

UNIVERSIDAD NACIONAL
José Faustino Sánchez Carrión

FACULTAD DE EDUCACIÓN



**ESPECIALIDAD:
BIOLOGÍA, QUÍMICA Y TECNOLOGÍA DE LOS ALIMENTOS**

TESIS

TITULO:

“IMPLEMENTACIÓN DE KIOSKOS SALUDABLES PARA EL
MEJORAMIENTO DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS EN EL I.E.E. N° 20986
– SAN MARTIN DE PORRAS – HUACHO - 2013”

PRESENTADO POR:

Bach. MAGUIÑA VILLARREAL, YessicaYaneet
Bach. NAVARRO ROJAS, Catherine Ayme

ASESOR:

Mg. CASTILLO CORZO, Adriana María

HUACHO, PERÚ

2013

TESIS

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
EDUCACIÓN EN LA ESPECIALIDAD DE BIOLOGÍA QUÍMICA Y
TECNOLOGÍA DE LOS ALIMENTOS**

TÍTULO:

IMPLEMENTACIÓN DE KIOSKOS SALUDABLES PARA EL MEJORAMIENTO
DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS EN EL I.E.E. N° 20986 – SAN MARTIN DE
PORRAS – HUACHO - 2013

PRESENTADO POR:

Bach. MAGUIÑA VILLARREAL, Yessica Yaneet
Bach. NAVARRO ROJAS, Catherine Ayme

JURADO EVALUADOR

Mg. ELISEO TORO DEXTRE
PRESIDENTE

Mg. MARIELA ESPINOZA VIZQUERRA
SECRETARIA

Mg.. CARMEN ALVARES QUINTEROS
VOCAL

Mg. ADRIANA MARIA CASTILLO CORZO
ASESOR (a)

**HUACHO, PERÚ
2013**

Agradecimiento

El presente trabajo de investigación es producto de nuestro esfuerzo, el mismo que lo hemos culminado con el apoyo que nos brindaron nuestros padres, profesores, amigos y de manera muy especial nuestro dios todo poderoso.

Las autoras

Resumen

El presente trabajo de investigación versa en función a la alimentación y particularmente la forma donde los niños y adolescentes adquieren sus alimentos en el día donde pasan recibiendo sus lecciones y a la par haciendo desgaste de energía a través de sus actividades recreativas por lo consiguiente hemos realizado el trabajo de investigación denominado: "IMPLEMENTACIÓN DE KIOSKOS SALUDABLES PARA EL MEJORAMIENTO DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS EN EL I.E.E. N° 20986 – SAN MARTIN DE PORRAS – HUACHO - 2013" el mismo que se formula a través del problema general ¿De qué manera la Implementación de kioscos saludables contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 - San Martín de Porras - Huacho-2013? Contextualizando sus objetivos e hipótesis tomando como referencia a una muestra de 30 alumnos de donde podemos observar que los alumnos si conocen un kiosco escolar considerando si es saludable, es mas el reforzamiento que tienen a través de charlas por sus profesores, valorando así los alimentos andinos y respetando algunas normas de higiene como son lavado de manos y preparación por su madre. En cuanto al consumo de leches, huevos, menestras y alimentos nutritivos lo hacen con mayor frecuencia; de allí que en la institución materia de la investigación si vende alimentos nutritivos como quinua, maca y como valor agregado el alto consumo de frutas y verduras. Pero también hay un alto consumo de embutidos lo cual descompensaría a la figura de kioscos saludables que al respecto con nuestra hipótesis configuramos una implementación significativa en el mejoramiento de sus hábitos alimentarios de los alumnos.

Palabras Claves: Nutritivos, Alimentos Andinos, Hipótesis.

Astrac

This research work is based on food and particularly the way children and adolescents acquire their food on the day they spend their lessons and at the same time making energy waste through their recreational activities therefore we have made the Research paper entitled: "IMPLEMENTATION OF HEALTHY KIOSKS FOR THE IMPROVEMENT OF FOOD HABITS IN THE IEE N ° 20986 - SAN MARTIN DE PORRAS - HUACHO - 2013 "the same one that is formulated through the general problem In what way the implementation of healthy kiosks contributes in the improvement of the alimentary habits in the I.E. N ° 20986 - San Martin de Porras - Huacho-2013? Contextualizing its objectives and hypotheses taking as a reference a sample of 30 students where we can see that students know a school kiosk considering whether it is healthy, it is more the reinforcement they have through talks by their teachers, thus assessing Andean foods and respecting some hygiene standards such as hand washing and preparation by his mother. Regarding the consumption of milks, eggs, vegetable stews and nutritious foods they do it more frequently; Hence, in the research institution if it sells nutritious foods such as quinoa, maca, and as an added value, the high consumption of fruits and vegetables. But there is also a high consumption of sausages which decompensaría to the figure of healthy kiosks that with respect to our hypothesis we configure a significant implementation in the improvement of their eating habits of the students.

Key Words: Nutritious, Andean Foods, Hypotheses.

