

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



T E S I S

**Refrigerio domestico escolar en tiempos de pandemia y medidas
higiénicas para preparado alimenticio por padres de instituciones
educativas de Tarma, 2022**

**Para optar el título profesional de:
Licenciada en Enfermería**

Autores:

Bach. Anabel Kathya JANCACHAGUA HINOSTROZA

Bach. Kevin Daniel JORGE ÑAUPARI

Asesor:

Dr. Jheysen Luis BALDEÓN DIEGO

Cerro de Pasco – Perú – 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



T E S I S

**Refrigerio domestico escolar en tiempos de pandemia y medidas
higiénicas para preparado alimenticio por padres de instituciones
educativas de Tarma, 2022**

Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:

Dra. Elsa Ruth MONTERO JARA

PRESIDENTE

Dr. Johnny Walter CARBAJAL JIMENEZ

MIEMBRO

Mg. Glenn Clemente ROSAS USURIAGA

MIEMBRO



Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión
Facultad de Ciencias de la Salud
Unidad de Investigación

INFORME DE ORIGINALIDAD N° 038-2024

La Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión ha realizado el análisis con exclusiones en el Software Turnitin Similarity, que a continuación se detalla:

Presentado por:

Anabel Kathya JANCACHAGUA HINOSTROZA
Kevin Daniel JORGE ÑAUPARI

Escuela de Formación Profesional
Enfermería

Tesis

**REFRIGERIO DOMESTICO ESCOLAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA Y
MEDIDAS HIGIENICAS PARA PREPARADO ALIMENTICIO POR PADRES
DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE TARMA, 2022.**

Asesor:

Dr. Jheysen Luis BALDEON DIEGO

Índice de Similitud: 20%

Calificativo

APROBADO

Se adjunta al presente el informe y el reporte de evaluación del software similitud.

Cerro de Pasco, 12 de enero del 2024

Dra. Raquel Tumialan Hilario
Directora de la Unidad de Investigación
Facultad de Ciencias de la Salud

DEDICATORIA

Esta tesis va dedicada a:

A Dios por haberme dado la vida y guiarme durante mi carrera profesional.

A mí Padre Oriol Jancachagua por ser el pilar en mi vida, por todo su apoyo incondicional en mi carrera GRACIAS PAPÁ, TE AMO, LO LOGRAMOS.

A mí Madre Mila Hinostroza que hasta el cielo va mi mayor inspiración para seguir adelante y nunca rendirme, donde estés estarás feliz por mis triunfos, un abrazo hasta el cielo TE AMO Mamá.

A mi familia que de una y otra manera confiaron en mi GRACIAS FAMILIA JANCACHAGUA HIINOSTROZA siempre están en mi mente y en mi corazón.

ANABEL KATHYA

La presente tesis se la dedico a Dios ya que supo guiarme por el buen camino y gracias a él he logrado concluir mi carrera.

A mí madre Olga Ñaupari Zegarra y hermanos Gustavo Jorge Ñaupari y Bruno Jorge Ñaupari quienes por ellos soy lo que soy, por su apoyo, comprensión, amor y ayuda en los momentos difíciles y me brindaron los recursos necesarios para el presente logro.

KEVIN

AGRADECIMIENTO

Expresamos nuestra gratitud a Dios, quien con su bendición pudimos lograr una de nuestras metas.

A las Instituciones Educativas de Tarma por su colaboración mediante sus Docentes y Padres, por su apoyo incondicional para lograr culminar con la investigación.

A nuestro Asesor JHEYSEN BALDEON DIEGO por ser valiosa guía durante el proceso de esta tesis.

A nuestras familias por su apoyo y creer en nosotros, y no dejarnos rendirnos ante las adversidades que se presentaron.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre el refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022. Metodología: Enfoque cuantitativo, observacional, prospectivo, transversal y analítico, nivel relacional, métodos empleados deductivo, inductivo, analítico, sintético y estadístico. El diseño fue No experimental de tipo correlacional en un muestreo aleatorio de 50 padres de escolares, aplicado como instrumentos los cuestionarios tipo Likert. Los resultados más importantes son: La variable refrigerio doméstico escolar en la mayoría (86%) saludable; sus dimensiones muestran los siguientes: del contenido del alimento es en la mayoría (84%) saludable, de la presentación del alimento en la mayoría (86%) saludable. Sobre la variable medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres la mayoría (86%) previenen las enfermedades. Conclusión: existe relación significativa entre refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia es saludable y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres previenen enfermedades en el 76%; el $p\text{-valor} = 0,037 < \alpha = 0,05$, hace que rechaza H_0 .

Palabras clave:

Refrigerio doméstico. Escolar. Tiempos de pandemia. Medidas higiénicas. Preparado alimenticio.

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between the domestic school snack in times of pandemic and hygienic measures for food preparation by parents of Educational Institutions of Tarma, 2022. Methodology: Quantitative, observational, prospective, transversal and analytical approach, relational level, deductive methods used, inductive, analytical, synthetic and statistical. The design was non- experimental of the correlational type in a random sampling of 50 parents of schoolchildren, applying Likert-type questionnaires as instruments. The most important results are: The variable domestic school snack in the majority (86%) healthy; its dimensions show the following: the content of the food is mostly (84%) healthy, the presentation of the food is mostly (86%) healthy. On the variable hygienic measures for food preparation by parents, the majority (86%) prevent diseases. Conclusion: there is a significant relationship between domestic school snacks in times of pandemic, it is healthy and hygienic measures for food preparation by parents prevent diseases in 76%; $p\text{-value} = 0.037 < \alpha = 0.05$, makes me reject H_0 .

Keywords:

Domestic snack. School. Pandemic times. Hygienic measures. Food preparation.

INTRODUCCIÓN

Al transcurrir los años de la pandemia Covid-19 todas las personas optaron por una conducta apropiada para afrontar el brote viral de la mejor manera posible a nivel mundial con o sin tener en cuenta los criterios de la autoridad sanitaria, en ese sentido es que el presente estudio trata sobre el refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.

Las infecciones por el nuevo coronavirus tuvieron y tienen protagonismo a nivel internacional declarándose como emergencia de salud pública por su rápida progresión de la infección entre los individuos. El argumento de las líneas precedentes motiva por tomar medidas tanto preventivas como de tratamiento masivos de salud pública como única forma de contención de la propagación de la enfermedad y su mitigación.

Para nuestro estudio creemos necesario incorporar algunos datos sobre el refrigerio doméstico escolar en pandemia, es un aspecto que debe tenerse en cuenta como aporte de energía que para no mostrar signo de cansancio en las clases y el cuerpo del escolar necesita para desarrollar las funciones vitales, aspecto que se necesita dependiendo del sexo, edad, estado fisiológico y ejercicio del escolar. Según el Instituto Nacional de Salud considera que el refrigerio en horario del escolar necesita cubrir del 10 al 15% (215-323 kcal) de los requerimientos calóricos por día, que las características de estos alimentos fueran para usar alimentos de fácil preparación, que sea practico de trasladar y evitar preparados grasosos y abundantes (1).

Las medidas higiénicas para preparado alimenticio en tiempos de pandemia es la inocuidad alimentaria que poseen en la exigencia por su mayor relevancia en los consumidores. Medidas que aseguren una adecuada higiene alimentaría nos permitirá prevenir enfermedades, principalmente digestivas, causadas por variados agentes en los alimentos. Esto se logra a través de un esfuerzo que involucra a las autoridades de

salud, a la agroindustria y a los consumidores. Una inadecuada higiene alimentaria nos debe hacer sospechar de su probable etiología, en algún punto de la cadena alimentaria (2).

Algunos antecedentes de esta problemática son los estudios hallados en Ecuador hallaron Cordero y Guamán (2016) hallaron que por la falta de conocimiento y la mala práctica que presentan los padres y/o cuidadores para preparar una lonchera escolar saludable no saludable (3). Así también Andrade (2016) observó un consumo alto de productos procesados altos en azúcares simples y grasa saturadas que llevan a un incremento a la ingesta calórica y producen adicción a este tipo de alimentos (4). En nuestro medio contamos con Ccoyo en Puno (2015) con relación a la composición del refrigerio escolar en la categoría de inadecuado: el 72% no contiene alimentos reguladores, el 67% inadecuada cantidad de agua y 66% no contiene alimentos constructores; mientras que el 51% contiene alimentos energéticos. Esto es que el refrigerio escolar se relaciona directamente con el estado nutricional de los escolares de 5to y 6to grado de la institución educativa Independencia de la ciudad de Puno (5).

En nuestro medio no se cuenta con datos reveladores sobre la problemática en cuestión, motivo que nos impulsa por investigar.

INDICE

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN	
INDICE	
INDICE DE TABLAS	
INDICE DE FIGURAS	

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1. Identificación y determinación del problema	1
1.2. Delimitación de la investigación	3
1.3. Formulación del problema.....	4
1.3.1. Problema general	4
1.3.2. Problemas específicos	4
1.4. Formulación de objetivos	4
1.4.1. Objetivo general	4
1.4.2. Objetivos específicos.....	4
1.5. Justificación de la investigación	5
1.6. Limitaciones de la investigación.....	6

CAPÍTULO II

MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes de estudio	7
2.2. Bases teóricas científicas.....	12
2.3. Definición de términos básicos	24
2.4. Formulación de hipótesis	25
2.4.1. Hipótesis General.....	25

2.4.2. Hipótesis específicas.....	25
2.5. Identificación de variables.....	26
2.6. Definición operacional de variables e indicadores.....	27

CAPÍTULO III

METODOLOGIA Y TECNICAS DE INVESTIGACION

3.1. Tipo de Investigación	29
3.2. Nivel de investigación	29
3.3. Métodos de investigación	29
3.4. Diseño de investigación	30
3.5. Población y muestra	31
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	31
3.7. Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación	32
3.8. Técnicas de procesamiento de análisis de datos	33
3.9. Tratamiento estadístico.....	33
3.10. Orientación ética filosófica y epistémica.....	34

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Descripción del trabajo de campo	35
4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados.....	35
4.3. Prueba de Hipótesis.....	44
4.4. Discusión de resultados.....	46

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

BIBLIOGRAFIA

ANEXOS

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022.....	38
Tabla 2: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	39
Tabla 3: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022.....	40
Tabla 4: Frecuencia de las medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	41
Tabla 5: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	42
Tabla 6: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido de alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	43
Tabla 7: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	44
Tabla 8: Pruebas chi cuadrada de relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	45
Tabla 9: Prueba chi cuadrada de relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	46
Tabla 10: Prueba chi cuadrada de relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	47

INDICE DE FIGURAS

Figura 1: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	38
Figura 2: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	39
Figura 3: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022.....	40
Figura 4: Frecuencia de las medidas higiénicas para preparado alimenticio en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	41
Figura 5: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022.....	42
Figura 6: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido de alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	43
Figura 7: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022	44

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1. Identificación y determinación del problema

La educación básica regular es una modalidad que abarca los niveles de educación inicial, primaria y secundaria. Está dirigida a los niños y adolescentes que pasan, oportunamente, por el proceso educativo de acuerdo con su evolución física, afectiva y cognitiva, desde el momento de su nacimiento y está organizada en niveles, ciclos, categorías y modalidades. Según el INEI (2014), el nivel de educación primaria es el nivel II y constituye del III al V ciclo de Educación Básica Regular; tiene una duración de 6 años comprendidos del primer al sexto grado de primaria y está dirigida a los estudiantes de 6 a 11 años de edad aproximadamente (6).

En nuestro país según el INEI (2014) los problemas nutricionales por deficiencia y por exceso de peso coexisten en el Perú, constituyéndose el sobrepeso y la obesidad como un problema de salud pública. El exceso de peso fue 6,4% (IC95%: 5,2-7,9), El sobrepeso en los niños de 5 a 9 años fue de 18,3% (IC95%: 16,3-20,4) y la obesidad de 11,1% (IC95%: 9,5-13,0). La anemia es un problema moderado de salud pública en los niños, las mujeres en edad fértil y gestantes peruanas (7).

Es altamente probable que la pandemia de Covid-19 repercutirá en un incremento del hambre y la pobreza en América Latina y el Caribe. Las medidas sanitarias implementadas para evitar la propagación del virus tienen consecuencias directas sobre el funcionamiento de los sistemas alimentarios.

En consecuencia, se requieren acciones complementarias para que la lucha contra la pandemia no comprometa la seguridad alimentaria de la población (MINSA, 2015) (8).

En el Perú según Lázaro y Domínguez (2019) coexisten la malnutrición por déficit que se manifiesta en desnutrición y anemia especialmente en los niños y gestantes, y la malnutrición por exceso debido al consumo de alimentos de alto contenido energético y bajo valor nutricional, por la creciente popularidad de la comida industrial, conocida también como comida ultra procesada o comida chatarra, lista para consumirse a toda hora (9). Estos nuevos patrones de alimentación, están ocasionado un incremento del sobrepeso y la obesidad en las últimas dos décadas, siendo un problema en todos los grupos poblacionales, ocasionando enfermedades asociadas al sobrepeso, como son la diabetes, enfermedades cardio-vasculares, hipertensión arterial y varios cánceres.

Los principales problemas nutricionales según el MINSA Perú en los escolares se sustentan en el utilizar el índice de alimentación saludable observando que aproximadamente el 75% necesitan mejorar su estado nutricional. La deficiencia de hierro es la más frecuente y de ello se deriva: la anemia, crecimiento inadecuado, y retraso de la maduración cognitiva y del lenguaje. La ingesta inadecuada de fibra y de líquidos puede conducir a estreñimiento. La excesiva ingesta de dulces y de snacks puede contribuir al desarrollo de caries dental. La carencia de vitamina A es una de las principales deficiencias en los alimentos del preescolar (10).

Las Guías Alimentarias propuestos por Lázaro y Domínguez (2019), tienen el propósito de orientar a las y los peruanos sobre temas relacionados a la alimentación y nutrición, promoviendo hábitos de alimentación y estilos de vida saludables para una vida plena y libre de enfermedades. Buscan además crear un encuentro entre los conocimientos científicos actuales, la realidad alimentaria del Perú y las valiosas tradiciones culinarias de nuestro país (11).

El Coronavirus (Covid-19) es una pandemia que está afectando a nivel mundial a la sociedad, sus repercusiones se dan en todas las esferas en que se desenvuelve el individuo: económica, social, laboral y familiar. Ante una pandemia suelen manifestarse comportamientos como: temor a la muerte y a la enfermedad, sentimientos de impotencia, desesperanza, soledad, depresión y culpa. El impacto del Covid-19, en las actitudes y en el comportamiento psicosocial, como indicadores de salud mental de la población peruana.

En este contexto, el Ministerio de Salud y las Universidades plantean estrategias, centradas en las líneas de investigación en las familias para mejorar el estado nutricional del niño, La Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión no es ajena de esta.

1.2. Delimitación de la investigación

Delimitación espacial: El presente trabajo de investigación se realizó en la ciudad de Tarma, provincia del mismo nombre y región Junín.

Delimitación temporal: En el presente trabajo de investigación abarcó los datos recolectados desde agosto del 2022.

