



**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS**

**“RELACIÓN ENTRE CONOCIMIENTOS EN ALIMENTACIÓN  
SALUDABLE Y COMPETENCIAS EN ESTUDIANTES DE  
EDUCACIÓN UNMSM; LIMA 2019”**

**Tesis para optar el Grado académico de:  
Maestro en Educación Superior con mención en Docencia e  
Investigación Universitaria**

Presentado por:

**Lic. FANNY ELIZABETH REQUENA VELA DE GONZALES**  
**(número de ORCID 0000-0002-4230-5844)**

Asesor:

**Mg. MAURICIO ZEBALLOS VELARDE**  
**(número de ORCID 0000-0001-9726-9062)**

**LIMA - PERÚ**

**2020**

## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 18 de mayo 2020

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Mg. Maritza Del Carmen Rosario Milagros Sánchez Perales
Integrante: Mg. Jorge Rodríguez Sosa
Integrante: PhD. Andres Hildebrant Laredo

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

**RELACIÓN ENTRE CONOCIMIENTOS EN ALIMENTACIÓN  
SALUDABLE Y COMPETENCIAS EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN  
UNMSM; LIMA 2019**

Presentada por la estudiante:

**Lic. FANNY ELIZABETH REQUENA VELA DE GONZÁLES**

Para optar el Grado Académico de **Maestro en educación superior con  
mención en docencia e investigación universitaria**

Asesorada por:  
Mg. Mauricio Zeballos Velarde

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiantes en la sustentación, concluyen de manera unánime ( X ) por mayoría simple ( ) calificar a:

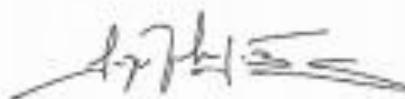
Integrante 1: Lic. FANNY ELIZABETH REQUENA VELA DE GONZALES			Nota (escrito): Dieciocho
Aprobado ( )	Aprobado - Muy buena ( 18 )	Aprobado Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Mg. Rosario Milagros Sanchez Perales

Presidente del Jurado



Mg. Jorge Rodríguez Sosa

Miembro del Jurado



PhD. Andres Hildebrandt

Laredo

Miembro del Jurado



Mg. Mauricio Zeballos

Velando

Autor

## DEDICATORIA

Dedico el presente trabajo de manera muy especial a mis hijos, Eduardo y Jacobo que son y serán mi impulso y mi motivo de superación.

A mi esposo por su permanente demostración de amor y entereza, brindándome su apoyo en todos los retos y circunstancias difíciles.

A mis padres, en especial a mi madre que desde el cielo siempre está conmigo.

A mi familia por ser siempre unida y estar en todo momento.

## Índice General

<b>RESUMEN</b> .....	1
<b>ABSTRACT</b> .....	2
<b>I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	III
<b>II. MARCO TEÓRICO</b> .....	XVI
<b>2.1 COMPETENCIAS EN SALUD Y ALIMENTACIÓN</b> .....	XVI
<b>2.2 ROL DE LAS ESCUELAS EN LA PROMOCIÓN DE LA</b> .....	22
<b>SALUD / EDUCACIÓN PARA LA SALUD</b> .....	22
<b>2.3 CONOCIMIENTOS SOBRE ALIMENTACIÓN / NUTRICIÓN</b> .....	23
<b>EN DOCENTES</b> .....	23
<b>2.4 POLÍTICAS INTERSECTORIALES SALUD / EDUCACIÓN: EN</b> <b>PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN DE LA SALUD Y LA</b> .....	26
<b>ALIMENTACIÓN</b> .....	26
<b>III. OBJETIVOS E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN</b> .....	XXXII
<b>3.1 OBJETIVOS</b> .....	XXXII
3.1.1 Objetivo general .....	XXXII
3.1.2 Objetivos específicos .....	XXXII
<b>3.2 HIPÓTESIS</b> .....	33
<b>IV. METODOLOGÍA</b> .....	XXXIV
<b>4.1 DISEÑO DE ESTUDIO</b> .....	XXXIV
4.1.1 Tipo .....	XXXIV
4.1.2 Enfoque .....	XXXIV
<b>4.1 POBLACIÓN/MUESTRA</b> .....	XXXIV
4.1.1 Criterio de inclusión .....	XXXIV
4.1.2 Criterio de exclusión .....	XXXIV
<b>4.2 VARIABLES</b> .....	35
4.2.1 Variable de trabajo 1 .....	35
4.2.2 Variable de trabajo 2 .....	35
4.2.3 Variable de trabajo 3 .....	35
<b>4.3 TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS</b> .....	36
4.3.1 Técnica .....	36
4.3.2 Cuestionario .....	36
<b>V. RESULTADOS</b> .....	XLI
<b>5.1 REVISIÓN DOCUMENTARIA DEL PLAN DE ESTUDIOS</b> .....	XLI
<b>5.2 DEL DESARROLLO DE LA ENCUESTA</b> .....	43
<b>5.3 ANÁLISIS ESTADÍSTICO</b> .....	45

5.3.1	Objetivos específicos .....	46
5.3.2	Hipótesis .....	50
a)	<b>Especialidad Inicial</b> .....	50
a.1	<b>Competencia Cognitiva</b> .....	50
a.2	<b>Competencia Procedimental</b> .....	51
a.3	<b>Competencia Actitudinal</b> .....	52
b)	<b>Especialidad Primaria</b> .....	53
b.1	<b>Competencia Cognitiva</b> .....	53
b.2	<b>Competencia Procedimental</b> .....	54
b.3	<b>Competencia Actitudinal</b> .....	55
5.3.3	Análisis de las dimensiones según competencias .....	56
a)	<b>Especialidad Inicial</b> .....	56
a.1	<b>Competencia Cognitiva</b> .....	56
a.2	<b>Competencia Procedimental</b> .....	57
a.3	<b>Competencia Actitudinal</b> .....	58
b)	<b>Especialidad Primaria</b> .....	59
b.1	<b>Competencia Cognitiva</b> .....	59
b.2	<b>Competencia Procedimental</b> .....	60
b.3	<b>Competencia Actitudinal</b> .....	61
5.3.4	Puntajes máximos obtenidos por competencia.....	63
a)	<b>Especialidad Inicial</b> .....	63
a.1	<b>Competencia Cognitiva</b> .....	63
a.2	<b>Competencia Procedimental</b> .....	64
a.3	<b>Competencia Actitudinal</b> .....	65
b)	<b>Especialidad Primaria</b> .....	66
b.1	<b>Competencia Cognitiva</b> .....	66
b.2	<b>Competencia Procedimental</b> .....	67
b.3	<b>Competencia Actitudinal</b> .....	68
5.3.5	Preguntas con mayor dificultad.....	69
VI.	<b>DISCUSIÓN</b> .....	LXXII
VII.	<b>CONCLUSIONES</b> .....	LXXIX
VIII.	<b>RECOMENDACIONES</b> .....	LXXXIII
IX.	<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	LXXXV
X.	<b>ANEXOS</b> .....	XCVIII

## Índice de Cuadros

<b>Cuadro 1: Relación de competencias identificadas en la Currículo Nacional de Educación Básica.....</b>	<b>18</b>
<b>Cuadro 2: <i>Descripción de las capacidades a alcanzar en marco de la Competencia “Asume una vida saludable” al término de la etapa escolar.</i></b> .....	<b>19</b>
<b>Cuadro 3: <i>Nivel de avance del desarrollo de capacidades en marco de la competencia “Asume una vida saludable”, según el nivel de estudio.....</i></b>	<b>20</b>
<b>Cuadro 4: <b>Contenidos temáticos propuestos por el MINSA al Sector Educación para la Promoción y Protección de la Alimentación Saludable en las Instituciones Educativas en los niveles de enseñanza inicial y primaria.</b></b> .....	<b>21</b>
<b>Cuadro 5: <b>Dimensiones de Alimentación Saludable y Actividad Física, y competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales a ser evaluadas en el estudio</b></b> .....	<b>38</b>
<b>Cuadro 6: <b>Número de preguntas orientadas a medir las competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales según dimensiones.</b></b> .....	<b>39</b>
<b>Cuadro 7: <b>Cursos relacionados a temas sobre alimentación/nutrición en el Plan de estudios 2013 de las especialidades de inicial y primaria.</b></b> .....	<b>XLI</b>
<b>Cuadro 8: <b>Cursos relacionados a temas sobre alimentación/nutrición en el Plan de estudios 2018 de las especialidades de inicial y primaria</b></b> .....	<b>42</b>
<b>Cuadro 9: <b>Relación de las dimensiones evaluadas en el estudio respecto a los contenidos desarrollados a través de los Planes de Estudio</b></b> .....	<b>43</b>

## Índice de Tablas

<b>Tabla 1: Total de estudiantes encuestados de la Facultad de Educación de la UNMSM según especialidad, 2019.....</b>	<b>43</b>
<b>Tabla 2: Recuento de estudiantes encuestados de la Facultad de Educación de la UNMSM según sexo, 2019.....</b>	<b>44</b>
<b>Tabla 3: Recuento de la fuente de los conocimientos sobre alimentación/nutrición de los estudiantes de la UNMSM, 2019. ....</b>	<b>44</b>
<b>Tabla 4: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Cognitivas de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria, 2019.....</b>	<b>46</b>
<b>Tabla 5: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Cognitiva entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019. ....</b>	<b>47</b>
<b>Tabla 6: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Procedimentales de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria, 2019. ....</b>	<b>48</b>
<b>Tabla 7: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Procedimental entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019. ....</b>	<b>48</b>
<b>Tabla 8: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Actitudinales de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria, 2019.....</b>	<b>49</b>
<b>Tabla 9: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Actitudinal entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019 .....</b>	<b>50</b>

<b>Tabla 10: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Cognitiva de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial, 2019.....</b>	<b>51</b>
<b>Tabla 11: Prueba de t para los puntajes de la Competencia Cognitiva entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial que no recibieron curso de nutrición, 2019 .....</b>	<b>51</b>
<b>Tabla 12: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Procedimental de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial, 2019.....</b>	<b>51</b>
<b>Tabla 13: Prueba de t para los puntajes de la Competencia Procedimental entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial que no recibieron curso de nutrición, 2019 .....</b>	<b>52</b>
<b>Tabla 14: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Actitudinal de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial, 2019.....</b>	<b>52</b>
<b>Tabla 15: Prueba de t para los puntajes de la Competencia Actitudinal entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial que no recibieron curso de nutrición, 2019 .....</b>	<b>52</b>
<b>Tabla 16: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Cognitiva de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria, 2019.....</b>	<b>53</b>
<b>Tabla 17: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Cognitiva entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019 .....</b>	<b>54</b>
<b>Tabla 18: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Procedimental de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria, 2019.....</b>	<b>54</b>

**Tabla 19: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Procedimental entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019** ..... 55

**Tabla 20: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Actitudinal de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria, 2019**..... 55

**Tabla 21: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Actitudinal entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019** ..... 56

**Tabla 22: Porcentaje de respuestas incorrectas obtenidas en la evaluación de dimensiones cognitiva, procedimental y actitudinal obtenidas por los alumnos de las especialidades de inicial y primaria de la UNMSM, 2019.** 71

**Índice de Gráficos**

**Gráfico 1: Puntaje promedio por dimensiones de la Competencia Cognitiva de los estudiantes de la especialidad de inicial de la UNMSM 2019**..... 57

**Gráfico 2: Puntaje promedio por dimensiones de la Competencia Procedimental de los estudiantes de la especialidad de inicial de la UNMSM 2019.** ..... 58

**Gráfico 3: Puntaje promedio por dimensiones de la competencia actitudinal de los estudiantes de la especialidad de inicial de la UNMSM 2019**..... 59

**Gráfico 4: Puntaje promedio por dimensiones de la Competencia Cognitiva de la especialidad de primaria de la UNMSM 2019**..... 60

**Gráfico 5: Puntaje promedio por dimensiones de la competencia procedimental de los estudiantes de Decimo ciclo la especialidad de primaria de la UNMSM 2019**..... 61

**Gráfico 6: Puntaje promedio por dimensiones de la competencia actitudinal de los estudiantes de la especialidad de primaria de la UNMSM 2019..... 62**

**Gráfico 7: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia cognitiva en los alumnos de la especialidad de educación inicial 2019. .. 63**

**Gráfico 8: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia procedimental en los alumnos de la especialidad de educación inicial 2019. .... 64**

**Gráfico 9: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia actitudinal en los alumnos de la especialidad de educación inicial 2019. 65**

**Gráfico 10: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia cognitiva en los alumnos de la especialidad de educación primaria 2019. .... 66**

**Gráfico 11: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia procedimental en los alumnos de la especialidad de educación primaria 2019. .... 67**

**Gráfico 12: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia procedimental en los alumnos de la especialidad de educación primaria 2019. .... 68**

**Índice de Anexos**

**Anexo 1: Matriz de Consistencia y Operalización de variables .....XCVIII**

**Anexo 2: Documentos para la solicitud de autorización para el desarrollo de la encuesta en la UNMSM ..... 101**

**Anexo 3: Consentimiento informado..... 103**

**Anexo 4: Cuestionario ..... 104**

**Anexo 5: Revisión de instrumento por Juicio de Expertos ..... 111**

<b>Anexo 6: Carta de solicitud para la validación de cuestionario en la Facultad de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.....</b>	<b>115</b>
<b>Anexo 7: Resultados de la validación del cuestionario – Alfa de Cronbach .....</b>	<b>116</b>
<b>Anexo 8: Respuestas correctas e incorrectas por cada ítem evaluado ...</b>	<b>117</b>
<b>Anexo 9: Prueba de normalidad de la variable: test de Kolmogorov-Smirnov y de Shapiro-Wilks .....</b>	<b>137</b>
<b>Anexo 10: Puntaje obtenido por competencia por alumno de la especialidad de inicial y primaria de la UNMSM. ....</b>	<b>139</b>

## RESUMEN

**Objetivo:** Establecer el grado de correlación de los conocimientos de alimentación saludable y de actividad física, adquiridos a través del Plan de Estudios las escuelas profesionales de Educación con el desarrollo de competencias cognitivas, procedimental y actitudinales en los estudiantes del último año de Educación de la UNMSM de las especialidades de inicial y primaria.

**Métodos:** El estudio es de tipo No Experimental, de tipo descriptivo correlacional. La técnica utilizada fue de revisión documental y encuesta, cuyo instrumento fue un cuestionario cuya validez fue evaluada por juicio de expertos y cuya confiabilidad se realizó a través del Coeficiente Alfa de Cronbach de 0.82.

**Resultados:** No existe diferencia estadística significativa en las competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales entre los alumnos de las especialidades de inicial y primaria que llevaron los cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no.

**Conclusiones:** Los futuros docentes de la especialidad de inicial y primaria no cuentan con competencias que puedan contribuir con las orientaciones de la Ley N° 30021, así como que favorezca el alcance en los niños de la competencia “Asume una vida saludable” señalada en el Currículo Nacional de Educación Básica y el desarrollo de las orientaciones temáticas del MINSA para la Promoción de la Alimentación Saludable y la Actividad Física en las escuelas.

**Palabras claves:** Plan de estudio, Competencias, futuros docentes, Alimentación saludable y Actividad física.

## ABSTRACT

**Target:** Establish the degree of correlation between healthy eating knowledge and physical activity, acquired through the Curriculum of Professional Schools of Education, with the development of cognitive, procedural and attitudinal skills in students of the last year of UNMSM Education of the initial and primary specialties.

**Methods:** The study is descriptive correlation and non-experimental type. The technique used was a documentary review and a survey, the instrument was a questionnaire which validity was evaluated by an expert board and whose reliability was carried out through the Cronbach's Alpha Coefficient of 0.82.

**Results:** There is no significant statistical difference in cognitive, procedural and attitudinal competencies/skills between students in the initial and primary specialties who took courses related to food/nutrition through the Study Plan and those who did not.

**Conclusions:** Future teachers of the specialty of initial and primary education have no enough skills that can contribute to the guidelines of Law No. 30021, as well as to promote the reach in the children of the contest "Asume una vida saludable" indicated in the National Curriculum of Basic Education and the development of the thematic guidelines of MINSA for the Promotion of Healthy Food and Physical Activity in the schools.

**Keywords:** Curriculum, Study Plan, Competencies, skills, Future Teachers, Healthy Eating and Physical Activity.

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En los últimos años, diversas organizaciones mundiales han mencionado que a nivel mundial se ha observado el incremento del problema del sobrepeso y obesidad de forma general (FAO, FIDA, UNICEF, PMA y OMS, 2018); estimándose que los problemas de sobrepeso y obesidad en la población entre los 6 a 19 años afectan a más de 337 millones de individuos (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2017). En el Perú, para el año 2016, la prevalencia del exceso de peso en niños y adolescentes de 5 a 19 años se estimó en 23.3% (Villena, 2017), siendo especialmente elevada en el grupo de niños entre los 5 a 9 años donde los porcentajes alcanzan el 32,2% (Ministerio de Salud [MINSAL], 2017).

Desde las últimas tres décadas, el Perú ha venido afrontando a través de diversas estrategias y políticas, el desafío de erradicar los dos problemas nutricionales considerados prioritarios en nuestra población infantil, como la desnutrición crónica y la anemia por deficiencia de hierro, que de acuerdo a los resultados de la Encuesta Demográfica y de Salud en el primer semestre del año 2018, la prevalencia en niños menores de 3 años, fueron de 12,2% y 46,6% respectivamente (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2018), cuyas consecuencias están relacionadas al bajo desarrollo cognitivo y al padecimiento de enfermedades crónicas no transmisibles (Palma, 2018), además de afectar el sistema inmunológico, lo que hace propensos a nuestros niños a presentar enfermedades, especialmente de tipo infecciosas.

Por lo que de acuerdo a lo señalado, se evidencia que nuestra población infantil viene presentando paralelamente tres problemas nutricionales derivados de la malnutrición (desnutrición crónica, anemia y el sobrepeso / obesidad) , los cuales sino se atienden a través de políticas adecuadas y articuladas enfocadas en los diferentes aspectos que propicien el desarrollo humano, social y económico de la población (Lamarque y Orden, 2017 p. 172), en el futuro nuestra población adulta presentará mayores indicadores de morbilidad y mortalidad, así como menor capacidad productiva, de educación y de salud en general (Fernández, Martínez, Carrasco y Palma, 2017).

En el año 2013, se publicó la Ley N° 30021 “Ley de Promoción de la Alimentación Saludable para niños, niñas y adolescentes”, orientado a promover la salud pública, a través de la implementación de intervenciones educativas orientadas a reducir los problemas de sobrepeso y obesidad, y otras enfermedades relacionadas en los niños, niñas y adolescentes (Art. 1); y que menciona en sus diversas disposiciones las acciones que el sector Salud y Educación deben implementar para la adecuada promoción de la Alimentación Saludable, cuyos avances en sus inicios fueron limitados y que a partir del año 2017 se viene implementando gradualmente con la publicación de su reglamento y de los parámetros técnicos sobre los contenidos máximos de las sustancias perjudiciales para la salud como el sodio, grasas saturadas, azúcares y grasa trans en los productos industrializados (Decreto Supremo N° 017-2017-SA, 2017); así también en el año 2018 se publicó el manual de advertencias publicitarias, donde se menciona las características de las alertas, empleando el sistema de octógonos, que deben ser impresas en las etiquetas de los productos

que pudieran exceder en los contenidos de estos elementos perjudiciales (Decreto Supremo N° 012 – 2018 – SA, 2018).

En el año 2017, en marco de reducir los niveles desnutrición y anemia infantil, se aprobaron principalmente dos planes sectoriales para el mismo fin, evidenciando la falta de comunicación y articulación entre los sectores del Estado; en el sector Salud se aprobó un plan para la reducción de la anemia en niños menores de 3 años y mujeres en edad fértil, así como la erradicación de la desnutrición crónica en niños menores de 5 años, que se ejecutaría a nivel nacional en el periodo 2017-2021, en donde se establecieron las intervenciones que desarrollaría el sector Salud para la atención preventiva y el tratamiento de la anemia mediante la dosificación de suplementos de hierro en niños y mujeres gestantes (Resolución Ministerial N° 249-2017/MINSA, 2017) y en el Ministerio de Inclusión y Desarrollo Social se aprobó igualmente un plan para la reducción de la anemia y la desnutrición crónica de las niñas y niños menores de 3 años para el mismo periodo que el sector Salud, donde igualmente se estableció las diferentes intervenciones que este sector desarrollaría en los diversos programas que ejecuta, teniendo como meta la reducción al 6% de la Desnutrición Crónica y al 19% de la anemia infantil (Resolución Ministerial N° 112-2017-MIDIS, 2017).

En el año 2018, debido al escaso avance en la solución del problema de la anemia infantil que durante el periodo 2015-2017 se mantuvo en un porcentaje promedio al 43.6%, se aprobó el “Plan Multisectorial de Lucha contra la Anemia” donde se estableció como meta nacional de reducción de la anemia al año 2021

de 43% a 19%, así como también se menciona las acciones estrategias y contribuciones de los quince Ministerios que suscribieron el Plan, donde señala al sector Educación, a través de la intervención de los docentes, encargado de producir cambios positivos en la conducta alimentaria de la población infantil (Decreto Supremo N° 068-2018-PCM, 2018); estableciéndose de esta manera la primera norma integral orientada a la mejora de un problema nutricional con metas y acciones articuladas, que se encuentra en plena ejecución y se espera resultados favorables para el periodo 2019.

El establecimiento de normas orientados a salvaguardar la salud de la población en los últimos años han sido de especial interés del Estado, sobre todo aquellos como consecuencia del déficit alimentario (Desnutrición crónica y Anemia); sin embargo, las estrategias contra el aumento del sobrepeso y la obesidad quedaron relegadas, especialmente por la controversia generada y la oposición de la industria de alimentos, que por diversos medios trataron de justificar el uso de ingredientes (sodio, azúcar, grasas saturadas y grasas trans) que hoy se saben atentan contra la salud de las personas.

Estos problemas nutricionales que presentamos no sólo se deben a la falta o al exceso del consumo de alimentos, sino que como en otras partes del mundo existen factores multicausales, entre las que se encuentra el nivel adquisitivo, la educación, la cobertura de infraestructura y saneamiento, así como ahora también la relación de la alimentación con las ciencias sociales (Diaz y Garcia, 2014), puesto que se habla sobre valores, conocimientos, ideas, etc., que determinan las prácticas alimentarias, que son fundamentales y que implicaría el

conocimiento sobre alimentos, selección de productos, higiene e inocuidad alimentaria, así como otros relacionados, como la actividad física; por lo que los problemas nutricionales deben ser abordados con una visión general a través de estudios referidos al comportamiento alimentario de cada país, para poder así desarrollar mensajes adecuados según sus particularidades.

En este sentido, las políticas implementadas por el Estado Peruano referidas a la nutrición de la población deberían estar orientadas a formar hábitos saludables, paralelo a la viabilidad de la ejecución de diversas estrategias tan necesarias como fortalecer el sistema de abastecimiento de alimentos, asegurar los servicios de agua y saneamiento, implementar con eficiencia actividades de atención y promoción de la salud, etc., así como lo señala la Comisión Multisectorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional [COMSAN], (2015), que en la publicación del Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2015-2021, específicamente en la estrategia 3.2, menciona la necesidad de la “Implementación de políticas públicas de alimentación saludable que incluyan programas de educación alimentario-nutricional en escuelas, universidades...Promover comportamientos y entornos relacionados a una alimentación saludable en las instituciones educativas de inicial, primaria y secundaria” (p. 33); propuesta basada en la premisa, que los niños entre los 3 – 4 años son más receptivos de aprender e incorporar hábitos y conductas, que logran consolidarse entre los 11 – 12 años (Paz-Lugo, 2016; Diaz-Beltrán, 2014), por lo que es necesario que los niños desde edades tempranas adquieran hábitos relacionados con la salud, cuya práctica en un entorno propicio, tendrá

mayor probabilidad de mantenerse a través del tiempo y definirá su conducta sanitaria en la etapa adulta.

En el Perú, los temas de salud, de prevención de enfermedades y la educación alimentaria han estado siempre a cargo del sector Salud a través de las estrategias señaladas en la Atención Primaria de Salud (1982), donde la Educación para la Salud (EpS) está considerada como un proceso primordial, que debe ser ejecutadas de forma continua y permanente para el logro del desarrollo de las personas, familias y comunidad, y que entre los temas abordados se debe tratar la alimentación.

La práctica de EpS vincula especialmente al personal de la salud con la comunidad, orientando sus acciones principalmente a las personas adultas y a los responsables de los niños (padre o madre de familia), teniendo limitado la acción directa con la población infantil por la falta de metodologías didácticas con los que pueda llegar a concretar la adquisición de mensajes en los niños.

Por lo que, para favorecer la formación de hábitos adecuados de alimentación en los niños, su entorno debe propiciar la adquisición de prácticas positivas. La familia es considerada como el principal agente educador; sin embargo, debido a los nuevos roles laborales que asumen sus miembros, en especial las madres, se ha observado que las escuelas se han convertido en los espacios que les brinda a los niños los aprendizajes más básicos para la vida (Troncoso, Doepking y Zúñiga 2013, p. 43), y que el docente se constituye como el principal ejemplo u orientador en lo que se refiere a la adquisición de hábitos y prácticas sociales,

entre ellas la alimentación, ya que brinda a los alumnos a través de una formación integral, las herramientas necesarias para sus proyectos de vida saludable (Aramendi, Bujan y Arburua, 2015), convirtiéndose el maestro de esta manera en un modelo a seguir, siendo decisiva su orientación y práctica en la formación y adquisición de buenos hábitos en los alumnos (Paz-Lugo, 2015).

Es en este sentido, el papel de las escuelas recobra gran importancia, ya que a través de ellas se puede desarrollar intervenciones en relación a la Alimentación Sana y/o Saludable de forma integral dirigido a la comunidad educativa, niños, niñas y adolescentes comprendidos en el rango de edad de 3 a 16 años, así como acciones dirigidas a los padres (Sahota P 2001, citado por Salinas, González, Fretes, Montenegro y Vio del R, 2014); actividades que actualmente se viene realizando en las escuelas peruanas, mediante las jornadas denominadas “Escuelas para padres”, que son reuniones donde un especialista de Salud desarrolla algún tema de importancia, acciones que se han derivado del cumplimiento de las orientaciones dadas en el Proyecto Educativo Nacional al 2021: La Educación que queremos para el Perú (Resolución Suprema N° 001-2007-ED, 2007), y que propició la articulación de los sectores de Educación y Salud.

Sin embargo, la promoción y difusión de temas alimentarios-nutricionales en las aulas implica un reto para el sector Educación y en especial para el personal docente, que aunque en años anteriores estos temas no estaban inmersos en el currículo escolar, han sido desarrollados por los educadores de forma permanente (Salinas et al., 2014), pero ello no implicaba la obtención de

capacidades y/o competencias específicas en los alumnos, como hoy se espera. Por lo que, actualmente en cumplimiento con las normativas y las orientaciones políticas, en las cuales se establece la participación del sector Educación en la reducción de los problemas alimentarios-nutricionales de nuestra población, exige de la comunidad docente mayores competencias en este rubro para su mejor abordaje.

Como se había mencionado, Estado Peruano en el año 2013 aprobó la Ley N° 30021, basada en los acuerdos adoptados por los países miembros de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) sobre las estrategias a tomarse para la reducción del Sobrepeso y Obesidad infantil; que posteriormente, en el año 2014 fueron publicados en el documento denominado, Plan de acción para la prevención de la obesidad en la niñez y la adolescencia, en cuya acción estratégica 2, señala el importante rol de las escuelas, como espacios donde debe favorecer la promoción de la nutrición y de la actividad física a través del desarrollo de programas educativos integrales orientados a la formación de conductas alimentarias saludables, y además donde exista el control del servicio y la venta de alimentos perjudiciales dentro y fuera de su espacio físico (OPS, 2015).

Conociendo el sector Educación las nuevas orientaciones y lo trascendente de su participación en la educación alimentaria-nutricional, en el año 2016 a través de la publicación de la Resolución Ministerial N° 281-2016-MINEDU y posteriormente modificada mediante Resolución Ministerial N° 159-2017-MINEDU, se aprobó el Nuevo Currículo Nacional para la Educación Básica;

donde el Ministerio de Educación incorporó contenidos referentes a alimentación-nutrición y actividad física, la cual se viene implementando de forma gradual desde el año 2017 en sus diferentes niveles de enseñanza (inicial, primaria y secundaria), cuyo propósito es lograr que los alumnos al final de su formación básica alcancen “una vida activa y saludable” (Ministerio de Educación [MINEDU], 2016), entendiéndose como el conjunto de conocimientos, prácticas y actitudes preventivas que los alumnos adquirirán para el cuidado de su salud.

De esta manera, no sólo se pondría en práctica la recomendación de la OPS, sino que también de otras instituciones, que señalan, que para lograr una adecuada alimentación y nutrición de los niños y niñas, la educación en salud debería desarrollarse desde las escuelas (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2017); ya que a través de las ellas y en especial por la acción docente que aplica diversas técnicas y metodologías, tienen por objetivo mejorar conocimientos, actitudes y comportamientos de los alumnos, pudiendo propiciar la adopción de conductas de alimentación saludables en la población estudiantil (Gonzales, 2015; Rosales, 2017).

