

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”**

**FORMACIÓN INICIAL DOCENTE**

**PROGRAMA DE ESTUDIOS**

**EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE**



**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa  
Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025

**Para Obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación**

**AUTORA**

URPI ROMANI, Lidia

**ORCID:** <https://orcid.org/0009-0004-4267-8212>

**ASESORA**

Mg. FRIDA MAYHUA QUISPE

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-4184-7991>

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Atención integral del infante, niño y adolescente

**HUANTA -AYACUCHO-PERÚ**

**2026**



## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Siendo las 8:00 A.M. del 21 DE JUNIO DEL 2026, se reunieron los miembros del **JURADO EXAMINADOR**, la **SUSTENTANTE** y el **PÚBLICO** en el Auditorio Institucional para llevar a cabo la **CEREMONIA DE SUSTENTACIÓN** del **TRABAJO DE INVESTIGACIÓN "LONCHERAS SALUDABLES EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL "SAN JUAN DE MIRAFLORES" DE HUANTA, 2025. Línea de investigación: ATENCIÓN INTEGRAL DEL INFANTE, NIÑO Y ADOLESCENTE**, presentado por la egresada **URPI ROMANI, LIDIA** con código de matrícula **73962932**.

De Formación Inicial Docente del Programa de Estudios de **EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE**, sustentación autorizada por la **RD No 00348-2026-EESPPÚB. "JSCO"/DG-HTA.**, Jurado Examinador autorizado por la **RD No 0349-2026-EESPPÚB. "JSCO"/DG-HTA** obteniendo como resultado el PROMEDIO de 14 (CATORCE).

Por tanto, el **Jurado Examinador de la Sustentación**, emite el siguiente **DICTAMEN**:

**RESULTADO FINAL:** APROBADA

La **SUSTENTANTE**, se encuentra **APTA** para iniciar los trámites administrativos para la obtención del **GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN**.

En señal de conformidad, firman los miembros del Jurado Examinador y la Autoridad Institucional.



PRESIDENTE JURADO



VOCAL JURADO



SECRETARIO JURADO



Dr. César Marín Caceres  
Vº Bº DIRECTOR GENERAL



| FECHA | DÍA | MES | AÑO  |
|-------|-----|-----|------|
|       | 21  | 06  | 2026 |

|                |                                     |         |                 |           |                       |          |        |
|----------------|-------------------------------------|---------|-----------------|-----------|-----------------------|----------|--------|
| ENTIDAD        | EESPP "JOSE SALVADOR CAVERO OVALLE" |         |                 | DRE       | AYACUCHO              |          |        |
| CÓDIGO MODULAR | DENOMINACIÓN                        | GESTIÓN | CREACIÓN        | DIRECCIÓN | JR. RAZUHUILLCA N°624 |          |        |
| 604371         | EESP                                | PÚBLICO | D.S. N°10.85-ED | PROVINCIA | HUANTA                | DISTRITO | HUANTA |

|                            |                                          |  |  |  |  |  |  |
|----------------------------|------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| FORMACION INICIAL DOCENTE  | EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE |  |  |  |  |  |  |
| RESOLUCIÓN DE AUTORIZACIÓN | RM N°267-2020-MINEDU                     |  |  |  |  |  |  |

|                          |                                            |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------|--------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| DIRECTOR GENERAL (E)     | Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR             |  |  |  |  |  |  |
| DOCUMENTO DE DESIGNACIÓN | RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR |  |  |  |  |  |  |

|                              |                                          |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| AUTORIZACIÓN DE SUSTENTACIÓN | RD No 00348-2026-EESP PÚB. "JSCO"/DG-HTA |  |  |  |  |  |  |
| NOMINACIÓN DE JURADOS        | RD No 00349-2026-EESP PÚB. "JSCO"/DG-HTA |  |  |  |  |  |  |

|                                                                 |  |  |  |  |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL: |  |  |  |  |  |  |  |
| GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN                       |  |  |  |  |  |  |  |

|                   |            |                                    |
|-------------------|------------|------------------------------------|
| JURADO EXAMINADOR | PRESIDENTE | Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR     |
|                   | SECRETARIO | Mg. EDHGAR HECTOR VALENCIA AGUILAR |
|                   | VOCAL      | Mg. FREDDY ROLAND PINEDA TAPIA     |

|                                                                                                                     |                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:                                                                                |                                                   |
| LONCHERAS SALUDABLES EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL "SAN JUAN DE MIRAFLORES" DE HUANTA, 2025. |                                                   |
| LINEA DE INVESTIGACIÓN                                                                                              | ATENCIÓN INTEGRAL DEL INFANTE, NIÑO Y ADOLESCENTE |

|       |                                  |      |           |
|-------|----------------------------------|------|-----------|
| FECHA | 21 / 06 / 2026                   | HORA | 8:00 A.M. |
| LUGAR | AUDITORIO DE LA EESP Púb. "JSCO" |      |           |

| N° Matrícula | APELLIDOS Y NOMBRES | PRESIDENTE | VOCAL | SECRETARIO | PROMEDIO GENERAL |
|--------------|---------------------|------------|-------|------------|------------------|
| 73962932     | URPI ROMANI, LIDIA  | 14         | 14    | 14         | 14               |

  
PRESIDENTE

  
VOCAL

  
SECRETARIO

  
vº Bº DIRECTOR GENERAL  
Firma, Post-Firma y Sello

#### INTRUCCIONES:

- El secretario del Jurado Examinador es el responsable del llenado del Acta de Sustentación.
- El secretario consolida las calificaciones de cada uno de los miembros del Jurado utilizando lapicero de tinta líquida negra si el calificativo es aprobatorio, si es desaprobatorio con tinta roja.
- La nota aprobatoria de la sustentación es 14, no hay medio punto a favor del sustentante.
- Las actas se llenan sin borrones ni enmendaduras.



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

## ÁREA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

### CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

N° 0175-2026-AVO-EESPP "JSCO"HTA

El responsable del Área de Verificación de Originalidad:

Hace constar:

El trabajo de investigación titulado **LONCHERAS SALUDABLES EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL "SAN JUAN DE MIRAFLORES" DE HUANTA, 2025**, presentado por la egresada **Urpi Romani, Lidia**, del Programa de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, ha sido sometido, en su versión final, a **VALIDACIÓN DE ORIGINALIDAD EN MEDIOS AUTORIZADOS POR LA INSTITUCIÓN**, siendo este de un **10%** de índice de similitud obteniendo como resultado **APROBADO AL LÍMITE PERMITIDO** en el Reglamento de Grados y Títulos de la institución, lo que **GARANTIZA SU ORIGINALIDAD E INTEGRIDAD ACADÉMICA**. Así mismo se adjunta los reportes del mismo en el siguiente link:  
[https://drive.google.com/drive/folders/15McNS1HpHQqI88QR0DDBGMnFzAOFntkW?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/15McNS1HpHQqI88QR0DDBGMnFzAOFntkW?usp=drive_link)

Por lo que, el trabajo de investigación cumple con la solvencia académica de acuerdo a las normas institucionales de la Escuela de Educación.

Se expide la presente a solicitud de la interesada para los fines que estime conveniente.

Huanta, 14 de julio de 2026



Prof. José Luis Pícaro Pícaro  
Área de Verificación de Originalidad

Archivo  
JLPP/AVO  
jvm/Sec. Acad.

# Validaciones JSCO

## URPI ROMANI, Lidia B Rev



168 URPI ROMANI, Lidia B



Validaciones JOSACO 2026



Enterprise-Escuela de Educacion Superior Pedagogica Publica Jose Salvador Cavero Ovalle

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1:3611281442

Fecha de entrega

14 jul 2026, 8:46 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

14 jul 2026, 10:32 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

URPI\_ROMANI\_Lidia\_B\_Rev.docx

Tamaño del archivo

94.9 KB

37 páginas

11.277 palabras

61.193 caracteres

# 10% Similitud general

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

## Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 25 palabras)

## Fuentes principales

- 10%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 4%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

## Marcas de integridad

### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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

## Fuentes principales

|     |                                                                                                                                 |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10% |  Fuentes de Internet                           |
| 0%  |  Publicaciones                                 |
| 4%  |  Trabajos entregados (trabajos del estudiante) |

## Fuentes principales

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

|    |                         |                                                   |     |
|----|-------------------------|---------------------------------------------------|-----|
| 1  | Internet                | repositorio.eesppjsco.edu.pe                      | 4%  |
| 2  | Internet                | alicia.concytec.gob.pe                            | 2%  |
| 3  | Internet                | dspace.unach.edu.ec                               | <1% |
| 4  | Internet                | docplayer.es                                      | <1% |
| 5  | Internet                | repositorio.unsch.edu.pe                          | <1% |
| 6  | Internet                | repositorio.ucv.edu.pe                            | <1% |
| 7  | Internet                | repositorio.mcc.edu.pe                            | <1% |
| 8  | Trabajos del estudiante | uncedu                                            | <1% |
| 9  | Trabajos del estudiante | Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga | <1% |
| 10 | Trabajos del estudiante | Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC    | <1% |

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”**

**FORMACIÓN INICIAL DOCENTE**

**PROGRAMA DE ESTUDIOS**

**EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE**



**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa  
Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025

**Para Obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación**

**AUTORA**

URPI ROMANI, Lidia

**ORCID:** <https://orcid.org/0009-0004-4267-8212>

**ASESORA**

Mg. FRIDA MAYHUA QUISPE

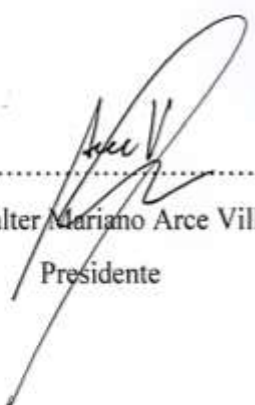
**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-4184-7991>

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Atención integral del infante, niño y adolescente

**HUANTA -AYACUCHO-PERÚ**

**2026**



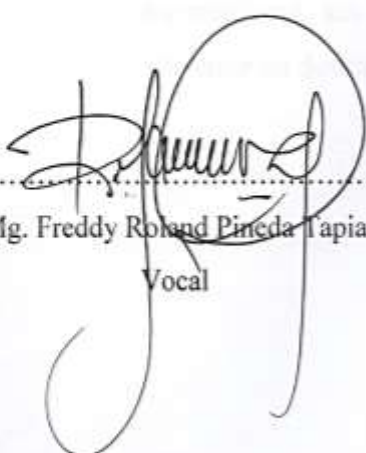
.....

Dr. Walter Mariano Arce Villar  
Presidente



.....

Mg. Edgar Héctor Valencia Aguilar  
Secretario



.....

Mg. Freddy Roland Pineda Tapia  
Vocal

A mis queridos padres, por su amor incondicional, sus consejos constantes y por alimentar mi determinación día tras día.

**Lidia**

## **AGRADECIMIENTO**

A la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Cavero Ovalle”, por haberme formado durante este periodo en sus aulas, ofreciendo su aprendizaje mediante las docentes de Educación Inicial Intercultural Bilingüe.

Así mismo, a todos los docentes por compartir su sabiduría y experiencia, por su dedicación, paciencia y guía constante han sido fundamental para mi crecimiento diario como educadora.

A la Mg. Mayhua Quispe, Frida asesora principal de este trabajo de investigación, expreso mi más sincero agradecimiento por su orientación y apoyo a lo largo del proceso de elaboración de este estudio descriptivo. Su experiencia y conocimientos fueron un recurso invaluable que me permitió llevar a cabo un trabajo de calidad y alcanzar los objetivos propuestos.

A la señora directora, a su plana de docentes y los estudiantes de la I.E.I. N°429-25 “San Juan de Miraflores”- Huanta, por haberme permitido el acceso a sus instalaciones, recursos y datos que ha sido de gran importancia, además la colaboración en la ejecución del trabajo investigativo.

De igual manera a los padres de familia y a la comunidad por formar parte de esta travesía investigativa.

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTENCIDAD

Yo, Lidia Urpi Romani con DNI. N° 73962932, egresada del Programa de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Caveró Ovalle” de Huanta, autora del trabajo de Investigación titulada: Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025, Ley del Procedimiento Administrativo General y demás normas conexas, declaro Bajo Juramento lo siguiente:

1. El Trabajo de Investigación es de mi autoría.
2. He respetado las normas técnicas para la formulación de trabajo académico; por lo tanto, el trabajo no ha sido plagiado en ninguna de sus partes.
3. Los datos presentados, así como los resultados, son reales y no han sido falseados total o parcialmente. Consiguientemente, dichos resultados constituirán un aporte a la realidad investigada.
4. En caso de detectarse fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (presentar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las sanciones que la Ley dispone.

Si, el presente trabajo de investigación fuese aprobado para su publicación en una revista institucional u otro documento de difusión, autorizo a la Escuela, la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga esta casa superior de estudios.

Huanta, 02 de julio de 2026



Lidia Urpi Romani

DNI. N° 73962932

## **PRESENTACIÓN**

Estimados miembros del Jurado Evaluador, presento el trabajo de investigación de tipo básica, nivel descriptivo y enfoque cuantitativo titulada: Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025, con el objetivo de describir las características de las loncheras saludables de los niños y niñas en la Institución Educativa Inicial, así mismo en Cumplimiento del Reglamento de Investigación y Titulación de la Escuela Superior Pedagógica Pública “José Salvador Cavero Ovalle” se presenta dicha investigación para obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación.

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación y satisfacer las expectativas de la investigación.

**La Autora**

## ÍNDICE GENERAL

|                                        |       |
|----------------------------------------|-------|
| PÁGINA PRELIMINAR.....                 | ix    |
| DEDICATORIA.....                       | x     |
| AGRADECIMIENTO .....                   | xi    |
| DECLARACIÓN JURADA DE AUTENCIDAD ..... | xii   |
| PRESENTACIÓN .....                     | xiii  |
| ÍNDICE GENERAL.....                    | xiv   |
| ÍNDICE TABLAS .....                    | xvii  |
| ÍNDICE DE ANEXOS .....                 | xviii |
| RESUMEN .....                          | xix   |
| ABSTRAC.....                           | xx    |
| PISI QILLQAY .....                     | xxi   |
| INTRODUCCIÓN.....                      | xxii  |

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| 1.1. Descripción del Problema.....                           | 24 |
| 1.2. Formulación del Problema .....                          | 26 |
| 1.2.1. <i>Problema General</i> .....                         | 26 |
| 1.2.2. <i>Problemas Específicos</i> .....                    | 26 |
| 1.3. Justificación e Importancia.....                        | 26 |
| 1.3.1. <i>Justificación de Valor Teórica</i> .....           | 26 |
| 1.3.2. <i>Justificación por Implicancias Prácticas</i> ..... | 27 |
| 1.3.3. <i>Justificación por Utilidad Metodológica</i> .....  | 27 |
| 1.4. Objetivos.....                                          | 27 |
| 1.4.1. <i>Objetivo General</i> .....                         | 27 |
| 1.4.2. <i>Objetivos Específicos</i> .....                    | 27 |

## CAPÍTULO II

## **MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN**

|        |                                                                |    |
|--------|----------------------------------------------------------------|----|
| 2.1.   | Antecedentes del Problema .....                                | 28 |
| 2.1.1. | <i>Internacional</i> .....                                     | 28 |
| 2.1.2. | <i>Nacional</i> .....                                          | 30 |
| 2.1.3. | <i>Regional</i> .....                                          | 31 |
| 2.2.   | Bases Teóricas .....                                           | 32 |
| 2.2.1. | <i>Loncheras Saludables</i> .....                              | 32 |
| 2.3.   | Definición de Términos Básicos .....                           | 40 |
| 2.4.   | Variables, Dimensiones e Indicadores .....                     | 41 |
| 2.5.   | Definición Conceptual.....                                     | 41 |
| 2.6.   | Definición Operacional .....                                   | 42 |
| 2.7.   | Operacionalización de la Variable.....                         | 42 |
| 2.8.   | Matriz de Operacionalización de las Variables de Estudio ..... | 43 |

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

|        |                                                      |    |
|--------|------------------------------------------------------|----|
| 3.1.   | Tipo y Nivel de Estudio.....                         | 44 |
| 3.1.1. | <i>Tipo de Estudio</i> .....                         | 44 |
| 3.1.2. | <i>Nivel de Investigación</i> .....                  | 44 |
| 3.2.   | Método de Estudio.....                               | 45 |
| 3.3.   | Diseño de Investigación Descriptiva Simple.....      | 45 |
| 3.4.   | Población Censal .....                               | 46 |
| 3.5.   | Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos..... | 46 |
| 3.5.1. | <i>Técnica</i> .....                                 | 46 |
| 3.5.2. | <i>La Técnica de Observación</i> .....               | 46 |
| 3.6.   | Validez y Confiabilidad.....                         | 46 |
| 3.6.1. | <i>Validez</i> .....                                 | 47 |
| 3.6.2. | <i>Confiabilidad</i> .....                           | 47 |

|      |                                                                      |    |
|------|----------------------------------------------------------------------|----|
| 3.7. | Técnicas de Procesamiento y Análisis e Interpretación de Datos ..... | 48 |
| 3.8. | Aspectos Éticos .....                                                | 48 |

## **CAPÍTULO IV**

### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

|                       |                                                    |    |
|-----------------------|----------------------------------------------------|----|
| 4.1.                  | Presentación y Descripción de los Resultados ..... | 50 |
| 4.2.                  | Discusión de Resultados.....                       | 53 |
| CONCLUSIONES.....     |                                                    | 57 |
| RECOMENDACIONES ..... |                                                    | 58 |
| REFERENCIAS .....     |                                                    | 59 |
| ANEXOS .....          |                                                    | 64 |

## ÍNDICE TABLAS

|                                                                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1 Resultado de contenido de instrumentos por juicio de expertos .....                                                 | 47 |
| Tabla 2 Resultados de procesamiento de datos.....                                                                           | 48 |
| Tabla 3 Resultado de alfa de Cronbach.....                                                                                  | 48 |
| Tabla 4 Resultados de las loncheras saludables de los niños de educación inicial .....                                      | 50 |
| Tabla 5 Resultados de valor nutricional en loncheras saludables de los niños de educación inicial.....                      | 51 |
| Tabla 6 Resultados de la higiene y manipulación de alimentos en loncheras saludables de los niños de educación inicial..... | 51 |
| Tabla 7 Resultados de la diversidad y aceptabilidad en loncheras saludables de los niños de educación inicial .....         | 52 |
| Tabla 8 Resultados de las loncheras saludables en los niños de educación inicial .....                                      | 52 |

## ÍNDICE DE ANEXOS

|                                                                                   |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Anexo 1 RD de Aprobación del Proyecto de Investigación.....                       | 65 |
| Anexo 2 RD de Expedito del Trabajo de Investigación. ....                         | 69 |
| Anexo 3 RD de Fecha de Sustentación del Trabajo de Investigación.....             | 72 |
| Anexo 4 RD de Designación de Jurados. ....                                        | 74 |
| Anexo 5 Matriz de consistencia. ....                                              | 76 |
| Anexo 6 Matriz Operacionalización de variable. ....                               | 77 |
| Anexo 7 Matriz instrumental.....                                                  | 78 |
| Anexo 8 Instrumento de Recolección de Datos. ....                                 | 79 |
| Anexo 9 Validación por Juicio de Expertos .....                                   | 81 |
| Anexo 10 Prueba de Confiabilidad del Instrumento. ....                            | 84 |
| Anexo 11 Matriz de Datos.....                                                     | 85 |
| Anexo 12 Constancia de Autorización por la I.E.I que Autoriza la Aplicación. .... | 86 |
| Anexo 13 Evidencias Fotográficas. ....                                            | 87 |

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo general describir las características de las loncheras saludables de los niños y niñas en la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025. El estudio corresponde a una investigación básica de nivel descriptivo, con un enfoque cuantitativo, un diseño descriptivo simple y con el método descriptivo, inductivo y deductivo. Se trabajó con una población censal de 15 niños. Para la recolección de datos, se empleó la técnica de observación y como instrumento se utilizó la ficha de observación. La validez del instrumento se verificó mediante el juicio de expertos, mientras que su confiabilidad fue evaluada estadísticamente con el Alfa de Cronbach. Los resultados principales muestran la frecuencia de la variable "Loncheras saludables", el 60% (9 niños) de la muestra cuenta siempre con una lonchera saludable, mientras que el 40% (6 niños) la presenta solo a veces. En conclusión, estos resultados significan que, si bien la mayoría de los estudiantes cumple con el hábito de llevar alimentos adecuados, existe un porcentaje considerable que aún no mantiene esta conducta de forma constante. Esto es relevante dado que la lonchera es esencial para brindar la energía necesaria durante la jornada escolar y evitar problemas como el bajo rendimiento o la desnutrición.