Delimitación del universo: El presente trabajo de investigación recolectó datos de los escolares y las madres que son las responsables del preparado de las loncheras.

Delimitación del contenido: El presente trabajo de investigación se delimita a un diseño no experimental de tipo correlacional y transversal.

1.3. Formulación del problema

1.3.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre el refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022?

1.3.2. Problemas específicos

- 1) ¿Qué relación existe entre el contenido del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022?
- 2) ¿Qué relación existe entre la presentación del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022?

1.4. Formulación de objetivos

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.

1.4.2. Objetivos específicos

- 1) Determinar la relación que existe entre el contenido del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.
- 2) Determinar la relación que existe entre la presentación del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de

Tarma.

1.5. Justificación de la investigación

Teórica: La nutrición juega un rol fundamental en el desarrollo del ser humano y su alteración provoca disfuncionalidad en el estado nutricional. En nuestro país se evidencia una problemática que se ve reflejada en las estadísticas vitales: cuatro de las diez primeras causas de muerte corresponden a patologías relacionadas con la nutrición; como la desnutrición y la anemia. Estas últimas afectan a un alto porcentaje de la población de niños y niñas en edad escolar; debido a la mala alimentación y falta de los requerimientos nutricionales de acuerdo a su edad, a ello se le agrega una diversidad de factores los cuales principalmente son: factor económico, factor nutricional, falta de conocimiento sobre el tema puesto que estos son los principales responsables de que existan una alteración del crecimiento y desarrollo.

Práctica: Los problemas de malnutrición y la higiene, sobre todo en tiempos Covid-19 que atañen a la infancia y niños escolares, requieren de capacidades en los padres e instituciones tutelares desde los diferentes niveles de atención, ya que su presencia constituye un riesgo en las capacidades físicas e intelectuales de los niños en edad preescolar. La presente tendrá similitud con lugares y espacios parecidos para su aplicación del instrumento elaborado.

Metodológica: Las madres de familia son las que preparan los refrigerios a base de las famosas comidas chatarras que generan malos hábitos alimentarios en los niños, una alimentación inadecuada que repercute en el niño un mal aprendizaje y por ende un bajo rendimiento académico, no podrá concentrarse y tendrá sueño por el cansancio de la actividad física, no favorecerá en su desarrollo y crecimiento, más tarde puede conducir a que el niño desarrolle diabetes, obesidad y anemia que se presentan a temprana

edad por una inadecuada alimentación. Por el contrario, nuestras madres han demostrado a lo largo del tiempo bondad innata que superan las adversidades como el de ahora tiempos de Covid-19. Los instrumentos de investigación del presente servirán para guía de futuros estudios.

Económico: En los primeros cinco años, son los padres quienes tienen la principal responsabilidad y el mayor impacto sobre los patrones de alimentación de sus hijos, los cuales serán fundamentales a lo largo de toda la vida, y son ellos quienes influyen en las diferentes áreas para la formación de hábitos alimenticios desde la infancia. Un aspecto muy importante es al proporcionar alimentos saludables favorece la buena salud del niño y la mejora de la economía del hogar, así mismo la armonía en el hogar.

Cultural: La población infantil que se encuentra en los colegios constituye un potencial humano idóneo para promover estilos de vida saludables, con proyección a la sociedad, ya que en ella confluyen un elevado número de personas representativas de la misma: alumnado, profesorado y familias. Se justifica en las buenas costumbres que practican en la unidad familiar mediante la presentación de alimentos sanos, económicos y accesibles para cada hogar.

1.6. Limitaciones de la investigación

Por el diseño optado, se puede advertir que no encontramos mayores limitantes en los elementos muestrales de la ciudad de Tarma. Por lo concerniente a los antecedentes del estudio, se realizaron con los existentes en la comunidad científica sobre las variables del presente estudio.

CAPÍTULO II

MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes de estudio

Internacionales

Cordero Sarmiento, Ruth Stefanie y Guamán Carrasco, Jennifer Julieta (Ecuador, 2016) en su investigación tuvo como objetivo evaluar el conocimiento y prácticas sobre lonchera escolar que poseen los padres y/o cuidadores de preescolares de la Escuela de Educación Básica “Isabel Herrera de Velázquez” de la ciudad de Milagro - Guayaquil, Ecuador 2016. Metodología, diseño descriptivo, no experimental, de tipo transversal. Se concluye en que por la falta de conocimiento y prácticas que poseen los padres influye en la preparación de las loncheras, ya que las mismas dieron como resultado no saludable. Los padres y/o cuidadores poseen prácticas inadecuadas acerca de la preparación de la lonchera escolar, ya que al observar las mismas y con ayuda de la plantilla se verificó y evidenció que la mayoría de los alimentos enviados fueron no recomendados. Con esto se demuestra la mala práctica que presentan los padres y/o cuidadores para preparar una lonchera escolar saludable ya que las mismas dieron como resultado no saludable (3).

Aráuz Tipanta Gabriela (Ecuador, 2016) en su investigación cuyo objetivo fue demostrar si los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de las madres de niños preescolares influyen en el estado nutricional de los mismos. Se realizó un estudio Observacional, Analítico, Transversal; se estudió a 111 madres y sus hijos preescolares. Los resultados mostraron que, los conocimientos alimentarios de las madres no se relacionan con el estado nutricional de los hijos; mientras que las actitudes y prácticas alimentarias de las madres como, preparación de la alimentación ($p=0,000$), decisión alimentaria ($p=0,000$), si el preescolar desayuna ($p=0,000$), quien prepara el desayuno ($p=0,004$), quien decide la lonchera ($p=0,001$), frecuencia de consumo de cereales y derivados ($p=0,006$) se relacionan con el indicador P/E. Así como también el indicador T/E se relaciona con la persona que prepara los alimentos ($p=0,010$), y el consumo de snacks ($p=0,006$), mientras que el indicador IMC/Edad se relaciona con el consumo de frutas ($p=0,045$) (12).

Barbecho Urgiles Sara Estefanía y Castro Paladines Patricia Elizabeth (Ecuador, 2016) en su investigación tuvo el objetivo de determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre la manipulación higiénica de alimentos en los padres de escolares de la unidad educativa Hermano Miguel Sigsig, mayo-noviembre 2016. Metodología, estudio descriptivo de corte transversal. Los resultados obtenidos el 75,6% tuvo conocimientos básicos sobre la manipulación higiénica de alimentos, el 89,9% contó con actitudes adecuadas para la prevención de la contaminación de alimentos y el 60,3% ponían en práctica los conocimientos sobre el tema. En conclusión, de la práctica sobre la manipulación higiénica de los alimentos la gran mayoría hierve el agua por 5 minutos antes de consumirla porque purifica y previene enfermedades; asimismo la gran mayoría utilizan siempre desinfectantes como el cloro o deja para lavar sus utensilios, vajilla, bandejas, basureros, entre otros (13).

Andrade, María Teresa (Ecuador, 2016) en su investigación tuvo como objetivo determinar la composición nutricional de los refrigerios enviados por los padres de familia de los niños entre 5 a 7 años de la escuela Experimental Quintiliano Sánchez, con los parámetros del Ministerio de Salud Pública y su relación con el estado nutricional durante el periodo enero - febrero, 2016. Metodología, enfoque cuantitativo, tipo observacional, analítico prospectivo y de corte transversal. Los resultados demuestran el no cumplimiento de las recomendaciones nutricionales establecidas por Ministerio de Salud Pública para los refrigerios de los niños, hubo un aporte excesivo nutricional tanto en calorías, carbohidratos y grasas, lo que podría llegar a influir en el apareamiento de problemas nutricionales y de salud como el sobrepeso, la obesidad. Conclusión: los refrigerios no cumplen con recomendaciones para calorías, carbohidratos, proteínas y grasas establecidas por el Ministerio de Salud Pública; se observó un consumo alto de productos procesados altos en azúcares simples y grasa saturadas que llevan a un incremento a la ingesta calórica y producen una adicción a este tipo de alimentos (4).

Muñoz Vera, Jossenkha Andreina y Zambrano Jara, Génesis Viviana (Ecuador, 2019) en su investigación tuvo como objetivo determinar el conocimiento de los padres de familia sobre la elaboración de loncheras y el contenido de las mismas, que son enviadas a los estudiantes del segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Particular Bilingüe Liceo Panamericano, en el período lectivo 2019 - 2020. En cuanto a la metodología, es un estudio cuantitativo, transversal, descriptivo, no experimental. Los resultados obtenidos demostraron que del total de loncheras estaban conformadas por un 52% de alimentos recomendados y 48% de alimentos no recomendados, con una diferencia de 3% más de alimentos saludables en el sexo femenino. A pesar del alto conocimiento que poseen los padres de familia, en la distribución de alimentos que componen el refrigerio escolar

existe menos del 5% de diferencia entre la presencia de alimentos recomendados y no recomendados. En conclusión, la mayoría de madres tienen un conocimiento alto sobre la preparación de loncheras nutritivas, pero esto no se vio reflejado de la misma manera en el contenido de las loncheras (14).

Nacionales

Ccoyo Hanco, Grover (Puno, 2015) en su investigación tuvo como objetivo determinar la relación del refrigerio escolar y el estado nutricional en estudiantes de la institución educativa primaria Independencia 2015. En cuanto a la metodología, es un estudio descriptivo transversal, con diseño correlacional, muestra de 61 escolares entre 11 y 12 años. Resultados: el 68% de los escolares consumen refrigerios inadecuados y 32% adecuado, mientras que en 6to grado el 78% consumen refrigerios inadecuado y el 22% adecuado, observando que a mayor grado de estudio mayor consumo de refrigerio inadecuado; con relación a la composición del refrigerio escolar en la categoría de inadecuado: el 72% no contiene alimentos reguladores, el 67% inadecuada cantidad de agua y 66% no contiene alimentos constructores; mientras que el 51% contiene alimentos energéticos. En conclusión, el refrigerio escolar se relaciona directamente con el estado nutricional de los escolares de 5to y 6to grado de la institución educativa Independencia de la ciudad de Puno (5).

Ramírez Montaña, Martha Radmila (Lima, 2017) en su investigación tuvo como objetivo describir el nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa, 2016. Metodología: tipo descriptivo y de corte transversal. La muestra fue de 99 madres y 80 niños. Resultados: el 51.5% de las madres tuvieron conocimiento medio y 31.3% alto. El valor nutricional de las loncheras, el 52.2% de niños y 58.8% niñas tuvieron contenido bajo de calorías a diferencia del 30.4% niños y 29.4% niñas que

tuvieron contenido alto. Asimismo, el contenido de proteínas fue bajo en el 80.4% de niños y el 71% de las niñas; en el caso de lípidos el contenido es bajo en el 67% niños y 77% de las niñas. Finalmente, el contenido de carbohidratos la categoría baja y alta obtuvieron un mismo porcentaje en los niños (44%) y para las niñas la categoría baja fue mayor (53%). En conclusión, las madres tuvieron un nivel de conocimiento medio sobre preparación de loncheras y el valor nutritivo de las loncheras de los niños y niñas fue deficiente (16).

Panduro Noreña, Yanina Chesira (Tingo María, 2017) en su investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el conocimiento y actitudes hacia la aplicación de la preparación de lonchera saludable en madres de la institución educativa Belén de Tingo María- 2017. Metodología, estudio descriptivo observacional, explicativo, prospectivo y corte transversal. Su muestra se conformó de 120 madres. Resultados: en el conocimiento de la preparación de lonchera saludable el 69,2% poseen un conocimiento medio, el 16,7% conocimiento bajo, el 12,5% un conocimiento alto y por último el 1,7% poseen conocimiento muy bajo; en actitudes hacia la aplicación de la preparación de loncheras saludables poseen el 49,2% acciones muy bueno, seguido de 22.5% bueno y 28.3 entre regular, Malo y Muy malo. En conclusión, Al relacionar el nivel de conocimiento y la aplicación hacia preparación de loncheras saludables con prueba del Chi cuadrado, se encontró valor $X^2=7,382$ y $P = 0,831$; indicando que no existe relación significativa estadísticamente; por lo que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna (17).

Ticahuanca Colque, Licely del Carmen (Puno, 2018) en su investigación tuvo como objetivo determinar las prácticas de higiene en la manipulación de alimentos de las madres de familia de la Institución Educativa N°70075 Acora, 2017. Metodología fue estudio de tipo descriptivo simple, corte transversal; la población –muestra de estudio estuvo constituida por 43 grupos

de madres encargadas de la preparación de alimentos. Se utilizó la técnica de observación directa y como instrumento una lista de cotejo, la cual fue aplicada durante todo el proceso de preparación de alimentos (antes, durante y después), a los 43 grupos de preparación, cada grupo conformado por 3 ó 4 madres de familia, teniendo así un total de 155 madres que participaron en el estudio. Los resultados obtenidos del total de grupos de preparación el 72.1% tienen prácticas adecuadas en la preparación de alimentos y el 27.9% poseen prácticas inadecuadas. Antes de la preparación tuvieron el 70% prácticas adecuadas, durante la preparación el 77% prácticas adecuadas y después de la preparación 70% prácticas adecuadas. Conclusión: las prácticas en relación a la higiene en la manipulación de alimentos de los grupos de preparación de la institución educativa N° 70075 del distrito de Acora en su mayoría son adecuadas (17).

2.2. Bases teóricas científicas

I. El nuevo coronavirus y la pandemia del covid-19

- 1.1 Introducción
- 1.2 Definición de Covid-19

II. Refrigerio escolar

- 2.1 Definición
- 2.2 Participación en el refrigerio escolar
- 2.3 Contenido del refrigerio escolar
 - 2.3.1. Alimentos Constructores
 - 2.3.2. Alimentos Reguladores
 - 2.3.3. Alimentos Energéticos
- 2.4 Presentación del refrigerio
 - 2.4.1. Presentación según color
 - 2.4.2. Micronutrientes según su color

2.4.3. Presentación según textura

2.4.4. Presentación según sabor

III. Medidas de higiene de la preparación de los alimentos

3.1 Lavado de manos social

3.1.1. Técnica correcta:

3.1.2. Insumos:

3.1.3. Material para el secado de las manos (papel desechable o tela limpia)

3.2 Desinfección de los alimentos

3.2.1. Productos envasados

3.2.2. Productos naturales

3.3 Desinfección de los utensilios de cocina

I. El nuevo coronavirus y la pandemia

1.1 Introducción

La pandemia de Covid-19, producida por una cepa mutante de coronavirus el SARS-CoV-2, ha generado en todo el mundo, en el siglo 21, una severa crisis económica, social y de salud, nunca antes vista. El 13 de enero se reportó el primer caso en Tailandia, y luego en numerosos países de mundo, debido a lo cual la Organización Mundial de la Salud (OMS), declara desde marzo 2020 como una nueva pandemia mundial (19).

1.2 Definición de Covid-19

Según la OMS (2020) (20) COVID – 19, es una enfermedad infecciosa que es causada por el coronavirus, el cual ha sido descubierto más recientemente. A la actualidad la COVID-19 es considerada ya una pandemia porque está afectando a países de todo el mundo.