Sin embargo, ¿qué tan preparados se encuentran nuestros docentes para abordar correctamente temas de alimentación, nutrición y actividad física? ¿poseen los docentes competencias suficientes para desempeñar adecuadamente el rol de promotores de la Alimentación Saludable?, son algunas de las interrogantes que se mantienen de forma permanente en este proceso de

involucrar a los actores de la educación en el ámbito de la Educación para la Salud (EpS).

En estudios desarrollados en España y Portugal, se mencionan que los contenidos impartidos por los docentes de nivel inicial y primaria (prebásica y básica) en relación a la alimentación y nutrición, se dan de forma sesgada, siendo solamente descriptivas, referidas principalmente al tema de los aportes de los diversos nutrientes y su función para el buen funcionamiento del organismo (Rivadulla-López, 2015, 2017), debido principalmente a la poca formación del docente en los diversos temas relacionados a la alimentación, por lo que de acuerdo a Davó-Blanes, García y La Parra (2016) “el profesorado no está familiarizado con la promoción de la salud y le resulta difícil comprender y desarrollar los programas y las intervenciones propuestas”.

En muchos de los países en los cuales ya se vienen implementando la EpS desde las escuelas, donde se aborda los temas de alimentación vienen observando la problemática en la formación de pregrado de los futuros docentes sobre estos temas, considerándolos escasos y de poca relevancia en la formación pedagógica, ya que en muchos casos los cursos referentes a la Alimentación y Nutrición son materias optativas (Torres-García, 2017).

En el Currículo Nacional de Educación Básica peruana, se han identificado 31 competencias que deben alcanzar los alumnos al término de su educación básica, siendo una de ellas “Asume una vida saludable”, para lo cual a través de los Programas Curriculares de los diferentes niveles de enseñanza aprobado a través de la Resolución Ministerial N° 159-2017-MINEDU, se brinda a los

docentes las orientaciones para la implementación de la propuesta pedagógica señalada en el Currículo, para el logro de las capacidades y competencias esperadas en el alumno, sin embargo se desconoce si esto es suficiente.

En el Programa Curricular de Nivel Inicial señala que a través del área de Personal Social se imparten temas relacionados a la salud/alimentación, y que los docentes deben guiar a los niños y niñas en la adopción de prácticas básicas de higiene y cuidado personal hasta el logro de su completa autonomía, así como identifiquen los componentes nutritivos de los alimentos saludables y su relación con el cuidado del medio ambiente (MINEDU 2017a, p. 94); igualmente, en el Programa Curricular de Nivel Primario señala que a través del área de Educación Física es donde el alumno alcanza las competencias esperados entorno a la alimentación y nutrición, a través de la comprensión de la relación entre los conocimientos sobre alimentación, prácticas higiénicas, actividad física y las enfermedades relacionadas (MINEDU 2017b, p. 46); observándose de esta manera que los temas a abordarse son diversos, por lo que los docentes no sólo deben poseer conocimientos profundos de los temas, sino desarrollar correctas prácticas sanitarias y la actitud positiva de fomentarlas.

Cabe señalar, que se desconoce la metodología que el sector Educación empleó para la determinación de las capacidades y competencias que desea lograr en los niños, niñas y adolescentes referentes a la Alimentación Saludable y la Actividad Física; e igualmente, se desconoce si los docentes en ejercicio se encuentran realmente preparados para abordar estos temas, porque son ellos que en la marcha de las disposiciones deben interiorizar la importancia de las

prácticas alimentarias adecuadas y demostrar sus competencias personales en el ejercicio de las mismas.

Adicionalmente a lo señalado, en el año 2019, el sector Salud a través de la Resolución Ministerial N° 195-2019/MINSA, estableció las temáticas respecto a la Alimentación Saludable que deberán desarrollarse en los niveles de enseñanza inicial, primaria y secundaria de las instituciones de Educación Básica, evidenciándose discordancia con el Currículo Nacional de Educación Básica.

Sin embargo, se espera que los docentes pongan de manifiesto sus competencias en alimentación a través de las estrategias didácticas implementadas para la formación de los alumnos, para lo cual deben abordar de forma integral los temas de alimentación en las diversas áreas a través de actividades permanentes que favorezcan la adquisición de hábitos saludables en los alumnos (De la Cruz, 2015, 2018), e igualmente se espera que los estudiantes de educación cercanos a culminar su preparación profesional, se encuentren más familiarizados y preparados en estos temas

Por los motivos expuestos, siendo este tema de importancia en el ámbito de la Salud Pública, en donde expresamente se señala la intervención del sector Educación en la promoción de la Alimentación Saludable y la Actividad Física en la comunidad estudiantil, con el fin de reducir los niveles de sobrepeso y obesidad en este grupo poblacional, y prevenir los altos niveles de morbilidad y mortalidad en la etapa adulta; el presente trabajo está orientado a medir las

competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales en Alimentación Saludable y Actividad Física en los estudiantes del último año de la carrera de educación de la UNMSM, en las especialidades de inicial y primaria, y así conocer el nivel de preparación que poseen los futuros docentes en los temas alimentarios-nutricionales, mediante la resolución de la interrogante ¿Cómo se relaciona los conocimientos de alimentación saludable adquiridos a través del Plan de Estudios con las competencias de los estudiantes del último año de la carrera profesional de educación de las especialidades de inicial y primaria de la UNMSM? y a la vez verificar la incidencia del Plan de estudio de la carrera con el desarrollo de las competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales en los alumnos, con el fin de estimar las posibles mejoras en el programa formativo y así poder contribuir con los objetivos de la Ley N° 30021, a favor de nuestros niños, niñas y adolescentes.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 COMPETENCIAS EN SALUD Y ALIMENTACIÓN

La UNESCO define a las competencias como el conjunto de capacidades adquiridas por el individuo, que le permita pensar, actuar y resolver situaciones complejas, por lo que orienta que los currículums en la educación deben ser implementadas, lo que permitiría dejar de lado el sistema tradicional de la enseñanza teórica y memorista a una donde las vivencias y situaciones de la vida cotidiana se traslade a las aulas.

En los currículums deben identificarse y desarrollarse las competencias que servirán finalmente al individuo a alcanzar su desarrollo personal, así como su inclusión social y su mejor desempeño en el trabajo; por lo que cada competencia está conformada por una serie de conocimientos, prácticas, actitudes, valores, emociones, etc., que para que sean apropiados por los educandos, se deben establecer contenidos adecuados, definiendo la secuencia, el grado de avance según los años o niveles de estudio y la vez sean transversales entre los cursos impartidos en el esquema formativo (Berritzegune, 2008).

Habiéndose implementado entonces el enfoque de competencias en el área educativa como una forma integral de poder formar al individuo para que pueda hacer frente a situaciones cambiantes y complejas de su entorno, y que asegure no sólo su bienestar sino que contribuya al bienestar de la colectividad, se observa su alta complementación con los objetivos de la Promoción de la Salud; justamente porque la educación es uno de las premisas inherentes de la salud,

en el cual se espera que a través de ella las personas adquieran recursos como conocimientos, actitudes y hábitos que les permita resolver problemas de salud, donde las soluciones saludables sean mayormente aplicadas (Torres, Marrero, Navarro y Gavidia, 2018).

Con respecto a determinar que competencias en alimentación se desea alcanzar, se debe desarrollar un diagnóstico de los principales problemas que se observa en la población estudiantil, niños, niñas y adolescentes, considerando sobre todo que estos pueden ser totalmente distintos de acuerdo a cada región o países, por lo que no existe un esquema definitivo de las competencias en salud y alimentación que debe alcanzar la población estudiantil que sirva de referente para cada contexto (España, Cabello y Blanco, 2014; Cabello, 2018).

En el Currículo Nacional de Educación Básica, aprobado en el año 2016, se encuentra basada bajo el enfoque de competencias, identificándose 31 competencias que el alumno debe alcanzar durante todo el periodo escolar (Cuadro 1). De acuerdo al nivel de estudio, en las materias que les corresponde se van a ir trabajando un número determinado de competencias, por ejemplo, en el nivel inicial I, se trabaja 07 competencias, en el Inicial II, 14 competencias, en Primaria, 30 competencias y en Secundaria 31 competencias.

**Cuadro 1: Relación de competencias identificadas en la Currículo Nacional de Educación Básica.**

N°	COMPETENCIAS	INICIAL		PRIMARIA	SECUNDARIA
		I	II		
1	Construye su identidad				
2	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad				
3	<b>Asume una vida saludable</b>				
4	Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices				
5	Aprueba de manera crítica manifestaciones artísticas				
6	Crea proyectos desde los lenguajes artísticos				
7	Se comunica oralmente en lengua materna				
8	Lee diversos tipos de textos escritos en lengua materna				
9	Escribe diversos tipos de textos en lengua materna				
10	Se comunica oralmente en castellano como segunda lengua				
11	Lee diversos tipos de textos escritos en castellano como segunda lengua				
12	Escribe diversos tipos de textos en castellano como segunda lengua				
13	Se comunica oralmente en inglés como lengua extranjera				
14	Lee diversos tipos de textos escritos en inglés como lengua extranjera				
15	Escribe diversos tipos de textos en inglés como lengua extranjera				
16	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común				
17	Construye interpretaciones históricas				
18	Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente				
19	Gestiona responsablemente los recursos económicos				
20	Indaga mediante métodos científicos para construir conocimientos				
21	Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo				
22	Diseña y construye soluciones tecnológicas para resolver problemas de su entorno				
23	Resuelve problemas de cantidad				
24	Resuelve problemas de regularidad, equivalencia y cambio				
25	Resuelve problemas de gestión de datos e incertidumbre				
26	Resuelve problemas de forma, movimiento y localización				
27	Gestiona proyectos de emprendimiento económico o social				
28	Se desenvuelve en entornos virtuales generados por las TIC				
29	Gestiona su aprendizaje de manera autónoma				
30	Construye su identidad como persona humana, amada por Dios, digna, libre y trascendente, comprendiendo la doctrina de su propia religión, abierto al diálogo con las que le son cercanas				
31	Asume la experiencia del encuentro personal y comunitario con Dios en su proyecto de vida en coherencia con su creencia religiosa				

**Nota.** Fuente: Adaptado del Currículo Nacional de Educación Básica (MINEDU 2016)

La competencia N°3, es la relacionada con los temas de Alimentación/Nutrición y Actividad Física, denominada “Asume una vida saludable”, cuyas capacidades que se esperan alcanzar al término de la etapa escolar, se describen en el Cuadro 2.

**Cuadro 2: Descripción de las capacidades a alcanzar en marco de la Competencia “Asume una vida saludable” al término de la etapa escolar.**

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESCRIPCIÓN
Asume una vida saludable	Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene y la salud.	Comprende los procesos vinculados con la alimentación, la postura, la higiene corporal y la práctica de actividad física y cómo estos influyen en el estado de bienestar integral (físico, psicológico y emocional).
	Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	Asume una actitud crítica sobre la importancia de hábitos saludables y sus beneficios vinculados con la mejora de la calidad de vida. Esto supone la planificación de rutinas, dietas o planes que pongan en práctica sus conocimientos sobre alimentación, higiene corporal, posturas y actividad física para la salud según sus propias necesidades, recursos y entorno.

**Nota.** Fuente: Ministerio de Educación (2016). *Currículo Nacional de Educación Básica*

Asimismo, de forma más específica en el Cuadro 3, se muestra el nivel de avance de las capacidades esperadas en marco de la Competencia “Asume una vida Saludable” según el nivel de estudio, evidenciándose que efectivamente esta competencia se desarrolla en los niveles de primaria y secundaria.

En este sentido, al verificar la competencia y las capacidades que se espera adquiera el estudiante en los diferentes niveles de enseñanza, se observa diversos vacíos temáticos que efectivamente aportarían a que el estudiante “Asuma una vida saludable”, como por ejemplo la clasificación de alimentos por su aporte o función biológica, los problemas de salud como anemia, desnutrición, sobrepeso y obesidad, la higiene y lavado de manos, la higiene de los alimentos y su conservación, el consumo de agua segura, la actividad física, etc.

En este sentido, el Ministerio de Salud en el presente año, a través de la R.M. N° 195 – 2019/MINSA, aprueba el documento técnico “Lineamientos para la Promoción y Protección de la Alimentación Saludable en las Instituciones educativas públicas y privadas de la Educación Básica”, donde propone al Sector

Educación el desarrollo de los contenidos temáticos relacionados a la Alimentación/Nutrición y Actividad Física, que se muestran en el Cuadro 4.

**Cuadro 3: Nivel de avance del desarrollo de capacidades en marco de la competencia "Asume una vida saludable", según el nivel de estudio.**

NIVELES	INICIAL		PRIMARIA						SECUNDARIA	
	I	II	III		IV		V		VI	VII
GRADO	AÑOS	AÑOS	1°	2°	3°	4°	5°	6°	1°/2°	3°/4°/5°
	0 - 2	3 - 5								
CAPACIDADES ESPERADAS PARA EL LOGRO DE LA COMPETENCIA "ASUME UNA VIDA SALUDABLE"			Reconoce los alimentos de su dieta familiar y las posturas que son beneficiosas para su salud en la vida cotidiana y en la práctica de actividades lúdicas.	Reflexiona sobre los alimentos saludables de su dieta familiar y de la religión, los momentos adecuados para ingerirlos, la importancia de hidratarse, conociendo las posturas adecuadas en la práctica de actividad física y de la vida cotidiana, que le permiten mayor seguridad a la hora de practicar actividades lúdicas y de la vida cotidiana.	Diferencia los alimentos de su dieta familiar y de su religión que son saludables de los que no lo son, para la práctica de actividad física y de la vida cotidiana.	Selecciona e incorpora en su dieta los alimentos nutritivos y energéticos existentes en su dieta familiar y religión que contribuyen a la práctica de actividad física.	Reflexiona sobre las prácticas alimenticias perjudiciales para el organismo analizando la importancia de la alimentación en relación a su IMC. Identifica posturas y ejercicios contraindicados para la salud en la práctica de actividad física.	Comprende la importancia de la actividad física incorporando la práctica en su vida cotidiana. Previene hábitos perjudiciales para su organismo como el consumo de comida rápida, alcohol, tabaco, drogas, desórdenes alimenticios, entre otros.	Comprende los beneficios que la práctica de actividad física produce sobre su salud, para mejorar su calidad de vida. Conoce su estado nutricional e identifica los beneficios nutritivos y el origen de los alimentos, promueve el consumo de alimentos de su región, analiza la proporción adecuada de ingesta para mejorar su rendimiento físico y mental. Analiza los hábitos perjudiciales para su organismo. Realiza prácticas de higiene personal y del ambiente.	Evalúa sus necesidades calóricas y toma en cuenta su gasto calórico diario, los alimentos que consume, su origen e inocuidad, y las características de la actividad física que practica. Elabora un programa de actividad física y alimentación saludable, interpretando los resultados de las pruebas de aptitud física, entre otras, para mantener y/o mejorar su bienestar.

**Nota.** Fuente: Adaptado del Ministerio de Educación (2016). Currículo Nacional de Educación Básica. Programa curricular de Educación Inicial. Programa curricular de Educación Primaria.

**Cuadro 4: Contenidos temáticos propuestos por el MINSA al Sector Educación para la Promoción y Protección de la Alimentación Saludable en las Instituciones Educativas en los niveles de enseñanza inicial y primaria.**

<b>INICIAL</b>
Hábitos de alimentación en sus actividades cotidianas
Reconocimiento de alimentos de la localidad, revalorando las buenas prácticas alimentarias culturales ancestrales de su localidad.
Momentos de alimentación
Adecuado lavado de las manos para mantenerse sanos
Identificación de los alimentos ricos y nutritivos en la celebración de cumpleaños y festividades (día del maestro, día de la madre, entre otros) realizados en la institución educativa
Reconocimiento de los alimentos y bebidas para prevenir la anemia, el sobrepeso y la obesidad.
Importancia y beneficios de la actividad física

<b>PRIMARIA</b>
Hábitos de alimentación en sus actividades cotidianas
Reconocimiento de los alimentos de la localidad, revalorando las buenas prácticas alimentarias culturales ancestrales de su localidad.
Conociendo sobre los alimentos naturales, procesados y ultra-procesados
Promoción del consumo de alimentos naturales y preparaciones sabrosas y nutritivas en las celebraciones que se desarrollan en las instituciones educativas.
Reconocimiento de los alimentos y bebidas para prevenir la anemia, el sobrepeso y obesidad.
Importancia de incluir diariamente vegetales y frutas en la alimentación
Momentos de alimentación
Lectura y comprensión de las advertencias publicitarias (octógonos negros) de los alimentos procesados
Práctica de higiene e inocuidad de los alimentos y bebidas, manejo del agua segura.
Que es el sobrepeso y obesidad, sus consecuencias para la salud.
Prevención del sobrepeso y obesidad y enfermedades asociadas (diabetes, enfermedades cardiovasculares, presión arterial elevada, cáncer)
Importancia de la creación de espacios de vida y huertos escolares
Importancia y beneficios de la actividad física
Valoración nutricional del escolar: conocer su peso y talla adecuada.
Refrigerio escolar saludable.

**Nota.** Fuente: Ministerio de Salud (2019). *Lineamientos para la Promoción y Protección de la Alimentación Saludable en las Instituciones Educativas públicas y privadas de la Educación Básica.*

## 2.2 ROL DE LAS ESCUELAS EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD / EDUCACIÓN PARA LA SALUD

La Promoción de la salud y la educación para la salud son dos términos altamente estrechos, siendo esta última uno de los instrumentos para el logro de estilos de vida sanos que se encuentra inmerso en el concepto de Promoción de la Salud establecido por la OMS en los años 80, el cual fundamenta el espacio de las Escuelas como el más propicio para el cambio de comportamientos sanos que se mantendrán a lo largo de la vida, siendo necesario establecer el desarrollo de los distintos contenidos temáticos de forma progresiva en la etapa escolar, considerando el proceso de formación y adquisición de responsabilidades en el alumnado, con el fin que adquieran conocimientos, actitudes y prácticas para el logro de su propia salud y de la comunidad (Chamorro, 2010).

Para que se promueva la salud en su amplitud, las escuelas deben contar con:

- 1) Políticas educativas saludables, que incluya en el currículo de educación temáticas que promuevan el desarrollo de prácticas saludables como adecuados hábitos de alimentación y la actividad física entre otros,
- 2) Contar con infraestructura de apoyo para la actividad física, así como facilite la práctica de una alimentación sana y saludable (kioscos y comedores saludables) y
- 3) Participación de la comunidad que favorezca una cultura positiva de la salud (Salinas et al., 2014).

### 2.3 CONOCIMIENTOS SOBRE ALIMENTACIÓN / NUTRICIÓN EN DOCENTES

Actualmente, en diversos países se han establecido distintas políticas públicas en torno de salvaguardar la salud de los niños, en especial de controlar el incremento del sobrepeso y obesidad, creándose sobre todo programas dirigidos a brindar conocimientos y prácticas en relación a la alimentación y la actividad física, siendo los docentes los promotores fundamentales; sin embargo, en los planes de estudio orientadas a la formación de docentes de diversos países, los temas referentes a la Promoción de la Salud y entre ellas la alimentación son optativas; por lo que los docentes consideraban que estos debían ser realizados por personal de salud; pero ante la necesidad social y la generación de estas políticas, los docentes han ido abarcando estos temas en las aulas, a pesar de que muchos de ellos señalan haber adquirido estos conocimientos de forma intuitiva (Talavera y Gavidia, 2013).

En Chile, por ejemplo al identificar la necesidad de formar a los a los futuros docentes en aspectos relativos de la salud y en especial del fomento de estilos de vida saludables, realizaron un estudio sobre la percepción de la inclusión de estos temas en la malla curricular, donde los futuros docentes de niños de preescolar (2-5 años) y del primer ciclo escolar (6-13 años) consideraron necesario desarrollar estos temas dentro de su formación profesional, aunque de forma optativa (Troncoso et al., 2013).

En España, igualmente se desarrolló un estudio con estudiantes de nivel superior de la carrera de pedagogía, donde se encontró que los estudiantes que han

llevado cursos referidos a la alimentación, resuelven mejor la relación de alimento/nutriente que con su función biológica, así como manifiestan que los conocimientos previos sobre alimentación fueron obtenidos de forma extracurricular debido a su interés por mejorar su salud. (Rodrigo, Ejeda y González, 2010).

En otro estudio igualmente desarrollado en España, dirigido a conocer la opinión de los docentes de nivel primario sobre el desarrollo de temas de promoción de la salud en sus aulas, se encontró que los docentes son permisibles a que se incorporen estos temas dentro de la currículum escolar; sin embargo, ellos no se identifican como agentes promotores, por lo que estos temas los consideran secundarios y para el desarrollo de los mismos requieren no solo mejorar su formación, sino también involucrar a otros agentes como el personal sanitario y las familias (Davó-Blanes et al., 2016).

En estudios desarrollados en México, realizados con docentes y futuros docentes de nivel primario, se evidenció que los conocimientos sobre alimentación/nutrición son limitados, y que especialmente son los docentes en ejercicio quienes desarrollan estos temas de forma sesgada, especialmente realizando descriptivamente los diferentes temas contemplados, sin asociar la idea de la alimentación con la nutrición y el bienestar social. Igualmente se menciona, que los docentes en ejercicio son tradicionalistas, enfocados principalmente al desarrollo conceptual de los temas, mientras que los futuros docentes van relacionando los temas de la alimentación con la dimensión ambiental, lo que es considerado como una innovación (Rivadulla, 2015).

Igualmente, en estudios posteriores desarrollado por el mismo autor, en docentes de nivel primario de España y Portugal, encontró que el desarrollo de temas relacionados a la alimentación se basan en concepciones propias y que no relacionan estas temáticas con otros relevantes como la nutrición y la alimentación saludable, considerando necesario que la enseñanza de la alimentación debe estar orientado no sólo en impartir conceptos, sino en justificar los fenómenos y crear comportamientos en el alumnado, haciendo hincapié que la enseñanza de la alimentación no debe basarse ni en creencia ni mitos, sino con una visión crítica y justificada (Rivadulla, 2017).

## 2.4 POLÍTICAS INTERSECTORIALES SALUD / EDUCACIÓN: EN PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN DE LA SALUD Y LA ALIMENTACIÓN

En el año 2005, el MINSA publicó los Lineamientos de Política de Promoción de la Salud, con el objetivo de fomentar prácticas de estilo de vida saludable en la población, señalando en el lineamiento N° 1, el desarrollo de alianzas inter e intrasectoriales para la promoción de la salud, como las coordinaciones con el sector educación y otras instituciones (Resolución Ministerial N° 111-2005/MINSA, 2005).

De esta manera, el MINSA y diversos sectores del Estado desarrollaron de forma conjunta acciones orientadas a la promoción de la salud en la comunidad; sin embargo, la intervención directa y global en la población vulnerable (niños y niñas) fue limitada.

Asimismo, el Sector Educación a través de la R.S. N° 001 – 2007 – ED publicada en el mes de enero del año 2007, aprobó el “Proyecto Educativo Nacional al 2021: La Educación que queremos para el Perú”, donde se estimó entre sus resultados la prioridad de la atención de la primera infancia, indicando el desarrollo de programas intersectoriales de educación familiar para asegurar la mejor crianza de los niños, desarrollando temas de nutrición, crecimiento, seguridad, etc.

Es así, que en el año 2008, el MINSA y el MINEDU, suscriben el Convenio de Cooperación Técnica N°004-2008/MINSA, en cuyo objetivo 4, señala la incorporación de los enfoques de educación para la salud y de promoción de la

salud en ambos sectores, priorizándose acciones de fortalecimiento de capacidades descentralizadas dirigidas al personal docente, coordinadas por el MINSA y con participación de otros sectores como Producción y Agricultura, considerados claves para la valoración y fomento del consumo de productos autóctonos; sin embargo, estas acciones no fueron continuadas por el limitado presupuesto de las instituciones involucradas.

Cabe indicar, que en ese momento los problemas nutricionales con mayor prevalencia en la población infantil eran la desnutrición crónica (deficiencia de la talla para la edad) y la anemia (deficiencia de consumo de alimentos ricos en hierro, en especial las fuentes de origen animal), por lo que en función a estas problemáticas se observa que los Planes de Estudio de los centros técnicos y superiores de formación docente estuvieron orientados a tratar estos temas, según lo señalado en el Diseño Curricular Nacional de Educación Básica Regular aprobado por la R.M N° 0440 – 2008-ED.

En el año 2012, la Dirección de Promoción de la Salud del MINSA en base a los reportes de salud, donde se estimó el creciente avance del sobrepeso y obesidad infantil, establece como una primera estrategia para el control de estos problemas de salud en los niños y niñas, determinar una relación de alimentos saludables que podían expendirse en los quioscos escolares, por lo cual, con la participación de diversos sectores se publicó a través de la R.M. N°908-2012/MINSA la lista de alimentos respectiva, cuya verificación debía estar a cargo del MINEDU, bajo la vigencia del convenio suscrito en el año 2008; sin embargo esta estrategia no tuvo mayor relevancia por las diversas condiciones

que se presentaban en los centros educativos y en especial porque no había sensibilización del consumo de alimentos saludables en la comunidad educativa (directivos, docentes, alumnos y las familias).

De esta manera, en el mes de mayo del año 2013 ante la preocupación no sólo del sector Salud, sino también de organizaciones civiles como la Asociación Peruana de Consumidores (ASPEC) y el Colegio de Nutricionista del Perú, se publicó la ley “Ley de Promoción de la alimentación saludable en niños, niñas y adolescentes” (Ley N° 30021, 2013), donde se reafirma el trabajo coordinado entre los sectores de Educación y Salud para la difusión de prácticas saludables en la comunidad educativa en favor de los niños, niñas y adolescentes.

Sin embargo, para que esta Ley pueda ser implementada debía determinarse los parámetros del contenido máximo de los nutrientes considerados perjudiciales en los alimentos industrializados (sodio, azúcar, grasas trans y grasa saturada), lo que recién fue aprobado y publicado en el año 2017.

Asimismo, paralelamente se establecieron políticas en favor de salvaguardar la salud infantil, publicándose “Ley que declara de prioritario interés nacional la atención integral de salud de los estudiantes de educación básica regular y especial de las instituciones educativas públicas del ámbito del Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma y los incorpora como asegurados del Sistema Integral de Salud (SIS)” (Ley N° 30061, 2013), encomendándose al sector Salud la elaboración del Plan de Salud Escolar ((Art. 2), el cual fue aprobado en el mes de agosto del mismo año a través del D.S. N° 010-2013-SA,

cuyo objetivo fue desarrollar una cultura de salud en la población estudiantil basado en prácticas saludables; identificándose para ello el desarrollo de actividades como la promoción de comportamiento saludables, mediante acciones de capacitación virtual y/o presencial dirigido a los docentes y directivos de las escuelas, en coordinación con el Sector Educación.

Sin embargo, para que se alcancen los objetivos estimados en el Plan de Salud Escolar, se vio por conveniente establecer una iniciativa conjunta donde participen los sectores mencionados en la Ley N° 30061, creándose a través del D.S. N° 034-2014/PCM, la comisión multisectorial de naturaleza permanente para el diseño, seguimiento y evaluación de iniciativas intersectoriales de los sectores de Educación, Salud e Inclusión Social, denominado “Aprende Saludable”, donde no sólo prioriza las acciones identificadas en el Plan de Salud Escolar, sino que también las acciones del MIDIS a través de la distribución de desayunos y/o almuerzos para los estudiantes y la participación de los directivos y docentes en representación del sector Educación.

De esta manera, el sector Salud en coordinación con el sector Educación, desarrollaron acciones educativas para fortalecer las capacidades de los docentes, contemplados sobre todo en sus respectivos presupuestos para la ejecución del programa de actividades anuales, desarrollándose capacitaciones referentes a la prevención de la desnutrición y anemia infantil, enmarcado a los objetivos del Plan Multisectorial de Lucha Contra la Anemia, establecido en el año 2018 y cuya coordinación está a cargo del MIDIS.

Así se observa que la Promoción de la Alimentación Saludable en las escuelas no fue inmediato, puesto que se priorizaron temas de salud de mayor presencia en la población infantil (anemia), a pesar de que en el año 2016 ya se había publicado el Nuevo Currículo de Educación Básica, donde se incluye la competencia “Asume una vida saludable”.

En el año 2017, se publicó los parámetros de la Ley N° 30021, estableciéndose su implementación hasta mediados del año 2019, por lo que el MINEDU convocó a los diferentes sectores que puedan contribuir a los encargos determinados en la Ley, bajo la consideración de que el término “vida saludable”, no sólo es exclusivo a la prevención de la desnutrición infantil, la anemia, el sobrepeso y la obesidad, sino que también está en relación a la valoración de prácticas de consumo de alimentos ancestrales y/o locales, de la sostenibilidad de los recursos naturales, del cuidado del medioambiente, etc., por lo que, a fines del año 2019, a través del D.S. N° 176-2019-PCM se modificó el número de sectores integrantes de la iniciativa “Aprende Saludable”, donde actualmente también participan los sectores de la Producción, Agricultura, Cultura, Medioambiente, Mujer y Poblaciones Vulnerables, y Vivienda.