**Palabras Clave.** Loncheras Saludables, valor nutricional, higiene y manipulación de alimentos y diversidad y aceptabilidad

### **ABSTRAC**

This research aimed to identify the characteristics of healthy lunchboxes among children at the "San Juan de Miraflores" Early Childhood Education Institution in Huanta, 2025. A basic, descriptive, quantitative educational study was conducted using a non-experimental design and deductive statistical methods. The study included a census sample of 15 children from the aforementioned Early Childhood Education Institution, selected using purposive non-probability sampling. Data was collected through observation using an observation checklist. The instruments validity was verified through expert judgment, while its reliability was statistically assessed using Cronbach's alpha. The main results show the frequency of the "Healthy Lunchboxes" variable: 60% (9 children) of the sample always had a healthy lunchbox, while 40% (6 children) only sometimes had one. In conclusion, these results indicate that while most students regularly bring appropriate food to school, a significant percentage do not yet consistently maintain this practice. This is relevant because a packed lunch is essential for providing the necessary energy during the school day and preventing problems such as poor performance or malnutrition.

**Keywords.** Healthy Lunches, Nutritional Value, Food Hygiene and Handling, Diversity and Acceptability

### PISI QILLQAY

Kay ñawpaq yachay maskay llamkayqa munarqan riqsichiya imayna kasqanta allin mikuna lonchera wawakunapa, warmakunapa ima, Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” Huanta llaqtapi, 2025 watapi. Kay yachayqa karqan yachaymanta básica laya, descriptivo nivel, cuantitativo nisqawan, mana experimental diseño nisqawan, hinallataq método descriptivo, inductivo e deductivo nisqawan. Llamkarqan huk población censal, chayqa 15 wawakunamanta, warmakunamanta ima, ñawpaqpi rimarisqa Institución Educativa Inicial. Yachay willakuykunata huñunaypaq, observación técnica nisqata llamkachirqan, hinallataq instrumento hina ficha de observación nisqata apamurqan. Instrumentopa validez hawasqa karqan expertos juicio ninwan, chaymanta confiabilidad estadísticamente tupusqa karqan Alfa de Cronbach nisqawan. Hatun resultado rikuchin “Loncheras saludables” variable frecuencia 60% (9 wawakuna) sapa kuti apamunku allin mikhuna lonchera, ichaqa 40% (6 wawakuna) wakin kutillapi apamunku. Tukuykunapi, kay resultado ninmi aswan achka yachaqquna huntanku allin mikhuna apay yachayninta, ichaqa kanraqmi huk aswan hatun porcentaje mana sapa kuti kay rurayninta waqaychanachu. Kayqa ancha importante, imaraykuchus lonchera kallpata qun yachay punchaykuna tukuykama, hinallataq harkan mana allin yachay ruwanakunata utaq desnutrición nisqata.

**Palabras Clave.** Allin mikhuna lonchera, valor nutricional, mikhunapa higiene hinallataq allin makiywan hapiy, imaymana mikunakuna hinallataq chaskisqa kaynin.

## INTRODUCCIÓN

El objetivo de este estudio fue describir las características de las loncheras saludables de los niños y niñas ya que, representan un útil para fomentar una alimentación equilibrada, sobre todo en escolares y adolescentes, que necesitan una nutrición adecuada para su desarrollo físico y mental. Al respecto Burdette y Whitaker (2005) señalan que la evidencia científica ha demostrado que la elección adecuada de alimentos para las loncheras escolares puede impactar en el rendimiento escolar y la salud en general de los estudiantes. De igual modo Herrera (2024) señalan que, las loncheras representan una forma frecuente de garantizar que los niños y adolescentes consuman alimentos fuera de casa, y su contenido se debe enfocar en aportar los nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo. También Sánchez y Martines (2020) indican que, a menudo, estas loncheras están llenas de alimentos ultra procesados, los cuales se asocian con problemas de salud como la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles.

Es por ello que esta investigación descriptiva aborda la variable “loncheras saludables” para describir sus características en un contexto educativo determinado. Por ser un estudio descriptivo, se pretende describir cómo se manifiesta esta variable en la población estudiada, sin manipularla, entregando información descriptiva que pueda ser utilizada para futuras intervenciones y programas de promoción de la salud escolar.

Las razones expuestas de la situación problemática motivaron esta investigación, titulada: Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.

El contenido del presente trabajo de investigación está estructurado en cuatro capítulos: Capítulo I, comprende el planteamiento del problema, se aborda lo referente a

la identificación y descripción del problema formulación del problema, objetivos de la investigación, justificación de la investigación y limitaciones. El capítulo II, consigna el marco teórico, fundamentación de la investigación, se desarrolla el marco teórico en el que se explican estudios ya realizados, teniendo en cuenta la variable de investigación, de igual manera definición de términos básicos y el cuadro operacional. En el capítulo III, se presentó método de investigación, tipo y nivel de estudio, diseño del estudio, población, muestra, métodos y herramientas de recolección de datos y procedimiento de investigación. En el capítulo IV, se describe la presentación y descripción de los resultados estadísticos, a nivel descriptivo, concluyendo con la discusión de resultados. Finalmente, se redacta las conclusiones basadas en los descubrimientos detallados en lo anterior, en relación con los objetivos formulados para la investigación. Del mismo modo, se presentan las recomendaciones de acuerdo a las conclusiones y los anexos.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Descripción del Problema**

La lonchera saludable es sinónimo de salud y bienestar, asimismo, son una fuente de energía muy esencial sobre todo en edades tempranas como 3, 4 y 5 años en la educación inicial. Una buena alimentación contribuye a la atención, motivación y aprendizaje significativo. Sin embargo, existe un problema en este aspecto porque se evidencia cifras alarmantes de obesidad, sobre peso y mal nutrición en niños de edades tempranas y asimismo en adolescentes de la educación básica regular.

En el plano internacional, según datos y cifras estadísticas recopilados por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), nos señala que 149 millones de niños menores a 5 años, sufrían de un retraso de crecimiento, es decir, eran muy pequeños para la edad que tenían. Por otro lado, 45 millones de niños y niñas sufrían de emaciación, es decir, que eran muy delgados para la estatura que poseían. Para terminar, 37 millones de niños y niñas tenían sobrepeso u obesidad, esto implica un problema para su desarrollo integral tanto física, emocional y psicológica que tienen que ver con el aprendizaje. A causa de este problema, se han registrado cifras de defunciones de niños y niñas menores a 5 años en todos los países del mundo que tienen que ver con la desnutrición. Frente a esta problemática, la OMS, desde el año 2016 hasta la fecha, ha colaborado con estados miembros y asociados para contrarrestar la nutrición y sus diferentes dimensiones como la obesidad, el sobrepeso y la anemia, dando acceso universal a intervenciones nutricionales, dietas y sistemas de alimentación saludable y sostenible para todos los países del mundo.

En el plano nacional, nuestro país no es ajeno ante esta problemática porque según el Sistema de Información de Estado Nutricional (SIEN) con el Sistema de Información Gerencial en Salud (HIS) (2024), nos muestra cifras, datos estadísticos y porcentajes de niños y niñas menores a 5 años que acceden a establecimientos de salud con respecto a su estado nutricional. El 15,8 % de niños y niñas sufren de desnutrición crónica, el 5,6% de niños y niñas padecen de sobrepeso, mientras que el 1,7% de niños y niñas tienen obesidad y para finalizar estos datos, el 1,9% de niños y niñas menores de 5 años, sufren de una desnutrición aguda. Como se evidencia, en el Perú hay un serio problema con respecto al estado nutricional de los niños y niñas menores a 5 años, puesto que ellos están en la etapa de crecimiento, de formación integral y aprendizaje constante, que, a causa de este problema, no rinden adecuadamente en la escuela, tienden a enfermarse, desertan de la escuela y en el peor de los casos tienden a fallecer.

En la región Ayacucho, también existen datos, cifras estadísticas y porcentajes que evidencian el problema explicado anteriormente. El Informe Gerencial SIEN HIS (2023), evidencia que un 18.9% de niños y niñas menores a 5 años, tienen desnutrición crónica, un 1.1% de niños y niñas menores a 5 años, padecen de una desnutrición aguda, de sobrepeso tenemos la cifra de 4.2% en niños y niñas menores de 5 años de edad, por otro lado, se señala un 22.2% de niños y niñas menores a 5 años de edad que padecen de anemia. Es importante tomar en cuenta una buena alimentación para evitar consecuencias de su consumo, puesto que una ración de comida saludable tiene muchos nutrientes que el cuerpo utiliza como energía para distribuirlos por todo el sistema durante una jornada laboral, escolar o diaria. García (2017), señala que consumir alimentos balanceados, hace que será placentera su consumo y de esta manera puedan cumplir su jornada escolar, teniendo mejora en su rendimiento académico haciendo uso de su lonchera saludable.

En el ámbito local, una investigación correspondiente al año 2019, realizada por la Unidad Ejecutora Red de Salud Ayacucho Norte (UERSAN), evidenció que el 46% de niños y niñas menores a 5 años de edad, no se alimentan adecuadamente y que los mismos padecen de anemia, desnutrición y sobrepeso. Esta problemática se observó en la Institución Educativa Inicial N.º429-25/Mx- P “San Juan de Miraflores”-Huanta, porque se evidenció que los niños y niñas de 5 años del aula “Chaska”, no traen comidas saludables en su lonchera, sino más bien por el contrario, traen gaseosas, chicles, galletas embolsadas y demás cosas que no son saludables, por ende, se sugiere contrarrestar este hábito no saludable.

Las causas principales de esta problemática son el desconocimiento nutricional que poseen los alimentos, un mal hábito alimenticio por parte de los padres e hijos, medios de comunicación que promocionan alimentos no saludables o chatarras y la falta de actividad física como principal medio para un buen desarrollo integral de los niños y niñas en edades tempranas.

Como consecuencias principales, se registran enfermedades como el sobrepeso, la obesidad, la desnutrición y la anemia. En el peor de los casos puede conducir a la muerte del niño o niña que padece este problema. Por otro lado, se evidencia la falta de atención, la falta de motivación, dificultad aprender y retener información, como conclusión un deficiente desempeño escolar.

## **1.2. Formulación del Problema**

### **1.2.1. Problema General**

¿Cuál es nivel de las características presentan las loncheras saludables de los niños y niñas en la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

- ¿Cuál es el nivel del valor nutricional de las loncheras saludables en los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025?
- ¿Cuál es el nivel de las prácticas de higiene y manipulación de alimentos se observa en las loncheras saludables de los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025?
- ¿Cuál es el nivel de diversidad y aceptabilidad de alimentos que presentan los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025?

## **1.3. Justificación e Importancia**

### **1.3.1. Justificación de Valor Teórica**

Con este trabajo investigativo se buscó hacer una investigación bibliográfica correspondiente a la lonchera saludable y al aprendizaje significativo, con el fin de llenar un vacío en el conocimiento humano, hacer comparaciones con diferentes teorías, refutar una investigación y/o apoyar una teoría ya existente sobre esta problemática. Por ende, este trabajo servirá también a futuras exploraciones o estudios similares.

### **1.3.2. *Justificación por Implicancias Prácticas***

El presente trabajo investigativo, tuvo por objetivo contrarrestar este problema, asimismo determinar la influencia de la incorporación de las loncheras saludables en el desarrollo del aprendizaje de conceptos en niños y niñas de 5 años de la Institución Educación Inicial “San Juan de Miraflores” – Huanta, 2025. En el cual se plasmarán datos sobre la lonchera saludable y el aprendizaje significativo, los mismos que servirán de información contundente y objetiva.

### **1.3.3. *Justificación por Utilidad Metodológica***

Es metodológico porque durante el proceso de estudio, surgió nuevos instrumentos de recolección de datos, métodos de aplicación, técnicas de proceso de datos e información de acuerdo a los objetos de estudio, por otro lado, se presentó información bibliográfica de los variables de estudio, asimismo, se hizo uso de herramientas tecnológicas e instrumentos de acopio de datos ya existentes para el presente estudio.

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1. *Objetivo General***

Describir el nivel de las características de las loncheras saludables de los niños y niñas en la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.

### **1.4.2. *Objetivos Específicos***

- Describir el nivel del valor nutricional de los alimentos que presentan las loncheras saludables de los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.
- Describir el nivel de las prácticas de higiene y manipulación de alimentos en las loncheras saludables de los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.
- Describir el nivel de la diversidad y aceptabilidad de alimentos incluidas en las loncheras saludables de los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

#### 2.1. Antecedentes del Problema

Valderrama y Jaimes (2019) afirma que, para determinar el enfoque metodológico de esta investigación, se lleva a cabo una revisión de antecedentes que tiene como objetivo condensar los estudios anteriores vinculados al problema propuesto, reconociendo los enfoques y métodos utilizados en investigaciones previas.

##### 2.1.1. Internacional

Tingo (2024) trabajo investigativo titulado *Los hábitos alimenticios y la lonchera saludable de los niños de inicial 2 paralelo “A” de la Unidad Educativa “Dr. Gabriel García Moreno” del cantón Guano, provincia de Chimborazo*. Tesis para optar el título de Licenciada en Educación Inicial en la Universidad Nacional de Chimborazo – Ecuador. Tuvo como objetivo resaltar la importancia de los hábitos alimenticios y la lonchera saludable en los niños de inicial. La metodología en la investigación tuvo un enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo con un alcance documental, diseño no experimental: descriptivo, la población y la muestra de estudio fue 26 estudiantes. Para la recolección de datos, la técnica fue la observación directa y el instrumento la ficha de observación. Los resultados revelaron los aspectos positivos, evidenciando que los niños han adoptado hábitos alimenticios saludables, lo cual se refleja en el contenido equilibrado, variado y colorido de sus loncheras. Sin embargo, también se identificaron aspectos negativos como la falta de implementación de bebidas saludables y dificultades en algunos niños para servirse la lonchera, lo que podría impactar en su forma general de alimentarse. Se concluye que los niños han adoptado hábitos alimenticios saludables,

reflejados en loncheras equilibradas, variadas y coloridas. No obstante, se requiere abordar la falta de bebidas saludables y las dificultades en los hábitos alimenticios al momento de servirse la lonchera

.Herrera (2024) trabajo investigativo titulado *La Lonchera Saludable en el Desarrollo Cognitivo de los niños de 4 a 5 años en el Centro de Educación Inicial Pekelandia, Ciudad de Riobamba*. Tesis para optar al título de Licenciada en Ciencias de la Educación Inicial en la en la Universidad Nacional de Chimborazo – Ecuador. El objetivo fue analizar los tipos de alimentos de la lonchera saludable que fortalecen el desarrollo cognitivo en los niños. La metodología en la investigación fue de un enfoque cualitativo, el tipo fue de campo, nivel y diseño fue descriptivo, la población y muestra fue censal con 26 estudiantes. Para la recolección de datos, la técnica fue la observación y el instrumento la ficha de observación. Los resultados de la ficha de observación permitieron conocer el contexto en el que se desenvuelven los infantes y analizar los tipos de alimentos que conforman sus loncheras. Se concluyo que la lonchera saludable es de gran importancia en el desarrollo cognitivo de los niños y niñas, siendo esta la razón para que tanto los padres de familia como la sociedad en general fomenten una alimentación saludable en los niños y niñas.

Quishpi (2023) trabajo investigativo titulado *La lonchera escolar para el desarrollo cognitivo de los niños del nivel inicial 2 de la Unidad Educativa “21 de abril” ciudad Riobamba, provincia de Chimborazo*. Tesis para optar al título de licenciatura en Educación Inicial en la en la Universidad Nacional de Chimborazo – Ecuador. El objetivo fue determinar la importancia de la lonchera escolar para el desarrollo cognitivo del nivel inicial. La metodología en la investigación fue de un enfoque cualitativo de tipo descriptivo y transversal, diseño no experimental, la población y muestra de estudio es de 17 estudiantes. Para la recolección de datos, la técnica fue la observación y el instrumento la ficha de observación. Los resultados obtenidos mediante la ficha de observación determinaron que se necesita trabajar aún más, sobre todo con los padres de familia que desconocen la importancia de los beneficios de una correcta alimentación en la etapa de desarrollo. Se concluye que existe desconocimiento por parte de los padres sobre la importancia de una correcta alimentación en la etapa de desarrollo, por lo que se requiere seguir trabajando con ellos.

### 2.1.2. Nacional

Sulca (2024) en su trabajo investigativo *Conocimiento de las loncheras saludables*. Tesis para optar el título de profesora en Educación Inicial en el Instituto de Educación Superior Pedagógico Privado “Shiller Goethe – Perú. Tuvo como objetivo determinar el nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables que poseen los niños y niñas de 5 años en la Institución Educativa San Agustín. La investigación fue de un enfoque cuantitativo, de tipo básica, nivel descriptivo, diseño descriptivo simple. La población y muestra de estudio fue censal con 26 niños de 5 años. En cuanto a la recolección de datos, la técnica fue la encuesta con un instrumento de un cuestionario. Los resultados evidenciaron una significancia asintótica de 0,000 ( $p < 0,05$ ), indicando un nivel alto de conocimiento sobre las loncheras saludables en los niños y niñas de 5 años de la Institución Educativa San Agustín. Asimismo, se observó que la mayoría de los estudiantes identificaba adecuadamente los alimentos que conforman una lonchera saludable. La investigación concluyó que los niños y niñas presentan un alto nivel de conocimiento sobre las loncheras saludables, evidenciado por una significancia asintótica de 0,000 ( $p < 0,05$ ). Se destaca la importancia de fortalecer y mantener la educación alimentaria desde la primera infancia para consolidar hábitos de alimentación saludable.

