



UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



**EFFECTO DE ESTRATEGIAS EDUCATIVAS NUTRICIONALES
EN LA MODIFICACIÓN DE LA CANTIDAD Y CALIDAD DEL
DESAYUNO DE NIÑOS PREESCOLARES.**

bdigital.ula.ve

Tutor Académico

Milaidi García.

Co-Tutor

Juan Leonardo Márquez.

Autoras

Dávila Yulimar C.I. 20.432.742

Gioe Annabella C.I. 20.851.149

Mérida, 2015



UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



EFFECTO DE ESTRATEGIAS EDUCATIVAS NUTRICIONALES EN LA MODIFICACIÓN DE LA CANTIDAD Y CALIDAD DEL DESAYUNO DE NIÑOS PREESCOLARES.

*Trabajo Especial de grado para optar al título de Licenciadas en Nutrición y
Dietética.*

Tutor Académico

Milaidi García.

Co-Tutor

Juan Leonardo Márquez.

Autoras

Dávila Yulimar C.I. 20.432.742

Gioe Annabella C.I. 20.851.149

Mérida, 2015

DEDICATORIA

A Dios por ser el guía de nuestras vidas.

A nuestros padres y familiares.

A la Ilustre Universidad de Los Andes.

Al Preescolar “Simón Rodríguez”

bdigital.ula.ve

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar a Dios por permitirnos concluir nuestros estudios para el logro de esta meta y crecer a nivel intelectual y humano.

A la Ilustre Universidad de Los Andes, por brindarnos sus enseñanzas y formarnos como profesionales.

A nosotras mismas por luchar y no darnos por vencidas a lo largo de nuestra carrera.

A nuestros padres por ser nuestros pilares y apoyo.

A nuestros familiares y amigos por su apoyo incondicional, su amor y su paciencia.

A nuestra tutora Milaidi García, por acompañarnos en la última etapa de nuestra carrera y brindarnos su apoyo, orientación y mucha paciencia.

A todas las personas que colaboraron y participaron de una u otra manera en su ejecución.

Al Preescolar “Simón Rodríguez” por abrirnos sus puertas y brindarnos su gran ayuda en la ejecución y elaboración de nuestra tesis.

Mil Gracias.



**UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



EFFECTO DE ESTRATEGIAS EDUCATIVAS NUTRICIONALES EN LA MODIFICACIÓN DE LA CANTIDAD Y CALIDAD DEL DESAYUNO DE NIÑOS PREESCOLARES.

Tutor Académico

Milaidi García.

Autoras

Yulimar del C; Dávila Rondón.
Annabella S; Gioe Gallo.

Co-Tutor

Juan Leonardo Márquez.

Fecha:

Febrero, 2015.

RESUMEN

El desayuno es la primera comida del día necesaria para cargar al cuerpo con la energía que requiere para realizar las actividades el cual debe aportar un 25% de las calorías diarias. Se trata de un estudio de intervención comunitaria, de corte transversal y a su vez de campo, en el que se evaluó el efecto de estrategias educativas nutricionales en la modificación de la cantidad y calidad del desayuno de niños preescolares. La población estuvo conformada por 50 niños y niñas cursantes del 3er nivel del preescolar "Simón Rodríguez", de los cuales se tomó una muestra de 30 niños que asistieron a la institución. La información fue recolectada por medio de una encuesta de pre test y post test de preguntas cerradas que permitió determinar la cantidad de energía-proteínas y calidad del desayuno antes y después de las intervenciones educativas. Los datos obtenidos fueron registrados y analizados por medio del paquete estadístico SPSS versión 15. Los resultados arrojaron que antes de las intervenciones existió preferencia por alimentos ricos en grasas (36,6%) y azúcares (58,7) y la calidad de las loncheras era deficiente, después de la aplicación de las estrategias educativas nutricionales disminuyó el consumo de alimentos ricos en grasas (14,4%) y azúcares (45,4%) donde las loncheras fueron más saludables y de mejor calidad nutricional, lo que indica que la educación nutricional modifica las conductas alimentarias.

Palabras Claves: Desayuno, lonchera escolar, alimentación saludable, estrategias educativas nutricionales.

INDICE GENERAL

	Página
Dedicatoria.....	ii
Agradecimientos.....	iii
Resumen.....	iv
Introducción	1
 CAPITULOS	
I. EL PROBLEMA.....	3
Planteamiento del Problema.....	3
Formulación del Problema	5
Objetivos.....	6
General.....	6
Específicos.....	6
Justificación.....	7
II. MARCO TEÓRICO	10
Antecedentes.....	10
Bases Teóricas.....	15
Definición de términos básicos.....	21
Hipótesis.....	22
III. MARCO METODOLÓGICO.....	23
Tipo y Diseño de investigación	23

Población y muestra.....	23
Técnicas e Instrumentos de Recolección de datos.....	23
Validez y Confiabilidad.....	24
Procesamiento y Análisis de los datos.....	25
IV. RESULTADOS Y DISCUSION.....	26
Resultados de la investigación.....	26
Discusión de los resultados.....	38
V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	41
Conclusiones de la investigación.....	41
Recomendaciones.....	43
Referencias.....	44
Anexos.....	48

INDICE DE TABLAS

	Página
Tabla 1. Porcentaje de adecuación y consumo de energía y proteínas de preescolares del sexo masculino.....	26
Tabla 2. Porcentaje de adecuación y consumo de energía y proteínas de preescolares del sexo femenino.....	27
Tabla 3. Porcentaje de adecuación y consumo de energía y proteínas de preescolares del sexo masculino.....	29
Tabla 4. Porcentaje de adecuación y consumo de energía y proteínas de preescolares del sexo femenino.....	30
Tabla 5. Comparación del consumo de energía y proteínas del desayuno en los preescolares.....	32
Tabla 6. Factores que impidieron la no modificación en la lonchera del preescolar.....	37

INDICE DE GRÁFICOS

	Página
Gráfico 1. Alimentos contenidos en las loncheras de niños preescolares antes de la intervención educativa nutricional.....	28
Gráfico 2. Alimentos contenidos en las loncheras de niños preescolares después de la intervención educativa nutricional.....	31
Gráfico 3. Comparación entre el consumo de energía antes y después de la intervención educativa nutricional según sexo.....	33
Gráfico 4. Comparación entre el consumo de proteínas antes y después de la intervención educativa nutricional según sexo.....	34
Gráfico 5. Alimentos contenidos en loncheras de los niños preescolares antes y después de la intervención educativa nutricional.....	35
Gráfico 6. Comparación de la calidad de la lonchera antes y después de la intervención educativa nutricional.....	36

INTRODUCCIÓN

Durante los últimos años, se han evidenciado elevados índices de enfermedades relacionadas con malas prácticas alimenticias y hábitos alimentarios inadecuados, como la malnutrición infantil, en especial, lo que se refiere a la obesidad. Cifras reportadas por La Organización Mundial de la Salud para 2010, señalaban que el mundo registró 42 millones de niños con sobrepeso, de los que cerca de 35 millones viven en países en desarrollo. En Venezuela, el 6.4% de la población infantil sufre de obesidad (Noticias 24, 2013). Tal situación apunta la necesidad imperante de promover hábitos alimentarios saludables en la población infantil, se ha evidenciado interés y preocupación en la búsqueda e implementación de medidas correctivas que permitan mitigar los índices de malnutrición sobre, todo de obesidad, entre otras enfermedades, consecuencia de una mala alimentación. Campañas como 5 al día (Chile) desde el año 2006 y las de la Fundación Bengoa y Farmacias SAAS desde el año 2005, son ejemplos de estas iniciativas.

Por otra parte, resulta oportuno destacar que la edad preescolar es un periodo idóneo para fomentar prácticas nutricionales adecuadas, ya que el niño da los primeros pasos hacia la adopción de hábitos alimentarios (Gil, 2010). Por ello, si la información transmitida en esta edad es la inadecuada es de esperarse que los hábitos alimentarios del adulto sean incorrectos. No es casual el hecho que la población objeto de estos programas sean los niños y los adolescentes, a los que deberían ser incorporados sus madres y padres por ser quienes están a cargo en la formación y sociabilización de los hijos. Igualmente las acciones principales se hacen en la escuela ya que es el segundo ente formador para el niño o niña. (Patiño, 2011)

Considerando estos planteamientos, se observa que la educación nutricional está pasando a un primer plano por su repercusión sobre la nutrición, en especial en lo concerniente a la nutrición comunitaria y las intervenciones en materia de salud, demostrando su capacidad de mejorar por sí sola el comportamiento dietético y el estado nutricional. (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación [FAO], 2011)

Considerando esto, la presente investigación pretende favorecer la cantidad y calidad del desayuno de niños preescolares implementando estrategias educativas nutricionales dirigidas a los padres con la finalidad de mejorar las loncheras de sus hijos en el preescolar Simón Rodríguez. Este estudio se constituyó en capítulos, en el primero, se desarrolló el planteamiento del problema, justificación y objetivos de la investigación, en el Capítulo II, se desarrollaron los antecedentes del estudio y las bases teóricas así como la definición Básica de términos; el Capítulo III se refiere al Marco Metodológico, en esta se define el tipo y diseño de investigación, los participantes del estudio, las técnicas e instrumentos de recolección y el procesamiento y análisis de los datos, en el Capítulo IV se presentan los resultados de la investigación así como la discusión de los mismos y el Capítulo V se refiere a las conclusiones y recomendaciones del estudio.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del Problema

Actualmente, se observa con preocupación que tanto en la América Latina como en otros lugares del mundo los problemas de índole nutricional, bien sea por exceso en las sociedades más desarrolladas consecuencia del consumo de alimentos ricos en calorías disponibles o por déficit (desnutrición), en países tercer mundistas en los que las enfermedades de la infancia y condiciones sanitarias precarias afectan mayormente a lactantes y a niños en edad preescolar pertenecientes a las áreas rurales y periféricas urbanas. Aunque estas problemáticas son viables de ser solucionadas, se hace notoria la carencia de programas de atención nutricional-educativa adaptados a la realidad global actual, que además sean sustentables y sostenibles en el tiempo. (Kevany, s/f)

En el caso particular de Venezuela, aunque se hizo un esfuerzo para cumplir con las metas del milenio, no es la desnutrición el problema principal que aqueja a la población infantil, resulta alarmante que para 2013 aproximadamente el 7% de la población infantil padeciera de obesidad (Noticias 24, 2013). Es por ello, que se hace obvia, la atención nutricional enfocada especialmente a la población preescolar que cumpla con el propósito de fomentar y mantener un estado de salud óptimo en el que se prevengan problemas nutricionales que favorezcan mejorar la calidad de vida en el adulto del mañana.