En este sentido, no se conoce con certeza que competencias poseen los docentes para el desarrollo de los diferentes temas relacionados a la Alimentación Saludable y ahora también a Vida Saludable; sin embargo mediante la reseña desarrollada se evidencia la estrecha relación entre los sectores de Educación y Salud, que durante más de 10 años han desarrollado acciones con el fin de potenciar las capacidades de los docentes, y en especial

en el último año, el sector Educación muestra gran interés de ampliar estas capacidades, mediante la permisibilidad de la intervención de otros sectores, para ejecutar acciones en las escuelas en favor de fomentar Estilos de Vida Saludables.

Por lo que, en este sentido, se hace necesario actualizar los contenidos y la estructura de los temas en los Planes de Estudio de las distintas universidades y centros pedagógicos, para que los futuros docentes puedan contribuir con mayor eficiencia los objetivos trazados en la promoción y educación de la salud.

### III. OBJETIVOS E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

#### 3.1 OBJETIVOS

##### 3.1.1 Objetivo general

Establecer el grado de correlación de los conocimientos de alimentación saludable y de actividad física, adquiridos a través del Plan de Estudios las escuelas profesionales de Educación con el desarrollo de competencias cognitivas, procedimental y actitudinales en los estudiantes del último año de Educación de la UNMSM.

##### 3.1.2 Objetivos específicos

- Determinar el grado de incidencia del Plan de estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias cognitivas sobre alimentación saludable y la actividad física en los alumnos del último año de las especialidades de inicial y primaria.
- Determinar el grado de incidencia del Plan de estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias procedimentales sobre alimentación saludable y la actividad física en los alumnos del último año de las especialidades de inicial y primaria.
- Determinar el grado de incidencia del Plan de estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias actitudinales sobre alimentación saludable y la actividad

- física en los alumnos del último año de las especialidades de inicial y primaria.

### **3.2 HIPÓTESIS**

Los conocimientos de alimentación saludable adquiridos por los estudiantes a través del Plan de Estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM propiciarán el desarrollo de competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales en los estudiantes.

Ho: Los conocimientos de alimentación saludable adquiridos por los estudiantes a través del Plan de Estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM no propicia el desarrollo de competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales.

H1: Los conocimientos de alimentación saludable adquiridos por los estudiantes a través del Plan de Estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM propicia el desarrollo de competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales.

## **IV. METODOLOGÍA**

### **4.1 DISEÑO DE ESTUDIO**

El diseño del presente trabajo es No Experimental, ya que no se pretendió modificar las variables, sino más bien recoger información sobre la población de estudio.

#### **4.1.1 Tipo**

El presente trabajo es de tipo descriptivo correlacional de corte transversal, pues midió la relación entre las variables identificadas en un tiempo determinado.

#### **4.1.2 Enfoque**

El enfoque a empleado fue de tipo mixto (cualitativo y cuantitativo) debido a que las variables fueron ordenadas con valores nominales, ordinales y numéricos.

### **4.1 POBLACIÓN/MUESTRA**

La población estuvo conformada por los alumnos del último año de estudios de la carrera profesional de Educación de las especialidades de inicial y primaria de la UNMSM, siendo en total 66 alumnos (29 de inicial y 37 de primaria).

#### **4.1.1 Criterio de inclusión**

- Alumnos que desean participar en el estudio.

#### **4.1.2 Criterio de exclusión**

- Alumnos que sean padres o madres de familia.
- Alumnos que superen los 30 años de edad.

## **4.2 VARIABLES**

### **4.2.1 Variable de trabajo 1**

- Cursos relacionados a la alimentación/nutrición y la actividad física establecidos en el Plan de Estudios de la carrera profesional de Educación de las especialidades de nivel inicial y primaria.

### **4.2.2 Variable de trabajo 2**

- Competencias cognitivas
- Competencias procedimentales
- Competencias actitudinales.

### **4.2.3 Variable de trabajo 3**

- Edad
- Sexo
- Especialidad (Inicial / Primaria)

Según se detalla en la Matriz de Consistencia y de Operalización de variables en el anexo 1.

### 4.3 TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### 4.3.1 Técnica

##### a. Revisión documentaria

Se realizó la revisión documentaria del Plan de Estudios de la Escuela Profesional de Educación de la UNMSM de los niveles de inicial y primaria sobre las materias en las que se imparten temas relacionados a Alimentación, Nutrición o Estilos de vida saludable, para verificar sus contenidos y su pertinencia respecto a las dimensiones que se han evaluado en el presente estudio.

##### b. Encuesta

Se realizó una encuesta sobre competencias en Alimentación Saludable y Actividad Física a los alumnos del último año de Educación de las especialidades de inicial y primaria de la UNMSM del 03 al 08 de noviembre del 2019, previa autorización de la Escuela Profesional de Educación (Anexo 2); así mismo, se solicitó el permiso correspondiente a los docentes para la aplicación del cuestionario en el intermedio o al final del curso, así como se pidió la colaboración a los alumnos para el desarrollo del cuestionario previa autorización mediante el llenado del formato de consentimiento informado (Anexo 3).

#### 4.3.2 Cuestionario

Para la elaboración del cuestionario primero se determinó los aspectos que se deseaban medir, mediante la revisión del Currículo Nacional de Educación Básica y de los Programas Curriculares de nivel inicial y primaria, se extrajo las competencias y capacidades de forma precisa que deben ser alcanzados por los estudiantes peruanos en torno a la Alimentación Saludable y la Actividad física,

así también se realizó la revisión de las temáticas planteadas por el sector Salud que deben impartirse en los niveles de enseñanza de inicial y primaria, los cuales luego fueron comparados con las dimensiones en Alimentación Saludable y Actividad Física propuesta por el Proyecto Competencias en Salud – COMSAL (Gavidia, 2016), en las que señala las competencias cognitivas, actitudinales y procedimentales que deben adquirir los alumnos en marco de la Alimentación Saludable y la Actividad física al término de la educación obligatoria en España.

Las competencias propuestas en el proyecto COMSAL se estructuran en siete dimensiones o temas que han sido identificados a través de estudios donde evaluaron los factores determinantes del estado alimentario-nutricional de la población española. Las dimensiones que evaluaron están referidas a las prácticas alimentarias, por deficiencia o por exceso; a las prácticas higiénicas-sanitarias en la selección, elaboración y conservación de alimentos causantes de intoxicaciones alimentarias; a la práctica de actividad física y deporte; así como otros temas que son más recurrentes en su población, como desórdenes en la conducta alimentaria y los problemas de alergias (Gavidia, 2016).

Por lo que, en base del análisis de los documentos señalados, e identificando los determinantes de los diferentes problemas alimentarios-nutricionales que afecta a nuestra población, se estableció evaluar la competencia en Alimentación Saludable y Actividad Física en torno a seis dimensiones: Desórdenes de la conducta alimentaria, Malnutrición, Sobrepeso y obesidad, Sedentarismo, Alergias e intolerancias alimentarias, Prácticas higiénicas personales y Consumo de agua segura (Cuadro 5).

**Cuadro 5: Dimensiones de Alimentación Saludable y Actividad Física, y competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales a ser evaluadas en el estudio**

N°	Dimensiones de Alimentación Saludable y Actividad Física	COMPETENCIAS		
		Cognitivas	Procedimentales	Actitudinales
1	Ante los desórdenes de la conducta alimenticia	Alimentos y nutrientes.	Clasificar los alimentos según los principales nutrientes que aportan.	Seleccionar alimentos saludables
		Su función	Análisis crítico de la publicidad	Tomar conciencia de la importancia de una adecuada alimentación
		Dieta equilibrada		
2	Ante la malnutrición	Causas, signos y consecuencias de los principales problemas por deficiencia de nutrientes en los niños.	Consumo de alimentos ricos en nutrientes que previenen las deficiencias nutricionales.	Conciencia de la gravedad de los problemas de malnutrición en niños.
		Alimentos ricos en nutrientes que ayuden a la prevención de la malnutrición	Prácticas adecuadas que favorecen la absorción de nutrientes.	Interés en la prevención de los problemas de malnutrición
3	Ante el sobrepeso y obesidad	Problemas de salud relacionados	Utiliza técnicas culinarias apropiadas para la preparación de alimentos.	Conciencia de la gravedad de los problemas de salud a causa del sobrepeso y obesidad.
4	Ante el sedentarismo	Beneficio de la actividad física	Desarrollo de hábitos de ocio saludables	Valora la importancia del ejercicio físico.
		Consecuencias del sedentarismo	Realiza ejercicios físicos regularmente.	Interés en la promoción del ejercicio físico
5	Ante las infecciones e intoxicaciones alimentarias	Prevención de infecciones e intoxicaciones alimentarias.	Práctica medidas de conservación de alimentos	Valora la importancia de las normas de higiene y la conservación de los alimentos.
		Principales sistemas de conservación de los alimentos.	Manipula alimentos guardando las normas de higiene.	Conciencia de la gravedad de las consecuencias por inadecuadas prácticas de higiene y conservación de alimentos.
6	Ante las prácticas higiénicas personales y consumo de agua segura	Lavado de manos	Practica el lavado de manos	Valora la importancia del lavado de manos para la prevención de enfermedades.
		Métodos para potabilizar el agua	Practica y consume agua segura	Conciencia de la gravedad de las consecuencias por consumo de agua no potable.
				Valora la importancia de la potabilización del agua.

**Nota.** Fuente: Adaptado de Gavidia, V. (2016). *Los ocho ámbitos de la Educación para la Salud en la Escuela*. Valencia: Tirant Humanidades. Recuperado de [https://www.uv.es/comsal/pdf/librocomsal.pdf?sm\\_au\\_=-iVVjJiMZ0J76TNJD](https://www.uv.es/comsal/pdf/librocomsal.pdf?sm_au_=-iVVjJiMZ0J76TNJD)

Asimismo, para la estructuración del cuestionario se revisó el Manual de conocimientos, actitudes y prácticas empleado por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, 2014), para medir las competencias sobre Alimentación Saludable en la comunidad y en donde se encuentra un cuestionario modelo que mide las competencias en dimensiones

similares a los del proyecto COMSAL, cuyas preguntas fueron seleccionadas y adaptadas para emplearlas en el presente estudio.

El cuestionario empleado (Anexo 4), posee en total 58 preguntas dirigidas a medir las competencias en Alimentación Saludable y Actividad Física (Cuadro 6) y 01 pregunta orientada a identificar la incidencia del Plan de Estudios en la adquisición de las competencias. El cuestionario está segmentado en las seis dimensiones descritas, y las preguntas están orientadas a medir las competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales de cada una de ellas.

**Cuadro 6: Número de preguntas orientadas a medir las competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales según dimensiones.**

	DIMENSIONES	COMPETENCIAS			TOTAL
		Cognitiva	Procedimental	Actitudinal	
1	Ante los desórdenes de la conducta alimenticia	3	14	2	19
2	Ante la malnutrición	4	2	2	8
3	Ante el sobrepeso y obesidad	3	3	2	8
4	Ante el sedentarismo	4	2	2	8
5	Ante las infecciones e intoxicaciones alimentarias	3	2	3	8
6	Ante las prácticas higiénicas personales y consumo de agua segura	2	2	3	7
		19	25	14	58

Las respuestas a cada pregunta son de alternativa única o múltiple, cuya valoración es 4= Respuesta correcta o completa, 3= Respuesta incompleta, 2= Respuesta limitada y 1= No responde, desconoce o errada.

Asimismo, para la aplicación del cuestionario, previamente se realizó la revisión por Juicio de Expertos, conformado por cuatro (04) profesionales de Nutrición con experiencia en docencia a nivel superior e investigación en prestigiosas universidades del país y que además poseen experiencia en el campo de la

educación y promoción de la salud dirigida a diversos actores, en especial a educadores.

La calificación promedio obtenida de los resultados de los cuatro expertos, fue de 15.47 considerando este instrumento como Muy Bueno (Anexo 5).

Posteriormente, se realizó la validación del instrumento mediante la aplicación de la encuesta a un público con características similares a la población del estudio, solicitándose para ello el permiso respectivo a la Facultad de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, la cual se realizó en noviembre del año 2018, contando con la participación de 15 alumnas del último año de estudios de la carrera de educación inicial (Anexo 6).

La validez del instrumento se realizó a través del programa estadístico SPSS versión 24, aplicando el coeficiente del alfa de Cronbach, que es un indicador de la consistencia de los ítems del instrumento, cuyos valores van en el rango de 0 al 1, donde los valores “entre 0.70 y 0.90, indica una buena consistencia interna” (González & Santacruz, 2015). En este caso, el resultado de la validación fue de 0.82, por lo que el instrumento pudo ser utilizado para los fines del estudio propuesto (Anexo 7).

## V. RESULTADOS

### 5.1 REVISIÓN DOCUMENTARIA DEL PLAN DE ESTUDIOS

Se realizó la revisión documental del Plan de Estudios (Currículo) de la Escuela Académica Profesional de Educación de la UNMSM, verificando que en la actualidad se encuentran vigentes los Planes de Estudio aprobados en los años 2013 y 2018.

En los Cuadros 7 y 8, se pueden apreciar los cursos en los que se desarrollan temas sobre alimentación/nutrición en los Planes de Estudio de los años 2013 y 2018, tanto para la especialidad de inicial y primaria.

**Cuadro 7: Cursos relacionados a temas sobre alimentación/nutrición en el Plan de estudios 2013 de las especialidades de inicial y primaria.**

EDUCACIÓN INICIAL		EDUCACIÓN PRIMARIA	
CURSO	Atención Integral del Niño	CURSO	Psicología del Desarrollo infantil
CONDICIÓN	OBLIGATORIO	CONDICIÓN	OBLIGATORIO
CÓDIGO	E131101	CÓDIGO	E131202
SEMESTRE	III	SEMESTRE	III
UNIDAD DIDÁCTICA	Nº 3: Crecimiento, desarrollo del niño lactante	UNIDAD DIDÁCTICA	Nº 2: Factores que afectan el desarrollo humano en el niño intermedio
TEMAS TRATADOS	- Nutrición en el niño: importancia de las medidas antropométricas peso y talla del niño.	TEMAS TRATADOS	- Factores que afectan el desarrollo humano: Nutrición y crecimiento en los niños intermedios en el Perú. Anemia. - Desarrollo motor. Desnutrición infantil. - La lonchera nutritiva en las instituciones educativas

**Nota.** Fuente: Adaptado de Universidad Nacional Mayor de San Marcos (2013). *Plan de estudio de la Escuela profesional de Educación*

**Cuadro 8: Cursos relacionados a temas sobre alimentación/nutrición en el Plan de estudios 2018 de las especialidades de inicial y primaria**

EDUCACIÓN INICIAL		EDUCACIÓN PRIMARIA	
CURSO	Psicología del Desarrollo infantil	CURSO	Psicología del Desarrollo infantil
CONDICIÓN	OBLIGATORIO	CONDICIÓN	OBLIGATORIO
CÓDIGO	E181102	CÓDIGO	E181202
SEMESTRE	III	SEMESTRE	III
UNIDAD DIDÁCTICA	Nº 2: Factores que afectan el desarrollo humano en el niño intermedio	UNIDAD DIDÁCTICA	Nº 2: Factores que afectan el desarrollo humano en el niño intermedio
TEMAS TRATADOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Factores que afectan el desarrollo humano: Nutrición y crecimiento en los niños intermedios en el Perú. Anemia.</li> <li>- Desarrollo motor. Desnutrición infantil.</li> <li>- La lonchera nutritiva en las instituciones educativas</li> </ul>	TEMAS TRATADOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Factores que afectan el desarrollo humano: Nutrición y crecimiento en los niños intermedios en el Perú. Anemia.</li> <li>- Desarrollo motor. Desnutrición infantil.</li> <li>- La lonchera nutritiva en las instituciones educativas</li> </ul>
CURSO	Educación para la Salud y primeros auxilios	CURSO	Educación para la Salud y primeros auxilios
CONDICIÓN	COMPLEMENTARIO	CONDICIÓN	COMPLEMENTARIO
TEMAS TRATADOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La salud y sus alteraciones.</li> <li>- Higiene individual, social y ambiental.</li> <li>- Nutrición y reproducción.</li> <li>- Orientaciones para una educación sexual, las emergencias y primeros auxilios.</li> </ul>	TEMAS TRATADOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La salud y sus alteraciones.</li> <li>- Higiene individual, social y ambiental.</li> <li>- Nutrición y reproducción.</li> <li>- Orientaciones para una educación sexual, las emergencias y primeros auxilios.</li> </ul>

**Nota.** Fuente: Adaptado de Universidad Nacional Mayor de San Marcos (2018). *Plan de estudio de la Escuela profesional de Educación.*

Cabe señalar, que los estudiantes encuestados de nivel inicial y primaria afirmaron estar cursando la carrera en función al Plan de Estudios del año 2013.

Realizando la comparación sobre los temas tratados sobre la alimentación/nutrición y actividad física en el Plan de Estudios respecto a las dimensiones que han sido objeto de estudio del presente trabajo (Cuadro 9), se observa, que en el Plan de Estudio para ambas especialidades (Inicial y Primaria), los temas más destacados están relacionados al aspecto nutricional

del niño, especialmente sobre las condiciones de anemia y desnutrición; asimismo, en el nivel de primaria se desarrolla temas de loncheras nutritivas donde se explica la clasificación de los alimentos por su función y naturaleza.

**Cuadro 9: Relación de las dimensiones evaluadas en el estudio respecto a los contenidos desarrollados a través de los Planes de Estudio**

DIMENSIONES SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y ACTIVIDAD FÍSICA	TEMAS TRATADOS EN EL PLAN DE ESTUDIOS 2013	
	INICIAL	PRIMARIA
Ante los desórdenes de la conducta alimenticia		SI (Lonchera Nutritiva: Clasificación de alimentos)
Ante la malnutrición	SI (Desnutrición infantil)	SI (Desnutrición infantil y anemia)
Ante el sobrepeso y obesidad		
Ante el sedentarismo		
Ante las infecciones e intoxicaciones alimentarias		
Ante las prácticas higiénicas personales y consumo de agua segura		

## 5.2 DEL DESARROLLO DE LA ENCUESTA

Se aplicó el cuestionario a 25 y a 34 alumnos de la escuela profesional de educación de las especialidades de inicial y primaria respectivamente, que corresponde al 86% y 91.9%, del total de alumnos de las especialidades señaladas. Al aplicarse los criterios de inclusión y exclusión, se obtuvo al final 51 cuestionarios válidos, 20 de la especialidad de inicial y 31 de la especialidad de primaria (Tabla 1).

**Tabla 1: Total de estudiantes encuestados de la Facultad de Educación de la UNMSM según especialidad, 2019**

		Recuento	% de N columnas
ESPECIALIDAD	Inicial	20	39,2%
	Primaria	31	60,8%
	Total	51	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Siendo el 90.2% (46) de los encuestadas mujeres y el resto 9.8% (5) varones (Tabla 2)).

**Tabla 2: Recuento de estudiantes encuestados de la Facultad de Educación de la UNMSM según sexo, 2019.**

		Recuento	% de N columnas
SEXO	Hombre	5	9,8%
	Mujer	46	90,2%
	Total	51	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo a los resultados de la pregunta 59, sobre donde consideran ellos haber obtenido conocimientos en alimentación/nutrición, se tuvo que sólo 5 alumnos de ambas especialidades mencionan haberlos obtenidos a través de los cursos llevados en la universidad (Tabla 3).

**Tabla 3: Recuento de la fuente de los conocimientos sobre alimentación/nutrición de los estudiantes de la UNMSM, 2019.**

		Recuento	% de N columnas
Los conocimientos sobre alimentación/nutrición que tiene son debidos a:	No tengo ningun conocimiento	1	2,0%
	Cursos en la universidad	5	9,8%
	Lectura de revistas o libros especializadas/os en el tema	9	17,6%
	Lectura de revistas de caracter general con contenidos en alimentacion	21	41,2%
	Programas de televisión, documentales, etc	11	21,6%
	Otros	4	7,8%
	Total	51	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Para fines de este estudio, para la medición de las competencias, se realizó primero la separación de los alumnos según la especialidad que cursan y luego la comparación de los resultados obtenidos entre los alumnos que mencionan haber recibido cursos en relación a la alimentación/nutrición con los que no.

Para la adecuada evaluación de las competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales, objeto del presente estudio, se contabilizaron sólo las respuestas correctas o completas a las que se les asignó puntuación 4 (Anexo 8).

### 5.3 ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Para el estudio de la posible asociación de las variables cuantitativas y categóricas, se empleó el t de Student, partiendo siempre de la independencia de las variables, realizándose los test de normalidad de la variable dependiente a través del test de Kolmogorov-Smirnov y el test de Shapiro-Wilks (Anexo 9), así como el test de homogeneidad de varianzas a través del test de Levene, cumpliéndose con los criterios para el uso de este estadígrafo.

Los resultados fueron obtenidos con el programa estadístico SPSS versión 24, utilizándose un nivel de significancia de 0.05.

### 5.3.1 Objetivos específicos

**Objetivo específico 1:** Determinar el grado de incidencia del Plan de estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias cognitivas sobre alimentación saludable y la actividad física en los alumnos del último año de las especialidades de inicial y primaria.

Se midió la competencia cognitiva a través de la aplicación de 19 preguntas orientadas a medir el nivel de conocimiento de aspectos relacionados a las dimensiones sobre Alimentación Saludable y Actividad Física descritas en el Cuadro 5.

Realizándose la evaluación estadística al total de encuestas válidas, se observa que sólo basándose en la media del puntaje obtenido entre los que llevaron algún curso referido a la nutrición a través del Plan de Estudios y los que no, se puede determinar que no habría diferencia (Tabla 4).

*Tabla 4: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Cognitivas de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria, 2019.*

CURSO_NUTRICION		N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Cognitiva	SI	5	47,2000	16,08415	7,19305
	NO	46	49,9565	9,31178	1,37295

Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, se aplicó la prueba de Levene, el cual indica si podemos suponer o no varianzas iguales entre ambos grupos. En este caso, la probabilidad asociada al estadístico Levene fue mayor a 0.05, suponiendo varianzas iguales; por lo que

se empleó la significancia bilateral cuyo valor fue 0.562, indicando que no hay diferencia estadística significativa en las competencias cognitivas entre los alumnos que llevaron los cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no (Tabla 5).

**Tabla 5: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Cognitiva entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019.**

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias					95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Cognitiva	Se asumen varianzas iguales	1,556	,218	-,583	49	,562	-2,75652	4,72653	-12,25483	6,74179
	No se asumen varianzas iguales			-,376	4,296	,724	-2,75652	7,32291	-22,54701	17,03396

Fuente: Elaboración propia.

**Objetivo específico 2:** Determinar el grado de incidencia del Plan de estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias procedimentales sobre alimentación saludable y la actividad física en los alumnos del último año de las especialidades de inicial y primaria.

Se midió la competencia procedimental a través de la aplicación de 25 preguntas orientadas a medir el nivel de práctica o hábitos relacionados a las dimensiones sobre Alimentación Saludable y Actividad Física descritas en el Cuadro 5.

Realizándose la evaluación estadística al total de encuestas válidas, se observa que sólo basándose en la media del puntaje obtenido entre los que llevaron algún curso referido a la nutrición a través del Plan de Estudios y los que no, se puede determinar que no habría diferencia (Tabla 6).

**Tabla 6: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Procedimentales de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria, 2019.**

	CURSO_NUTRICION	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Procedimental	SI	5	71,6000	6,76757	3,02655
	NO	46	72,8261	7,23358	1,06653

Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, se aplicó la prueba de Levene, el cual indica si podemos suponer o no varianzas iguales entre ambos grupos. En este caso, la probabilidad asociada al estadístico Levene fue mayor a 0.05, suponiendo varianzas iguales; por lo que se empleó la significancia bilateral cuyo valor fue 0.719, indicando que no hay diferencia estadística significativa en las competencias procedimentales entre los alumnos que llevaron los cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no (Tabla 7).

**Tabla 7: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Procedimental entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019.**

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
Procedimental	Se asumen varianzas iguales	,005	,946	-,362	49	,719	-1,22609	3,38885	-8,03624	5,58407
	No se asumen varianzas iguales			-,382	5,048	,718	-1,22609	3,20897	-9,45137	6,99920

Fuente: Elaboración propia.

**Objetivo específico 3:** Determinar el grado de incidencia del Plan de estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias actitudinales sobre alimentación saludable y la actividad física en los alumnos del último año de las especialidades de inicial y primaria.

Se midió la competencia actitudinal a través de la aplicación de 14 preguntas orientadas a medir el nivel de compromiso e importancia sobre los aspectos relacionados a las dimensiones sobre Alimentación Saludable y Actividad Física descritas en el Cuadro 5.

Realizándose la evaluación estadística al total de encuestas válidas, se observa que sólo basándose en la media del puntaje obtenido entre los que llevaron algún curso referido a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudios y los que no, se puede determinar que no habría diferencia (Tabla 8).

*Tabla 8: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Actitudinales de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria, 2019.*

	CURSO_NUTRICION	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Actitudinal	SI	5	36,0000	14,96663	6,69328
	NO	46	49,7391	5,37664	,79274

Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, se aplicó la prueba de Levene, el cual indica si podemos suponer o no varianzas iguales entre ambos grupos. En este caso, la probabilidad asociada al estadístico Levene fue menor a 0.05, suponiendo varianzas diferentes; y se empleó la significancia bilateral cuyo valor fue 0.109, indicando que no hay diferencia estadística significativa en las competencias actitudinales entre los

alumnos que llevaron los cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no (Tabla 9).

**Tabla 9: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Actitudinal entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019**

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias					95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Actitudinal	Se asumen varianzas iguales	29,119	,000	-4,357	49	,000	-13,73913	3,15301	-20,07534	-7,40292
	No se asumen varianzas iguales			-2,038	4,113	,109	-13,73913	6,74006	-32,25162	4,77336

Fuente: Elaboración propia.

### 5.3.2 Hipótesis

#### a) *Especialidad Inicial*

Fueron 20 los cuestionarios válidos que se obtuvieron de la especialidad de inicial, pero sólo en uno se menciona que se llevó algún curso de nutrición en la universidad a través del Plan de Estudio. En este caso se realizó la prueba t para saber si hay alguna diferencia entre el que manifiesta haber llevado algún curso relacionado con la alimentación/nutrición y los que no, para lo cual se comparó los puntajes obtenidos de cada competencia con el obtenido por el que llevo el curso.

#### a.1 Competencia Cognitiva

El estadístico de la prueba t fue de -4.514 y su nivel de significancia fue menor a 0.05, lo que determina que existe diferencia estadísticamente significativa entre el puntaje de la competencia cognitiva entre los que no llevaron el curso referido a la alimentación/nutrición de la especialidad de inicial y el único que sí lo hizo (Tabla 10 y 11).

**Tabla 10: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Cognitiva de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial, 2019**

	CURSO_NUTRICION	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Cognitiva	SI	1	58,0000	.	.
	NO	19	50,8947	6,67412	1,53115

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 11: Prueba de t para los puntajes de la Competencia Cognitiva entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial que no recibieron curso de nutrición, 2019**

Valor de prueba = 58						
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
					Inferior	Superior
Cognitiva	-4,514	19	,000	-6,75000	-9,8799	-3,6201

Fuente: Elaboración propia.

## a.2 Competencia Procedimental

El estadístico de prueba t fue de 4.964 y el nivel de significancia fue menor a 0.05, que determina que existe diferencia estadísticamente significativa entre el puntaje de la competencia procedimental entre los que no llevaron el curso referido a la alimentación/nutrición de la especialidad de inicial y el único que sí lo hizo (tabla 12 y 13)

**Tabla 12: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Procedimental de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial, 2019**

	CURSO_NUTRICION	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Procedimental	SI	1	67,0000	.	.
	NO	19	74,3158	6,20978	1,42462

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 13: Prueba de t para los puntajes de la Competencia Procedimental entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial que no recibieron curso de nutrición, 2019**

Valor de prueba = 67						
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
					Inferior	Superior
Procedimental	4,964	19	,000	6,95000	4,0195	9,8805

Fuente: Elaboración propia.

### a.3 Competencia Actitudinal

El estadístico de prueba t fue de 2.259 y su nivel de significancia fue menor a 0.05, lo que determina la diferencia estadísticamente significativa entre el puntaje de la competencia actitudinal de los que no llevaron el curso referido a la alimentación/nutrición de la especialidad de inicial y el único que sí lo hizo (Tabla 14 y 15)

**Tabla 14: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Actitudinal de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial, 2019.**

CURSO_NUTRICION		N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Actitudinal	SI	1	48,0000	.	.
	NO	19	50,5263	4,84617	1,11179

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 15: Prueba de t para los puntajes de la Competencia Actitudinal entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de inicial que no recibieron curso de nutrición, 2019**

Valor de prueba = 48						
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
					Inferior	Superior
Actitudinal	2,259	19	,036	2,40000	,1766	4,6234

Fuente: Elaboración propia

## b) Especialidad Primaria

Fueron 31 los cuestionarios válidos que se obtuvieron de la especialidad de primaria, en los cuales sólo cuatro alumnos mencionan que llevaron algún curso de nutrición en la universidad a través del Plan de Estudio. Por lo que se realizó la prueba t para saber si hay alguna diferencia entre los que manifiestan haber llevado algún curso relacionado con la alimentación/nutrición y los que no, para lo cual se comparó los puntajes obtenidos de cada competencia con los obtenidos por los que llevaron el curso.