Introducción

El problema de la alimentación es un caso de salud pública toda vez de que esto es relacionado con el aprendizaje, entendiéndose de que para saber alimentarnos tenemos que tener los conocimientos desde nuestra primera infancia claro está que esto debe ser impartido por los padres y posteriormente por los maestros. De allí que el mayor porcentaje de muertes en el mundo sea por no saberse alimentar según estudios el 94% en promedio de muertes, las mismas que se producen en función a diferentes enfermedades las cuales hoy están de moda como son diabetes, enfermedades cardiovasculares, entre otras.

Pues los niños y adolescentes pasan mucho tiempo en las escuelas especialmente los que asisten a jornadas completas de allí que a su desgaste de en Egeria necesiten alimentarse y lo hacen a través del consumo de alimentos en los kioscos de dichos centros educativos que en la mayoría de los casos carecen del conocimientos de las normas de bioseguridad alimentaria o manipulación de alimentos por lo cual el presente trabajo denominado “IMPLEMENTACIÓN DE KIOSKOS SALUDABLES PARA EL MEJORAMIENTO DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS EN EL I.E.E. N° 20986 – SAN MARTIN DE PORRAS – HUACHO - 2013” pretenden alguna medida hacer un diagnóstico en función a los kioscos saludables de nuestro país tomando en cuenta múltiples referentes que hoy en día los gobiernos de turno han ido publicitando.

INDICE

Caratula

Jurado Evaluador

Agradecimiento

Resumen

Abstrac

Introducción

Índice

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DELIMITACIÓN Y DEFINICIÓN DEL PROBLEMA.....	8
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	10
1.2.1. Formulación del problema general.....	10
1.2.2. Formulación de los problemas específicos	10
1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	10
1.3.1. Objetivo general	10
1.3.2. Objetivos específicos	10
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	11

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	13
2.2. BASES TEÓRICAS	16
2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS	24

CAPITULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. HIPOTESIS	27
3.1.1. Hipótesis general	27
3.1.2. Hipótesis específicas.....	27
3.2. VARIABLES.....	28
3.2.1. Variable independiente	28
3.2.1. Variable dependiente	28
3.3. DEFINICIÓN DE LAS VARIABLES	28
3.4. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	29

CAPITULO V

ANÁLISIS E INTERPRETACION DE LOS DATOS.....	30
CONCLUSIONES.....	47
RECOMENDACIONES	48
BIBLIOGRAFÍA	49
ANEXOS	

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DELIMITACIÓN Y DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

La situación de la alimentación que se brinda dentro de las instituciones educativas al nivel mundial está tomando cada vez más relevancia dentro de las agendas de los gobiernos de cada país. Adquirir hábitos de vida saludable se ha vuelto hoy en día una de las principales metas para la mayoría de los países en el mundo debido, debido a los altos porcentajes de mortalidad ya que una de las causas más frecuente es por la mala alimentación que se tiene o por las crecientes plagas de enfermedades sistémicas que se presentan en la cadena agroalimentaria derivando causa para una inadecuada alimentación y errónea elección de comestibles.

Los niños y adolescentes pasan mucho tiempo en las escuelas, especialmente los que asisten a establecimientos de jornada completa. Desde el punto de vista nutricional, no sólo tienen oportunidad de ingerir alimentos para satisfacer una necesidad biológica, sino también una dimensión social donde comparten, adquiere e imitan hábitos de alimentación de sus pares. El sistema escolar proporciona elementos necesarios y se considera un escenario idóneo para promover y fomentar buenos hábitos alimentarios desde la niñez, permitiendo además lograr cambios de conducta que contribuyan efectivamente a la salud y al bienestar de los escolares.

En países como Finlandia, la Ley de Educación Básica establece que los alumnos que asisten a la escuela deben contar todos los días con una

comida equilibrada, bien organizada y supervisada. También establece que las comidas escolares son una herramienta pedagógica para enseñar a los niños una buena nutrición y buenos hábitos alimenticios, contribuyendo de manera significativa al bienestar, a la capacidad de aprendizaje, así como al crecimiento y al desarrollo saludable de niños y jóvenes.

Por el contrario en países de América Latina existen muchos factores relacionados con el ambiente alimentario escolar que influyen negativamente en las prácticas alimentarias, entre los más destacados se encuentra la venta de alimentos chatarra. Según muestran las evaluaciones realizadas por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) sobre los alimentos disponibles dentro y fuera de los centros escolares. En la mayoría de los establecimientos escolares los alimentos chatarra son los de mayor disponibilidad y acceso debido al bajo costo y predilección por los escolares. En las tiendas de la mayoría de las escuelas estudiadas los alimentos y bebidas predominantes son los procesados y/o industrialmente producidos, siendo la gran parte de estos fuente de gran cantidad de azúcar, sal, grasas saturadas y aditivos artificiales.

En el Perú, la situación se repite de manera similar. Los quioscos expenden alimentos sin control, así mismo, carecen de vigilancia en la higiene y en las medidas sanitarias que aseguren la salud de los estudiantes. Por lo tanto surge la necesidad de crear dentro de las escuelas un “kiosco saludable”, que tendrá el objetivo de promover estilos y hábitos de vida saludables en la población escolar que como caso particular lo hemos abordado en la Institución Educativa N^º 20986 San Martín de Porras de Huacho – 2013.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.3. Formulación del Problema General

- ¿De qué manera la Implementación de kioscos saludables contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 - San Martín de Porras - Huacho-2013?