La etapa preescolar se considera una etapa clave para la educación nutricional ya que muchos de los hábitos inculcados en este periodo permanecerán hasta la adultez, prácticas alimentarias correctas se traducirán en un óptimo y progresivo desarrollo en el niño. Desde los dos años hasta la pubertad el crecimiento físico del niño es lento, incrementa de 2 a 3 kilogramos y de 5 a 8 centímetros por año. De igual modo, el niño preescolar experimenta reducción del apetito y por ende, disminuye la ingesta de alimentos. Los padres frecuentemente expresan su preocupación por la restringida variedad de alimentos ingeridos, constantes distracciones y escaso consumo de verduras, carnes y su preferencia por alimentos dulces que no son saludables. La alimentación en el preescolar debe de asegurar la salud futura. Los padres deben conocer que la aceptación de la comida se facilita cuando al niño se le ofrece en repetidas ocasiones nuevos alimentos para darle la posibilidad que los pruebe y aprenda a degustarlos. (Vásquez & Romero, 2008)

Por ello, resulta importante que el niño respete y realice en las horas adecuadas todas y cada unas de las comidas a lo largo del día, solo así se garantizará el aporte de energía y nutrientes necesarios para su crecimiento físico y desarrollo mental. Al respecto, Aguilar miembro de la Fundación Bengoa, define al desayuno como la principal comida del día, la cual tiene una altísima importancia al contribuir con el rendimiento del preescolar. Además, de mejorar la concentración y prevenir la desnutrición. (Aguilar, 2011)

Entre algunos de los aspectos a considerar a la hora de acostumbrar al niño a consumir alimentos, es enseñarle en primera instancia, que las comidas no deben ser ni saladas ni condimentadas porque esto perjudica su

aparato digestivo, además, las golosinas, el chocolate, los dulces industriales o el azúcar, producen desarreglos hormonales, caries y obesidad, entre otros. Para una buena alimentación el niño debe consumir carne magra, pescado, huevos, leche, yogurt, legumbres, cereales, etc. Y dejar a un lado los alimentos que perjudican la salud. (Barreda, s/f)

En virtud a lo antes expuesto, se considera pertinente proporcionar a padres y niños herramientas que le permitan llevar una alimentación y vida más sana, tales como las estrategias educativas nutricionales, de modo que incidan de forma positiva sobre el diseño de un desayuno balanceado adaptado a los requerimientos nutricionales del niño preescolar con el fin de evitar patologías relacionadas con la nutrición y alimentación en el futuro, confiriéndole un importante connotación al desayuno, por ser considerado como la más valiosa e importante comida de todo el día.

Formulación del Problema

Al basarse en la importancia que parece ejercer la implementación de estrategias educativas en la conducta alimentaria de los niños, se pretendió responder las siguientes interrogantes:

- ¿El consumo alimentario de los preescolares cumplirá con el requisito mínimo de energía y proteínas que se debe ingerir durante el desayuno?
- ¿Influirá la educación nutricional en la modificación de la calidad del desayuno suministrado por los padres y representantes al preescolar?
- ¿Qué cambios pudieran lograrse con la aplicación de estrategias educativas nutricionales en las loncheras de preescolares?

Objetivos de la Investigación

General

Evaluar el efecto de estrategias educativas nutricionales en la modificación de la cantidad y calidad del desayuno de preescolares.

Específicos

- Describir el desayuno de los preescolares antes de la implementación de estrategias educativas nutricionales
- Medir la calidad y cantidad de energía y proteínas consumida por los preescolares en el desayuno antes de la intervención.
- Comparar la ingesta y calidad del desayuno obtenida de los preescolares según los requerimientos para la población preescolar venezolana antes y después de la intervención.
- Implementar estrategias educativas nutricionales destinadas al fomento de un desayuno ideal en el preescolar dirigidas a padres y representantes.
- Evaluar el desayuno del preescolar tras la implementación de las estrategias educativas nutricionales.
- Comparar el desayuno del preescolar posterior a la implementación de las estrategias educativas nutricionales.
- Reconocer las modificaciones en el desayuno tras haber implementado las estrategias educativas nutricionales.

Justificación

Las características de las conductas y hábitos alimentarios del preescolar, aún cuando parezcan inadecuadas, se consideran como una variante propia de esta etapa ya que no representan ninguna amenaza para la salud del niño, las mismas pueden evolucionar para desarrollarse positiva o negativamente dependiendo de las experiencias y aprendizaje que se den dentro del contexto alimentario familiar-social y el grado de control externo impuesto por los padres. (Centro de Atención Nutricional de Antímano [CANIA], 2009)

El referido autor acota que desde el punto de vista fisiológico el preescolar regula su ingesta y saciedad, lo cual permite que el niño mantenga una fuente de energía (glucosa y ácidos grasos) y un pool de aminoácidos constante durante las veinticuatro horas del día, para así garantizar su crecimiento y desarrollo. En este periodo, el apetito es irregular y varía de un día a otro según las fluctuaciones en su crecimiento y su requerimiento por actividad física; en un mismo día, una comida puede ser copiosa y otra puede no realizarse.

Durante esta etapa la adquisición de los hábitos alimentarios está condicionada por factores personales, como la preferencia por distintos alimentos; las pautas culturales y la disponibilidad de alimentos en el hogar, entre otros. Se estima que el niño debe alcanzar un desarrollo físico y cognitivo óptimo, disfrutar de la alimentación y así reducirá el riesgo a padecer enfermedades crónicas. (López & Suarez, 2008)

Al respecto añaden que un adecuado aporte de nutrientes, así como una correcta metabolización de los mismos constituyen los pilares para lograr

un patrón de crecimiento óptimo. Sin embargo, distintos factores de origen social, psicológico y cultural, afectan el potencial de crecimiento fisiológico, de manera que cada niño presenta un patrón individual de crecimiento y desarrollo.

En este sentido, debe agregarse que el niño preescolar presenta una gran variabilidad individual en la ingesta de energía y nutrientes a lo largo del día (entre diferentes comidas) sin que ello suponga diferencias significativas en el ingreso energético diario, ya que ajusta el consumo de calorías de acuerdo con la densidad energética de los alimentos. (Serra & Aranceta, 2006)

Estos autores agregan que otro hecho que se produce en esta etapa es el desarrollo de una conducta alimentaria en la que el niño comienza a tener preferencias y aversiones hacia determinados alimentos. El niño come lo que ve comer a los adultos, tiene mayor independencia, autonomía además, empieza a tener sus preferencias y caprichos con las comidas, se niega a probar o aceptar nuevos alimentos, y puede llegar a desarrollar una dieta monótona y potencialmente deficiente. Por ello es importante vigilar la cantidad, la calidad y la variedad de los alimentos que ingiere; así como, sus preparaciones, para evitar riesgos en relación con hábitos inadecuados y dietas irregulares no balanceadas.

Por tanto, en esta etapa la educación nutricional resulta fundamental para la adopción voluntaria de comportamientos alimentarios saludables por parte del preescolar así se garantiza que sus hábitos y preferencias alimentarias lo conduzcan hacia un estado de salud óptimo.

Bajo estas premisas surge la siguiente investigación que pretende evaluar el posible efecto que pudiesen ejercer las estrategias nutricionales educativas implementadas en padres y representantes de niños preescolares sobre la modificación de la cantidad y calidad del desayuno de sus hijos.

bdigital.ula.ve

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

Antecedentes de la Investigación

La revisión documental ofrece al investigador una visión previa inicial del problema en cuestión, en torno al efecto de las estrategias nutricionales educativas en la modificación del desayuno de preescolares se ha reportado:

En una investigación de tipo descriptivo de corte transversal realizada con el objetivo de determinar la relación entre preferencias alimentarias en niños preescolares y riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares a futuro, la cual se realizó en 5 unidades educativas de la parroquia El Llano, municipio Libertador del estado Mérida tomando como muestra 108 preescolares. Se recolectó la información por medio de un recordatorio de 24 horas y se determinó los macronutrientes consumidos, la cual fue dirigida a padres y representantes, los datos fueron codificados por medio del programa SPSS versión 10.0 por medio de estadísticas descriptivas. Obteniendo como resultado que existe una mayor preferencia hacia el consumo de alimentos ricos en carbohidratos y complementos calóricos con una frecuencia de consumo de 3 a 4 veces por día. Por otra parte, se determinó que la cantidad y calidad de la dieta consumida por los preescolares no satisfacía los requerimientos nutricionales. (Oliveira & Medina, 2008)

En este sentido, se reporta una investigación no experimental, de corte transversal y correlacional donde se evaluó el desayuno en niños de la institución pública Rafael Godoy y la institución privada Nuestra Señora de

Belén en Mérida, estado Mérida. La población estuvo conformada por escolares de ambas instituciones cursantes del 4to grado, conformada por 55 niños de la institución pública y 106 de la institución privada en quienes se aplicó una encuesta que determinó la procedencia, variedad y requerimiento nutricional del desayuno. Los resultados arrojaron que en la institución pública llevan el desayuno preparado del hogar con un 63,6% y en la institución privada con un 57,5%. Con respecto a la calidad del desayuno, en la institución pública el desayuno es variado y en la privada regular, donde en ambas instituciones predominó bajo consumo de proteínas – carbohidratos, y una alta ingesta de grasas. (Pérez & Rojas, 2007)

Por otra parte, una investigación de campo, enmarcada en un proyecto factible cuyo propósito fue determinar la importancia de fomentar la salud a través de la escuela y así conocer las condiciones de la misma y la preparación de los docentes en relación a la promoción de la salud. La misma se realizó en el Simoncito comunitario Belén, municipio Libertador, estado Mérida, se tomó una muestra de los niños pertenecientes a 7 familias en edades comprendidas entre 1 y 5 años, la información se recogió por medio de una encuesta de puericultura y ficha de salud dirigida a los docentes de la institución. Los resultados demostraron que en la institución estudiada existe una deficiencia en la formación de hábitos, por lo cual elaboraron y aplicaron un programa de salud a través de una serie de estrategias educativas dirigidas a niños y niñas de 0-6 años con el fin de lograr una buena salud en la infancia. (Dávila & Valero, 2009)

En otro orden de ideas, en un estudio longitudinal, observacional, descriptivo, cualitativo, que tuvo como objetivo observar los alimentos contenidos en loncheras de niños que acudieron a un preescolar. Se realizó el estudio en 49 alumnos del Instituto San Rafael de San Luis Potosí, México,

durante 5 días seleccionados al azar. Se evaluaron los alimentos que los padres proporcionaban en sus loncheras a los niños. El valor estadístico se calculó en el programa SPSS versión 12. Se observó que los alimentos encontrados en la lonchera de los preescolares consistían en jugos con un total de 188, refrescos 20, malteadas 34, agua de sabor comercial 15, yogurt 77, frutas 34, verduras 2, galletas y pastelitos 80, otros productos 130 y frituras 6. Para determinar la relación existente entre las variables, se realizó una prueba estadística de contraste Chi cuadrado teniendo significancia asintónica. Concluyendo que se requería educación para la salud y orientación nutricional inmediata como una medida primordial para detener y prevenir los índices de obesidad. (Reyes et al, 2010)