.Cabrera et al. (2023) en su trabajo investigativo *La práctica de hábitos alimenticios saludables en niños de 3 años de las instituciones educativas N° 1575, N° 039 y N° 001 de Jaén* Tesis para optar el Grado de bachiller en Educación en la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “Víctor Andrés Belaunde” Jaén – Perú. Tuvo como objetivo describir las características de los hábitos alimenticios de los niños de 3 años relacionado a la competencia construye su identidad. La metodología empleada en la investigación fue de tipo y diseño descriptiva comparativa, nivel comparativo, la población y la muestra fue de 41 estudiantes. En cuanto a la recolección de datos, la técnica fue la observación con un instrumento de ficha de evaluación. Los resultados revelan que la mayor parte de los niños evaluados (51 %) siempre tienen conocimiento sobre la importancia de los alimentos saludables, mientras que el 14 % no lo tienen. El 41 % siempre identifica cuáles son los alimentos saludables y no saludables y los nombran. Por otro lado, el 51 % consumen alimentos saludables y balanceados y el 17 % no lo hacen. Se concluye que la mayoría de los niños evaluados (51%) tienen conocimiento sobre la importancia de los alimentos saludables y los consumen, mientras que un porcentaje menor (14% al 17%) no lo hace.

Banda (2024) en su trabajo investigativo *Alimentos saludables y calidad de vida de estudiantes de una institución educativa de Sachapoyas*. Tesis para optar el título de segunda especialidad en: Políticas Educativas y Gestión Pública en la Universidad César Vallejo – Perú. Tuvo como objetivo proponer un programa de alimentos saludables en la calidad de vida de los estudiantes. La metodología empleada en la investigación fue no experimental, enfoque cuantitativo de tipo básica, diseño descriptivo – propositivo. La población y la muestra de estudio fue 60 estudiantes del primer al quinto grado de secundaria. En cuanto a la recolección de datos, la técnica fue la encuesta con un instrumento de un cuestionario. Los resultados mostraron que el 10.34% se encuentra en un nivel mala de calidad de vida, el 52.32% en un nivel regular y el 37.34% se encuentra un nivel bueno. Se concluyó que para mejorar la calidad de vida de los estudiantes de la institución educativa Sachapoyas, se tiene que implementar el programa de alimentos saludables teniendo en cuenta sus cinco dimensiones de la variable calidad de vida.

### **2.1.3. Regional**

Ayme (2024) trabajo investigativo titulada *Conocimientos sobre alimentación saludable y calidad de loncheras preparadas por madres de preescolares de la Institución Educativa Ana María Rivier, Ayacucho*. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería en la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga. El objetivo fue determinar la relación entre los conocimientos sobre alimentación saludable y la calidad de loncheras preparadas por las madres de preescolares. La metodología en la investigación fue de un enfoque cuantitativo, tipo aplicada, nivel descriptivo, con un diseño no experimental, la población y muestra de estudio fue de 30 madres. Para la recolección de datos, la técnica fue la entrevista y la observación y el instrumento un cuestionario y la lista de cotejo. Los resultados muestran el nivel de conocimientos de alimentación saludable de madres de preescolares fue: 43.3% regular, 36.7% bajo y 20.0% alto. La calidad de loncheras preparadas por madres de preescolares fue: 56.7% de calidad poco saludable, 30% saludables y 13.3% no saludable. Se concluyó que se identificó una relación de baja intensidad entre el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y la calidad sensorial de la lonchera ( $p = 0,458 < 0,5$ ) y la calidad nutritiva ( $p = 0,248$ ). No se encontró relación significativa con la calidad sanitaria ( $p = 0,609 > 0,5$ ) ni con la calidad económica ( $p = 0,726 > 0,5$ ) de las loncheras.

## **2.2. Bases Teóricas**

### **2.2.1. *Loncheras Saludables***

La palabra “lonchera” proviene del vocablo en inglés “lunch” que significa en otras palabras como “almuerzo”, la misma que también es usada frecuentemente para relacionarse al refrigerio en que los infantes y adolescentes transportan alimentos en cualquier recipiente seguro a sus instituciones educativas para su consumo y buena alimentación (Valdivia, 2017)

La lonchera saludable establece una ración muy esencial en la dieta cotidiana de los infantes y adolescentes, especialmente en los jardines, siendo un factor muy importante en su alimentación. El propósito fundamental de la lonchera escolar es resguardar las necesidades nutricionales durante toda la jornada educativa, lo cual al ingerirlas brinda energía y una suma de nutrientes que conceda el desarrollo corporal, psicológico y emocional en los niños y niñas.

Según la Organización Panamericana de la Salud (2001) menciona que “las loncheras dentro de los centros educativos son componentes esenciales en la alimentación de los alumnos, debido al tener una buena nutrición, tendrán un positivo rendimiento y concentración en la jornada escolar” (p. 14).

Por ello una lonchera saludable al contener alimentos, obtienen un valor significativo en la nutrición y su consumo en los estudiantes hace que consigan y generen una óptima y benéfica concentración y rendimiento académico en sus instituciones educativas, además la lonchera nutritiva contribuye a recuperar energías con el propósito de ejecutar actividades distintas ya sean en la recreación, educación física, en los deportes y la atención en las aulas.

Además, la lonchera saludable debe ser cuidadosamente balanceada y apropiada en diferentes etapas del desarrollo humano (edad), estado de salud, durante la actividad física y el entorno sociocultural del escolar. Igualmente, se debe fomentar los buenos hábitos alimenticios con el fin de evitar otros alimentos que no son buenos para la salud (bebidas azucaradas).

En respecto a lo mencionado anteriormente, según Aristizábal et al., (2011) nos indica que:

Para optar una mejor vida saludable en nuestras vidas, es necesario la práctica de actividades y una apropiada alimentación balanceada, lo cual beneficia a la salud. Sin embargo, en cada ser humano existe factores que no pueden ser transformadas y las mismas son influyentes ya sea en la edad o nivel formativo, aunque, por otra parte, también existe factores que pueden ser rectificadas como, los hábitos alimenticios y la preparación de los alimentos para las loncheras, que contribuye a la mejoría en la salud. (p. 16 – 23)

**Fundamentos Nutricionales.** Según Capillo (2019) señala que las loncheras saludables son alimentos naturales y su preparación debe ser a base de frutas, verduras, lácteos, cereales, etc. y que se consumen dentro de las primordiales comidas, pero que estas no sustituyen al desayuno, almuerzo y la cena. Es fundamental su consumo en edades preescolares (educación inicial) debido a que estos alimentos sacian sus insuficiencias nutricionales y energéticas, contribuyendo en su desarrollo, rendimiento y crecimiento.

Por su parte, la OMS (2020) detalla que, en el desarrollo del ser humano, la dieta saludable en la lonchera debe incluir: Frutas, las verduras, cereales integrales y esencialmente los frutos secos. Las grasas saturadas, azúcares deben ser limitados al ser consumidas. El consumo de agua debe ser una fuente muy importante en la hidratación.

Dentro de la lonchera saludable, debe estar organizada y equilibrada entre el 15% hasta el 20% de los requisitos energéticos frecuentes del infante (FAO, 2014).

Según Coronel (2023) una lonchera saludable debe proveer entre el 10% a 15% de un valor nutritivo cotidianamente, es decir, los alimentos preparados deben muy energéticos para que los escolares realicen con total normalidad sus actividades diarias tanto en su recreación como en distintos ámbitos educativos.

**Clasificación de los Alimentos en la Lonchera.** En la nutrición, los alimentos se categorizan en tres partes fundamentales dentro de la lonchera saludable, las cuales son:

***Alimentos Energéticos.*** El cuerpo necesita mucha energía para apoyar la nutrición, incluyendo a los niños en edad escolar que necesitan realizar mucha actividad física y mental vigorosa. Los carbohidratos y las grasas nutritivas son la fuente principal de vitalidad para el cuerpo humano, según lo determinado por la Organización Mundial de la Salud (2020). Todos esos platos son esenciales para la concentración, el rendimiento

escolar y la energía durante el día. Además, la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2019) destaca que la dieta de un niño debe consistir en granos enteros, tubérculos y frutos secos. Además, una dieta adecuada ayuda a evitar la fatiga y promueve un crecimiento corporal perfecto. Su inclusión en la lonchera escolar es vital para satisfacer las necesidades más urgentes del niño.

***Alimentos Formadores.*** La arquitectura del cuerpo humano a través de los alimentos. Los alimentos arquitectos son vitales para el crecimiento y desarrollo de los tejidos corporales debido a sus ricas fuentes de proteínas de origen animal y vegetal. Estos alimentos son esenciales para el desarrollo de músculos, huesos y órganos en los niños (Rivera, 2013). Además, la Organización Mundial de la Salud (2020) afirma que una dieta equilibrada de proteínas es un componente clave para promover el crecimiento general y evitar la desnutrición. Los nutrientes principales son carnes magras, huevos, lácteos y legumbres. Estos también reconstruyen tejidos dañados y fortalecen el cuerpo. Por lo tanto, es imperativo que estén presentes en la lonchera para un crecimiento saludable y duradero.

***Alimentos Reguladores.*** Nutrientes vigilantes. Los alimentos equilibrantes son aquellos ricos en todo tipo de vitaminas, minerales y fibra también, y nutrientes que importan para el equilibrio, para mantener el cuerpo equilibrado de maneras vitales para que tu cuerpo reciba el mejor cuidado que merece, así como la prevención de enfermedades. La ONU para la Nutrición y la Agricultura (2019) informó que comer frutas y verduras apoya la inmunidad del sistema inmunológico y mejora la digestibilidad. Estas delicias alimenticias armonizan algunas funciones importantes: flujo sanguíneo, digestión y homeostasis de nutrientes. Además, su inclusión regular en la ingesta dietética de los niños es recomendada por la OMS (2020). Además, la fibra en estos alimentos ayuda en los trastornos digestivos y mejora la vitalidad intestinal. De hecho, los alimentos reguladores son esenciales para los seres humanos cuando se trata de salud y calidad de nutrientes, por lo que es un elemento crítico y esencial en la lonchera.

***Hidratación.*** La hidratación adecuada es igualmente importante para los niños, porque el agua asegura que el equilibrio de fluidos en el cuerpo sea saludable y que los sistemas corporales funcionen de manera adecuada. Una sugerencia paralela de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2019) es que se debe preferir beber agua a las bebidas azucaradas. La hidratación insuficiente

puede llevar a fatiga, dolores de cabeza y mala atención. También juega un papel en la regulación de la temperatura corporal. Así que proporcionar agua o bebidas naturales en la lonchera se vuelve vital para que un niño esté saludable.

De acuerdo a lo definido y detallado, una lonchera saludable es un factor vital y fundamental que contribuye en la nutrición en los menores como parte de su dieta sana y segura, las cuales deben contener alimentos formadores, reguladores y nutritivos para su desarrollo integral.

***Importancia de la Alimentación Escolar.*** El autor Herrera (2024) nos señala la importancia que posee una lonchera saludable, debido a que su objetivo es brindar nutrientes y la energía en los estudiantes, principalmente en la niñez (nivel inicial), esenciales para resguardar sus necesidades y en adelante mejoren un desarrollo favorable.

En cuanto a la importancia de los alimentos, distintas fuentes de investigaciones como también numerosos autores señalan que la alimentación saludable contribuye verdaderamente en el rendimiento físico, cognitivo, salud mental y emocional y también en la conducta del infante.

Para Bonill y Antezana (2014) destaca que, una alimentación inapropiada malogra y daña el desarrollo humano tanto en su crecimiento como en su salud, primordialmente en la etapa temprana, es por ello que la importancia de dichos alimentos sea de calidad y de cantidad adecuada dentro de la lonchera, de esa forma evita y previene una nutrición perjudicial por exceso o déficit en los nutrientes.

Por ende, un déficit lonchera escasa e insuficiente en nutrientes puede llegar a influir negativamente en la obesidad, la desnutrición, la atención como también en el bajo rendimiento escolar. Por ello es de suma importancia que las loncheras suministren fuentes energéticas en los nutrientes que posteriormente serán necesarios para contrarrestar a los factores negativos y así mejorar en su salud física, psicológica y emocional durante el tiempo de la jornada escolar completa.

**Formación de Hábitos Alimentarios.** Para la buena y correcta formación en los hábitos saludables, primordialmente se debe empezar por la infancia, debido que desde ahí empieza la adecuada formación, puesto que ellos observen las enseñanzas de diferentes fuentes sean los padres de familia, educadores y la sociedad misma. De esa manera los niños son influenciados, debido a esto, el rol de papel esencial está en el entorno, inculcar valores y hábitos dirigidos a la salud son la clave.

Al respecto, los autores Bertrand y Valdés (2017) define que los infantes con la observación aprenden directamente comportamientos alimenticios que más adelante lo imitan y repiten, por ello es importante que los padres y profesores creen y ajusten sus conductas salubres.

Para Aristizábal et al. (2011) nos menciona que para alcanzar una correcta formación en el hábito alimenticio es necesario la transformación en la conducta, cualidad, acción y también en la motivación de los individuos, con el único objetivo de conseguir una cultura preventiva y el beneficio en la salud. De acuerdo a la teoría de Nola Pender, muestra que las personas poseen conocimiento sobre los contextos que fomentan su bienestar, esto se vincula en la preparación de los alimentos para una lonchera saludable. (p. 16 – 23)

**Estrategias Efectivas para la Alimentación.** Una lonchera saludable debe contener alimentos de calidad nutritiva y balanceada, sin embargo, la lonchera deber ser llamativa o atractiva en los infantes, cosa que al abrirlos descubran unos alimentos creativos y diversos, la presentación de los alimentos es clave a edades tempranas, muestra una estimulación agradable en ellos y estarán completamente encantados y apetecible comerlos.

Con respecto, Sabbah (2019) nos indica que una lonchera también se puede entender como una merienda básica para que el niño obtenga y recompense sus necesidades energéticas y nutricionales, contribuyendo de esa manera su desarrollo en su cuerpo a base de alimentos sanos y la hidratación de bebidas seguras (agua) y no azucaradas o procesadas (gaseosa).

Por su parte, Coronel (2023) citó a la (OMS, 2017) donde nos menciona que la lonchera no es una comida primordial, sino solo una pequeña parte más de los alimentos que el infante debe consumir en su escuela durante el tiempo de receso, esto con el propósito de recobrar la energía usada en sus actividades escolares. De esa manera, la

porción de dichos alimentos para la lonchera debe tener un aspecto representativo, atractivo, distinto en sabores y formas, para despertar interés y motivar al menor a querer consumirlas.

Entonces podemos recalcar que las loncheras deben cumplir ciertos requisitos para ganarse el nombre de ser “saludables”, asimismo aportar un complemento nutricional que será de vital importancia en los infantes para su vida y su salud de forma frecuente. alguna de las estrategias efectivas para la alimentación es:

Dentro de la planificación y el preparativo se debe involucrar a los infantes.

Fomentar y promover talleres mayormente sobre las actividades que incluyan cocina saludable y la nutrición como objetivo principal.

Implementar en las escuelas la prohibición de ventas sobre los alimentos procesados.

Creación de cafetines saludables dentro de los colegios para su consumo obligatorio en toda la comunidad educativa.

La presentación de las loncheras debe ser creativas y llamativas.

**Enfoque Educativo y Proyectos de Educación Alimentaria.** Cuando se habla de lonchera saludable no solo comprende un texto sobre la nutrición, más de lo contrario, trata de la implementación de una educación integradora y justa en el ámbito social.

Por ello, Musmanno (1969) nos señala que la nutrición en la escuela es una tribuna alimenticia y el entorno muy trascendental, donde la enseñanza prima en la comunidad educativa, ellos deben ser un modelo a seguir con el fin de que los estudiantes adopten hábitos sanos que perdurarán durante toda su vida.

Por otro lado, para el autor Herrera (2024) en su proyecto titulado Edible Schoolyard nos muestra que la educación alimentaria tendría que estar incluida en el currículo de manera particular y fundamental, donde los estudiantes practiquen, cocinen y consuman los alimentos sanos y saludables, esto desarrolla en los mismos una valoración de lo que están comiendo, asimismo se desarrollen, optimicen y mejoren tanto en su rendimiento académico y sobre todo en su salud.

**Las Normativas y Políticas Públicas.** Nos brinda mayor información de cómo distintos países de todo el mundo están efectuando o implementando nuevas y valiosas políticas dirigidas a mejorar el ámbito educativo en la alimentación y reducir otros alimentos y productos procesados e industriales que son dañinos en el organismo y la salud en su totalidad. Algunos de estos países son:

**México.** implementaron una política que declara la prohibición de alimentos chatarra en los centros educativos.

**Chile.** en su decreto supremo nacional de ley 20.606 señala que se implementó el Etiquetado Nutricional en las escuelas (Ministerio de Salud, 2015).

**Perú.** en su decreto supremo N° 017-2017-SA, declaran regular el fomento y promoción de alimentos saludables en todos los colegios o instituciones.

**España.** es uno de los países que ahora implementó los comedores saludables en las escuelas, donde se prohíbe la venta de alimentos dañinos y establezcan el fomento de los alimentos frescos.

De esta manera, podemos rescatar la valiosa importancia de dichas políticas que favorecen mejorar las necesidades en todos los centros educativos en los estudiantes en respecto a su alimentación saludable y de esa forma concientizar y respaldar el mensaje educativo que se desea transmitir y que aseguren la adecuada salud escolar.

**Las Consecuencias de la Lonchera no Saludable.** Según los autores Jiménez et al. (2010) nos indica que el consumo en exceso de los alimentos industriales y ultra procesados dentro de las loncheras escolares es un aspecto que influye la negatividad en la salud, lo cual genera obesidad en los menores y eso es dañino para su desarrollo.

Dentro de los posibles riesgos malignos más destacados en la mala alimentación a contraer son: Las enfermedades crónicas con el pasar del tiempo. Conflictos en el aprendizaje y la concentración. Sobrepeso infantil en su desarrollo. Bajas defensas en el sistema digestivo. Hábitos malos en la alimentación durante la vida adulta.

