud tiene acceso fácil y rápido desde las diversas vías.

ASPECTOS SOCIOCULTURALES

- **HISTORIA Y COSTUMBRES:** El Distrito de Independencia se creó el 16 de noviembre de 1992, mediante Decreto Ley N° 25852, en el Gobierno del presidente Alberto Fujimori. Independencia es uno de los doce distritos de la provincia de Huaraz y sus fiestas tradicionales importantes son el Señor de Mayo y la fiesta de creación del Distrito de Independencia, así como cuenta con varias fiestas tradicionales en cada poblado o caserío.
- **EDUCACIÓN:** Cuenta con centros educativos de nivel inicial, primario, secundario y superior tanto nacionales como particulares.

- **IDIOMA:** El Idioma Castellano y Quechua son los oficiales y que se practican.
- **RELIGIÓN:** La religión católica predomina pero también se cuentan con sectas o grupos religiosos como la Adventista, los Santos de los Últimos Días, Evangélicos.

CARACTERÍSTICAS SOCIOECONÓMICAS:

- **VIVIENDA:** En la parte urbana se encuentran casas de material noble pero se tienen algunas casonas del periodo del terremoto del 70 que son de adobe y quincha. Asimismo en la zona urbana marginal predominan las casas de adobe, calamina y material noble inconclusos. En las zonas rurales se tiene viviendas de adobe pero en los últimos años en que se ha dado la expansión al campo se han visto grandes viviendas de material noble.
- **SERVICIOS BÁSICOS:** la zona urbana y gran parte de la zona urbano marginal cuentan con servicio de agua potable, desagüe y electricidad, aunque se tienen cortes frecuentes del servicio de agua potable. Asimismo en las zonas rurales se han implementado los servicios de agua potable y desagüe pero todavía se tiene algunos lugares donde no se tiene agua potable, ni desagüe sino silos y agua entubada.

INSTITUCIONES Y ORGANIZACIONES REPRESENTATIVAS

- **POLÍTICAS**

- Alcalde
- Teniente Alcalde y Regidores
- Sub Prefecto
- Gobernador
- Juez de Paz

- **SALUD:**

- Centro de Salud Nicrupampa
- Centro Médico Particular

- **EDUCACIÓN:**

- INABIB
- 05 Colegios de Educación Inicial
- 06 Colegios Primarios y Secundarios.
- Más de 10 Colegios particulares y nidos.
- 05 CUNAMAS

- **RELIGIÓN:**

- 05 Iglesias Católicas.
- 05 iglesias de otras religiones.

- **ACTORES SOCIALES:**

- Juez de Paz
- Sub Prefectura

- **MERCADOS:**

- 02 Mercados Estatales y varios supermercados o bodegas grandes

RESEÑA HISTÓRICA

En la época preinca, dentro del territorio que ocupa actualmente del Distrito de Independencia, florecieron importantes grupos poblacionales a través de la historia, tales como el Pueblo Viejo de Póngor, el de Willcahuaín, o el de Jancu, entre otros.

En la actualidad existen algunos restos Arqueológicos que testifican esta existencia y están en proceso de restauración por el Instituto Nacional de Cultura, precisamente por su enorme valor – cultural. En la época incaica el reino de los Huaylas fue dominado por el Inca Cápac Yupanqui floreciendo la Cultura de los Huaraz en la parte sur del actual Callejón de Huaylas.

Durante la Colonia esta zona del país no tuvo mayor importancia política o económica, siendo Huaraz un repartimiento de segundo orden. Posteriormente Huaraz fue sede del corregimiento fundado el 30 de marzo de 1576 por el virrey Toledo.

En la época de la República se crea el departamento de Huaylas el 25 de agosto de 1823, teniendo como comprensión del mismo los pueblos de Huaraz, Caraz, Huacra, Mato, Jatun Huaylas y Macate. Durante la República insurgieron grandes personajes

históricos como el Mariscal Toribio de Luzuriaga (nacido en Huaraz), Pedro Pablo Atusparia (nacido en el Paraje de Marián, actual centro poblado menor del distrito de Independencia).

En 1866 se dio el Decreto Supremo del 23 de enero, siendo esta la primera creación del distrito de Independencia, conjuntamente con el de Restauración, ambas capitales de la provincia de Huaraz. Hasta antes del fenómeno telúrico del 31 de mayo de 1970.

A partir de los años setenta en adelante, se forjó como un polo de atracción turística dada su incomparable belleza paisajística, perfilándose como una zona que se proyecta como eje de desarrollo con efecto multiplicador en los pueblos ligados directamente. El distrito de Independencia se circunscribe en la actualidad en un territorio marcado por los flancos occidentales de la Cordillera Blanca y oriental de la Cordillera Negra, cuyo principal centro de actividad económica es la Ciudad del Centenario.