Del mismo modo, se revisó un estudio con diseño investigación-acción que tuvo como propósito implementar y desarrollar el programa desayunos escolares para el fomento de buenos hábitos alimenticios en la edad preescolar en el Jardín de Infancia Eloy Paredes, municipio Libertador, estado Mérida. La puesta en marcha del programa, permitió a los padres y representantes recibir educación nutricional y la evaluación del mismo, así como también valorar si se dieron cambios significativos en el desayuno de sus niños. El análisis de los resultados, reflejó que a través del programa se propició en los padres y representantes la toma de conciencia sobre la necesidad de fomentar buenos hábitos alimentarios desde temprana edad, para así, tener adultos sanos. (D`Alessio & Molina, 2011)

Igualmente, se encontró un trabajo de investigación longitudinal, cualitativa y cuantitativa que tuvo como objetivo modificar las conductas para preparar loncheras mediante un programa de intervención educativa sobre nutrición en las madres de niños preescolares. La intervención educativa se realizó a 119 madres. El estudio consistió en tres etapas; *diagnóstica, de*

intervención y de evaluación. El coeficiente de fiabilidad se efectuó con el programa SPSS, versión 11.5, Como resultado se obtuvo que por cada intervención educativa aumento 1.2 puntos en conocimientos adquiridos en la etapa de evaluación y los conocimientos posteriores a las intervenciones educativas en la etapa de evaluación. Las 117 participantes prepararon loncheras saludables, lo cual demuestra que las intervenciones educativas sobre nutrición modifican las conductas alimentarias de las madres. (Sánchez et al, 2010)

En este orden de ideas se reporta una investigación-acción de tipo transversal, analítico, no experimental. La muestra estuvo conformada por 57 padres y representantes de niños de la Unidad Educativa el Espejo, Mérida, Estado Mérida, el objetivo de la investigación fue sensibilizar y educar a los padres sobre la importancia de una alimentación balanceada en la edad preescolar. Para recolectar la información se realizaron estrategias audiovisuales, material escrito y actividades recreativas a los participantes y se utilizó un cuestionario con preguntas cerradas de selección múltiple antes y después del taller con el fin de medir el conocimiento de los padres sobre la alimentación en la edad preescolar. Los resultados del taller mostraron que los padres participantes incrementaron sus conocimientos en un 30% en relación al inicio del taller; de tal manera que a través de los conocimientos adquiridos atiendan de manera más adecuada la alimentación de sus hijos. (Di Giorgi & Villareal, 2008)

Por último, en el ámbito local, se reporta una investigación descriptiva cuyo objetivo fue determinar el estado nutricional antropométrico, preferencias alimentarias, contenido de macro y micronutrientes en “loncheras” de niños preescolares. Se tomaron los 58 niños asistentes a dos jardines de infancia públicos de la ciudad de Mérida. El diagnóstico

nutricional se realizó por combinación de indicadores según las tablas del INN, los datos del consumo y preferencias alimentarias se registraron en una ficha diseñada para ese fin, mediante la observación directa y la entrevista. Los resultados evidenciaron que el 56.9% de los niños presentó estado nutricional EN; mientras que el 15.52% y el 27.59% se ubicaron BN y SN respectivamente. El consumo de macro y micronutrientes fueron deficientes en todas las categorías nutricionales. 96.55% de los niños llevaron “lonchera” y 3.45% no llevó o sólo contenía agua. Las cifras de malnutrición observadas podrían deberse al deficiente e inadecuado contenido nutricional de las “loncheras” que representan el desayuno de los niños. (García, Bravo, Mora, Bravo & García, 2011)

bdigital.ula.ve

Bases Teóricas

La etapa preescolar se caracteriza por una estabilidad en el crecimiento debido a una disminución en la velocidad de talla y de peso que condiciona una disminución en el apetito. Por lo tanto estos niños necesitan menos calorías por kilo de peso para cubrir sus requerimientos calóricos diarios, en comparación a lo que necesita durante sus primeros años de vida. (CANIA, 2009)

El preescolar presenta una gran variabilidad individual en la ingesta de energía y de nutrientes a lo largo del día (entre las diferentes comidas) sin que ello suponga diferencias significativas en el ingreso energético diario, ya que ajusta el consumo de calorías de acuerdo con la densidad energética de los alimentos. Este ajuste calórico según la densidad energética de los alimentos también modela las preferencias alimentarias de los niños. Los niños aprenden a preferir alimentos relacionados con ambientes positivos y a rechazar los que se presentan con ambientes negativos. (Serra & Aranceta, 2006)

Esta etapa es un buen momento para educar a los niños sobre la comida, selección de alimentos y preparación al hacerlos participar en actividades sencillas relacionadas con la comida. Pero es importante recordar que aunque los niños requieren mucha energía para sus actividades tienen una capacidad gástrica reducida, por ello es muy importante que las porciones de alimentos que se le sirvan sean pequeñas y el total de alimentos durante el día sean distribuidos en varias comidas. (Wooldridge, 2006)

Los requerimientos nutricionales para el preescolar en la dieta deben encontrarse en el orden de 0.6 a 0.8 Kcal por ml de alimento líquido y alrededor de 2 Kcal por gramo de alimento sólido, donde los macronutrientes y micronutrientes según los valores de referencia de energía y nutrientes para la población venezolana indica que el azúcar o carbohidratos simples no debe exceder del 25% del aporte calórico total de la dieta y los complejos del 65% del total de energía diaria, las proteínas deben aportar entre el 13 y 15% del total de calorías y los aminoácidos esenciales un 75% del aporte proteico total, las grasas deben cubrir entre el 30 y el 40% del aporte calórico total. Se recomienda que los niños de 1 a 6 años ingieran entre 1.3 L/día a 1.7 L/día de agua. Los alimentos se distribuyen durante el día en tres comidas principales y dos a tres meriendas. Las meriendas deben contener alimentos nutricionalmente densos. El tiempo entre una comida y otra debe ser suficiente para que el niño sienta hambre a la hora de comer. (CANIA, 2009)

Agregan que, la dieta del preescolar se puede volver monótona y de poca variedad, por rechazar ciertos alimentos (vegetales y verduras) que antes le gustaban, o insistir en comer la misma comida todos los días lo cual puede prolongarse por largos periodos, además negarse a probar nuevos alimentos, e inclusive rechazarlos antes de conocer su sabor y textura.

El Desayuno

Uno de los aspectos más importantes en relación a los hábitos alimentarios que deben ser potenciados en esta edad es el desayuno, este debe aportar del 20 al 25% de las necesidades energéticas diarias, con un desayuno nutritivo hay un mejor consumo diario de vitaminas, minerales y contribuye a que el preescolar tenga un mayor desempeño en la escuela y periodos más largos de actividades que aquellos que lo omiten. (Wooldridge, 2006)

La omisión del desayuno interfiere en los procesos cognitivos y del aprendizaje en los niños nutricionalmente en riesgo. El desayuno debe contener hidratos de carbono complejos y pocos alimentos ricos en lípidos, se aconseja la triada compuesta por lácteos (leche, yogurt), cereales o pan y frutas frescas. Es conveniente dedicar al desayuno entre 15 y 20 minutos de tiempo, sentados en la mesa, en lo posible con el grupo familiar. (Byrd, Benner, Moe, Beshgetoor & Berning, 2010)

Desarrollo de hábitos y conductas alimentarias.

Las preferencias alimentarias empiezan a establecerse durante la etapa fetal y continúan en desarrollo desde la lactancia hasta la adolescencia. En esta edad los niños y niñas atraviesan un periodo de transición, en la que pasan de ser receptores pasivos en la alimentación, a exploradores de la comida donde finalmente asumen el control de su dieta. Las primeras prácticas alimentarias deben ser fomentadas en el núcleo familiar ya que ellos adoptaran las conductas de sus padres, y en segundo lugar la escuela como entorno social. (Byrd et al, 2010)

Estos autores agregan que la dirección de los niños hacia los alimentos saludables sea más exitosa si los padres comprenden los comportamientos alimentarios de ellos y los exponen a la educación nutricional. Como los niños pasan mucho tiempo en la escuela, el cual es el sitio ideal para aprender sobre hábitos alimentarios positivos y saludables. Esta educación les ayuda a comprender porque el consumo de una dieta nutritiva los hará sentir con más energía, a verse mejor y a trabajar en forma más eficiente, las comidas regulares en familia, ya sea el desayuno, el almuerzo o la cena, ayuda a los niños a aplicar lo que aprenden mediante la educación nutricional y a construir buenos hábitos alimentarios.

Así también añaden, los desórdenes de la alimentación pueden iniciarse en la edad preescolar; son escasos los niños que atraviesan esta edad sin crear alguna preocupación con respecto a la alimentación, pero las formas de alimentarse y las actitudes negativas hacia la alimentación son temporales y se modifican cuando el niño crece, siempre y cuando, se manejen en forma adecuada. Esto es importante para la adquisición de hábitos y conductas alimentarias, gustos, costumbres y modales en la mesa que deben transmitirse dentro del contexto cultural de cada familia.

Con frecuencia pueden desarrollar fobia a ciertos alimentos que comen obligados o porque se premian. Aquellos alimentos que son utilizados para premiar conductas son los preferidos por el niño y estos generalmente son pobres desde el punto de vista nutricional. (CANIA, 2009)

En la actualidad se ha disminuido la supervisión de las comidas, así como el tiempo para su preparación y la variación de las meriendas que el niño lleva desde la casa. En consecuencia, aumenta el consumo de opciones menos saludables como jugos de frutas comerciales azucaradas y alimentos pre-empacados de baja densidad nutricional.

Las actividades físicas o deportivas deben incentivarse, para formar parte del estilo de vida de los niños y niñas y protegerlos del sedentarismo al que están expuestos. (CANIA, 2009)

La Educación Nutricional

Son una serie de actividades de aprendizaje cuyo objeto es facilitar la adopción voluntaria de comportamientos alimentarios y de otro tipo relacionados con la nutrición que fomentan la salud y el bienestar. (FAO, 2011)

La lonchera del preescolar

Cuando los alimentos que lleva el niño al preescolar van a formar parte de la merienda de la mañana o de la tarde, los padres deben estar atentos a la calidad y cantidad de los alimentos de la comida anterior para que así la lonchera cumpla con las necesidades energéticas que el niño y la niña tendrá en las próximas horas. (CANIA, 2009)

Hay circunstancias que requieren que la lonchera tenga un alimento extra, en el caso de que el niño y la niña pasen mucho tiempo sin comer, después de la merienda. Los alimentos que se envían deben mantenerse en preparaciones sencillas y ser conocidos por el preescolar, para irlos variando posteriormente. (Serra & Aranceta, 2006)

Su preparación requiere tiempo, disposición y creatividad por parte de los padres de manera que resulten sencillas, fáciles de transportar, combinando alimentos en cantidades adecuadas y que proporcionen un buen aporte nutricional. (CANIA, 2009)

Características de la lonchera del preescolar:

- ✓ Colocar los alimentos en un envase liviano y seguro, para evitar derrames, los mismos deben ser fáciles de abrir evitando alimentos envasados que requieran el uso de utensilios de cocina como destapadores.
- ✓ Los alimentos deben ser preferiblemente naturales evitando aquellos de poco valor nutricional.
- ✓ Elimine de la lonchera las chucherías, refrescos y alimentos peligrosos para el niño como son maní, semillas, etc.
- ✓ La preparación de los alimentos debe ser variada en sabores, colores y texturas, en la cantidad adecuada para el niño.