Para la MINSA (2017) una de las efectivas prevenciones en la salud de problemas nutricionales es llevar a los infantes al control de desarrollo y crecimiento (CRED), ya que accede y supervisa de manera apropiada si su crecimiento es normal o si también es necesario identificar algunos aspectos de riesgo. Es un control periódicamente

organizado en actividades durante la etapa del individuo, con el fin de aconsejar que alimento debe consumir para su desarrollo.

En síntesis, la lonchera saludable en los escolares, principalmente en los menores, no solo se trata de un recipiente con alimentos por dentro, sino de un instrumento de alto valor pedagógica, social y sobre todo nutricional, si se ejecuta y se practica correctamente este diseño puede llegar a mejorar y optimizar el rendimiento académico en los estudiantes y no solo eso, también desarrolla su formación integral, además, evita las enfermedades en la salud y crea una generación de ciudadanos más conscientes y saludables.

Sin embargo, para lograr dicha hazaña, es necesario tener un enfoque de disciplina en toda la comunidad educativa y social, que los mismos reconozcan que una adecuada alimentación saludable es de vital importancia dentro de sus derechos, solo así se tendrá un mejoramiento y desarrollo completo en la infancia.

**Dimensiones de la Lonchera Saludable.** Las dimensiones de mi estudio se clasifican de la siguiente manera.

**Valor Nutricional.** El valor nutricional acerca de un alimento se entiende por “la capacidad de nutrientes que contribuye en correspondencia a la necesidad del organismo, donde se implica las proteínas, vitaminas y otras composiciones que son vital para la energía” (Mahan y Raymond, 2017, p. 3).

**Higiene y Manipulación de Alimentos.** En la higiene y manipulación de los alimentos se entiende que “son medidas y manejos higiénicos importantes para la seguridad de los alimentos antes de ser consumidas, ya sea el lavado de manos, desinfección de los utensilios y reservación de alimentos correctamente” (Gil et al., 2016, p. 29).

**Diversidad y Aceptabilidad.** Según Gibney et al, (2009) nos define:

que, la diversidad se refiere a la integración variada de un conjunto de alimentos para la dieta cotidiana que cubre las exigencias necesarias de los nutrientes y la aceptabilidad es la decisión que posee el sujeto de acuerdo al entorno social, cultural y experiencial para negarse o consumir el alimento. (p. 212)

### 2.3. Definición de Términos Básicos

**Lonchera Saludable.** Se trata de comidas que están completamente equilibradas y son ligeras de consumir para los niños y niñas durante el periodo escolar, sea en el desayuno o el almuerzo.

**Alimentación Balanceada.** Son los grupos nutricionales que se debe incluir en la alimentación, donde se contribuya apropiadamente y asimismo asegure que la persona absorba carbohidratos, vitaminas, nutrientes, etc. en su plato cotidiano para su bienestar en su salud.

**Porciones Adecuadas.** Se entiende por los alimentos que deben ser racionadas y apropiadas según las diferentes características de la persona, todo ello para evitar la exageración en la alimentación y prevenir enfermedades como el sobrepeso.

**Carbohidratos Complejos.** Mayormente se centra en proporcionar energía de forma pasiva y su función contribuye en la atención y concentración en la jornada escolar (pan y arroz integral).

**Proteínas.** También son fuentes energéticas pero su función principal es que fortalece en el crecimiento y desarrollo muscular en el ser humano, las proteínas podemos encontrar en el yogurt, huevo, queso.

**Hidratación.** Para tener una mejor lonchera saludable se debe también incluir un refresco o líquido vital (sin azúcares) con el fin de prevenir la fatiga y mejorar la concentración del niño.

**Alimentos Procesados.** Se debe evitar el consumo de estos alimentos ya que no son benéficos en nuestro organismo y la salud, puesto que los snacks, gaseosas y otros alimentos industriales solo aportan calorías y exceso de azúcar y sal lo cual perjudica con el tiempo.

**Presentación Atractiva.** Cuando los alimentos se presentan de formas coloridas o con figuras que llame la atención del niño, serán más influyentes consumirlas puesto que se ven llamativas y apetecibles, especialmente en los infantes.

**Higiene Alimentaria.** La lonchera saludable debe ser sana y segura, por ello los alimentos se deben lavar antes de ser consumidas, o también se debe mantener en envases o recipientes sumamente limpios, refrigerarlos también es una opción para su mejor conservación.

**Educación Nutricional.** Al implementar la lonchera saludable, se debe promover e inculcar la enseñanza en los infantes respecto a la alimentación, de ahí parte su importancia y comprenden que alimentos son benéficos en su salud y acogen un hábito positivo.

## 2.4. Variables, Dimensiones e Indicadores

**Variable.** Según Arias (2021), la variable es aquello que se va a medir, controlar o manipular en una investigación. Se trata de una característica, magnitud o cantidad que sufre cambios y es objeto de análisis. La variable se identifica en el título, el objetivo general, el problema general y la hipótesis general del estudio, y responde a la pregunta: ¿Qué queremos estudiar? Las variables pueden clasificarse según su naturaleza (cuantitativas o cualitativas/categóricas), según su complejidad (simples o complejas) y según su función (independiente, dependiente o interviniente).

**Dimensiones.** Las dimensiones son los factores que se obtienen y miden a partir de las variables, y se descomponen en indicadores. Para plantearlas correctamente, el investigador debe realizar una búsqueda exhaustiva de la teoría en el marco teórico o elegir dimensiones de una escala ya validada en artículos científicos, teniendo en cuenta el contexto de la población y el espacio demográfico. No existe una cantidad establecida de dimensiones por variable, pero deben ser suficientes para abordarla íntegramente (Arias, 2021).

**Indicadores.** Para Arias (2021) los indicadores son los elementos concretos de las dimensiones y expresan la realidad medible de la variable. Son valores que permiten observar claramente la variable, surgen de las dimensiones y pueden expresarse en palabras, frases o números. Al igual que las dimensiones, los indicadores se obtienen a partir de una revisión exhaustiva de los fundamentos teóricos de la variable y sus dimensiones. Deben existir al menos dos indicadores por cada dimensión; si solo hubiera uno, este pasaría a ser la dimensión.

## 2.5. Definición Conceptual

La definición conceptual de una variable indica términos diferentes a los del marco teórico, los cuales permiten entender la variable en el contexto de la investigación, es decir, desde la población y el espacio. Para hallarla se hace uso de diccionarios especializados, revistas, libros, artículos, entre otros. Es importante establecer el contexto

donde se va a medir la variable, ya que la definición puede cambiar según la población y el espacio (Arias, 2021).

## **2.6. Definición Operacional**

La definición operacional es un conjunto de actividades que se realizan después del análisis teórico y práctico de las variables, con el fin de establecer de qué forma se van a medir. Permite conocer qué instrumento o herramienta se debe utilizar para obtener datos y arribar a los resultados claros y verídicos de la variable. Por ejemplo, para medir el nivel de ansiedad se puede usar un test de ansiedad, y para conocer el peso de las personas, una balanza (Arias, 2021).

## **2.7. Operacionalización de la Variable**

La operacionalización de variables consiste en un conjunto de técnicas y métodos que permiten medir la variable en una investigación; es un proceso de separación y análisis de la variable en sus componentes que permiten medirla. Se conforma por las actividades que efectúa el investigador para recolectar los datos de la población. Este proceso implica asignar categorías o identificar datos en sus características de estudio (Arias, 2021).

La operacionalización se presenta en una tabla con tres o más filas y seis columnas, que incluyen de forma ordenada: las variables, la definición conceptual de las variables, la definición operacional, las dimensiones, los indicadores y la escala de medición. Es un proceso exclusivo del enfoque cuantitativo, ya que las variables deben ser susceptibles de ser observadas y medidas, y se realiza de lo general a lo específico: de las variables a las dimensiones, y de estas a los indicadores.

## 2.8. Matriz de Operacionalización de las Variables de Estudio

| Variable                  | Definición conceptual                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Definición operacional                                                                                                                                                                                                       | Dimensiones                         | Indicadores                          | Escala de medición                                    |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| <b>Lonchera saludable</b> | Según la Organización Panamericana de la Salud (2001) menciona que “las loncheras dentro de los centros educativos son componentes esenciales en la alimentación de los alumnos, debido al tener una buena nutrición, tendrán un positivo rendimiento y concentración en la jornada escolar” (p. 14). | La variable de estudio sobre la lonchera saludable tiene tres dimensiones que fueron evaluadas mediante la técnica de la observación con un instrumento la ficha de observación, asimismo fue medido con una escala ordinal. | Valor nutricional                   | Inclusión de alimentos energéticos   | <b>Ordinal</b><br>1=Nunca<br>2 =A veces<br>3 =Siempre |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                              |                                     | Inclusión de alimentos constructores |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                              |                                     | Inclusión de alimentos reguladores   |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                              | Higiene y manipulación de alimentos | Limpieza de los alimentos            |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                              |                                     | Empleo de recipientes seguros        |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                              |                                     | Conservación adecuada                |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                              | Diversidad y aceptabilidad          | Variedad de alimentos                |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                              |                                     | Preferencias del niño                |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                              |                                     | Presentación atractiva               |                                                       |

### **CAPÍTULO III**

#### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Tipo y Nivel de Estudio**

##### **3.1.1. Tipo de Estudio**

Este presente estudio fue de un tipo básico de investigación, para el autor Álvarez (2020) menciona que “este tipo de investigaciones tienen el objetivo de crear y aumentar nuevos conocimientos científicos o fundamentos teóricos acerca de un fenómeno que el investigador planea y desea conocer” (p. 3).

El tipo de estudio es básico, su único propósito es la producción de nuevas teorías o conocimientos que sirvan como fenómeno de estudio dentro de una investigación, asimismo trata de entender como también de comprender el problema que se está examinando, pero este tipo de investigación no busca manipular ni solucionar el problema, más de lo contrario solo indaga la información brindada en ese momento.

##### **3.1.2. Nivel de Investigación**

Este presente estudio fue con un nivel de investigación descriptiva, lo cual para el autor Abad et al., (2009) nos define que “la investigación descriptiva son estudios muy particulares donde no existe la manipulación y que solo tratan de originar teorías y conocimientos únicos y originales de un fenómeno observado” (p. 3).

Un estudio de nivel descriptivo, tal como su propio nombre lo define que son investigación que se hacen con el propósito de solo describir, detallar o narrar un problema que se está observando en ese preciso instante, que posteriormente será un caso importante para el estudio de nuevas teorías como también de conocimientos únicos,

asimismo nos da a entender que dicho nivel no busca la manipulación ni hacer aplicado.

### 3.2. Método de Estudio

Este presente estudio se trabajó con un método de estudio descriptiva, inductiva y deductiva definida por los siguientes autores:

La investigación de un método descriptiva “sirve para registrar un fenómeno a detalle y explicar su acontecimiento que se está observando, busca entender sus características y comportamientos para después presentarlo tal y como son” (Rojas, 2015, p. 7).

Según Hernández et al. (2014) define que el método inductivo es “realizar un estudio de casos o fenómenos más específicos que se empieza por la observación con el fin de establecer principios o teorías más completos o generales partiendo de los mismos” (p. 12)

En cuanto al método deductivo “comienza desde lo más general con el propósito de obtener resultados particulares, es decir que busca comprobar como también aplicar la teoría y deducir sus conclusiones” (Bernal, 2010, p. 22)

### 3.3. Diseño de Investigación Descriptiva Simple

Este presente estudio fue realizado con un diseño de investigación de descriptiva simple, lo cual, para Hernández et al., (2010) nos menciona que “se utiliza con el fin de describir de manera organizada y determinada las particularidades un fenómeno estudiado o también acerca de un conjunto de población, no involucra la manipulación” (p.151).

Este tipo de diseño, nos destaca que solo busca saber y explicar las peculiaridades y características de un fenómeno que se está examinando, donde no existe la intervención ni manipulación de la variable estudiada y que solo se describa tal y como suceden en ese instante.

Tal como se definió, este trabajo de estudio siguió el siguiente esquema:

*M ----- O*

Donde:

**M:** muestra u objeto de estudio

**O:** observación de la muestra

### **3.4. Población Censal**

Según Hernández et al. (2014) nos define que la población censal es la totalidad de sujetos que ciertamente poseen y cumplen a los criterios condicionados en el trabajo investigativo, asimismo todos son examinados sin acudir al muestreo.

De acuerdo con lo señalado, para la elección del grupo de estudio en esta investigación se ha seleccionado 15 de 5 años de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.

### **3.5. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos**

#### **3.5.1. Técnica**

Según el autor Bavaresco (2001) en su libro técnicas de investigación para la recolección de datos nos define que “son medios o un conjunto de procedimientos que se toma en cuenta antes de utilizar un instrumento que permitirá al investigador comprobar el fenómeno de estudio en la investigación” (p. 29).

#### **3.5.2. La Técnica de Observación**

En el presente estudio en la recolección de datos, se empleó la técnica de la observación, que según Hernández et al. (2021) “generalmente radica en anotar o registrar los diferentes patrones y conductas de los individuos, objetos o sucesos haciendo uso ordenado de los sentidos” (p. 408)

**Instrumento.** El instrumento de recolección de datos es “un recurso o la herramienta de la cual el investigador se vale hace uso con el propósito de recoger, extraer datos y acercarse al fenómeno que está siendo analizado” (Sabino, 2014, p. 149 – 150).

**Ficha de Observación.** En la recolección de datos de la muestra de estudio, se empleó la ficha de observación, que, para Hernández et al., (2021), “es un instrumento que el investigador elabora o diseña con criterios determinados para aplicar, observar y anotar características, objetos, hechos o incidencias en el lugar de manera precisa” (p. 409).

### **3.6. Validez y Confiabilidad**

Para comprobar que la investigación es seria y brinda resultados auténticos, es indispensable examinar si los instrumentos de medición son fiables y válidos. La

evaluación de los instrumentos se refiere al grado en que el instrumento mide la variable de manera efectiva, con el propósito de mostrar la validez del instrumento que utilizó esta investigación para realizar la prueba piloto.

### 3.6.1. Validez

La medida de la efectividad de un instrumento para medir una variable es lo que se conoce como validez. Según Hernández et al. (2014) la validez es el nivel en que un instrumento mide con precisión la variable objetivo. Kerlinger y Lee (2002) indican también que un instrumento es válido si sus resultados son interpretaciones pertinentes, apropiadas y útiles para el propósito de la medición. Por lo tanto, se emplea con el fin de calcular la probabilidad de que ocurra un error en la configuración del instrumento. El propósito del juicio de expertos es obtener las mejores conjeturas y valoraciones sensatas.

El instrumento creado para la recolección de datos fue evaluado por especialistas y, posteriormente, se validó. Los resultados obtenidos se procesarán utilizando el programa SPSS.

**Tabla 1**

*Resultado de contenido de instrumentos por juicio de expertos*

| Juicio de expertos | Puntaje % | Puntaje | Decisión          |
|--------------------|-----------|---------|-------------------|
| Experto 1          | 80        | 0,80    | Muy bueno         |
| Experto 2          | 95        | 0,95    | Muy bueno         |
| Experto 3          | 95        | 0,95    | Muy bueno         |
| <b>Total</b>       | 90        | 0,90    | Excelente validez |

*Nota.* Validación de ficha de observación de producción de textos instructivos por

La tabla 2 presenta el resultado de validez obtenida a través del criterio de expertos, mostrando un valor de 0,90 se determinó que el formulario de observación acerca de las loncheras saludables tiene una excelente validez de contenido, por lo que este instrumento es idóneo para la recopilación de información de la muestra de investigación.

### 3.6.2. Confiabilidad

La confiabilidad en este trabajo se refiere a la estabilidad o consistencia de los resultados que brinda una herramienta. Al respecto Arias (2012) señala que un instrumento fiable genera resultados semejantes si se utiliza repetidamente en

condiciones similares. Asimismo, Bisquerra (2012) sostiene que la fiabilidad hace referencia al nivel de consistencia y ausencia de errores aleatorios en un instrumento.

**Tabla 2**

*Resultados de procesamiento de datos*

| Resumen de procesamiento de casos |                       |    |       |
|-----------------------------------|-----------------------|----|-------|
|                                   |                       | N  | %     |
| Casos                             | Válido                | 15 | 100.0 |
|                                   | Excluido <sup>a</sup> | 00 | 0.0   |
|                                   | Total                 | 15 | 100,0 |

*Nota.* La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

**Tabla 3**

*Resultado de alfa de Cronbach*

| Estadísticos de fiabilidad |                                                        |                |
|----------------------------|--------------------------------------------------------|----------------|
| Alfa de Cronbach           | Alfa de Cronbach basada en los elementos estandarizado | N de elementos |
| ,924                       | ,926                                                   | 18             |

*Nota.* Data de fiabilidad.

En la tabla 4 se pueden apreciar los resultados de la prueba llevada a cabo al grupo piloto, lo que nos indica el alfa de Cronbach. Si el resultado supera a 0,7 implica que el instrumento utilizado es fiable; en cambio, si el resultado fuera inferior a 0,7 indicaría que no es fiable. En este escenario específico, el resultado logrado es de 0,924 lo que señala que el instrumento utilizado es fiable.

### 3.7. Técnicas de Procesamiento y Análisis e Interpretación de Datos

Los datos registrados se transformaron a través de un procesamiento detallado de la codificación y la tabulación para realizar el análisis, donde se utilizó el método estadístico descriptivo, distribuciones de la frecuencia y la realización de gráficos y tablas para identificar patrones dentro del objeto estudiado. Al respecto Hernández et al. (2014) señalan que la interpretación de los datos, busca explicar la información del fenómeno, comparar y relacionar nuestras conclusiones con antecedentes para dar sentido significativo a los datos descubiertos.

### 3.8. Aspectos Éticos

Sobre los aspectos éticos Bisquerra (2012) indica que la ética en las investigaciones educativas requiere salvaguardar la integridad física emocional y

psicológica de los participantes para garantizar que no estén expuestos a peligros innecesarios. De igual manera Cohen et al. (2011) también sostienen que la confidencialidad y el anonimato son principios fundamentales ya que el investigador tiene la responsabilidad de proteger la identidad y los datos personales de los sujetos participantes. Esta investigación se rige por las pautas de redacción de la séptima edición de APA. Por otro lado, cabe destacar que, durante el trabajo de investigación, los nombres de los participantes se mantendrán en secreto a lo largo del estudio, resguardando la integridad y la privacidad de los niños y las niñas de la institución educativa. Como son menores de edad, se redactará y emitirá un permiso para informar a los padres, maestros y directores del centro educativo objeto de estudio sobre el desarrollo de la investigación.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

#### 4.1. Presentación y Descripción de los Resultados

Los resultados se han obtenido mediante la recolección de datos, con la ficha de observación de los 15 niños que corresponden al 100% del grupo participante, proceso mediante la estadística descriptiva se organizó en tablas de distribución de frecuencia de datos agrupados y representando a través de los gráficos estadístico para su posterior análisis e interpretación de los resultados.