La enfermedad se propaga principalmente de persona a persona a

través de las gotículas que salen de la nariz o la boca de una persona infectada cuando tose, estornuda o habla. Estas gotículas pueden caer sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, como mesas, pomos y barandillas, de modo que otras personas pueden infectarse si tocan esos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. Por ello es importante lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.

Muchos países optaron por una cuarentena, en Perú ni bien llegó el primer caso importado el presidente tomó la medida de que el país entre en cuarentena, dando así un giro trascendental a muchos aspectos, como es la educación.

También es muy importante llevar una alimentación saludable para que nuestro sistema inmunológico esté fortalecido.

II. Refrigerio Escolar

2.1. Definición

Según Conteras (2006) (21) los refrigerios escolares son preparaciones que se consumen entre comidas, no reemplazan a ninguna de las comidas habituales (desayuno, almuerzo, lonche o cena). Estas preparaciones incorporan alimentos naturales o elaborados tales como lácteos, frutas, verduras, cereales, entre otros.

2.2. Participación en el refrigerio escolar

FONDECYT (2018) (22) refiere que los padres deben permitir que los niños participen en la selección y preparación de alimentos del refrigerio escolar, así se explicara al escolar la importancia de consumir dichos alimentos, asimismo los padres deben ser modelos a seguir como parte de sus estilos de vida.

Las características que deben de poseer son:

- ✓ Fáciles de elaborar: Utilizar alimentos de fácil preparación.
- ✓ Prácticos de llevar: Que permitan el uso de envases simples, higiénicos y herméticos.
- ✓ Ligeros: Evitar preparaciones “pesadas”: comidas grasosas, abundantes, muy dulces o muy saladas.
- ✓ Nutritivos: Que aporten entre 10 a 15% de los requerimientos promedio de energía del escolar. (Preescolar: 150 Kcal, escolar de primaria 200 Kcal, y escolar de secundaria 250 Kcal).
- ✓ Variados: Usar diversos alimentos disponibles en la zona, que sean de su preferencia y agradables a sus sentidos, ya que por el sentido de la vista se dará la aceptación de nuevos alimentos, con respecto al sentido del gusto se dará preferencias por los sabores sencillos y poco condimentados y así se generará un mayor interés por los alimentos preparados.

Los alimentos recomendados por Contreras (2006) son:

- ✓ Frutas frescas y limpias de la estación al natural o en jugos.
- ✓ Frutas secas envasadas: pasas, higos secos, entre otros.
- ✓ Leguminosas envasadas: habas tostadas, sin azúcar, sin sal y sin aceite.
- ✓ Verduras: crudas o cocidas.
- ✓ Semillas: nueces, almendras, maní, avellanas sin azúcar y sin sal.
- ✓ Cereales: maíz cancha tostada sin sal y sin aceite, pop corn sin aceite y sin sal, kiwicha, quinua, cebada, arroz, trigo: tostados o inflados sin azúcar, pan y galletas con fibra bajas en grasa y en sal.
- ✓ Productos lácteos: yogur o lácteos descremados y bajos en

azúcar, quesos bajos en sal.

- ✓ Carnes: pescado pollo, pavo, conservas (de pescado).
- ✓ Bebidas: chicha, limonada, naranjada, refresco de manzana, de piña bajos en azúcar, agua pura hervida, etc.
- ✓ Preparaciones: papa sancochada, choclo sancochado, habas sancochadas, huevo sancochado, entre otros.

2.3. Contenido del refrigerio escolar

De acuerdo a los conocimientos los alimentos en general con los constructores, protectores y energéticos. A continuación, tratamos cada uno de ellos.

2.3.1. Alimentos Constructores

Los alimentos constructores según Castillo (2013) (23) son alimentos proteicos que podemos encontrar en animales y vegetales. Se necesita ingerir como mínimo un 15% de proteínas que equivalen más o menos a unos 35 gramos de alimentos.

Los alimentos constructores por ser ricos en proteínas se encargan de formar y reparar los tejidos del cuerpo como: Tejido epitelial, Tejido conjuntivo (Este incluye cartílago, sangre, adiposo, etc.), Tejido muscular y Tejido nervioso

La ingesta de alimentos constructores de forma diaria es importante para reparar tejidos dañados, sanar de cortaduras, etc.

Es importante entender que la construcción y la reparación de los tejidos del cuerpo no se lleva a cabo solo con proteínas, sino que también se requiere de enormes cantidades de minerales, vitaminas y variados fitonutrientes que solo se consigue en altas dosis en vegetales y frutas frescas. Ejemplos: De origen animal: Leche, Queso, Huevos, Carnes, Pescados, Mariscos, Vísceras y

Embutidos.

Estos son los alimentos que contienen niveles más altos de proteínas, pero a su vez son algo complicados de conseguir, por ser de origen animal pueden incluir químicos como antibióticos y anabólicos hormonales añadidos al animal durante su etapa de crecimiento. De origen vegetal: Legumbres, Frutas y Cereales. Estos alimentos de origen vegetal, también contienen proteínas, pero en menor cantidad.

2.3.2. Alimentos Reguladores

De acuerdo a Wetton (2019) (24), son alimentos reguladores aquellas que se encargan de regular y conservar el buen funcionamiento del cuerpo humano. Los alimentos reguladores son de origen natural, mayormente son de origen vegetal, es decir, frutas, verduras, cereales y hortalizas que aportan vitaminas y minerales esenciales para un cuerpo saludable. Sin embargo, también hay alimentos de origen animal que están incluidos en este grupo.

Al consumir estos alimentos, el organismo absorbe los nutrientes necesarios y los introduce a su sistema a través de diferentes mecanismos, aportando además agua y fibra, indispensables para su correcto funcionamiento.

Esta clase de alimentos son los más recomendados para dietas o planes de alimentación naturista, ya que en la naturaleza se encuentran todas las herramientas necesarias para tener un cuerpo sano y delgado.

2.3.3. Alimentos Energéticos

Por su lado el Blog EcuREd (25) menciona que los alimentos energéticos son los que proveen la energía para realizar distintas actividades físicas (caminar, correr, hacer deportes, etc.), como pastas, arroz, productos de panificación (pan, galletas, etc.), dulces, miel, aceites, frutas secas (almendras, nueces, castañas, etc.). Proporcionan una dosis extra de vitalidad cuando se realiza un gran esfuerzo físico o cuando parece que el cuerpo se ha quedado sin combustible para seguir adelante.

Éstos se clasifican en 2 grupos: carbohidratos y grasas. Los primeros se consumen rápidamente al realizar actividades que requieran un gasto de energía, mientras que los segundos lo hacen poco a poco, acumulando depósitos de grasa como reservas energéticas, para ser utilizada cuando el organismo lo requiera.

2.3.4. Presentación del refrigerio

Según la Academia Americana de Pediatras (2020) (26) refiere que se debe enseñar a los hijos a comer un arco iris de colores, ya que cada color de alimento tiene una propiedad; y este refrigerio debe verse de una manera atractiva para que llame la atención de sus hijos.

Se debe de combinar colores, sabores y formas ya que esto hace que se genere mayor interés con los alimentos y se evita el aburrimiento de los mismos.

2.3.5. Presentación según color

Según el Blog Nutrición y Dietética (2018) (27) los colores que

representan los alimentos contienen distintos grupos de vitaminas y minerales, se debe tener en consideración la combinación con colores llamativos para cumplir los requerimientos de micronutrientes en los niños.

La utilización de colores puede mejorar la captura de la atención y el apetito lo cual ayudara a la selección del producto o del alimento, lo cual es una tendencia en las personas a percibir los alimentos de color verde y natural.

2.3.6. Micronutrientes según su color

- ✓ Verde (Brócoli, lechua, espinaca, palta, kiwi): Ácido fólico y Glucosinolatos.
- ✓ Amarillo-Naranja (Mandarina, piña, zapallo, zanahoria, mango): Vitamina A y Vitamina C.
- ✓ Rojo (Sandía, tomate, pimiento, manzana, fresas): Licopeno y Caroteno
- ✓ Morado-Azul (Beterraga, arándanos, uva, berenjena): Antocianinas
- ✓ Blanco (Coliflor, plátano, cebolla, ajo): Potasio y Selenio.

2.3.7. Presentación según textura

La referencia de ACADEMIA & GE NutPedia (2017) (28) en los niños tienen la habilidad de masticar como un adulto, aunque siempre se tiene que evaluar si hay riesgos de atragantamiento, que coman sentados y no jugando o parados.

Para conseguir la textura evolutiva, se tiene en cuenta que sean buenas combinaciones para la fácil digestión y absorción de los nutrientes. Entre ellas tenemos: Liquido, Semisolido y Picados.

2.3.8. Presentación según sabor

Según la ACADEMIA & GE NutPedia (2017) (28) se debe de tener en cuenta las preferencias de los gustos de sabores de sal y azúcar de los niños para satisfacer sus gustos, sin exagerar las cantidades de estos dos sabores. Es adicional el agregado de condimentos, pero no es recomendable en los niños ya que podría tener efectos dañinos.

III. Medidas de higiene de la preparación de los alimentos

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (29) son todas las medidas necesarias para asegurar la calidad microbiológica de los mismos, tratando de esta manera de prevenir enfermedades y de buscar medios para promoción, manutención y recuperación de la salud. La higiene favorece la obtención de un producto que, además, de las calidades nutricionales y sensoriales, tenga una buena condición higiénica-sanitaria, sin presentar ningún riesgo de salud al consumidor.

Las medidas higiénicas necesarias a tener en cuenta al elaborar o preparar un alimento para el consumo.

3.1 Lavado de manos social

El MINSA (2017) (30) el lavado de manos es considerada a nivel mundial como la práctica más costo efectiva a nivel sanitario, además de ser fácil de realizar y útil para prevenir diversas patologías.

Según la Directiva Sanitaria para Promocionar el lavado de manos social como práctica saludable en el Perú refiere que es el lavado de manos de rutina, realizado por la población general usando agua y jabón común, y que tiene una duración no menor de 20 segundos, su práctica permite remover un 80% la flora transitoria, y permite la remoción mecánica de suciedad.

Se considera que las manos actúan como portadores de organismos patógenos causantes de enfermedades contagiosas, ya que, a través del contacto directo, o indirectamente por contacto con superficies contaminadas.

El lavado de manos social, usando agua para consumo humano y jabón, previene los dos síndromes clínicos que causan el mayor número de muertes infantiles a nivel mundial, es decir, la diarrea y las infecciones respiratorias agudas bajas.

El lavado de manos también puede prevenir infecciones cutáneas, infecciones a los ojos, parasitosis, Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SRAS), la gripe aviar y la influenza A H1N1, Coronavirus.

3.1.1. Técnica correcta

- ✓ Liberar las manos y muñecas de toda prenda u objeto.
- ✓ Mojar las manos con agua a chorro. Cerrar el grifo.
- ✓ Cubrir con jabón las manos húmedas y frotarlas hasta producir espuma, incluyendo las palmas, el dorso, entre los dedos y debajo de las uñas, por lo menos 20 segundos.
- ✓ Enjuagar bien las manos con abundante agua a chorro.
- ✓ Eliminar el exceso de agua agitando o friccionando ligeramente las manos, luego secarlas comenzando por las palmas, siguiendo con el dorso y los espacios interdigitales.
- ✓ Es preferible cerrar el grifo, con el material usado para secar las manos, no tocar directamente.
- ✓ Eliminar el papel desechable o tender la tela utilizada para ventilarla.

3.1.2. Insumos

- ✓ Jabón líquido o en barra.
- ✓ Jabonera (debe tener orificios que permiten drenar la

humedad del jabón para evitar la acumulación de gérmenes).

- ✓ Agua para consumo humano.

3.1.3. Material para el secado de las manos (papel desechable o tela limpia)

Según el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (2019) (31) refiere que el lavado de manos también ayudará a prevenir la contaminación cruzada en el momento de preparar los alimentos, estos son algunos momentos claves en la cocina:

- ✓ Antes, durante y después de preparar cualquier alimento.
- ✓ Después de manipular carne, aves, pescado o huevos crudos.
- ✓ Antes de comer.
- ✓ Después de tocar la basura.
- ✓ Después de limpiar los mesones con un trapo u otras superficies con sustancias químicas.
- ✓ Después de tocar a las mascotas o manipular sus alimentos o golosinas.
- ✓ Después de toser, estornudar o sonarse la nariz.

3.2 Desinfección de los alimentos

La especialista en Gestión Ambiental del Instituto Nacional de Salud (32), María del Carmen Gastañaga, indicó que se debe desinfectar los alimentos que son comprados en los mercados, más aún en estos momentos que no sabemos quién los tocó.

3.2.1. Productos envasados

La Dra. Súmac Rojas, médica cirujana de SISOL Salud (2020) (33), explica que ya en la cocina o sobre una mesa,

desinfectaremos los productos, empezando por los artículos embolsados, enlatados o en caja, a los que se aplicaremos una mezcla en un dispensador con spray un litro de agua con 20 ml o 4 cucharaditas de lejía, el mismo preparado que utilizamos para limpiar superficies de la casa y objetos y luego dejándolos secar a la intemperie o con un paño limpio.

3.2.2. Productos naturales

Para la desinfección de frutas, tubérculos y verduras, la medida es diferente. Primero debemos lavarlas con agua y luego ponerlas en un recipiente que contenga un litro de agua con 1 ml o 25 gotitas de lejía, dejarlas reposar por dos minutos y retirarlas. Finalmente, debemos secarlas o volverlas a enjuagar.

En el caso de verduras con hojas u hortalizas que ya se encuentran dentro de una bolsa, debemos desinfectar la superficie de la misma y guardarlas en el refrigerador o en la alacena. Solo si las vamos a utilizar inmediatamente, debemos sumergirlas en la solución antes mencionada.

En cuanto a las carnes, se recomienda la cocción completa, especialmente de las carnes rojas, aves y pescado, ya que, según la Organización Mundial de la Salud, con una cocción adecuada se pueden matar casi todos los microorganismos peligrosos.

Para el Dr. Alfonso Pérez (34), Médico publicado en la Fundación FAPFRE, menciona que el cocer o cocinar el huevo evita riesgos microbiológicos y a la vez aumenta su valor nutricional. Una cocción adecuada destruye microorganismos patógenos como la salmonella o el estafilococo. El proceso de cocción consiste en llevarlos a ebullición. Recomienda que debe

durar de 8 a 12 minutos. Este proceso ayudará a que las albúminas que contiene se coagulen y sea más fácil de digerir y aprovechar al máximo todos sus nutrientes.

3.3 Desinfección de los utensilios de cocina

La puntualización de Rabell (2020) (35) la mejor forma de prevenir la enfermedad de coronavirus 2019 (COVID-19), hasta el momento, es mediante acciones sencillas y básicas propuestas por autoridades sanitarias como los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) y la Organización Mundial de la Salud (OMS).

En especial en los casos que haya varias personas manejando y preparando alimentos.

Para la desinfección de tablas de picar se debe de usar diluciones de cloro con agua (8 ml de cloro por litro de agua) y ponerlos a remojar durante 2 horas.

Para otros utensilios de cocina se debe diluir 4 ml de cloro por litro de agua y después ponerlos a remojar durante 2 horas.