- ✓ Las porciones deben ser de tamaño manejable para evitar que las rechace.
- ✓ La lonchera puede contener lo siguiente: 1 a 2 raciones de fruta entera (lavada y picada para facilitar el consumo), compota, mangar o en jugo, 1 a 2 raciones de cereales como arepa, galletas, pan, casabe, ponqué etc., ½ a 1 ración de queso, pollo o huevo.
- ✓ Revisar la lonchera, luego que el niño y la niña regresen al hogar, indagando el motivo cuando sobran alimentos. (CANIA, 2009)

Consejos nutricionales

- ✓ No premiar ni recompensar con alimentos ya que esto puede desembocar una sobrealimentación.
- ✓ Ofrecer repetidas veces los nuevos alimentos antes de concluir que no le gustan.
- ✓ Procurar un ambiente alimentario positivo, tanto físico como afectivo para que se estructuren hábitos adecuados.
- ✓ Dejar que el preescolar elija y participe en la preparación de las comidas.
- ✓ Utilizar cubiertos y vajillas adecuados a las capacidades manipuladoras del niño.
- ✓ Si el niño no quiere comer no es recomendable regañarlo o castigarlo porque se refuerza la conducta negativa.
- ✓ El tiempo para comer no debe ser menor de 20min ni mayor de 30min, suficiente para que el niño reconozca las señales de saciedad de su organismo.
- ✓ No se recomienda eliminar totalmente los alimentos conocidos como de “calorías vacías” o “nutricionalmente pobres” y menos aún, prohibirlos. El niño debe aprender que todos los alimentos consumidos con moderación pueden formar parte de un plan de comida saludable.

- ✓ El niño y la niña debe permanecer sentado durante la comida esto le permite concentrarse en masticar y tragar y evita que se ahogue con algún alimento. (CANIA, 2009)

Definición de Términos Básicos

Todas las definiciones de esta sección fueron tomadas del (Diccionario terminológico de Ciencias Médicas, 1974) y (El Gran Diccionario Enciclopédico Color Zamora, 2001)

Desayuno: alimento que se consume por la mañana antes que otro alguno.

Dualidad: condición de reunir dos caracteres distintos.

Educación Nutricional: conjunto de actividades encaminadas a producir en los individuos hábitos en virtud de los cuales todas o una parte de sus disposiciones naturales se potencien o modifiquen de manera que se produzcan tipos que encajen en los esquemas del mundo cultural en que viven.

Hábito: costumbre práctica adquirida por la repetición frecuente de un mismo hábito.

Ingestión: acto de introducir sólidos y líquidos en las vías digestivas por la boca.

Ingesta: termino general para los alimentos y bebidas destinados a ser introducidos por ingestión.

Preescolar: se aplica a la etapa de escolarización anterior a la enseñanza primaria la cual abarca hasta los 4 años.

Preferencias: primacía, ventaja o mayoría que una persona o cosa posee sobre otra. Elección de una cosa o persona entre varias.

Ración alimenticia recomendada: consumo recomendado de nutrientes que es suficiente para cubrir las necesidades de casi todas las personas (97%) de edad y género similar.

Sobrealimentación: superalimentación; alimentación mayor de la necesaria para la reparación de las pérdidas orgánicas.

bdigital.ula.ve **Hipótesis**

La educación nutricional influye positivamente en la modificación de la cantidad y calidad del desayuno de niños preescolares.

CAPITULO III

MARCO METODOLÓGICO

Tipo y Diseño de investigación

La investigación es un estudio de *intervención comunitaria* ya que permitió evidenciar el efecto que tendrá la implementación de estrategias educativas nutricionales en la cantidad y calidad del desayuno en niños preescolares del Preescolar “Simón Rodríguez”, también es *de campo*, porque los datos se obtuvieron directamente de la realidad y *de corte transversal* ya que no se realizó un seguimiento constante de las variables.

Población y muestra

La población estuvo conformada por 50 niños y niñas con edades comprendidas entre los 4 y 5 años de los cuales se tomaron como muestra solo 30 niños que asistieron constantes a la institución los días que se evaluaron los desayunos provenientes del hogar, todos cursantes del 3er nivel del Preescolar Simón Rodríguez, ubicado en el Municipio Libertador, Parroquia Domingo Peña, del Estado Mérida, Venezuela.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de los datos se utilizó la observación directa y se obtuvo la información mediante una encuesta alimentaria titulada “*desayuno saludable en el preescolar mediante la implementación de estrategias educativas nutricionales*” (Ver Anexo 2), la cual estuvo conformada por 4 partes de preguntas cerradas en las que se evaluó un pre test y post test que permitió conocer la calidad y cantidad nutricional de los desayunos provenientes del hogar mediante la pesada directa del alimento durante 3 días y comparándolo con los requerimientos nutricionales para la población

preescolar Venezolana, basado en un desayuno ideal que comprende el 25% de las calorías requeridas diariamente. (Instituto Nacional de Nutrición [INN], 2000).

Posterior a la evaluación de los desayunos, se realizaron 3 sesiones educativas nutricionales dirigidas a padres y representantes de los niños, con la finalidad de mejorar los alimentos contenidos en las loncheras proporcionadas desde sus hogares. Las cuales consistieron en:

1. Alimentación balanceada: la cual consistió en una exposición oral participativa, donde se utilizó el trompo de los alimentos y así evidenciar la importancia de una alimentación balanceada. (Ver Anexo 3)
2. Loncheras Saludables: se realizó una exposición oral en la cual los padres conocieron los beneficios y los alimentos que integran una lonchera saludable. (Ver Anexo 4)
3. Alimentos Saludables: consistió en una actividad demostrativa en la cual los niños fueron los protagonistas ya que utilizaron disfraces de alimentos saludables y los padres armaron una lonchera saludable para demostrar los conocimientos adquiridos. Al finalizar la sesión se proporcionaron trípticos informativos a los padres. (Ver Anexo 5 y 6)

Las intervenciones educativas nutricionales durante el trabajo se nombraron con las siglas (IEN).

Validez y Confiabilidad

Para comprobar la validez y confiabilidad del instrumento a aplicar se consideró pertinente que el mismo fuera validado por un juicio de expertos a cargo de 3 profesores especialistas en la materia, pertenecientes a la

Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de los Andes, quienes confirmaron la efectividad del mismo en relación a los objetivos planteados en la investigación. (Ver Anexo 12)

Procesamiento y análisis de los datos

El procesamiento de la información obtenida del estudio se registró en una base de datos. Una vez registrados, se llevo a cabo el análisis por medio de estadística descriptiva e inferencial usando el paquete estadístico SPSS versión 15.

Se aplicó una prueba estadística (“t” de Student) la cual permitió verificar si existían diferencias estadísticamente significativas con respecto a las variables estudiadas. (Ver Anexo 7).

bdigital.ula.ve

CAPITULO IV
RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados de la Investigación

**A) Consumo alimentario antes de la intervención educativa
nutricional**

Tabla 1

**Porcentaje de adecuación y consumo de energía y proteínas de
preescolares del sexo masculino.**

Nutrientes del desayuno	Niños preescolares \bar{X}	preescolar venezolano \bar{X}	% Adecuacion
Energía (Kcal/día)	326,04	372,5	87,5
Proteína (g/día)	8,10	11,2	72,3

Fuente: Encuesta de consumo alimentario, 2014.

En la Tabla 1, se presenta la comparación entre el consumo alimentario de los niños estudiados respecto a lo requerido para la población preescolar masculina venezolana. Se puede observar que antes de la intervención educativa nutricional en cuanto al consumo de energía y proteínas ambos se ubicaron por debajo de lo requerido (87,5% y 72,3%, respectivamente). Llama poderosamente la atención que el déficit más notorio es el de proteínas que al compararlo con lo requerido presenta un déficit del 27,7%.

Tabla 2**Porcentaje de adecuación y consumo de energía y proteínas de preescolares del sexo femenino.**

Nutrientes del desayuno	Niñas preescolares \bar{X}	Preescolar venezolano \bar{X}	% Adecuación
Energía (Kcal/día)	299,77	362,5	82,6
Proteína (g/día)	8,71	11	79,1

Fuente: Encuesta de consumo alimentario, 2014.

En la Tabla 2, se presenta la comparación entre el consumo alimentario de las niñas de la muestra con los requerimientos de la población preescolar femenina venezolana. Se puede observar que antes de la intervención educativa nutricional el consumo de energía y proteínas estuvo por debajo de lo requerido (82,6% y 79,1%, respectivamente). A diferencia de los niños (Tabla 1) las niñas presentaron un consumo más deficitario de energía (17,4%); el consumo de proteínas no estuvo ajeno a este comportamiento (29,9%).

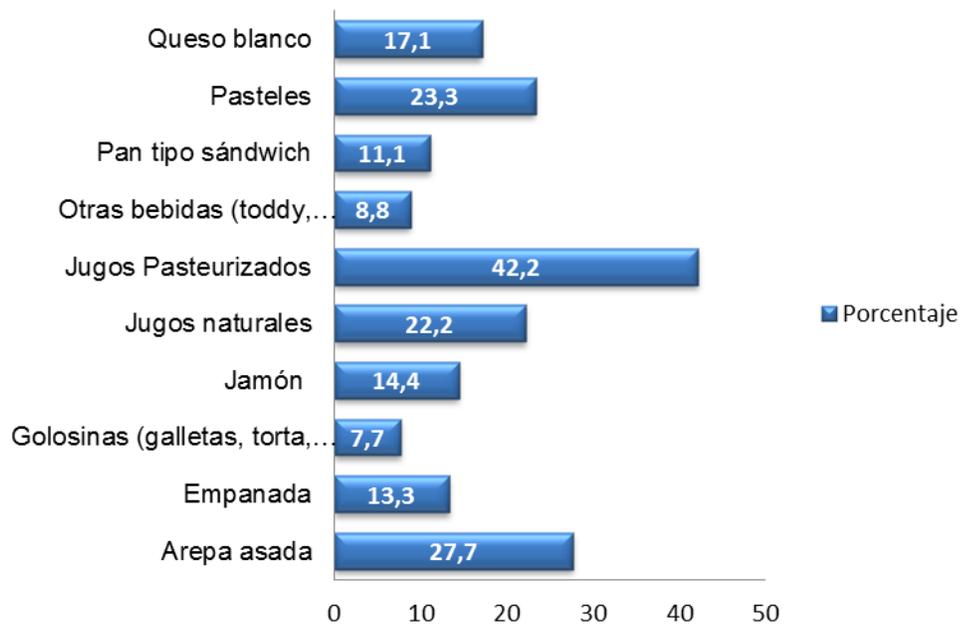


Gráfico 1. Alimentos contenidos en las loncheras de niños preescolares antes de la intervención educativa nutricional.

