

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

“INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE
CONOCIMIENTO EN NUTRICIÓN Y EL ESTADO
NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES EN
YURIMAGUAS-LORETO, 2021”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciado en Nutrición y Dietética

Autor:

Richard Wagner Cardenas Romero

Asesor:

Mg. Oscar J. Calvo Torres

<https://orcid.org/0000-0002-9621-960X>

Lima - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1	FLORENTINA GABRIELA VIDAL HUAMAN	09812697
Presidente(a)	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	EDWIN MARTÍN RUIZ SANCHEZ	45926988
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	NILDA DORIS CASTILLO GUARDAMINO	44784882
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

Tesis v2

ORIGINALITY REPORT

19%	18%	5%	7%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repositorio.upeu.edu.pe Internet Source	1%
2	pesquisa.bvsalud.org Internet Source	1%
3	www.ucatolica.edu.co Internet Source	1%
4	Submitted to Fundación Universitaria del Area Andina Student Paper	1%
5	dl.dropboxusercontent.com Internet Source	1%
6	repositorio.unsa.edu.pe Internet Source	1%
7	repositorio.ucv.edu.pe Internet Source	1%
8	scielo.sld.cu Internet Source	1%
9	www.upct.es Internet Source	<1%

DEDICATORIA

A mi familia por darme su amor incondicional desde el inicio,

A mi madre y su ternura, a mi padre y su sacrificio,

A quien ha hecho posible que yo siga aquí,

Saltando al vacío en cada esfuerzo, esto va por ti.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mis maestros que durante cinco años me inculcaron todos sus conocimientos, a mi asesor de tesis Oscar por impulsarme semana tras semana realizar un buen trabajo de tesis, a mi madre por el apoyo incondicional pese a las dificultades y a mi padre que seguro estará orgulloso desde el cielo.

TABLA DE CONTENIDO

JURADO CALIFICADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	8
RESUMEN	9
ABSTRACT	10
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	11
1.1. Realidad problemática	11
1.2. Formulación del problema	14
1.3. Objetivos	15
1.4. Hipótesis	16
1.5. Antecedentes	17
1.6. Justificación	19
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	21
2.1. Tipo de investigación	21
2.2. Población y muestra	21
2.3. Variables	22
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos	24

2.5. Procedimiento	26
2.7. Aspectos éticos	30
CAPÍTULO III: RESULTADOS	32
3.1. Características sociodemográficas	32
3.2. Análisis bivariado	34
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	37
4.1. Discusión	37
4.2. Conclusiones	42
4.3. Recomendaciones	43
REFERENCIAS	44
ANEXOS	49

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de las variables	24
Tabla 2. Características sociodemográficas de los escolares del estudio	32
Tabla 3. Estado nutricional de los escolares de estudio antes de la intervención según sexo	33
Tabla 4. Nivel de conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa	34
Tabla 5. Conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa según sexo	34
Tabla 6. Conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa según edad	35
Tabla 7. Conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa según estado nutricional (indicador IMC/E)	35
Tabla 8. Conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa según estado nutricional (indicador Talla/Edad)	36

RESUMEN

Introducción: La alimentación es un tema que en la actualidad fue adquiriendo más importancia en relación a la salud de las personas por su vínculo con la alimentación como problemas de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles. Por eso, muchos estudiantes en etapa escolar dejan llevar sus gustos y preferencias al momento de elegir un alimento sin tener en consideración el aporte nutricional que aporte, dando como resultado consecuencias a problemas de salud. **Objetivo:** Analizar la relación que existe entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y el estado nutricional en los estudiantes de 11 a 13 años del 6° de primaria de la I.E.P. Amalia del Águila Velásquez. **Metodología:** Es un estudio tipo cuasiexperimental transversal que constó de sesiones educativas que se realizaron durante 5 meses del año 2021. Para evaluar los conocimientos, se utilizó un cuestionario validado. La determinación del peso y talla se utilizó para la variable estado nutricional. **Resultados:** Los datos obtenidos revelan que no hubo diferencias sobresalientes en los criterios de comparación. Pese a existir diferencias descriptivas en los valores de conocimientos, no fueron estadísticamente significativas. **Conclusiones:** No se halló correlación entre estado nutricional y los conocimientos sobre nutrición en adolescentes de 11 a 13 años.

PALABRAS CLAVES: sesiones educativas, estado nutricional, conocimiento nutricional, escolares

ABSTRACT

Introduction: Food is an issue that nowadays has become more and more important in relation to people's health because of its link with nutrition, such as problems of overweight, obesity and chronic non-communicable diseases. For this reason, many school students let their tastes and preferences lead them to choose a food without taking into consideration the nutritional contribution it provides, resulting in health problems as a consequence. **Objective:** To analyse the relationship between the change in nutritional knowledge and the nutritional status of students from 11 and 13 years old in the sixth grade of elementary school at the I.E.P. Amalia del Águila Velásquez. **Methodology:** It is a quasi-experimental cross-sectional study consisting of educational sessions that took place during 5 months of the year 2021. A validated questionnaire was used to assess knowledge. The determination of weight and height was used for the nutritional status variable. **Results:** The data obtained reveal that there were no outstanding differences in the comparison criteria. Although there were descriptive differences in the knowledge values, they were not statistically significant. **Conclusions:** No correlation was found between nutritional status and nutritional knowledge in adolescents aged 11-13 years.

KEY WORDS: educational sessions, nutritional status, nutritional knowledge, schoolchildren

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

La alimentación es un tema que en la actualidad ha ido adquiriendo cada vez más importancia en relación a la salud de las personas debido a su vínculo directo con la alimentación como problemas de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles. Estos problemas de salud están empezando a ser más frecuentes en el mundo donde en promedio uno de cada cinco personas a nivel global presenta alguna deficiencia nutricional, hoy en día existen millones de personas que no pueden tener alimentos suficientes en cuanto calidad y cantidad siendo Latinoamérica aún en vías de desarrollo parte de este problema con un 8% en el mundo, siendo los niños, niñas y adolescentes lo más vulnerables (1). Para la situación nacional, según MINSA (mayo, 2023), la obesidad implica el 50,35% en zonas urbanas y el 49,65% en lugares rurales y al tener en cuenta los casos de la ciudad de Yurimaguas, existen 282 casos registrados de obesidad entre los 0 a 17 años. Ahora, es importante mencionar que actualmente hablar de alimentación implica mucho más que los productos que ingieren las personas, debido a que ahora su ingesta está ligada incluso hasta el aspecto emocional y esto influye en la elección, calidad y cantidad que ingieren los adolescentes lo que desencadenaría el aumento o disminución del peso (2).

Por eso, en la etapa escolar los gustos y preferencias al momento de elegir un alimento sin tener en consideración el aporte nutricional que este brinde, aumenta el resultado de futuras consecuencias a los problemas de salud nutricional. Como menciona Martínez y Moreno (2022) en su investigación sobre los hábitos alimentarios en la educación básica primaria, es sumamente importante inculcar desde edad temprana la manera correcta de establecer un patrón o conducta que establezca una buena relación en lo que eligen comer

los estudiantes para que fortalezca a largo plazo el poder desarrollar una buena salud tanto física como mental y así poder contrarrestar efectos adversos. De igual manera su estudio nos brinda una visión amplia de la realidad de esta tesis, debido a que los conocimientos nutricionales en las generaciones nuevas no están teniendo relevancia ni en la educación ni muchas veces en la familia, hasta el punto de no existir políticas públicas que garantice una nutrición adecuada (3). La baja presencia de educación nutricional en colegio de zonas alejadas de la capital podría contribuir a desarrollar problemas de malnutrición por déficit o exceso. Como mencionó Martínez y Moreno, estudiantes en etapa escolar que presentan deficiencias nutricionales, enfermedades a temprana edad como anemia, sobrepeso y desnutrición generaría un retardo en su desarrollo y el rol escolar, pero este problema es mucho más complejo de lo que parece (3).

Este problema, como se indicó, se acentúa en zonas rurales o lugares en el cual existan situaciones de pobreza o pobreza extrema y que mantengan la dificultad de acceder a los servicios básicos de salud y educación que deberían de tener. La realidad es que estos problemas que vienen ocurriendo en el país, que lleva sucediendo por muchos años y no es posible erradicar en su totalidad, abarcan muchos aspectos que hacen compleja la propuesta de intervenciones. Abordar esto implica factores socioeconómicos, desigualdad, discriminación, residencia, escolaridad de la madre, controles y prácticas adecuadas de alimentación, entre otros; que en conjunto dan como resultado un preocupante creciente de problemas de salud pública para próximas generaciones (4). De todas formas, aplicar soluciones positivas que perduren en el tiempo para obtener resultados a largo plazo que signifiquen una reducción a estos problemas no es una tarea imposible. Es importante abordar contextos que mejoren estos patrones de consumo ya sea en zonas de grandes ciudades o, preferentemente, en zonas alejadas de la capital, donde no ha habido mucha

atención al consumo de alimentos no saludables en escolares y así crear estudios integrales y políticas nutricionales que establezcan una buena y efectiva relación entre los estudiantes y su alimentación en los diferentes contextos sociales en los que se encuentren.

1.1.1 Marco Conceptual

A) Hábitos alimentarios

Los hábitos alimentarios son costumbres en como las personas eligen los alimentos, los preparan y consumen, teniendo en cuenta su disponibilidad, su educación y el acceso a estos. Estos hábitos se van adoptando a lo largo de la vida de la persona debido al entorno en el que se encuentran durante muchos años, especialmente desde los primeros años de vida (5).

B) Malnutrición

Es un desequilibrio a causa de una alimentación pobre o excesiva, teniendo irregularidades en la ingesta de un alimento y en su cantidad y calidad de sus nutrientes. Esto tiene tres grupos: desnutrición, la malnutrición por micronutrientes (como la anemia) y el sobrepeso u obesidad (6).

C) Rendimiento académico

Es un concepto que se logra concluir a partir de resultados en los procesos de enseñanza-aprendizaje. Al mismo tiempo, se entiende como la manera de poder medir la eficiencia de un programa educativo, que involucra a estudiantes y docentes ver procesos de evaluación con el objetivo de lograr una buena educación (7).

D) Estado nutricional

Es el resultado entre el aporte y demanda nutricional que tiene cada persona, permitiendo la utilización de energía, su mantenimiento y compensación de pérdidas. Se tiene en cuenta factores como edad, talla y actividad física para determinar la necesidad necesaria. Para determinarlo, se utiliza indicadores nutricionales como el antropométrico (IMC/Edad y T/E), bioquímico, dietético y clínico (8).

E) Sesión educativa

Es aquel proceso en el cual se capacita a una determinada persona o grupo de personas para actuar frente a diversos escenarios, aprovechando la experiencia y el conocimiento teniendo en cuenta la realidad de cada individuo. Una sesión educativa está basada en planificar una estrategia de enseñanza donde se expone la estructura de un tema en específico a un público seleccionado que consta de un inicio (atención, propósito, motivación y conocimientos previos), desarrollo (procesar información, focalizar la atención, estrategias de aprendizaje y prácticas) y cierre (resumir el tema, transferir el aprendizaje nuevo, motivar y cerrar) (9).

1.2. Formulación del problema

1.2.1 Pregunta general

¿Qué relación existe entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y el estado nutricional de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021 según el estado nutricional?

1.2.2 Pregunta específica

¿Qué diferencia existe en el cambio de los conocimientos sobre nutrición según el sexo de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021?

¿Qué relación existe entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y la edad de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021?

1.3. Objetivos

1.3.1 Objetivo general

- Determinar la relación entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y el estado nutricional de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021.

1.3.2 Objetivo específico

- Determinar el cambio de los conocimientos sobre nutrición según el sexo de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021.

- Determinar la relación entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y la edad de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021.

1.4. Hipótesis

1.4.1 Hipótesis general

H₀: No existe relación entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y el estado nutricional de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021.

H_a: Existe relación entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y el estado nutricional de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021.