2.3. Definición de términos básicos

- 1) Refrigerio doméstico escolar en tiempos Covid-19. Son preparaciones domésticas en cuarentena que se consumen entre comidas, no reemplazan a ninguna de las comidas habituales, incorporan alimentos naturales o elaborados.
- 2) Refrigerio doméstico escolar con contenido en tiempos Covid-19. Son preparaciones domésticas en cuarentena en general con alimentos constructores, protectores y energéticos.
- 3) Refrigerio doméstico escolar con presentación tiempos Covid-19. Son

preparaciones domésticas en cuarentena con alimentos que combinan colores, sabores y formas que genere mayor interés y se evita el aburrimiento de los mismos.

- 4) Medidas higiénicas para preparado alimenticio. Son todas las medidas necesarias para asegurar la calidad microbiológica de los alimentos, de esta manera prevenir enfermedades.
- 5) Tiempos de pandemia Covid-19. Son los períodos que el país está viviendo a causa de esta enfermedad infecciosa que es causada por el coronavirus, a la actualidad la Covid-19 es considerada ya una pandemia porque está afectando a países de todo el mundo.
- 6) Preparado alimenticio. Es el procedimiento que se realiza para la elaboración de los refrigerios domésticos.
- 7) Padres de escolares. Para la investigación se contará con padres de los escolares del nivel primario pertenecientes a Instituciones Educativas Particulares.

2.4. Formulación de hipótesis

2.4.1. Hipótesis General

Existe relación significativa entre el refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.

2.4.2. Hipótesis específicas

- 1) Existe relación significativa entre el contenido del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.
- 2) Existe relación significativa entre la presentación del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas

para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.

2.5. Identificación de variables

Variable 1.

Refrigerio domestico escolar en tiempos Covid-19

Dimensiones:

- Contenido del refrigerio
- Presentación del refrigerio

Variable 2.

Satisfacción en los profesionales de enfermería y obstetricia

Dimensiones:

- Lavado de manos
- Desinfección de los alimentos
- Desinfección de utensilios de cocina

2.6. Definición operacional de variables e indicadores

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSION	INDICADORES
V 1: Refrigerio domestico escolar	Son preparaciones que se consumen entre comidas, no reemplazan a ninguna de las comidas habituales incorporan alimentos naturales o elaborados.	Es una porción de alimentos en menor cantidad, que complementa el desayuno escolar, optimiza el rendimiento en las clases virtuales; entre sus	Contenido del refrigerio	<ul style="list-style-type: none"> · Consumo de alimentos constructores · Consumo de alimentos reguladores · Consumo de alimentos energéticos
	Contreras (2006)	componentes del refrigerio: contenido y presentación.	Presentación del refrigerio	<ul style="list-style-type: none"> · Color · Sabor · Textura
	Son todas las	Es el conjunto de medios necesarios para asegurar la calidad de la	Lavado de manos	<ul style="list-style-type: none"> · Técnica correcta · Duración · Insumos

V 2: Medidas higiénicas para preparado alimenticio	medidas necesarias para asegurar la calidad microbiológica de los alimentos, de esta manera prevenir enfermedades. OPS (2010)	preparación de los alimentos, lo cual contribuye a prevenir enfermedades y conservar la salud, reflejado en: lavado de manos y desinfección de alimentos.	Desinfección de los alimentos	· Productos naturales · Productos envasados
			Desinfección de utensilios de cocina	· Utensilios

CAPÍTULO III

METODOLOGIA Y TECNICAS DE INVESTIGACION

3.1. Tipo de Investigación

Según la intervención del Investigador es observacional; por que los datos reflejan la evolución natural de los eventos, ajena a la voluntad del investigador. Según la planificación de la toma de datos es prospectivo; porque los datos necesarios para el estudio fueron recogidos de fuente primario. Según el número de mediciones de la variable de estudio es transversal; porque todas las variables son medidas en una sola ocasión. Según el número de variables de interés o según el análisis estadístico de las variables es analítico; porque se efectuaron el análisis estadístico bivariado para poner a prueba la hipótesis (36).

3.2. Nivel de investigación

El nivel de Investigación es relacional porque son sometidos al análisis de las variables (36) refrigerio domestico escolar en tiempos covid-19 y medidas higiénicas para preparado alimenticio.

3.3. Métodos de investigación

Por el método general es deductivo-inductivo; porque se trata de dar explicación de los hechos particulares de un fenómeno o problema de estudio general (refrigerio domestico escolar en tiempos de pandemia y medidas

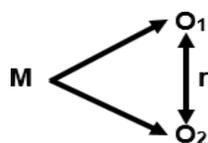
higiénicas para preparado alimenticio), luego deducir para obtener las conclusiones (relación entre las variables en cuestión), derivadas de la observación sistemática de los hechos reales que ocurren, con el fin de descubrir su relación con los problemas de salud más frecuentes. Por el método específico es la observación y estadístico.

3.4. Diseño de investigación

La presente investigación se ubicó en Tarma, con su realidad de acuerdo a la particularización y operacionalización de las variables y dimensiones, la determinación del diseño fue propuesta de un estudio no experimental; porque no hicimos variar en forma intencional una variable.

Se sometió a observación, verificación y cuantificación las variables. Por otro lado, según el número de ocasiones en que se midieron las variables de estudio es transeccional; porque describió relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado, y la correlación que existe entre ellas, permitiendo evaluar la relación existente (36).

Modelo esquemático seguido a Hernández y Mendoza (37):



Donde:

M : Muestra.

O1 : Observación de la variable refrigerio domestico escolar en tiempos de pandemia.

O2 : Observación de la variable medidas higiénicas para preparado alimenticio.

r : Relación de variables.

3.5. Población y muestra

Población:

La población: es el agregado total de casos que cumplen con una serie predeterminada de criterios (38). Para esta investigación la población fue finita, estuvo constituida por todos los escolares de las Instituciones Educativas de Tarma, según el censo educativo es 161, 634 escolares matriculado en el 2021 (39).

Muestra:

La muestra: es un subconjunto de la población que se obtiene con la finalidad de estudiar las características de la población y debe ser representativa y tener un tamaño apropiado (40). El tipo de muestreo para el estudio fue intencionado de 50 escolares de la ciudad de Tarma.

Criterios de inclusión

- Escolares de las Instituciones Educativas de la ciudad Tarma.
- Residencia dentro de la zona urbana.
- Cuya familia tiene acceso a internet.
- Que cuenten con asentimiento informado.

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas:

- a. Documentación: Conforman el registro escolar, para el contraste de los datos personales con datos valiosos que permitirán tener en cuenta las variables en estudio.
- b. Encuesta: Se aplicaron con los criterios éticos, fue de fácil manejo porque permitió realizar en el entorno familiar sobre las variables en cuestión.

Instrumentos:

- a. Ficha personal: Instrumento que sirvió para la recogida de los datos personales de los padres del escolar con datos específicos de escolaridad.
- b. Cuestionario Tipo Likert: Mediante este instrumento elaborado con preguntas ordenadas y sistematizadas se recolectaron información referente a las variables: refrigerio domestico escolar en tiempos de pandemia organizados en dos dimensiones: Contenido del refrigerio con 12 reactivos, Presentación del refrigerio con 10 reactivos. La variable medidas higiénicas sobre preparado alimenticio organizados en tres dimensiones: Lavado de manos con 13 reactivos, Desinfección de los alimentos con 6 reactivos y desinfección de utensilios de cocina con 3 reactivos.

3.7. Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación

La selección. Los instrumentos fueron seleccionados según el objetivo de la investigación y como estrategia para probar las hipótesis mediante un proceso de medición, de constatación, de acopio de información, de verificación de situaciones, etc., (41) de las variables refrigerio domestico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio.

La validez. Los instrumentos luego de haber sido diseñado fueron validados por juicio de expertos profesionales de la salud, estos jueces dieron la certeza el estilo de redacción de ítems es comprendido por el grupo objetivo y por tanto asegura que las respuestas fueron válidas (42).

La confiabilidad. Estimar la fiabilidad de los instrumentos de medida que se espera que midan el constructo o dimensiones teóricas, así

mismo con el estadístico de confiabilidad Alfa de Cronbach por la característica de los instrumentos de recolección de datos para cada variable.

3.8. Técnicas de procesamiento de análisis de datos

- Coordinación previa con el director de la UGEL Tarma.
- Coordinación previa con los padres de familia de los escolares.
- Organizar los grupos de estudio de acuerdo al registro.
- Aplicación de los instrumentos a las unidades de análisis directamente a la población de estudio.
- El instrumento fue aplicado dando cumplimiento al cronograma.
- Se verificaron la información en los instrumentos.
- Construcción de una base de datos en el programa Excel y el estadístico SPSS v27.
- Construcción de tablas y gráficos estadísticas univariados para los datos de la población de estudio
- Construcción de tablas y gráficos estadísticas bivariados para la aplicación de la prueba de hipótesis.

3.9. Tratamiento estadístico

Para Flores et al (2017), el análisis estadístico sirve al investigador para la comprobación de sus hipótesis, debe ser utilizado de manera apropiada de acuerdo con los objetivos y el diseño del estudio (43). Como existen diferentes pruebas estadísticas con el análisis inferencial, la elección de la prueba estadística apropiada se efectuó por su diseño de investigación (no experimento) y numero de mediciones (transversal) optando por el estadístico no paramétrico; empleados para variables cualitativas por contar con variables nominales y ordinales la prueba corresponde al coeficiente de correlación de Spearman.

3.10. Orientación ética filosófica y epistémica

El empleo del Reglamento de Grados y Títulos de la UNDAC, sirvió como guía para el desarrollo de la investigación, así mismo la formación ética en las aulas universitarias recibidas son eje fundamental para nuestro desenvolvimiento en el desarrollo del presente, sumados a esto los principios de bioética.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Descripción del trabajo de campo

La presente investigación refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio contó como población los padres de familia específicamente en las madres que elaboran y son responsables del preparado de las loncheras para sus niños en etapa escolar de las Instituciones Educativas de Tarma, el cuál corresponde a un estudio no experimental correlacional y transversal que a continuación se presentan los resultados en tablas univariadas para conocer al grupo de estudio y bivariadas para la relación de variables con sus respectivas pruebas de hipótesis.

4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados.

Tabla 1: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Insalubre	7	14,0	14,0	14,0
	Saludable	43	86,0	86,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

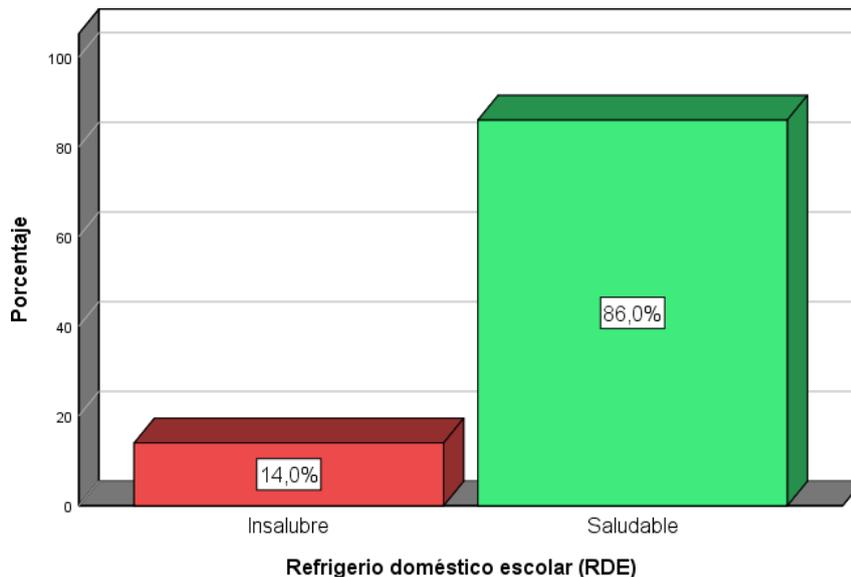


Figura 1: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

Interpretación

En la tabla se aprecia la variable refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma son en la mayoría (86%) saludable y la minoría (14%) insalubre.

Tabla 2: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Insalubre	8	16,0	16,0	16,0
	Saludable	42	84,0	84,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

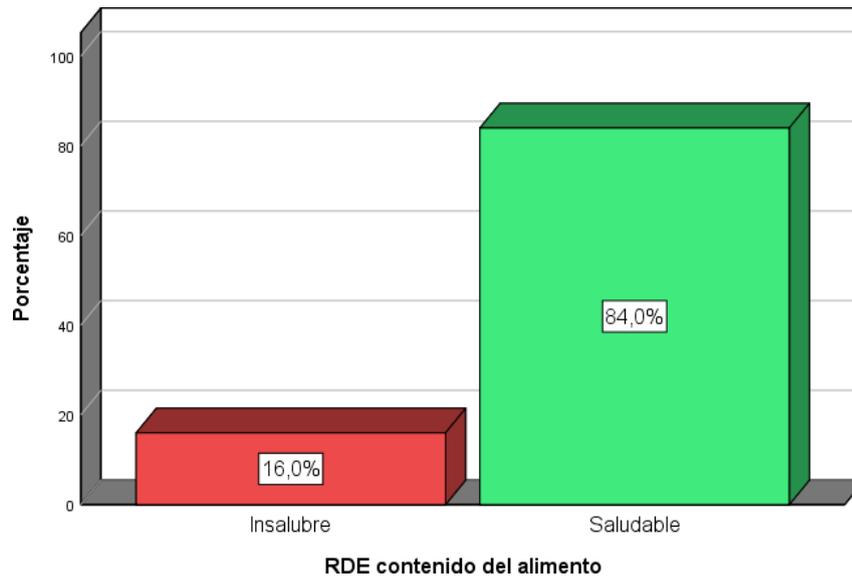


Figura 2: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

Interpretación

La información de la presente tabla refleja el refrigerio doméstico escolar (RDE) dimensión contenido del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma son en la mayoría (84%) saludable y la minoría (16%) insalubre.

Tabla 3: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Insalubre	7	14,0	14,0	14,0
	Saludable	43	86,0	86,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

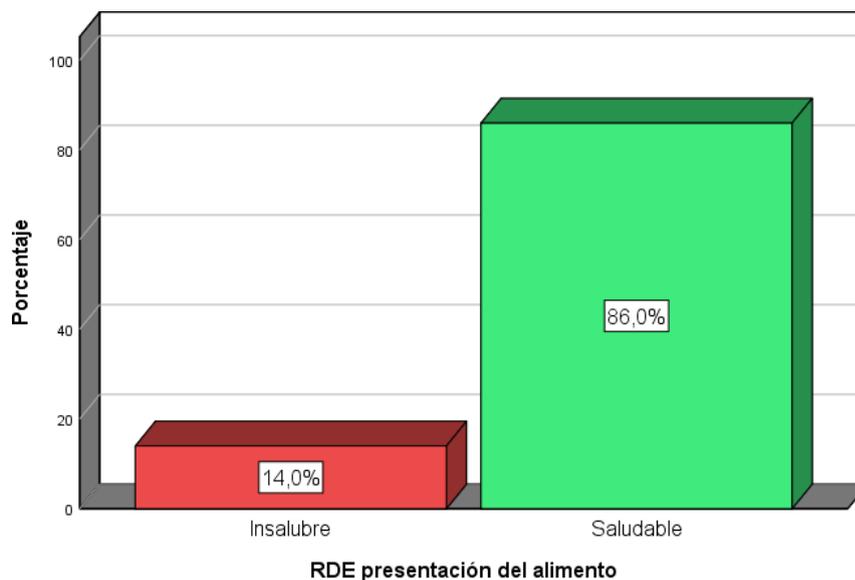


Figura 3: Frecuencia del refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

Interpretación

La información de la presente tabla refleja el refrigerio doméstico escolar (RDE) dimensión presentación del alimento en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma son en la mayoría (86%) saludable y la minoría (14%) insalubre.