En el Gráfico 1, se presenta la frecuencia de consumo de alimentos por 3 días contenidos en loncheras de niños preescolares previo a la intervención educativa nutricional. Se evidencia que los alimentos más presentes en la lonchera de los niños fueron los jugos pasteurizados (42,2%) le siguen en orden descendente, la arepa (27,7%), pasteles (23,3%), jugos naturales (22,2%) y el queso blanco 17,1%, respectivamente.

B) Consumo alimentario después de la intervención educativa nutricional

Tabla 3

Porcentaje de adecuación y consumo de energía y proteínas de preescolares del sexo masculino.

Nutrientes del desayuno	Niños preescolares \bar{X}	Preescolar venezolano \bar{X}	% Adecuación
Energía (Kcal/día)	285,46	372,5	76,6
Proteína (g/día)	8,63	11,2	77,05

Fuente: Encuesta de consumo alimentario, 2014.

En la Tabla 3, se observa la comparación entre el consumo alimentario de los preescolares masculinos estudiados respecto a lo requerido para la población preescolar venezolana. Se evidencia que después de la intervención educativa nutricional, el consumo alimentario de energía disminuyó mientras que el de proteínas aumento pero aun así se encuentra por debajo de lo requerido.

Es notable la disminución del consumo de energía puesto que hubo modificación del contenido alimentario de la lonchera, es decir, los alimentos encontrados tras la intervención fueron más saludables.

Tabla 4**Porcentaje de adecuación y consumo de energía y proteínas de preescolares del sexo femenino.**

Nutrientes del desayuno	Niñas preescolares \bar{X}	Preescolar venezolano \bar{X}	% Adecuación
Energía (Kcal/día)	280,13	362,5	77,2
Proteína (g/día)	8,60	11	78,1

Fuente: Encuesta de consumo alimentario, 2014.

En la Tabla 4, se presenta la comparación entre el consumo alimentario de las niñas preescolares de la muestra con los requerimientos para la población preescolar venezolana. Se puede observar que antes de la intervención educativa nutricional el consumo de energía y proteínas estuvo por debajo de lo requerido (77,2% y 78,1%, respectivamente). Es notable que el consumo de nutrientes no tuvo diferencias significativas tras la intervención.

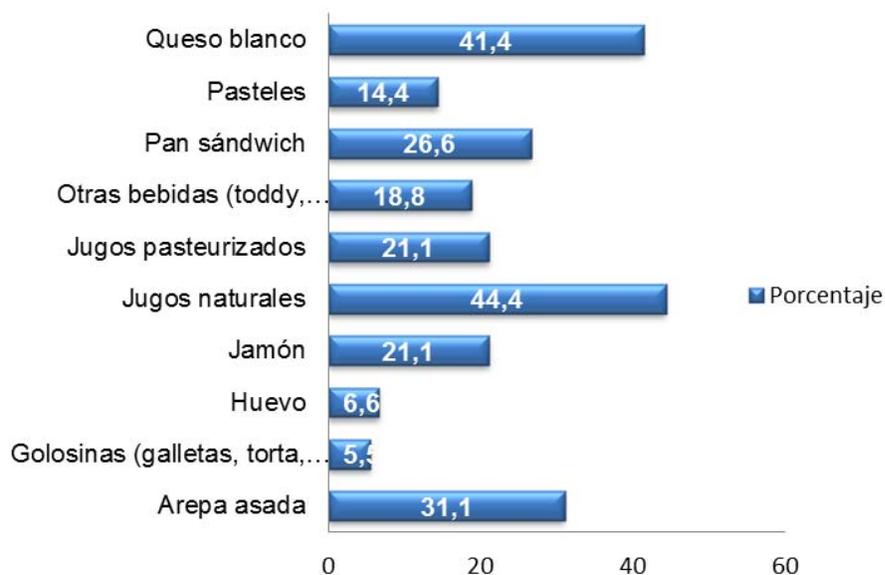


Gráfico 2. Alimentos contenidos en las loncheras de niños preescolares después de la intervención educativa nutricional.

En el Gráfico 2, se presenta la frecuencia de consumo de alimentos por 3 días contenidos en loncheras de niños preescolares posterior a la intervención educativa nutricional. Se evidencia que el alimento que estuvo más presente en las mismas fueron los jugos naturales (44,4%) le siguen en orden descendente, el queso (41,4%), la arepa (31,1%), pan sándwich (26,6%) y el jamón (21,1%), respectivamente. Destaca notablemente el cambio que se evidenció en la disminución del consumo de jugos pasteurizados (42,2%) con respecto al actual de (21,1%) y de los pasteles de (23,3%) a (14,4%), además un aumento en el consumo de proteínas derivadas mayormente del queso blanco (41,4%).

C) Comparación del contenido de energía, proteínas, alimentos y calidad de las loncheras de los preescolares antes y después de la intervención educativa nutricional

Tabla 5

Comparación del consumo de energía y proteínas del desayuno en los preescolares.

Nutriente	Antes $\bar{X} \pm s$	Después $\bar{X} \pm s$
Energía (Kcal/día)	309,40 ± 64,81	282,08 ± 46,85
Proteínas (g/día)	8,49 ± 2,96	8,61 ± 2,74

Fuente: Encuesta de consumo alimentario, 2014. *p<0.05.

En la Tabla 5, se presenta la comparación del aporte de energía y proteínas antes y después de la intervención educativa nutricional. Se evidencia que al comparar los aportes no hubo diferencias estadísticamente significativas (p<0.05). Sin embargo, al observar los alimentos contenidos en las loncheras antes y después de la IEN se observaron cambios importantes como puede apreciarse en la Gráfico 3.

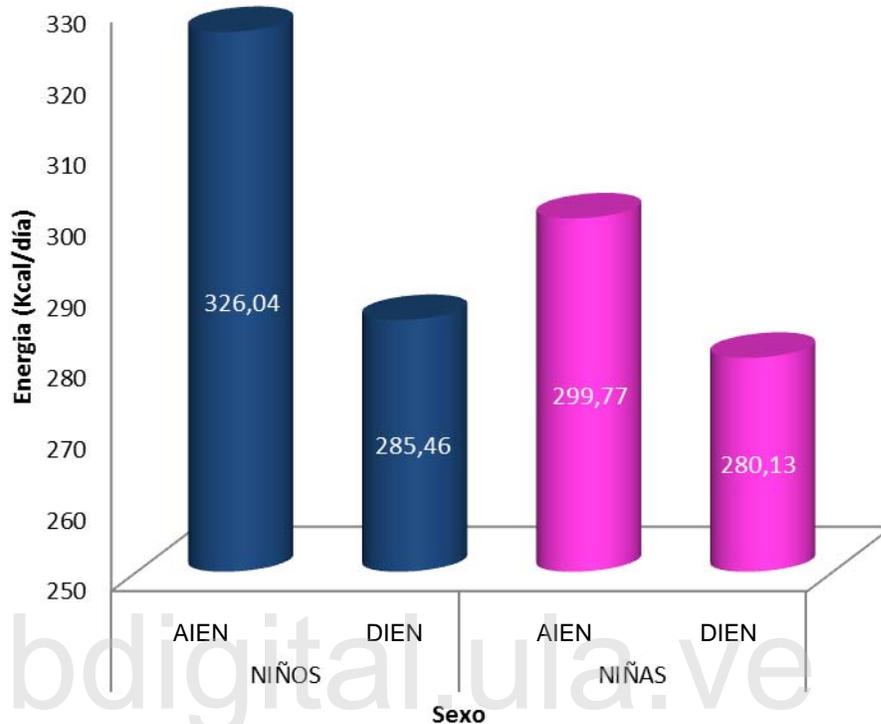


Gráfico 3. Comparación entre el consumo de energía antes y después de la intervención educativa nutricional según sexo.

En el gráfico 3, se presenta la comparación entre el consumo de energía antes y después de la intervención educativa nutricional según el sexo de los preescolares. Se puede observar que el consumo de energía de los niños antes fue de (326,04 Kcal) y posterior a la intervención tuvo un descenso bastante notable de (285,46 Kcal) esto se debió a un cambio en los alimentos contenidos en la lonchera ya que había un alto consumo de jugos pasteurizados y grasas los cuales fueron sustituidos por alimentos más saludables. Con respecto a las niñas el consumo de energía se mantuvo constante (299,77 y 280,13 Kcal, respectivamente)

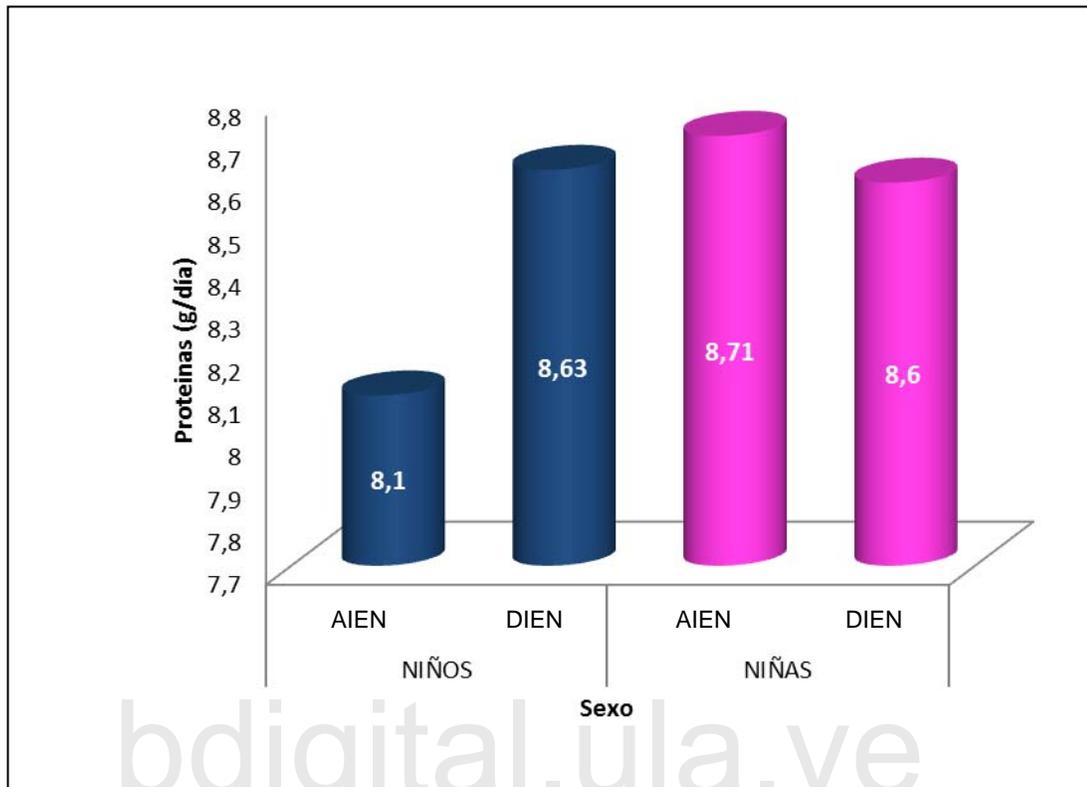


Gráfico 4. Comparación entre el consumo de proteínas antes y después de la intervención educativa nutricional según sexo.