**Tabla 4**

*Resultados de las loncheras saludables de los niños de educación inicial*

| <b>Loncheras saludables</b> | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
|-----------------------------|-------------------|-------------------|
| Nunca                       | 0                 | 0.0%              |
| A veces                     | 6                 | 40.0%             |
| Siempre                     | 9                 | 60.0%             |
| <b>Total</b>                | 15                | 100.0%            |

*Nota.* Resultados de la variable lonchera saludable.

La tabla 5, muestra la frecuencia de la variable "Loncheras saludables", el 60.0% (9 niños) de la muestra cuenta siempre con una lonchera saludable, mientras que el 40.0% (6 niños) la presenta solo a veces. Estos resultados significan que, si bien la mayoría de los estudiantes cumple con el hábito de llevar alimentos adecuados, existe un porcentaje considerable que aún no mantiene esta conducta de forma constante. Esto es relevante dado que la lonchera es esencial para brindar la energía necesaria durante la jornada escolar y evitar problemas como el bajo rendimiento o la desnutrición.

**Tabla 5**

*Resultados de valor nutricional en loncheras saludables de los niños de educación inicial*

| Valor nutricional | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------|------------|------------|
| Nunca             | 0          | 0.0%       |
| A veces           | 2          | 13.3%      |
| Siempre           | 13         | 86.7%      |
| <b>Total</b>      | 15         | 100.0%     |

*Nota.* Resultados de dimensión 1

La tabla 6, muestra que, en cuanto a la dimensión de "Valor nutricional", el 86.7% (13 niños) cumple siempre con este criterio, frente a un 13.3% (2 niños) que lo hace solo a veces. Este resultado indica un nivel de cumplimiento muy alto en cuanto a la inclusión de nutrientes esenciales. Significa que los padres de familia están logrando integrar, en su mayoría, alimentos energéticos, formadores y reguladores que satisfacen las necesidades de crecimiento y desarrollo de los niños.

**Tabla 6**

*Resultados de la higiene y manipulación de alimentos en loncheras saludables de los niños de educación inicial*

| Valor nutricional | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------|------------|------------|
| Nunca             | 0          | 0.0%       |
| A veces           | 11         | 73.3%      |
| Siempre           | 4          | 26.7%      |
| <b>Total</b>      | 15         | 100.0%     |

*Nota.* Resultados de dimensión 2

La tabla 7, muestra que, en cuanto a la dimensión de "Higiene y manipulación de alimentos", el 73.3% (11 niños) cumple con las prácticas de higiene y manipulación solo a veces, mientras que solo el 26.7% (4 niños) lo hace siempre. Estos resultados revelan que esta dimensión es el punto más débil de las loncheras evaluadas. Esto significa que no se están aplicando de manera rigurosa medidas preventivas como el lavado de alimentos, el uso de recipientes seguros o la conservación adecuada, lo cual aumenta el riesgo de contraer enfermedades transmitidas por alimentos o infecciones.

**Tabla 7**

*Resultados de la diversidad y aceptabilidad en loncheras saludables de los niños de educación inicial*

| Diversidad y aceptabilidad | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------------|------------|------------|
| Nunca                      | 0          | 0.0%       |
| A veces                    | 9          | 60.0%      |
| Siempre                    | 6          | 40.0%      |
| <b>Total</b>               | 15         | 100.0%     |

Nota. Resultados de dimensión 3

La tabla 8, revela que, en lo referente a la dimensión de "Diversidad y adaptabilidad", el 60.0% (9 niños) de las loncheras presenta diversidad y aceptabilidad de alimentos solo a veces, y el 40.0% (6 niños) lo logra siempre. Estos datos indican que una mayoría de las loncheras carece de una presentación atractiva o de una variedad suficiente de alimentos que motiven al niño a consumirlos. Esto es crítico porque, a edades tempranas, la estimulación visual y la variedad son claves para que el niño acepte y disfrute de una alimentación sana.

**Tabla 8**

*Resultados de las loncheras saludables en los niños de educación inicial*

|                                     | N  | Mínimo | Máximo | Media | Desviación estándar |
|-------------------------------------|----|--------|--------|-------|---------------------|
| Loncheras saludables                | 15 | 34     | 43     | 37,80 | 2,597               |
| Valor nutricional                   | 15 | 11     | 16     | 13,87 | 1,356               |
| Higiene y manipulación de alimentos | 15 | 10     | 14     | 11,87 | 1,060               |
| Diversidad y aceptabilidad          | 15 | 10     | 15     | 12,07 | 1,624               |
| <b>Total</b>                        | 15 |        |        |       |                     |

Nota. Resultados de la lonchera saludable, mímimo, máximo, media y desviación estándar.

La tabla 9, muestra que la variable "Loncheras saludables" tiene una media de 37.80, destacando que la dimensión con el promedio más alto es el valor nutricional (13.87), mientras que la higiene (11.87) y la diversidad (12.07) presentan promedios menores. Lo anterior confirma estadísticamente que el enfoque principal de los responsables está en la nutrición, pero se descuida la seguridad sanitaria y la variedad estética de los alimentos, aspectos que son igualmente necesarios para una formación integral y saludable del infante.

#### 4.2. Discusión de Resultados

Dentro de los principales hallazgos de la investigación, se encontró que, en cuanto al objetivo general, los resultados revelan que el 60.0% de los niños siempre presentan una lonchera con características saludables, mientras que el 40.0% lo hace solo a veces, obteniéndose una media general de 37.80. Estos hallazgos indican que la mayoría de los estudiantes de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” cumple con llevar alimentos adecuados, aunque persiste un grupo significativo que requiere mayor regularidad en este hábito saludable.

Los resultados coinciden en cierta medida con los de Cabrera et al. (2023), quienes descubrieron que el 51 % de su muestra sigue una dieta rica en alimentos equilibrados y saludables. Además, coinciden con los resultados de Tingo (2024), según los cuales los niños han adoptado patrones alimentarios que se reflejan en fiambreras equilibradas, a pesar de las deficiencias en las bebidas. Esto contrasta con los resultados del estudio de Ayme (2024) en Ayacucho, que reveló que el 56,7 % de las loncheras se consideraban poco saludables. Esto sugiere que el entorno de Huanta muestra un mayor grado de cumplimiento en la variable general.

Las conclusiones de la OPS (2012), que caracterizan la lonchera como un elemento crucial para el rendimiento académico y la concentración, están respaldadas teóricamente por estos estudios. La hipótesis de Nola Pender y Aristizábal et al. (2011) sostienen que la motivación y la preparación adecuada de las comidas pueden cambiar los hábitos alimenticios. Por último, pero no menos importante, Herrera (2024) y Bonill et al. (2014) destacan que una lonchera bien diseñada es una herramienta educativa y social fundamental, ya que previene la malnutrición y el rendimiento deficiente.

Respecto al primer objetivo específico, el valor nutricional destaca como la dimensión con mejor desempeño, ya que el 86.7% de los niños siempre cumple con este criterio, alcanzando el promedio más alto del estudio (13.87). Esto demuestra que las loncheras evaluadas contienen de manera predominante alimentos energéticos, formadores y reguladores necesarios para el crecimiento infantil.

Los hallazgos de Herrera (2024), quien destaca que los tipos de alimentos que se incluyen en las loncheras mejoran el desarrollo cognitivo, concuerdan con estos resultados. En la misma línea, Sullca (2024) señala que los jóvenes están bien informados sobre los alimentos saludables, lo que facilita la incorporación de los nutrientes

suficientes. Sin embargo, coincide con Quishpi (2023) en que, a pesar de los resultados positivos, es necesaria la participación continua de los padres para garantizar que estas ventajas nutricionales se mantengan a lo largo del proceso de desarrollo.

Este alto valor nutricional satisface teóricamente la definición de Mahan y Raymond (2017), que lo define como la capacidad de suministrar vitaminas y proteínas esenciales para obtener energía. Una lonchera completa debe contener las categorías de alimentos energéticos, constructivos y reguladores, según la clasificación de Rivera et al. (2013), algo que se observa en la mayoría de la muestra. Según Capillo (2019) y la OMS (2020), estos alimentos naturales son esenciales para que los niños en edad preescolar satisfagan sus necesidades energéticas sin sustituir las comidas principales.

En relación con el segundo objetivo específico, los resultados muestran que la higiene y manipulación de alimentos es la dimensión más deficiente, puesto que el 73.3% de los niños cumple con estas prácticas solo a veces, obteniendo el promedio más bajo (11.87). Esto indica debilidades críticas en la limpieza de alimentos, el uso de recipientes seguros y la conservación adecuada.

Este resultado contrasta con la evaluación general de la calidad realizada por Tingo (2024), que da prioridad al equilibrio del contenido frente a la seguridad alimentaria. La información también respalda la preocupación de Ayme (2024) sobre la relación entre la ignorancia de las madres y la calidad deficiente de las loncheras, lo que en este caso se traduce en una gestión negligente de los ingredientes. La baja puntuación en materia de higiene indica un riesgo latente de enfermedades transmitidas por los alimentos dentro del establecimiento.

En teoría, esta dimensión la definen Gil et al. (2016) como las prácticas higiénicas necesarias para la seguridad alimentaria, como lavarse las manos y desinfectar los utensilios. Según Valdivia (2017), el uso de recipientes seguros es esencial para transportar y alimentar a los recién nacidos de forma segura. En vista de ello, el MINSA (2017) recomienda que el seguimiento riguroso del crecimiento y el desarrollo (CRED) se combine con orientaciones higiénicas para prevenir problemas digestivos y mejorar el bienestar físico.

Finalmente, para el tercer objetivo específico, se halló que el 60.0% de las loncheras presentan diversidad y aceptabilidad solo a veces, con un promedio de 12.07.

Esto revela que una mayoría de las loncheras carece de una presentación atractiva o de una variedad suficiente que motive al niño a consumirlas de manera entusiasta.

En los antecedentes, Banda (2024) vincula la calidad de los alimentos con la calidad de vida, lo que implica que la variedad en las escuelas se ve limitada por la ausencia de iniciativas de alimentación saludable. Sin embargo, Tingo (2024) destaca que las loncheras eficaces deben ser variadas y coloridas, algo que el ejemplo de Huanta solo cumple en parte. Según estos hallazgos, los efectos positivos de un alimento sobre el bienestar disminuyen, incluso si es rico en nutrientes, si el joven lo considera inaceptable.

Según la teoría, la aceptabilidad es la elección del sujeto en función de su entorno, y la variedad es la integración diversa de nutrientes (Gibney et al., 2009). Según Coronel (2023), la sección debe ser visualmente atractiva y representativa para llamar la atención. Por último, pero no menos importante, autores como Sabbah (2019), Musmanno (1969) y Waters (1995) coinciden en que, para ayudar a los niños a apreciar lo que comen y cambiar sus hábitos alimenticios, la educación alimentaria debe incorporar técnicas innovadoras e hidratación con agua potable. Todo ello, junto con las leyes de países como México, Chile, Perú y España, tiene como objetivo reducir el consumo de alimentos industriales que, según Jiménez et al. (2010), están relacionados con la obesidad y la incapacidad de concentrarse.

Los resultados tienen una implicancia práctica directa para la comunidad educativa, especialmente debido a que la mayoría de los niños presenta deficiencias en higiene y manipulación de alimentos. Esto sugiere la necesidad urgente de la implementación de talleres de capacitación para padres y docentes sobre seguridad alimentaria, tal como propone el MINSA a través de los controles de crecimiento y desarrollo (CRED) para prevenir riesgos digestivos. Asimismo, las implicancias sociales apuntan a la necesidad de fortalecer políticas públicas locales alineadas con el Decreto Supremo N° 017-2017-SA, promoviendo no solo alimentos nutritivos, sino también una cultura preventiva en salud escolar.

La principal limitación del estudio radica en el tamaño de la muestra, la cual consistió en solo 15 niños, a pesar de que la población total era de 35. Este tamaño reducido, sumado al uso de un muestreo no probabilístico intencional, limita la posibilidad de generalizar los resultados a otros contextos o instituciones educativas de

la región. Otra limitación es el alcance del diseño descriptivo simple, el cual permite que se caracterice la situación actual de las loncheras, pero no establecer relaciones de causalidad o influencia directa entre las variables. Asimismo, al basarse exclusivamente en la técnica de la observación, los resultados podrían estar sujetos a la subjetividad del observador durante el registro en la ficha correspondiente.

Por otra parte, una de las principales fortalezas es el uso de la técnica de observación directa con una ficha de observación como instrumento, lo que posibilitó obtener datos objetivos sobre lo que el niño realmente consume en el aula, evitando los sesgos que podrían aparecer en encuestas aplicadas a los padres. Asimismo, la investigación desglosa la variable "Lonchera saludable" en dimensiones críticas (nutrición, higiene y aceptabilidad), lo que facilita la identificación de puntos débiles específicos, como la presentación atractiva de los alimentos. Finalmente, su relevancia local en Huanta ofrece un punto de partida diagnóstico para futuras investigaciones y programas de intervención que busquen optimizar el desarrollo integral y la formación de hábitos desde la infancia temprana.

## CONCLUSIONES

En el presente trabajo de investigación se llegó a las siguientes conclusiones:

1. En esta investigación se identificó las características de las loncheras saludables de los niños y niñas en la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025. Como muestra los resultados en la tabla 5, que en la frecuencia de la variable "Loncheras saludables", el 60.0% (9 niños) de la muestra cuenta siempre con una lonchera saludable, mientras que el 40.0% (6 niños) la presenta solo a veces. Estos resultados significan que, si bien la mayoría de los estudiantes cumple con el hábito de llevar alimentos adecuados, existe un porcentaje considerable que aún no mantiene esta conducta de forma constante. Esto es relevante dado que la lonchera es esencial para brindar la energía necesaria durante la jornada escolar y evitar problemas como el bajo rendimiento o la desnutrición.
2. En esta investigación se describió el valor nutricional de los alimentos que presentan las loncheras saludables de los niños y niñas. Como muestra la tabla 6 que, en cuanto a la dimensión de "Valor nutricional", el 86.7% (13 niños) cumple siempre con este criterio, frente a un 13.3% (2 niños) que lo hace solo a veces. Este resultado indica un nivel de cumplimiento muy alto en cuanto a la inclusión de nutrientes esenciales.
3. En esta investigación se describió las condiciones de higiene y manipulación de alimentos en las loncheras saludables de los. Como expone la tabla 7, en cuanto a la dimensión de "Higiene y manipulación de alimentos", el 73.3% (11 niños) cumple con las prácticas de higiene y manipulación solo a veces, mientras que solo el 26.7% (4 niños) lo hace siempre. Estos resultados revelan que esta dimensión es el punto más débil de las loncheras evaluadas.
4. En esta investigación se describió la diversidad y aceptabilidad de alimentos incluidas en las loncheras saludables de los niños. Como expone la tabla 8, en lo referente a la dimensión de "Diversidad y adaptabilidad", el 60.0% (9 niños) de las loncheras presenta diversidad y aceptabilidad de alimentos solo a veces, y el 40.0% (6 niños) lo logra siempre. Estos datos indican que una mayoría de las loncheras carece de una presentación atractiva o de una variedad suficiente de alimentos que motiven al niño a consumirlos.

## RECOMENDACIONES

Los principales resultados de la investigación de las loncheras saludables, permiten recomendar lo siguiente:

1. Se sugiere que la institución educativa, en el contexto de las actividades de fomento a la salud, ofrezca de manera sistemática, referencias de carácter educativo nutricional a los padres de familia.
2. Se sugiere mantener y fortalecer los hábitos relacionados con el alto valor nutricional de las loncheras, especialmente en lo que se refiere a la combinación de alimentos que contengan energía, proteínas, y que sean ricos en minerales y vitaminas, y en este aspecto, se sugiere que guías de menús saludables, a manera de apoyo, se ofrezcan de forma periódica.
3. Se recomienda, por el carácter de los alimentos, que se fortalezca con las campañas educativas sobre el manejo y conservación de los alimentos y, especialmente, dirigidas a los padres, que se elabore un manual por la fragilidad de la materia.
4. Se sugiere que el atractivo visual y la diversidad de los alimentos en las loncheras se promuevan utilizando estrategias ingeniosas, como sugerir mezclas coloridas y nutritivas, para aumentar la motivación y aceptación de los niños hacia el consumo de alimentos saludables.

## REFERENCIAS

- Abad, L., García, T., & Magro, R. (2009). *Reflexiones sobre introducción a la investigación*. Tecnología y desarrollo.
- Álvarez, A. (2020). *Clasificación de las Investigaciones*. Universidad de Lima. <https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10818/Nota%20Acad%C3%A9mica%20C%20%20Clasificaci%C3%B3n%20de%20Investigaciones.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica*. Editorial Episteme.
- Arias, J. L., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting EIRL.
- Aristizábal, G. Blanco, D. Sánchez, A., & Ostiguín, R. (2011). *El modelo de promoción de la salud de Nola Pender*. Revista Ciencias de la Salud, 9(1), 27–37. <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358741840003.pdf>
- Ayme, Y. (2024). *Conocimientos sobre alimentación saludable y calidad de loncheras preparadas por madres de preescolares de la Institución Educativa Ana María Rivier, Ayacucho*. <https://repositorio.unsch.edu.pe/items/625309b3-4f8b-47d3-9b71-9bafdb1ccee2>
- Banda, J. (2024). *Alimentos saludables y calidad de vida de estudiantes de una institución educativa de Sachapoyas*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/161555>
- Bavaresco, A. M. (2001). *Proceso metodológico en la investigación: Cómo hacer un diseño de investigación* (6.ª ed.). Editorial de la Universidad del Zulia.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación: Para administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson Educación.
- Bertrand, J., & Valdés, M. (2017). Educación alimentaria en el entorno escolar. *Revista de Educación*, 47(1), 588–604. <https://doi.org/10.15517/revedu.v47i1.51724>
- Bisquerra, R. (2012). *Metodología de la investigación educativa*. La Muralla.
- Bonill, C. Amezcu, M. (2014). *Virginia Henderson*. <https://www.fundacionindex.com/gomeres/?p=626>

- Burdette, H. L. y Whitaker, R. C. (2005). *Fiabilidad y validez de un cuestionario breve para evaluar los hábitos de desayuno y merienda de los niños*. Revista de la Asociación Dietética Americana, 105(1), 50-57. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2004.10.020>
- Cabrera, M. Delgado, L. y Linares, Z. (2023). *La práctica de hábitos alimenticios saludables en niños de 3 años de las instituciones educativas N° 1575, N° 039 y N° 001 de Jaén*. <https://repositorio.eesppvab.edu.pe/items/5aa44906-d10d-4e3c-a4a4-4a12b0ece37a>
- Capillo, R., & Paredes, M. (2025). Maternal feeding practices and nutritional status of preschool children in Lima. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 45(1). <https://doi.org/10.12873/451capillo>
- Contento, I. R. (2011). *Nutrition education: Linking research, theory, and practice* (2.<sup>a</sup> ed.). Jones & Bartlett Learning.
- Coronel, L. (2023). *Conocimiento de las madres sobre loncheras saludables y estado nutricional de los niños preescolares, caserío de Colpa Tuapampa, Chota 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Chota]. Repositorio Institucional. <http://hdl.handle.net/20.500.14142/394>
- Florence, M. D., Asbridge, M., & Veugelers, P. J. (2008). Diet quality and academic performance. *Journal of School Health*, 78(4), 209–215. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2008.00288.x>
- García, A., Morales, M., & Rivera, L. (2013). *Hábitos alimentarios y estilos de vida saludables*. Editorial Médica Panamericana.
- Gibney, M. J., Lanham-New, S. A., Cassidy, A., & Vorster, H. H. (2009). *Introduction to human nutrition* (2nd ed., pp. 198, 212). Wiley-Blackwell.
- Gil, M. I., De la Vega, M. H., & Martínez, S. M. (2016). *Higiene y manipulación de alimentos* (2.<sup>a</sup> ed., p. 29). Síntesis.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.<sup>a</sup> ed.). McGraw-Hill.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2021). *Metodología de la investigación* (7.<sup>a</sup> ed.). McGraw-Hill Education.