1.2.4. Formulación de los Problemas Específicos

- ¿De qué manera la calidad de los alimentos contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimenticios?
- ¿En qué medida la venta de alimentos nutritivos contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios?
- ¿En qué medida la venta de alimentos orgánicos contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios?

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.3. Objetivo General

- Explicar cómo la Implementación de kioscos saludables contribuyen en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 - San Martín de Porras – Huacho-2013.

1.3.4. Objetivos Específicos

- Evaluar la calidad de los alimentos en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 – San Martín de Porras –Huacho – 2013.
- Evaluar los alimentos nutritivos en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 – San Martín de Porras – Huacho – 2013.

- Evaluar los alimentos orgánicos en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 – San Martín de Porras – Huacho - 2013.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Una de las razones por la que surge la idea de crear kioscos saludables es que existe desde hace tiempo una preocupación por la calidad, cantidad y frecuencia de los alimentos que los niños y jóvenes consumen en las escuelas. La industria, los medios de comunicación y la sociedad han llevado hacia una elección donde se privilegia el consumo y el placer por sobre la salud, las costumbres familiares y culturales. Una alimentación saludable en el hogar debe complementarse con los alimentos que los niños consumen en la escuela. No siempre es fácil que los niños y jóvenes se alimenten con comidas que les resulten agradables y saludables en el ámbito escolar.

Otra razón, está dada por la alta prevalencia de obesidad infantil y juvenil y las complicaciones que tiene esta enfermedad. Por otro lado, se trata de buscar, mediante el kiosco y los productos que este ofrece, la integración de escolares, personal docente y no docente, que presenten alguna patología, en la cual la alimentación es un pilar en su tratamiento (celiacos, diabéticos, etc.); que el kiosco ofrece alimentos aptos para estos casos.

La experiencia de incorporar la oferta de alimentos saludables en los kioscos de la escuela es una estrategia válida e interesante para promover la educación alimentaria y fomentar la mejora de los hábitos alimentarios en los niños y jóvenes. Pues nos permite reflexionar sobre la manera de enfrentar la obesidad infantil y juvenil sin estigmatizar a los

niños y adolescentes, sin imponer reglas ni prohibir conductas de manera autoritaria, fomentando la participación de toda la comunidad educativa como única vía de desarrollo sostenible lo cual se ha podido realizar en la I.E.Nº 20986 de San Martín de Porras de la ciudad de Huacho en el periodo anual 2013

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

La obesidad y el sobrepeso son problemas cada día más preocupantes en nuestro país y en el mundo, afectando tanto a la población adulta como a la infantil. Se destaca la importancia de la obesidad y el sobrepeso como causas de morbilidad y mortalidad, así como su relación con otras enfermedades crónicas, por ello existe la necesidad de dar una respuesta a este grave problema de salud pública desde distintos sectores.

Existe evidencia científica que ha demostrado que implementando estrategias e intervenciones a nivel educativo, nutricional y alimentario se pueden lograr grandes cambios, tal es el caso de la estrategia de salud y educación implantada por el gobierno español a través de su Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, en colaboración con La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). En el año 2010 implementaron campañas y difundieron diverso material educativo para profesionales de la salud, maestros de escuela y padres de familia hablando sobre una correcta alimentación saludable para los más pequeños.

Bustos N. y KainJ. (2009) “Guía para el Diseño e Implementación de un espacio y punto de venta saludable en escuelas básicas de Chile”. Pág 21.

El Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de Chile presentó un estudio realizado en Macul en donde aparte de desarrollar

los pilares fundamentales del proyecto de prevención y control de la salud infantil como la educación en nutrición y el aumento de la actividad física, se desarrolló un espacio saludable, un punto de venta de alimentos de bajo costo asociado a prácticas de actividad física donde se analizaba actitudes hacia los alimentos saludables y no saludables en escolares y profesores, comparando el modelo tradicional de kiosco y de rincón saludable.

Lo que se evidenció fue que más del 69 % de los niños compraban en el kiosco y que con el dinero compraban los productos envasados dulces, jugos helados productos salados y bebidas gaseosas, y entre la principal motivación que arrojaron para consumirlos fue que son ricos, los venden en el kiosco, son baratos, todos los compran, publicidad en la televisión, están de moda, tienen envases bonitos y tienen regalos. La intervención consistió en la implementación del espacio saludable, capacitación del concesionario y docente del colegio, clasificación nutricional de los alimentos expendidos, análisis de los alimentos expendidos en el mercado y la promoción de alimentos con bajo aporte calórico, grasa azúcar y sal.

Ibarra J. y Alarcón M. (2010). “Malnutrición por exceso en Escolares”.pág 506.