En el gráfico 4, se presenta la comparación entre el consumo de proteínas antes y después de la intervención educativa nutricional en los preescolares según sexo. Se puede destacar un aumento notorio en el consumo de proteínas por parte de los niños (8,1 g y 8,63 g, respectivamente) y en las niñas se mantuvo constante. Es importante acotar que el consumo en ambos géneros se encuentra por debajo de lo recomendado para la población preescolar venezolana.

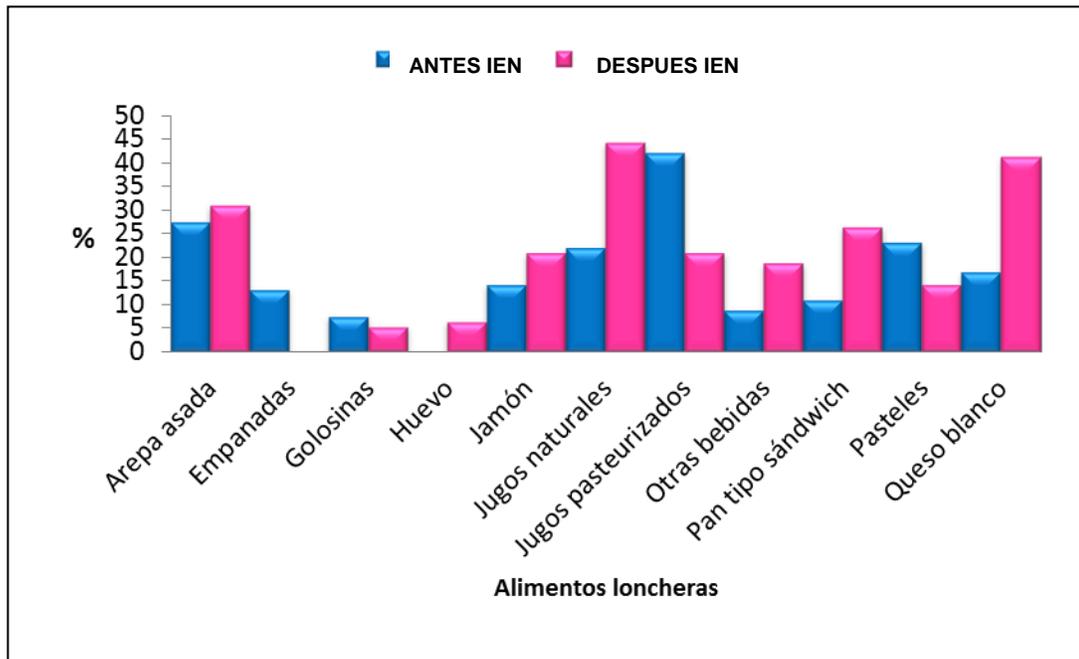


Gráfico 5. Alimentos contenidos en loncheras de los niños preescolares antes y después de la intervención educativa nutricional.

En el Gráfico 5, se presentan los alimentos que estuvieron presentes en las loncheras de los niños estudiados antes y después de la IEN. Se evidenció que algunos de los alimentos aumentaron su frecuencia de consumo, como fue el consumo del queso blanco, 17,1% a 41,4% (+24,3%), le siguió en orden descendente los jugos naturales al pasar de 22,2% a 44,4% (+22,2%) y el pan aumento de 11,1% a 26,6% (+15,5%).

Mientras que alimentos procesados y comunes en las loncheras como los jugos pasteurizados los cuales experimentaron un descenso importante al pasar de 42,2% a 21,1% (reduciéndose a la mitad); en el caso de las empanadas hubo un descenso total al no ser consumidas tras la IEN y los pasteles disminuyeron de un 23,3% a 14,4% (descenso de 8,9% en su ingesta).

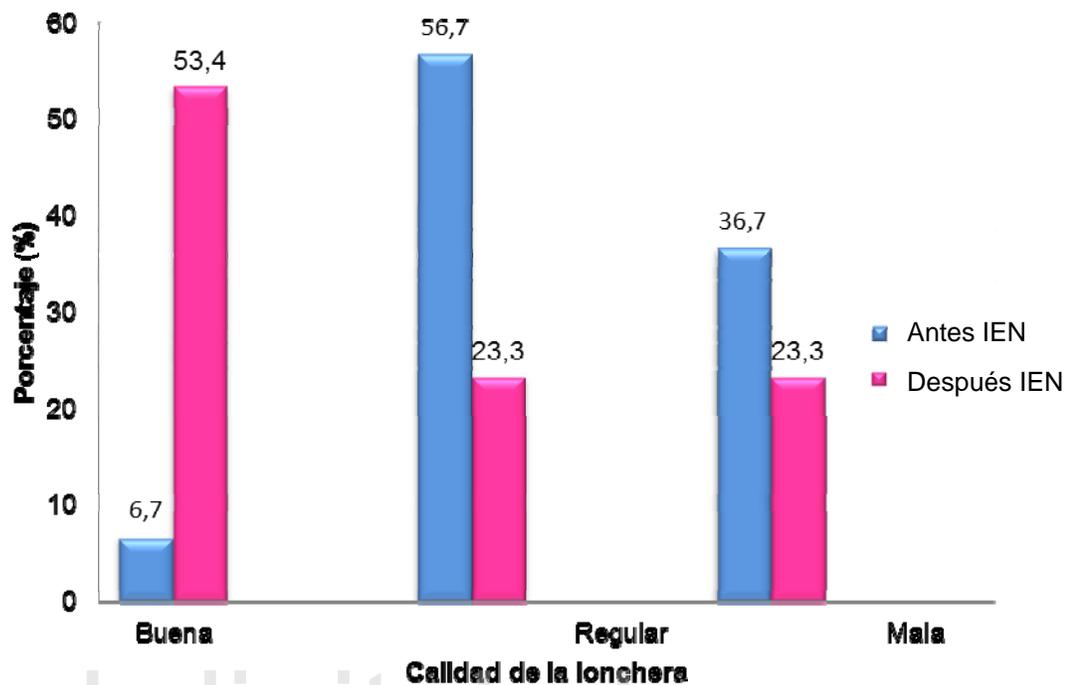


Gráfico 6. Comparación de la calidad de la lonchera antes y después de la intervención educativa nutricional.

En la Gráfico 6, se muestra la calidad que presentó la lonchera de los niños preescolares antes y después de la intervención educativa nutricional (IEN). Se observa que previo a la intervención predominaban las categorías de lonchera regular (56,7%) y mala (36,7%), posterior a la IEN hubo un incremento en el porcentaje de loncheras de buena calidad pasando de 6,7% a 53,4% y se presentó reducción de los porcentajes pertenecientes a las categorías regular (-33,4%) y mala (-13,4%). Se evidencio cambios en la calidad de las loncheras tras la IEN.

Tabla 6

Factores que impidieron la no modificación en la lonchera del preescolar.

Factores	N° de niños	%
Practicidad	4	13,3
Practicidad-Tiempo	3	10,0
Falta de tiempo	2	6,7
Falta de dinero	1	3,3
Falta de conocimiento	1	3,3
Falta de conocimiento-Practicidad	1	3,3
TOTAL	12	40

Fuente: Encuesta de consumo alimentario, 2014.

En la Tabla 6, se presentan los factores por los cuales no hubo modificación de los alimentos contenidos en la lonchera de los preescolares el cual fue representado por una minoría de la muestra estudiada 12 niños (40%). Se pudo observar que el factor más frecuente fue la practicidad (13,3%) le siguen de forma descendente la falta de tiempo (6,7%), falta de dinero (3,3%) y falta de conocimiento (3,3%) respectivamente.

Discusión de los resultados

Una vez recolectada la información de esta investigación fue organizada en dos periodos antes y después de la intervención educativa nutricional con el propósito de evaluar el efecto de estrategias educativas nutricionales en la cantidad y calidad del desayuno de niños preescolares.

Al respecto, se evidenció que antes de la intervención educativa nutricional al comparar el contenido de energía y proteínas del desayuno llevado por los niños con los requerimientos para la población preescolar venezolana para ambos sexos, estuvieron por debajo de los mismos, en especial en lo que se refería a las proteínas estos resultados fueron similares a los reportados en un estudio efectuado en esta localidad con el propósito de determinar las preferencias alimentarias de niños preescolares relacionándolas con el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares a futuro. Se observó que su consumo alimentario estuvo por debajo de los requerimientos de energía y proteínas para la población preescolar venezolana (Oliveira & Medina, 2008). Al igual que en esta investigación.

Por ello, en esta investigación se indagó acerca de los alimentos presentes en las loncheras de los niños de la muestra. En este sentido, se pudo notar que los alimentos encontrados frecuentemente en las loncheras de los niños antes de la intervención fueron productos de elevada densidad calórica como jugos pasteurizados, gaseosas y malta, entre las bebidas, mientras que en

alimentos sólidos se encontraron frituras (pasteles y empanadas) así como golosinas (tortas, ponquesitos y galletas dulces). Estos hallazgos fueron coincidentes con los reportados en un estudio longitudinal y descriptivo en el que se observaron los alimentos contenidos en loncheras de 49 niños que acudieron al Instituto San Rafael de San Luis Potosí, México, durante 5 días, seleccionados al azar. Evidenciándose que los alimentos más consumidos fueron los jugos pasteurizados (76,7%), otros productos como golosinas y refrescos (56,06%) galletas y pastelitos (32,6%). Concluyendo la necesidad de educación para la salud y orientación nutricional como una medida primordial para detener y prevenir los índices de obesidad (Reyes et al, 2010).

Para mejorar la problemática encontrada se realizaron sesiones educativas a padres y representantes con la finalidad de modificar la cantidad y calidad de los alimentos contenidos en la lonchera del preescolar y de esta forma incentivar al consumo de alimentos más saludables que cubran los requerimientos del niño. Llama poderosamente la atención, que tras las intervenciones educativas nutricionales hubo disminución del consumo de jugos pasteurizados por jugos naturales y de pasteles a distinta variedad de alimentos como la arepa y pan de sándwich, lo que denota un menor consumo de alimentos ricos en grasas y por tanto menor consumo de calorías. Estos resultados son comparables con los obtenidos en una investigación realizada en el estado de Oaxaca, México, con el propósito de modificar la conducta para preparar loncheras mediante una intervención educativa a madres de preescolares los resultados arrojaron que por cada intervención aumentaron los conocimientos, lo

cual demuestra que las intervenciones educativas sobre nutrición modifican las conductas alimentarias de las madres (Sánchez et al, 2010).