1.4.2 Hipótesis específica

H₀: No existe diferencia en el cambio de los conocimientos sobre nutrición según el sexo de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021.

Ha: Existe diferencia en el cambio de los conocimientos sobre nutrición según el sexo de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021.

H0: No existe relación entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y la edad de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021.

Ha: Existe relación entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y la edad de estudiantes de 11 a 13 años que cursan el sexto año de primaria en la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Loreto después de una intervención educativa nutricional en los meses agosto a noviembre del año 2021.

1.5. Antecedentes

Calderón, Taboada, Argumedo, Ortiz, López y Jacinto (2017) en México, se estableció la meta de plantear una alternativa en la planificación y diseño de estrategias de mejora nutricional basada en el estudio y análisis de la cultura alimentaria local para incrementar la efectividad de programas sociales como "México sin hambre" o "Cruzada contra el hambre" optando por un enfoque alimentario en beneficio de los escolares de Tochimilco. Mediante la realización de encuestas semiestructuradas con el objetivo de indagar acerca de la cultura alimentaria que tenía la población y conocer aspectos nutricionales y actividades que realizaban al igual que frecuencias de consumo semanal para analizar la información utilizando tablas de frecuencia y promedios. Los resultados obtenidos por el estudio muestran que el consumo de los participantes se enfocaba más en

tortillas, panes, frutas y frejoles por mayoría teniendo un bajo consumo en proteínas de alto valor biológico; por otra parte, la frecuencia de consumo en los escolares arrojó que la ingesta de origen animal no era muy común. El análisis en el tema de la cultura alimentaria facilitaría el diseño, la difusión y la implementación de una propuesta favorable con enfoque en la mejora nutricional en la manera de identificar patrones de consumo que permitan modificar los programas sociales mejorando su efectividad (10).

En Paraguay (2020), María Villagra, Eliana Meza y Dora Villalba, buscaron describir los cambios en la calidad de hábitos alimentarios en escolares de entre 10 a 13 años tras la aplicación de una intervención educativa nutricional. El estudio contó con la presencia de cuarenta y dos estudiantes de sexto grado en donde se evaluó el peso, talla, estado nutricional, hábitos alimentarios y actividad física en compañía de sus padres. La metodología utilizada fue de aplicar diversas herramientas iniciales (test de hábitos alimentarios, cuestionarios sobre actividad física, mediciones de P/T y charlas informativas) en primera fase, en segunda fase se procedió con las sesiones que constó de 8 semanas que dividieron en sesiones de forma semanal por 60 minutos en el cual antes de empezar se realizaron juegos didácticos para captar la atención de los estudiantes. En la última sesión, se realizó nuevamente la medición de peso y talla y cuestionario final. Al concluir la participación, se observó que hubo mejoras significativas en cuanto los conocimientos y prácticas alimentarias, la cual fue presentada a los padres. Los estudiantes desde el inicio de la investigación demostraban la necesidad de poder mejorar sus hábitos, luego de la intervención pasaron a tener una buena calidad en sus hábitos alimentarios, el mismo resultado se vio reflejado en la importancia y actitud sus padres estableciendo el estudio como parte del programa nutricional escolar (11).

Veramendi, Portocarrero y Barrionuevo en el año 2020 en la ciudad de Huánuco en Perú, tuvieron la intención mediante su estudio reducir el exceso de peso en estudiantes en etapa escolar, fomentando estilos que sean saludables para su etapa de vida. También se incluyeron ciertas estrategias como la actividad física y el consumo de alimentos saludables, de modo que plantearon de determinar la efectividad de un taller demostrativo sobre lonchera saludable en la cultura alimentaria. Los datos finales muestran que la media del puntaje en la sección de la cultura alimentaria antes de la ejecución de la intervención fue de 17,4 puntos y después de esta fue de 23,0 puntos, mostrando diferencias significativas con valor $p \leq 0,000$. De igual manera, se evidenció diferencias significativas en las secciones de la cultura alimentaria, los conocimientos nutricionales, la preparación de lonchera saludable y los hábitos alimentarios (12).

1.6. Justificación

La importancia que tiene el desarrollo de las sesiones educativas se enfoca en poder generar un cambio en la salud de los estudiantes a través de una planificación didáctica y divertida para que puedan adquirir todo el conocimiento posible para emplearlo no solo en la escuela, sino también en sus propias familias siendo ellos los autores principales de la mejora. La situación acerca de la ciudad de Yurimaguas es que al presentar situaciones en las que existe casos sobre problemas nutricionales y la poca información sobre el tema, fue importante intervenir de manera educativa mediante las sesiones para tratar de contrarrestar estos problemas.

Es crucial poder emplear adecuadamente la relación entre el conocimiento y las herramientas a utilizar para cumplir con el objetivo debido a la importancia que tiene la alimentación en su estado nutricional y lo que genera a largo plazo en su desarrollo y crecimiento. Inculcar la idea de abordar planes de estudio en las escuelas con los puntos

necesarios que aborde dicha metodología para fomentar la educación alimentaria es una estrategia que más allá de empezarse a utilizar en otros lugares, recibe buena aceptación por los estudiantes de manera que centrarse o no como un curso en específico, puede considerarse como un conjunto de temas que ratifiquen el eje central de lograr una adecuada promoción de la salud en edades tempranas teniendo en cuenta el tipo de escolares según el nivel que se encuentren (13). Es importante crear consciencia en los más jóvenes, en este caso los escolares, de manera que comprendan las posibles consecuencias y beneficios a su salud por lo que se estarán creando hábitos nuevos que intenten reflejar un buen desarrollo en su vida y de próximas generaciones.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

El presente estudio tiene las siguientes características, según sus distintas clasificaciones del diseño metodológico.

- Enfoque del estudio: Es cuantitativo debido a que el objetivo principal es tener los saberes importantes para tener la decisión del modelo más adecuado que brinde conocer la realidad de una forma mucho más imparcial y justa, porque se recogen y analizan la data a través de los conceptos o las variables y que estas sean medibles (14).
- Tipo de estudio: Es aplicada porque la tesis se dirige a obtener un nuevo conocimiento que permita establecer respuestas a cualquier problema (15).
- Recolección de datos: Es prospectivo porque los datos son utilizados para determinar el resultado de algún suceso importante, con un monitoreo constante desde el inicio hasta el final, debido a que puede ocurrir más constantes (16).
- Tiempo: Es transversal porque se puede definir al estudio como la observación y evaluación de un suceso especial y específico en el tiempo (17).

2.2. Población y muestra

2.2.1 Población

La población fueron 105 estudiantes del sexto grado del nivel primario de la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Alto Amazonas, Loreto.

- Criterios de inclusión:

- ✓ Estudiantes menores entre 11 años a 13 años
- ✓ Estudiantes que cuenten con acceso de internet

- Criterios de exclusión:

- ✓ Estudiantes que se encuentren fuera del rango de edad
- ✓ Estudiantes que no se encuentren en la ciudad de Yurimaguas, Alto Amazonas, Loreto.

2.2.2. Muestra

La presente investigación se desarrolló con una muestra conformada por 91 estudiantes que cursan el sexto grado del nivel primario de la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez de la ciudad de Yurimaguas, Alto Amazonas, Loreto. La técnica de muestreo utilizada fue no probabilístico intencional porque se estableció específicamente los participantes de manera predefinida por las facilidades que se tuvo de poder acceder a ellos en tiempos de pandemia, al igual de poder tener mayor comunicación y contacto con los mismos y sus familiares. Teniendo en cuenta los criterios de exclusión, sí se tuvieron que separar del estudio a catorce estudiantes, en su mayoría por no encontrarse en la ciudad al momento de ejecutarse la intervención educativa.

2.3. Variables

2.3.1 Variable dependiente:

- Estado nutricional: es una forma en el estado de salud que permite medir su variación con el aspecto antropométrico de la persona.

2.3.2 Variable independiente:

- Conocimiento nutricional: Es el nivel de conocimiento sobre temas que abarcan aspectos sobre la alimentación saludable

2.3.3 Covariables:

- Edad: Valor numérico autorreferido por los participantes y expresado en años y meses cumplidos al momento de ser ejecutado el presente trabajo.
- Sexo: Sexo biológico autorreferido por el participante, dividido en las categorías de hombre y mujer.

Tabla 1. *Operacionalización de las variables*

Nombre de la variable	Definición operacional	Dimensiones	Categorías o unidades	Tipo de variable	Nivel de medición	Fuente de información
Variable independiente						
Conocimiento nutricional	Nivel de conocimiento sobre temas que abarcan aspectos sobre la alimentación saludable	Niveles del conocimiento Bajo conocimiento Mediano conocimiento Alto conocimiento	Puntaje	Cuantitativa	De razón	Cuestionario de conocimientos y prácticas alimentarias
Variable dependiente						
Estado nutricional	Estado nutricional en base al aspecto antropométrico	IMC para la edad Talla para la edad	Puntaje Z Puntaje Z	Cuantitativa Cuantitativa	Intervalo Intervalo	Técnica antropométrica de peso y talla Técnica antropométrica de peso y talla
Covariables						
Edad	Edad cumplida en años		Años cumplidos	Cuantitativa	De razón	Autorreferido
Sexo	Sexo biológico del estudiante		Hombre Mujer	Cuantitativa	Nominal	Autorreferido

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

Para la presente investigación se utilizó como principal técnica de recolección de datos un cuestionario estructurado mediante la interacción presencial. Dicho cuestionario está formado de preguntas cerradas orientadas a tener valores absolutos. La finalidad u objetivo de la elección y realización del instrumento en cuestión es la de poder medir, a

través de un puntaje, los conocimientos previos a la intervención y post intervención sobre alimentación y hábitos saludables en los estudiantes del sexto grado del nivel primario de la muestra establecida. El puntaje del cuestionario es: Alto conocimiento (>17 puntos), Mediano conocimiento (13 – 16 puntos) y Bajo conocimiento (<12 puntos).

La estructura del cuestionario consta de un título, una introducción, un instructivo, una sección de consentimiento informado, características personales y finalmente una serie de preguntas sobre los conocimientos acerca de los temas ya mencionados. Para la obtener los resultados del cuestionario, estará formado de 20 preguntas con un puntaje de un punto por cada pregunta acertada y cero puntos por respuesta errada. El instrumento utilizado, el cuestionario estructurado, fue elaborado por Silvia Reyes y María Oyola y fue validado por los investigadores. Fue utilizado en 136 estudiantes adolescentes seleccionados de manera aleatoria en la cual constó de dos partes: la primera sobre datos generales y la segunda sobre preguntas sobre los conocimientos de alimentación saludable. Para la evaluación de la confiabilidad del instrumento se calculó mediante el coeficiente de Kuder Richardson dando un resultado de 80,7% cuyo puntaje aceptable para su aplicación. (Anexo 1) (18).

Para poder obtener los datos acerca del estado nutricional de los estudiantes, se realizó la determinación de peso y talla con una balanza digital y tallímetro según la Guía para el personal de la salud del primer nivel de atención (19) y la Tabla de valoración nutricional antropométrica de varones y mujeres entre los 5 y 19 años para seguir los procedimientos correctos y clasificar a los estudiantes según su IMC para su edad y el indicador de talla para la edad, respectivamente.

2.5. Procedimiento

Primero, se solicitó los permisos correspondientes a la Institución Educativa Pública Amalia del Águila Velásquez para la recolección de datos sobre estudiantes pertenecientes a su cuerpo estudiantil, al igual que a la profesora encargada de dicha sección a considerar para la elaboración del presente trabajo.

Por consiguiente, de igual forma se comunicó a los estudiantes y padres de familia acerca de las intenciones y objetivos del trabajo para que estén informados sobre todos los detalles necesarios para después brindar una carta de consentimiento informado y asentamiento informado para que puedan firmarlo de manera opcional.

Como tercera parte de la investigación, se empezó con la recolección de datos del estado nutricional y conocimientos previo a la intervención de las sesiones educativas sobre nutrición para poder medir el nivel de conocimientos que poseen los menores como sus datos de peso y talla para posteriormente analizar la información obtenida y evaluar los criterios de operalización de los temas como a su vez procesar la información mediante el software estadístico establecido.