En este estudio realizado en Chile por las nutricionistas Jacqueline Ibarra P. y Mari Alarcón R. en la institución educativa del Colegio Manuel D'Alzon de la Comunidad de Lota, incluyó una muestra de 939 estudiantes a quienes se les realizó evaluaciones antropométricas, de ingesta alimentaria, y talleres educativos, incluyendo docentes y apoderados efectuando talleres educativos. Se logró la incorporación de temas de alimentación saludable en las actividades curriculares, y la

implementación de un kiosco saludable. En los resultados se observó una disminución en la prevalencia de malnutrición por exceso en 3 puntos porcentuales de un 28% inicial a un 25% final, siendo en el género masculino en donde se hace más evidente esta reducción.

Chiesa M. (2009). “Consumo de Comida Rápida y Obesidad infantil”. Pág. 15.

En este estudio de sustentación de tesis realizado en la Universidad de Concepción de Uruguay por la nutricionista Chiesa María Elina, en donde 50 escolares fueron evaluados durante el período de Abril a Mayo de 2009, y se encontró que un 66% normal peso; 20% sobrepeso y 14% obesidad, además que en la población infantil estudiada, el consumo excesivo de comidas rápidas y el desarrollo de sobrepeso u obesidad se encuentran directamente relacionados, existiendo una vinculación entre el consumo excesivo de comida rápida, snacks, gaseosas, golosinas en los kioscos escolares y el estado nutricional de los niños, con un nivel de confiabilidad del 99%. En el Perú, más de la mitad de la población adulta y uno de cada cinco niños menores de 10 años, sufre de sobrepeso y obesidad. Según la Encuesta Nacional de Demografía y Salud, ENDES.

El Ministerio de Salud implementó una GUÍA DE GESTIÓN DE LA ESTRATEGIA DE ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD dirigida a docentes de las Instituciones Educativas que han adoptado la estrategia Escuela Promotores, así como al personal de salud y técnico de los establecimientos de salud. Constituye un material educativo, que tiene por objetivo ser una herramienta de consulta y orientación del trabajo intersectorial, para fortalecer las acciones de promoción de la salud, en una estrategia a través de la cual se contribuya a elevar la calidad de vida de los estudiantes.

Rojas E. y Berna H. (2009). “Logros, beneficios, barreras percibidas y estrategias planteadas por actores involucrados en una Institución Educativa Saludable durante el eje temático alimentación y nutrición”. Pág 2.

Un estudio de tesis sobre barreras percibidas en Institución Educativa Saludable (I.E.S) “Fernando Belaunde Terry” del distrito El Agustino durante el desarrollo del eje temático de Alimentación y Nutrición, .realizado por Elida S. Rojas Jara, Hyda E. B. Cáceres Rojas, UNMSM, Nutrición, 2009, encontró que para disminuir el consumo de alimentos poco saludables (alimentos chatarra) en los escolares, las principales barreras percibidas a nivel de la I.E.S fueron la alta disponibilidad de alimentos poco saludables y los insuficientes conocimientos de los profesores, y en el hogar fue la preferencia de las madres por realizar lo más práctico, reflejándose en el envío de propina y en la compra de alimentos poco saludables, una de las profesoras manifestó: “...la madre aquí en la zona pues ve lo más fácil (con fastidio), agarra en comprar lo que es comida chatarra, o en darle su propina...” (G.F, profesora 5º A). Las estrategias realizadas por los profesores para disminuir el consumo de alimentos fue supervisar las loncheras de los niños y dialogar con las madres de familia. Las estrategias propuestas por los actores involucrados fueron restringir la venta de alimentos poco saludables en el kiosco escolar y mejorar el trabajo en equipo entre madre y profesor.

2.2. BASES TEÓRICAS

KIOSCO SALUDABLE

a) Definición: Según MINSA, Es un espacio donde se venden alimentos saludables para las y los estudiantes, según normas sanitarias de calidad e higiene, promoviendo comportamientos

saludables en la comunidad educativa. Según MARIS S., Se entiende por kiosco saludable al recinto, establecimientos o local que cumpla con las normas sanitarias para la venta de variedad de alimentos saludables para la comunidad; esta variedad de alimentos saludables deberá constituir al menos el 70% del volumen total de alimentos que se ofrece en el kiosco saludable, permitiendo de esta manera a la comunidad acceder voluntaria y responsablemente a una alimentación variada, concordante a las Guías Alimentarias para la Población.

b) Tipos:

- **Kiosco básico**

- Considerado aquel espacio físico que posee una estructura sencilla, sólida y segura para el expendio de alimentos, sin poseer servicios básicos completos.
- En este punto saludable se podrán vender sólo: Alimentos envasados que cuenten con registro sanitario y posean bajo contenido de grasas, azúcares simples y sal en exceso.
- Alimentos naturales como frutas, verduras y otros alimentos que no requieran procedimientos previos para su consumo.

- **Kiosco tipo cafetín:**

- Este tipo de kiosco se considera como aquel establecimiento que cumple con poseer estructura compleja, sólida y segura, poseer servicios básicos completos, y se rige bajo el tratamiento de la Norma Sanitaria de Restaurantes.

c) Lista de alimentos que se expenden en un kiosco saludable:

Según Resolución Ministerial N° 908-2012-MINSA: los alimentos que se deben vender en los kioscos saludables son:

• **Cereales:**

- Cereales no refinados: kiwicha, quinua, kañihua, centeno, trigo, cebada, arroz, maíz y sus productos derivados en preparados bajos en sal, bajos en aceite, y/o bajos en azúcar.
- Productos de panificación y galletería: pan campesino, pan de cebada, pan de labranza, pan francés, entre otros de la localidad, así como panes, tostados y galletas con bajo contenido en sal, azúcar y grasas trans.