- Herrera, V. (2024). *La Lonchera Saludable en el Desarrollo Cognitivo de los niños de 4 a 5 años en el Centro de Educación Inicial Pekelandia, Ciudad de Riobamba*. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/12185>
- Hurtado, A. (2000). *Metodología de la investigación: Guía para la comprensión holística* (3.ª ed.). Quirón Ediciones.
- INS-MINSA (2015). *Informe técnico: Consumo de alimentos no saludables en las instituciones educativas, Lonchera escolar en estudiantes de nivel primario*. Perú 2013. [citado 20 abril 2024]. <https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/>
- Instituto Nacional de Salud. (2024). *Sala situacional: Estado nutricional de niños menores de 5 años, SIEN-HIS 2023*. <https://www.gob.pe/institucion/ins/informes-publicaciones/5517468-sala-situacional-estado-nutricional-de-ninos-menores-de-5-anos-sien-his-2023>
- Jiménez, A., Bacardí, M., & Jones, E. (2010). Food, beverages, and physical activity in schools. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 42(5), 310–317. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2009.10.003>
- López, P. (2004). *Población muestra y muestreo*. SciELO Analytics. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1815-02762004000100012](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012)
- Mahan, L. K., & Raymond, J. L. (2017). *Krause's food & the nutrition care process* (14th ed., p. 3). Elsevier.
- Méndez, M. (1995). *Técnicas de recolección de datos* (p. 106). Editorial Universitaria.
- Ministerio de Salud de Chile. (2015). *Decreto Supremo N.º 13: Modifica Decreto Supremo N.º 977, de 1996, Reglamento Sanitario de los Alimentos*. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=1078836>
- Ministerio de Salud. (2017). *Norma técnica de salud para el control del crecimiento y desarrollo de la niña y el niño menor de cinco años* (R.M. N° 537-2017/MINSA). <https://www.gob.pe/institucion/minsa/normas-legales/537-2017-minsa>
- Musmanno, E. (1969). *La escuela como tribuna alimentaria*. Comisión Católica Argentina.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2014). *Guía*

- para loncheras escolares saludables*. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. <https://www.fao.org/3/i3754s/i3754s.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2019). *Guías alimentarias*. <https://www.fao.org>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Alimentación sana*. <https://www.who.int>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Healthy diet*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Obesidad y sobrepeso*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Alimentación del lactante y del niño pequeño*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
- Organización Panamericana de la Salud (2001). *Nutrición y alimentación del niño*. Lima: MINSA.
- Organización Panamericana de la Salud. (2004). *Lineamientos de nutrición infantil del Perú*. OPS. *Lineamientos de nutrición Infantil del Perú*. Lima-Perú: Ed. Prisma
- Parmenter, K., & Wardle, J. (1999). Development of a general nutrition knowledge questionnaire for adults. *European Journal of Clinical Nutrition*, 53(4), 298–308. <https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1600732>
- Quishpi, J. (2023). *La lonchera escolar para el desarrollo cognitivo de los niños del nivel inicial 2 de la Unidad Educativa “21 de abril” ciudad Riobamba, provincia de Chimborazo*. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/12175>
- Rivera, J. (2013). *La obesidad en México: Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control*. Instituto Nacional de Salud Pública.
- Rojas, M. (2015). Tipos de investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación. *REDVET. Revista Electrónica de Veterinaria*, 16(1), 1–14. <http://mrojas.perulactea.com/wp-content/uploads/2015/01/Tiposde-Investigaci%C3%B3n-2015-PDF.pdf>
- Sabbah, S. (2019) *Loncheras saludables para la vuelta a clases*. Perú: Grijalbo.
- Sabino, C. (2014). *El proceso de investigación* (6.<sup>a</sup> ed.). Panapo.

- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. P. B. (2014). *Metodología de la investigación* (6.<sup>a</sup> ed.). McGraw-Hill Education.
- Sánchez, S., García, D., & Martínez, M. (2020). *Obesidad infantil y su relación con el consumo de alimentos ultra procesados en loncheras escolares*. *Revista Latinoamericana de Nutrición*, 70(1), 12-18.  
<https://doi.org/10.17151/rlnut.2020.70.1.2>
- Sullca, M. (2024). *Conocimiento de las loncheras saludables*.  
<https://www.repositorioschillergoethe.com/items/dac74d92-bca5-4d7e-adad-40ded649f29a>
- Tingo, D. (2024). *Los hábitos alimenticios y la lonchera saludable de los niños de inicial 2 paralelo "A" de la Unidad Educativa "Dr. Gabriel García Moreno" del cantón Guano, provincia de Chimborazo*.  
<http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/12670>
- Valderrama, S. y Jaimes, C. (2019). *El desarrollo de la tesis. Descriptiva-Comparativa, Correlacional y Cuasiexperimental*. Editorial San Marcos.
- Valdivia E. (2017). *Los hábitos alimenticios y la lonchera saludable*. [Tesis de bachiller].  
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/5985/ENMvamaeg.pdf?squenc%20e=1&isAllowed=y>

**ANEXOS**

## Anexo 1

RD de Aprobación del Proyecto de Investigación.

*“Educando en la Diversidad Construimos un País Justo y Solidario”*



**ESCUELA DE EDUCACIÓN  
SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”**  
RM.N° 267-2020-MINEDU

**FORMACIÓN INICIAL DOCENTE**  
**RESOLUCIÓN DIRECTORAL DE APROBACIÓN  
DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**  
**PROGRAMA DE ESTUDIOS**  
**EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL  
BILINGÜE - X CICLO**  
**R.D. No. 0635-2025-EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA**

Mg. MARIA JUSTINA LEON PERALTA  
DIRECTORA GENERAL (e)

HUANTA - 2025





"Año de la Recuperación y Consolidación de la Economía Peruana"

Resolución Directoral N° 0635-2025 EESP.Púb. "ISCO"/DG-HTA

Huanta, 22 de octubre de 2025

La Directora General de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta;

**VISTO:**

El **INFORME N° 050-2025-UNIDAD DE INVESTIGACIÓN/EESPP"ISCO"-HTA**, de fecha 20 de octubre de 2025, con número de expedientes: **TM20253655-F** en la que, el Jefe de la Unidad Investigación, remite legajos expeditos para la tramitación y otorgamiento de Resolución Directoral de Aprobación de los Proyectos de Investigación de estudiantes del X ciclo académico del Programa de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe en el marco del cumplimiento del Reglamento de Investigación y del Reglamento de Grados y Títulos a fin de oficializar y garantizar su ejecución;



**CONSIDERANDO:**

Que, La **LEY N° 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS No 010-2017-MINEDU** Reglamento de la Ley N° 30512, **DU No 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **DS N° 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia N° 017-2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512 y **LEY N° 31653** Ley que Modifica la Ley 30512; RM No 441-2019-MINEDU Lineamientos Generales Académicos y demás normas;

Que, la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, institución licenciada mediante la RM No 267-2020-MINEDU y RM No 420-2024-MINEDU en amparo a la normativa general, Documentos de Gestión Institucional, Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos, tiene facultad de planificar, organizar, ejecutar y evaluar el proceso de titulación de los/as egresados de Formación Inicial Docente y garantizar su acreditación profesional.

Que, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del Grado Académico de Bachiller en Educación y el Título Profesional de Licenciado/a a los/las egresados/as de Formación Inicial Docente de los Programas de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, Educación Primaria Intercultural Bilingüe y Educación Física previa sustentación de trabajos de investigación en concordancia a la normativa general y documentos de gestión institucional.

Que, estando conforme a la Ley No 30512 Ley General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados, su reglamento y modificatorias, asimismo, a los Lineamientos Académicos Generales, al Reglamento Institucional, al Reglamento de Investigación y al Reglamento de Grados y Títulos, que señalan que el proceso de otorgamiento del *Grado Académico de Bachiller en Educación y el Título Profesional de Licenciado/a* es mediante la sustentación del Trabajo Investigación con el fin de generar conocimientos y propuestas que contribuyan a la mejora continua de la calidad de la educación.

Que, el *Jefe de la Unidad de Investigación* elevó el **INFORME N° 050-2025-UNIDAD DE INVESTIGACIÓN/EESPP"ISCO"-HTA**, dando el aval correspondiente para la Aprobación Resolutiva de los Proyectos de Investigación de estudiantes del X ciclo académico del Programa de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe en el marco del cumplimiento del Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos.

Que, la Directora General de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737  
Resolución RM N° 226-82-ED  
Adecuación a Instituto OS N° 010-85-ED  
Autorización de Funcionamiento OS N° 69-84-ED  
Escuela de Educación RM N° 267-2000-MINEDU

Salvador Caveró Ovalle" de Huanta, en amparo a sus facultades y en el marco del cumplimiento y la conformidad con la *Ley No 30512, su reglamento, modificatorias, el Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos* se oficializa la **APROBACIÓN** de los **Proyectos de Investigación** de las estudiantes del **X ciclo académico** del **Programa de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe** y en correspondencia a mis facultades, por tanto:



**SE RESUELVE:**

**ARTICULO PRIMERO. - APROBAR** los **PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN** de las estudiantes del **X ciclo académico** del **Programa de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe** que a continuación se detalla:

| Nº | APELLIDOS Y NOMBRES              | TITULO DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN                                                                                                                                                            |
|----|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01 | ARESTE HUAMAN, ALEDAY BLANCA     | Practica de valores en los estudiantes de la Institución Educativa Inicial "San Francisco de Asís"- Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo                      |
| 02 | ARONE RODRIGUEZ, ESMERALDA       | Materiales convencionales en los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial "Clara Castillo de Gayozzo" – Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca      |
| 03 | CARBAJAL PALOMINO, SAMY MAYTTE   | Clima escolar en la Institución Educativa Inicial "El Mundo del Saber" - Nueva Jerusalén, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca                                       |
| 04 | ESPINOZA BARRETO, GIULIANA GILDA | Canciones infantiles en los niños de la Institución Educativa Inicial de Yuraccraccay, Luricocha- Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca                       |
| 05 | ESPINOZA RAMOS, KIARA            | Materiales concretos en la Institución Educativa Inicial de Chancaray-Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo                                                    |
| 06 | GAVILAN URBANO, ROSMERI CARMELA  | Identidad personal en los niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial "Nuestra Señora de la Mercedes"-Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Edhgar Héctor Valencia Aguilar |
| 07 | GAVILAN CCANTO, Estefanía        | Canciones infantiles en los niños de la Institución Educativa Inicial de Yuraccraccay-Luricocha-Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Freddy Roland Pineda Tapia                           |
| 08 | HUAMAN CORAS, CÁRELING           | Clima escolar en la Institución Educativa Inicial "El Mundo del Saber" de Nueva Jerusalén-Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca                               |
| 09 | LUQUE HUAMÁN, MIRIAM             | La expresión oral en niños de 3 años de la Institución Educativa Inicial "Nuestra Señora del Rosario" Soccosccochoa- Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Frida Mayhua Quispe             |
| 10 | MOREYRA QUISPE, CAROLINA         | Conocimientos andinos en los niños y niñas de 3 años de la Institución Educativa Inicial "Clara Castillo De Gayozzo"- Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca   |
| 11 | PÉREZ PALMA PAREDES, CRIS DELISA | Conocimientos ancestrales en niños de la Institución Educativa "San Juan de Miraflores" -Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Frida Mayhua Quispe                                         |
| 12 | PÉREZ ROMERO, FLOR               | La práctica del respeto en los niños de 5 años de la Institución Educativa "Madre Teresa de Calcuta" de Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Frida Mayhua Quispe                          |



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737  
Resolución RM. N° 226-R2-ED  
Adecuación a Instituto OS. N° 010-94-ED  
Autorización de Funcionamiento OS. N° 00-94-ED  
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU

|    |                                  |                                                                                                                                                                                                        |
|----|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13 | POLANCO RAMÍREZ, RUTH ELIZABETH  | Expresión oral del quechua en niños de 5 años de la Institución Educativa Inicial "El Mundo de Saber" -Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo                          |
| 14 | POMA RONDINEL, MARÍA JOVITA      | Nivel de conocimiento sobre señales climáticas tradicionales en niños de la Institución Educativa Inicial "Clara Castillo de Gayozzo" Huanta-2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Frida Mayhua Quispe    |
| 15 | QUIQUIN CONGA, ROSA ANGELA       | Ritmos de aprendizaje en estudiantes de la Institución Educativa Inicial "Nuestra Señora de las Mercedes" -Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca                     |
| 16 | RIVAS SOTO, REYNA                | Determinación del uso de la lengua originaria en los padres de familia de la Institución Educativa Inicial "José Félix Iguain" - Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Freddy Roland Pineda Tapia |
| 17 | RIVERA MALHUAYZA, ROXANA         | Tecnología de la información y comunicación en la Institución Educativa Inicial "Castro Pampa" de Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Frida Mayhua Quispe                                       |
| 18 | ROBLES AVENDAÑO, DIANA CAROLINA  | Psicomotricidad fina en los niños de 3 años de la Institución Educativa "Madre Teresa de Calcuta" - Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca                            |
| 19 | SALVATIERRA ORE, IVET CRISTELL   | Determinación de los niveles de expresión oral en estudiantes de 4 años de la Institución Educativa Inicial de "Aycas" -Luricocha, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca     |
| 20 | SUÁREZ VELÁSQUEZ, DAMARIS LUCERO | La lengua originaria en los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial "Clara Castillo de Gayozzo" - Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Edggar Héctor Valencia Aguilar                |
| 21 | URPI ROMANI, Lidia               | Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial "San Juan de Miraflores" de Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Frida Mayhua Quispe                                   |
| 22 | VALENCIA LLANTOY, Kelly Magdiel  | Saber comunal en los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial "Nuestra Señora del Rosario" de Soccoscocha - Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca           |
| 23 | VILLANUEVA CURO, Greta           | Prácticas culturales en docentes de la Institución Educativa Inicial "Nuestra Señora de las Mercedes" - Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Freddy Roland Pineda Tapia                          |
| 24 | YALO DE LA CRUZ, Ana Luz         | Expresión oral en quechua en los estudiantes de la Institución Educativa Inicial "José Félix Iguain" Intay- Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Lic. Máximo Contreras Cconovilca                    |
| 25 | YUCRA ÑAUPA, Victoria            | Desarrollo de habilidades motrices básicas en los niños de la Institución Educativa Inicial "Hospital Baja" - Huanta, 2025<br><b>Docente asesor:</b> Mg. Freddy Roland Pineda Tapia                    |

**ARTICULO SEGUNDO.- DISPONER** que, el área de Repositorio Institucional registre e inscriba en la base de datos los Proyectos de Investigación para el control correspondiente.

**ARTICULO TERCERO.- ENCARGAR** al Webmaster de la Escuela la publicación en la Página Web y en el Portal de Transparencia.

**REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHIVESE**

**DISTRIBUCIÓN:**  
Interesados (as)  
Archivo  
M.J.L.P/D.G.(c)  
prd/sec.



**Mg. María J. León Peralta**  
DIRECTORA GENERAL

Jr. Razuhuilca 624 - Huanta  
Teléfono (066) 281260  
www.eesppisco.edu.pe  
informes@eespisco.edu.pe

## Anexo 2

RD de Expendio del Trabajo de Investigación.

*"Educar en la Diversidad Construimos un País Justo y Solidario"*



**ESCUELA DE EDUCACIÓN  
SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"**  
RM.Nº 267-2020-MINEDU  
RM N° 420-2024-MINEDU

**FORMACIÓN INICIAL DOCENTE**  
**RESOLUCIÓN DIRECTORAL DE EXPEDITO DE  
TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**  
**R.D. No. 0302 -2026- EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA**

**Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR**  
DIRECTOR GENERAL (e)  
RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR



**HUANTA - 2026**



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
HUANTA - AYACUCHO

Ley Creación N° 15737  
Reapertura RM. N° 228-82-ED  
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED  
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED  
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU  
RM No 429-2024-MINEDU

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

*Resolución Directoral N° 0302-2026-EESP.Púb."JSCO"/DG-HTA*

Huanta, 13 de mayo del 2026

Visto, el **INFORME No 151-2026-RAI-EESPP"JSCO"-HTA**, con **EXP.TM20262252 - F** del Área de Investigación quien emite **Opinión Favorable de Expedito de Trabajo de Investigación**.



**CONSIDERANDO:**

La **LEY N° 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS No 010-2017-MINEDU** Aprueban Reglamento de la Ley N° 30512, **DU No 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **DS N° 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia N° 017\_2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **LEY N° 31653** Ley que Modifica la Ley 30512, **RM No 130-2025-MINEDU** Lineamientos Generales Académicos, **RM No 244-2025-MINEDU** Disposiciones que regulan la gestión de los procesos académicos en las Escuelas de Educación Superior Pedagógicas Públicas - Privadas y demás normas.

Asimismo, la Ley Universitaria No 30220 en su tercera disposición complementaria final, **Títulos y Grados otorgados por instituciones y escuelas de educación superior**, precisa que, mantienen el régimen académico de gobierno y de economía establecidos por las leyes que los rigen. Tienen los deberes y derechos que confiere la presente Ley para otorgar en nombre de la Nación el Grado de Bachiller en Educación, equivalentes a los otorgados por las universidades del país, que son válidos para su reconocimiento nacional y para la realización de estudios de maestría, y, por tanto, su inscripción y registro en SUNEDU en estricto cumplimiento a la normativa vigente.

Que, es política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caveró Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; tiene como fin fomentar la investigación e innovación en los/las estudiantes de Formación Inicial Docente para ofrecer a la sociedad maestros y maestras capaces de producir conocimientos pedagógicos que contribuyan al mejoramiento continuo de la calidad de la educación en el contexto local, regional y nacional, asimismo, garantizar su acreditación con el Grado Académico de Bachiller en Educación para su reconocimiento como tal en la sociedad.