Finalmente se procedió a ejecutar las sesiones durante una programación establecida y acordada en conjunto con la docente de aula sobre temas enfocados a la alimentación saludable y los buenos hábitos durante el periodo de 3 meses. Dichas sesiones educativas estuvieron desarrolladas bajo la teoría del constructivismo y estuvieron conformadas por los siguientes temas, todos bajo la estructura de plan de sesión y lista AAMMEE (anexo 3):

- ✓ “¿Qué es la alimentación saludable? ¿Por qué es importante?”: sesión introductoria acerca de conceptos básicos de alimentación sana y su importancia. Tiene como logro cognoscitivo el poder identificar el significado de tener una buena alimentación y

conocer su importancia, como logro procedimental el crear y consolidar prácticas adecuadas para saber alimentarse y el logro valorativo el de comprender los beneficios que tiene el alimentarse bien para evitar futuras enfermedades.

- ✓ “¿Cómo es un plato saludable?”: sesión enfocada en el aprendizaje de la distribución correcta de alimentos en un plato. El logro cognoscitivo es que puedan identificar el modelo correcto de plato saludable, el logro procedimental es que puedan crear un plato saludable desde sus recursos y el logro valorativo es comprender la importancia que tiene distribuir correctamente las porciones en las comidas.
- ✓ “¡Las frutas son un buen complemento a tu salud!”: sesión donde se explica la importancia del consumo diario de frutas. El logro cognoscitivo es el poder conocer la importancia del consumo de frutas, el logro procedimental es que puedan crear una lista de frutas de su preferencia según los colores y el logro valorativo es que sepan la importancia que tiene consumir 5 raciones de frutas de diferentes colores.
- ✓ “¡EL HIERRO! Un gran amigo para nuestra salud”: sesión en la que se enseña la importancia del hierro en la alimentación y los peligros de no consumirlo. El logro cognoscitivo es que conozcan al hierro y su importancia en la salud y alimentación, el logro procedimental es que sean capaces de crear una lista de alimentos fuente de hierro y el logro valorativo es que comprendan la importancia de consumir el hierro de los alimentos para prevenir la anemia y otros problemas de salud.
- ✓ “¡Tener un estilo de vida saludable, ayuda a tener un peso saludable!”: sesión donde se explica la importancia de la actividad física en la salud. El logro cognoscitivo es que conozcan los estilos de vida saludables, el logro procedimental es que puedan crear ejemplos de ejercicios que ayuden a su estado físico y el logro valorativo es

que comprendan la importancia de mantener un estilo de vida activa y tener un peso equilibrado.

- ✓ “Si no me alimento bien, ¿qué puede pasar? ¿cómo mejorar?”: sesión en la que se muestra las consecuencias de la mala alimentación y cómo mejorar. El logro cognoscitivo es que puedan identificar cuáles son los potenciales peligros de llevar una mala alimentación y saber evitarlo, el logro procedimental es que puedan crear diferencias de alimentos buenos y malos y el logro valorativo es que sepan la importancia de la buena alimentación y como evitan poner en peligro la salud.
- ✓ “Lo que como y lo que hago, ¿me van a ayudar en la escuela?”: sesión en donde se enseña la importancia entre una buena alimentación y como esto ayuda en el colegio. El logro cognoscitivo es que conozcan cuáles son los alimentos y actividades que ayudan en la escuela, el logro procedimental es que diseñen una lista de alimentos y actividades que mejoran el aprendizaje y el logro valorativo es que sepan la importancia de la relación entre el estilo de vida y el desempeño escolar.
- ✓ “Mitos y verdades acerca de la alimentación en la selva”: Última sesión en la cual se desmiente ciertos mitos o creencias acerca de la alimentación en la selva. El logro cognoscitivo es que puedan identificar cuáles son los mitos sobre la alimentación en la selva, el logro procedimental es que analicen y creen ejemplos sobre mitos alimentarios en la pizarra y puedan desmentirlos o no y el logro valorativo es que comprendan la importancia de informarse correctamente sobre la alimentación para compartirlo con sus familiares y amigos.

Finalmente, se realizó el cuestionario nuevamente en la etapa final para observar los resultados obtenidos después de la ejecución del proyecto y comprobar si hubo una mejora en sus conocimientos.

Al concluir la realización de las sesiones durante una hora a la semana en las aulas escolares, la recolección de datos requeridos necesarios para la investigación y los conocimientos iniciales y finales de los estudiantes partícipes del presente estudio durante el transcurso de varias semanas de trabajo coordinado con los maestros de cada grupo para asegurar el compromiso de la plana docente como de los estudiantes, se obtuvieron los resultados que brindaron información final acerca del impacto que tuvieron las sesiones educativas sobre los conocimientos en nutrición en los estudiantes de 11 a 13 años de edad y también evaluar si el cambio de conocimientos se relaciona o no con su estado nutricional basal.

2.6. Análisis de datos

El análisis de datos para el presente estudio cuantitativo será mediante la utilización del programa Microsoft Excel 2016 a primera instancia para poder recolectar y registrar la data inicial de la investigación. Para presentar la información relacionada con las características de los participantes, se utilizó tablas con frecuencias y medidas de tendencia central y dispersión. Para las variables cuantitativas, se utilizó la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov para verificar si sus datos se ajustan o no a una distribución normal.

Para evaluar la relación entre el estado nutricional respecto a la variación de los conocimientos, se utilizó la prueba de correlación de Spearman. También se evaluó si el estado nutricional varió según sexo a través de una prueba de U de Mann-Whitney, utilizando el programa IBM SPSS Statistics en su versión 27.

2.7. Aspectos éticos

Las condiciones éticas en las cuales se desarrolló y ejecutó la investigación, muestra que el presente trabajo cumple con los lineamientos éticos de la Universidad, siguiendo los principios de bioética de Helsinki como de humanidad hacia los participantes, justicia para velar los puntos acordados para la investigación, igualdad entre todos los participantes de dicho trabajo, veracidad en el procedimiento para lograr imparcialidad y exactitud en los resultados y finalmente el trabajo en equipo para optimizar los beneficios de la presente tesis. Por igual, es importante mencionar que todos los participantes del presente estudio, los escolares, padres de familia, maestros de aula y directora de la Institución Educativa Amalia del Águila Velásquez, estaban previamente informados sobre las acciones a realizar con los menores de edad. De igual forma se solicitó y proporcionó una ficha de consentimiento informado para permitir, por parte de los padres y directora, la autorización y permisos correspondientes para poder trabajar con los estudiantes, reflejado en la firma de cada personal mencionado (Anexo 4, 5, 6).

Cabe mencionar que cada estudiante y/o padre de familia está en la libertad de participar o no del proyecto y que su decisión final no fue influenciada por ninguna otra presencia de terceros, ajenos o no a la institución. De igual forma, se fue respetando la autonomía de las personas de ser libres en decisión, asegurando la beneficencia de los involucrados salvaguardando su bienestar y mostrando responsabilidad con la propiedad intelectual y el establecimiento de la Institución informando cada acción a realizar a los participantes y docentes.

Todos los datos recopilados e información recepcionada por parte de los estudiantes se mantuvieron en carácter confidencial durante todo el momento del estudio para finalmente difundir la presente tesis mediante los lineamientos establecidos por la Universidad Privada

del Norte, debido a que toda acción realizada se basó en principios de cultura y valores teniendo en cuenta la responsabilidad como investigador para proteger la integridad de los participantes durante todo el proceso del estudio, respetando la privacidad de los resultados y la propiedad intelectual de los autores aquí mencionados.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Características sociodemográficas

Se observó que, la mayoría de los participantes en este estudio fueron mujeres y ambos sexos presentaron una mediana de edad de 12 años. (Tabla 2).

Tabla 2. *Características sociodemográficas de los escolares del estudio.*

Características	n (%)
Edad en años, mediana (rango)	12 (2)
Sexo	
Hombres	40 (43,9)
Mujeres	51 (56,1)

Por otro lado, en la Tabla 3 se observa el diagnóstico nutricional de los menores participantes al inicio del estudio según los indicadores índice de masa corporal (IMC) para la edad y Talla para la edad; ambos indicadores fueron evaluados según el sexo de los estudiantes. De este modo, podemos ver que, para el caso de los varones, se encontró que la mayoría de ellos presentan un estado nutricional normal. Sin embargo, se encontró una prevalencia importante de malnutrición por exceso en los estudiantes que participaron en el estudio, mostrando un número de casos similar de exceso de peso en hombres (23,1%) y mujeres (24,2%). Lo únicos dos casos de desnutrición se presentaron en varones. En el caso de las mujeres, ocurre lo contrario: las escolares presentaron una mayor prevalencia de estado nutricional normal, comparado con la cantidad total de alumnas con sobrepeso y obesidad, de manera que las mujeres se encontraron en un mejor estado nutricional que los varones.

Para el caso de la estatura, los resultados mostraron que tanto hombres como mujeres superan los rangos positivos en cuanto a su edad. Aunque las mujeres muestran mayor rango de talla normal, fueron las que más contaron con resultados de talla baja en comparación con los hombres que solo obtuvieron el mínimo pero que de igual forma contaron con mayor porcentaje de hombres en la estatura correcta (Tabla 3).

Tabla 3. *Estado nutricional de los escolares de estudio antes de la intervención según sexo.*

Estado nutricional	Hombres n (%)	Mujeres (%)
Indicador IMC para la edad (IMC/E)		
Delgadez	2 (2,2)	0 (0,0)
Normal	17 (18,7)	29 (31,9)
Sobrepeso	12 (13,2)	18 (19,8)
Obesidad	9 (9,9)	4 (4,4)
Indicador Talla para la edad (Talla/E)		
Talla baja	1 (1,1)	6 (6,6)
Talla normal	39 (42,9)	45 (49,5)
Talla alta	0 (0,0)	0 (0,0)

En la Tabla 4, se observó que, al inicio, de los 91 estudiantes que participaron, solo el 1,1% logró, inicialmente, obtener una nota aprobatoria entrando a la clasificación de alto conocimiento y solo el 6,6% lograron clasificarse en mediano conocimiento. También se encontró cambios en el nivel de conocimiento nutricional después de la realización de las sesiones educativas sobre nutrición: el conteo de los estudiantes que obtuvieron notas superiores a 17 dentro de la categoría de “alto conocimiento” aumentó solo en un 1,1%, teniendo como resultado actual a dos estudiantes. Para el grupo de “mediano conocimiento” se elevó a un 26,4% desde la medición basal, por lo que el número de estudiantes que tenían “bajo conocimiento” se redujo en un 27,5% en el contraste con el inicio del estudio.

Tabla 4. Nivel de conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa.

Nivel de conocimientos sobre nutrición	Antes de la intervención educativa	Después de la intervención educativa
	n (%)	n (%)
Conocimiento alto (mayor o igual a 17 puntos)	1 (1,1)	2 (2,2)
Conocimiento medio (entre 13 y 16 puntos)	6 (6,6)	30 (33,0)
Conocimiento bajo (menor o igual a 12 puntos)	84 (92,3)	59 (64,8)
Total	91 (100,0)	91 (100,0)

3.2. Análisis bivariado

En la tabla 5 se observa que la mediana del conocimiento sobre nutrición (con distribución de datos no normal) antes de la intervención fue similar entre hombres y mujeres ($p=0,349$). Esta misma situación se pudo observar también para los conocimientos después de la intervención ($p=0,236$) y la variación del conocimiento sobre nutrición ($p=0,148$).

Tabla 5. Conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa según sexo.

Conocimientos sobre nutrición	Hombres (n=40) Mediana (rango)	Mujeres (n=51) Mediana (rango)	p
Antes de la intervención	11 (13)	10 (11)	0,349
Después de la intervención	12 (14)	12 (8)	0,236
Variación de la intervención	2 (7)	2 (14)	0,148

En la tabla 6 se encontró una correlación estadísticamente significativa pero solo en los conocimientos nutricionales después, evidenciando que, en la medición basal no hubo una relación entre la edad de los escolares y el conocimiento nutricional con el que iniciaron

la intervención. Aunque el conocimiento sobre nutrición aumenta, no varía en proporción a la edad de los estudiantes.