• **Frutas, vegetales (hortalizas, legumbres) y tubérculos:**

- Frutos secos o semillas envasadas: maní, pecanas, nueces, habas, pasas, guindones, ajonjolí, almendras, castañas, etc., al natural o tostados sin adición de azúcar o sal.
- Frutas frescas de estación, disponibles localmente según ámbitos geográficos, previamente lavadas y desinfectadas.
- Verduras y hortalizas frescas de estación, disponibles localmente, según ámbitos geográficos previamente lavadas y desinfectadas, preparadas y sin cremas.
- Tubérculos y raíces sancochadas: papa, olluco, oca, mashua, chuño o moraya, yacón, yuca, camote, arracacha, dale dale, uncucha, entre otros, en preparados bajos en sal.
- Legumbres: habas, tarwi, sancochadas o tostadas bajas en sal y/o aceite.

- **Líquidos:**

- Jugos de frutas naturales de estación, disponibles localmente lavadas (para el caso de fresas deben ser desinfectadas) y sin azúcar o con bajo contenido de azúcar, preparados al momento.
- Refrescos de frutas naturales de estación previamente lavadas con bajo contenido de azúcar, disponibles localmente según ámbitos geográficos.
- Infusiones de hierbas aromáticas como: manzanilla, anís, hierbaluisa, hoja de coca, boldo, manayupa, cedrón, muña, jazmín, entre otras, frías o calientes sin o con bajo contenido de azúcar.
- Agua hervida o envasada con o sin gas.

- **Lácteos y derivados:**

- Leches enteras, semidescremadas o descremadas pasteurizadas, no saborizadas, sin colorantes, sin o con bajo contenido de azúcar.
- Yogures semi descremados o descremados con bajo contenido de azúcar.
- Quesos frescos pasteurizados u otros bajos en sal y grasas.

- **Alimentos preparados:**

Preparaciones elaboradas con los alimentos indicados en la presente lista en condiciones higiénicas, como por ejemplo:

- Ensalada de frutas.
- Ensalada de vegetales preparados y sin cremas.

- Chapo, plátano asado, entre otras preparaciones de cada región.
- Carnes frescas o secas' preparados para sánguches u otros: pescado de mar o de río, pollo, pavo, res, pota, majaz, sajino u otros; guisados, sancochadas, horneados o a la plancha, bien cocidos, sin salsas, ni cremas ni ají.
- Visceras preparados para sánguches u otros: sangrecita, mollejititas, hígado, corazón, entre otros; guisados, sancochadas, horneados o a la plancha, bien cocidos; sin salsas, ni cremas ni ají.

d) Beneficios:

- Un kiosco escolar saludable nos brinda los siguientes beneficios:
- Promueve el consumo de alimentos saludables y nutritivos.
- Fomenta la toma de conciencia de una adecuada alimentación.
- Brinda una alternativa saludable dentro de las instituciones educativas.
- Posiciona y aumenta la demanda de productos naturales, nutritivos y saludables.
- Mejora los hábitos alimenticios.

e) Principios básicos de un kiosco saludable:

Son los siguientes:

- Todo kiosco saludable deberá promover la alimentación sana y balanceada, mediante el expendio de productos nutritivos e inocuos, que incluyan frutas, verduras, bebidas naturales, snacks saludables y preparaciones balanceadas.
- Los productos expendidos deberán contar con registro sanitario,

etiquetado correspondiente y dentro de la fecha de vencimiento.

- Los productos nutritivos que se expendan deberán contar con un lugar preferencial en su exhibición, de modo que se difunda e impulse su consumo y sus beneficios.
- Los productos nutritivos se exhibirán en estantes y/o vitrinas dispuestas de tal forma que se garantice la protección de los mismos (se incluirán cámaras de frío para los alimentos que lo requieran).
- Las frutas expandidas deberán ser variadas, frescas, en buen estado, previamente lavadas, y empaquetada individualmente (las que lo requieran).
- Los kioscos saludables deberán dar a la venta bebidas alternativas bajas en azúcar como los refrescos naturales.
- Se deberán expender “snacks saludables” que incluyan alimentos autóctonos como kiwicha, quinua, cañihua, frutos secos, entre otros.
- Los sándwiches se deberán vender sin complementos con alto contenido de calorías (papas fritas, cremas y similares); para lo cual se proporcionarán alternativas saludables.
- Los sándwich deberán incluir entre sus ingredientes porciones generosas de verduras frescas, previamente lavadas y en condiciones inocuas.

f) Infraestructura que debe tener un kiosco saludable:

La infraestructura del Kiosco debe cumplir con la normativa vigente en el Reglamento Sanitario de los Alimentos, que señala, entre otras cosas, lo siguiente:

- El Kiosco deberá estar alejado de focos de insalubridad y las vías de acceso e intermediaciones deberá ser de superficie dura

pavimentada que controle la presencia de polvo.