Las estrategias incluidas en esta investigación incidieron positivamente sobre la calidad de las loncheras estudiadas que pasaron *de ser «regulares o malas» a «buenas»* al incluir un producto de cada grupo alimentario, al preferir preparaciones más saludables como las asadas y al tomar al agua como un elemento esencial de la dieta entre otros aspectos.

bdigital.ula.ve

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones de la Investigación

- Se observó que antes de la intervención educativa nutricional, el desayuno de los niños estuvo conformado mayormente por jugos pasteurizados, gaseosas y frituras en forma de pasteles y empanadas, los que tras implementar la intervención fueron sustituidos por arepas asadas y jugos naturales, entre otros.
- También se evidenció que tanto antes como después de la intervención educativa nutricional los consumos de energía y proteínas se situaron por debajo de lo requerido para la población preescolar venezolana.
- La disminución del aporte energético del desayuno pudo deberse a que la educación nutricional generó cambios conductuales por parte de los padres quienes tras esta incluyeron alimentos más saludables a sus hijos pero no los proporcionaron en las cantidades necesarias para cubrir sus requerimientos.
- El incremento del consumo de proteínas de los preescolares pudo deberse al aumento en la ingesta de queso blanco, jamón y huevo tras la intervención educativa nutricional dictada a los padres y representantes de los niños.

- Los resultados obtenidos permiten señalar que las intervenciones educativas nutricionales implementadas en esta investigación fueron efectivas, ya que aun cuando estadísticamente no parecieron mostrar cambios importantes, desde el punto de vista cualitativo se evidenciaron cambios en el tipo de alimentos incluidos en las loncheras y en la preparación de los mismos, lo que podría inculcar a largo plazo la adopción de un estilo de vida más saludable por parte de los niños.
- A pesar de los esfuerzos realizados para generar cambios en el contenido de las loncheras, una minoría de los padres de los niños representada por un (40%) no implementaron tales cambios dentro del desayuno de sus hijos, atribuyendo a la practicidad o falta de tiempo por el mantenimiento de las conductas alimentarias erradas dentro de las loncheras. Por lo que hace denotar, que la negación al cambio no está relacionada con la falta de conocimientos sino al mantenimiento de los hábitos personales de los padres.

Recomendaciones

- Vigilar por parte de los profesores los alimentos contenidos en las loncheras de los niños para evitar que se consuman de nuevo alimentos de pobre densidad nutricional.
- Impartir educación nutricional frecuente para reforzar los conocimientos impartidos a los padres y que se mantenga un estilo de vida saludable.
- Realizar actividades dinámicas educativas en los niños para inculcarles hábitos saludables que mantengan en la vida adulta.
- Vigilar el consumo proteico y calórico de los preescolares y las cantidades suministradas por sus padres de manera que cubran sus requerimientos nutricionales.
- Cambiar el horario en el que los niños consumen la lonchera de modo que los niños consuman el desayuno en su hogar y merienden en la escuela.

REFERENCIAS

Aguilar, D. (2011). *Hablemos de loncheras*. Fundación Bengoa. [Artículo en línea]. Consultado el 16 de octubre de 2012, en: http://www.fundacionbengoa.org/informacion_nutricion/loncheras.asp

Barreda, P. (s.f.). *Formación de hábitos en los niños*. [Artículo en línea]. Consultado el 20 de Octubre de 2013, en: http://www.pediatraldia.cl/formacion_hab_ninos.html

Byrd, C., Moe, G., Beshgetoor, D. & Berning, J. (2010). *Perspectivas en Nutrición*. (8^o ed.) México: Mc Graw Hill.

Centro de Atención Nutricional de Antimano (2009). *Nutrición en Pediatría*. (2^a ed.) Tomo 1. Caracas: Empresas Polar.

D' Alessio, F. & Molina, N. (2011). *Desayunos escolares una forma de fomentar buenos hábitos alimenticios en el Jardín de Infancia Eloy Paredes Municipio Libertador del Estado Mérida*. Tesis para obtener el título de Lic. Educación Preescolar. Mérida: ULA.

Dávila, Z. & Valero, V. (2009). *Fomento de la salud a través de la formación de hábitos en la educación inicial no convencional*. Tesis para obtener el título de Lic. Educación Preescolar. Mérida: ULA.

Di Giorgi, K. & Villarreal, R. (2008). *Taller de nutrición dirigido a padres y representantes del Jardín de Infancia El Espejo Municipio Libertador del*

Estado Mérida. Tesis para obtener el título de licenciada en Educación Preescolar. Mérida: ULA.

García, M., Bravo, M., Mora, J., Bravo, A., García, A. (2011). *Estado nutricional antropométrico, preferencias alimentarias y contenido de macro y micro nutrientes en loncheras de niños preescolares*. MedULA 20 (1): 117-123.

Gil, A. (2010). *Tratado de Nutrición*. (2º ed.) Bogotá: Médica Panamericana.

Instituto Nacional de Nutrición. (2000). *Valores de Referencia de Energía y Nutrientes para la Población Venezolana*. (Serie de Libros Azules nº 51). Caracas: INN.

Kevany, J. (s/f) *Problemas de nutrición del niño preescolar en América Latina* [Artículo en línea]. Consultado el 14 de octubre de 2012, en: <http://hist.library.paho.org/Spanish/BOL/v60n4p282.pdf>

López, L. & Suarez, M. (2008). *Fundamentos de Nutrición Normal*. (3ª Reimpresión). Buenos Aires: El Ateneo.

Noticias 24. (2013). *En Venezuela, el 6.4% de la población infantil sufre de obesidad*. [Artículo en línea]. Consultado el 6 de enero de 2015, en: <http://www.noticias24.com/salud/noticia/13131/13131/>

Oliveira, V. & Medina, V. (2008). *Preferencias alimentarias en preescolares y riesgos de padecer enfermedades cardiovasculares*. Tesis para obtener el título de Lic. Nutrición y Dietética. Mérida: ULA.

Organización Mundial de la Salud (2010). *Sobrepeso y obesidad infantiles*. [Artículo en línea]. Consultado el 6 de enero de 2015, en: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/>

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación
FAO. (2011). *La importancia de la educación nutricional*. [Artículo en
línea]. Consultado el 13 de noviembre de 2014, en:
[http://www.fao.org/ag/humannutrition/3177902a54ce633a9507824a8e1
165d4ae1d92.pdf](http://www.fao.org/ag/humannutrition/3177902a54ce633a9507824a8e1165d4ae1d92.pdf)

Patiño, J. (2011). *Metabolismo, Nutrición y Shock*. (4º ed.) Bogotá: Médica
Panamericana.

Pérez, O. & Rojas, V. (2007). *Evaluación del desayuno en escolares de una
institución pública y una privada*. Tesis para obtener el título de Lic.
Nutrición y Dietética. Mérida: ULA.

Reyes et al, (2010). *Alimentos Contenidos en Loncheras de Niños que
Acuden a un Preescolar*. Bol ClinHospInfant Edo Son. 27(1): 35-40.

Salvat (Eds.), (1974). *Diccionario terminológico de Ciencias Médicas*. (11ª
ed.). Salvat Editores.

Sánchez et al, (2010). *Conductas para Preparar Loncheras Mediante un
Programa de Intervención Educativa Sobre Nutrición con Madres de
Preescolares*. Bol Clin HosP Infant; 27(1): 30-34.

Serra, LI. & Aranceta, J. (2006). *Nutrición y Salud Pública*. (2ª ed.).
Barcelona, España: Masson. S.A.

Vásquez, E. & Romero, E. (2008). *Esquemas de alimentación saludable en niños durante sus diferentes etapas de la vida. Parte II. Preescolares, escolares y adolescentes*. [Artículo en línea] Consultado el 21 de octubre de 2012 en:

<http://www.medigraphic.com/pdfs/bmhim/hi-2008/hi086p.pdf>

Wooldridge, N. (2006). Nutrición de lactantes mayores y preescolares.
Brown, J. (2006). *Nutrición en las diferentes etapas de la vida*. (2º ed. pp. 271-275). México: Mc Graw Hill.

Zamora (Eds.), (2001). *Gran Diccionario Enciclopédico Color Zamora*. (2ª ed.) Bogotá, Colombia: Zamora Editores.

ANEXOS

Anexo 1. Operacionalización de Variables.

Objetivos	Variables	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Parámetros	Ítem	Instrumento
<ul style="list-style-type: none"> • Evaluar el efecto de estrategias educativas nutricionales en la modificación de la cantidad y calidad del desayuno. 	Estrategias educativas nutricionales.		Efecto de las estrategias educativas nutricionales sobre el desayuno.	<p>Antes de intervención</p> <ul style="list-style-type: none"> • Calidad. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Variado ✓ Alimentos de cada grupo. ✓ Incluye agua. ✓ Naturaleza de los alimentos. ✓ Preparación. ✓ Consumo de todos los alimentos. ✓ Calidad. 	<ul style="list-style-type: none"> Si – No Si – No Si – No <ul style="list-style-type: none"> ✓ Naturales ✓ Procesados ✓ Ambos ✓ Cruda ✓ Cocinada ✓ Frita ✓ Asada ✓ Horneada ✓ Todas Si – No <ul style="list-style-type: none"> ✓ Buena ✓ Regular ✓ Mala 	Parte B y C.	Encuesta sobre desayuno saludable en el preescolar mediante la implementación de estrategias educativas nutricionales.

Anexo 2. Instrumento para la recolección de datos



UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
 FACULTAD DE MEDICINA
 ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



ENCUESTA SOBRE DESAYUNO SALUDABLE EN EL PREESCOLAR MEDIANTE LA IMPLEMENTACION DE ESTRATEGIAS EDUCATIVAS NUTRICIONALES.

Parte A. Identificación del preescolar.

Nombre y Apellido: _____ Edad: _____ Sexo: M ___ F ___

Institución Educativa: _____ Fecha: _____

Parte B. Descripción del desayuno del preescolar.

ANTES					DESPUES				
ALIMENTO / PREPARACION	MEDIDA EQUIVALENTE	CANTIDAD (g - ml)	ENERGIA	PROTEINAS	ALIMENTO / PREPARACION	MEDIDA EQUIVALENTE	CANTIDAD (g - ml)	ENERGIA	PROTEINAS

Parte C. Calidad del desayuno.

(Respecto al desayuno)

ITEM	ANTES		DESPUES	
	SI	NO	SI	NO
<p>Es variado</p> <p>Contiene alimentos de todos los grupos</p> <p>Incluye el agua</p> <p>Los alimentos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Naturales ▪ Procesados ▪ Ambos <p>La preparación de los alimentos es:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cruda ▪ Cocinada ▪ Frita ▪ Asada ▪ Horneada ▪ Todas <p>El preescolar consume todos los alimentos de la lonchera</p> <p>La calidad de la lonchera se consideró:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Buena ▪ Regular ▪ Mala 				

Parte D. Post Intervención.