### b.1 Competencia Cognitiva

Observando la media del puntaje obtenido en las preguntas que miden la competencia cognitiva en los estudiantes de la especialidad de primaria, se deduce que no habría diferencia entre los alumnos que llevaron cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no (Tabla 16).

*Tabla 16: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Cognitiva de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria, 2019.*

	CURSO_NUTRICION	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Cognitiva	SI	4	44,5000	17,21434	8,60717
	NO	27	49,2963	10,86920	2,09178

Fuente: Elaboración propia.

Aplicando la probabilidad asociada al estadístico Levene, observamos que esta es mayor a 0.05, suponiendo varianzas iguales, por lo que al emplear la significancia bilateral que tuvo un valor de 0.450, determinó que no hay diferencia estadística significativa en las competencias cognitivas entre los alumnos que

llevaron los cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no (Tabla 17).

**Tabla 17: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Cognitiva entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019**

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
Cognitiva	Se asumen varianzas iguales	,991	,328	-,766	29	,450	-4,79630	6,26112	-17,60173	8,00913
	No se asumen varianzas iguales			-,541	3,363	,622	-4,79630	8,85770	-31,33804	21,74544

Fuente: Elaboración propia.

## b.2 Competencia Procedimental

Observando la media del puntaje obtenido en las preguntas que miden la competencia procedimental en los estudiantes de la especialidad de primaria, se deduce que no habría diferencia entre los alumnos que llevaron cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no (Tabla 18).

**Tabla 18: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Procedimental de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria, 2019**

		CURSO_NUTRICION	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Procedimental	SI		4	72,7500	7,22842	3,61421
	NO		27	71,7778	7,81681	1,50435

Fuente: Elaboración propia.

Aplicando la probabilidad asociada al estadístico Levene, observamos que esta es mayor a 0.05, suponiendo varianzas iguales, por lo que al emplear la significancia bilateral cuyo valor fue de 0.817, se determinó que no hay diferencia estadística significativa en las competencias procedimentales entre los alumnos

que llevaron los cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no (Tabla 19).

**Tabla 19: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Procedimental entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019**

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
Procedimental	Se asumen varianzas iguales	,085	,773	,234	29	,817	,97222	4,15642	-7,52861	9,47306
	No se asumen varianzas iguales			,248	4,115	,816	,97222	3,91479	-9,77793	11,72238

Fuente: Elaboración propia.

### b.3 Competencia Actitudinal

Observando la media del puntaje obtenido en las preguntas que miden la competencia actitudinal en los estudiantes de la especialidad de primaria, se deduce que habría diferencia entre los alumnos que llevaron cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no (Tabla 20).

**Tabla 20: Estadísticas descriptivas del puntaje de las Competencias Actitudinal de los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria, 2019.**

CURSO_NUTRICION		N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Actitudinal	SI	4	33,0000	15,44884	7,72442
	NO	27	49,1852	5,74481	1,10559

Fuente: Elaboración propia.

Aplicando la probabilidad asociada al estadístico Levene, observamos que esta es menor a 0.05, suponiendo varianzas diferentes, y al emplear la significancia bilateral su valor fue de 0.126, determinó que no hay diferencia estadística significativa en las competencias actitudinales entre los alumnos que llevaron

cursos relacionados a la alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio y los que no (Tabla 21).

**Tabla 21: Prueba de muestras independientes para los puntajes de la Competencia Actitudinal entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019**

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
Actitudinal	Se asumen varianzas iguales	21,921	,000	-4,100	29	,000	-16,18519	3,94714	-24,25799	-8,11238
	No se asumen varianzas iguales			-2,074	3,124	,126	-16,18519	7,80314	-40,46974	8,09937

Fuente: Elaboración propia.

### 5.3.3 Análisis de las dimensiones según competencias

#### a) Especialidad Inicial

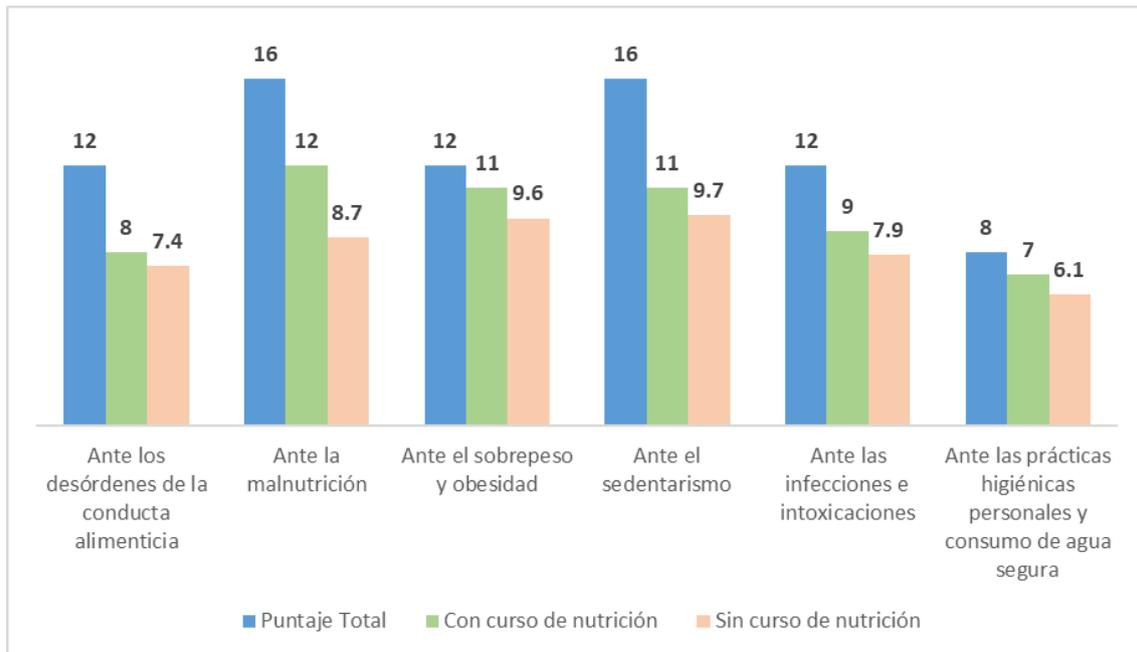
##### a.1 Competencia Cognitiva

El puntaje total del logro de la competencia es de 76, observándose que el alumno que menciona haber llevado un curso referido a alimentación/nutrición obtuvo un puntaje de 59 y de aquellos que no llevaron ningún curso, el puntaje promedio de 49.4.

En el Gráfico 1, se puede apreciar que en las dimensiones: Ante el Sobrepeso y obesidad, Ante las infecciones e intoxicaciones y Ante las prácticas higiénicas personales y consumo de agua segura, la brecha del que llevó el curso, como los que no respecto al puntaje idóneo es menor; así como para ambos casos en la dimensión Ante los desórdenes de la conducta alimentaria, Ante la

malnutrición y Ante el sedentarismo, los puntajes obtenidos presentan la mayor brecha.

**Gráfico 1: Puntaje promedio por dimensiones de la Competencia Cognitiva de los estudiantes de la especialidad de inicial de la UNMSM 2019.**



Fuente: Elaboración propia.

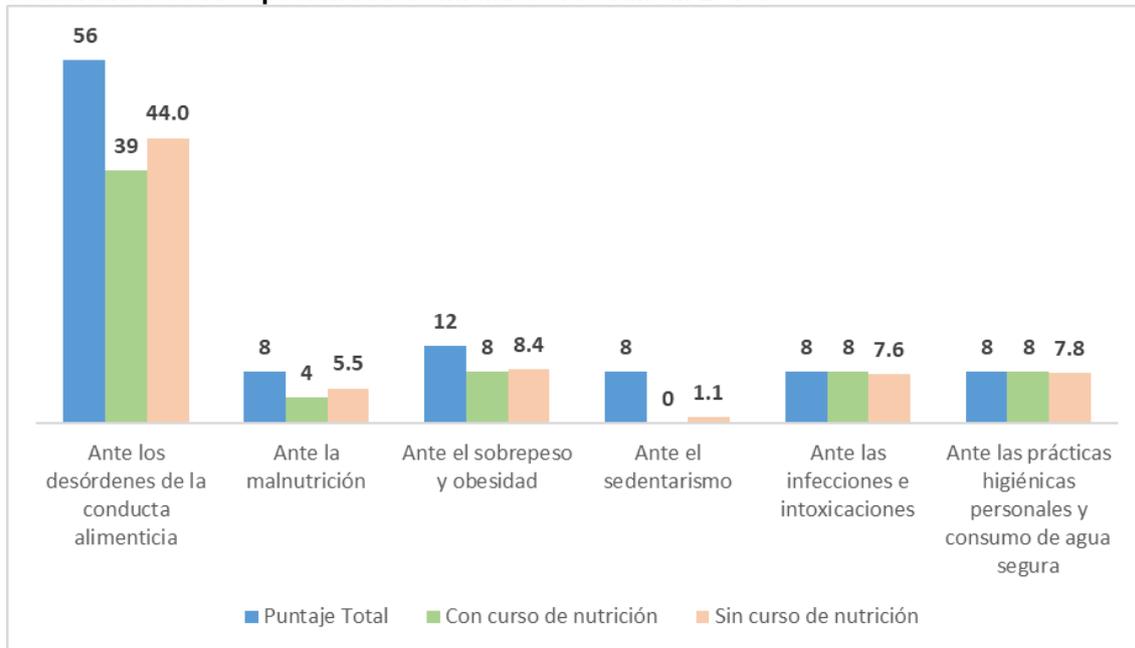
## a.2 Competencia Procedimental

El puntaje total del logro de la competencia es de 100, observándose que el alumno que menciona haber llevado un curso referido a alimentación/nutrición obtuvo un puntaje de 67 y de aquellos que no llevaron ningún curso, el puntaje promedio de 74.4.

En el Gráfico 2, se puede apreciar que en las dimensiones: Ante las Infecciones e Intoxicaciones, y Ante las prácticas higiénicas personales y consumo de agua segura, la brecha del que llevó el curso como los que no, respecto al puntaje

idóneo es menor; así como para ambos casos en la dimensión Ante el sedentarismo, los puntajes obtenidos presentan la mayor brecha.

**Gráfico 2: Puntaje promedio por dimensiones de la Competencia Procedimental de los estudiantes de la especialidad de inicial de la UNMSM 2019.**



Fuente: Elaboración propia.

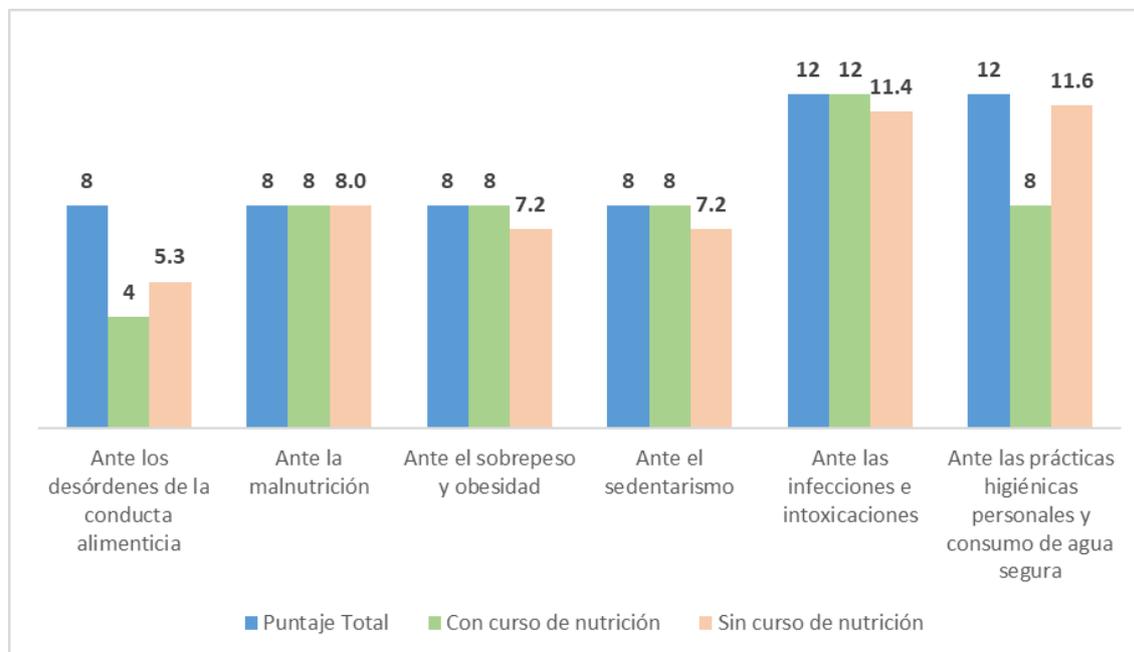
### a.3 Competencia Actitudinal

El puntaje total del logro de la competencia es de 56, observándose que el alumno que menciona haber llevado un curso referido a alimentación/nutrición obtuvo un puntaje de 48 y de aquellos que no llevaron ningún curso, el puntaje promedio de 50.7.

En el Gráfico 3, se puede apreciar que en las dimensiones: Ante la Malnutrición, Ante el Sobrepeso y Obesidad, Ante el sedentarismo y Ante las Infecciones e Intoxicaciones, la brecha del que llevó el curso como los que no, respecto al puntaje idóneo es menor; así como para ambos casos en la dimensión Ante los

desórdenes de la conducta alimentaria y Ante las prácticas higiénicas personales y consumo de agua segura, los puntajes obtenidos presentan la mayor brecha.

**Gráfico 3: Puntaje promedio por dimensiones de la competencia actitudinal de los estudiantes de la especialidad de inicial de la UNMSM 2019.**



Fuente: Elaboración propia.

## **b) Especialidad Primaria**

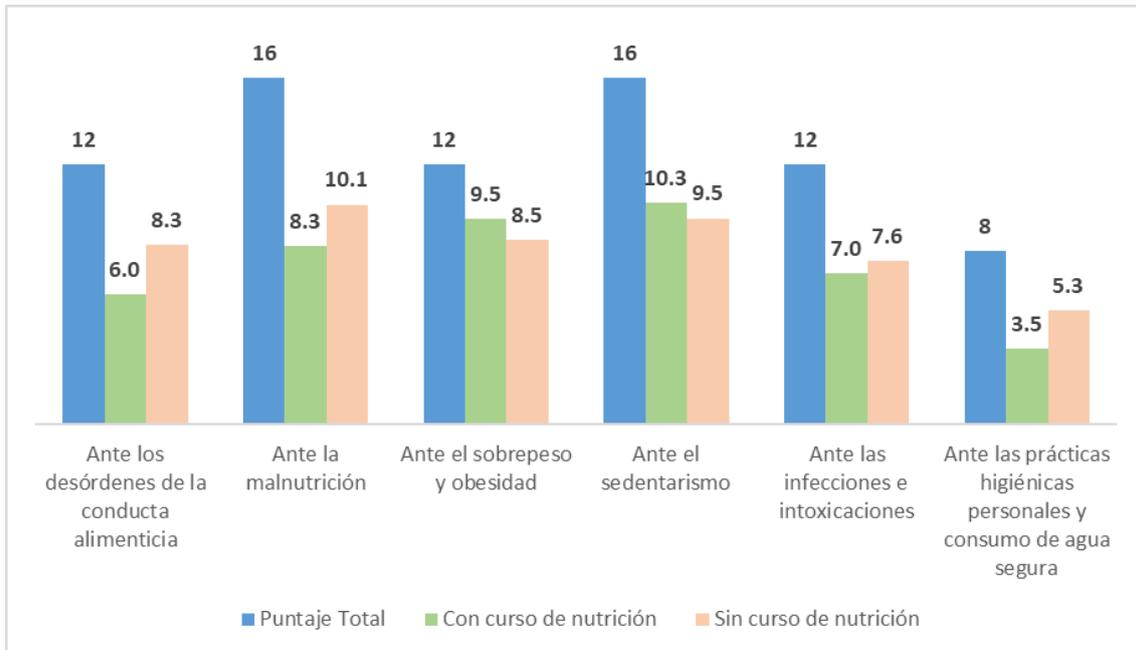
### **b.1 Competencia Cognitiva**

El puntaje total del logro de la competencia es de 76, observándose que los alumnos que mencionan haber llevado un curso referido a alimentación/nutrición obtuvieron un puntaje de 44.6 y de aquellos que no llevaron ningún curso, el puntaje promedio de 49.3.

En el Gráfico 4, se puede apreciar que en la dimensión Ante el Sobrepeso y obesidad, la brecha de los que llevaron el curso, como los que no respecto al

puntaje idóneo es menor; así como para ambos casos en el resto de dimensiones, se observa una mayor brecha.

**Gráfico 4: Puntaje promedio por dimensiones de la Competencia Cognitiva de la especialidad de primaria de la UNMSM 2019.**



Fuente: Elaboración propia.

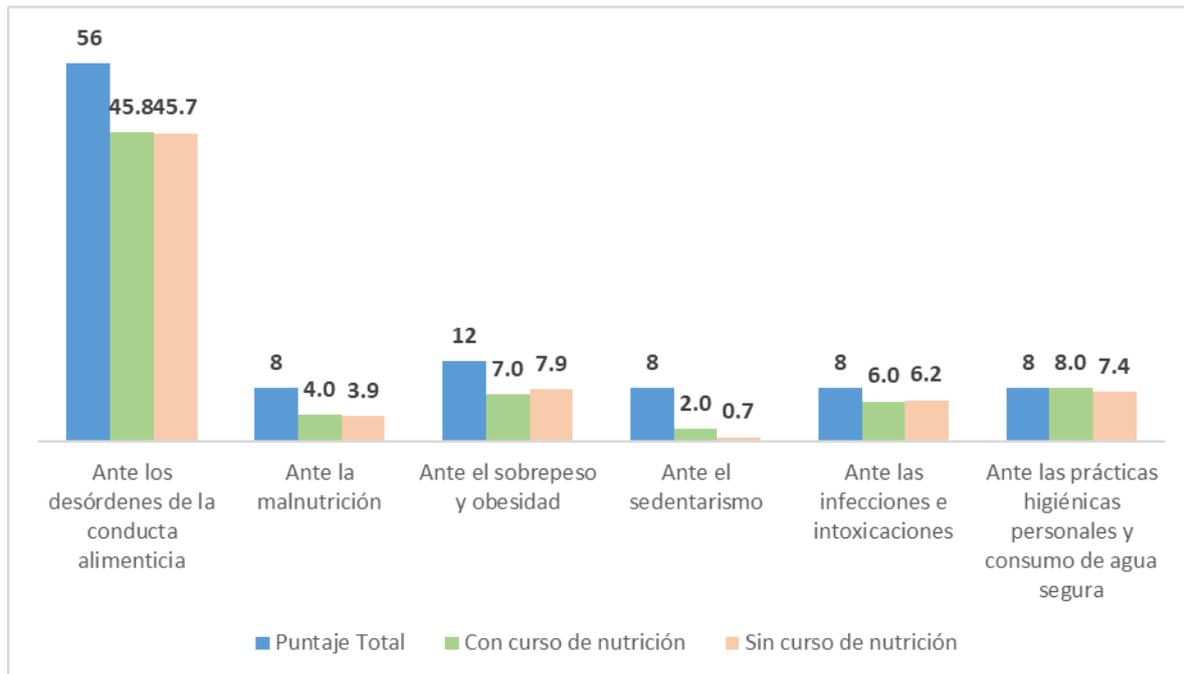
## **b.2 Competencia Procedimental**

El puntaje total del logro de la competencia es de 100, observándose que los alumnos que mencionan haber llevado un curso referido a alimentación/nutrición obtuvieron un puntaje de 72.8 y de aquellos que no llevaron ningún curso, el puntaje promedio de 71.8.

En el Gráfico 5, se puede apreciar que en las dimensiones: Ante las Infecciones e Intoxicaciones, y Ante las prácticas higiénicas personales y consumo de agua segura, la brecha de los que llevaron el curso como los que no, respecto al

puntaje idóneo es menor; así como para ambos casos en el resto de dimensiones, se observa una mayor brecha.

**Gráfico 5: Puntaje promedio por dimensiones de la competencia procedimental de los estudiantes de Decimo ciclo la especialidad de primaria de la UNMSM 2019.**



Fuente: Elaboración propia.

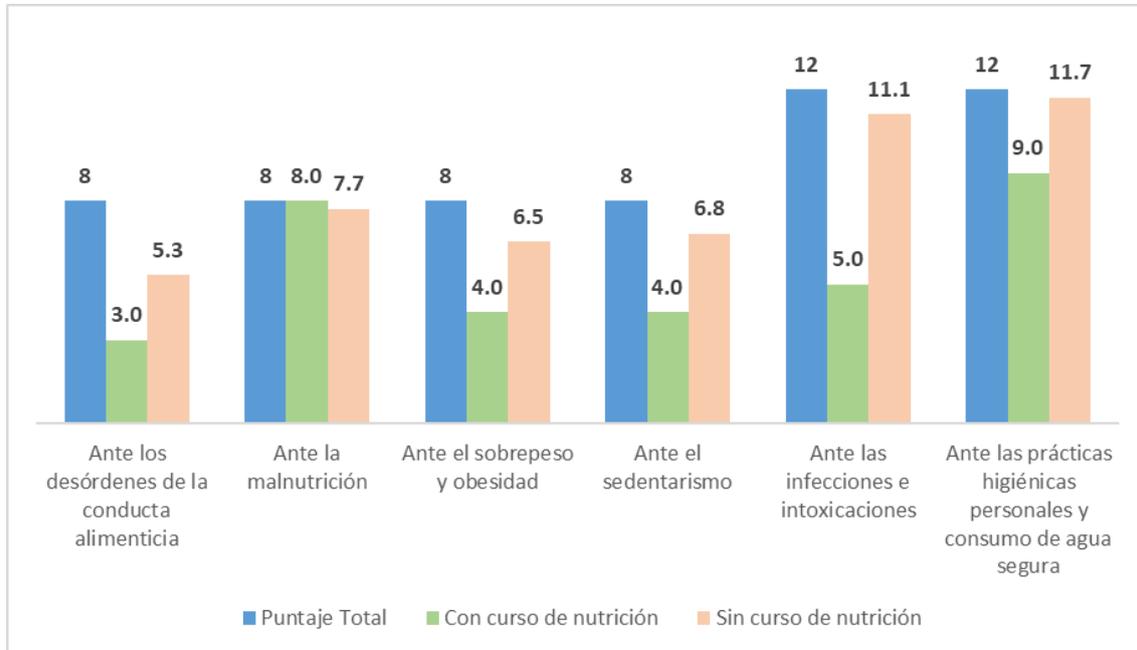
### **b.3 Competencia Actitudinal**

El puntaje total del logro de la competencia es de 56, observándose que los alumnos que mencionan haber llevado un curso referido a alimentación/nutrición obtuvieron un puntaje de 33 y de aquellos que no llevaron ningún curso, el puntaje promedio de 49.1.

En el Gráfico 6, se puede apreciar que en las dimensiones Ante la Malnutrición y Ante las prácticas higiénicas personales y consumo de agua segura, la brecha de los alumnos que llevaron el curso como los que no, respecto al puntaje idóneo

es menor; así como para ambos casos en el resto de dimensiones, se observa una mayor brecha.

**Gráfico 6: Puntaje promedio por dimensiones de la competencia actitudinal de los estudiantes de la especialidad de primaria de la UNMSM 2019.**



Fuente: Elaboración propia.

### 5.3.4 Puntajes máximos obtenidos por competencia

De forma descriptiva, de acuerdo a los resultados obtenidos por cada alumno respecto a cada una de las competencias (Anexo 9), se determinó aquella competencia en la que más sobresalen o dominan.

Para este fin, el nivel de dominio de la competencia se ha establecido bajo el siguiente rango:

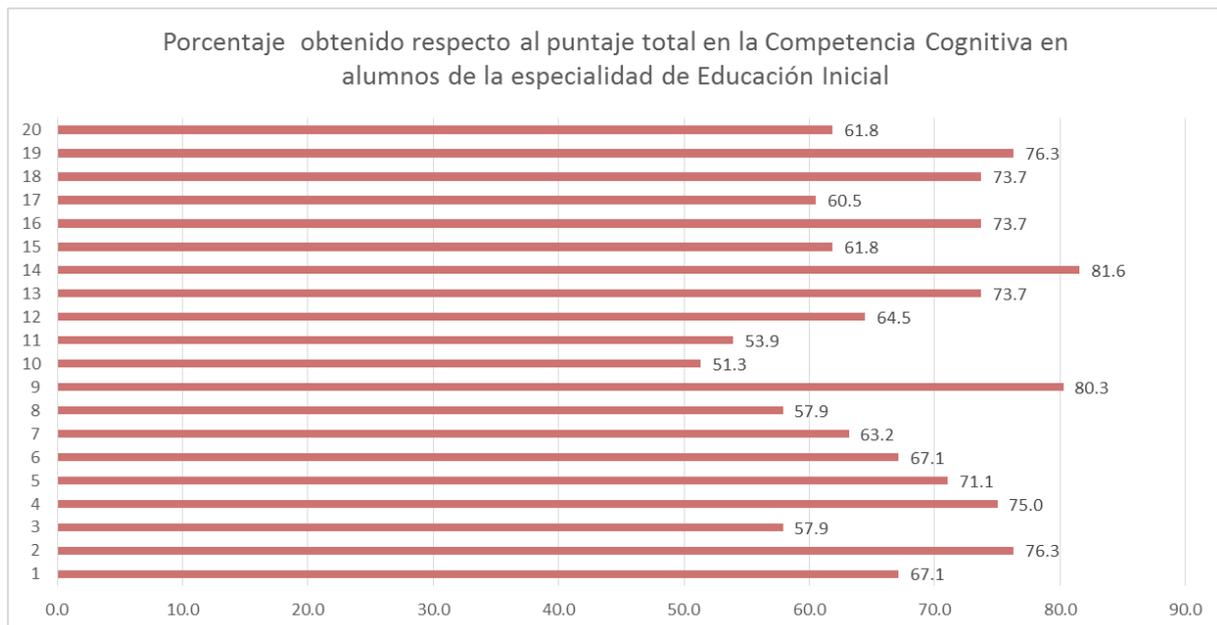
DESCRIPCIÓN	RANGO %
Sobresaliente	81 - 100
Alto	61 – 80.9
Adecuado	41 – 60.9
Regular	21 – 40.9
Bajo	00 – 20.9

#### a) Especialidad Inicial

##### a.1 Competencia Cognitiva

Aun cuando ninguno de los alumnos logró el puntaje total de la dimensión cognitiva, se puede apreciar en el gráfico 7 los siguientes resultados: que el 25% (5) de los alumnos poseen dominio adecuado de la competencia cognitiva, así el 70% (14) y el 5% (1) alto y sobresaliente, respectivamente.

**Gráfico 7: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia cognitiva en los alumnos de la especialidad de educación inicial 2019.**

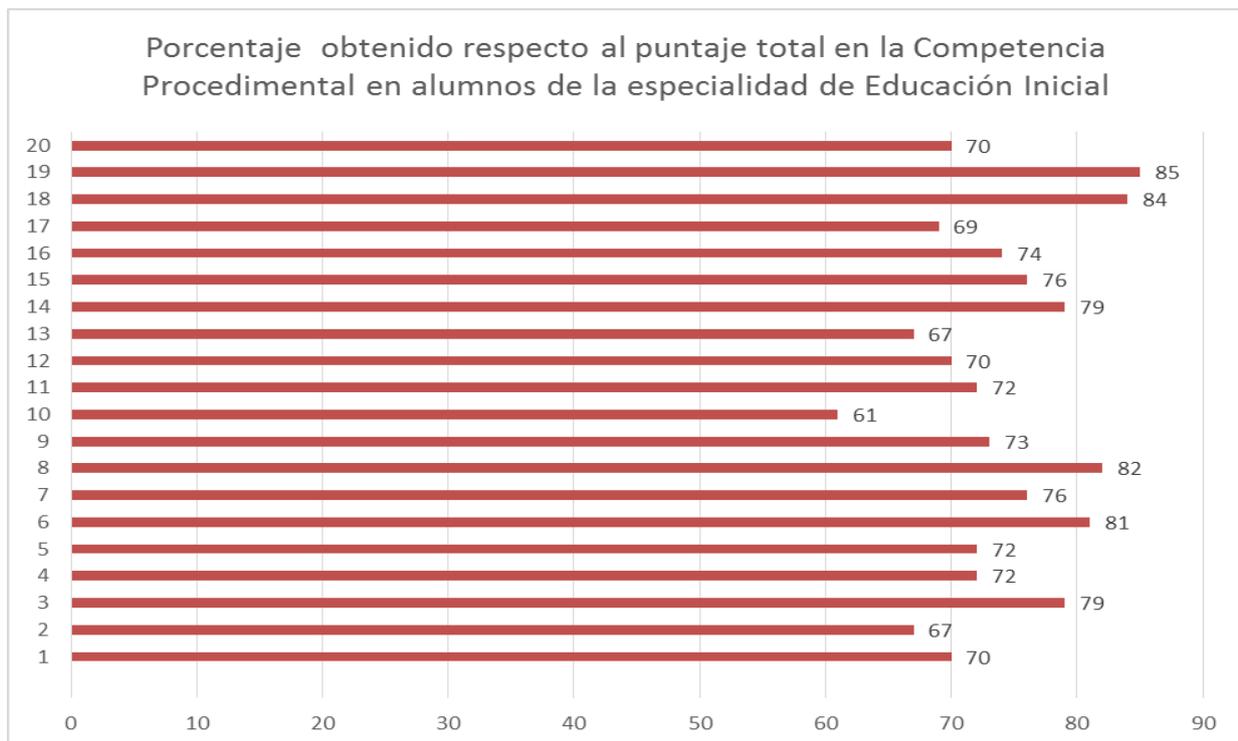


Fuente: Elaboración propia.