- El Kiosco deberá ser de material sólido, lavable y deberá contar con una estructura protegida que delimite el espacio del manipulador de alimentos.
- Los cilindros de gas deberán estar instalados y ser utilizados cumpliendo con las normas de seguridad que garanticen la salud del trabajador y de la comunidad.
- Disponer de agua potable corriente.
- Deberá contar con lavamanos, jabón y papel secante.
- Disponer de alcantarillado o estanque hermético de recepción de las aguas utilizadas.
- Disponer de un sistema de frío que permita mantener la temperatura de refrigeración entre 0°C y 5°C y de un dispositivo para el control de la temperatura.
- Tener un contenedor de materias primas que no necesitan refrigeración.

HÁBITOS ALIMENTARIOS:

a) Definición:

Hábito significa costumbre, es decir, comportamiento repetitivo o habitual. Los hábitos alimentarios son las tendencias a elegir y consumir unos determinados alimentos y otros no. Los hábitos no son innatos y se van formando a lo largo de la vida. La característica de los hábitos alimentarios es que la mayoría de ellos se adquieren durante la infancia, durante los primeros años de vida, consolidándose después durante la adolescencia. Para modificar y corregir los hábitos alimentarios inadecuados es más eficaz hacerlo en los primeros años de vida cuando todavía se están formando.

Incluso es mejor introducir los hábitos saludables desde el comienzo de la alimentación variada, entre el año y los dos años de vida, ofreciendo al niño platos saludables y no ofreciendo los alimentos los alimentos inadecuados.

b) Factores que influyen en los hábitos alimentarios:

- Los factores económicos, es decir, la disponibilidad de dinero para adquirir los alimentos.
- Los factores geográficos, con mayor disponibilidad de alimentos frescos en el medio rural.
- Factores variados como la forma de vida, con o sin disponibilidad de tiempo para preparar las comidas, horarios de trabajo o de clases, tradiciones ancestrales, influencia de publicidad de publicidad de alimentos o incluso factores religiosos.
- Pero, sin duda, el factor que más influye en la adquisición de los hábitos alimentarios del niño es el medio familiar, los padres que el niño vive diariamente e imita de manera continua. Los hábitos alimentarios se adquieren se aprenden y adquieren por repetición, imitando los hábitos de los adultos de su medio familiar y escolar.

c) Decálogo de los hábitos alimentarios saludables:

- Elige una alimentación variada, esto asegura el consumo de todos los nutrientes necesarios para el mantenimiento de tu salud.
- Come todos los días alimentos de todos los grupos, para asegurar una dieta variada y sana.
- Incluye en tu alimentación 5 raciones de frutas y verduras para garantizar una buena salud.
- Respeta tus horas de comida; recuerda que como mínimo hay

que hacer tres comidas al día, aunque lo ideal son cinco comidas: desayuno, merienda, media mañana, comida, merienda y cena.

- Limita el consumo de comidas rápidas como pizza, hamburguesa, patatas fritas, refrescos y golosinas. Son alimentos que aportan grandes cantidades de azúcar, sal y grasas saturadas, elementos que se recomiendan consumir de forma ocasional, debido a su relación con algunas enfermedades como obesidad, diabetes e hipertensión.
- Disfruta de la comida, comparte los tiempos de comida con tu familia y/o amigos.
- No existen alimentos buenos ni malos, lo que existen son malos hábitos alimenticios. Todos los alimentos pueden formar parte de una alimentación sana y equilibrada, si se respetan las pautas de la pirámide de los alimentos.
- Evita picar entre comidas, eso no es saludable, pero si no puedes evitarlo, escoge alimentos más saludables, como frutos secos, frutas o yogurt.
- Toma suficiente agua a lo largo del día, especialmente antes de practicar algún deporte.
- Realiza al menos 30 min de actividad física al día.

2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

- 1) **Alimento:** Producto natural o elaborado susceptible para ser ingerido, constituido por una mezcla de nutrientes.
- 2) **Alimentación:** Proceso consiste y voluntario que consiste en el acto de ingerir alimentos para satisfacer las necesidades de comer.
- 3) **Alimentación saludable:** Es aquella que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse

sano.

- 4) **Alimento nutritivo:** Los alimentos nutritivos son aquellos que aportan a nuestro organismo los nutrientes, las vitaminas, las calorías y demás componentes que necesitamos para tener un óptimo rendimiento en nuestro día a día. La idea es consumir pocas grasas, fritos, endulzantes y demás elementos que puedan poner en riesgo nuestra salud.
- 5) **Alimento orgánico!** Son aquellos alimentos que en ninguna etapa de su producción intervienen fertilizantes, herbicidas o pesticidas químicos, así como tampoco en los suelos donde son cultivados.
- 6) **Ácidos grasos trans:** Tipo de ácidos graso formado durante el proceso de hidrogenación industrial de los aceites (margarinas y mantecas), también se encuentran en forma natural en algunos alimentos. Los ácidos grasos trans, al igual que las grasas saturadas, constituyen factores de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.
- 7) **Calidad de los alimentos:** Conjunto de atributos que hacen referencia, por una parte, a la presentación, composición y pureza, tratamiento tecnológico y conservación que hacen del alimento algo más o menos apetecible al consumidor y, por otra parte, al aspecto sanitario y valor nutritivo del alimento.
- 8) **Calorías:** Unidad de energía térmica equivalente a la cantidad de calor necesario para elevar la temperatura de un litro de agua de 14,5° a 15,5° a la presión normal.
- 9) **Conducta alimentaria:** Comportamiento normal relacionados con los hábitos de alimentación, la selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos,