Tabla 6. *Conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa según edad.*

Conocimientos sobre nutrición	Edad en años	
	Valor de p	Rho de Spearman
Antes de la intervención	0,664	0,046
Después de la intervención	0,006	0,286
Variación de los conocimientos	0,086	0,181

A pesar de los valores mostrados en la Tabla 7, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las variables del conocimiento sobre nutrición antes de la intervención ($p=0,418$), después de la intervención ($p=0,660$) y la variación del conocimiento ($p=0,222$) según el estado nutricional determinado por el indicador de Índice de Masa Corporal para la edad.

Tabla 7. *Conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa según estado nutricional (indicador IMC/E).*

Conocimientos sobre nutrición	Estado nutricional según IMC para la edad				p
	Delgadez (n=2)	Normal (n=46)	Sobrepeso (n=30)	Obesidad (n=13)	
	Mediana (rango)	Mediana (rango)	Mediana (rango)	Mediana (rango)	
Antes de la intervención	13 (4)	10 (12)	10 (7)	10 (10)	0,418
Después de la intervención	13 (3)	12 (7)	12 (10)	11 (13)	0,660
Variación de los conocimientos	-1 (1)	2 (13)	2 (9)	2 (5)	0,222

En la tabla 8 se observó el valor de la mediana entre las variables del conocimiento (con distribución de datos no normal) y la talla para la edad, dando como resultado la similitud entre ambas antes de la intervención ($p=0,551$). De igual forma en el valor final después de la intervención ($p=0,629$) como de su variación de las variables ($p=0,287$).

Tabla 8. *Conocimientos sobre nutrición antes y después de la intervención educativa según estado nutricional (indicador Talla/Edad).*

Conocimientos sobre nutrición	Estado nutricional según Talla para la edad		
	Talla baja (n=7) Mediana (rango)	Talla normal (n=84) Mediana (rango)	p
Antes de la intervención	11 (7)	10 (16)	0,551
Después de la intervención	13 (6)	12 (14)	0,629
Variación de los conocimientos	1 (3)	2 (14)	0,287

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1. Discusión

En este estudio se buscó determinar la relación entre el cambio de los conocimientos sobre nutrición y el estado nutricional durante una intervención educativa nutricional en estudiantes de 11 a 13 años de una institución educativa pública. Si bien se observó un ligero incremento de los conocimientos nutricionales en los participantes del estudio (excepto en aquellos con desnutrición), la variación del puntaje de conocimientos nutricionales no presentó diferencias estadísticamente significativas entre los grupos definidos por el estado nutricional según el indicador de índice de masa corporal para la edad. Un efecto similar ocurrió al evaluar las diferencias en las medianas según el estado nutricional determinado por el indicador de Talla para la edad, en donde tampoco se encontró diferencias estadísticamente significativas entre los estudiantes con talla baja y aquellos con talla normal. Por otro lado, tampoco se pudo identificar una correlación estadísticamente significativa entre la variación de puntaje de conocimiento nutricional y el puntaje Z de los dos indicadores nutricionales explorados: IMC para la edad y talla para edad. De este modo, el estado nutricional de los adolescentes no se relacionó con la adquisición de conocimientos, expresada a través de la variación del puntaje de conocimiento nutricional. Existen estudios previos con resultados distintos a los obtenidos en esta tesis, así como el estudio chileno realizado por Ibarra, Hernández y Ventura en el cual tuvieron resultados favorables a su investigación ya que encontraron una mejor manera de recolectar datos mediante cuestionarios, recordatorio de 24 horas y un análisis del desempeño académico en sus estudiantes y al evaluar la información obtenida con herramientas más completas obtuvieron que el 59,1% de los participantes que sí desayunaban junto al 71,4% que tenían 3 comidas o más, demostraron tener mayor conocimiento a diferencia de quienes no tenían buen un

estado nutricional (20). Por otro lado, en un caso similar, el trabajo realizado por Villagra, Meza y Villalba. Este menciona que después de haberse realizado la intervención de sesiones educativas-nutricionales en su población estudiantil, quienes estuvieron en compañía de sus padres durante las sesiones educativas nutricionales durante el mismo periodo de doce meses al igual que sus hijos. Además de impartir sesiones educativas, se desarrollaron otras actividades como ejercicio físico y la implementación de quioscos saludables dentro de las instalaciones de la institución para poner en práctica los nuevos conocimientos sobre alimentación sana se observó reducciones en las variables de obesidad del 24% al 17% y desnutrición del 9% al 5% como una elevación en aquellos que contaban con un buen estado nutricional asociado a los conocimientos obtenidos (11).

Este estudio refleja la problemática común de muchas zonas del Perú fuera de las grandes ciudades: la poca importancia de la buena alimentación. De este modo, uno de los principales aportes de esta tesis es que se puede tener una perspectiva diferente al centralismo de Lima sobre la alimentación. En lugares alejados de la capital, la alimentación está sujeta a la disponibilidad no solo alimentaria, sino también económica de las familias, por lo que la educación nutricional debe de considerar estas limitaciones. Por otro lado, la manera de emplear de aparatos tecnológicos como de proyectores, laptop y presentaciones mediante diapositivas ayudó la concentración y participación de los estudiantes debido a que al trabajar e involucrarse con dichas herramientas novedosas, se comprometían notablemente en cada sesión. De este modo, la educación alimentaria a la que puedan acceder los estudiantes en etapa escolar es importante porque instaure las costumbres que llegarán a practicar a lo largo de su vida, y así poder evitar la presencia de enfermedades crónicas no transmisibles a largo plazo.

La metodología empleada en la presente investigación se basó en evaluar el conocimiento nutricional de los escolares mediante un test realizado por Silvia Reyes y María Oyola (18), pero adaptado a las necesidades de esta tesis para que, al ser autocompletado, los resultados sean más cercanos a la realidad de los estudiantes. Se utilizó este cuestionario antes y después de ejecutarse la intervención de las sesiones educativas-nutricionales para conocer cuánto conocían acerca de temas o informaciones puntuales acerca de diversos temas de alimentación saludable en general. A diferencia de la metodología que se utilizó en este trabajo de tesis, el estudio chileno de Ibarra, Hernández y Ventura utilizó un cuestionario en el cual recogían no sólo características sociodemográficas y personales, sino también se aplicaba una técnica para la evaluación del consumo alimentario diario de los participantes. De este modo, se podía conocer los hábitos alimentarios y como fueron adaptando su alimentación según las zonas urbanas del centro del país. El estudio chileno demostró que la influencia de tener un mayor acceso de alimentos por cada momento del día (en especial el desayuno), como también el estar en una situación en la que la educación se ve menos afectada por situarse en una zona céntrica y urbana del país, optimiza a los estudiantes a tener un menor riesgo de presentar problemas nutricionales como el poder promover los buenos hábitos de la vida saludable. La manera en la que fue ejecutada el instrumento resultó ser beneficioso para el estudio chileno debido a que demuestra ser más completo al recolectar información adicional que brinde una mejor visión de la data en la población estudiada (20). Dicho instrumento, tomando en consideración su aporte, serviría para mejorar la comprensión de la alimentación desde una perspectiva dietética que habría complementado lo realizado en esta tesis.

En los resultados obtenidos en este trabajo de tesis acerca de los conocimientos de los estudiantes según su sexo, se encontró que tanto hombres como mujeres presentaron una

mediana similar de conocimiento nutricional. Al igual que el estudio hecho en Huánuco por Veramendi, Portocarrero y Barrionuevo en donde se comparó el sexo de los participantes con su conocimiento arrojando resultados diferenciales acorde a sus objetivos en comparación el trabajo de tesis (12). Este estudio peruano tuvo una intervención educativa-nutricional en base a la realización dinámica de talleres de loncheras saludables, después de ejecutarse sesiones educativas y demostrativas en su población de estudiantes. Los resultados que obtuvieron fueron que los participantes que sacaron puntuaciones favorables en cuanto al desarrollo de los conocimientos nutricionales durante el antes (17,4%) y el después (23%) de ejecutarse el trabajo fue el grupo de mujeres con un 53.3%. Así, se mejoró sus conocimientos a través de actividades individualizadas e interactivas que promovieron el aprendizaje. El trabajo realizado en Huánuco por los escolares más allá de participar en las actividades de manera individual también tuvo la compañía de sus padres para realizar ciertos trabajos de aprendizaje nutricional (12). Al tratarse de participantes adolescentes, se observó que tras sumar a una enseñanza la manera de poner en práctica lo aprendido mediante una dinámica de involucrarse y recibir premios, se podría intensificar el interés por el contenido ya que los resultados se fueron beneficiosos a comparación de los resultados en el trabajo de tesis que solamente se optó por utilizar sesiones educativas sobre nutrición primordialmente de manera teórica sin adicionar actividades como físicas o talleres demostrativos.

Sobre los conocimientos nutricionales y la edad de los participantes, para el presente trabajo se estableció el rango de 11 a 13 años en los estudiantes del nivel primario. De esta manera, se asume que sea una edad óptima en la que se pueda comprender temas nuevos con poca complejidad y en donde desarrollan sus propias costumbres o hábitos alimentarios para el desarrollo de actividades en educación nutricional. Los resultados de esta tesis

demonstraron que la edad no se correlaciona con los conocimientos de los participantes. Pero por otra parte también existen estudios como el de Gonzales y et al en donde al relacionar los conocimientos que puedan llegar a obtener los estudiantes en relación directa con su edad, no encontraron resultados significativos al igual que la presente tesis teniendo similitudes en su desarrollo (21). Tras realizar las sesiones educativas y el pre-test y pos-test obtuvieron un mayor porcentaje de respuestas correcta en un 80% de los ítems evaluados, aunque sólo en 4 de ellos esta mejora fue estadísticamente significativa. Así, tras una intervención de 12 meses (en el que los participantes también aumentaron de edad), se obtuvo una mejora pequeña pero significativa de los conocimientos en nutrición (21). De este modo, se pudo observar que, a pesar de haber trabajado con un grupo etario y metodología similar, sólo se obtuvo una mejora pequeña después de un periodo de intervención el doble largo.

La principal limitación que se tuvo en esta investigación fue que, al ser realizada bajo la modalidad presencial en tiempos de pandemia, no se pudo contar con la presencia de todos los estudiantes del sexto grado, pero pese a ello se hizo todos los esfuerzos de trabajar con el máximo número posible de estudiantes. La presencia de la totalidad de los escolares fue necesaria porque al trabajar con estudiantes de una zona en donde las familias tienen dificultades para la adquisición de equipos electrónicos como celulares, laptops o tabletas, y no se podría compartir la información vía remota. Por ese motivo, la única forma viable en la que los estudiantes serían parte de la intervención educativa fue en un salón o espacio abierto. Otro motivo por el que no se pudo contar con la muestra completa fue porque, en el contexto del Covid-19, muchos de los estudiantes se retiraron de la ciudad por sus propios motivos hacia diferentes caseríos o chacras haciendo imposible la comunicación. Además, las mismas circunstancias de la pandemia generó cierto resguardo en las actividades

programadas para evitar posibles casos de contagio limitando la realización de actividades físicas ya sea dentro del aula o en cualquier otro ambiente dentro de la institución, limitando el aprendizaje mediante el proceso activo del aprendizaje optando por sesiones mucho más teóricas. Finalmente, el instrumento utilizado en el desarrollo de la investigación pudo verse afectado por el bajo nivel de comprensión lectora o el nivel académico que poseían algunos de los participantes debido que al ser un cuestionario autodirigido, al encontrarse con enunciados que contengan preguntas, definiciones o palabras nuevas o que no estén muy familiarizados generaría cierta confusión al momento de interpretar la pregunta pero que al no comprender estaban en la libertad de preguntar y aclarar sus dudas.