**a.2 Competencia Procedimental**

Igualmente, en esta competencia ninguno de los alumnos logró el puntaje total de la dimensión procedimental, pudiéndose apreciar en el gráfico 8 los siguientes resultados: que el 80% (16) de los alumnos poseen alto dominio de la competencia procedimental, así el 20% (4) sobresaliente.

**Gráfico 8: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia procedimental en los alumnos de la especialidad de educación inicial 2019.**



Fuente: Elaboración propia.

### a.3 Competencia Actitudinal

En esta competencia se observa que el cuatro (04) alumnos obtuvieron el puntaje máximo en la dimensión procedimental, apreciándose en el gráfico 9 los siguientes resultados: que el 10% (2) poseen un alto dominio de la competencia actitudinal y el 90% (18) poseen dominio sobresaliente.

**Gráfico 9: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia actitudinal en los alumnos de la especialidad de educación inicial 2019.**



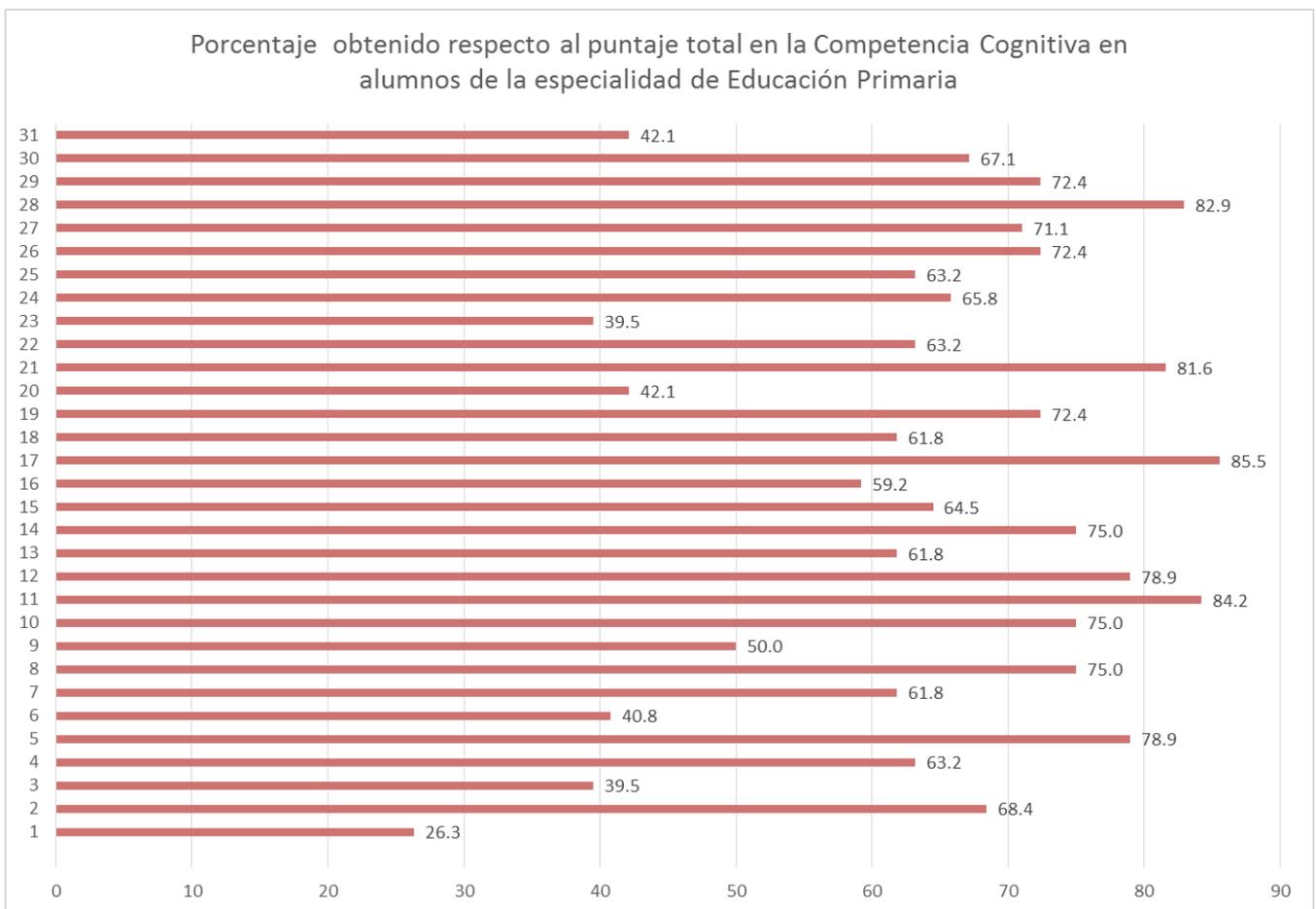
Fuente: Elaboración propia.

**b) Especialidad Primaria**

**b.1 Competencia Cognitiva**

En la competencia cognitiva, ningún alumno logró el puntaje total, en el gráfico 10, se puede apreciar los siguientes resultados: que 12.9% (4) de los alumnos poseen dominio regular e igualmente otros 12.9% (4) poseen dominio de esta competencia, el 61.3% (19) y un 12.9% (4) alto y sobresaliente, respectivamente.

**Gráfico 10: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia cognitiva en los alumnos de la especialidad de educación primaria 2019.**

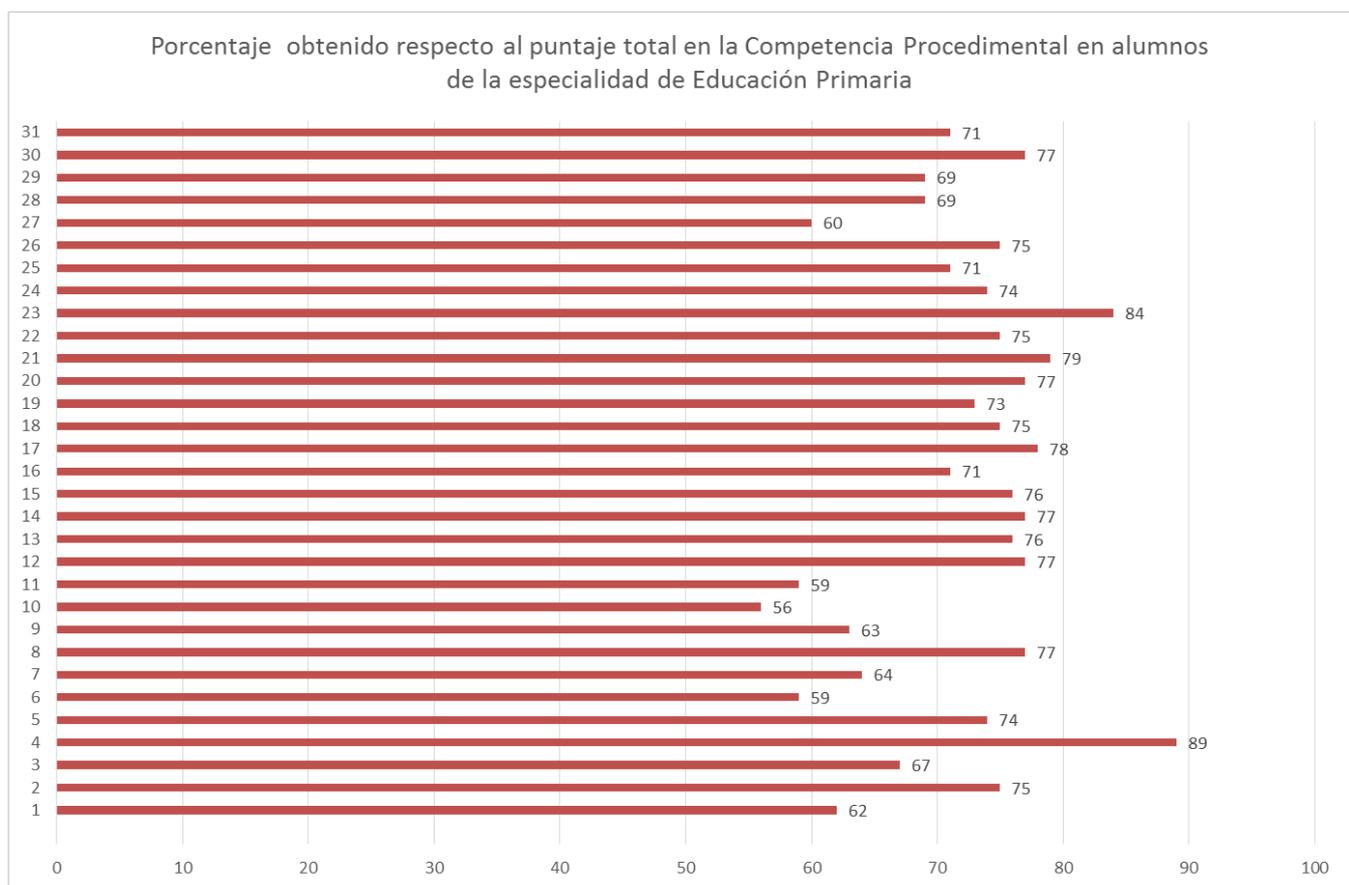


Fuente: Elaboración propia.

### b.2 Competencia Procedimental

Ninguno de los alumnos logró el puntaje total, en el gráfico 11, se puede apreciar los siguientes resultados: que 12.9% (4) de los alumnos dominan la competencia, el 80.6% (25) poseen dominio alto y el 6.5% (2) son sobresalientes en esta competencia.

**Gráfico 11: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia procedimental en los alumnos de la especialidad de educación primaria 2019.**

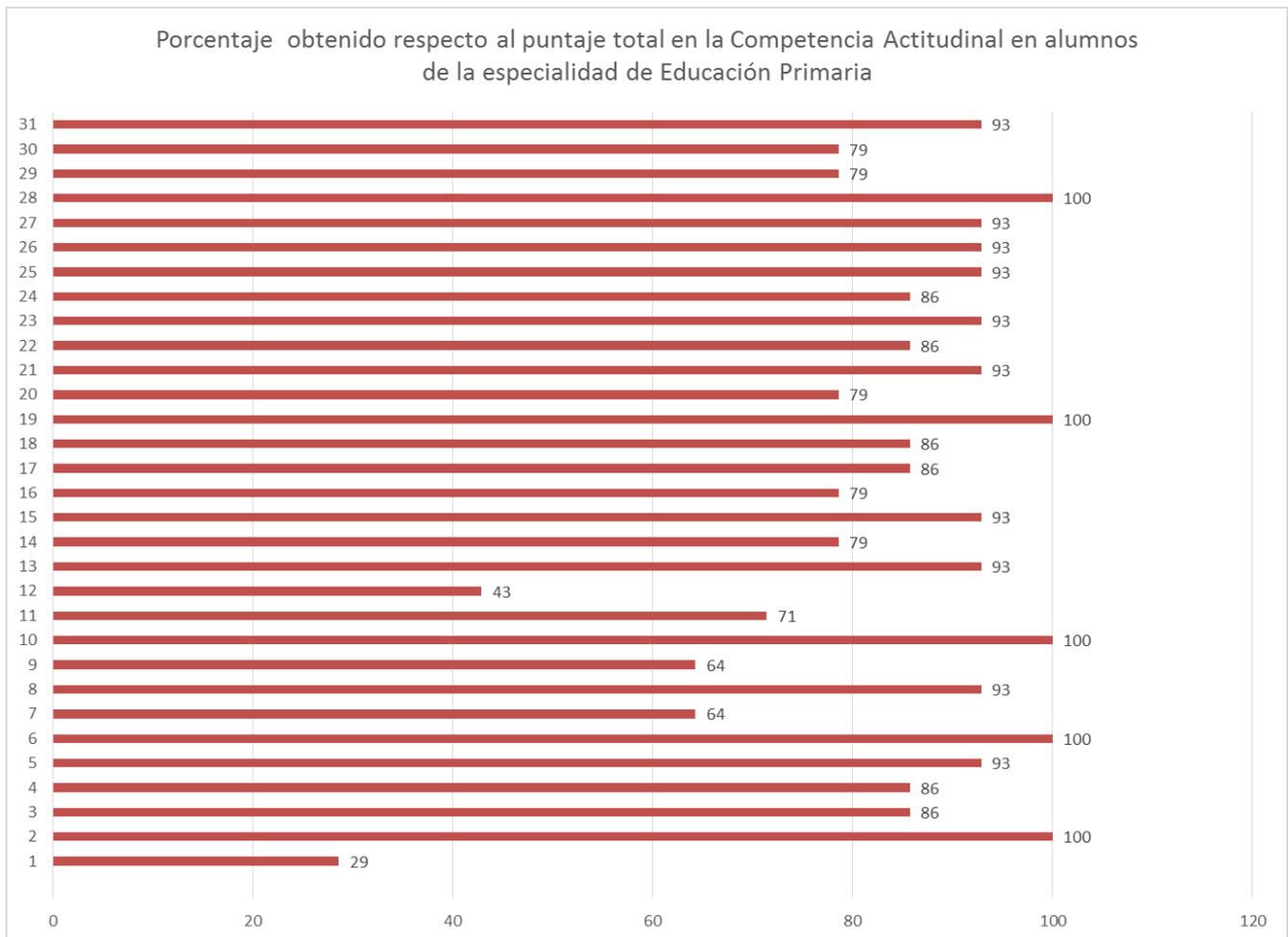


Fuente: Elaboración propia.

### b.3 Competencia Actitudinal

En esta competencia fueron cinco (05) los alumnos que obtuvieron los puntajes máximos, en el gráfico 12, se puede apreciar los siguientes resultados: el 3.2% (1) de los alumnos poseen dominio regular de la competencia, así también otro 3.2% (1) domina la competencia, el 25.8% (8) poseen dominio alto y el 67.8% (21) son sobresalientes en esta competencia.

**Gráfico 12: Porcentaje obtenido respecto al puntaje total de la competencia procedimental en los alumnos de la especialidad de educación primaria 2019.**



Fuente: Elaboración propia.

### 5.3.5 Preguntas con mayor dificultad

Realizando el análisis de las respuestas donde se tuvo mayor porcentaje de error (>65%), según se observa en la Tabla 22, tenemos que para ambas especialidades las preguntas que miden la competencia cognitiva tuvieron mayor dificultad, errando en 11 preguntas los alumnos de ambas especialidades.

Con respecto a la competencia procedimental, la complejidad de las preguntas fue media, los alumnos de la especialidad inicial erraron en 4 preguntas y los de primaria en 3.

Para ambas especialidades la complejidad de las preguntas que midieron la competencia actitudinal fue baja, en ambas especialidades sólo erraron en 1 pregunta.

Con respecto, a la dimensión en donde hubo mayor dificultad de respuesta tenemos, que para la especialidad de inicial las dimensiones de mayor dificultad de forma decreciente fueron: Ante los desórdenes de la conducta alimentaria, ante el sedentarismo y ante la malnutrición. En el caso de la especialidad de primaria, las dimensiones con mayor dificultad en forma decreciente fueron; ante el sedentarismo, ante los desórdenes de la conducta alimentaria y ante la malnutrición.

De forma específica, se observa el desconocimiento sobre los grupos de alimentos básicos, así como de sus propiedades; igualmente el desconocimiento

sobre los signos de la desnutrición en niños y de la anemia, el desconocimiento de los alimentos inhibidores de la absorción de hierro, de las consecuencias de no desarrollar ejercicio físico, así como no conocen el tiempo recomendado del ejercicio en los niños, así como el desconocimiento de los diversos métodos de potabilización del agua.

Con respecto a las prácticas, se observa la inadecuada práctica en la preferencia del consumo de golosinas (galletas, dulces, chocolates, etc.) y de las bebidas procesadas, así como la poca frecuencia de actividad física y la predilección de actividades sedentarias en los tiempos libres (ver televisión, estar en la computadora, etc.).

**Tabla 22: Porcentaje de respuestas incorrectas obtenidas en la evaluación de dimensiones cognitiva, procedimental y actitudinal obtenidas por los alumnos de las especialidades de inicial y primaria de la UNMSM, 2019.**

N°	DIMENSIÓN	CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN DE LA PREGUNTA	INICIAL		PRIMARIA	
				% CORRECTA	% INCORRECTA	% CORRECTA	% INCORRECTA
1	ANTE LOS DESÓRDENES DE LA CONDUCTA ALIMENTICIA	C	¿Cuáles son los grupos de alimentos básicos que conforman nuestra dieta	35	65	41.9	58.1
2		C	Señale alimentos que proveen nutrientes para el crecimiento y desarrollo del organismo	35	65	51.6	48.4
3		C	Señale los alimentos que recomendaría para una lonchera escolar	75	25	64.5	35.5
4		P	Señale el alimento que consumiría para obtener mayor energía	10	90	19.4	80.6
5		P	Nivel de agrado de consumir fruta	100	0	93.5	6.5
6		P	Nivel de agrado de consumir verduras	90	10	90.3	9.7
7		P	Nivel de agrado de consumir carne de res, cerdo y pollo	85	15	83.9	16.1
8		P	Nivel de agrado de consumir pescados y mariscos	85	15	90.3	9.7
9		P	Nivel de agrado de consumir lácteos	65	35	71	29
10		P	Nivel de agrado de consumir pan, papa, pasta, cereales	65	35	80.6	19.4
11		P	Nivel de agrado de consumir frijoles, garbanzos, lentejas	75	25	87.1	12.9
12		P	Nivel de agrado de consumir golosinas (galletas, chocolates, caramelos)	5	95	22.6	77.4
13		P	Nivel de agrado de consumir huevo	85	15	80.6	19.4
14		P	Nivel de agrado de consumir frutos secos (almendras, nueces, maníes, pasas, etc.)	70	30	58.1	41.9
15		P	Nivel de agrado de consumir bebidas alcohólicas	55	45	77.4	22.6
16		P	Nivel de agrado de consumir bebidas procesadas	10	90	45.2	54.8
17		P	Comprensión de etiquetas	35	65	38.7	61.3
18		A	Factor más importante para elegir un alimento para su consumo	35	65	32.3	67.7
19		A	Importancia del consumo de una alimentación variada y equilibrada	95	5	93.5	6.5
20	ANTE LA MALNUTRICIÓN	C	Señale los signos de la desnutrición o retardo de crecimiento en los niños	35	65	35.5	64.5
21		C	Señale los signos de los niños con anemia	15	65	9.7	90.3
22		C	Señale los alimentos con hierro con mayor absorción	85	15	71	29
23		C	Señale los alimentos que limitan la absorción de hierro	0	100	6.5	93.5
24		P	Consumo de a la semana de res, pescado o marisco	95	5	80.6	19.4
25		P	Consumo de frutas cítricas (momentos)	40	60	16.1	83.9
26		A	Gravedad sobre el padecimiento de la anemia y la desnutrición crónica infantil	100	0	100	0
27	A	Interés en la prevención de los problemas nutricionales en los niños	100	0	93.5	6.5	
28	ANTE EL SOBREPESO Y OBESIDAD	C	Riesgos a la salud por problemas de sobrepeso	30	70	32.3	67.7
29		C	Motivos de la presencia del sobrepeso en las personas	65	35	48.4	51.6
30		C	Prevención del exceso de peso	50	50	45.2	54.8
31		P	Técnica culinaria empleada en las preparaciones	85	15	83.9	16.1
32		P	Bebida que se consume en mayor cantidad al día	50	50	58.1	41.9
33		P	Consumo entre comidas	75	25	51.6	48.4
34		A	Gravedad para la salud el ser gordo	95	5	71	29
35	A	Qué hace o haría para cuidar el peso	85	15	83.9	16.1	
36	ANTE EL SEDENTARISMO	C	Por qué practicar actividad física	95	5	96.8	3.2
37		C	No realizar actividad física que produciría	10	90	16.1	83.9
38		C	Recomendación del tiempo en los niños para el desarrollo de la actividad física	0	100	22.6	77.4
39		C	Actividad física más recomendados para los niños	70	30	35.5	64.5
40		P	Frecuencia con que hacen ejercicio o deporte	0	100	0	100
41		P	Actividad que desarrollan con mayor frecuencia en el tiempo libre	10	90	12.9	87.1
42		A	Qué tan bueno es hacer ejercicio	95	5	90.3	9.7
43	A	Interés en promover el deporte	85	15	71	29	
44	ANTE LAS INFECCIONES E INTOXICACIONES ALIMENTARIAS	C	Conocimientos sobre la conservación de alimentos cocidos	0	100	0	100
45		C	Conocimiento sobre qué alimentos requieren frío para su conservación	65	35	51.6	48.4
46		C	Conocimiento sobre qué alimentos se descomponen con facilidad	55	45	38.7	61.3
47		P	Cómo guarda los alimentos cárnicos	90	10	64.5	35.5
48		P	Qué realiza antes de consumir frutas y verduras	100	0	90.3	9.7
49		A	Qué tan grave considera una infección estomacal o diarrea	95	5	87.1	12.9
50		A	Qué tan bueno considera mantener alimentos cárnicos, lácteos y alimentos cocidos en frío	90	10	77.4	22.6
51	A	Qué tan bueno es lavar las frutas y verduras antes de consumirlas	100	0	93.5	6.5	
52	ANTE LAS PRÁCTICAS HIGIÉNICAS PERSONALES Y CONSUMO DE AGUA	C	En qué momentos se debe lavar las manos	60	40	45.2	54.8
53		C	Qué se debe hacer cuando el agua no es segura para beber	15	85	12.9	87.1
54		P	Cómo te lavas las manos antes de consumir alimentos	95	5	87.1	12.9
55		P	Qué haces para que el agua sea segura para consumirla	100	0	100	0
56		A	Qué tan bueno es lavarse las manos	100	0	96.8	3.2
57		A	Qué tan grave es enfermarse por usar agua no potable	90	10	90.3	9.7
58		A	Qué tan bueno es hervir el agua antes de beberla	95	5	96.8	3.2

Fuente: Elaboración propia

## VI. DISCUSIÓN

En la escuela profesional de Educación de la UNMSM, se encuentran vigentes los Planes de estudios aprobados en los años 2013 y 2018; sin embargo, en ninguno de los Planes de Estudios de las especialidades de inicial y primaria se integran cursos específicos bajo la condición de obligatorio para la formación de los docentes en alimentación/nutrición y actividad física. En el Plan de Estudios del año 2018, se integra como curso complementario una única materia denominada “Educación para la Salud y primeros Auxilios” donde se desarrollarán estos temas a futuro; cabe señalar que la educación alimentaria y nutricional es uno de los ejes de la promoción de la salud considerado de vital importancia, así como lo manifiestan Talavera y Gavidia (2013), en un estudio dirigido en una población de docentes de educación primaria y secundaria, así como en personal sanitario, donde ambos grupos consideraron que la Alimentación es el tema más importante que debe ser desarrollado en las acciones de promoción de la salud en las escuelas.

Cabe señalar, que los alumnos que participaron en el presente estudio, tanto de la especialidad de inicial, como la de primaria mencionaron estar desarrollando su formación bajo el Plan de Estudio del año 2013, que aunque de forma parcial a través de los cursos de Atención Integral del Niño y Psicología del Desarrollo Infantil, dictados durante el III Semestre en las especialidades de inicial y primaria respectivamente, desarrollaron a través de ellos, al menos en una unidad didáctica la información referente a la alimentación y nutrición, más no sobre Actividad Física; por lo que, el nivel de recordación sobre los temas o reconocimiento de haber cursado temas en estos rubros es bajo, puesto que

sólo 5 alumnos, que corresponde al 9.8% del total de alumnos que participaron en el estudio, señalaron haber recibido conocimientos sobre alimentación/nutrición a través de los cursos dictados en la universidad.

De acuerdo a los resultados obtenidos a través del presente estudio, se puede señalar que el Plan de Estudios de la Carrera Profesional de Educación en las Especialidades de inicial y primaria no propicia la formación de competencias cognitivas, procedimentales ni actitudinales en los alumnos, observándose que no existe diferencias significativas de los resultados obtenidos por los alumnos que mencionan haber llevado algún curso sobre alimentación/nutrición y actividad física a través del Plan de Estudios, respecto a los alumnos que mencionan no haber cursado ninguna materia de referencia. Cabe indicar, que en el caso de la competencia procedimental y actitudinal en los alumnos de nivel inicial si se observa diferencia significativa; sin embargo, los alumnos que no llevaron ningún curso sobre alimentación/nutrición y actividad física mostraron mayores competencias que los que mencionaron haber llevado un curso sobre alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio; resultados que guardan relación con el estudio realizado por Cubero, Calderón, Costillo y Ruiz (2011), donde evaluaron los conocimientos en 24 estudiantes de pedagogía de nivel primario y 31 estudiantes del master del profesorado de secundario con especialidad de Biología y Geología, sobre temas de EpS en 5 ejes temáticos, de los cuales 2 se referían a la nutrición y a la alimentación, se encontró que 100% de estudiantes de pedagogía de nivel primario no contestó correctamente ninguna pregunta relacionada a la alimentación y nutrición, situación distinta al

grupo de estudiantes de master, que debido a los estudios previos en su formación alcanzaron mejores resultados.

Con respecto a la brecha o diferencia del puntaje logrado en cada dimensión de acuerdo a cada una de las competencias evaluadas, tanto para los alumnos que llevaron el curso sobre alimentación/nutrición como los que no, se observa que en la especialidad de nivel inicial para la competencia cognitiva, se tiene un mayor dominio de las dimensiones Ante el sobrepeso y obesidad, Ante las infecciones e intoxicaciones y Antes las prácticas higiénicas y consumo de agua segura; para el nivel primaria, el mayor dominio es en la dimensión Ante el sobrepeso y obesidad; resultado similar al encontrado en el estudio desarrollado por Alonso y Campo (2014), donde al evaluar a 237 docentes de primaria sobre el conocimiento en temas de salud, el 66.2% de los docentes señalaron que el tema que más conocían era el de la obesidad infantil.

En cuanto a la competencia procedimental, para el nivel inicial las dimensiones de mayor dominio son Ante las infecciones e intoxicaciones y Ante las prácticas higiénicas, los que coinciden con la especialidad de primaria.

En cuanto a la competencia actitudinal, en el nivel inicial se aprecia un mayor dominio de las dimensiones Ante la malnutrición, Ante el Sobrepeso y Obesidad, Ante el sedentarismo y Ante las infecciones e intoxicaciones, y en la especialidad primaria sólo demuestran mayor dominio en las dimensiones Ante la malnutrición y Ante las infecciones e intoxicaciones.

De los resultados expuestos, podemos señalar que es la especialidad de nivel inicial la que posee mayor dominio de diversas dimensiones respecto a la especialidad de nivel primaria; coincidiendo ambas especialidades en el dominio cognitivo de la dimensión Ante el Sobrepeso y Obesidad, así como el dominio procedimental en las dimensiones Ante las infecciones e intoxicaciones y Ante las prácticas higiénicas y consumo de agua segura, y en el dominio actitudinal en la dimensión Ante la malnutrición, siendo este último similar a lo encontrado en el estudio desarrollado Torres-Carcia y Santana-Hernández (2017), donde 81 estudiantes de pedagogía de nivel infantil y 120 de primaria manifestaron su percepción de poseer una capacidad alta y muy alta para el desarrollo de la promoción del desayuno saludable (alimentación) y actividad física entre otros.

Haciendo el análisis respectivo sobre la competencia de mayor dominio tanto en la especialidad de inicial como la de primaria, tenemos que en la especialidad de inicial el nivel de dominio de la competencia cognitiva se encuentra en un nivel alto (70%), la competencia procedimental igualmente en un nivel alto (80%) y la competencia actitudinal en un nivel sobresaliente (90%).

En la especialidad de primaria, la competencia cognitiva tiene un dominio alto (61.3%), el procedimental igualmente de dominio alto (80.6%) y la competencia actitudinal en un dominio sobresaliente (67.8%).

Para ambos casos, la competencia cognitiva es la que menos dominan, así como en la especialidad de inicial la competencia actitudinal es la que más destaca.

Respecto a las preguntas con mayor error, para ambas especialidades las dimensiones Ante los desórdenes de la conducta alimentaria, Ante el sedentarismo y Ante la malnutrición fueron las de mayor dificultad, en especial de aquellas preguntas que midieron la competencia cognitiva.

De forma particular, se observa el desconocimiento sobre los grupos de alimentos básicos y sus propiedades, como los que están relacionados con la función de crecimiento y la función energética, e igualmente desconocen sobre los signos en la malnutrición en niños y la anemia, similar a lo encontrado por Nasi (2011), en su tesis enfocada en la valoración del conocimiento sobre nutrición en 44 docentes de nivel primaria, en donde determinó que el 52% de los docentes poseen conocimiento insuficiente sobre los grupos de alimentos y el 68% desconoce sobre la composición nutricional de los mismos, así como el 52% posee conocimiento bajo sobre las enfermedades por malnutrición y el 64% conocimiento insuficiente sobre patologías asociadas a la alimentación.