- 10) Energía:** La energía alimentaria proviene de la oxidación de los hidratos de carbono y de las grasas y en menor proporción de las proteínas. La energía proveniente de los alimentos se expresa en kilocalorías (Kcal).
- 11) Patrón Alimentario:** Es el conjunto de productos que un individuo, familia o grupo de familias consumen de manera ordinaria según un promedio habitual de frecuencia estimado en por lo menos una vez al mes , o bien que dichos productos cuentan con un arraigo tal en las preferencias alimentarias que pueden ser recordados por lo menos 24 horas después de consumirse.
- 12) Pirámide de los Alimentos:** La pirámide de la alimentación es una guía gráfica que intenta reflejar, de una manera sencilla, las relaciones cuantitativas y cualitativas entre los 7 grupos de alimentos, Siendo el vértice el área de restricción y limitación. La Pirámide ayuda a seguir una dieta sana todos los días. La pirámide alimentaria se basa en la variedad y flexibilidad (permite una amplia selección de alimentos dentro de cada grupo, sin establecer una preferencia determinada y ajustándose al tipo de vida y preferencias de cada individuo) y en la proporcionalidad, reflejada por el equilibrio cuantitativo y la limitación y restricción de unos alimentos con respecto a otros.

CAPITULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. HIPOTESIS

3.1.1. Hipótesis General

- La Implementación de Kioscos Saludables contribuye significativamente en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 - San Martín de Porres - Huacho-2013.

3.1.2. Hipótesis Específicas

- La calidad de los alimentos nutritivos mejorará significativamente los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 – San Martín de Porras – Huacho - 2013
- La venta de alimentos nutritivos contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 – San Martín de Porras - 2013
- La venta de alimentos orgánicos contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 – San Martín de Porras – 2013.

3.2. VARIABLES

3.2.1. Variable Independiente

$V_i = V_1$: Kioscos Saludables

3.2.1. Variable Dependiente

$V_d = V_2$: Hábitos Alimentarios

3.3. DEFINICIÓN DE LAS VARIABLES

- a) **Kioscos Saludables:** Es un espacio donde se venden alimentos saludables para los estudiantes, según las normas sanitarias.

- a) **Hábitos Saludables:** Los hábitos alimentarios son las tendencias a elegir y consumir unos determinados alimentos con relación a otros que no.

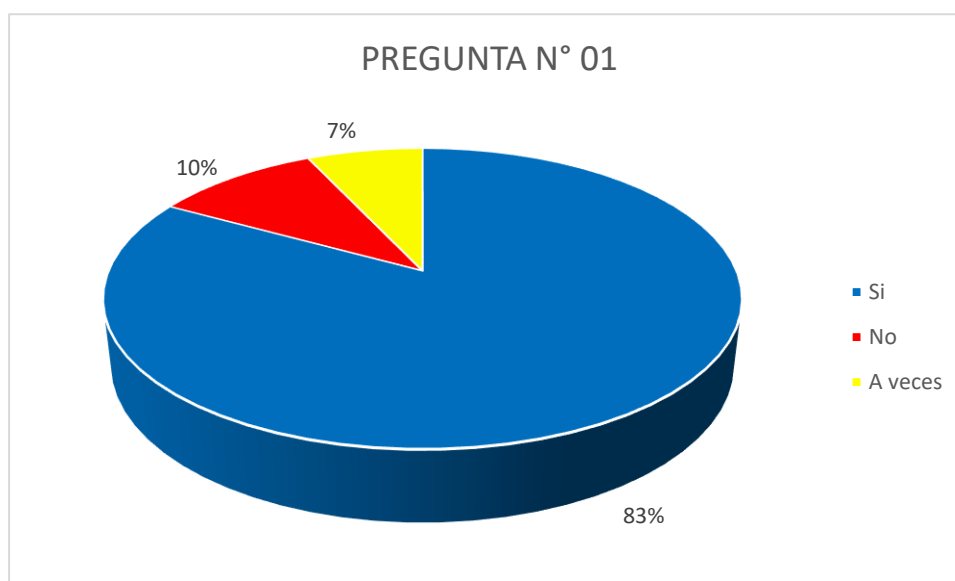
3.4. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLE	CONCEPTUALIZACION	INDICADORES
Vi = V1 Kioscos Saludables	Es un espacio donde se venden alimentos saludables para los estudiantes, según normas sanitarias de calidad e higiene, promoviendo comportamientos saludables en la comunidad educativa	Calidad de alimentos
		Alimentos nutritivos
		Alimento Orgánico
Vd = V2 Hábitos Alimentarios	Los hábitos alimentarios son las tendencias a elegir y consumir unos determinados alimentos y otros no.	Hábitos Alimentarios Saludables
		Conducta Alimentaria
		Patrones Alimentarios

CAPITULO V
RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO A LOS ALUMNOS
DE LA I.E.E. N° 20986 – SAN MARTIN DE PORRAS- HUACHO- 2013 SOBRE
IMPLENTACION DE KIOSCOS SALUDABRE PARA MEJORAR SUS
HABITOS ALIMENTARIOS

1. ¿Conoces un kiosco escolar?