Al finalizar la investigación y observar que los resultados arrojan no tener un cambio significativo, se concluye que a comparación de los trabajos anteriormente mencionados que sí mostraron un contraste favorable a esta tesis, utilizar la metodología teórica de impartir una sesión educativa nutricional en escolares adolescentes sin adicionar actividades recreativas, físicas, talleres demostrativos o incluso hacer partícipes a los padres de familia, resulta contraproducente para intentar generar un cambio sobresaliente en sus conocimientos nutricionales. Se debe considerar añadir dichas actividades para conjugar el conocimiento adquirido y la práctica para afianzar estos aprendizajes e ir estableciendo nuevos hábitos.

4.2. Conclusiones

- Los conocimientos sobre nutrición respecto al sexo de los participantes reflejan que, que para hombres y mujeres el conocimiento que tenían y obtuvieron en la prueba son similares, no existiendo una diferencia estadísticamente significativa.
- Los conocimientos sobre nutrición y la edad de los participantes muestran que se encontró una correlación estadísticamente significativa solo en los conocimientos

nutricionales después, evidenciando que, en la medición basal no hubo relación entre la edad y el conocimiento inicial. Sin embargo, se puede observar que este conocimiento aumenta en proporción de la edad de los estudiantes.

- El estado nutricional de los estudiantes y la mediana de los conocimientos sobre nutrición mostraron no tener diferencias estadísticamente significativas entre los grupos delimitados por los indicadores IMC para la edad y talla para la edad al momento de comparar el antes y el después, pese a encontrar un ligero incremento en los conocimientos.

4.3. Recomendaciones

- Se recomienda a las instituciones educativas considerar implementar temas relacionados a la educación alimentaria y hábitos saludables en las aulas, para poder enseñar desde edades tempranas los beneficios que poseen y los peligros que traen a largo plazo el no realizarlos.
- Se sugiere emplear talleres educativos nutricionales a los padres de familia para brindar conocimiento mediante la práctica y asesoría sobre la importancia de la buena alimentación y corregir malas prácticas.
- Según la bibliografía consultada y los hallazgos obtenidos en el trabajo, se sugiere realizar las sesiones educativas nutricionales de manera más didáctica y participativa para que el estudiante reciba las enseñanzas más allá del concepto de una clase y se sienta comprometido con su propia salud.
- Se recomienda que las sesiones educativas se desarrollen adecuando a los grupos poblacionales y que valoren como contenido transversal en las instituciones educativas las unidades de aprendizaje que corresponden a alimentación saludable.

REFERENCIAS

1. Fonseca González. Zulin, Quesada Font. Ana Julia, Meireles Ochoa. Madeline Yoanis, Cabrera Rodríguez. Evelyn, Boada Estrada. Ana María. La malnutrición; problema de salud pública de escala mundial. *Multimed* [Internet]. 2020 feb; 24(1): 237-246. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-48182020000100237&lng=es.
2. Palomino-Pérez Ana María. Rol de la emoción en la conducta alimentaria. *Rev. chil. nutr.* [Internet]. 2020 Abr; 47(2): 286-291. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000200286&lng=es
3. Hurtado Martinez M, Moreno Muro JP. Hábitos alimentarios en estudiantes de educación primaria. [Internet]. 21 de diciembre de 2022;6(2):70-8. Disponible en: <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/HACEDOR/article/view/2252>
4. Reyes Narvaez Silvia Elizabet, Contreras Contreras Ana Melva, Oyola Canto María Santos. Anemia y desnutrición infantil en zonas rurales: impacto de una intervención integral a nivel comunitario. *Rev. investig. Altoandin.* [Internet]. 2019 jul; 21(3): 205-214. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2313-29572019000300006&lng=es.
5. FAO. Educación en alimentación y Nutrición para la enseñanza básica, glosario de términos [Internet]. 2020. Disponible en <http://www.fao.org/3/am401s/am401s07.pdf>

6. Fonseca González. Zulin, Quesada Font. Ana Julia, Meireles Ochoa. Madeline Yoanis, Cabrera Rodríguez. Evelyn, Boada Estrada. Ana María. La malnutrición; problema de salud pública de escala mundial. *Multimed* [Internet]. 2020 feb; 24(1): 237-246. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-48182020000100237&lng=es.
7. Imig PG. Rendimiento académico: un recorrido conceptual que aproxima a una definición unificada para el ámbito superior / Academic performance: a conceptual journey that approximates a unified definition for the higher level. *Revista de Educación* [Internet]. 2020;0(20):89–104. Disponible en: https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/4165
8. Lapo-Ordoñez Danny Alexander, Quintana-Salinas Margot Rosario. Relación entre el estado nutricional por antropometría y hábitos alimentarios con el rendimiento académico en adolescentes. *AMC* [Internet]. 2018 dic; 22(6): 755-774. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552018000600755&lng=es.
9. Gonzáles J, Evaluación de las sesiones educativas que brindan los educadores en salud [Internet]. 2015 ene: Universidad Rafael Landívar. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/09/02/Lopez-Jackeline.pdf>
10. Calderón M, Taboada O, Argumedo A, Ortiz E, López P, Jacinto C, et al. Cultura alimentaria: Clave para el diseño de estrategias de mejoramiento nutricional de poblaciones rurales [Internet]. *Agricultura, sociedad y desarrollo*; 2017;14(2):303–20. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/asd/v14n2/1870-5472-asd-14-02-00303-en.pdf>

11. Villagra M, Meza E, Villalba D. Intervención Educativa-Nutricional sobre hábitos alimentarios aplicada a escolares de Asunción [Internet]. Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud; 2020; 18(2): 63-73. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1812-95282020000200063&lng=es.
12. Veramendi N, Portocarero E, Barrionuevo C. Cultura alimentaria en estudiantes de educación básica regular: un abordaje educativo [Internet]. 2020; 12(1), 307-312. Disponible en http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000100307&lng=es&tlng=es.
13. Borroto Mederos Yumenet, Leyva Haza Julio, Guerra Véliz Yusimí. La educación alimentaria en el proceso educativo: una temática de interés multidisciplinario salud-educación. Edumecentro [Internet]. 2022; 14: e2286. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742022000100112&lng=es.
14. Neil D, Cortez L. Procesos y Fundamentos de la Investigación Científica [Internet]. Editorial Utmach; 2018. Disponible en: <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>
15. Álvarez A. Clasificación de las Investigaciones [Internet]. Lima: Repositorio de la Universidad de Lima; 2020. Disponible en <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/10818?locale-attribute=en>
16. Manterola C, Quiroz G, Salazar P, García N. Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica [Internet]. Revista

- Médica Clínica Las Condes, editor. ScienceDirect; 2019. Disponible en:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864019300057?via%3Dihub>
17. Cvetkovic A, Maguiña L, Soto A, Lama J, López L. Estudios transversales [Internet]. Rev. Fac. Med. Hum; 2021; 21(1): 179-185. Disponible en:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312021000100179&lng=es.
18. Reyes Narvaez Silvia, Canto María Oyola. Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2020 feb; 47(1): 67-72. Disponible en:
http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000100067&lng=es.
19. Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. La medición de la talla y el peso. Guía para el personal de salud del primer nivel de atención [Internet]. Lima: 2004. 11, Medidas Antropométrica; 59. Disponible en:
<https://repositorio.ins.gob.pe/bitstream/handle/20.500.14196/219/CENAN-0061.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Ibarra J, Hernández C, Ventura C. Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares adolescentes de Chile. [Internet]. Revista Española de Nutrición Humana y Dietética; 2019; 23(4):292–301. Available from:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-5145201900040001
21. González VB, Antún MC, Escasany M, Casagrande ML, Rael G, Rossi ML. Evaluación del nivel de conocimiento sobre alimentación y hábitos saludables

adquiridos a partir de un programa de educación alimentaria y nutricional destinado a niños y niñas en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. *Diaeta (B Aires)* [Internet]. 2021;32–8. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1339812>.

ANEXOS

ANEXO N° 1. Cuestionario de conocimientos y prácticas alimentarias.

INTRODUCCIÓN:

Esta es una encuesta realizada con fines académicos en donde NO será compartida aquella información personal colocada en la ficha, de manera que se puede responder con toda seguridad. Esta encuesta es presentada por un estudiante del 9° ciclo de la carrera profesional de Nutrición Humana de la Universidad Privada del Norte. Cualquier duda o consulta que usted tenga posteriormente puede consultarlo con toda la confianza.

He leído los párrafos anteriores y reconozco que al llenar y entregar este cuestionario estoy dando mi consentimiento para la utilización de mis datos para el estudio correspondiente.

INSTRUCTIVO. Marque con una (X) la respuesta que usted considere correcta, le agradecemos que responda con la mayor sinceridad posible, los datos serán anónimos y servirán solo para investigación del proyecto. Muchas gracias.

CARACTERÍSTICAS PERSONALES

Nombre y Apellidos:

Edad: años y Meses

CONOCIMIENTOS ALIMENTARIOS

1. ¿Qué es la cultura alimentaria?
 - a) Es saber comer
 - b) Son hábitos alimentarios
 - c) Es elegir alimentos por su calidad
 - d) Son procedimientos para asegurar la calidad de los alimentos

2. ¿Qué es una alimentación saludable?
 - a) Es saber comer
 - b) Son hábitos alimentarios
 - c) Es elegir alimentos por su calidad
 - d) Son procedimientos para asegurar la calidad de alimentos

3. ¿Cuáles son los grupos de alimentos?
 - a) Carbohidratos, grasas, fibra
 - b) Carbohidratos, grasas, proteínas
 - c) Carbohidratos, grasas, proteínas, fibra, agua
 - d) Todos los anteriores

4. La fibra ayuda a todas las siguientes opciones, menos ...
 - a) A no tener gases o indigestión
 - b) A digerir mejor los alimentos
 - c) A la flora intestinal
 - d) A tener mayor saciedad

5. ¿Qué es lo que se debe dar prioridad en una canasta de alimentos?
 - a) Alimentos baratos y accesibles
 - b) Alimentos no perecibles de cualquier tipo
 - c) Alimentos no perecibles de manera equitativa según su aporte nutricional

- d) Alimentos energéticos, reguladores y constructores
6. ¿Cuántos colores de fruta se recomienda ingerir al día?
- a) 1 color
 - b) 2 colores
 - c) 5 colores
 - d) 6 colores
7. La fibra se encuentra en...
- a) Frutas con cáscaras
 - b) Vegetales cocidos
 - c) Agua con limón
8. ¿Qué alimentos y/o preparaciones ayudan a que nuestro cuerpo absorba mejor el hierro de los alimentos?
- a) Café y chocolate
 - b) Jugo de toronja o camu camu
 - c) Gaseosa y néctar
 - d) Infusiones y lácteos
9. ¿Qué determina un exceso de peso o un bajo peso en un niño o una niña?
- a) La preparación de la comida y su entorno al comer
 - b) Las cantidades de los alimentos en el servido del plato
 - c) A y B
 - d) Ninguno
10. ¿La pirámide nutricional contiene?
- a) Proteínas, grasas, frutas, verduras y carbohidratos
 - b) Minerales, frutas, verduras
 - c) Proteínas, aminoácidos, frutas
 - d) Todas las anteriores
11. ¿La información referida en temas de alimentación las debes de obtener de?
- a) Amigos
 - b) Médicos
 - c) Nutricionistas
 - d) Enfermeras
 - e) Medios de comunicación
12. ¿Cuál es la función de las carnes?
- a) Aportan vitaminas, aminoácidos y minerales
 - b) Ayuda a desgastar el músculo
 - c) Favorece el funcionamiento del intestino
 - d) No conozco la respuesta
13. ¿Cuál es el lugar ideal dónde consumir mis alimentos?
- a) Casa

- b) Ambulante
- c) Kiosco
- d) Restaurante

14. ¿Qué alimentos debo consumir con frecuencia?