Igualmente, en el grupo de futuros docentes estudiados, se observa el desconocimiento sobre los alimentos que pueden inhibir la absorción de hierro, así como de las consecuencias de la falta de actividad física y del tiempo recomendado del ejercicio en los niños, y finalmente desconocen sobre los diversos métodos que se emplean para potabilizar el agua, señalando en especial sólo al hervido como un método.

Respecto a las prácticas, se evidencia la inadecuada práctica en la preferencia del consumo de golosinas y bebidas procesadas, resultado similar a la

encontrada por Durán, Valdés, Godoy y Herrera (2014), donde en su estudio desarrollado en estudiantes de pedagogía de Educación Física en la Universidad Autónoma de Chile, determinó que el 84.25% de los estudiantes consumen de 1 a 2 raciones de bocadillos dulces al día, así como el 74.2% consume de 1 a 2 raciones al día de bebidas azucaradas; e igualmente se observó en el presente estudio la poca frecuencia en el desarrollo de la actividad física y la predilección de actividades sedentarias en el tiempo libre.

Sin embargo, los alumnos muestran una actitud de reflexión y compromiso en la difusión de actividades para la mejora de los problemas nutricionales y el desarrollo de acciones que contribuyan con la salud, como el evitar los problemas que aquejan a los niños como la desnutrición y la anemia, así como el desarrollo de la actividad física para evitar el sobrepeso y obesidad, similar a lo hallada por Nasi (2011), en su estudio en 44 docentes de nivel primaria, donde el 95% de los docentes encuestados consideró necesario capacitarse en temas de alimentación y nutrición, así como el 43% consideró necesario promover la educación alimentaria – nutricional en las escuelas.

Como se observa finalmente, los futuros docentes de las especialidades de inicial y primaria, no poseen en especial las competencias cognitivas y procedimentales necesarias que puedan contribuir en la formación de la competencia “Asume una vida saludable” en los niños, según se indica en el Currículo Nacional de Educación Básica, por no dominar lo suficiente los diferentes aspectos de las dimensiones que en el presente estudio se han señalado, como Ante los desórdenes de la conducta alimentaria, Ante el

sedentarismo y Ante la malnutrición, cuyos conceptos y prácticas están referidas a la identificación de alimentos nutritivos y saludables, la práctica de actividad física y su importancia, así como la identificación y prevención de enfermedades como la desnutrición y la anemia infantil; e igualmente la falta de estas competencias no les permitiría desarrollar las temáticas propuestas por el MINSA para la Promoción y Protección de la Alimentación Saludable en las Instituciones Educativas en los niveles de enseñanza inicial y primaria.

Sin embargo, la competencia actitudinal que presentan los futuros docentes puede ser considerada como una fortaleza, puesto consideran de importancia estos temas y muestran compromiso respecto a la promoción y difusión de la Alimentación Saludable y la Actividad Física.

## VII. CONCLUSIONES

- No existe relación entre los conocimientos en alimentación saludable adquiridos a través del Plan de estudio con las competencias observadas en los alumnos del último año de educación de las especialidades de inicial y primaria, puesto que sólo 5 (9.8%) alumnos del total de encuestados (51), identificaron haber cursado algún curso con temas relacionados a la alimentación/nutrición.
- No existe diferencia significativa en el desarrollo de competencias cognitivas en los alumnos de las especialidades de inicial y primaria que llevaron cursos relacionados con alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio con respecto a los alumnos que no lo cursaron, por lo que el Plan de Estudios no incide en el desarrollo de esta competencia.
- No existe diferencia significativa en el desarrollo de competencias procedimentales en los alumnos de las especialidades de inicial y primaria que llevaron cursos relacionados con alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio con respecto a los alumnos que no lo cursaron, por lo que el Plan de Estudios no incide en el desarrollo de esta competencia.
- No existe diferencia significativa en el desarrollo de competencias actitudinales en los alumnos de las especialidades de inicial y primaria que llevaron cursos relacionados con alimentación/nutrición a través del Plan de Estudio con respecto a los alumnos que no lo cursaron, por lo que el Plan de Estudios no incide en el desarrollo de esta competencia.

- Se acepta la Ho al corroborarse que los conocimientos sobre alimentación/nutrición adquiridos por los estudiantes a través del Plan de Estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM no propicia el desarrollo de competencias cognitivas, procedimentales, ni actitudinales.
- Los estudiantes de la especialidad de inicial poseen mayor dominio de diversas dimensiones con respecto a los estudiantes de la especialidad primaria.
- La competencia actitudinal es sobresaliente en ambas especialidades y la competencia cognitiva aunque posee un dominio alto, tiene menor puntuación que el resto de competencias.
- Las preguntas con mayor error fueron de las dimensiones Ante los desórdenes de la conducta alimentaria, Ante el sedentarismo y Ante la malnutrición, siendo las preguntas de tipo cognitivas las de mayor dificultad.
- Se evidencia el desconocimiento sobre los grupos básicos de alimentos y sus propiedades, los signos de la desnutrición y la anemia en niños, sobre los alimentos que inhiben la absorción de hierro, las consecuencias de la falta de actividad física, la recomendación de tiempo del ejercicio en los niños y de los métodos para la potabilización del agua.

- Con respecto a las prácticas, se evidencia la inadecuada preferencia de golosinas y bebidas procesadas, la falta en la frecuencia adecuada de actividad física y la preferencia de actividad sedentaria en las horas libres.
- Con respecto a la actitud frente a la alimentación saludable y la actividad física, reconocen la importancia en prevenir y resolver los problemas de salud de los niños y difundir acciones que puedan contribuir con la salud de los mismos.
- Los Planes de estudio vigentes en la Escuela profesional de Educación, aprobados en los años 2013 y 2018, no integran bajo la condición de obligatorios cursos referidos a las temáticas de alimentación/nutrición y actividad física.
- En el Plan de Estudio aprobado el año 2018, en marco de la normativa vigente (Ley N° 30021), contempla la materia “Educación para la Salud y primeros Auxilios” bajo la condición de complementario, lo que no asegura que todos los futuros docentes cuenten con las competencias suficientes sobre Alimentación Saludable y Actividad Física.
- Los futuros docentes de la especialidad de inicial y primaria no cuentan con competencias cognitivas, ni procedimentales que puedan favorecer la formación en los niños de la competencia “Asume una vida saludable” considerada en el Currículo Nacional de Educación Básica, así como para poder desarrollar las temáticas establecidas por el MINSA para la

Promoción y Protección de la Alimentación Saludable en las Instituciones Educativas.

- La competencia actitudinal, es la de mayor dominio en ambas especialidades, lo que puede considerarse como una fortaleza para futuras acciones de capacitación y desarrollo de diversas actividades, puesto que los futuros docentes muestran disposición en promover y fomentar temas relacionados a la Alimentación Saludable y la Actividad Física.

## VIII. RECOMENDACIONES

El Perú ha sido reconocido por la OMS sobre el esfuerzo y los avances que ha obtenido en un tiempo record de poder aprobar normativas referentes a la Alimentación Saludable; destacando sobre todo, la aplicación de advertencias publicitarias, la publicación de las Guías Alimentarias para la población peruana y la creación del portal “Observatorio Nutricional”, así como de propiciar la iniciativa multisectorial denominada “Escuelas de Vida”, que espera en el corto plazo desarrollar programas de capacitación y sensibilización a los docentes referida a la Alimentación Saludable, y así realicen el efecto multiplicador en los niños.

Sin embargo, a través de este estudio podemos señalar que la sensibilización del docente en esta materia se va encontrar muy limitada si se realiza posterior a su etapa formativa debido a las pocas horas dedicadas y las múltiples funciones del docente; por lo que se recomienda, revisar los diversos Planes de Estudio de las distintas escuelas profesionales de Educación con el fin de adecuarlas no sólo a la normativa de Alimentación Saludable, sino también al Currículo Nacional de Educación Básica, y formar las competencias necesarias en los futuros docentes que puedan finalmente contribuir en la formación de una cultura alimentaria saludable en los niños, tal cual se espera en el Currículo Nacional a través de la formación de la competencia “Estilo de vida saludable”.

Se recomienda que en la etapa de formación del futuro docente, así como las capacitaciones dirigidas a los que actualmente ejercen, consideren reforzar los conocimientos tan fundamentales como la diferenciación de los grupos de

alimentos y sus propiedades, así como diferenciar a los alimentos por sus funciones biológicas, de tal forma puedan identificar y recomendar mejor consumo de los mismos.

Con respecto a los temas relacionados a combatir la Anemia infantil, en las campañas se menciona sobre el consumo de alimentos de origen animal, lo que es relativamente limitado para muchas familias sobre todo de bajo recursos; en este caso se recomienda que el docente conozca igualmente los alimentos inhibidores del hierro, para dar mejor orientación a los padres en la elaboración de las loncheras escolares.

Igualmente, los docentes deben conocer la importancia de la actividad física, así como saber el tiempo necesario que el niño debe desarrollarlo en la escuela, para así establecer programas de actividades dinámicas.

Los docentes deben evitar prácticas inadecuadas de consumo, como el de las golosinas y bebidas procesadas, que son muy comunes observar en las escuelas de nivel inicial y primario.

## IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Alonso, N. & Campo, M. (2014). Necesidad percibida de formación sanitaria de los profesores de Educación Primaria. *Núberos Científica*, 2(13), pp.25-31. Recuperado de <http://nc.enfermeriacantabria.com/index.php/nc/article/view/18>
2. Aramendi, P., Bujan, K. & Arburua, R. (2015). *La educación para la salud en los programas de iniciación profesional*. *Revista española de pedagogía*, 75(2), pp. 219-237. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5016122>
3. Berritzegune N. (2008). *Las competencias básicas en el sistema educativo de la CAPV*. Gobierno Vasco, Servicio Central de Publicaciones. Recuperado de <http://redined.mecd.gob.es/xmlui/handle/11162/153086>
4. Cabello Garrido, A. (2018). *La Competencia en Alimentación y el progreso en la comprensión de conceptos básicos implicados en ella. Una propuesta para la Educación Obligatoria*. (Tesis doctoral, Universidad de Málaga). Recuperado de <https://hdl.handle.net/10630/16629>
5. Chamorro B. (2010). *Educación para la salud en las organizaciones escolares*. *Educación*, 19(36), pp. 7-19. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/2595>

6. Comisión Multisectorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional (2015). *Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Lima, Perú: Autor. Recuperado de <http://www.minagri.gob.pe/portal/download/pdf/seguridad-alimentaria/plan-acional-seguridad-2015-2021.pdf>
  
7. Convenio de Cooperación Técnica N°004-2008/MINSA. Convenio marco de Cooperación Técnica entre el Ministerio de Educación y el Ministerio de Salud. Recuperado de [http://www.minedu.gob.pe/DelInteres/xtras/download.php?link=conv\\_004\\_minsa.pdf](http://www.minedu.gob.pe/DelInteres/xtras/download.php?link=conv_004_minsa.pdf).
  
8. Cubero, J., Calderón, M., Costillo, E. & Ruiz, C. (2011). *La Educación para la Salud en el Espacio Europeo de Educación Superior*. Publicaciones: Facultad de Educación y Humanidades del Campus de Melilla, 41, pp. 51-64. Recuperado de <https://revistaseug.ugr.es/index.php/publicaciones/article/view/2194/2326>
  
9. Davó-Blanes, M., García, M. & La Parra, D. (2016). *Educación para la salud en la escuela primaria: opinión del profesorado de la ciudad de Alicante*. *Gaceta Sanitaria*, 30(1), pp.31-36. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2015.07.008>
  
10. Decreto Supremo N° 001-2007-ED. *Decreto Supremo que aprueba el Proyecto Educativo Nacional: La Educación que queremos para el Perú*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 07 de enero de 2007.

11. Decreto Supremo N° 008-2015-MINAGRI. *Decreto Supremo que aprueba el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2015-2021*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 20 de junio de 2015.
12. Decreto Supremo N°034-2014/PCM. Crean Comisión Multisectorial de naturaleza permanente encargada del diseño seguimiento y evaluación de la implementación de iniciativas intersectoriales de los sectores Educación Salud y Desarrollo e Inclusión Social en el marco de sus respectivas competencias orientadas a optimizar los logros de aprendizaje de las y los estudiantes de instituciones educativas públicas de Educación Básica Regular y Especial. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 07 de junio de 2014.
13. Decreto Supremo N° 068-2018-PCM. *Decreto Supremo que aprueba el Plan Multisectorial de Lucha contra la Anemia*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 3 de julio de 2018.
14. Decreto Supremo N° 176-2019-PCM. Decreto Supremo que modifica el Decreto Supremo N° 039-2014-PCM que Crea Comisión Multisectorial de Naturaleza Permanente encargada del diseño, seguimiento y evaluación de la implementación de iniciativas intersectoriales de los sectores Educación, Salud y Desarrollo e Inclusión social. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 10 de noviembre de 2019.
15. Decreto Supremo N° 010-2013-SA. Aprueban Plan de Salud Escolar 2013 -2016 con cargo al Presupuesto Institucional del Ministerio de Salud del

- Seguro Integral de Salud y de los demás pliegos involucrado. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 22 de agosto de 2013.
16. Decreto Supremo N° 017-2017-SA. *Decreto Supremo que aprueba el Reglamento de la Ley N° 30021, Ley de Promoción de la Alimentación Saludable*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 17 de junio de 2017.
  17. Decreto Supremo N° 012-2018-SA. *Aprueban Manual de Advertencias Publicitarias en el marco de lo establecido en la Ley N° 30021, Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes, y su Reglamento aprobado por Decreto Supremo N° 017-2017-SA*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 14 de junio de 2018.
  18. De la Cruz, E. (2015). *La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial*. Paradigma, 36(1), pp. 161-183. Recuperado de <http://sitios.dif.gob.mx/cenddif/wp-content/uploads/2017/05/EDUCACI%C3%93N-ALIMENTARIA.pdf>
  19. De La Cruz, E. (2018). *La educación alimentaria y nutricional como hecho educativo*. Laurus Revista de educación, 17(1), pp. 232-252. Recuperado de [https://www.academia.edu/38454162/La\\_Educaci%C3%B3n\\_Alimentaria\\_y\\_Nutricional\\_como\\_Hecho\\_Educativo](https://www.academia.edu/38454162/La_Educaci%C3%B3n_Alimentaria_y_Nutricional_como_Hecho_Educativo)
  20. Diaz-Beltrán, M. (2014). *Factores influyentes en el comportamiento alimentario infantil*. Revista de la Facultad de Medicina. 62(2), pp. 237-

245. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v62n2/v62n2a10.pdf>
21. Díaz, C. & García, I. (2014). *La mirada sociológica hacia la alimentación: análisis crítico del desarrollo de la investigación en el campo alimentario*. *Política y Sociedad*, 51(1), pp. 15-49. Recuperado de <file:///C:/Users/Fanny/Downloads/42472-Texto%20del%20art%C3%ADculo-71230-1-10-20140430.pdf>
22. Durán, S., Valdés, P., Godoy, A. & Herrera, T. (2014). *Hábitos alimentarios y condición física en estudiantes de pedagogía en educación física*. *Revista chilena de nutrición*, 41(3), pp. 251-259. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182014000300004>
23. España, E., Cabello, A. & Blanco, A. (2014). La competencia en alimentación. Un marco de referencia para la educación obligatoria. *Enseñanza de las Ciencias*, 32(3), pp. 611-629. Recuperado de <https://www.raco.cat/index.php/Ensenanza/article/view/287568/375721>
24. Fernández, A., Martínez, R., Carrasco, I. & Palma, A. (2017). *Impacto social y económico de la doble carga de la malnutrición: modelo de análisis y estudio piloto en Chile, el Ecuador y México*. Comisión Económica para América Latina y El Caribe (CEPAL). Recuperado de <https://www.cepal.org/es/publicaciones/42535-impacto-social-economico-la-doble-carga-la-malnutricion-modelo-analisis-estudio>
25. Gavidia, V. (2016). *Los ocho ámbitos de la Educación para la Salud en la Escuela*. Valencia: Tirant Humanidades. Recuperado de

[https://www.uv.es/comsal/pdf/librocomsal.pdf?\\_sm\\_au\\_=-iVVjJiMZ0J76T](https://www.uv.es/comsal/pdf/librocomsal.pdf?_sm_au_=-iVVjJiMZ0J76T)

[NJD](#)

26. Gonzales, V., Antún, M., Casagrande, M., Di Paola, M., Eisenberg, M. Escasany, M., Ferrari M. & Yomal, A. (2015). *Experiencia del programa mi escuela saludable*. Actualización en nutrición, 16(2), pp. 51-61  
Recuperado de [http://www.revistasan.org.ar/pdf\\_files/trabajos/vol\\_16/num\\_2/RSAN\\_16\\_2\\_51.pdf](http://www.revistasan.org.ar/pdf_files/trabajos/vol_16/num_2/RSAN_16_2_51.pdf)
  
27. González, J. & Santacruz, M. (2015). *Cálculo e interpretación del Alfa de Cronbach para el caso de validación de la consistencia interna de un cuestionario, con dos posibles escalas tipo Likert*. Revista Publicando, 2(1), pp. 62-77. Recuperado de [https://revistapublicando.org/revista/index.php/crv/article/viewFile/22/pdf\\_11](https://revistapublicando.org/revista/index.php/crv/article/viewFile/22/pdf_11)
  
28. Instituto Nacional de Estadística e Informática (2018). *Encuesta Demográfica y de Salud familiar (Primer semestre 2018)*. Lima, Perú: Autor. Recuperado de [https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2018/ppr/Indicadores\\_de\\_Resultados\\_de\\_los\\_Programas\\_Presupuestales\\_ENDES\\_Primer\\_Semestre\\_2018.pdf](https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2018/ppr/Indicadores_de_Resultados_de_los_Programas_Presupuestales_ENDES_Primer_Semestre_2018.pdf)
  
29. Lamarque, M. & Orden, Alicia B. (2017). *Prevención de la obesidad infantil: aportes desde las ciencias sociales para la intervención*. Archivos

- argentinos de pediatría, 115(2), pp. 169-174. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.5546/aap.2017.169>
30. Ley N° 30021. *Ley de Promoción de la Alimentación Saludable para niños, niñas y adolescentes*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 17 de mayo de 2013.
  31. Ley N° 30061. Ley que declara de prioritario interés nacional la atención integral de la salud de los estudiantes de educación básica regular y especial de las instituciones educativas públicas del ámbito del Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma y los incorpora como asegurados del Seguro Integral de Salud (SIS). Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 06 de julio de 2013.
  32. Ministerio de Educación (2016). *Currícula Nacional de Educación Básica*. Lima, Perú: Autor. Recuperado de <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>
  33. Ministerio de Educación (2017a). *Programa Curricular de Educación Inicial*. Lima, Perú: Autor. Recuperado de <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/programa-curricular-educacion-inicial.pdf>
  34. Ministerio de Educación (2017b). *Programa Curricular de Educación Primaria*. Lima, Perú: Autor. Recuperado de <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/programa-nivel-primaria-ebr.pdf>

35. Ministerio de Salud (2017). *Observatorio de Nutrición y Estudio del Sobrepeso y Obesidad*. Perú. Recuperado de <https://observateperu.ins.gob.pe/>
  
36. Nasi, M. (2011). *Valoración del conocimiento sobre nutrición en docentes de nivel primario para su utilización como práctica de promoción de la salud*. (Tesis de título profesional, Universidad Abierta Interamericana). Recuperado de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC110695.pdf>
  
37. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2014). *Guidelines for assessing nutrition-related Knowledge, Attitudes and Practices*. Roma, Italia: Autor. Recuperado de <http://www.fao.org/docrep/019/i3545e/i3545e00.htm>
  
38. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura; Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola; Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia; Programa Mundial de Alimentos & Organización Mundial de la Salud (2018). *El Estado de la Seguridad Alimentaria y la Nutrición en el Mundo. Fomentando la resiliencia climática en aras de la seguridad alimentaria y la nutrición*. Roma, Italia: FAO. Recuperado de <http://www.fao.org/3/I9553ES/i9553es.pdf>
  
39. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (17 de octubre, 2017). *FAO y UNESCO: Sin educación alimentaria será imposible erradicar el hambre y la malnutrición*. [Comunicado de prensa]. Recuperado de <http://www.unesco.org/new/es/media->

- [services/single-view/news/fao\\_y\\_unesco\\_sin\\_educacion\\_alimentaria\\_sera\\_imposible\\_err/](#)
40. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Enfoque por competencias. [Comunicado de prensa]. Recuperado de <http://www.ibe.unesco.org/es/temas/enfoque-por-competencias>
  41. Organización Mundial de la Salud (31 de agosto, 2018). *Alimentación Sana*. [Comunicado de prensa]. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
  42. Organización Panamericana de la Salud (2015). *Plan de acción de la Obesidad en la niñez y la adolescencia*. Washington, D.C., EEUU: Autor. Recuperado de <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2015/Obesity-Plan-Of-Action-Child-Spa-2015.pdf>
  43. Palma, A. (2 de abril, 2018). *Malnutrición en niños y niñas en América Latina y el Caribe*. [Comunicado de prensa]. Recuperado de <https://www.cepal.org/es/enfoques/malnutricion-ninos-ninas-america-latina-caribe>
  44. Paz-Lugo, P. (2015). *Alimentación, Higiene y salud Manual para maestros. La Rioja, España: Universidad Internacional de La Rioja*. Recuperado de [https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4811/Alimentacion\\_Higiene\\_Salud.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4811/Alimentacion_Higiene_Salud.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

45. Paz-Lugo, P. (2016). *Educación alimentaria y nutricional en la formación inicial de maestros en España*. La Rioja, España: Asociación Científica de Psicología y Educación. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10045/64502>
  
46. Resolución Ministerial N° 0440-2008-ED. *Aprueban el Diseño Curricular Nacional de Educación Básica Regular*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 16 de diciembre de 2008.
  
47. Resolución Ministerial N° 281-2016-MINEDU. *Aprueban el Currículo Nacional de la Educación Básica*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 3 de junio de 2016.
  
48. Resolución Ministerial N° 112-2017-MIDIS. *Aprueban el Plan Sectorial para contribuir con la reducción de la Desnutrición Crónica Infantil y la Anemia en niñas y niños menores de 36 meses, 2017-2021*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 23 de junio de 2017.
  
49. Resolución Ministerial N° 159-2017-MINEDU. *Modifican el Currículo Nacional de la Educación Básica y modifican los Programas Curriculares de Educación Inicial, Educación Primaria y Educación Secundaria*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 9 de marzo 2017.
  
50. Resolución Ministerial N° 111-2005/MINSA. *Aprueban los Lineamientos de Política de Promoción de la Salud*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 19 de febrero de 2005.

51. Resolución Ministerial N°908-2012/MINSA. Aprueban Lista de Alimentos Saludables recomendados para su expendio en los Quioscos Escolares de las Instituciones Educativas. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 17 de noviembre de 2012.
52. Resolución Ministerial N° 249-2017/MINSA. *Aprueban el Documento Técnico: Plan Nacional para la Reducción y Control de la Anemia Materno Infantil y la Desnutrición Crónica Infantil en el Perú: 2017-2021*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 18 de abril de 2017.
53. Resolución Ministerial N° 195-2019/MINSA. *Aprueban el Documento Técnico: Lineamientos para la Promoción y Protección de la Alimentación Saludable en las Instituciones Educativas Públicas y Privadas de la Educación Básica*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 02 de marzo de 2019.
54. Resolución Suprema N° 001-2007-ED. *Aprueban el "Proyecto Educativo Nacional al 2021: La Educación que queremos para el Perú"*. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 07 de enero de 2007.
55. Rivadulla-López, J. (2015). *El desarrollo del currículum desde la perspectiva del profesorado de educación primaria. La nutrición humana*. Enseñanza de las ciencias, 33(1), pp. 273-274. Recuperado de <https://www.raco.cat/index.php/Ensenanza/article/viewFile/288586/37686>
56. Rivadulla-López, J., García, S. & Martínez, C. (2017). *Qué enseña y evalúa sobre nutrición humana un grupo de profesores españoles y*

- portugueses de educación primaria*. Enseñanza de las ciencias: revista de investigación y experiencias didácticas, 35(3), pp. 69-87. Recuperado de <https://www.raco.cat/index.php/Ensenanza/article/view/329208/419796>
57. Rodrigo, M., Ejeda, J. & González, C. (2010). *Una investigación en torno a las concepciones sobre Alimentación en futuros profesores*. Revista Complutense de Educación, 21(1), pp. 189-207. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3344929>
58. Rosales Ricardo, Y., Peralta, L., Yaulema, L., Pallo, J., Orozco, D., Caiza, V., Parreño, Á., Barragán, V., & Ríos, P. (2017). *Alimentación saludable en docentes*. Revista Cubana De Medicina General Integral, 33(1). Recuperado de <http://www.revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/272/128>
59. Salinas, J., González, C., Fretes, G., Montenegro, E. & Vio del R, F. (2014). *Bases teóricas y metodológicas para un programa de educación en alimentación saludable en escuelas*. Revista chilena de nutrición, 41(4), pp. 343-350. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182014000400001>
60. Talavera, M. & Gavidia, V. (2013). *Percepción de la educación para la salud en el personal docente y el sanitario*. Didáctica de las Ciencias Experimentales y Sociales, 27(12), pp.115-129. Recuperado de <http://ojs.uv.es/index.php/dces/article/view/2569>
61. Torres-Garcia, M. & Santana, H. (2017). *La Educación para la salud en la formación de maestros desde el espacio europeo de Educación Superior*.

- Revista Complutense de Educación, 28(4), pp. 1083-1101. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.5209/RCED.51536>
62. Torres, M., Marrero, M., Navarro, M. & Gavidia, V. (2018). *¿Cómo abordan los textos de Educación Primaria la competencia en alimentación y actividad física?* Revista Eureka sobre enseñanza y divulgación de las ciencias, 15(1) p. 1103. Recuperado de <https://rodin.uca.es/xmlui/handle/10498/19951>
63. Troncoso, C., Doepking, C. & Zúñiga, C. (2013). *Alimentación saludable en la formación de estudiantes de carreras del área pedagógica.* Revista chilena de nutrición, 40(1), pp. 43-47. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182013000100007>
64. Villena, J. (2017). *Prevalencia de sobrepeso y obesidad en el Perú.* Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia, 63(4), pp. 593-598. Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2304-51322017000400012&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2304-51322017000400012&lng=es&tlng=es)

## X. ANEXOS

### Anexo 1: Matriz de Consistencia y Operalización de variables

TÍTULO: “RELACIÓN ENTRE CONOCIMIENTOS EN ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y COMPETENCIAS EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN UNMSM; LIMA 2019”	
PROBLEMA	¿Cómo se relacionan los conocimientos de alimentación saludable adquiridos a través del Plan de Estudios con las competencias de los estudiantes del último año de la carrera profesional de Educación de las especialidades de inicial y primaria de la UNMSM?
PROBLEMAS ESPECIFICOS	<p>PE.1 ¿Cuál es la incidencia del Plan de Estudio de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias cognitivas sobre alimentación saludable y la actividad física en sus estudiantes del último año de las especialidades de inicial y primaria?</p> <p>PE.2 ¿Cuál es la incidencia del Plan de Estudio de las escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias procedimentales sobre alimentación saludable y la actividad física en sus estudiantes del último año de las especialidades de inicial y primaria?</p> <p>PE.3 ¿Cuál es la incidencia del Plan de Estudio de las escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias actitudinales sobre alimentación saludable y la actividad física en sus estudiantes del último año de las especialidades de inicial y primaria?</p>
HIPÓTESIS	<p>Los conocimientos de alimentación saludable y la actividad física adquiridos por los estudiantes a través del Plan de Estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM propiciarán el desarrollo de competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales en los estudiantes.</p> <p><b>Ho:</b> Los conocimientos de alimentación saludable y la actividad física adquiridos por los estudiantes a través del Plan de Estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM no propician el desarrollo de competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales.</p> <p><b>H1:</b> Los conocimientos de alimentación saludable y la actividad física adquiridos por los estudiantes a través del Plan de Estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM propician el desarrollo de competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales.</p>
OBJETIVO GENERAL	Establecer el grado de correlación de los conocimientos de alimentación saludable y la actividad física adquiridos a través del Plan de Estudios de la escuela profesional de Educación con el desarrollo de competencias cognitivas, procedimental y actitudinales en los estudiantes del último año de Educación de la UNMSM.
OBJETIVOS ESPECIFICOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar el grado de incidencia del Plan de estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias cognitivas sobre alimentación saludable y la actividad física en los alumnos del último año de las especialidades de inicial y primaria.</li> <li>• Determinar el grado de incidencia del Plan de estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias procedimentales sobre alimentación saludable y la actividad física en los alumnos del último año de las especialidades de inicial y primaria.</li> <li>• Determinar el grado de incidencia del Plan de estudios de la escuela profesional de Educación de la UNMSM con el desarrollo de competencias actitudinales sobre alimentación saludable y la actividad física en los alumnos del último año de las especialidades de inicial y primaria.</li> </ul>

### Cuadro de Operalización de variables

VARIABLES	SUBVARIABLE/ DIMENSIONES	INDICADORES	TECNICA	INSTRUMENTO	SUJETO
<u>Independiente:</u>					
Plan de estudios de Educación	- Especialidad en educación inicial	Cantidad de cursos de la Escuela Profesional de Educación que imparten temas de alimentación, nutrición y salud.	-Análisis documental	- Revisión documentaria del Plan de estudio de la Facultad de Educación.	- Página web de la Facultad de Educación de la UNMSM.
	- Especialidad en educación primaria.	Horas de enseñanza impartidas sobre temas relacionados a la alimentación, nutrición y salud.	-Análisis documental	- Revisión documentaria de los Syllabus de los cursos que imparten temas de alimentación, nutrición y salud.	- Página web de la Facultad de Educación de la UNMSM.
<u>Dependiente:</u>					
• Competencias	Cognitivas	Conocimiento sobre alimentos y nutrientes. Su función Conocimiento sobre Dieta equilibrada Conocimiento sobre Causas, signos y consecuencias de los principales problemas por deficiencia de nutrientes en los niños. Conocimiento sobre Alimentos ricos en nutrientes que ayuden a la prevención de la malnutrición. Conocimiento sobre Problemas de salud relacionados Conocimiento sobre Medidas de prevención del sobrepeso y obesidad Conocimiento sobre Beneficio de la actividad física Conocimiento sobre Consecuencias del sedentarismo. Prevención de infecciones e intoxicaciones alimentarias. Conocimiento sobre Principales sistemas de conservación de los alimentos. Conocimiento sobre Alimentos con mayor riesgo de descomposición. Lavado de manos Conocimiento sobre Métodos para potabilizar el agua.	-Cuestionario estructurado a alumnos.	-Encuesta	- Estudiantes del último año de la carrera profesional de educación de la UNMSM de las especialidades de inicial y primaria.