Que es necesario aprobar en calidad de expedito los Trabajos de Investigación, presentados por los/las egresados de Formación Inicial Docente pertenecientes a los Programas de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, Educación Primaria Intercultural Bilingüe y Educación Física para garantizar se acredite como Bachiller en Educación.

Que, teniendo el informe aval de expedito en concordancia al Reglamento de Investigación y al Reglamento de Grados y Títulos 2025 de la Escuela emitido por el responsable del Área de Investigación y en el marco de mis facultades amparado en la RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR, por tanto;



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
HUANTA – AYACUCHO

Ley Creación N° 18737  
Resolución RM N° 225-82-ED  
Adecuación a Instituto DS N° 010-85-ED  
Autorización de Funcionamiento DS N° 09-94-ED  
Escuela de Educación RM N° 267-2020-MINEDU  
RM No 420-2024-MINEDU

SE RESUELVE:

PRIMERO. – **DECLARAR EXPEDITO** los **TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN** siguientes:

| PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE |                                       |                                                                                                                              |                                                   |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Nº                                                               | AUTOR                                 | TRABAJO DE INVESTIGACIÓN                                                                                                     | LÍNEA DE INVESTIGACIÓN                            |
| 1                                                                | MARQUEZ ALMINAGORTA, Karen Dionelinda | Conducta sexual en las niñas y niños de la Institución Educativa Inicial N°38256/Mx-P "María Urribarri Gómez" de Huanta 2025 | Atención integral del infante, niño y adolescente |
| 2                                                                | LUDEÑA ROJAS, Mehrling Lia            | El pensamiento lógico en los niños de la Institución Educativa Inicial N°429-30/Mx-P de Pucaraqay, 2025                      | Atención integral del infante, niño y adolescente |
| 3                                                                | PEREZPALMA PAREDES, Cris Delisa       | Conocimientos ancestrales en niños de la Institución Educativa "San Juan de Miraflores" - Huanta, 2025                       | Atención integral del infante, niño y adolescente |
| 4                                                                | URPI ROMANI, Lidia                    | Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial "San Juan de Miraflores" de Huanta, 2025           | Atención integral del infante, niño y adolescente |

| PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA |                           |                                                                                                                                                      |                               |
|------------------------------------------|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| Nº                                       | AUTOR                     | TRABAJO DE INVESTIGACIÓN                                                                                                                             | LÍNEA DE INVESTIGACIÓN        |
| 1                                        | BAUTISTA ANCHO, Nino Omar | Hábitos alimenticios de los deportistas de voleibol en el cuarto grado de la Institución Educativa Nivel Secundaria "González Vigil" de Huanta, 2025 | Actividad física y recreativa |
| 2                                        | YARANGA CURI, Elid Rutmer | La coordinación motriz en los estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa "José María Arguedas" - Huanta, 2025                           | Actividad física y recreativa |

SEGUNDO. - **AUTORIZAR**, a partir de la fecha, continuar con los trámites para la Sustentación del Trabajo de Investigación cumpliendo con los requisitos establecidos en el Reglamento de Investigación y Grados y Títulos 2025 de la Escuela.

TERCERO.- **COMUNICAR**, a las áreas internas, a los/las interesados (as), asimismo, subir a la web institucional para los fines administrativos pertinentes.

**REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE**

**DISTRIBUCIÓN:**

Interesados (as)  
Archivo  
WMAV/D.G.(e)  
prd/sec.



Dr. Walter Alanís Arte Villa  
DIRECTOR GENERAL

Jr. Razuhulica 624 – Huanta  
Telefax (068) 321070  
www.eesppisco.edu.pe  
comunicaciones@eesppisco.edu.pe

### Anexo 3

#### RD de Fecha de Sustentación del Trabajo de Investigación.



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737  
Reapertura RM N° 228-83-ED  
Adecuación a Instituto DS N° 015-85-ED  
Autorización de Funcionamiento DS N° 05-94-ED  
Escuela de Educación RM N° 267-2020-MINEDU  
RM no 420-2024-MINEDU

#### Resolución Directoral No. 0061-2026-EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 2 de febrero de 2026

Visto, el Expediente **TM20260282-F** de fecha **23 de enero del 2026** y la **Resolución Directoral de Expedito No 0006-2026-EESP Pub."JSCO"/D.G.-HTA** de fecha **9 de enero del 2026**;



#### CONSIDERANDO:

La **LEY N° 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS No 010-2017-MINEDU** Aprueban Reglamento de la Ley N° 30512, **DU No 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **DS N° 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia N° 017\_2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512 y **LEY N° 31653** Ley que Modifica la Ley 30512; **RM No 130-2025-MINEDU** Lineamientos Generales Académicos, **RM No 244-2025-MINEDU** y demás normas;

Que, la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caveró Ovalle" de Huanta, institución licenciada mediante la **RM No 267-2020-MINEDU/RM No 420-2024-MINEDU** y en amparo a la normativa general, Documentos de Gestión Institucional, Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos, tiene facultad de planificar, organizar, ejecutar y evaluar el proceso de otorgamiento del Grado de los egresados de formación inicial docente y garantizar su acreditación con el Grado Académico de Bachiller en Educación;

Qué, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caveró Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del **Grado Académico de Bachiller en Educación** a los(as) egresados de los Programas de Estudios de Formación Inicial Docente previa sustentación del Trabajo de Investigación y su respectiva aprobación en concordancia a la normativa general y documentos de gestión institucional;

Que, estando conforme al Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación, Reglamento de Grados y Títulos, Reglamento Institucional, a la Ley No 30512 Ley General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados, su reglamento y modificatorias y a los Lineamientos Académicos Generales (**RM No 130-2025-MINEDU**) y a las Disposiciones que regulan la gestión de los procesos académicos en las Escuelas de Educación Superior Pedagógica Públicas y Privadas (**RM No 244-2025-MINEDU**) que señalan que, el proceso de otorgamiento del Grado Académico de Bachiller en Educación es mediante la sustentación del trabajo de investigación, con el fin de generar conocimientos y propuestas que contribuyan a la mejora continua de la calidad de la educación;



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
Huanta - Ayacucho

Ley Creación Nº 18137  
Resolución RM Nº 22843-E3  
Adecuación a Instituto OS Nº 010-85-E3  
Autorización de Funcionamiento OS Nº 09-94-E3  
Escuela de Educación PM Nº 257-2005-MP-E3/J  
RM Nº 425-2004-MP-E3/J

Que, de conformidad a los considerandos mencionados y facultado por el **RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR;**

**SE RESUELVE:**

**PRIMERO.- AUTORIZAR la SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN** conducente a la **OBTENCIÓN DEL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN**, de acuerdo al siguiente detalle:

| TRABAJO DE INVESTIGACIÓN                                                                                            |                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| LONCHERAS SALUDABLES EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL "SAN JUAN DE MIRAFLORES" DE HUANTA, 2025. |                                                   |
| LÍNEA DE INVESTIGACIÓN                                                                                              | ATENCIÓN INTEGRAL DEL INFANTE, NIÑO Y ADOLESCENTE |
| FORMACION INICIAL DOCENTE                                                                                           |                                                   |
| EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE                                                                            |                                                   |
| AUTOR(A)                                                                                                            | URPI ROMANI, LIDIA                                |
| FECHA                                                                                                               | 21 DE JUNIO DEL 2026                              |
| HORA                                                                                                                | 8:00 A.M.                                         |
| LUGAR                                                                                                               | AUDITORIO INSTITUCIONAL                           |

**SEGUNDO.- COMUNICAR** al interesado (a) y áreas internas del contenido del presente acto resolutivo.

**TERCERO.- PÚBLICAR** la resolución en la web institucional.

**REGISTRESE, COMUNIQUESE Y ARCHIVESE**



*[Firma manuscrita]*  
Dr. Walter Mariscal Arce Villar  
DIRECTOR GENERAL

**DISTRIBUCIÓN:**

Interesado/a  
Dir. Adm. (01)  
Sec. Acad. (01)  
Archivo (01)  
WMAV/D.G. (e)  
prd/sec.

Jr. Rázuñuica 624 - Huanta  
Teléfono: 281260  
www.eesppjsco.edu.pe  
informes@eesppjsco.edu.pe

## Anexo 4

### RD de Designación de Jurados.



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
**"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"**  
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737  
Reapertura RM N° 228-82-ED  
Adecuación a Instituto DS N° 010-85-ED  
Autorización de Funcionamiento DS N° 09-94-ED  
Escuela de Educación RM N° 267-2020-MINEDU  
RM No 420-2024-MINEDU

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

*Resolución Directoral N° 00349-2026-EEESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA*

Huanta, 1 de junio de 2026

Visto, el Expediente *TM20262522-F* de fecha *27 de mayo del 2026* y la *Resolución Directoral de Expedito No 0302-2026-EESP Pub."JSCO"/D.G.-HTA* de fecha *13 de mayo del 2026*;

 **CONSIDERANDO:**

La **LEY N° 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS No 010-2017-MINEDU** Aprueban Reglamento de la Ley N° 30512, **DU No 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **DS N° 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia N° 017\_2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512 y **LEY N° 31653** Ley que Modifica la Ley 30512; RM No 130-2025-MINEDU Lineamientos Generales Académicos, Rm No 420-2024-MINEDU y demás normas;

Que, la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, institución licenciada mediante la RM No 267-2020-MINEDU/RM No 420-2024-MINEDU y en amparo a la normativa general, Documentos de Gestión Institucional, Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos, tiene facultad de planificar, organizar, ejecutar y evaluar el proceso de otorgamiento de Grado de los egresados de formación inicial docente y garantizar su acreditación con el Grado Académico de Bachiller en Educación;

Qué, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del **Grado Académico de Bachiller en Educación** a los(as) egresados de los Programas de Estudios de Formación Inicial Docente previa sustentación del Trabajo de Investigación y su respectiva aprobación en concordancia a la normativa general y documentos de gestión institucional;

Que, estando conforme al Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación, Reglamento de Grados y Títulos, a la Ley No 30512 Ley General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados, su reglamento y modificatorias, a los Lineamientos Académicos Generales (RM No 130-2025-MINEDU) y a las Disposiciones que regulan la gestión de los procesos académicos en las Escuelas de Educación Superior Pedagógica Públicas y Privadas (RM No 244-2025-MINEDU) que señalan que, el proceso de otorgamiento del Grado Académico de Bachiller en Educación es mediante la sustentación del trabajo de investigación, con el fin de generar conocimientos y propuestas que contribuyan a la mejora continua de la calidad de la educación;

Jr. Razuhuilca 624 – Huanta  
Teléfono: 281260  
www.eesppjsco.edu.pe  
informes@eesppjsco.edu.pe



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737  
Rengeneración (RM N° 228-82-ED)  
Adecuación a Instituto (DS N° 010-85-ED)  
Autorización de Funcionamiento (DS N° 09-94-ED)  
Escuela de Educación (RM N° 267-2025-MINEDU)  
RM N° 425-2024-MINEDU

Que, de conformidad a los considerandos y facultado por la **RDRS**  
**No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR;**

**SE RESUELVE:**

**PRIMERO.- NOMINAR;** a los **MIEMBROS DEL JURADO EXAMINADOR**  
**DE LA SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN,** tal como se detalla a  
continuación:

|                              |                   |                                     |
|------------------------------|-------------------|-------------------------------------|
| <b>JURADO<br/>EXAMINADOR</b> | <b>PRESIDENTE</b> | Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR      |
|                              | <b>SECRETARIO</b> | Mg. EDHIGAR HECTOR VALENCIA AGUILAR |
|                              | <b>VOCAL</b>      | Mg. FREDDY ROLAND PINEDA TAPIA      |

|                                                                                                                                |                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <b>TRABAJO DE INVESTIGACIÓN</b>                                                                                                |                                                              |
| <b>LONCHERAS SALUDABLES EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA INSTITUCIÓN<br/>EDUCATIVA INICIAL "SAN JUAN DE MIRAFLORES" DE HUANTA, 2025.</b> |                                                              |
| <b>LÍNEA DE INVESTIGACIÓN</b>                                                                                                  | <b>ATENCIÓN INTEGRAL DEL INFANTE, NIÑO Y<br/>ADOLESCENTE</b> |
| <b>FORMACION INICIAL DOCENTE</b>                                                                                               |                                                              |
| <b>EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE</b>                                                                                |                                                              |
| <b>AUTOR (A)</b>                                                                                                               | <b>URPI ROMANI, LIDIA</b>                                    |
| <b>FECHA</b>                                                                                                                   | <b>21 DE JUNIO DEL 2026</b>                                  |
| <b>HORA</b>                                                                                                                    | <b>8:00 A.M.</b>                                             |
| <b>LUGAR</b>                                                                                                                   | <b>AUDITORIO INSTITUCIONAL</b>                               |

**SEGUNDO.- COMUNICAR** al Jurado Examinador e interesado(a), el contenido  
del presente acto resolutivo.

**TERCERO.- AUTORIZAR** la compensación económica a favor de los  
miembros del Jurado Examinador conforme a las tasas establecidas en el TUPA 2026.

**REGISTRESE, COMUNIQUESE Y ARCHIVESE**

ESCUOLA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
HUANTA  
Dr. Walter Mariano Arce Villar  
DIRECTOR GENERAL

**DISTRIBUCIÓN:**

Interesado/a  
Dir. Adm. (01)  
Sec. Acad. (01)  
Archivo (01)  
WMARV/D.G. (e)  
prd/sec.

Jr. Razuhuilca 624 – Huanta  
Teléfono: 281260  
www.eesppjsco.edu.pe  
informes@eesppjsco.edu.pe

## Anexo 5

Matriz de consistencia.

| PROBLEMA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | OBJETIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | VARIAIBLES, DIMENSIONES                                                                                                                                                                                                                     | METODOLOGÍA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Problema general:</b><br/>¿Qué características presentan las loncheras saludables de los niños y niñas en la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025?</p> <p><b>Problemas específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es el valor nutricional de las loncheras saludables en los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025?</li> <li>• ¿Qué prácticas de higiene y manipulación de alimentos se observa en las loncheras saludables de los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025?</li> <li>• ¿Qué grado de diversidad y aceptabilidad de alimentos presentan los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025?</li> </ul> | <p><b>Objetivo general:</b><br/>Identificar las características de las loncheras saludables de los niños y niñas en la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir el valor nutricional de los alimentos que presentan las loncheras saludables de los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.</li> <li>• Describir las condiciones de higiene y manipulación de alimentos en las loncheras saludables de los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.</li> <li>• Describir la diversidad y aceptabilidad de alimentos incluídas en las loncheras saludables de los niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025.</li> </ul> | <p><b>Variable:</b><br/><b>Lonchera saludable</b></p> <p><b>Dimensiones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Valor nutricional</li> <li>✓ Higiene y manipulación de alimentos</li> <li>✓ Diversidad y aceptabilidad</li> </ul> | <p><b>Tipo de estudio:</b><br/>Investigación Básica<br/><b>Nivel:</b><br/>Investigación Descriptiva<br/><b>Método de estudio:</b><br/>Descriptivo<br/>Inductivo – deductivo<br/><b>Diseños de investigación:</b><br/>Descriptivo simple<br/>M----O<br/><b>Población Censal:</b><br/>Población: 15 estudiantes de 5 años de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025<br/><b>Técnicas de muestreo:</b><br/>No probabilístico intencional<br/><b>Técnicas:</b> Observación<br/><b>Instrumentos:</b> Ficha de observación<br/><b>Validez y confiabilidad</b><br/><b>Validez:</b> juicio de expertos<br/><b>Confiabilidad:</b> pilotaje – Alfa de Cronbach<br/><b>Técnicas de procesamiento:</b><br/>Estadística descriptiva</p> |

## Anexo 6

### Matriz Operacionalización de variable.

| Variable                  | Definición conceptual                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Definición operacional                                                                                                                                                                                                        | Dimensiones                         | Indicadores                          | Escala de medición                                    |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| <b>Lonchera saludable</b> | Según la Organización Panamericana de la Salud (2012) menciona que “las loncheras dentro de los centros educativos son componentes esenciales en la alimentación de los alumnos, debido al tener una buena nutrición, tendrán un positivo rendimiento y concentración en la jornada escolar” (p. 14). | La variable de estudio sobre la lonchera saludable tiene tres dimensiones que fueron evaluadas mediante la técnica de la observación con un instrumento la ficha de observación, asimismo será medido con una escala ordinal. | Valor nutricional                   | Inclusión de alimentos energéticos   | <b>Ordinal</b><br>1=Nunca<br>2 =A veces<br>3 =Siempre |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |                                     | Inclusión de alimentos constructores |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |                                     | Inclusión de alimentos reguladores   |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               | Higiene y manipulación de alimentos | Limpieza de los alimentos            |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |                                     | Empleo de recipientes seguros        |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |                                     | Conservación adecuada                |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               | Diversidad y aceptabilidad          | Variedad de alimentos                |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |                                     | Preferencias del niño                |                                                       |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |                                     | Presentación atractiva               |                                                       |

## Anexo 7

Matriz instrumental.

| VARIABLE                | DIMENCIONES                               | INDICADOR                                                                                                                                                                        | TECNICAS    | INSTRUMENTOS         | N°<br>ITEMS | ESCALA  | VALORACION                          |
|-------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------------|---------|-------------------------------------|
| LONCHERAS<br>SALUDABLES | VALOR<br>NUTRICIONAL                      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Inclusión de alimentos energéticos</li><li>• Inclusión de alimentos constructores</li><li>• Inclusión de alimentos reguladores</li></ul> | Observación | Ficha de observación | 1-6         | Ordinal | 1=Nunca<br>2 =A veces<br>3 =Siempre |
|                         | HIGIENE Y<br>MANIPULACIÓN<br>DE ALIMENTOS | <ul style="list-style-type: none"><li>• Limpieza de los alimentos</li><li>• Empleo de recipientes seguros</li><li>• Conservación adecuada</li></ul>                              | Observación | Ficha de observación | 7-12        | Ordinal | 1=Nunca<br>2 =A veces<br>3 =Siempre |
|                         | DIVERSIDAD Y<br>ACEPTABILIDAD             | <ul style="list-style-type: none"><li>• Variedad de alimentos</li><li>• Preferencias del niño</li><li>• Presentación atractiva</li></ul>                                         | Observación | Ficha de observación | 13-18       | Ordinal | 1=Nunca<br>2 =A veces<br>3 =Siempre |

## Anexo 8

Instrumento de Recolección de Datos.