Tabla 4: Frecuencia de las medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Favorece enfermedades	8	16,0	16,0	16,0
Previene enfermedades	42	84,0	84,0	100,0
Total	50	100,0	100,0	

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

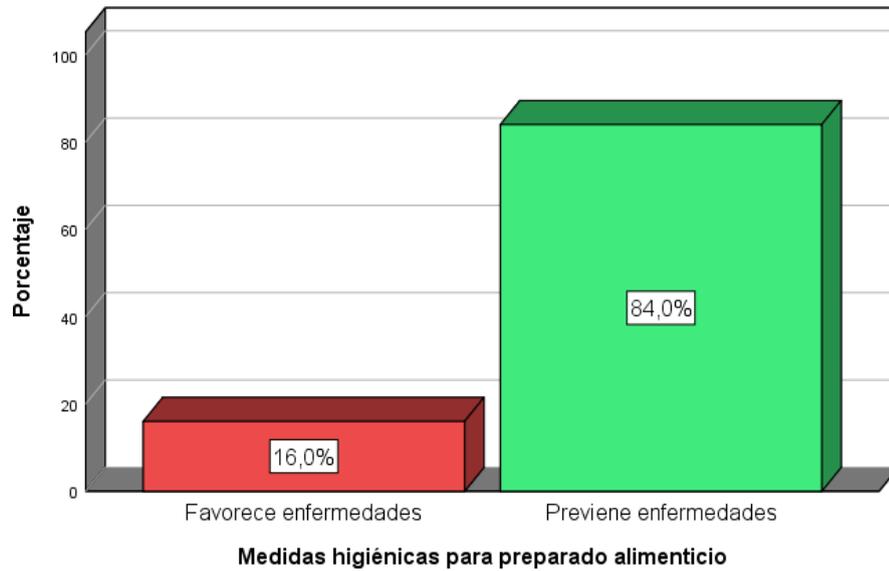


Figura 4: Frecuencia de las medidas higiénicas para preparado alimenticio en tiempos de pandemia por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

Interpretación

En la tabla se aprecia la variable medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma encontrando a la mayoría (86%) que previenen las enfermedades y la minoría (14%) que favorecen las enfermedades.

Tabla 5: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

		Medidas higiénicas para preparado alimenticio			
		Favorece enfermedades	Previene enfermedades		
Refrigerio doméstico escolar (RDE)	Insalubre	Nº	3	4	7
		%	6,0	8,0	14,0
	Saludable	Nº	5	38	43
		%	10,0	76,0	86,0
Total		Nº	8	42	50
		%	16,0	84,0	100,0

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

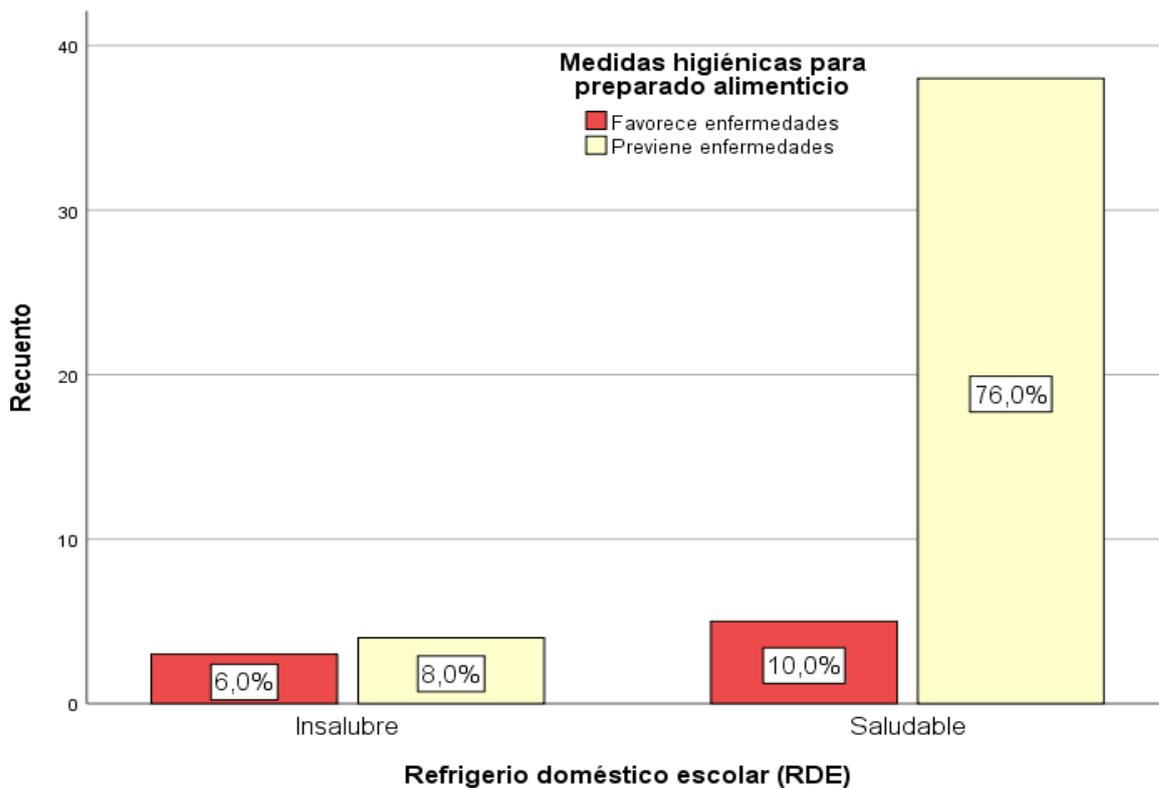


Figura 5: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

Interpretación

Los datos de la tabla y figura muestra el refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma con 76% su refrigerio doméstico escolar es saludable y las medidas higiénicas para preparado alimenticio previene enfermedades.

Tabla 6: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido de alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

			Medidas higiénicas para preparado alimenticio		Total
			Favorece enfermedades	Previene enfermedades	
RDE contenido del alimento	Insalubre	N°	3	5	8
		%	6,0	10,0	16,0
	Saludable	N°	5	37	42
		%	10,0	74,0	84,0
Total		N°	8	42	50
		%	16,0	84,0	100,0

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

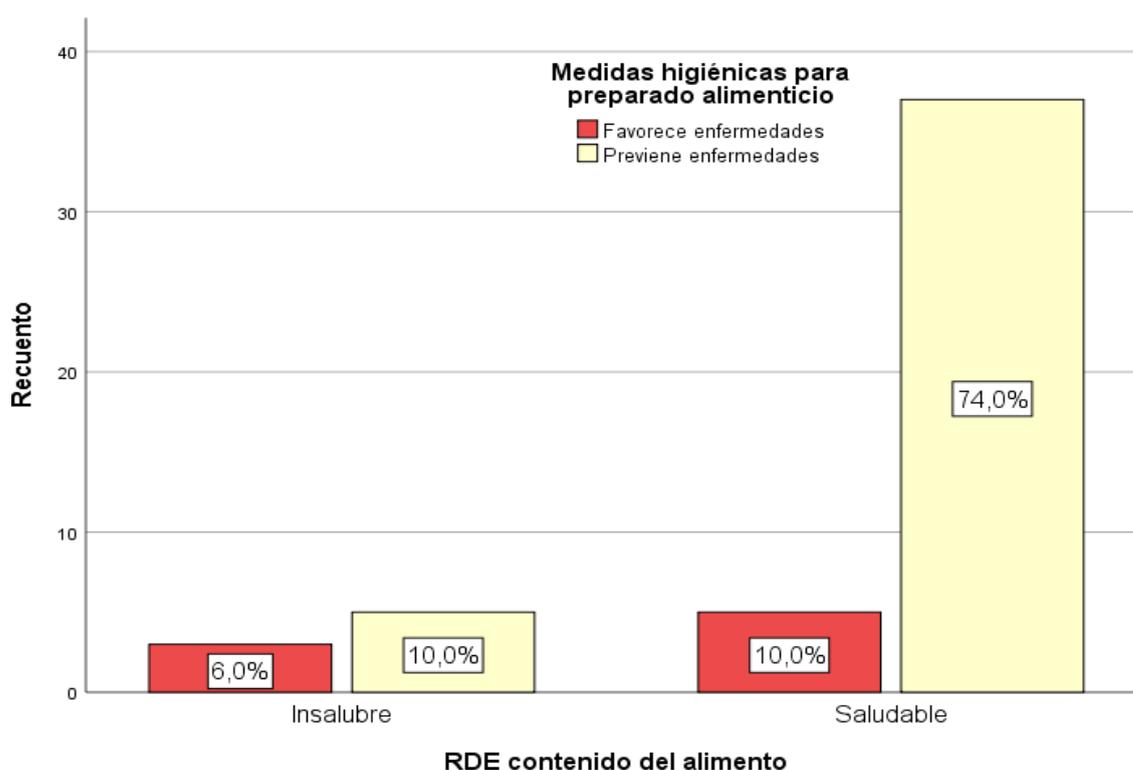


Figura 6: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido de alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

Interpretación

Los datos de la tabla y figura muestra el refrigerio doméstico escolar (RDE) en su dimensión contenido del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma con 74% su refrigerio doméstico escolar de contenido del alimento es saludable y las medidas higiénicas para preparado alimenticio previene enfermedades.

Tabla 7: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

			Medidas higiénicas para preparado alimenticio		Total
			Favorece enfermedades	Previene enfermedades	
RDE presentación del alimento	Insalubre	Nº	2	5	7
		%	4,0	10,0	14,0
	Saludable	Nº	6	37	43
		%	12,0	74,0	86,0
Total		Nº	8	42	50
		%	16,0	84,0	100,0

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

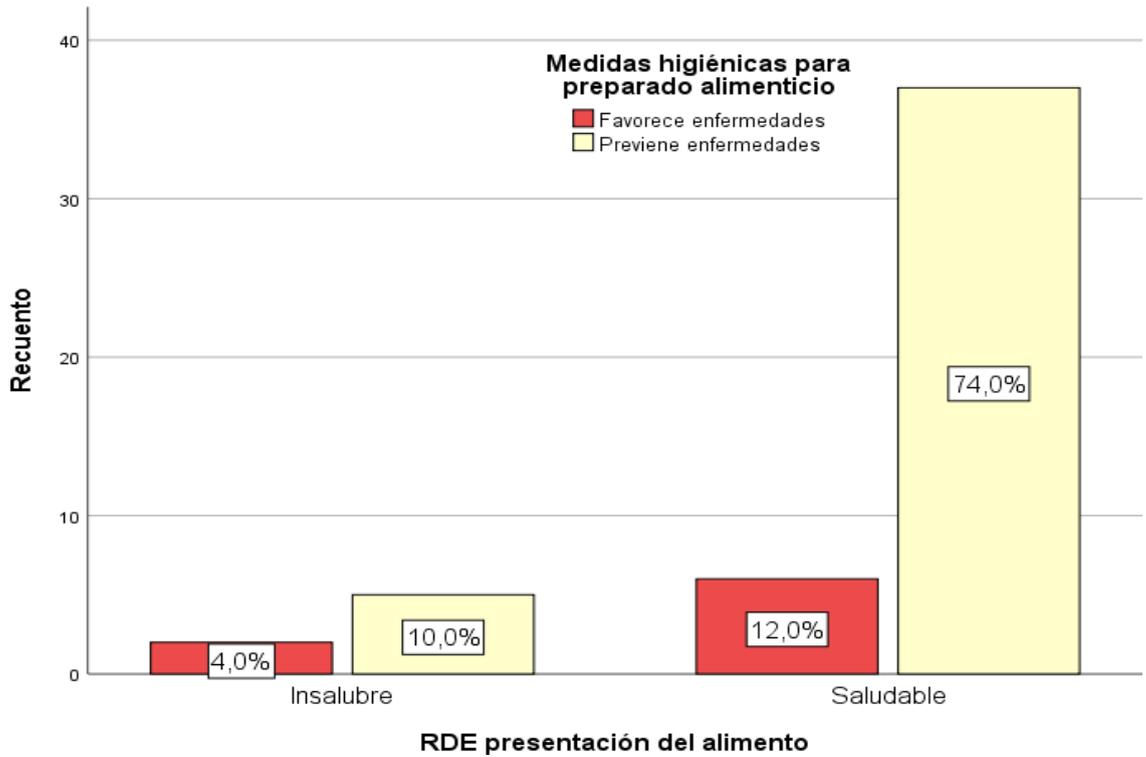


Figura 7: Relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

Interpretación

Los datos de la tabla y figura muestra el refrigerio doméstico escolar (RDE) en su dimensión presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma con 74% su refrigerio doméstico escolar de presentación del alimento es saludable y las medidas higiénicas para preparado alimenticio previene enfermedades.

4.3. Prueba de Hipótesis

Hipótesis General

Tabla 8: Pruebas chi cuadrada de relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	4,368	1	,037		
Corrección de continuidad	2,354	1	,125		
Razón de verosimilitud	3,494	1	,062		
Prueba exacta de Fisher				,071	,071
Asociación lineal por lineal	4,281	1	,039		
N de casos válidos	50				

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

Interpretación

En la tabla muestra la prueba chi cuadrada de la relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma donde $p\text{-valor} = 0,037 < \alpha = 0,05$, en consecuencia, se rechaza H_0 . Se concluye que existe relación significativa entre el refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.

Hipótesis Específico 1

Tabla 9: Prueba chi cuadrada de relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) contenido del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma,

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	3,276	1	,070		
Corrección de continuidad	1,648	1	,199		
Razón de verosimilitud	2,720	1	,099		
Prueba exacta de Fisher				,105	,105
Asociación lineal por lineal	3,210	1	,073		
N de casos válidos	50				

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

interpretación

En la tabla muestra la prueba chi cuadrada de la relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) dimensión contenido del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma donde $p\text{-valor} = 0,070 > \alpha = 0,05$, en consecuencia, se acepta H_0 . Se concluye que no existe relación significativa entre el refrigerio doméstico escolar de contenido del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.

Hipótesis Específico 2

Tabla 10: Prueba chi cuadrada de relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	,957	1	,328		
Corrección de continuidad	,178	1	,673		
Razón de verosimilitud	,837	1	,360		
Prueba exacta de Fisher				,310	,310
Asociación lineal por lineal	,938	1	,333		
N de casos válidos	50				

FUENTE: Cuestionario tipo Likert

Interpretación

En la tabla muestra la prueba chi cuadrada de la relación entre refrigerio doméstico escolar (RDE) dimensión presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma donde $p\text{-valor} = 0,328 > \alpha = 0,05$, en consecuencia, se acepta H_0 . Se concluye que no existe relación significativa entre el refrigerio doméstico escolar de presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.