VARIABLES	SUBVARIABLE/ DIMENSIONES	INDICADORES	TECNICA	INSTRUMENTO	SUJETO
Competencias	Procedimentales	Clasifica los alimentos según los principales nutrientes que aportan. Análisis crítico de la publicidad Consumo de alimentos ricos en nutrientes que previenen las deficiencias nutricionales. Prácticas adecuadas que favorecen la absorción de nutrientes. Utiliza técnicas culinarias apropiadas para la preparación de alimentos. Consume alimentos sanos y equilibrados. Práctica hábitos saludables de consumo. Desarrollo de hábitos de ocio saludables Realiza ejercicios físicos regularmente. Práctica de medidas de conservación de alimentos Manipula alimentos guardando las normas de higiene. Práctica de lavado de manos Practica y consume agua segura	Cuestionario estructurado a alumnos	Encuesta	Estudiantes del último año de la carrera profesional de educación de la UNMSM de las especialidades de inicial y primaria.
	Actitudinales	Selecciona alimentos saludables Conciencia de la importancia de una adecuada alimentación Conciencia de la gravedad de los problemas de malnutrición en niños. Interés en la prevención de los problemas de malnutrición. Conciencia de la gravedad de los problemas de salud a causa del sobrepeso y obesidad. Valora la importancia de la alimentación adecuada. Actitud favorable al cuidado personal y de la salud. Valora la importancia del ejercicio físico. Interés en la promoción del ejercicio físico. Valora la importancia de las normas de higiene y la conservación de los alimentos. Conciencia de la gravedad de las consecuencias por inadecuadas prácticas de higiene y conservación de alimentos. Valora la importancia del lavado de manos para la prevención de enfermedades. Conciencia de la gravedad de las consecuencias por consumo de agua no potable. Valora la importancia de la potabilización del agua.	Cuestionario estructurado a alumnos	Encuesta	Estudiantes del último año de la carrera profesional de educación de la UNMSM de las especialidades de inicial y primaria.

## Anexo 2: Documentos para la solicitud de autorización para el desarrollo de la encuesta en la UNMSM.



CARTA-079-DGPPI-CIENTIFICA-2019

Lima, 25 de setiembre de 2019

Doctora  
Luz Marina Acevedo Tovar  
Decana de la Facultad de Educación  
Universidad Nacional Mayor de San Marcos  
**Presente.**



De mi mayor consideración:

Es grato saludarla y a la vez presentar a la Lic. Fanny Elizabeth Requena Vela, identificada con DNI N° 10205271, estudiante de la Maestría de educación superior con mención en docencia e investigación universitaria de la Universidad Científica del Sur. La tesista en mención tiene el interés de desarrollar el proyecto de investigación titulado: **"Relación entre conocimientos en alimentación saludable y competencias en estudiantes de educación UNMSM; Lima 2019"**, el cual ha sido aprobado por el Comité de ética de nuestra universidad. Dentro de las actividades que se desarrolla en dicha investigación se incluye:

- Aplicación de la encuesta "Competencias en alimentación saludable y actividad física", dirigida a estudiantes de la Carrera Profesional de Educación en las especialidades de Educación Inicial y Primaria (9no y 10mo ciclos académicos) de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Recurso a su dependencia para pedirle que tenga la gentileza de brindar a nuestra tesista la autorización pertinente para realizar la actividad señalada.

Brindo los datos de contacto de la bachiller, email: [frequena@cientifica.edu.pe](mailto:frequena@cientifica.edu.pe); [frequenavela@gmail.com](mailto:frequenavela@gmail.com); celular N° 995662062.

Sin otro particular, quedamos de Ud.

Atentamente,



**Percy Mayta Tristán**  
Director de Gestión de Proyectos y  
Promoción de la Investigación  
Universidad Científica del Sur

Tel: (51) 60 8400  
Calle 2  
[www.cientifica.edu.pe](http://www.cientifica.edu.pe)

Campus  
Panamericana Sur  
Km 19 - Lima 42



Universidad Nacional Mayor de San Marcos  
Universidad del Perú. Decana de América  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN - EPE**

## **AUTORIZACIÓN**

*El Director (e) de la Escuela Profesional de Educación de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos,*

### **AUTORIZA A:**

*La señorita **FANNY ELIZABETH REQUENA VELA** estudiante de la Maestría de Educación Superior de la **Universidad Científica del Sur**, para que pueda ingresar a las aulas de clases de los alumnos del Pregrado de la Escuela Profesional de Educación del Semestre Académico 2019 - II, para aplicar un instrumento de evaluación.*

*Se agradece a los señores docentes brindarles las facilidades del caso, si lo tiene a bien.*

*Ciudad Universitaria, 10 de octubre de 2019*



*Mg. Eli Romeo Carrillo Vásquez*  
*Director (e) de la Escuela Profesional de Educación*

Anexo 3: **Consentimiento informado****CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo, \_\_\_\_\_, estudiante de la Carrera Profesional de Educación, en la especialidad de \_\_\_\_\_, con DNI N° \_\_\_\_\_, certifico que he sido informado (a) con claridad y veracidad los propósitos de la aplicación del cuestionario “Competencias en Alimentación Saludable y Actividad Física”, al que he sido invitado(a) a participar; que actúo voluntariamente a colaborar con el procedimiento de la misma, y que de acuerdo a lo señalado, se respetará la buena fe, la confiabilidad e intimidad de la información suministrada.

Lima, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2019.

---

Firma

## Anexo 4: Cuestionario

### CUESTIONARIO SOBRE COMPETENCIAS EN ALIMENTACION SALUDABLE Y ACTIVIDAD FÍSICA

<p><b>DATOS DEL ENCUESTADO</b></p> <p>Sexo: <input type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino</p> <p>Edad: _____</p> <p>Ciclo de estudio: _____ Plan de estudio año: _____</p> <p>Facultad: Educación</p> <p>Especialidad: <input type="checkbox"/> Inicial <input type="checkbox"/> Primaria <input type="checkbox"/> Secundaria</p> <p>Estado Civil: <input type="checkbox"/> Soltero</p> <p style="padding-left: 40px;"><input type="checkbox"/> Casado</p> <p style="padding-left: 40px;"><input type="checkbox"/> Conviviente</p> <p style="padding-left: 40px;"><input type="checkbox"/> Otro: _____</p> <p>Tiene hijos: <input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No</p> <p>Por favor marca con una <b>“X”</b> la respuesta a cada pregunta. Te pido contestar con mucha sinceridad. No pienses demasiado en responder y hazlo de acuerdo a lo que generalmente sueles hacer. No existen respuestas ni buenas ni malas. Esta encuesta es totalmente confidencial.</p>	<p><b>1. ¿Cuáles son los grupos de alimentos básicos que conforman nuestra dieta? (Rpta. Múltiple)</b></p> <p><input type="checkbox"/> a. Energéticos</p> <p><input type="checkbox"/> b. Formadores o constructores</p> <p><input type="checkbox"/> c. Protectores o reguladores</p> <p><input type="checkbox"/> d. Naturales</p> <p><input type="checkbox"/> e. No sé</p> <p><input type="checkbox"/> f. No recuerdo</p> <p><b>2. De la siguiente relación, señale el alimento que provee nutrientes para el crecimiento y desarrollo del organismo (Rpta. Única)</b></p> <p><input type="checkbox"/> a. Arroz</p> <p><input type="checkbox"/> b. Naranja</p> <p><input type="checkbox"/> c. Pollo</p> <p><input type="checkbox"/> d. Zanahoria</p> <p><input type="checkbox"/> e. No sabe</p> <p><input type="checkbox"/> f. No recuerdo</p> <p><b>3. De la siguiente relación, señale los alimentos que recomendaría para una lonchera escolar: (Rpta. Múltiple)</b></p> <p><input type="checkbox"/> a. Fruta / Verduras crudas picadas</p> <p><input type="checkbox"/> b. Lácteos (Yogurt / queso)</p> <p><input type="checkbox"/> c. Refrescos procesados (jugos a base de fruta o leche, gaseosas)</p> <p><input type="checkbox"/> d. Productos envasados (galletas dulces, saladas o con cremas)</p> <p><input type="checkbox"/> e. No sé</p> <p><input type="checkbox"/> f. No recuerdo</p> <p><b>4. De la siguiente relación, señale el alimento que consumiría para obtener mayor energía:</b></p> <p><input type="checkbox"/> a. Gaseosas</p> <p><input type="checkbox"/> b. Papaya picada</p> <p><input type="checkbox"/> c. Pan con mermelada</p> <p><input type="checkbox"/> d. Chocolate</p> <p><input type="checkbox"/> e. No sé</p> <p><input type="checkbox"/> f. No recuerdo</p>
--	---

**5. Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos**

	<b>Alimentos</b>	a. Me agrada mucho	b. Me agrada	c. Ni me agrada ni me desagrada	d. Me desagrada	e. Me desagrada mucho
5.1.	Frutas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.2.	Verduras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.3.	Carne de res, cerdo y pollo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.4.	Pescados y mariscos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.5.	Lácteos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.6.	Pan, papa, pasta, cereales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.7.	Frijoles, garbanzos, lentejas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.8.	Golosinas (Galletas, chocolates, caramelos)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.9.	Huevo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.10.	Frutos secos (Almendras, nueces, maníes, pasas, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.11.	Bebidas alcohólicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.12.	Bebidas procesadas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**6. De acuerdo a las etiquetas nutricionales (donde se indican los nutrientes del producto), considero: (Rpta.Única))**

- a. Son muy largas y no tengo tiempo de leerlas
- b. No me interesa leerlas
- c. Son confusas, no las entiendo
- d. Son fáciles de leer, las entiendo
- e. No sé
- e. No recuerdo

**7. De la siguiente relación, señale el factor que consideras más importante al elegir un alimento para consumirlo. (Rpta.Múltiple)**

- a. Su sabor
- b. Su precio
- c. Que sea agradable a la vista
- d. Su contenido nutricional
- e. No sé
- f. No recuerdo

**8. ¿Qué tan importante considera que es el consumo de una alimentación variada y equilibrada? (Rpta.Única)**

- a. Nada importante
- b. Poco importante
- c. Medianamente importante
- d. Importante
- e. Muy importante
- f. No sé

**9. De la siguiente relación, señale los signos de la desnutrición o retardo de crecimiento en los niños: (Rpta Múltiple)**

- a. Falta de energía/debilidad
- b. Se enferma con facilidad
- c. Pérdida de peso
- d. Se detiene el crecimiento de los niños
- e. No sé
- f. No recuerdo

**10. De la siguiente relación, señale los signos que podemos observar en un niño con anemia: (Rpta Múltiple)**

- a. Falta de energía/debilidad, se duermen en clase
- b. Palidez
- c. Uñas hundidas o en forma de cuchara
- d. Es más probable que se enferme
- e. No sé
- f. No recuerdo

**11. De la siguiente relación, señale los alimentos con hierro de mayor absorción: (Rpta.Única)**

- a. Hígado
- b. Espinaca
- c. Lentejas
- d. Sangrecita
- e. No sé
- f. No recuerdo

**12. De la siguiente relación, señale los alimentos que no permiten que el hierro no se absorba (Rpta.Múltiple)**

- a. Café, Té, Infusiones
- b. Gaseosas
- c. Naranja, Limón
- d. Leche
- e. No sé
- f. No recuerdo

**13. Cuántas veces a la semana consumes en tu almuerzo pollo, res, pescado o marisco? (Rpta.Única)**

- a. No consumo
- b. 1 vez
- c. 2 veces
- d. 3 veces
- e. Más de 3 veces
- f. No recuerdo

**14. ¿Cuándo suele consumir las frutas cítricas (maracuyá, naranja, mandarina)? (Rpta.Única)**

- a. Antes de comer
- b. Durante la comida
- c. Inmediatamente después de la comida
- d. Dos horas o más después de la comida
- e. No consumo frutas cítricas
- f. No recuerdo

**15. ¿Qué tan grave cree que sea la anemia y la desnutrición en los niños? (Rpta.Única)**

- a. Nada grave
- b. Poco grave
- c. Medianamente grave
- d. Grave
- e. Muy grave
- f. No sé

**16. ¿Usted tiene interés en prevenir los problemas nutricionales en los niños? (Rpta.Única)**

- a. No tengo interés
- b. Poco interés
- c. Medianamente interesado
- d. Interesado
- e. Muy interesado
- f. No sé

**17. ¿Cuáles son los riesgos a la salud que pueden ocurrir cuando una persona está con exceso de peso? (Rpta Múltiple)**

- a. Aumento del riesgo de enfermedades crónicas (como enfermedades al corazón, presión arterial elevada y diabetes)
- b. Reduce la calidad de vida
- c. Muerte prematura
- d. No existe riesgo
- e. No sé
- f. No recuerdo

**18. ¿Por qué las personas están con exceso de peso? (Rpta Múltiple)**

- a. Aumento del consumo de alimentos ricos en grasa
- b. Aumento del consumo de alimentos ricos en azúcar
- c. La falta o disminución de actividad física
- d. Otros
- e. No sé
- f. No recuerdo

**19. ¿Cómo se puede prevenir el exceso de peso? (Rpta Múltiple)**

- a. Consumiendo alimentos saludables bajos en grasa, azúcares y sal.
- b. Consumiendo alimentos de forma balanceada
- c. Consumiendo verduras y frutas con mayor frecuencia
- d. Aumentando la actividad física, realizándolo regularmente
- e. No sé
- f. No recuerdo

**20. ¿Cuál es la técnica culinaria que empleas habitualmente en la cocción de tus alimentos? (Rpta. Única)**

- a. Fritos (Incluye empanizados y arrebozados)
- b. Al vapor o hervidos
- c. A la plancha
- d. Horneados/Guisados
- e. Salteados
- f. No recuerdo

**21. De la siguiente relación, señale la bebida que consume en mayor cantidad durante el día (Rpta.Única)**

- a. Refresco con ingredientes naturales endulzado (limonada, infusiones, chicha, etc.)
- b. Agua natural (hervida o embotellada sin adición de azúcar ni gas)
- c. Refresco o jugos industrializados (gaseosas, jugos de fruta, néctares, energizantes, etc.)
- d. Lácteos (leche, yogurt).
- e. Refrescos o jugos dietéticos o bajos en azúcares industrializados
- f. No recuerdo

**22. De la siguiente relación, señale lo que sueles ingerir habitualmente entre comidas. (Rpta.Única)**

- a. Maníes u otras semillas (pasas, guindones, etc).
- b. Fruta o verdura
- c. Galletas o pan dulce (pastelería) u otros dulces
- d. Papitas, churritos, frituras, etc.
- e. Nada
- f. No recuerdo

**23. ¿Qué tan grave para la salud cree que sea ser gordo? (Rpta.Única)**

- a. Nada grave
- b. Poco grave
- c. Medianamente grave
- d. Grave
- e. Muy grave
- f. No sé

**24. ¿Qué haces o estarías dispuesto a hacer para cuidar tu peso? (Rpta.Múltiple)**

- a. Cuidar mi alimentación
- b. Hacer ejercicio
- c. Cuidar mi alimentación y hacer ejercicio
- d. Tomar suplementos dietéticos o productos herbolarios
- e. Nada
- f. Otro

**25. ¿Por qué deberíamos practicar actividad física? (Rpta.Única)**

- a. Por diversión y pasar el tiempo
- b. Para encontrarme con amigos
- c. Por mantener la línea
- d. Por mantener y/o mejorar la salud
- e. No sé
- f. No recuerdo

**26. En su opinión: No realizar actividad física ¿Qué produciría en nuestro organismo? (Rpta Múltiple)**

- a. Posibilidad de padecer enfermedades crónicas (diabetes, obesidad, etc.)
- b. Menor rendimiento físico
- c. Osteoporosis y dolor en articulaciones
- d. Aumento progresivo de peso
- e. No sé
- f. No recuerdo

**27. ¿Cuál es la recomendación del tiempo que los niños y adolescentes deben dedicar diariamente al desarrollo de la actividad física? (Rpta.Única)**

- a. 15 min.
- b. 30 min.
- c. 45 min.
- d. 60 min.
- e. No sé
- f. No recuerdo

**28. ¿Qué actividades físicas o ejercicios son los más recomendados para los niños? (Rpta Múltiple)**

- a. Juegos recreativos al aire libre: saltar soga, jugar mundo, etc.
- b. Caminar, andar en bicicleta, correr.
- c. Nadar, futbol, vóley
- d. Juegos: Nintendo, play station, etc.
- e. No sé
- f. No recuerdo

**29. ¿Haces ejercicio o practicas algún deporte? (Rpta.Única)**

- a. No hago actividad física
- b. Raras veces
- c. Algunas veces
- d. Frecuentemente
- e. Siempre
- f. No recuerdo

**30. En tu tiempo libre dentro de casa ¿Qué haces con mayor frecuencia?: (Rpta.Única)**

- a. Hacer ejercicio, bailar, etc.
- b. Jugar Nintendo, play station
- c. Leer o ver televisión sentado o recostado en cama
- d. Computadora, celular, Tablets
- e. Hacer quehaceres del hogar (barrer, lavar ropa a mano, etc.)
- f. No recuerdo

**31. En tu opinión ¿Qué tan bueno es hacer ejercicio? (Rpta.Única)**

- a. No es bueno
- b. Regularmente bueno
- c. Medianamente bueno
- d. Bueno
- e. Muy bueno
- f. No sé

**32. ¿Tienes interés en promover el deporte? (Rpta.Única)**

- a. No tengo interés
- b. Poco interés
- c. Medianamente interesado
- d. Interesado
- e. Muy interesado
- f. No sé

**33. De la siguiente relación, señale los motivos por los cuales los alimentos cocidos no se deben mantener a temperatura ambiente por más de dos horas. (Rpta Múltiple)**

- a. Porque las bacterias se multiplican rápido sobre el alimento
- b. La comida se malograría
- c. Porque la comida no estaría a una temperatura segura
- d. No ocurre nada, los alimentos cocidos siempre son seguros
- e. No sé
- f. No recuerdo

**34. ¿Qué alimentos deben mantenerse en un lugar frío o en el refrigerador para conservarse? (Rpta. Múltiple)**

- a. Tubérculos (papa, camote)
- b. Carnes (res, aves, pescado)
- c. Productos lácteos (leche fresca, queso)
- d. Alimentos preparados (salsas, comidas, etc.)
- e. No sé
- f. No recuerdo

**35. De la siguiente relación, señale ¿Qué alimentos se echan a perder más rápido? (Rpta.Múltiple)**

- a. Pescado
- b. Tubérculos (papa, camote)
- c. Arroz
- d. Leche fresca
- e. No sé
- f. No recuerdo

**36. ¿Cómo guarda los alimentos crudos como la carne de res, ave, pescado? (Rpta.Única)**

- a. Desde el momento de la compra hasta su preparación en el mismo día, al medio ambiente.
- b. Desde el momento de la compra hasta su consumo dentro de las 24 h, en refrigeración
- c. Desde el momento de la compra hasta su consumo a más de 24 h, en congelación
- d. Ninguno
- e. No sé
- f. No recuerdo

**37. ¿Qué se debe realizar antes de consumir las verduras y frutas crudas? (Rpta.Única)**

- a. Sólo limpiarlas si tienen cáscara
- b. Siempre lavarlas si se consume con o sin cáscara
- c. Pelarlas y se consume sin necesidad de lavar
- d. Si se cocinan no es necesario lavarlas
- e. No sé
- f. No recuerdo

**38. ¿Qué tan grave considera que es una infección estomacal o diarrea causada por alimentos mal conservados? (Rpta.Única)**

- a. Nada grave
- b. Poco grave
- c. Medianamente grave
- d. Grave
- e. Muy grave
- f. No sé

**39. ¿Qué tan bueno considera que es mantener alimentos como carne, aves, pescado, mariscos, productos lácteos o alimentos cocidos en un lugar frío o en el refrigerador? (Rpta.Única)**

- a. No es bueno
- b. Regularmente bueno
- c. Medianamente bueno
- d. Bueno
- e. Muy bueno
- f. No sé

**40. ¿Qué tan bueno considera que es lavar las verduras y frutas antes de consumirlas? (Rpta.Única)**

- a. No es bueno
- b. Regularmente bueno
- c. Medianamente bueno
- d. Bueno
- e. Muy bueno
- f. No sé

**41. ¿Sabe usted en que momentos debe lavarse las manos para evitar enfermedades? (Rpta. Múltiple)**

- a. Después de ir al baño
- b. Antes manipular y consumir alimentos
- c. Después de manipular alimentos crudos
- d. Después de manipular basura o desechos
- e. Otros.....
- f. No sé

**42. Cuando el agua no es segura para tomar, ¿qué debe hacer? (Rpta.Múltiple)**

- a. Hervir
- b. Agrega desinfectante / cloro
- c. Usar un filtro
- d. No hago nada porque el agua del grifo ya está potabilizada
- e. Otro.....
- f. No sé

**43. ¿Antes de consumir alimentos de qué manera se lava las manos? (Rpta.Única)**

- a. Me lavo las manos con agua en un recipiente que se comparte con otros
- b. Me lavo las manos solo con agua corriente
- c. Me lavo las manos con agua y jabón
- d. Solo me desinfecto con alcohol en gel
- e. No me lavo ni desinfecto mis manos
- f. No recuerdo

**44. ¿Qué hace para que el agua sea segura para beber? (Rpta.Única)**

- a. Hervirla
- b. Agregarle desinfectante / cloro
- c. Usar un filtro
- d. No hago nada porque el agua del grifo ya está potabilizada
- e. Otro.....
- f. No sé

**45. ¿Qué tan bueno considera que es lavarse las manos antes de alimentarse? (Rpta.Única)**

- a. No es bueno
- b. Regularmente bueno
- c. Medianamente bueno
- d. Bueno
- e. Muy bueno
- f. No sé

**46. ¿Qué tan grave cree que sea enfermarse por usar agua no potable o contaminada? (Rpta.Única)**

- a. Nada grave
- b. Poco grave
- c. Medianamente grave
- d. Grave
- e. Muy grave
- f. No sé

**47. ¿Qué tan bueno cree que es hervir el agua antes de beberla o usarla? (Rpta.Única)**

- a. No es bueno
- b. Regularmente bueno
- c. Medianamente bueno
- d. Bueno
- e. Muy bueno
- f. No sé

**48. Los conocimientos sobre alimentación / nutrición que tiene son debidos a: (Rpta.Única)**

- a. No tengo ningún conocimiento
- b. Cursos en la universidad
- c. Lectura de revistas o libros especializadas /os en el tema
- d. Lectura de revistas de carácter general con contenidos en alimentación
- e. Programas de Televisión, documentales, etc.
- f. Otros .....

**Anexo 5: Revisión de instrumento por Juicio de Expertos**

**ANEXO 4: VALORACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO**

**Indicación:** Coloque un valor de acuerdo al intervalo que corresponda en la calificación que usted considere según indicador

INDICADOR	CRITERIO	Deficiente 0 - 4	Regular 5 - 9	Bueno 10 - 14	Muy Bueno 15 - 19	Excelente 20
1. Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible			✓		
2. Objetividad	Está expresado en preguntas objetivas			✓		
3. Actualidad	Se basa en información técnica o científica vigente			✓		
4. Organización	Tiene una estructura lógica para recoger la información requerida				✓	
5. Suficiencia	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente.			✓		
6. Intencionalidad	Mide aspectos precisos de la variable			✓		
7. Consistencia	Se basa en aspectos teórico científicos de la variable			✓		
8. Coherencia	Existe relación entre las variables, dimensiones e ítems			✓		
9. Metodología	Responde estratégicamente al propósito del estudio			✓		
10. Pertinencia	Es útil para el propósito de la investigación					✓

VALORACIÓN	PUNTAJES
Deficiente	
Malo	
Regular	
Bueno	
Muy Bueno	
Promedio de valoración	

Nombres y Apellidos	<i>Fanny E. Requena Vela</i>
Profesión	<i>Docente</i>
Grado Académico	<i>Magister en Nutrición y Dietética</i>
Correo electrónico	<i>fannyrequena@unpsur.org</i>

Firma del Experto  
DNI N° 7205354  
Fecha 11/11/17

"Año del Buen Servicio al Ciudadano"  
"Decenio de las Personas con Discapacidad en el Perú"

Lima, 14 de noviembre de 2017

**Dra. FAYOLA JIMENEZ RAMOS**  
Directora Académica  
Carrera Nutrición y Dietética  
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Presente.-

Por la presente, le expreso mis cordiales saludos y a la vez manifestarle, que actualmente habiendo culminado mis estudios de maestría en Educación Superior con Mención en Docencia e Investigación Universitaria, y en el marco del desarrollo de la Tesis "Relación entre conocimientos en alimentación saludable y competencias en estudiantes del último año de la Carrera Profesional de Educación y Educación Física UNMSM, 2017", deseo realizar la validación del instrumento que será aplicado para la recopilación de la información, dirigida a los estudiantes del último año de la carrera profesional de Educación.

En este sentido, conociendo su amplia trayectoria profesional, le solicito su colaboración en emitir su JUICIO DE EXPERTO, para la validación del instrumento aplicado en la investigación denominado "Cuestionario sobre competencias en Alimentación Saludable y Actividad Física".

Agradele por anticipado su gentil colaboración como experto, me suscribo de usted.

Atentamente,

*Fanny E. Requena Vela*  
BACH. FANNY E. REQUENA VELA

Adjuntos:

1. Matriz de consistencia
2. Cuadro de operacionalización de variables
3. Ficha de Juicio de Experto y Validez del Instrumento de investigación
4. Valoración global del Instrumento

**ANEXO 4: VALORACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO**

**Indicación:** Coloque un valor de acuerdo al intervalo que corresponda en la calificación que usted considere según indicador

INDICADOR	CRITERIO	PUNTAJE				
		Deficiente 0 - 4	Regular 5 - 9	Bueno 10 - 14	Muy Bueno 15 - 19	Excelente 20
1. Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible				18	
2. Objetividad	Está expresado en preguntas objetivas				14	
3. Actualidad	Se basa en información técnica o científica vigente				13	
4. Organización	Tiene una estructura lógica para recoger la información requerida				14	
5. Suficiencia	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente.				18	
6. Intencionalidad	Mide aspectos precisos de la variable				18	
7. Consistencia	Se basa en aspectos teórico científicos de la variable				17	
8. Coherencia	Existe relación entre las variables, dimensiones e ítems				14	
9. Metodología	Responde estratégicamente al propósito del estudio				14	
10. Pertinencia	Es útil para el propósito de la investigación				14	

VALORACIÓN	PUNTAJES
Deficiente	—
Malo	—
Regular	—
Bueno	18, 14, 13, 14, 18, 14, 14, 14
Muy Bueno	18, 14, 13, 14, 18, 14, 14, 14
Promedio de valoración	18,3

Nombres y Apellidos	MARÍA VICTORIA PIÑALL ESPINOZA
Profesión	NUTRICIONISTA
Grado Académico	MAESTRA EN CIENCIAS (ANÁLISIS Y DIAGNÓSTICO)
Correo electrónico	maria.vicall@unicsur.edu.pe

*[Firma]*  
Firma del Experto  
DNI N° 7026715  
Fecha: 10-12-18

"Año del Buen Servicio al Ciudadano"  
"Decenio de las Personas con Discapacidad en el Perú"

Lima, 14 de noviembre de 2017

Dña.  
**MARIA MARULL ESPINOZA**  
Jefa  
Carrera Profesional de Nutrición  
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Presente.