- a) Leche, ensaladas, frutas
- b) Sándwiches y frugos
- c) Galletas integrales
- d) Todas las anteriores

Escriba (SI) si es verdad o (NO) si es falso

- 15. () La betarraga ayuda a prevenir y combatir la anemia
- 16. () Las frutas y verduras de color rojo aumentan la sangre
- 17. () Es necesario consumir 5 comidas al día
- 18. () Los cítricos ayudan a mejorar las defensas del cuerpo
- 19. () Comer saludable, ¿es realmente caro?
- 20. () Con un vaso de jugo de naranja, ¿será suficiente vitamina C para todo el día?

Fuente: Silvia Reyes y María Oyola, de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca, en su artículo titulado Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública”.

ANEXO N° 2. Evidencias fotográficas de las sesiones educativas sobre nutrición.



Presentación inicial de los estudiantes en el primer día de las sesiones educativas sobre nutrición



Desarrollo del cuestionario final en el último día de las sesiones educativas sobre nutrición.

ANEXO N° 3. Planes de sesión y cuadros AAMMEE.

PLAN DE SESIÓN 1

TEMA: ¿Qué es la alimentación saludable? ¿Por qué es importante?

FECHA: 16/08/2021

OBJETIVO ESPECÍFICO: Enseñar a los estudiantes sobre la alimentación saludable y su importancia en la salud de las personas

FACILITADOR: Richard Wagner Cardenas Romero

LUGAR: Aula de la I.E.P Amalia del Águila Velásquez

PUBLICO OBJETIVO: estudiantes del sexto grado de primaria de la misma institución

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDO	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	LOGROS EDUCATIVOS
<p>Al finalizar la sesión educativa los estudiantes serán capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> Objetivo Cognoscitivo: Identificar el significado de tener una buena alimentación. Objetivo Procedimental: Crear y consolidar prácticas adecuadas para saber alimentarse. Objetivo Valorativo: Comprender la importancia que tiene el alimentarse bien para evitar futuras enfermedades. 	<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué es la alimentación saludable? Importancia de una buena alimentación La cultura de una buena alimentación Los grupos de alimentos Importancia en la salud de cada grupo alimenticio Buenas prácticas de alimentación saludable 	1 hora	<p>Indagación de saberes previos: lluvia de ideas</p> <p>Motivación: juego de la silla parado/sentado</p> <p>Desarrollo del contenido: exposición de los ítems del tema.</p> <p>Exposición: se realiza actividades individuales para conocer alimentos según su grupo e importancia.</p> <p>Conclusiones: retroalimentación de los aspectos más puntuales del tema.</p>	<p>Laptop</p> <p>Diapositivas</p> <p>Proyector</p> <p>Pizarra</p> <p>Plumones</p>	<p>Los logros a esperar por parte de los estudiantes son:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenden la importancia de la alimentación saludable y su importancia en la salud y lo explican mediante sus palabras. Pueden realizar de manera independiente y/o colectivas prácticas saludables en su hogar. Al conocer los conceptos, existe el compromiso de realizar y compartir sus conocimientos con amigos y familiares.

AAMMEE N° 1

Responsable: Richard Wagner Cardenas Romero

Fecha: 16/08/2021

ANÁLISIS	ATENCIÓN	MOTIVACIÓN	MENSAJE	EJERCICIO	EVALUACIÓN
<p>Son un grupo de estudiantes entre las edades de 11 y 13 años, niños y niñas de la ciudad de Yurimaguas, Loreto. Son chicos de bajos recursos económicos que en su mayoría provienen de familias dedicadas al comercio y al campo. Ahora, el problema radica en que los niños no han recibido alguna información sobre cómo llevar un buen estilo de vida, una buena alimentación y cuáles serían las consecuencias a largo plazo.</p>	<p>Para poder captar la atención por parte de los participantes, se compararon ideas y prácticas que ellos realizan día a día sobre su propia alimentación.</p>	<p>En este apartado, para motivar a los estudiantes en el momento de la sesión se han implementado técnicas como la lluvia de ideas y el juego de la silla, además de los complementos audiovisuales.</p>	<p>El mensaje que los estudiantes van a recibir son conceptos sencillos y fáciles de comprender. Desde saber el significado de alimentación saludable hasta las desventajas a largo plazo de no practicarlas.</p>	<p>Para poder medir la captación de los estudiantes hacia el tema realizado se realizará de manera grupal actividades como la identificación de conceptos aprendidos y los alimentos según su grupo e importancia.</p>	<p>Para la evaluación se realizará 5 preguntas sencillas y puntuales sobre el tema realizado con el fin de comprobar la adquisición de los conocimientos y finalmente afianzar el compromiso por parte de cada uno de los niños en optar por practicar hábitos saludables en su día.</p>
TIEMPO (60 minutos)	5 minutos	15 minutos	40 minutos	15 minutos	15 minutos

PLAN DE SESIÓN 2

TEMA: ¿Cómo es un plato saludable?

FECHA: 30/08/2021

OBJETIVO ESPECÍFICO: Enseñar a los estudiantes sobre la correcta distribución de los alimentos en un plato de comida y sus porciones.

FACILITADOR: Richard Wagner Cardenas Romero

LUGAR: Aula de la I.E.P Amalia del Águila Velásquez

PUBLICO OBJETIVO: estudiantes del sexto grado de primaria de la misma institución

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDO	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	LOGROS EDUCATIVOS
<p>Al finalizar la sesión educativa los estudiantes serán capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> Objetivo Cognoscitivo: Identificar el modelo correcto de plato saludable Objetivo Procedimental: Crear un plato saludable desde sus recursos Objetivo Valorativo: Comprender la importancia que tiene distribuir correctamente y con porciones adecuadas las comidas. 	<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué es el plato saludable? ¿Por qué es importante el plato saludable en nuestra alimentación? Pirámide alimenticia ¿Cómo es una porción saludable? Importancia en la salud de controlar las porciones Armo mi propio plato saludable según mis recursos 	1 hora	Indagación de saberes previos: lluvia de ideas Motivación: juego de roles Desarrollo del contenido: exposición de los ítems del tema. Exposición: los estudiantes exponen, desde su punto de vista, sus reflexiones del tema. Conclusiones: retroalimentación de los aspectos más importantes del tema.	Laptop Diapositivas Proyector Pizarra Plumones	<p>Los logros a esperar por parte de los estudiantes son:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenden la importancia del plato saludable y las porciones que deben tener. Pueden realizar de manera independiente y/o colectivas prácticas saludables en su hogar. Al conocer los conceptos, existe el compromiso de realizar y compartir sus conocimientos con amigos y familiares.

AAMMEE N° 2

Responsable: Richard Wagner Cardenas Romero

Fecha: 30/08/2021

ANÁLISIS	ATENCIÓN	MOTIVACIÓN	MENSAJE	EJERCICIO	EVALUACIÓN
Son un grupo de estudiantes entre las edades de 11 y 13 años, niños y niñas de la ciudad de Yurimaguas, Loreto. Son chicos de bajos recursos económicos que en su mayoría provienen de familias dedicadas al comercio y al campo. Ahora, el problema radica en que los niños no han recibido alguna información sobre cómo llevar un buen estilo de vida, una buena alimentación y cuáles serían las consecuencias a largo plazo.	Para poder captar la atención por parte de los participantes, se compararon ideas y prácticas que ellos realizan día a día en la forma de cómo reciben sus platos de comida y su distribución en todo el plato.	En este apartado, para motivar a los estudiantes en el momento de la sesión se han implementado técnicas como la lluvia de ideas y juego de roles, además de los complementos audiovisuales.	El mensaje que los estudiantes van a recibir son conceptos sencillos y fáciles de comprender. Desde saber qué es y la importancia del plato saludable hasta la pirámide alimenticia como distribuir los alimentos.	Para poder medir la captación de los estudiantes hacia el tema realizado se realizará de manera grupal actividades como la distribución correcta del plato saludable y alimentos de la pirámide alimenticia.	Para la evaluación se pedirá a los estudiantes que armen un plato saludable con ayuda de la pirámide alimenticia según su alimentación diaria.
TIEMPO (60 minutos)	5 minutos	15 minutos	40 minutos	15 minutos	15 minutos

PLAN DE SESIÓN 3

TEMA: ¡Las frutas son un buen complemento a tu salud!

FECHA: 13/09/2021

OBJETIVO ESPECÍFICO: Los estudiantes conocen la importancia de las frutas, la fibra y sus raciones diarias.

FACILITADOR: Richard Wagner Cardenas Romero

LUGAR: Aula de la I.E.P Amalia del Águila Velásquez

PUBLICO OBJETIVO: estudiantes del sexto grado de primaria de la misma institución

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDO	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	LOGROS EDUCATIVOS
<p>Al finalizar la sesión educativa los estudiantes serán capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> Objetivo Cognoscitivo: Identificar la importancia de las frutas y la fibra Objetivo Procedimental: Crear una lista de frutas favoritas según sus colores Objetivo Valorativo: Comprender la importancia que tiene consumir 5 raciones de frutas de diferentes colores. 	<ul style="list-style-type: none"> Frutas, ¿por qué son importantes? ¿Qué es la fibra de las frutas? ¿En qué nos beneficia las frutas y su fibra? ¿Cuántas raciones de frutas debo comer al día? Consecuencias a la salud de no consumir frutas frecuentemente Mi lista de frutas favoritas según el color 	1 hora	<p>Indagación de saberes previos: lluvia de ideas</p> <p>Motivación: mencionar sus frutas favoritas de la localidad</p> <p>Desarrollo del contenido: exposición de los ítems del tema.</p> <p>Exposición: los estudiantes exponen los beneficios de la fruta y su fibra.</p> <p>Conclusiones: retroalimentación de los aspectos más importantes del tema.</p>	Laptop Diapositivas Proyector Pizarra Plumones	<p>Los logros a esperar por parte de los estudiantes son:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenden la importancia de las frutas y la fibra que aporta. Pueden realizar de manera independiente y/o colectivas prácticas saludables en su hogar. Al conocer los conceptos, existe el compromiso de realizar y compartir sus conocimientos con amigos y familiares.

AAMMEE N° 3

Responsable: Richard Wagner Cardenas Romero

Fecha: 13/09/2021

ANÁLISIS	ATENCIÓN	MOTIVACIÓN	MENSAJE	EJERCICIO	EVALUACIÓN
Son un grupo de estudiantes entre las edades de 11 y 13 años, niños y niñas de la ciudad de Yurimaguas, Loreto. Son chicos de bajos recursos económicos que en su mayoría provienen de familias dedicadas al comercio y al campo. Ahora, el problema radica en que los niños no han recibido alguna información sobre cómo llevar un buen estilo de vida, una buena alimentación y cuáles serían las consecuencias a largo plazo.	Para poder captar la atención por parte de los participantes, se compararon ideas y algunos mitos sobre las frutas que conocían.	En este apartado, para motivar a los estudiantes en el momento de la sesión se han implementado técnicas como la lluvia de ideas y mencionaron cuales eran sus frutas favoritas, además de los complementos audiovisuales.	El mensaje que los estudiantes van a recibir son conceptos sencillos y fáciles de comprender. Desde saber la importancia de las frutas, la fibra y sobre todo desmentir algunos mitos.	Para poder medir la captación de los estudiantes hacia el tema realizado se realizará de manera grupal actividades como mencionar sus frutas favoritas por color y su beneficio.	Para la evaluación se pedirá a los estudiantes que dibujen cinco frutas favoritas según un color y sus beneficios.
TIEMPO (60 minutos)	5 minutos	15 minutos	40 minutos	15 minutos	15 minutos

PLAN DE SESIÓN 4

TEMA: ¡EL HIERRO! Un gran amigo para nuestra salud

FECHA: 27/09/2021

OBJETIVO ESPECÍFICO: Los estudiantes conocerán y comprenderán al hierro y su importancia en su salud.