1. Hubo diferencias en los alimentos contenidos en la lonchera tras la intervención.

Si ___ No ___

(Si la respuesta es No, pasar a la pregunta 2.)

2. Factores por los cuales no hubo modificación en la lonchera del preescolar.

Si

No

- Falta de conocimiento
- Falta de tiempo para la preparación de los alimentos
- Falta de dinero para la compra de lo necesario para el desayuno
- Practicidad
- Otros

Observaciones

Encuestador:

Anexo 3. Planificación Sesión Educativa.

Tema: Alimentación Balanceada.

Audiencia: Padres de niños en edad preescolar.

Objetivo General: Al finalizar la sesión los padres entenderán la importancia de una alimentación balanceada.

Objetivos Específicos	Contenido	Estrategias de Facilitación	Materiales	Evaluación
Los padres definirán alimentación balanceada.	Concepto de alimentación balanceada.	Lluvia de ideas.	Marcador Pizarra Borrador	Preguntas orales incidentales.
Los padres nombraran los grupos básicos.	Trompo de los alimentos.	Demostración.	Imagen del trompo	Dinámica con la imagen del trompo de los alimentos.
Los padres darán ejemplos de alimentación balanceada.	Ejemplo de alimentación balanceada.	Demostración.	Imágenes Computadora Video beam	Juego de armar el trompo de los alimentos.
Los padres describirán las funciones de los alimentos de cada uno de los grupos básicos.	Funciones de los alimentos.	Lluvia de ideas.	Marcador Pizarra Borrador	Preguntas orales.
Los padres identificarán los beneficios de la alimentación balanceada.	Beneficios de alimentación balanceada.	Lluvia de ideas.	Marcador Pizarra Borrador	Preguntas orales.

Facilitadores:
Yulimar Dávila
Annabella Gioe

Anexo 4. Planificación Sesión Educativa.

Tema: Loncheras Saludables.

Audiencia: Padres de niños en edad preescolar.

Objetivo General: Al finalizar la sesión los padres entenderán la importancia de una lonchera saludable.

Objetivos Específicos	Contenido	Estrategias de Facilitación	Materiales	Evaluación
Los padres definirán loncheras saludables.	Concepto de lonchera saludable.	Lluvia de ideas.	Marcador Pizarra Borrador	Preguntas orales incidentales.
Los padres nombrarán los beneficios de una lonchera saludable.	Beneficios de lonchera saludable.	Debate oral.	Pizarrón Marcador	Preguntas orales.
Los padres explicarán la composición de una lonchera saludable.	Composición de una lonchera saludable.	Demostración.	Imágenes Computadora Video beam	Dinámica con las imágenes.
Los padres describirán consejos para armar una lonchera saludable.	Consejos para una lonchera saludable.	Exposición oral participativa.	Computadora Video beam	Preguntas orales incidentales.
Los padres diseñarán los menús para una lonchera saludable.	Menú de lonchera saludable.	Demostración.	Imágenes Computadora Video beam	Dinámica.

Facilitadores:
Yulimar Dávila
Annabella Gioe

Anexo 5. Planificación Sesión Educativa.

Tema: Alimentos Saludables.

Audiencia: Padres de niños en edad preescolar.

Objetivo General: Al finalizar la sesión los padres reconocerán los alimentos que integran una lonchera saludable.

Objetivos Específicos	Contenido	Estrategias de Facilitación	Materiales	Evaluación
Los padres definirán alimentos saludables.	Concepto de alimentos saludables.	Lluvia de ideas.	Papel Lápiz	Preguntas orales.
Los padres nombraran alimentos saludables.	Alimentos saludables.	Cuchicheo en parejas.	Talento humano	Preguntas orales.
Los padres describirán beneficios de alimentos saludables.	Beneficios de alimentos saludables.	Lluvia de ideas.	Talento humano	Preguntas orales.
Los padres darán ejemplos de alimentos saludables.	Ejemplos de alimentos saludables.	Demostración.	Niños Disfraces	Juego armar una lonchera saludable.

Facilitadores:
Yulimar Dávila
Annabella Gioe

Anexo 6. Tríptico proporcionado a los padres y representantes

RECOMENDACIONES

- Recuerda a tu hijo lavarse siempre las manos antes y después de comer.
- Variar los alimentos para que el niño no se canse o los rechace.
- Utiliza recipientes prácticos, resistentes y herméticos.
- Empaca los alimentos por separado.
- Evitar las golosinas, gaseosas, alimentos con alto contenido de grasa.
- La lonchera o el refrigerio para que sea nutritivo deberá ser preparado en casa.
- Los alimentos enviados deben contener el 10% de la energía recomendada.
- Recordar que un refrigerio inadecuado puede perpetuar malos hábitos alimentarios y generar a la larga desnutrición, caries dental, sobrepeso y obesidad infantil y elevación de los triglicéridos y el colesterol.

Sugerencias de Loncheras

Menú 1.

Queso blanco

Arepa asada

Margarina

Jugo de naranja natural



Menú 2.

Huevos revueltos

Pan blanco

Margarina

Ensalada de frutas

Menú 3.

Queso blanco

Panquecas

Mermelada

Leche

Manzana



Universidad de los Andes
Facultad de Medicina
Escuela de Nutrición y Dietética

Desayuno saludable en el Preescolar.



Annabella Gioe
Yulimar Dávila

¿Por qué es importante el desayuno?

Un desayuno completo tiene como objetivo brindarles a los niños los nutrimentos que necesitan.

Teniendo una adecuada combinación de los alimentos, se logrará cubrir estos nutrimentos diariamente, para que de esta forma pueda funcionar correctamente el organismo durante el día. Así mismo, un desayuno completo está ligado a un mejor rendimiento físico y psíquico.

Un niño que llegue a la escuela sin desayunar correctamente se observa cansado, sin energía, irritable y por lo tanto sin ganas de aprender. Aunque no lo creas, todas las funciones cerebrales de tu hijo se encuentran vinculadas con un buen desayuno.

¿Que es?

- Es una comida intermedia entre las comidas principales (desayuno—almuerzo o almuerzo—cena)
- El refrigerio se convierte en una parte importante de la jornada escolar para reponer la energía gastada en actividades de las primeras horas del día
- Este refrigerio no REEMPLAZA ni el desayuno ni el almuerzo.

¿ Como deben ser?

- Fáciles de elaborar
- Prácticos de llevar
- Ligeros (evitar preparaciones grasosas, muy dulces o saladas)
- Nutritivos
- Variados



L
O
N
C
H
E
R
A
S
A
L
U
D
A
B
L
E

¿Qué deben contener las loncheras saludables?

Para que una lonchera sea saludable debe contener tres tipos de alimentos: los energéticos (carbohidratos), los formadores (de origen animal) y los protectores (verduras y frutas).

Es importante que la lonchera escolar contenga estos tres tipos de alimentos para lograr un aporte de energía, porque diariamente los niños sufren desgaste por las actividades desarrolladas durante las horas de clase, el recreo y práctica de deporte.

Carbohidratos: Pan, arepa, panquecas, cereales, galletas , plátano, etc.

Formadores (origen animal): queso, huevo, pollo, carne, yogurt, leche, atún, entre otros

Protectores (origen vegetal): manzana, pera, patilla, lechosa, tomate, lechuga, cebolla, zanahoria etc.

Además de una bebida para la hidratación

Anexo 7. Prueba estadística “t” Student $p < 0.05$

	Consumo	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
PROMEDIO	antes	30	309,4048	64,81428	11,83341
ENERGIA ANTES	después	30	282,0874	46,85251	8,55406
PROMEDIO	antes	30	8,4922	2,96477	,54129
PROTEINA ANTES	después	30	8,6194	2,74119	,50047

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
									Superior	Inferior
PROMEDIO ENERGIA ANTES	Se han asumido varianzas iguales	3,807	,056	1,871	58	,066	27,31733	14,60143	-1,91060	56,54526
	No se han asumido varianzas iguales			1,871	52,807	,067	27,31733	14,60143	-1,97192	56,60658
PROMEDIO PROTEINA ANTES	Se han asumido varianzas iguales	,489	,487	-1,173	58	,864	-,12722	,73720	-1,60289	1,34845
	No se han asumido varianzas iguales			-1,173	57,647	,864	-,12722	,73720	-1,60309	1,34864

Anexo 8. Antes de las intervenciones educativas nutricionales



Aplicando la encuesta educativa nutricional y pesando los alimentos contenidos en las loncheras.

Anexo 9. Durante las intervenciones educativas nutricionales



Aplicando la primera y segunda sesión educativa dirigida a padres y representantes.

Anexo 10. Intervención educativa final



Aplicando la sesión educativa final con los niños disfrazados de alimentos saludables.

Anexo 11. Después de las intervenciones educativas nutricionales



Pesada de los alimentos tras la intervención que permitió evidenciar los cambios en la cantidad y calidad del desayuno.

Anexo 12. Validación del Instrumento.

 **VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO** 

Yo, Lizbeth Rojas Parra c.i. 13803452,
profesor de la Universidad de Los Andes, Facultad de Medicina, Escuela de Nutrición y
Dietética, por medio de la presente expreso mi aprobación para la aplicación del
instrumento de recolección de datos del trabajo de Investigación titulado "Adquisición
de un desayuno saludable en el preescolar mediante la implementación de estrategias
nutricionales educativas", que realizan las Universitarias Dávila Yulimar, Cedula de
Identidad número 20.432.742, y Gioe Annabella Cedula de Identidad número
20.851.149.

En Mérida a los 02 del mes de Octubre del año 2014.

NOTA: Deben realizarse las sugerencias.


Lizbeth Rojas.
C.I. V- 13803452



VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO



Yo, Dr. Beatriz Da Silva c.i. 8047345

profesor de la Universidad de Los Andes, Facultad de Medicina, Escuela de Nutrición y Dietética, por medio de la presente expreso mi aprobación para la aplicación del instrumento de recolección de datos del trabajo de Investigación titulado "Efecto de estrategias educativas nutricionales en la cantidad y calidad del desayuno en niños preescolares", que realizan las Universitarias Dávila Yulimar, Cedula de Identidad número 20.432.742, y Gioe Annabella Cedula de Identidad número 20.851.149.

En Mérida a los 08 del mes de Octubre del año 2014.

bdigital.ula.ve

Beatriz Da Silva.
C.I.V- 8047345



VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO



Yo, Marisol A. Holod A. C.I. 15.516.829,
profesor de la Universidad de Los Andes, Facultad de Medicina, Escuela de Nutrición y
Dietética, por medio de la presente expreso mi aprobación para la aplicación del
instrumento de recolección de datos del trabajo de Investigación titulado "Efecto de
estrategias educativas nutricionales en la cantidad y calidad del desayuno en niños
preescolares", que realizan las Universitarias Dávila Yulimar, Cedula de Identidad
número 20.432.742, y Gioe Annabella Cedula de Identidad número 20.851.149.

En Mérida a los 08 del mes de Octubre del año 2014.

bdigital.ula.ve

Marisol Holod.

C.I. V- 15.516.829.