Por la presente, le expreso mis cordiales saludos y a la vez manifestarle, que actualmente habiendo culminado mis estudios de maestría en Educación Superior con Mención en Docencia e Investigación Universitaria, y en el marco del desarrollo de la Tesis "Relación entre conocimientos en alimentación saludable y competencias en estudiantes del último año de la Carrera Profesional de Educación y Educación Física UNMSM, 2017", deseo realizar la validación del instrumento que será aplicado para la recopilación de la información, dirigida a los estudiantes del último año de la carrera profesional de Educación.

En este sentido, conociendo su amplia trayectoria profesional, le solicito su colaboración en emitir su JUICIO DE EXPERTO, para la validación del instrumento aplicado en la investigación denominado "Cuestionario sobre competencias en Alimentación Saludable y Actividad Física".

Agradeciéndole por anticipado su gentil colaboración como experto, me suscribo de usted.

Atentamente,

*[Firma]*  
BACH. FANNY E. REQUENA VELA

*[Firma]*  
Cecilia Vile Palma

- Adjuntos:
1. Matriz de consistencia
  2. Cuadro de operacionalización de variables
  3. Ficha del Juicio de Experto y Validez del Instrumento de investigación
  4. Valoración global del instrumento

**ANEXO 4: VALORACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO**

Indicación: Coloque un valor de acuerdo al intervalo que corresponda en la calificación que usted considere según indicador

INDICADOR	CRITERIO	VALORACIÓN			
		Deficiente 0 - 4	Regular 5 - 9	Bueno 10 - 14	Muy Bueno 15 - 19
1. Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible			X	
2. Objetividad	Está expresado en preguntas objetivas				X
3. Actualidad	Se basa en información técnica o científica vigente				X
4. Organización	Tiene una estructura lógica para recoger la información requerida				X
5. Suficiencia	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente				X
6. Intencionalidad	Mide aspectos precisos de la variable				X
7. Consistencia	Se basa en aspectos teórico científicos de la variable			X	
8. Coherencia	Existe relación entre las variables, dimensiones e ítems				X
9. Metodología	Responde estratégicamente al propósito del estudio				X
10. Pertinencia	Es útil para el propósito de la investigación				X

VALORACIÓN	PUNTAJES
Deficiente	
Malo	
Regular	
Bueno	
Muy Bueno	X
Promedio de valoración	

Nombres y Apellidos: Johnny Percy Ambulay Briceño  
 Profesión: Psicólogo y Nutrición MS. Esquemas y Análisis Metabólico  
 Grado Académico: MS. Psicología y Nutrición  
 Correo electrónico: johnny.ambulay@upds.pe

  
 Firma del Experto

DNI N°: 41564430  
 Fecha: 01/09/2018

"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"  
 "Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional"

Lima, 17 de Mayo de 2018

Mg.  
**JOHNNY PERCY AMBULAY BRICEÑO**  
 Docente Universitario  
 Universidad Peruana Cayetano Heredia

Presente.-

Por la presente, le expreso mis cordiales saludos y a la vez manifestarle, que actualmente habiendo culminado mis estudios de maestría en Educación Superior con Mención en Docencia e Investigación Universitaria, y en el marco del desarrollo de la Tesis "Relación entre conocimientos en alimentación saludable y competencias en estudiantes del último año de la Carrera Profesional de Educación y Educación Física UNMSM, 2018", deseo realizar la validación del instrumento que será aplicado para la recopilación de la información, dirigida a los estudiantes del último año de la carrera profesional de Educación.

En este sentido, conociendo su amplia trayectoria profesional, le solicito su colaboración en emitir su JUICIO DE EXPERTO, para la validación del instrumento aplicado en la investigación denominado "Cuestionario sobre competencias en Alimentación Saludable y Actividad Física".

Agradeciéndole por anticipado su gentil colaboración como experto, me suscribo de usted.

Atentamente,

  
**BACH. FANNY E. REQUEJENA VELA**

Adjuntos:

1. Matriz de consistencia
2. Cuadro de operacionalización de variables
3. Ficha del Juicio de Experto y Validez del Instrumento de Investigación
4. Valoración global del Instrumento

**ANEXO 4: VALORACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO**

Indicación: Coloque un valor de acuerdo al intervalo que corresponda en la calificación que usted considere según indicador

INDICADOR	CRITERIO	VALORACIÓN				
		Deficiente 0 - 4	Regular 5 - 9	Bueno 10 - 14	Muy Bueno 15 - 19	Excelente 20
1. Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible				X	
2. Objetividad	Está expresado en preguntas objetivas				X	
3. Actualidad	Se basa en información técnica o científica vigente				X	
4. Organización	Tiene una estructura lógica para recoger la información requerida			X		
5. Suficiencia	Comprende aspectos de la variable en cantidad y calidad suficiente.			X		
6. Intencionalidad	Mide aspectos precisos de la variable				X	
7. Consistencia	Se basa en aspectos teórico científicos de la variable.				X	
8. Coherencia	Existe relación entre las variables, dimensiones e ítems			X		
9. Metodología	Responde estratégicamente al propósito del estudio				X	
10. Pertinencia	Es útil para el propósito de la investigación			X		

VALORACIÓN	PUNTAJES
Deficiente	
Malo	
Regular	
Bueno	
Muy Bueno	
Promedio de valoración	

Nombres y Apellidos	<i>Claudia Inés Valle Palma</i>
Profesión	<i>Psicóloga</i>
Grado Académico	<i>Psicología</i>
Correo electrónico	<i>Claudia.valle@unpsdm.pe</i>

*[Firma]*  
Firma del Experto  
DNI N° 10.14.0396  
Fecha 01/Ago/2018

"Decreto de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"  
"Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional"

Lima, 17 de Mayo de 2018

Mg.  
**CLAUDIA INÉS VALLE PALMA**  
Docente Universitaria  
Universidad Peruana Cayetano Heredia

Presente.

Por la presente, le expreso mis cordiales saludos y a la vez manifestarle, que actualmente habiendo culminado mis estudios de maestría en Educación Superior con Mención en Docencia e Investigación Universitaria, y en el marco del desarrollo de la Tesis "Relación entre conocimientos en alimentación saludable y competencias en estudiantes del último año de la Carrera Profesional de Educación y Educación Física UNMSM, 2018", deseo realizar la validación del instrumento que será aplicado para la recopilación de la información, dirigida a los estudiantes del último año de la carrera profesional de Educación.

En este sentido, conociendo su amplia trayectoria profesional, le solicito su colaboración en emitir su JUICIO DE EXPERTO, para la validación del instrumento aplicado en la investigación denominado "Cuestionario sobre competencias en Alimentación Saludable y Actividad Física".

Agradezco de por anticipado su gentil colaboración como experto, me suscribo de usted.

Atentamente,

*[Firma]*  
BACH FANNY E. REQUEÑA VELA

*[Firma]*

Adjuntos:

1. Matriz de consistencia
2. Cuadro de operacionalización de variables
3. Ficha del Juicio de Experto y Validar del Instrumento de Investigación
4. Valoración global del instrumento

**Anexo 6: Carta de solicitud para la validación de cuestionario en la Facultad de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.**

**CIENTÍFICA**  
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR  
"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"  
"Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional"

Lima, 06 de setiembre 2018

Señor  
**Dr. Artemio Manuel Rios Rios**  
Decano  
Facultad de Educación Inicial  
Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle  
Presente.-



**ASUNTO :** Validación de instrumento de medición para desarrollo de Tesis de Post grado

De mi consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted, a fin de saludarlo y a la vez manifestarle, que la Lic. Fanny Elizabeth Requena Vela de Gonzales con DNI N° 10205271, Telf: 995662062, graduada de la Maestría en Educación Superior con mención en Docencia e Investigación Universitaria desarrollada en esta Casa Universitaria "Universidad Científica del Sur", viene desarrollando la Tesis de Grado denominada "Relación entre conocimientos en alimentación saludable y competencias en estudiantes de educación UNMSM; Lima 2018"

En este sentido, siendo un requisito para la aprobación del Proyecto de Tesis la validación de los instrumentos de investigación en una población similar a la del estudio; por lo que a través de la presente, le solicito las facilidades respectivas para que la Lic. Requena pueda desarrollar la validación del "Cuestionario sobre competencias en alimentación saludable y actividad física", la cual está dirigida a 30 estudiantes del 8° y 9° ciclo de la carrera de Educación Inicial.

Esperando pueda atender la presente solicitud, me despido de usted reiterándole los sentimientos de mi consideración y estima personal.

Atentamente,

**Mg. Luis E. Medrano**  
Coordinador de Maestría  
Carrera de Medicina Humana  
Facultad de Ciencias de la Salud

## Anexo 7: Resultados de la validación del cuestionario – Alfa de Cronbach

### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	15	28,3
	Excluido <sup>a</sup>	38	71,7
	Total	53	100,0

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

### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,820	59

## Anexo 8: Respuestas correctas e incorrectas por cada ítem evaluado

Item1: Conocimiento de cuáles son los grupos de alimentos básicos que conforman nuestra dieta de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Cuáles son los grupos de alimentos básicos que conforman nuestra dieta?	Correcta	7	35,0%	13	41,9%
	Incorrecta	13	65,0%	18	58,1%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 2: Conocimiento sobre el alimento que provee nutrientes para el crecimiento y desarrollo del organismo de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale el alimento que provee nutrientes para el crecimiento y desarrollo del organismo	Correcta	7	35,0%	16	51,6%
	Incorrecta	13	65,0%	15	48,4%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 3: Conocimiento sobre los alimentos que recomendaría para una lonchera escolar de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale los alimentos que recomendaría para una lonchera escolar	Correcta	15	75,0%	20	64,5%
	Incorrecta	5	25,0%	11	35,5%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 4:: Conocimiento sobre el alimento que consumiría para obtener mayor energía de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale el alimento que consumiría para obtener mayor energía	Correcta	2	10,0%	6	19,4%
	Incorrecta	18	90,0%	25	80,6%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 5: Nivel de agrado para comer las frutas de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: frutas	Correcta	20	100,0%	29	93,5%
	Incorrecta	0	0,0%	2	6,5%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 6: Nivel de agrado para comer las verduras de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: verduras	Correcta	18	90,0%	28	90,3%
	Incorrecta	2	10,0%	3	9,7%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 7: Nivel de agrado para comer carne de res, cerdo y pollo de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: carne de res, cerdo y pollo	Correcta	17	85,0%	26	83,9%
	Incorrecta	3	15,0%	5	16,1%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 8: Nivel de agrado para comer pescados y mariscos de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: pescados y mariscos	Correcta	17	85,0%	28	90,3%
	Incorrecta	3	15,0%	3	9,7%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 9: Nivel de agrado para comer lácteos de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: lácteos	Correcta	13	65,0%	22	71,0%
	Incorrecta	7	35,0%	9	29,0%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 10: Nivel de agrado para comer pan, papa, pasta, cereales de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: pan, papa, pasta, cereales	Correcta	13	65,0%	25	80,6%
	Incorrecta	7	35,0%	6	19,4%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 11 Nivel de agrado para comer frijoles, garbanzos, lentejas de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: frijoles, garbanzos, lentejas	Correcta	15	75,0%	27	87,1%
	Incorrecta	5	25,0%	4	12,9%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 12: Nivel de agrado para comer golosinas (galletas, chocolates, caramelos) de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: golosinas (galletas, chocolates, caramelos)	Correcta	1	5,0%	7	22,6%
	Incorrecta	19	95,0%	24	77,4%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 13: Nivel de agrado para comer huevo de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: huevo	Correcta	17	85,0%	25	80,6%
	Incorrecta	3	15,0%	6	19,4%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 14: Nivel de agrado para comer frutos secos (almendras, nueces, maníes, pasas, etc.) de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: frutos secos (almendras, nueces, maníes, pasas, etc.)	Correcta	14	70,0%	18	58,1%
	Incorrecta	6	30,0%	13	41,9%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 15: Nivel de agrado de las bebidas alcohólicas de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: bebidas alcohólicas	Correcta	11	55,0%	24	77,4%
	Incorrecta	9	45,0%	7	22,6%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 16: Nivel de agrado de las bebidas procesadas de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Marque la opción correspondiente de acuerdo a tu agrado para comer los siguientes alimentos: bebidas procesadas	Correcta	2	10,0%	14	45,2%
	Incorrecta	18	90,0%	17	54,8%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 17: Conocimiento sobre las etiquetas nutricionales (donde se indican los nutrientes del producto) de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De acuerdo a las etiquetas nutricionales (donde se indican los nutrientes del producto), considero:	Correcta	7	35,0%	12	38,7%
	Incorrecta	13	65,0%	19	61,3%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 18: Conocimiento sobre el factor que consideras más importante al elegir un alimento para consumirlo de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale el factor que consideras más importante al elegir un alimento para consumirlo	Correcta	7	35,0%	10	32,3%
	Incorrecta	13	65,0%	21	67,7%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 19: Conocimiento sobre qué tan importante considera que es el consumo de una alimentación variada y equilibrada de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué tan importante considera que es el consumo de una alimentación variada y equilibrada?	Correcta	19	95,0%	29	93,5%
	Incorrecta	1	5,0%	2	6,5%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 20: Conocimiento sobre los signos de la desnutrición o retardo de crecimiento en los niños de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale los signos de la desnutrición o retardo de crecimiento en los niños:	Correcta	7	35,0%	11	35,5%
	Incorrecta	13	65,0%	20	64,5%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 21: Conocimiento sobre los signos que podemos observar en un niño con anemia de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale los signos que podemos observar en un niño con anemia:	Correcta	3	15,0%	3	9,7%
	Incorrecta	17	85,0%	28	90,3%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 22: Conocimiento sobre los alimentos con hierro de mayor absorción de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale los alimentos con hierro de mayor absorción:	Correcta	17	85,0%	22	71,0%
	Incorrecta	3	15,0%	9	29,0%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 23: Conocimiento sobre los alimentos que no permiten que el hierro no se absorba de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale los alimentos que no permiten que el hierro no se absorba	Correcta	0	0,0%	2	6,5%
	Incorrecta	20	100,0%	29	93,5%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 24: Conocimiento sobre cuántas veces a la semana consumen en su almuerzo pollo, res, pescado o marisco de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Cuántas veces a la semana consumes en tu almuerzo pollo, res, pescado o marisco?	Correcta	19	95,0%	25	80,6%
	Incorrecta	1	5,0%	6	19,4%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 25: Conocimiento sobre cuando suelen consumir las frutas cítricas (maracuyá, naranja, mandarina) de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Cuándo suele consumir las frutas cítricas (maracuyá, naranja, mandarina)?	Correcta	8	40,0%	5	16,1%
	Incorrecta	12	60,0%	26	83,9%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 26: Conocimiento sobre que tan grave cree que sea la anemia y la desnutrición en los niños de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué tan grave cree que sea la anemia y la desnutrición en los niños?	Correcta	20	100,0%	31	100,0%
	Incorrecta	0	0,0%	0	0,0%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 27: Interés en prevenir los problemas nutricionales en los niños de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Usted tiene interés en prevenir los problemas nutricionales en los niños?	Correcta	20	100,0%	29	93,5%
	Incorrecta	0	0,0%	2	6,5%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 28: Conocimiento sobre los riesgos a la salud que pueden ocurrir cuando una persona está con exceso de peso de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Cuales son los riesgos a la salud que pueden ocurrir cuando una persona está con exceso de peso?	Correcta	6	30,0%	10	32,3%
	Incorrecta	14	70,0%	21	67,7%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 29: Conocimiento sobre por qué las personas están con exceso de peso de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Por qué las personas están con exceso de peso?	Correcta	13	65,0%	15	48,4%
	Incorrecta	7	35,0%	16	51,6%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 30: Conocimiento sobre cómo se puede prevenir el exceso de peso de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Cómo se puede prevenir el exceso de peso?	Correcta	10	50,0%	14	45,2%
	Incorrecta	10	50,0%	17	54,8%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 31: Conocimiento cuál es la técnica culinaria que emplean habitualmente en la cocción de los alimentos de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Cuál es la técnica culinaria que empleas habitualmente en la cocción de tus alimentos?	Correcta	17	85,0%	26	83,9%
	Incorrecta	3	15,0%	5	16,1%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 32: Bebida que consume en mayor cantidad durante el día de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale la bebida que consume en mayor cantidad durante el día	Correcta	10	50,0%	18	58,1%
	Incorrecta	10	50,0%	13	41,9%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 33: Alimentos que suelen ingerir habitualmente entre comidas de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale lo que sueles ingerir habitualmente entre comidas	Correcta	15	75,0%	16	51,6%
	Incorrecta	5	25,0%	15	48,4%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 34: Conocimiento sobre que tan grave para la salud cree que sea ser gordo de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué tan grave para la salud cree que sea ser gordo?	Correcta	19	95,0%	22	71,0%
	Incorrecta	1	5,0%	9	29,0%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 35: Actividades que hacen o estarían dispuestos a hacer para cuidar su peso de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué haces o estarías dispuesto a hacer para cuidar tu peso?	Correcta	17	85,0%	26	83,9%
	Incorrecta	3	15,0%	5	16,1%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 36: Conocimiento sobre por qué deberíamos practicar actividad física de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Por qué deberíamos practicar actividad física?	Correcta	19	95,0%	30	96,8%
	Incorrecta	1	5,0%	1	3,2%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 37: Conocimiento sobre que produciría en nuestro organismo no realizar actividad física de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
En su opinión: No realizar actividad física, ¿qué produciría en nuestro organismo	Correcta	2	10,0%	5	16,1%
	Incorrecta	18	90,0%	26	83,9%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 38: Conocimiento sobre cuál es la recomendación del tiempo que los niños y adolescentes deben dedicar diariamente al desarrollo de la actividad física de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Cuál es la recomendación del tiempo que los niños y adolescentes deben dedicar diariamente al desarrollo de la actividad física?	Correcta	0	0,0%	7	22,6%
	Incorrecta	20	100,0%	24	77,4%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 39: Conocimiento sobre que actividades físicas o ejercicios son los más recomendados para los niños de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué actividades físicas o ejercicios son los más recomendados para los niños?	Correcta	14	70,0%	11	35,5%
	Incorrecta	6	30,0%	20	64,5%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 40: Frecuencia con que hacen ejercicio o practican algún deporte de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Haces ejercicio o practicas algún deporte?	Correcta	0	0,0%	0	0,0%
	Incorrecta	20	100,0%	31	100,0%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 41: Actividades hacen con mayor frecuencia en su tiempo libre los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
En su tiempo libre, ¿qué haces con mayor frecuencia?	Correcta	2	10,0%	4	12,9%
	Incorrecta	18	90,0%	27	87,1%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 42: Conocimiento sobre que tan bueno es hacer ejercicio de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
En tu opinión, ¿qué tan bueno es hacer ejercicio?	Correcta	19	95,0%	28	90,3%
	Incorrecta	1	5,0%	3	9,7%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 43: Interés en promover el deporte de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Tienes interés en promover el deporte?	Correcta	17	85,0%	22	71,0%
	Incorrecta	3	15,0%	9	29,0%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 44: Conocimiento sobre los motivos por los cuales los alimentos cocidos no se deben mantener a temperatura ambiente por más de dos horas de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale los motivos por los cuales los alimentos cocidos no se deben mantener a temperatura ambiente por más de dos horas	Correcta	0	0,0%	0	0,0%
	Incorrecta	20	100,0%	31	100,0%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 45: Conocimiento sobre qué alimentos deben mantenerse en un lugar frío o en el refrigerador para conservarse de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué alimentos deben mantenerse en un lugar frío o en el refrigerador para conservarse?	Correcta	13	65,0%	16	51,6%
	Incorrecta	7	35,0%	15	48,4%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 46: Conocimiento sobre qué alimentos se echan a perder más rápido de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
De la siguiente relación, señale, ¿qué alimentos se echan a perder más rápido?	Correcta	11	55,0%	12	38,7%
	Incorrecta	9	45,0%	19	61,3%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 47: Conocimiento sobre Cómo guarda los alimentos crudos como la carne de res, ave, pescado de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Cómo guarda los alimentos crudos como la carne de res, ave, pescado?	Correcta	18	90,0%	20	64,5%
	Incorrecta	2	10,0%	11	35,5%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 48: Conocimiento sobre qué se debe realizar antes de consumir las verduras y frutas crudas de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué se debe realizar antes de consumir las verduras y frutas crudas?	Correcta	20	100,0%	28	90,3%
	Incorrecta	0	0,0%	3	9,7%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 49: Conocimiento qué tan grave considera que es una infección estomacal o diarrea causada por alimentos mal conservados de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué tan grave considera que es una infección estomacal o diarrea causada por alimentos mal conservados?	Correcta	19	95,0%	27	87,1%
	Incorrecta	1	5,0%	4	12,9%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 50: Conocimiento sobre qué tan bueno considera que es mantener alimentos como carne, aves, pescado, mariscos, productos lácteos o alimentos cocidos en un lugar frío o en el refrigerador de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué tan bueno considera que es mantener alimentos como carne, aves, pescado, mariscos, productos lácteos o alimentos cocidos en un lugar frío o en el refrigerador?	Correcta	18	90,0%	24	77,4%
	Incorrecta	2	10,0%	7	22,6%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 51: Conocimiento sobre qué tan bueno considera que es lavar las verduras y frutas antes de consumirlas de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué tan bueno considera que es lavar las verduras y frutas antes de consumirlas?	Correcta	20	100,0%	29	93,5%
	Incorrecta	0	0,0%	2	6,5%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 52: Conocimiento sobre en qué momentos debe lavarse las manos para evitar enfermedades de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Sabe usted en que momentos debe lavarse las manos para evitar enfermedades?	Correcta	12	60,0%	14	45,2%
	Incorrecta	8	40,0%	17	54,8%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 53: Conocimiento sobre qué se debe hacer cuando el agua no es segura para tomar de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
Cuando el agua no es segura para tomar, ¿qué debe hacer?	Correcta	3	15,0%	4	12,9%
	Incorrecta	17	85,0%	27	87,1%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 54: Conocimiento sobre de qué manera se lavan las manos antes de consumir alimentos de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Antes de consumir alimentos de qué manera se lava las manos?	Correcta	19	95,0%	27	87,1%
	Incorrecta	1	5,0%	4	12,9%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 55: Conocimiento sobre qué hacer para que el agua sea segura para beber de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué hace para que el agua sea segura para beber?	Correcta	20	100,0%	31	100,0%
	Incorrecta	0	0,0%	0	0,0%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 56: Conocimiento sobre qué tan bueno considera que es lavarse las manos antes de alimentarse de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué tan bueno considera que es lavarse las manos antes de alimentarse?	Correcta	20	100,0%	30	96,8%
	Incorrecta	0	0,0%	1	3,2%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 57: Conocimiento sobre qué tan grave cree que sea enfermarse por usar agua no potable o contaminada de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué tan grave cree que sea enfermarse por usar agua no potable o contaminada?	Correcta	18	90,0%	28	90,3%
	Incorrecta	2	10,0%	3	9,7%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

Item 58: Conocimiento sobre qué tan bueno cree que es hervir el agua antes de beberla o usarla de los estudiantes de educación por especialidad de la UNMSM 2019

		ESPECIALIDAD			
		Inicial		Primaria	
		Recuento	% de N columnas	Recuento	% de N columnas
¿Qué tan bueno cree que es hervir el agua antes de beberla o usarla?	Correcta	19	95,0%	30	96,8%
	Incorrecta	1	5,0%	1	3,2%
	Total	20	100,0%	31	100,0%

Fuente: Elaboración propia.

## Anexo 9: Prueba de normalidad de la variable: test de Kolmogorov-Smirnov y de Shapiro-Wilks

Pruebas de normalidad para los puntajes de las Competencias Actitudinal, Procedimental y Cognitiva entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial y primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019.

### Pruebas de normalidad

CURSO_NUTRICION	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk			
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.	
Actitudinal	SI	,304	5	,149	,817	5	,111
	NO	,250	46	,104	,855	46	,064
Procedimental	SI	,292	5	,188	,837	5	,157
	NO	,103	46	,200 <sup>*</sup>	,978	46	,510
Cognitiva	SI	,295	5	,178	,826	5	,130
	NO	,115	46	,162	,943	46	,054

\*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Pruebas de normalidad para los puntajes de las Competencias Actitudinal, Procedimental y Cognitiva entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en las especialidades de inicial que no recibieron curso de nutrición, 2019.

### Pruebas de normalidad<sup>a,c,e</sup>

CURSO_NUTRICION	Kolmogorov-Smirnov <sup>b</sup>			Shapiro-Wilk			
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.	
Actitudinal	NO	,251	19	,067	,830	19	,062
Procedimental	NO	,119	19	,200 <sup>*</sup>	,968	19	,745
Cognitiva	NO	,146	19	,200 <sup>*</sup>	,967	19	,705

\*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Actitudinal es constante cuando CURSO\_NUTRICION = SI. Se ha omitido.

b. Corrección de significación de Lilliefors

c. Procedimental es constante cuando CURSO\_NUTRICION = SI. Se ha omitido.

e. Cognitiva es constante cuando CURSO\_NUTRICION = SI. Se ha omitido.

**Pruebas de normalidad para los puntajes de las Competencias Actitudinal, Procedimental y Cognitiva entre los alumnos de Facultad de Educación de la UNMSM en la especialidad de primaria según si recibieron curso de nutrición, 2019.**

**Pruebas de normalidad**

	CURSO_NUTRICION	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Actitudinal	SI	,262	4	.	,895	4	,408
	NO	,243	27	,000	,879	27	,065
Procedimental	SI	,372	4	.	,722	4	,058
	NO	,130	27	,200*	,956	27	,302
Cognitiva	SI	,308	4	.	,892	4	,391
	NO	,157	27	,086	,914	27	,087

\*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

**Nota:** Se tomó en cuenta los resultados de la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk dado que el tamaño de los datos es pequeño y es más potente que la propuesta por Kolmogorov-Smirnov.

En todas las pruebas, el p-valor es mayor a 0.05, por lo que se asume que tienen distribución normal.

### Anexo 10: Puntaje obtenido por competencia por alumno de la especialidad de inicial y primaria de la UNMSM.

Nro	SPECIALIDAD	PUNTAJE POR COMPETENCIA			PUNTAJE TOTAL	PORCENTAJE ALCANZADO DEL TOTAL POR COMPETENCIA		
		Cognitiva	Procedimental	Actitudinal		Cognitiva	Procedimental	Actitudinal
1	Inicial	51	70	48	169	67.1	70	85.7
2	Inicial	58	67	48	173	76.3	67	85.7
3	Inicial	44	79	56	179	57.9	79	100.0
4	Inicial	57	72	56	185	75.0	72	100.0
5	Inicial	54	72	36	162	71.1	72	64.3
6	Inicial	51	81	48	180	67.1	81	85.7
7	Inicial	48	76	52	176	63.2	76	92.9
8	Inicial	44	82	52	178	57.9	82	92.9
9	Inicial	61	73	52	186	80.3	73	92.9
10	Inicial	39	61	48	148	51.3	61	85.7
11	Inicial	41	72	52	165	53.9	72	92.9
12	Inicial	49	70	52	171	64.5	70	92.9
13	Inicial	56	67	48	171	73.7	67	85.7
14	Inicial	62	79	48	189	81.6	79	85.7
15	Inicial	47	76	52	175	61.8	76	92.9
16	Inicial	56	74	44	174	73.7	74	78.6
17	Inicial	46	69	52	167	60.5	69	92.9
18	Inicial	56	84	56	196	73.7	84	100.0
19	Inicial	58	85	52	195	76.3	85	92.9
20	Inicial	47	70	56	173	61.8	70	100.0
21	Primaria	20	62	16	98	26.3	62	28.6
22	Primaria	52	75	56	183	68.4	75	100.0
23	Primaria	30	67	48	145	39.5	67	85.7
24	Primaria	48	89	48	185	63.2	89	85.7
25	Primaria	60	74	52	186	78.9	74	92.9
26	Primaria	31	59	56	146	40.8	59	100.0
27	Primaria	47	64	36	147	61.8	64	64.3
28	Primaria	57	77	52	186	75.0	77	92.9
29	Primaria	38	63	36	137	50.0	63	64.3
30	Primaria	57	56	56	169	75.0	56	100.0
31	Primaria	64	59	40	163	84.2	59	71.4
32	Primaria	60	77	24	161	78.9	77	42.9
33	Primaria	47	76	52	175	61.8	76	92.9
34	Primaria	57	77	44	178	75.0	77	78.6
35	Primaria	49	76	52	177	64.5	76	92.9
36	Primaria	45	71	44	160	59.2	71	78.6
37	Primaria	65	78	48	191	85.5	78	85.7
38	Primaria	47	75	48	170	61.8	75	85.7
39	Primaria	55	73	56	184	72.4	73	100.0
40	Primaria	32	77	44	153	42.1	77	78.6
41	Primaria	62	79	52	193	81.6	79	92.9
42	Primaria	48	75	48	171	63.2	75	85.7
43	Primaria	30	84	52	166	39.5	84	92.9
44	Primaria	50	74	48	172	65.8	74	85.7
45	Primaria	48	71	52	171	63.2	71	92.9
46	Primaria	55	75	52	182	72.4	75	92.9
47	Primaria	54	60	52	166	71.1	60	92.9
48	Primaria	63	69	56	188	82.9	69	100.0
49	Primaria	55	69	44	168	72.4	69	78.6
50	Primaria	51	77	44	172	67.1	77	78.6
51	Primaria	32	71	52	155	42.1	71	92.9