### FICHA DE OBSERVACIÓN PARA EVALUAR LONCHERAS SALUDABLES

**TITULO DE INVESTIGACIÓN:** Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025

**INVESTIGADORA:** Urpi Romani, Lidia

**Programa de estudio de Educación Inicial Intercultural Bilingüe.**

| N° | VALOR NUTRICIONAL                           |                                         |                                         |                                                          |                                                                  |                                                                     | HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS                       |                                                         |                               |                                                             |                                                                                 |                                                    | DIVERSIDAD Y ACEPTABILIDAD                             |                                                  |                                               |                                                        |                                                              |                                                             |
|----|---------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
|    | Inclusión de alimentos energéticos          |                                         | Inclusión de alimentos constructores    |                                                          | Inclusión de alimentos reguladores                               |                                                                     | Limpieza de los alimentos                                 |                                                         | Empleo de recipientes seguros |                                                             | Conservación adecuada                                                           |                                                    | Variedad de alimentos                                  |                                                  | Preferencias del niño                         |                                                        | Presentación atractiva                                       |                                                             |
|    | Traen alimentos que contiene carbohidratos. | Contiene frutas frescas en la lonchera. | Traen alimentos que contienen proteínas | Se evitan comer embutidos (salchichas, jamón procesado). | Hay verduras crudas o cocidas en la lonchera (zanahoria, pepino) | Se incluye agua o infusiones naturales en lugar de jugos azucarados | Los alimentos están lavados y desinfectados correctamente | Se evita el consumo de alimentos crudos sin higienizar. | Se usan envases de plástico.  | Se evita el uso de bolsas plásticas no aptas para alimentos | Los alimentos perecibles se mantienen frescos (usando hieleras si es necesario) | Se evita dejar la lonchera expuesta al sol o calor | Mantiene limpio la lonchera para llevar los alimentos. | Incluye al menos 3 grupos alimenticios distintos | El niño consume la mayor parte de su lonchera | Se evitan alimentos que el niño rechaza constantemente | Los alimentos están cortados en formas llamativas para niños | Se usan colores variados para hacerla visualmente atractiva |
| 1  | 3                                           | 3                                       | 1                                       | 2                                                        | 1                                                                | 3                                                                   | 2                                                         | 2                                                       | 3                             | 2                                                           | 2                                                                               | 2                                                  | 2                                                      | 1                                                | 2                                             | 2                                                      | 1                                                            | 2                                                           |
| 2  | 2                                           | 3                                       | 2                                       | 2                                                        | 2                                                                | 2                                                                   | 3                                                         | 2                                                       | 2                             | 2                                                           | 3                                                                               | 2                                                  | 3                                                      | 2                                                | 2                                             | 2                                                      | 2                                                            | 2                                                           |
| 3  | 2                                           | 2                                       | 2                                       | 3                                                        | 2                                                                | 3                                                                   | 2                                                         | 2                                                       | 2                             | 2                                                           | 2                                                                               | 1                                                  | 3                                                      | 2                                                | 3                                             | 2                                                      | 2                                                            | 2                                                           |
| 4  | 2                                           | 2                                       | 3                                       | 2                                                        | 2                                                                | 3                                                                   | 2                                                         | 2                                                       | 3                             | 1                                                           | 1                                                                               | 3                                                  | 3                                                      | 1                                                | 2                                             | 3                                                      | 1                                                            | 2                                                           |
| 5  | 3                                           | 3                                       | 2                                       | 2                                                        | 3                                                                | 2                                                                   | 1                                                         | 2                                                       | 3                             | 1                                                           | 2                                                                               | 2                                                  | 2                                                      | 1                                                | 3                                             | 2                                                      | 1                                                            | 1                                                           |
| 6  | 3                                           | 3                                       | 3                                       | 2                                                        | 2                                                                | 2                                                                   | 2                                                         | 2                                                       | 2                             | 1                                                           | 2                                                                               | 2                                                  | 2                                                      | 1                                                | 2                                             | 2                                                      | 2                                                            | 1                                                           |
| 7  | 2                                           | 2                                       | 2                                       | 2                                                        | 3                                                                | 2                                                                   | 2                                                         | 2                                                       | 2                             | 2                                                           | 2                                                                               | 2                                                  | 2                                                      | 2                                                | 3                                             | 2                                                      | 2                                                            | 1                                                           |
| 8  | 2                                           | 2                                       | 2                                       | 2                                                        | 2                                                                | 2                                                                   | 2                                                         | 2                                                       | 2                             | 2                                                           | 2                                                                               | 2                                                  | 2                                                      | 2                                                | 3                                             | 2                                                      | 2                                                            | 2                                                           |

|           |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| <b>9</b>  | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 |
| <b>10</b> | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 |
| <b>11</b> | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 |
| <b>12</b> | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| <b>13</b> | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 |
| <b>14</b> | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| <b>15</b> | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |

**LEYENDA:**

|              |                |                |
|--------------|----------------|----------------|
| <b>Nunca</b> | <b>A veces</b> | <b>Siempre</b> |
| 1            | 2              | 3              |

*Validación por Juicio de Expertos.*

Plumbeus



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"

FICHA DE VALIDACIÓN  
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

DATOS GENERALES:

Título de la Investigación: Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial "San Juan de Miraflores" de Huanta, 2025.

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Ficha de observación Pre Test / Post Test - Loncheras Saludables.

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

| INDICADORES         | CRITERIOS                                               | DEFICIENTE |    |    |    | BAJA |    |    |    | REGULAR |    |    |    | BUENO |    |    |    | MUY BUENO |    |    |     |
|---------------------|---------------------------------------------------------|------------|----|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|-----|
|                     |                                                         | 0          | 6  | 11 | 16 | 21   | 26 | 31 | 36 | 41      | 46 | 51 | 56 | 61    | 66 | 71 | 76 | 81        | 86 | 91 | 96  |
|                     |                                                         | 5          | 10 | 15 | 20 | 25   | 30 | 35 | 40 | 45      | 50 | 55 | 60 | 65    | 70 | 75 | 80 | 85        | 90 | 95 | 100 |
| 11. CLARIDAD        | Está formulado con lenguaje propio                      |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |
| 12. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |
| 13. ACTUALIDAD      | Adecuado el avance de la ciencia pedagógica             |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |
| 14. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica                          |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |
| 15. SUFICIENCIA     | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |
| 16. INTENCIONALIDAD | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |
| 17. CONSISTENCIA    | Basado en aspectos técnicos científicos                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |
| 18. COHERENCIA      | Entre los ítems e indicadores                           |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |
| 19. METODOLOGÍA     | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |
| 20. PERTINENCIA     | Es útil y adecuado para la investigación                |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | 95 |     |

PROMEDIO DE VALORACION

95

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente ( ) b) Baja ( ) c) Regular ( ) d) Buena ( ) e) Muy Buena (X)

Buena (X)

|                     |                           |     |          |
|---------------------|---------------------------|-----|----------|
| Nombres y Apellidos | Bibiana Alcaraz Carvajal  | DNI | 31466920 |
| Título Profesional  | Lic. Educación Secundaria |     |          |
| Especialidad        | Biología - Química        |     |          |
| Grado Académico     | Doctor                    |     |          |
| Mención             | En Educación              |     |          |

Lugar y fecha: Huanta, ..... de junio 2025



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"  
FICHA DE VALIDACIÓN  
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

DATOS GENERALES:

Título de la Investigación: Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial "San Juan de Miraflores" de Huanta, 2025.

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Ficha de observación Pre Test / Post Test – Loncheras Saludables.

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

| ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN |                                                         |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    |     |    |
|---------------------------|---------------------------------------------------------|------------|----|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|-----|----|
| INDICADORES               | CRITERIOS                                               | DEFICIENTE |    |    |    | BAJA |    |    |    | REGULAR |    |    |    | BUENO |    |    |    | MUY BUENO |    |    |     |    |
|                           |                                                         | 0          | 5  | 10 | 15 | 16   | 21 | 26 | 31 | 36      | 41 | 46 | 51 | 56    | 61 | 66 | 71 | 76        | 81 | 86 | 91  | 96 |
|                           |                                                         | 5          | 10 | 15 | 20 | 25   | 30 | 35 | 40 | 45      | 50 | 55 | 60 | 65    | 70 | 75 | 80 | 85        | 90 | 95 | 100 |    |
| 1. CLARIDAD               | Está formulado con lenguaje propio                      |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |
| 2. OBJETIVIDAD            | Está expresado en conductas observables                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |
| 3. ACTUALIDAD             | Adecuado al avance de la ciencia pedagógica             |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |
| 4. ORGANIZACIÓN           | Existe una organización lógica                          |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |
| 5. SUFICIENCIA            | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |
| 6. INTENCIONALIDAD        | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |
| 7. CONSISTENCIA           | Basado en aspectos técnicos científicos                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |
| 8. COHERENCIA             | Entre los ítems e indicadores                           |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |
| 9. METODOLOGÍA            | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |
| 10. PERTINENCIA           | Es útil y adecuado para la investigación                |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    |    | ✓   |    |

PROMEDIO DE VALORACION

95

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente ( ) b) Baja ( ) c) Regular ( ) d) Buena (x) e) Muy Buena ( )

|                     |                                |     |          |
|---------------------|--------------------------------|-----|----------|
| Nombres y Apellidos | Frida Mayhua Quispe            | DNI | 43499113 |
| Título Profesional  | Licenciada en Educación        |     |          |
| Especialidad        | Educación Inicial              |     |          |
| Grado Académico     | Magister                       |     |          |
| Mención             | Administración de la Educación |     |          |

Lugar y fecha: Huanta, 26 de junio 2025

## Anexo 10

### Prueba de Confiabilidad del Instrumento.

#### Estadísticas de total de elemento

|             | Media de escala<br>si el elemento<br>se ha suprimido | Varianza de<br>escala si el<br>elemento se ha<br>suprimido | Correlación total<br>de elementos<br>corregida | Correlación<br>múltiple al<br>cuadrado | Alfa de<br>Cronbach si el<br>elemento se ha<br>suprimido |
|-------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Pregunta 1  | 35,33                                                | 46,952                                                     | ,563                                           | .                                      | ,922                                                     |
| Pregunta 2  | 35,27                                                | 46,210                                                     | ,638                                           | .                                      | ,920                                                     |
| Pregunta 3  | 35,53                                                | 47,552                                                     | ,468                                           | .                                      | ,924                                                     |
| Pregunta 4  | 35,40                                                | 45,829                                                     | ,736                                           | .                                      | ,917                                                     |
| Pregunta 5  | 35,53                                                | 47,552                                                     | ,600                                           | .                                      | ,921                                                     |
| Pregunta 6  | 35,27                                                | 45,638                                                     | ,709                                           | .                                      | ,918                                                     |
| Pregunta 7  | 35,80                                                | 46,743                                                     | ,720                                           | .                                      | ,918                                                     |
| Pregunta 8  | 35,60                                                | 46,400                                                     | ,661                                           | .                                      | ,919                                                     |
| Pregunta 9  | 35,33                                                | 46,238                                                     | ,652                                           | .                                      | ,919                                                     |
| Pregunta 10 | 35,87                                                | 46,838                                                     | ,644                                           | .                                      | ,920                                                     |
| Pregunta 11 | 35,87                                                | 47,981                                                     | ,489                                           | .                                      | ,923                                                     |
| Pregunta 12 | 35,73                                                | 47,352                                                     | ,537                                           | .                                      | ,922                                                     |
| Pregunta 13 | 35,33                                                | 46,667                                                     | ,599                                           | .                                      | ,921                                                     |
| Pregunta 14 | 35,87                                                | 46,124                                                     | ,600                                           | .                                      | ,921                                                     |
| Pregunta 15 | 35,20                                                | 45,886                                                     | ,669                                           | .                                      | ,919                                                     |
| Pregunta 16 | 35,47                                                | 46,552                                                     | ,683                                           | .                                      | ,919                                                     |
| Pregunta 17 | 35,87                                                | 46,410                                                     | ,568                                           | .                                      | ,922                                                     |
| Pregunta 18 | 36,07                                                | 47,210                                                     | ,516                                           | .                                      | ,923                                                     |

#### Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de<br>Cronbach | Alfa de<br>Cronbach<br>basada en<br>elementos<br>estandarizados | N de elementos |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------|
| ,924                | ,926                                                            | 18             |

## Anexo 11

### Matriz de Datos

|             | LONCHERAS SALUDABLES |        |        |        |        |        |       |                                     |        |        |        |        |        |       |                            |        |        |        |        |        |       |       |
|-------------|----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|-------------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|----------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|
| ESTUDIANTES | VALOR NUTRICIONAL    |        |        |        |        |        |       | HIGIENE Y MANIPULACION DE ALIMENTOS |        |        |        |        |        |       | DIVERSIDAD Y ACEPTABILIDAD |        |        |        |        |        |       | SUMA  |
| Nº          | ITEMS1               | ITEMS2 | ITEMS3 | ITEMS4 | ITEMS5 | ITEMS6 | TOTAL | ITEMS1                              | ITEMS2 | ITEMS3 | ITEMS4 | ITEMS5 | ITEMS6 | TOTAL | ITEMS1                     | ITEMS2 | ITEMS3 | ITEMS4 | ITEMS5 | ITEMS6 | TOTAL | TOTAL |
| 1           | 3                    | 3      | 1      | 2      | 1      | 3      | 13    | 2                                   | 2      | 3      | 2      | 2      | 2      | 13    | 2                          | 1      | 2      | 2      | 1      | 2      | 10    | 36    |
| 2           | 2                    | 3      | 2      | 2      | 2      | 2      | 13    | 3                                   | 2      | 2      | 2      | 3      | 2      | 14    | 3                          | 2      | 2      | 2      | 2      | 2      | 13    | 40    |
| 3           | 2                    | 2      | 2      | 3      | 2      | 3      | 14    | 2                                   | 2      | 2      | 2      | 2      | 1      | 11    | 3                          | 2      | 3      | 2      | 2      | 2      | 14    | 39    |
| 4           | 2                    | 2      | 3      | 2      | 2      | 3      | 14    | 2                                   | 2      | 3      | 1      | 1      | 3      | 12    | 3                          | 1      | 2      | 3      | 1      | 2      | 12    | 38    |
| 5           | 3                    | 3      | 2      | 2      | 3      | 2      | 15    | 1                                   | 2      | 3      | 1      | 2      | 2      | 11    | 2                          | 1      | 3      | 2      | 1      | 1      | 10    | 36    |
| 6           | 3                    | 3      | 3      | 2      | 2      | 2      | 15    | 2                                   | 2      | 2      | 1      | 2      | 2      | 11    | 2                          | 1      | 2      | 2      | 2      | 1      | 10    | 36    |
| 7           | 2                    | 2      | 2      | 2      | 3      | 2      | 13    | 2                                   | 2      | 2      | 2      | 2      | 2      | 12    | 2                          | 2      | 3      | 2      | 2      | 1      | 12    | 37    |
| 8           | 2                    | 2      | 2      | 2      | 2      | 2      | 12    | 2                                   | 2      | 2      | 2      | 2      | 2      | 12    | 2                          | 2      | 3      | 2      | 2      | 2      | 13    | 37    |
| 9           | 2                    | 3      | 2      | 3      | 2      | 3      | 15    | 2                                   | 2      | 3      | 2      | 2      | 2      | 13    | 2                          | 2      | 3      | 3      | 3      | 2      | 15    | 43    |
| 10          | 3                    | 3      | 2      | 3      | 2      | 3      | 16    | 2                                   | 3      | 3      | 2      | 1      | 2      | 13    | 3                          | 3      | 3      | 2      | 2      | 1      | 14    | 43    |
| 11          | 3                    | 3      | 2      | 2      | 2      | 3      | 15    | 2                                   | 2      | 2      | 2      | 2      | 2      | 12    | 2                          | 2      | 3      | 2      | 1      | 2      | 12    | 39    |
| 12          | 2                    | 2      | 3      | 3      | 2      | 3      | 15    | 2                                   | 1      | 2      | 2      | 2      | 2      | 11    | 2                          | 2      | 2      | 2      | 1      | 1      | 10    | 36    |
| 13          | 3                    | 3      | 2      | 2      | 2      | 2      | 14    | 2                                   | 3      | 2      | 2      | 1      | 1      | 11    | 3                          | 1      | 2      | 3      | 2      | 1      | 12    | 37    |
| 14          | 3                    | 2      | 1      | 3      | 2      | 2      | 13    | 1                                   | 2      | 2      | 2      | 1      | 2      | 10    | 2                          | 2      | 2      | 2      | 2      | 1      | 11    | 34    |
| 15          | 2                    | 2      | 1      | 2      | 2      | 2      | 11    | 1                                   | 2      | 3      | 2      | 2      | 2      | 12    | 3                          | 2      | 2      | 2      | 2      | 2      | 13    | 36    |

| LEYENDA |   | NIVELES Y RANGOS                    | BAREMO |         |         |
|---------|---|-------------------------------------|--------|---------|---------|
| NUNCA   | 1 |                                     | NUNCA  | A VECES | SIEMPRE |
| A VECES | 2 | LONCHERAS SALUDABLES                | (1-18) | (19-36) | (37-54) |
| SIEMPRE | 3 | VALOR NUTRICIONAL                   | (1-6)  | (7-12)  | (13-18) |
|         |   | HIGIENE Y MANIPULACION DE ALIMENTOS | (1-6)  | (7-12)  | (13-18) |
|         |   | DIVERSIDAD Y ACEPTABILIDAD          | (1-6)  | (7-12)  | (13-18) |

## Anexo 12

*Constancia de Autorización por la I.E.I que Autoriza la Aplicación.*

### **CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN**

Huanta, 04 de mayo del 2025.

Señor (@) / Lic.QUILLCA CARRANZA ,MILAGROS.

#### **Presente:**

Por el presente llego a usted en respuesta a la solicitud en la fecha 04 de mayo del 2025 presentado a su persona en el que solicita autorización para hacer el trabajo correspondiente acerca de mi investigación titulada Loncheras saludables en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial “San Juan de Miraflores” de Huanta, 2025

para luego hacer las coordinaciones correspondientes con la docente responsable de aula de 5 años.

Queda autorizada para lo que se necesite acerca del trabajo que se realice para la investigación descriptiva.

Brindándole la seguridad en el que el trabajo será debidamente desarrollado me suscribo.

Atentamente,

The image shows a blue circular official stamp of the Instituto Educativo de Investigación (I.E.I.) "San Juan de Miraflores" from Huanta. Overlaid on the stamp is a handwritten signature in blue ink. Below the signature, the text "Lic. Milagros M. Quillca Carranza" and "D.N. 1045417408 (DIRECTORA)" are printed.

.....  
Lic.QUILLCA CARRANZA, MILAGROS

## Anexo 13

### *Evidencias Fotográficas.*

#### **Figura 1**

*Manipulación y consumo de alimentos.*



*Nota.* En la imagen se puede observar que la estudiante

#### **Figura 2**

*Niños consumiendo alimentos de manera autónoma*



*Nota.* En la imagen se puede observar una alimentación saludable por parte de los estudiantes.