A raíz del terremoto del año 1970, la zona de Independencia cobra gran importancia, por el desplazamiento de la población afectada en el cercado de Huaraz, constituyéndose en el centro motor de la ciudad, con gran dinamismo económico y social al asentarse allí las principales instituciones y establecimientos comerciales, financieros y de servicios. En esta época surgen Nicrupampa y Cascapampa, siendo debido a la presencia de gran población se vio la necesidad de crear un centro de atención de salud integrado con educación y agricultura para atender las necesidades de la población.

Al reconstruirse la parte antigua de la ciudad, la población regresó masivamente, pasando a ser Independencia una zona receptora de población migrante a Huaraz, principalmente de zonas más pobres como Conchucos. Sin embargo, hoy Independencia cumple un rol importante en la prestación de servicios diversos a Huaraz: de educación a través de las universidades, institutos superiores y colegios secundarios; de salud, a través del Centro de Salud de Nicrupampa y ESSALUD. Siendo nuevamente creado el distrito de Independencia el 16 de noviembre de 1992, mediante Decreto Ley N° 25852, en el gobierno del Presidente Alberto Fujimori.

ANEXO 7
INFORME DE EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES PROGRAMADAS EN
EL TRABAJO ACADÉMICO

I. DATOS GENERALES

1.1 DIRIGIDO A : Padres de Familia de la I. E. María Belenita – Huaraz

1.2 LUGAR : I.E. Inicial María Belenita

1.3 FECHA : 03 de enero del 2019

1.4 HORA : 10:00 a.m.

1.5. RESPONSABLE

- SIERRA FARFÁN ROCIO KARINA

II. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL:

“Fomentar la adecuada preparación de loncheras saludables en los padres de familia con niños que acuden a la Institución Educativa Inicial María Belenita”

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Sensibilización a padres de familia en preparación de Loncheras Saludables.
- Conocimiento eficiente de loncheras saludables por el Personal Salud.

III. INFORME NARRATIVO NO ESTAN TODAS LAS ACTIVIDADES

A1. El avance es de un 70%, ejecutándose la actividad el día 25 de enero del 2020, realizándose la sesión educativa de preparación de loncheras saludables contándose con la participación de los padres de familia de la

la Institución Educativa Inicial María Belenita.

A2. El avance es de un 70%, ejecutándose la actividad el día 25 de enero del 2020, realizándose la sesión demostrativa de preparación de loncheras saludables contándose con la participación de los padres de familia de la Institución Educativa Inicial María Belenita.

A3. El Avance del 20% del desarrollo del Concurso de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial María Belenita, por cuanto según la programación se está coordinando y presentando solicitudes.

B1. El avance es en una 100 % del personal de salud capacitado, a través de sesiones educativas y demostrativas que les permitan reforzar y afianzar sus conocimientos para poder brindarlos a los padres de familia, quienes elaboran las loncheras saludables de sus hijos.

B2. El avance del 100% en la conformación de un equipo de monitoreo de loncheras saludables, estando efectuándose las gestiones y solicitudes correspondientes.

B3. El avance de un 80% en la implementación con material informativo sobre loncheras saludables.

IV. CONCLUSIONES

- Se ha logrado que el 80% de padres de familia de la Institución Educativa Inicial María Belenita adquieran conocimiento sobre la preparación de loncheras saludables en beneficio de sus hijos y de sus propias familias, mejorándose así el nivel de vida de los menores atendidos.
- Se ha logrado Sensibilizar a los padres de familia de la Institución Educativa Inicial María Belenita, a través de sesiones educativas y demostrativas en la preparación de loncheras saludables.
- Se ha logrado que el 100% del Personal de Salud del Centro de Salud de Nicrupampa sea capacitado en la preparación de loncheras saludables a efectos de poder priorizar actividades de salud en niño de su jurisdicción.

V. RECOMENDACIONES

- Buscar que periódicamente se brinden capacitaciones y sesiones educativas a los profesionales de la salud para que puedan estar al día de los últimos avances de la ciencia en cuanto a nutrición, valores alimenticios y requerimientos nutricionales de los niños y niñas a fin de lograr su desarrollo óptimo.

- Reforzar las sesiones educativas periódicamente para que los padres de familia de la Institución Educativa Inicial María Belenita, adquieran en su totalidad todos los conocimientos y utilidades de la preparación de una lonchera saludable y como ella beneficiara a sus menores hijos.
- Mantener o lograr alianzas permanentes con el sector educación a fin de que se priorice las capacitaciones, sesiones educativas y demostrativas que permitan reforzar los conocimientos de loncheras saludables.
- Fomentar en los padres de familia de modo permanente la preparación de loncheras saludables así como su consumo.

VI. EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



Personal de Salud con materiales listos para iniciar las sesiones educativas.



Niños consumiendo las loncheras saludables.



Niños consumiendo las loncheras saludables.



Padres de Familia de la I.E. Inicial María Belenita, recibiendo sesiones educativas y demostrativas.



Padres de Familia de la I.E. Inicial María Belenita en sesiones demostrativas



Loncheras saludables listas para ser repartidas a los niños y niñas de la I. E. Inicial María Belenita