FACILITADOR: Richard Wagner Cardenas Romero

LUGAR: Aula de la I.E.P. Amalia del Águila Velásquez

PUBLICO OBJETIVO: estudiantes del sexto grado de primaria de la misma institución

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDO	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	LOGROS EDUCATIVOS
Al finalizar la sesión educativa los estudiantes serán capaces de: <ul style="list-style-type: none"> Objetivo Cognoscitivo: Identificar el hierro y su importancia en la salud y desarrollo de los más jóvenes. Objetivo Procedimental: Crear una lista de alimentos fuente de hierro. Objetivo Valorativo: Comprender la importancia de consumir el hierro de los alimentos para prevenir la anemia y otros problemas de salud. 	<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué es el hierro? ¿Por qué es importante en nuestra salud? ¿En qué alimentos encontramos el hierro? ¿Qué pasaría si tenemos bajo nuestros niveles de hierro? Algunos mitos sobre el hierro Armo mi lista de alimentos fuentes de hierro 	1 hora	Indagación de saberes previos: lluvia de ideas Motivación: identifico los síntomas de la anemia Desarrollo del contenido: exposición de los ítems del tema. Exposición: los estudiantes exponen sus ideas acerca del hierro y los alimentos. Conclusiones: retroalimentación de los aspectos más importantes del tema.	Laptop Diapositivas Proyector Pizarra Plumones	Los logros a esperar por parte de los estudiantes son: <ul style="list-style-type: none"> Comprenden la importancia de consumir alimentos fuentes de hierro para prevenir la anemia y corregimos creencias antiguas sobre el tema. Pueden realizar de manera independiente y/o colectivas prácticas saludables en su hogar. Al conocer los conceptos, existe el compromiso de realizar y compartir sus conocimientos con amigos y familiares.

AAMMEE N° 4

Responsable: Richard Wagner Cardenas Romero

Fecha: 27/09/2021

ANÁLISIS	ATENCIÓN	MOTIVACIÓN	MENSAJE	EJERCICIO	EVALUACIÓN
Son un grupo de estudiantes entre las edades de 11 y 13 años, niños y niñas de la ciudad de Yurimaguas, Loreto. Son chicos de bajos recursos económicos que en su mayoría provienen de familias dedicadas al comercio y al campo. Ahora, el problema radica en que los niños no han recibido alguna información sobre cómo llevar un buen estilo de vida, una buena alimentación y cuáles serían las consecuencias a largo plazo.	Para poder captar la atención por parte de los participantes se compararon ideas iniciales de lo que conocían por hierro en los alimentos y anemia.	En este apartado, para motivar a los estudiantes en el momento de la sesión se han implementado técnicas como la lluvia de ideas	El mensaje que los estudiantes van a recibir son conceptos sencillos y fáciles de comprender. Desde conocer qué es el hierro de los alimentos, en qué nos beneficia hasta sus consecuencias de tener niveles bajos.	Para poder medir la captación de los estudiantes hacia el tema se realizará una lista de alimentos que sí contengan hierro, desde cantidades pequeñas hasta grandes.	Para la evaluación se pedirá a los estudiantes que realicen una lista con dibujos comparando algunos alimentos que contienen y no hierro en su composición.
TIEMPO (60 minutos)	5 minutos	15 minutos	40 minutos	15 minutos	15 minutos

PLAN DE SESIÓN 5

TEMA: ¡Tener un estilo de vida saludable, ayuda a tener un peso saludable!

FECHA: 11/10/2021

OBJETIVO ESPECÍFICO: Los estudiantes conocerán la importancia en la salud de mantener un buen peso de la mano con los estilos de vida saludables.

FACILITADOR: Richard Wagner Cardenas Romero

LUGAR: Aula de la I.E.P Amalia del Águila Velásquez

PUBLICO OBJETIVO: estudiantes del sexto grado de primaria de la misma institución

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDO	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	LOGROS EDUCATIVOS
<p>Al finalizar la sesión educativa los estudiantes serán capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> Objetivo Cognoscitivo: Identificar cuáles son los estilos de vida saludables que mantendrán un buen peso corporal. Objetivo Procedimental: Crear ejemplos de rutina caseros que ayuden a bajar de peso. Objetivo Valorativo: Comprender la importancia de mantener un estilo de vida activa y tener un peso equilibrado. 	<ul style="list-style-type: none"> Estilos de vida saludable=peso saludable ¿Por qué es importante tener un correcto peso corporal? ¿Qué son los estilos de vida saludable? La salud y la actividad física Debo evitar esto para no subir o bajar de peso ¡MUEVETE! Ejercicios que ayudan 	1 hora	<p>Indagación de saberes previos: lluvia de ideas</p> <p>Motivación: Juego de roles</p> <p>Desarrollo del contenido: exposición de los ítems del tema.</p> <p>Exposición: los estudiantes exponen sus ideas acerca de los ejercicios y brindan maneras de cambiar el peso mediante el deporte.</p> <p>Conclusiones: retroalimentación de los aspectos más importantes del tema.</p>	Laptop Diapositivas Proyector Pizarra Plumones	<p>Los logros a esperar por parte de los estudiantes son:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenden la importancia de consumir mantener un peso adecuado y las actividades que fomentan un buen estilo de vida. Pueden realizar de manera independiente y/o colectivas prácticas saludables en su hogar. Al conocer los conceptos, existe el compromiso de realizar y compartir sus conocimientos con amigos y familiares.

AAMMEE N° 5

Responsable: Richard Wagner Cardenas Romero

Fecha: 11/10/2021

ANÁLISIS	ATENCIÓN	MOTIVACIÓN	MENSAJE	EJERCICIO	EVALUACIÓN
<p>Son un grupo de estudiantes entre las edades de 11 y 13 años, niños y niñas de la ciudad de Yurimaguas, Loreto. Son chicos de bajos recursos económicos que en su mayoría provienen de familias dedicadas al comercio y al campo. Ahora, el problema radica en que los niños no han recibido alguna información sobre cómo llevar un buen estilo de vida, una buena alimentación y cuáles serían las consecuencias a largo plazo.</p>	<p>Para poder captar la atención por parte de los participantes se compararon los pesos corporales que poseían en ese momento y se explicó su resultado.</p>	<p>En este apartado, para motivar a los estudiantes en el momento de la sesión se han implementado técnicas el juego de roles.</p>	<p>El mensaje que los estudiantes van a recibir son conceptos sencillos y fáciles de comprender. Desde conocer los pesos corporales saludables como los que no al igual que los estilos de vida que fomentan aspectos saludables diariamente.</p>	<p>Para poder medir la captación de los estudiantes hacia el tema se realizará una lista de ejercicios caseros y estilos de vida que ayuden a mejorar su peso actual.</p>	<p>Para la evaluación se pedirá a los estudiantes que realicen un cuadro en el cual harán sus rutinas y actividades diarias saludables.</p>
TIEMPO (60 minutos)	5 minutos	15 minutos	40 minutos	15 minutos	15 minutos

PLAN DE SESIÓN 6

TEMA: Si no me alimento bien, ¿qué puede pasar? ¿cómo mejorar?

FECHA: 25/10/2021

OBJETIVO ESPECÍFICO: Los estudiantes conocerán la cuales son las enfermedades por la mala alimentación y cómo evitarlos.

FACILITADOR: Richard Wagner Cardenas Romero

LUGAR: Aula de la I.E.P Amalia del Águila Velásquez

PUBLICO OBJETIVO: estudiantes del sexto grado de primaria de la misma institución

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDO	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	LOGROS EDUCATIVOS
<p>Al finalizar la sesión educativa los estudiantes serán capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> Objetivo Cognoscitivo: Identificar cuáles son los potenciales peligros de llevar una mala alimentación y cómo evitarlo. Objetivo Procedimental: Crear diferencias de alimentos buenos y malos y sus pro y contras. Objetivo Valorativo: Comprender la importancia de la buena alimentación y evitar correr peligros a la salud. 	<ul style="list-style-type: none"> Introducción a la mala alimentación Los malos alimentos que vemos diariamente ¿Qué puede pasarme si siempre me alimento mal? ¿Qué puedo hacer para mejorar? Alimentos buenos en el hogar Dibujemos una canasta de mercado 	1 hora	<p>Indagación de saberes previos: lluvia de ideas</p> <p>Motivación: Juguemos al mercado</p> <p>Desarrollo del contenido: exposición de los ítems del tema.</p> <p>Exposición: los estudiantes exponen sus ideas acerca de las diversas enfermedades que conocen y cómo evitarlos.</p> <p>Conclusiones: retroalimentación de los aspectos más importantes del tema.</p>	Laptop Diapositivas Proyector Pizarra Plumones	<p>Los logros a esperar por parte de los estudiantes son:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenden la importancia de evitar alimentos dañinos y sobre aquellos que fomentan la buena salud. Pueden realizar de manera independiente y/o colectivas prácticas saludables en su hogar. Al conocer los conceptos, existe el compromiso de realizar y compartir sus conocimientos con amigos y familiares.

AAMMEE N° 6

Responsable: Richard Wagner Cardenas Romero

Fecha: 25/10/2021

ANÁLISIS	ATENCIÓN	MOTIVACIÓN	MENSAJE	EJERCICIO	EVALUACIÓN
Son un grupo de estudiantes entre las edades de 11 y 13 años, niños y niñas de la ciudad de Yurimaguas, Loreto. Son chicos de bajos recursos económicos que en su mayoría provienen de familias dedicadas al comercio y al campo. Ahora, el problema radica en que los niños no han recibido alguna información sobre cómo llevar un buen estilo de vida, una buena alimentación y cuáles serían las consecuencias a largo plazo.	Para poder captar la atención por parte de los participantes se compararon los pesos corporales que poseían en ese momento y se explicó su resultado.	En este apartado, para motivar a los estudiantes en el momento de la sesión se han implementado técnicas de jugar imaginariamente al mercado donde mencionan que comprarían.	El mensaje que los estudiantes van a recibir son conceptos sencillos y fáciles de comprender. Desde conocer las enfermedades que podemos tener por mala alimentación y cómo evitarlas.	Para poder medir la captación de los estudiantes hacia el tema se realizará un dibujo de una canasta saludable.	Para la evaluación se pedirá a los estudiantes que realicen una lista de compras real sobre alimentos saludables.
TIEMPO (60 minutos)	5 minutos	15 minutos	40 minutos	15 minutos	15 minutos

PLAN DE SESIÓN 7

TEMA: Lo que como y lo que hago, ¿me van a ayudar en la escuela?

FECHA: 08/11/2021

OBJETIVO ESPECÍFICO: Los estudiantes conocerán la importancia de la relación que existe entre el estilo de vida y el rendimiento en la escuela.

FACILITADOR: Richard Wagner Cardenas Romero

LUGAR: Aula de la I.E.P Amalia del Águila Velásquez

PUBLICO OBJETIVO: estudiantes del sexto grado de primaria de la misma institución

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDO	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	LOGROS EDUCATIVOS
Al finalizar la sesión educativa los estudiantes serán capaces de: <ul style="list-style-type: none"> Objetivo Cognoscitivo: Identificar cuáles son los alimentos y actividades que me ayudarán en la escuela. Objetivo Procedimental: Crear una lista de alimentos y actividades que mejoran el aprendizaje. Objetivo Valorativo: Comprender la importancia de la relación estilo de vida (alimentos y actividades diarias) junto al desempeño escolar. 	<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué relación hay entre mi estilo de vida y el desempeño escolar? ¿Qué alimentos y actividades mejoran mi desempeño? ¿Es malo dormir muy tarde? ¿Cómo mejorar mi calidad del sueño? Alimentos que ayudan a mi cerebro Comparo lo que hago y como con mis clases 	1 hora	Indagación de saberes previos: lluvia de ideas Motivación: preguntas y respuestas con premio Desarrollo del contenido: exposición de los ítems del tema. Exposición: los estudiantes exponen sus ideas acerca de la importancia del sueño y la alimentación en relación a su desempeño escolar. Conclusiones: retroalimentación de los aspectos más importantes del tema.	Laptop Diapositivas Proyector Pizarra Plumones	Los logros a esperar por parte de los estudiantes son: <ul style="list-style-type: none"> Comprenden la importancia de valorar el sueño a su edad junto a los alimentos que ayudan sus capacidades. Pueden realizar de manera independiente y/o colectivas prácticas saludables en su hogar. Al conocer los conceptos, existe el compromiso de realizar y compartir sus conocimientos con amigos y familiares.