4.4. Discusión de resultados

Para determinar la relación entre el refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por

padres de Instituciones Educativas de Tarma contamos con la investigación de Andrade, quien observó consumo alto de productos procesados altos en azúcares simples y grasa saturadas que llevan al incremento de ingesta calórica y producen adicción a este tipo de alimentos. Así como nosotros encontramos en la variable refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia encontrándolos a la mayoría (86%) saludable y la minoría (14%) insalubre (4). También Tichahuanca (2018) en Puno determinaron sobre la preparación observa la preparación de alimentos el 72% tienen prácticas adecuadas y el 28% poseen prácticas inadecuadas. Estas preparaciones alimenticias incorporan alimentos naturales o elaborados tales como lácteos, frutas, verduras, cereales, entre otros (21). De esta manera nosotros al realizar la relación del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma su refrigerio doméstico escolar es saludable y las medidas higiénicas para preparado alimenticio previene enfermedades es el 76% con un $p\text{-valor} = 0,037 < \alpha = 0,05$.

Al determinar la relación que existe entre el contenido del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma hallamos con la investigación de Andrade observó un aporte excesivo nutricional tanto en calorías, carbohidratos y grasas, lo que podría llegar a influir en el apareamiento de problemas nutricionales y de salud como el sobrepeso, la obesidad. En tanto el contenido del alimento fue en la mayoría (84%) saludable y la minoría (16%) insalubre (4). Así mismo Muñoz y Zambrano (2019) hallaron un 52% de alimentos recomendados y 48% de alimentos no recomendados; así la mayoría de madres tienen un conocimiento alto sobre la preparación de loncheras nutritivas, pero esto no se vio reflejado de la misma manera en el contenido de las loncheras (14). Los componentes

de acuerdo a los conocimientos los alimentos en general tal como señalan Castillo (2013) (23) son los constructores, Wetto (2019) (24) protectores y Blog EcuREd (25) energéticos. Nosotros al realizar la relación del refrigerio doméstico escolar en su dimensión contenido del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma su refrigerio doméstico escolar cuyo contenido del alimento es saludable y las medidas higiénicas para preparado alimenticio previene enfermedades es el 74% con un p-valor = 0,070 > α = 0,05.

Para determinar la relación que existe entre la presentación del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma el dato de Ccoyo en Puno (2015) con relación a la composición del refrigerio escolar en la categoría de inadecuado: el 72% no contiene alimentos reguladores, el 67% inadecuada cantidad de agua y 66% no contiene alimentos constructores; mientras que el 51% contiene alimentos energéticos. Otros antecedentes de esta problemática son los estudios hallados en Ecuador hallaron Cordero y Guamán (2016) hallaron que por la falta de conocimiento y la mala práctica que presentan los padres y/o cuidadores para preparar una lonchera escolar saludable ya que las mismas dieron como resultado no saludable (3). Así también Andrade (2016) observó un consumo alto de productos procesados altos en azúcares simples y grasa saturadas que llevan a un incremento a la ingesta calórica y producen una adicción a este tipo de alimentos (4). La Academia Americana de Pediatras (2020) (26) refiere que se debe enseñar a los hijos a comer un arco iris de colores, ya que cada color de alimento tiene una propiedad; y este refrigerio debe verse de una manera atractiva para que llame la atención de sus hijos. Nosotros al realizar la relación del refrigerio doméstico escolar en su dimensión contenido del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado

alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma su refrigerio doméstico escolar en presentación del alimento es saludable y las medidas higiénicas para preparado alimenticio previene enfermedades es el 74% con un $p\text{-valor} = 0,328 > \alpha = 0,05$.

CONCLUSIONES

En el presente estudio sobre refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022 se llega a las siguientes conclusiones:

1. La variable refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia son en la mayoría (86%) saludable y la minoría (14%) insalubre. En ella las dimensiones muestran los siguientes: del contenido del alimento es en la mayoría (84%) saludable y la minoría (16%) insalubre, de la presentación del alimento es en la mayoría (86%) saludable y la minoría (14%) insalubre. Sobre la variable medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres encontramos a la mayoría (86%) previenen las enfermedades y la minoría (14%) favorecen las enfermedades.
2. En la relación del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma el 76% su refrigerio doméstico escolar es saludable y las medidas higiénicas para preparado alimenticio previene enfermedades, el p-valor = 0,037 < $\alpha = 0,05$, hace que rechaza H_0 , entonces existe relación significativa entre las variables refrigerio doméstico escolar y medidas higiénicas para preparado alimenticio.
3. En la relación del refrigerio doméstico escolar en su dimensión contenido del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma el 74% su refrigerio doméstico escolar cuyo contenido del alimento es saludable y las medidas higiénicas para preparado alimenticio previene enfermedades, el p-valor = 0,070 > $\alpha = 0,05$, resulta que se acepta H_0 , entonces no existe relación significativa entre la dimensión contenido del alimento y las medidas higiénicas para preparado alimenticio.
4. En la relación del refrigerio doméstico escolar (RDE) en su dimensión

presentación del alimento en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma el 74% su refrigerio doméstico escolar en presentación del alimento es saludable y las medidas higiénicas para preparado alimenticio previene enfermedades, el p-valor = $0,328 > \alpha = 0,05$, resulta se acepta H_0 . entonces no existe relación significativa entre dimensión presentación del alimento y medidas higiénicas para preparado alimenticio.

RECOMENDACIONES

- 1 Al encontrarnos en una coyuntura mundial histórica se debe tomar en cuenta sobre el refrigerio doméstico escolar que se les proporciona a los niños, estas deben contener las características de contenido y presentación de los alimentos con alto valor nutricional.
- 2 Para la protección de las personas y más aun a los menores de edad, en los espacios con mayor afluencia de niños se debe establecer medidas para la práctica de principios claves del consumo de alimentos recomendados por organismos recomendados como el de la Organización Mundial de la Salud.
- 3 Los investigadores pueden tomar en cuenta los datos y referentes del presente estudio a fin de realizar estudios futuros con las variables del presente y también tener en cuenta el nivel de complejidad de la investigación.

BIBLIOGRAFIA

1. Minsa-Instituto Nacional de Salud. Refrigerios escolares saludables: secundaria. Primera ed. Nutrición CNdAy, editor. Lima: Instituto Nacional de Salud; 2022.
2. Moreno Manuel y Alarcón Alejandra. Higiene alimentaria para la prevención de trastornos digestivos infecciosos y por toxinas. Revista Médica Clínica Las Condes. 2010; 21(5).
3. Cordero Sarmiento R. y Guamán Carrasco J. Evaluación del conocimiento y prácticas sobre lonchera escolar que poseen los padres y/o cuidadores de preescolares de Inicial 1 y 2 de la escuela de educación básica “Isabel Herrera de Velázquez” de la ciudad de Milagro - Ecuador. Tesis profesional. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.
4. Andrade Mosquera MT. Determinación de la composición nutricional de los refrigerios enviados por los padres de familia con los parámetros del Ministerio de Salud Pública y su relación con el estado nutricional en la ciudad de Quito, periodo enero – febrero 2016. Tesis profesional. Pontificia Universidad Católica de Ecuador.
5. Ccoyo Hanco G. Refrigerio escolar y estado nutricional en la institución educativa primaria pública Independencia Puno 2015. Tesis Profesional. Universidad Nacional del Altiplano.
6. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Resultados de la Encuesta Nacional a Instituciones Educativas de Nivel Inicial, Primaria y Secundaria. Definiciones básicas y temas educativos investigados. En. Lima; 2014. p. 10.
7. Ministerio de Salud (MINSa). Estado nutricional en el Perú por etapas de vida; 2012-2013 Nutrición CNdAy, editor. Lima: Dirección Ejecutiva de Vigilancia Alimentaria y Nutricional; 2015.
8. Comunidad de Estados Latinoamericanos y Caribe (CELAC). Objetivos del

Desarrollo Sostenible. Seguridad Alimentaria bajo la Pandemia de COVID-19.
Boletín FAO-CALAC.

9. Lázaro Serrano, Mirko Luis y Domínguez Curi, César Hugo. Guías alimentarias para la población peruana Salud INd, editor. Lima: Ministerio de Salud; 2019.
10. DIRESA Huánuco. Nutricin por etapa de vida. Alimentacin del pre escolar 3 a 5 años. [Online].Acceso 08 de 08 de 2022. Disponible en: http://www.minsa.gob.pe/diresahuanuco/NUTRICION/documentos/Alimenta_Escolar_de_3_a_5.pdf.
11. Lázaro Serrano, Mirko Luis y César Hugo Domínguez Curi. Guías alimentarias para la población peruana. Ministerio de Salud. Instituto Nacional de Salud, Lima Salud INd, editor. Lima: Ministerio de Salud; 2019.
12. Aráuz Tipanta G. Relación entre los conocimientos actitudes y prácticas alimentarias sobre el desayuno, lonchera y almuerzo, de las madres de los niños preescolares de 2-5 años que asisten al Centro Municipal de Educación Inicial Mundo Infantil y su estadoo nutricional. Tesis profesional. Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
13. Barbecho S y Castro E. Conocimiento, actitudes y práctica, sobre la manipulación higiénica de los alimentos en los padres de escolares de la unidad educativa Hermano Miguel SIGSIG. Mayo – noviembre, 2016. Tesis Profesional. Universidad de Cuenca.
14. Muñoz Vera J y Zambrano Jara G. Contenido de loncheras y conocimiento de las madres sobre su preparación en estudiantes del segundo año de educación básica de la Unidad Educativa Particular Bilingüe Liceo Panamericano, en el período lectivo 2019 - 2020. Tesis profesional. UNversidad Católica de Santiago de guayaquil.
15. Baldeón Baldeón NT. Conocimiento de las madres sobre la preparación de lonchera escolar saludable en la I.E.P. Jesús Guía Santa Clara – Ate 2016.

Título Profesional de Especialista. Universidad Nacional Mayor de San Mayor de San Marcos.

16. Ramírez Montaña MR. Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa, 2016. Tesis Profesional. Universidad Peruana Unión.
17. Panduro Noreña YC. Relación entre el conocimiento y actitudes hacia la aplicación de la preparación de loncheras saludables en madres de la institución educativa Belén de Tingo María - 2017. Tesis Profesional. Universidad Nacional de Huánuco.
18. Ticahuanca Colque LdC. Prácticas de higiene en la manipulación de alimentos, en madres de familia de la institución educativa N° 70075 Acora, 2017. Tesis Profesional. Universidad Nacional del Altiplano.
19. Maguiña Vargas, Ciro; Gastelo Acosta, Rosy; Tequen Bernilla; Arly. El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19. Revista Médica Herediana. 2020; 31.
20. Organización Mundial de la Salud (OMS). Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19). [Online]; 2020. Acceso 16 de julio de 2020. Disponible en: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>.
21. Contreras M. Refrigerios escolares (lonchera escolar). Boletn del Instituto Nacional de Salud. 2006; 12.
22. FONDECYT. Noticias: Loncheras Nutritivas. Noticias: Loncheras Nutritivas. 2018; 12.
23. J. C. Alimentos constructores. [En línea] 2013 [consultado el 6 de enero del 2020]. [Online]; 2013. Acceso 6 de enero de 2020. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/153865125/ALIMENTOS-CONSTRUCTORES#>.
24. M. W. Alimentos reguladores: función, beneficios y ejemplos. [Online]; 2019. Acceso 6 de enero de 2020. Disponible en:

- <https://www.lifeder.com/alimentos-reguladores/>.
25. EcuRed. Alimentos energéticos. [Online]; 2020. Acceso 06 de enero de 2020. Disponible en: https://www.ecured.cu/Alimento_Energ%C3%A9tico.
 26. Academia Americana de Pediatras. Cómo elegir refrigerios saludables para los niños. [Online]; 2020. Acceso 11 de julio de 2020. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/healthy-living/nutrition/Paginas/choosing-healthy-snacks-for-children.aspx>.
 27. UPC. Nutrición y Dietética. Colores, sabores y Textura de la comida. [Online]; 2018. Acceso 16 de julio de 2020. Disponible en: <https://blogs.upc.edu.pe/blog-de-nutricion-y-dietetica/tips/colores-sabores-y-texturas-de-la-comida-de-tu-bebe>.
 28. ACADEMIA & GE NutPedi. Texturas evolutivas en la introducción de nuevos alimentos. comida. [Online]; 2017. Acceso 11 de julio de 2020. Disponible en: https://www.academianutricionydietetica.org/archivos/Nutricion%20pediatrica_2017.pdf.
 29. Organización Panamericana de la Salud (OPS). Manual de Buenas Prácticas de Higiene de Alimentos. [Online] Acceso 11 de julio de 2020. Disponible en: https://www.paho.org/nic/index.php?option=com_docman&view=download&alias=666-manual-de-higiene-de-los-alimentos&category_slug=nutricion&Itemid=235#gsc.tab=0.
 30. Ministerio de Salud (MINSa). Directiva Sanitaria para Promocionar el lavado de manos social como práctica saludable en el Perú Lima: Ministerio de Salud; 2017.
 31. Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. El lavado de manos: un hábito saludable en la cocina. [Online]; 2019. Acceso 11 de julio de 2020. Disponible en: <https://www.cdc.gov/handwashing/esp/handwashing-kitchen.html>.
 32. TV Perú Noticias. INS: conoce el protocolo de desinfección de alimentos.INS: conoce el protocolo de desinfección de alimentos..

33. Sistema Metropolitano de La Solidaridad (SISOL) Salud. Covid-19: Cómo desinfectar los alimentos al llegar a casa. [Online]; 2020. Acceso 11 de julio de 2020. Disponible en: <http://www.sisol.gob.pe/covid-19-como-desinfectar-los-alimentos-al-llegar-a-casa/>.
34. Fundación MAPFRE. ¿Por qué es importante cocer bien un huevo? [Online]; 2020. Acceso 16 de julio de 2020. Disponible en: <https://www.fundacionmapfre.org/educacion-divulgacion/salud-bienestar/habitos-saludables/alimentacion/importancia-coccion-huevo/#:~:text=El%20proceso%20de%20cocci%C3%B3n%20de,cocer%20para%20que%20queden%20perfectamente>.
35. C. RG. 5 medidas básicas para protegerte del coronavirus (COVID-19). [Online]; 2020. Acceso 16 de julio de 2020. Disponible en: <https://es-us.noticias.yahoo.com/5-acciones-b%C3%A1sicas-protegerte-coronavirus-130000855.html>.
36. Supo Condori JA. Curso de investigación: Seminarios de investigación para la producción científica Lima: Bioestadístico Programa SIPRO 3.0; 2018.
37. Hernández-Sampieri, Roberto y Mendoza-Torres, Christian P. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Primera ed. México: McGraw-Hill Interamericana; 2018.
38. Tamayo y Tamayo M. Diccionario de la investigación científica. Quinta ed. México: Limusa Noriega Editores; 1996.
39. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Junín: Compendio estadístico 2022. Junín INDeI–, editor. Huancayo; 2022.
40. Bejarano, Mormontoy & Tipacti. Estadística descriptiva, probabilidades y lineamientos para la elaboración del protocolo de investigaciones en ciencias de la salud Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2008.
41. Mejía Mejía E. Técnicas e instrumentos de investigación. Primera ed. Lima: UNMSM; 2005.

42. Soriano Rodríguez AM. Diseño y validación de instrumentos de medición. Diálogos. 2014; 8(13).
43. Flores-Ruiz, Eric et al. El protocolo de investigación VI: cómo elegir la prueba estadística adecuada. Estadística inferencial. Revista Alergia México. 2017; 64(3).

ANEXOS

INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

TITULO DEL ESTUDIO: “REFRIGERIO DOMESTICO ESCOLAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA Y MEDIDAS HIGIENICAS PARA PREPARADO ALIMENTICIO POR PADRES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE TARMA, 2022”

I. INSTRUCCIONES:

- A. Le agradecemos por anticipado las respuestas veraces que posteriormente se mostrarán su calificación de acuerdo a un código.
- B. En los espacios punteados debe escribir lo correcto.
- C. Marcar con un aspa (X) la letra de la alternativa al que corresponde.
- D. En los ítems para marcar el número considerar el valor:
Nunca (1), Raramente (2), Normalmente (3), Generalmente (4) y Siempre (5)

II. DATOS GENERALES:

- A. Código (Será rellena por el investigador):
- B. Apellidos y nombres materno:
.....
- C. Edad:
- D. Grado escolar:
- E. I.E. del escolar:

III. DATOS ESPECIFICOS:

REFRIGERIO DOMESTICO ESCOLAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA

ÍTEMS	1	2	3	4	5
CONTENIDO DEL ALIMENTO					
1) Incluye alimentos de origen animal en el refrigerio doméstico.					
2) Incluye alimentos de origen vegetal en el refrigerio doméstico.					
3) Incluye frutos secos en el refrigerio doméstico.					
4) Incluye productos lácteos en el refrigerio doméstico.					
5) Incluye cereales (arroz, pasta, avena y trigo) en el refrigerio doméstico.					
6) Incluye frutas cítricas en el refrigerio doméstico.					
7) Complementa el refrigerio doméstico con dulces (postres, chocolates, productos procesados).					
8) Incluye aceitunas en el refrigerio doméstico.					
9) Incluye soya en el refrigerio doméstico.					
10) Incluye frituras (papas fritas, pollo frito) en el refrigerio doméstico.					
11) Incluye embutidos en el refrigerio doméstico.					

12) Incluye de 1 – 2 vasos de agua en el refrigerio doméstico.					
PRESENTACION DEL ALIMENTO					
13) Incluye alimentos de color verde en el refrigerio doméstico.					
14) Incluye alimentos de color amarillo – naranja en el refrigerio doméstico.					
15) Incluye alimentos de color morado - azul en el refrigerio doméstico.					
16) Incluye alimentos de color blanco y rojo en el refrigerio doméstico.					
17) Incluye más de 2 sabores en el refrigerio doméstico.					
18) Incluye comidas con condimentos en el refrigerio doméstico.					
19) Incluye alimentos pelados en el refrigerio doméstico.					
20) Incluye alimentos picados en el refrigerio doméstico.					
21) Incluye alimentos sólidos en el refrigerio doméstico.					
22) Incluye alimentos líquidos en el refrigerio doméstico.					

MEDIDAS HIGIENICAS PARA PREPARADO ALIMENTICIO

ITEMS	1	2	3	4	5
1) Primero, se retira objetos de las manos y muñecas.					
2) Segundo, se moja las manos con suficiente agua.					
3) Tercero, se cubre las manos húmedas con jabón y las frota hasta que produzca espuma.					
4) Cuarto, se frota las palmas, el dorso, entre los dedos y debajo de las uñas.					
5) Quinto, se enjuaga las manos con abundante agua a chorro.					
6) Sexto, se seca las manos comenzando por las palmas, dorso y espacios interdigitales con un papel toalla o toalla limpia.					
7) Séptimo, cierra el caño con el papel desechable o con la toalla.					
8) Por último, elimina el papel desechable o tiende la toalla para ventilarla.					
9) Realiza el lavado de manos en un tiempo mínimo de 20 segundos.					
10) Utiliza jabón líquido o en barra para realizar el lavado de manos.					
11) En caso de utilizar jabón en barra, lo guarda en una jabonera con orificios que permiten drenar la humedad del jabón para evitar la acumulación de gérmenes.					
12) Utiliza papel toalla o una toalla específica para el secado de manos.					
13) Utiliza agua que sale directamente del grifo.					
14) Lava las frutas y verduras con abundante agua.					
15) Coloca las frutas y verduras en un recipiente que contenga un litro de agua con 1 ml o 25 gotitas de lejía.					
16) Enjuaga o deja secar las frutas y verduras antes de su consumo.					
17) Realiza la cocción completa de las carnes, especialmente de las carnes rojas, aves y pescado.					

18) Cocina el huevo de 8 a 12 minutos hasta que la clara y la yema estén firmes.					
19) Utiliza un dispensador con spray en un litro de agua con 20 ml o 4 cucharaditas de lejía, deja secarlos por unos minutos o lo seca con un paño limpio.					
20) Desinfecta sus tablas de picar con diluciones de cloro con agua colocando 8 ml de cloro en un litro de agua.					
21) Diluye 4 ml de cloro por litro de agua para los demás utensilios.					
22) Deja remojar por 2 horas los utensilios en cada solución.					

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Mediante la firma de este documento, doy mi consentimiento para participar de manera voluntaria en la presente investigación titulado: **“REFRIGERIO DOMESTICO ESCOLAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA Y MEDIDAS HIGIENICAS PARA PREPARADO ALIMENTICIO POR PADRES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE TARMA, 2022”**,

que tiene relación con mi satisfacción personal. Considero que los resultados de este estudio serán para mejorar mi salud.

Mi participación consiste en responder algunas preguntas.

Los portadores son los investigadores de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión – Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela de Enfermería quien me ha explicado de la recolección de datos y que la está realizando la Investigación para su Tesis Profesional para el presente año. Así mismo no implica ningún riesgo para mi familia y el mío, se me informó que los datos que yo le proporcione serán confidenciales, sin haber posibilidad de identificación individual y que también puedo dejar de participar en esta investigación en el momento que lo desee.

Tarma, noviembre del 2022

Lugar y Fecha

Nombre del niño

Nombre de la madre/padre del niño

Firma

DNI _____

VALIDEZ Y FIABILIDAD

VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS



VALIDACION DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

CUESTIONARIO SOBRE REFRIGERIO DOMESTICO EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Nombre del experto: TAYPE TORREJON Jorge Fritz Especialidad/Grado académico: Lic. Enfermería

Calificar con 1, 2, 3, 4 en cada ítem respecto a los criterios de relevancia (RE), coherencia (CO), suficiencia (SU) y claridad (CL)

DIMENSION	ITEM	RE	CO	SU	CL
Contenido del refrigerio	1) Incluye alimentos de origen animal en el refrigerio doméstico.	4	4	3	3
	2) Incluye alimentos de origen vegetal en el refrigerio doméstico.	3	4	4	3
	3) Incluye frutos secos en el refrigerio doméstico.	4	4	4	3
	4) Incluye productos lácteos en el refrigerio doméstico.	4	3	4	4
	5) Incluye cereales (arroz, pasta, avena y trigo) en el refrigerio doméstico.	4	3	4	4
	6) Incluye frutas cítricas en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	7) Complementa el refrigerio doméstico con dulces (postres, chocolates, productos procesados).	4	4	4	4
	8) Incluye aceitunas en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	9) Incluye soba en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	10) Incluye frituras (papas fritas, pollo frito) en el refrigerio doméstico.	4	5	4	4
	11) Incluye embudidos en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	12) Incluye de 1 - 2 vasos de agua en el refrigerio doméstico.	4	5	5	4
	13) Incluye alimentos de color verde en el refrigerio doméstico.	4	4	3	4
Presentación del refrigerio	14) Incluye alimentos de color amarillo - naranja en el refrigerio doméstico.	4	4	4	3
	15) Incluye alimentos de color morado - azul en el refrigerio doméstico.	4	3	3	3
	16) Incluye alimentos de color blanco y rojo en el refrigerio doméstico.	4	3	3	4
	17) Incluye más de 2 sabores en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	18) Incluye comidas con condimentos en el refrigerio doméstico.	4	3	3	3
	19) Incluye alimentos pelados en el refrigerio doméstico.	3	3	3	3
	20) Incluye alimentos picados en el refrigerio doméstico.	3	4	3	3
	21) Incluye alimentos sólidos en el refrigerio doméstico.	3	4	4	3
	22) Incluye alimentos líquidos en el refrigerio doméstico.	3	4	4	3

¿Existe alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO(X)
En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISION DEL EXPERTO

El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ()


Firma y sello del experto

CUESTIONARIO SOBRE MEDIDAS HIGIENICAS PARA PREPARADO ALIMENTICIO

Nombre del experto: TAYPE TORREJON Jorge Fritz Especialidad/Grado académico: Lic. Enfermería

Calificar con 1, 2, 3, 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia (RE), coherencia (CO), suficiencia (SU) y claridad (CL)

DIMENSION	ITEM	RE	CO	SU	CL
Lavado de manos	1) Primero, se retira objetos de las manos y muñecas.	3	4	4	4
	2) Segundo, se moja las manos con suficiente agua.	3	4	4	4
	3) Tercero, se cubre las manos húmedas con jabón y las frota hasta que produzca espuma.	3	4	4	4
	4) Cuarto, se frota las palmas, el dorso, entre los dedos y debajo de las uñas.	3	4	4	4
	5) Quinto, se enjuaga las manos con abundante agua a chorro.	3	4	4	4
	6) Sexto, se seca las manos comenzando por las palmas, dorso y espacios interdigitales con un papel toalla o toalla limpia.	3	4	4	4
	7) Séptimo, cierra el cario con el papel desechable o con la toalla.	3	4	4	4
	8) Y por último, elimina el papel desechable o tiende la toalla para ventilarla.	3	4	4	4
	9) Realiza el lavado de manos en un tiempo mínimo de 20 segundos.	3	4	4	4
	10) Utiliza jabón líquido o en barra para realizar el lavado de manos.	3	4	4	4
	11) En caso de utilizar jabón en barra, lo guarda en una jabonera con orificios que permitan drenar la humedad del jabón para evitar la acumulación de gérmenes.	3	4	4	4
	12) Utiliza papel toalla o una toalla específica para el secado de manos.	3	4	4	4
Desinfección de los alimentos	13) Utiliza agua que sale directamente del grifo.	4	4	3	4
	14) Lava las frutas y verduras con abundante agua.	4	4	3	4
	15) Coloca las frutas y verduras en un recipiente que contenga un litro de agua con 1 ml o 25 gotitas de lejía	4	4	3	4
	16) Enjuaga o deja secar las frutas y verduras antes de su consumo.	4	4	4	4
	17) Realiza la cocción completa de las carnes, especialmente de las carnes rojas, aves y pescado.	4	4	4	4
	18) Cocina el huevo de 8 a 12 minutos hasta que la clara y la yema estén firmes.	4	4	4	4
Desinfección de utensilios de cocina	19) Utiliza un dispensador con spray en un litro de agua con 20 ml o 4 cucharaditas de lejía, deja secarlos por unos minutos o lo seca con un paño limpio.	3	4	3	3
	20) Desinfecta sus tablas de picar con diluciones de cloro con agua colocando 8 ml de cloro en un litro de agua.	3	4	3	3
	21) Diluye 4 ml de cloro por litro de agua para los demás utensilios.	4	4	3	3
	22) Deja remojar por 2 horas los utensilios en cada solución.	4	4	3	3

¿Existe alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO(X)
En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISION DEL EXPERTO

El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ()


Firma y sello del experto



VALIDACION DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

CUESTIONARIO SOBRE REFRIGERIO DOMESTICO EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Nombre del experto: JORGE ÑAUPARI Gustavo Adolfo Especialidad/Grado académico: Lic. Enfermería

Calificar con 1, 2, 3, 4 en cada ítem respecto a los criterios de relevancia (RE), coherencia (CO), suficiencia (SU) y claridad (CL)

DIMENSION	ITEM	RE	CO	SU	CL
Contenido del refrigerio	1) Incluye alimentos de origen animal en el refrigerio doméstico.	4	4	3	4
	2) Incluye alimentos de origen vegetal en el refrigerio doméstico.	4	4	3	4
	3) Incluye frutos secos en el refrigerio doméstico.	4	4	3	4
	4) Incluye productos lácteos en el refrigerio doméstico.	4	4	3	4
	5) Incluye cereales (arroz, pasta, avena y trigo) en el refrigerio doméstico.	4	4	3	4
	6) Incluye frutas cítricas en el refrigerio doméstico.	4	4	3	4
	7) Complementa el refrigerio doméstico con dulces (postres, chocolates, productos procesados).	4	4	3	4
	8) Incluye aceitunas en el refrigerio doméstico.	3	4	3	4
	9) Incluye soba en el refrigerio doméstico.	3	4	3	4
	10) Incluye frituras (papas fritas, pollo frito) en el refrigerio doméstico.	3	4	4	4
	11) Incluye embudidos en el refrigerio doméstico.	4	4	3	4
	12) Incluye de 1 - 2 vasos de agua en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	Presentación del refrigerio	13) Incluye alimentos de color verde en el refrigerio doméstico.	4	4	3
14) Incluye alimentos de color amarillo - naranja en el refrigerio doméstico.		3	4	3	3
15) Incluye alimentos de color morado - azul en el refrigerio doméstico.		3	4	3	3
16) Incluye alimentos de color blanco y rojo en el refrigerio doméstico.		3	4	3	3
17) Incluye más de 2 sabores en el refrigerio doméstico.		4	4	3	3
18) Incluye comidas con condimentos en el refrigerio doméstico.		4	4	3	3
19) Incluye alimentos pelados en el refrigerio doméstico.		3	4	3	3
20) Incluye alimentos picados en el refrigerio doméstico.		3	4	3	3
21) Incluye alimentos sólidos en el refrigerio doméstico.		4	4	3	3
22) Incluye alimentos líquidos en el refrigerio doméstico.		4	4	3	3

¿Existe alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO(X)
En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISION DEL EXPERTO

El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ()


Firma y sello del experto

CUESTIONARIO SOBRE MEDIDAS HIGIENICAS PARA PREPARADO ALIMENTICIO

Nombre del experto: TAYPE TORREJON Jorge Fritz Especialidad/Grado académico: Lic. Enfermería

Calificar con 1, 2, 3, 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia (RE), coherencia (CO), suficiencia (SU) y claridad (CL)