AAMMEE N° 7

Responsable: Richard Wagner Cardenas Romero

Fecha: 08/11/2021

ANÁLISIS	ATENCIÓN	MOTIVACIÓN	MENSAJE	EJERCICIO	EVALUACIÓN
Son un grupo de estudiantes entre las edades de 11 y 13 años, niños y niñas de la ciudad de Yurimaguas, Loreto. Son chicos de bajos recursos económicos que en su mayoría provienen de familias dedicadas al comercio y al campo. Ahora, el problema radica en que los niños no han recibido alguna información sobre cómo llevar un buen estilo de vida, una buena alimentación y cuáles serían las consecuencias a largo plazo.	Para poder captar la atención por parte de los participantes se compararon los pesos corporales que poseían en ese momento y se explicó su resultado.	En este apartado, para motivar a los estudiantes en el momento de la sesión se han implementado preguntas y respuestas con premio por su participación correcta.	El mensaje que los estudiantes van a recibir son conceptos sencillos y fáciles de comprender. Desde conocer la importancia del sueño y actividades que arruinan su calidad como alimentos que ayudan a su cerebro.	Para poder medir la captación de los estudiantes hacia el tema se realizará un cuadro comparativo de actividades que arruinan la calidad del sueño y su desempeño escolar.	Para la evaluación se pedirá a los estudiantes que realicen una carta de compromiso de dormir temprano firmada por sus padres.
TIEMPO (60 minutos)	5 minutos	15 minutos	40 minutos	15 minutos	15 minutos

PLAN DE SESIÓN 8

TEMA: Mitos y verdades acerca de la alimentación en la selva.

FECHA: 22/11/2021

OBJETIVO ESPECÍFICO: Los estudiantes conocerán la verdad acerca de algunas creencias de la zona sobre la alimentación.

FACILITADOR: Richard Wagner Cardenas Romero

LUGAR: Aula de la I.E.P Amalia del Águila Velásquez

PUBLICO OBJETIVO: estudiantes del sexto grado de primaria de la misma institución

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDO	TIEMPO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	LOGROS EDUCATIVOS
<p>Al finalizar la sesión educativa los estudiantes serán capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> Objetivo Cognoscitivo: Identificar cuáles son los mitos falsos y verdaderos sobre la alimentación en la zona. Objetivo Procedimental: Crear ejemplos de mitos en la pizarra y desmentirlos o no. Objetivo Valorativo: Comprender la importancia de informarse adecuadamente sobre la alimentación y compartirlo con sus familiares y amigos. 	<ul style="list-style-type: none"> Mitos y/o creencias de la alimentación en la selva Desmintiendo algunas creencias Diversidad alimentaria En la selva, se come rico Muchos dicen esto sobre la comida en la selva, ¿será cierto? 	1 hora	<p>Indagación de saberes previos: lluvia de ideas</p> <p>Motivación: cuento mis propias experiencias locales del tema.</p> <p>Desarrollo del contenido: exposición de los ítems del tema.</p> <p>Exposición: los estudiantes exponen sus conclusiones sobre los mitos y el porqué de sus verdades.</p> <p>Conclusiones: retroalimentación de los aspectos más importantes del tema.</p>	Laptop Diapositivas Proyector Pizarra Plumones	<p>Los logros a esperar por parte de los estudiantes son:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprenden la importancia de conocer e investigar adecuadamente acerca de los mitos en la alimentación en la selva. Pueden realizar de manera independiente y/o colectivas prácticas saludables en su hogar. Al conocer los conceptos, existe el compromiso de realizar y compartir sus conocimientos con amigos y familiares.

AAMMEE N° 8

Responsable: Richard Wagner Cardenas Romero

Fecha: 22/11/2021

ANÁLISIS	ATENCIÓN	MOTIVACIÓN	MENSAJE	EJERCICIO	EVALUACIÓN
Son un grupo de estudiantes entre las edades de 11 y 13 años, niños y niñas de la ciudad de Yurimaguas, Loreto. Son chicos de bajos recursos económicos que en su mayoría provienen de familias dedicadas al comercio y al campo. Ahora, el problema radica en que los niños no han recibido alguna información sobre cómo llevar un buen estilo de vida, una buena alimentación y cuáles serían las consecuencias a largo plazo.	Para poder captar la atención por parte de los participantes se compararon los pesos corporales que poseían en ese momento y se explicó su resultado.	En este apartado, para motivar a los estudiantes en el momento de la sesión se pidió a los participantes que comenten sobre aquellos mitos que conocen sobre la alimentación en la selva.	El mensaje que los estudiantes van a recibir son conceptos sencillos y fáciles de comprender. Desde conocer la verdad de los mitos y creencias que se tiene en la selva sobre algunos alimentos.	Para poder medir la captación de los estudiantes hacia el tema se realizará un cuadro de mitos y verdades sobre la alimentación en la selva.	Para la evaluación se pedirá a los estudiantes que comparen los mitos y verdades que conocen y traten de explicar sus motivos y soluciones.
TIEMPO (60 minutos)	5 minutos	15 minutos	40 minutos	15 minutos	15 minutos

ANEXO N° 4. Consentimiento informado del participante.

CONSENTIMIENTO INFORMADO DEL PARTICIPANTE^[1]

Proyecto: “RELACIÓN ENTRE EL CAMBIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE NUTRICIÓN Y EL ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES DURANTE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA NUTRICIONAL EN YURIMAGUAS, LORETO EN EL 2021”

Investigador: RICHARD WAGNER CARDENAS ROMERO

DNI: 73252302

Patrocinador: Universidad Privada del Norte

Dirección: Av. Tingo María 1122 – Breña.

Yo.....
en adelante, el Participante, identificado con DNI/Pasaporte/Cedula, _____ habiendo sido suficientemente informado/a por **RICHARD WAGNER CARDENAS ROMERO**, declaro haber sido informado sobre:

- a. Los objetivos del Proyecto de investigación: *analizar la relación que existe entre el estado de salud y las sesiones educativas, conocer el estado de salud de los hombres y evaluar la importancia de las sesiones educativas sobre nutrición recibidas; que durará: tres meses, y cuenta con un total de participantes de la Institución “Amalia del Águila Velásquez”, así como de la tecnología y metodología a utilizar en el mismo.*
- b. Las tareas por realizar como Participante y sus condiciones.
- c. El procedimiento del estudio.
- d. El uso que se dará a la información obtenida mediante la colaboración del Participante.
- e. El tratamiento y custodia de los datos obtenidos en lo referente a la intimidad del Participante; quedando para todos los efectos anónima y confidencial y acorde a la ley 29733.
- f. Los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición que podré ejercitar mediante solicitud ante el investigador responsable en la dirección de contacto que figura en este documento, sin que ello afecte a la licitud del tratamiento basado en el consentimiento previo a su retirada.
- g. La no transferencia de los datos personales obtenidos en el estudio objeto del proyecto, para estudios diferentes sin mi consentimiento expreso y no lo otorgo en este acto. La gestión de datos es anónima y los datos serán destruidos tras la publicación de resultados y conclusiones.
- h. El derecho a presentar una reclamación sobre el uso de estos datos, ante el Comité de Ética de Investigación de la UPN.

Declaro, que mi participación es totalmente voluntaria.

Declaro, que he leído y conozco el contenido del presente documento, comprendo los compromisos que asumo y los acepto expresamente. Por tanto; firmo este consentimiento informado, por

duplicado, de forma voluntaria para manifestar mi deseo de participar en este estudio relacionado con el Proyecto de investigación.

Al firmar este consentimiento, no renuncio a ninguno de mis derechos. Recibiré una copia de este consentimiento para guardarlo y poder consultarlo en el futuro.

Firma del participante:	Fecha:

Identificación del Grupo/Instituto//Centro/Otros, responsable de la investigación: **RICHARD WAGNER CARDENAS ROMERO**

Dirección de contacto del Investigador responsable de la investigación: **TACNA 437 – YURIMAGUAS, ALTO AMAZONAS, LORETO.**

Correo electrónico: **RWAGNERCR@GMAIL.COM**

número telefónico: **930682419**

Plazo de conservación de los datos: **4 meses** (concordante con el proyecto y periodo de sometimiento de resultados y conclusiones)

El Participante tiene derecho a solicitar al responsable del tratamiento el acceso a los datos personales relativos al interesado, y su rectificación o supresión, o la limitación de su tratamiento, o a oponerse al tratamiento, así como el derecho a la portabilidad de los datos.

Firma del investigador	Fecha:

^[1] Documento elaborado según el Modelo del Manual de Procedimientos para Comités Institucionales de Ética en Investigación en el Perú (p. 36-48)

ANEXO N° 5. Asentimiento informado del participante.**FORMATO DE ASENTIMIENTO INFORMADO**

Te estamos invitando a participar en el proyecto de investigación: "RELACIÓN ENTRE EL CAMBIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE NUTRICIÓN Y EL ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES DURANTE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA NUTRICIONAL EN YURIMAGUAS, LORETO EN EL 2021".

Lo que te proponemos hacer es realizar un cuestionario de manera confidencial, cuya contestación dura aproximadamente quince minutos. Te solicitamos responder sinceramente la información para que la investigación arroje resultados válidos.

Tu participación en este estudio es completamente voluntaria, si en algún momento te negaras a participar o decidieras retirarte, esto no te generará ningún problema, ni tendrá consecuencias a nivel institucional, ni académico, ni social.

El equipo de investigación que dirige el estudio lo conforma: RICHARD WAGNER CARDENAS ROMERO, estudiante de Nutrición y Dietética de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte.

Los resultados podrán ser publicados o presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin revelar datos de identificación. Se mantendrá el cuestionario y en general cualquier registro en un sitio seguro. En bases de datos, todos los participantes serán identificados por su nombre de forma privada entre el participante y el investigador.

Así mismo, declaro que fui informado suficientemente y comprendo que tengo derecho a recibir respuesta sobre cualquier inquietud que tenga sobre dicha investigación, antes, durante y después de su ejecución; que tengo el derecho de solicitar los resultados del cuestionario y que conteste durante la misma. Considerando que los derechos que tengo en calidad de participante de dicho estudio, a los cuales he hecho alusión previamente, constituyen compromisos del equipo de investigación responsable del mismo, permito informar que asiento, de forma libre y espontánea, mi participación en el mismo.

En constancia de lo anterior, firmo el presente documento, en la ciudad de _____, el día _____, del mes _____ de _____

Firma _____

Nombre _____

Documento de identificación No. _____

ANEXO N° 6. Carta de presentación

Yurimaguas, 10 de septiembre del 2021.


Estimada Sra. directora **JUANA DÍAZ ISUIZA**

Es grato dirigirme a su persona para hacerle llegar un cordial saludo; soy **RICHARD WAGNER CARDENAS ROMERO**; estudiante de la carrera de **NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**, Sede **LOS OLIVOS**, de la Universidad Privada del Norte; de la cual tengo el interés de realizar un trabajo de investigación para obtener el título profesional, con información que se solicitará a los trabajadores de su representada.

Es de mencionar, que la Universidad Privada del Norte se encuentra debidamente licenciada, y en cumplimiento de su rol en el ámbito de investigación, ha establecido como líneas de investigación: Tecnologías emergentes. **(1) Salud pública y poblaciones vulnerables**; **(2) Desarrollo sostenible y gestión empresarial**; **(3) Tecnologías emergentes**; las cuales sirven de orientación en los trabajos de investigación que realicen los estudiantes. Asimismo, los resultados del estudio serán comunicados a su empresa a fin de que pueda beneficiar a su organización.

Por lo expuesto, agradeciendo desde ya las facilidades que pueda llegar a brindarme; hago de su conocimiento que, en cumplimiento de los lineamientos de la ética en la investigación, los cuestionarios incluyen el consentimiento informado que se dará a conocer a cada participante antes de dar sus respuestas.

Atentamente,



.....
CARDENAS ROMERO, RICHARD WAGNER



.....
DÍAZ ISUIZA, JUANA