DIMENSION	ITEM	RE	CO	SU	CL
Lavado de manos	1) Primero, se retira objetos de las manos y muñecas.	3	4	4	4
	2) Segundo, se moja las manos con suficiente agua.	4	4	4	4
	3) Tercero, se cubre las manos húmedas con jabón y las frota hasta que produzca espuma.	4	4	4	4
	4) Cuarto, se frota las palmas, el dorso, entre los dedos y debajo de las uñas.	4	4	4	4
	5) Quinto, se enjuaga las manos con abundante agua a chorro.	4	4	4	4
	6) Sexto, se seca las manos comenzando por las palmas, dorso y espacios interdigitales con un papel toalla o toalla limpia.	3	4	4	4
	7) Séptimo, cierra el cario con el papel desechable o con la toalla.	4	4	4	4
	8) Y por último, elimina el papel desechable o tiende la toalla para ventilarla.	3	4	4	4
	9) Realiza el lavado de manos en un tiempo mínimo de 20 segundos.	4	4	4	4
	10) Utiliza jabón líquido o en barra para realizar el lavado de manos.	4	4	4	4
	11) En caso de utilizar jabón en barra, lo guarda en una jabonera con orificios que permitan drenar la humedad del jabón para evitar la acumulación de gérmenes.	3	4	4	4
	12) Utiliza papel toalla o una toalla específica para el secado de manos.	4	4	4	4
Desinfección de los alimentos	13) Utiliza agua que sale directamente del grifo.	3	4	3	4
	14) Lava las frutas y verduras con abundante agua.	4	4	4	4
	15) Coloca las frutas y verduras en un recipiente que contenga un litro de agua con 1 ml o 25 gotitas de lejía	3	4	3	4
	16) Enjuaga o deja secar las frutas y verduras antes de su consumo.	3	4	4	4
	17) Realiza la cocción completa de las carnes, especialmente de las carnes rojas, aves y pescado.	4	4	3	3
	18) Cocina el huevo de 8 a 12 minutos hasta que la clara y la yema estén firmes.	3	4	4	3
Desinfección de utensilios de cocina	19) Utiliza un dispensador con spray en un litro de agua con 20 ml o 4 cucharaditas de lejía, deja secarlos por unos minutos o lo seca con un paño limpio.	2	4	3	4
	20) Desinfecta sus tablas de picar con diluciones de cloro con agua colocando 8 ml de cloro en un litro de agua.	3	3	3	4
	21) Diluye 4 ml de cloro por litro de agua para los demás utensilios.	3	3	3	4
	22) Deja remojar por 2 horas los utensilios en cada solución.	3	3	3	4

¿Existe alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO(X)
En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISION DEL EXPERTO

El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ()


Firma y sello del experto



VALIDACION DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

CUESTIONARIO SOBRE REFRIGERIO DOMESTICO EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Nombre del experto: LIMAYMANTA MUCHA Sandro Especialidad/Grado académico: Lic. Enfermería

Calificar con 1, 2, 3, 4 en cada ítem respecto a los criterios de relevancia (RE), coherencia (CO), suficiencia (SU) y claridad (C)

DIMENSION	ITEM	RE	CO	SU	CL
Contenido del refrigerio	1) Incluye alimentos de origen animal en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	2) Incluye alimentos de origen vegetal en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	3) Incluye frutos secos en el refrigerio doméstico.	3	4	3	3
	4) Incluye productos lácteos en el refrigerio doméstico.	3	4	3	3
	5) Incluye cereales (arroz, pasta, avena y trigo) en el refrigerio doméstico.	3	4	3	3
	6) Incluye frutas cítricas en el refrigerio doméstico.	3	4	3	3
	7) Complementa el refrigerio doméstico con dulces (postres, chocolates, productos procesados).	4	4	3	4
	8) Incluye aceitunas en el refrigerio doméstico.	3	4	3	4
	9) Incluye soba en el refrigerio doméstico.	3	4	3	4
	10) Incluye frituras (papas fritas, pollo frito) en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	11) Incluye embutidos en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
	12) Incluye de 1 - 2 vasos de agua en el refrigerio doméstico.	4	4	4	4
Presentación del refrigerio	13) Incluye alimentos de color verde en el refrigerio doméstico.	4	3	3	3
	14) Incluye alimentos de color amarillo - naranja en el refrigerio doméstico.	3	3	3	3
	15) Incluye alimentos de color morado - azul en el refrigerio doméstico.	3	3	3	3
	16) Incluye alimentos de color blanco y rojo en el refrigerio doméstico.	3	3	3	3
	17) Incluye más de 2 sabores en el refrigerio doméstico.	4	3	3	3
	18) Incluye comidas con condimentos en el refrigerio doméstico.	4	3	3	3
	19) Incluye alimentos pelados en el refrigerio doméstico.	3	3	3	3
	20) Incluye alimentos picados en el refrigerio doméstico.	3	3	3	3
	21) Incluye alimentos sólidos en el refrigerio doméstico.	4	3	3	3
	22) Incluye alimentos líquidos en el refrigerio doméstico.	4	3	3	3

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO(X)
En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISION DEL EXPERTO

El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ()

Sandro Limaymanta Mucha
LIC. EN ENFERMERIA
CEP N° 87028
Firma y sello del experto

CUESTIONARIO SOBRE MEDIDAS HIGIENICAS PARA PREPARADO ALIMENTICIO

Nombre del experto: TAYPE TORREJON Jorge Fritz Especialidad/Grado académico: Lic. Enfermería

Calificar con 1, 2, 3, 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia (RE), coherencia (CO), suficiencia (SU) y claridad (CL)

DIMENSION	ITEM	RE	CO	SU	CL
Lavado de manos	1) Primero, se retira objetos de las manos y muñecas.	4	4	3	4
	2) Segundo, se moja las manos con suficiente agua.	4	4	3	4
	3) Tercero, se cubre las manos húmedas con jabón y las frota hasta que produzca espuma.	4	4	3	4
	4) Cuarto, se frota las palmas, el dorso, entre los dedos y debajo de las uñas.	4	4	3	4
	5) Quinto, se enjuaga las manos con abundante agua a chorro.	4	4	3	4
	6) Sexto, se seca las manos comenzando por las palmas, dorso y espacios interdigitales con un papel toalla o toalla limpia.	4	4	3	4
	7) Séptimo, cierra el cano con el papel desechable o con la toalla.	4	4	3	4
	8) Y por último, elimina el papel desechable o tiende la toalla para ventilarla.	4	4	3	4
	9) Realiza el lavado de manos en un tiempo mínimo de 20 segundos.	4	4	3	4
	10) Utiliza jabón líquido o en barra para realizar el lavado de manos.	4	4	3	4
	11) En caso de utilizar jabón en barra, lo guarda en una jabonera con orificios que permitan drenar la humedad del jabón para evitar la acumulación de gérmenes.	4	4	3	4
	12) Utiliza papel toalla o una toalla específica para el secado de manos.	4	4	3	4
Desinfección de los alimentos	13) Utiliza agua que sale directamente del grifo.	4	4	3	4
	14) Lava las frutas y verduras con abundante agua.	4	4	4	4
	15) Coloca las frutas y verduras en un recipiente que contenga un litro de agua con 1 ml o 25 gotitas de lejía	3	4	3	4
	16) Enjuaga o deja secar las frutas y verduras antes de su consumo.	4	4	4	4
	17) Realiza la cocción completa de las carnes, especialmente de las carnes rojas, aves y pescado.	4	4	3	4
	18) Cocina el huevo de 8 a 12 minutos hasta que la clara y la yema estén firmes.	3	3	3	2
Desinfección de utensilios de cocina	19) Utiliza un dispensador con spray en un litro de agua con 20 ml o 4 cucharaditas de lejía, deja secarlos por unos minutos o lo seca con un paño limpio.	3	3	3	2
	20) Desinfecta sus tablas de picar con diluciones de cloro con agua colocando 8 ml de cloro en un litro de agua.	3	4	4	3
	21) Diluye 4 ml de cloro por litro de agua para los demás utensilios.	3	3	3	3
	22) Deja remojar por 2 horas los utensilios en cada solución.	3	4	4	3

¿Existe alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO(X)
En caso de Sí, ¿Que dimensión o ítem falta? _____

DECISION DEL EXPERTO

El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ()

Sandro Limaymanta Mucha
LIC. EN ENFERMERIA
CEP N° 87028
Firma y sello del experto

FIABILIDAD DE VARIABLE REFRIGERIO DOMESTICO ESCOLAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA

*Sin título1 [ConjuntoDatos0] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	VAR00001	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
2	VAR00002	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
3	VAR00003	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
4	VAR00004	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
5	VAR00005	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
6	VAR00006	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
7	VAR00007	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
8	VAR00008	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
9	VAR00009	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
10	VAR00010	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
11	VAR00011	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
12	VAR00012	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
13	VAR00013	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
14	VAR00014	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
15	VAR00015	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
16	VAR00016	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
17	VAR00017	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
18	VAR00018	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
19	VAR00019	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
20	VAR00020	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
21	VAR00021	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
22	VAR00022	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada

*Resultado1 [Documento1] - IBM SPSS Statistics Visor

Escala: ALL VARIABLES

Resumen de procesamiento de casos

Casos	N		%	
	Válido	Excluido ^a	13	100,0
		0	,0	
Total	13	0	100,0	

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

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,741	,758	22

Estadísticas de elemento

	Media	Desv. Desviación	N
VAR00001	3,62	1,044	13

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,741	,758	22

Estadísticas de elemento

	Media	Desv. Desviación	N
VAR00001	3,62	1,044	13
VAR00002	3,62	,768	13
VAR00003	2,38	1,193	13
VAR00004	3,92	,954	13
VAR00005	4,15	1,144	13
VAR00006	3,69	1,032	13
VAR00007	1,77	,725	13
VAR00008	1,77	,599	13
VAR00009	2,77	1,013	13
VAR00010	2,77	1,092	13
VAR00011	2,08	1,115	13
VAR00012	4,54	,660	13
VAR00013	3,92	1,115	13
VAR00014	3,69	,855	13
VAR00015	2,62	1,446	13
VAR00016	3,23	,927	13
VAR00017	3,23	1,092	13
VAR00018	2,62	1,044	13
VAR00019	2,77	1,092	13
VAR00020	3,23	1,301	13
VAR00021	3,92	,641	13
VAR00022	4,08	,641	13

FIABILIDAD DE VARIABLE REFRIGERIO DOMESTICO ESCOLAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA

BD FIABILIDAD V2.sav [ConjuntoDatos0] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 22 de 22 variables

	VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014	VAR00015	VAR00016	VAR00017	VAR00018	VAR00019	VAR00020	VAR00021	VAR00022
1	4	5	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
3	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	3	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1
5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
7	5	5	5	5	5	1	1	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
8	5	5	5	4	5	5	2	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
10	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
11	4	4	5	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
12	4	4	4	5	5	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	5	4	5	4	4	5	1	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	1
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ON

8° Búsqueda ESP LAA 23:25 21/06/2023

Escala: ALL VARIABLES

Resumen de procesamiento de casos

Casos	Válido	N	%
	13	13	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	13	100,0

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

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,905	,924	22

Estadísticas de elemento

	Media	Desv. Desviación	N
VAR00001	4,54	,519	13

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,905	,924	22

Estadísticas de elemento

	Media	Desv. Desviación	N
VAR00001	4,54	,519	13
VAR00002	4,54	,519	13
VAR00003	4,62	,506	13
VAR00004	4,46	,519	13
VAR00005	4,62	,506	13
VAR00006	3,85	1,463	13
VAR00007	3,15	1,625	13
VAR00008	3,62	1,261	13
VAR00009	4,00	1,155	13
VAR00010	4,23	,927	13
VAR00011	4,38	,650	13
VAR00012	4,31	,855	13
VAR00013	4,62	,506	13
VAR00014	3,62	1,557	13
VAR00015	3,62	1,557	13
VAR00016	3,77	1,423	13
VAR00017	4,54	,877	13
VAR00018	4,23	1,363	13
VAR00019	3,00	1,414	13
VAR00020	3,54	1,506	13
VAR00021	3,08	1,441	13
VAR00022	2,92	1,605	13

MATRÍZ DE CONSISTENCIA

REFRIGERIO DOMESTICO ESCOLAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA Y MEDIDAS HIGIENICAS PARA PREPARADO ALIMENTICIO POR PADRES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE TARMA, 2022

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE E INDICADORES	METODOLOGIA
<p>GENERAL: ¿Cuál es la relación entre el refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022?</p>	<p>GENERAL: Determinar la relación entre el refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.</p>	<p>GENERAL: Existe relación significativa entre el refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.</p>	<p>VARIABLE 1: Refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia.</p> <p>Dimensiones: • Contenido del refrigerio • Presentación del refrigerio</p> <p>VARIABLE 2: Medidas higiénicas para preparado alimenticio</p> <p>Dimensiones: • Lavado de manos • Desinfección de los alimentos • Desinfección de</p>	<p>Tipo de investigación: Enfoque cuantitativo, observacional, prospectivo, transversal y analítico.</p> <p>Nivel de investigación: Relacional.</p> <p>Método: Deductivo, inductivo, analítico, sintético y estadístico.</p> <p>Diseño: No experimental de tipo correlacional</p> <p>Población: 660 escolares de las IE de Tarma</p> <p>Muestra: 50 padres de escolares</p>
<p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué relación existe entre el contenido del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022? • ¿Qué relación existe entre la presentación del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y 	<p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación que existe entre el contenido del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma. • Determinar la relación que existe entre la presentación del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y 	<p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación significativa entre el contenido del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma. • Existe relación significativa entre la presentación del refrigerio doméstico escolar en tiempos de pandemia y 		

medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma, 2022?	medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.	medidas higiénicas para preparado alimenticio por padres de Instituciones Educativas de Tarma.	utensilios de cocina	Instrumentos: .Cuestionario tipo Likert Técnicas: .Escala Likert
--	--	--	----------------------	---

OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	TIPO DE VARIABLE	INSTRUMENTOS
V 1: Refrigerio domestico escolar en tiempos de pandemia	Son preparaciones que se consumen entre comidas, no reemplazan a ninguna de las comidas habituales incorporan alimentos naturales o elaborados. Contreras (2006)	Es una porción de alimentos en menor cantidad, que complementa el desayuno escolar, optimiza el rendimiento en las clases virtuales; entre sus componentes del refrigerio: contenido y presentación.	Contenido del refrigerio	<ul style="list-style-type: none"> • Consumo de alimentos constructores • Consumo de alimentos reguladores • Consumo de alimentos energéticos 	Cualitativo	Cuestionario tipo Likert
			Presentación del refrigerio	<ul style="list-style-type: none"> • Color • Sabor • Textura 		
V 2: Medidas higiénicas para preparado alimenticio	Son todas las medidas necesarias para asegurar la calidad microbiológica de los alimentos, de esta manera prevenir enfermedades. OPS (2010)	Es el conjunto de medios necesarios para asegurar la calidad de la preparación de los alimentos, lo cual contribuye a prevenir enfermedades y conservar la salud, reflejado en: lavado de manos y desinfección de alimentos.	Lavado de manos	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica correcta • Duración • Insumos 	Cualitativo	Cuestionario tipo Likert
			Desinfección de los alimentos	<ul style="list-style-type: none"> • Productos naturales • Productos envasados 		
			Desinfección de utensilios de cocina	<ul style="list-style-type: none"> • Utensilios 		