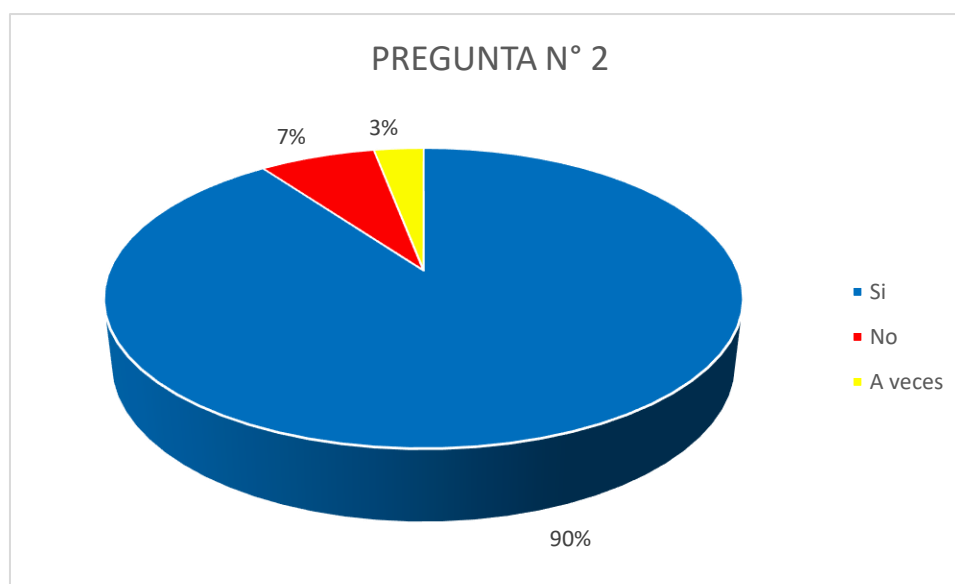
	N° Alumnos	%
Si	25	83%
No	3	10%
A veces	2	7%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 83% de los alumnos refieren que conocen un kiosco escolar , mientras que el 10% de los alumnos refieren que no lo conocen ; y el 7% de los alumnos refieren que lo conocen a veces.

2. ¿Conoces lo que es un kiosco saludable?

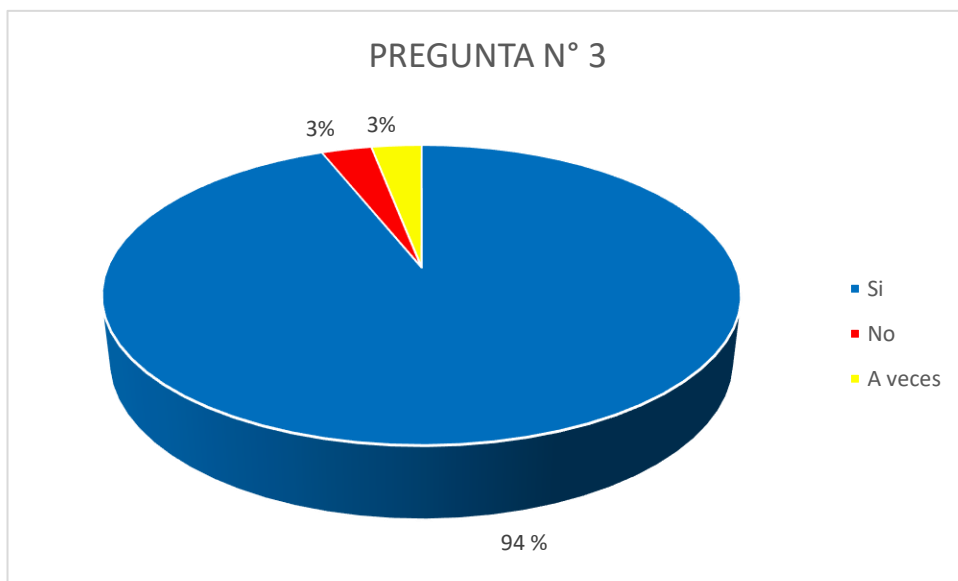
	N° Alumnos	%
Si	27	90%
No	2	7%
A veces	1	3%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 90% de los alumnos refieren que lo conocen, mientras que el 7% de los alumnos refieren que no lo conocen ; y el 3% de los alumnos refieren que a veces lo conocen .

3. ¿Tú crees que si tus profesores te dieran charlas sobre lo que es alimentación saludable, mejorarían tus hábitos alimenticios?

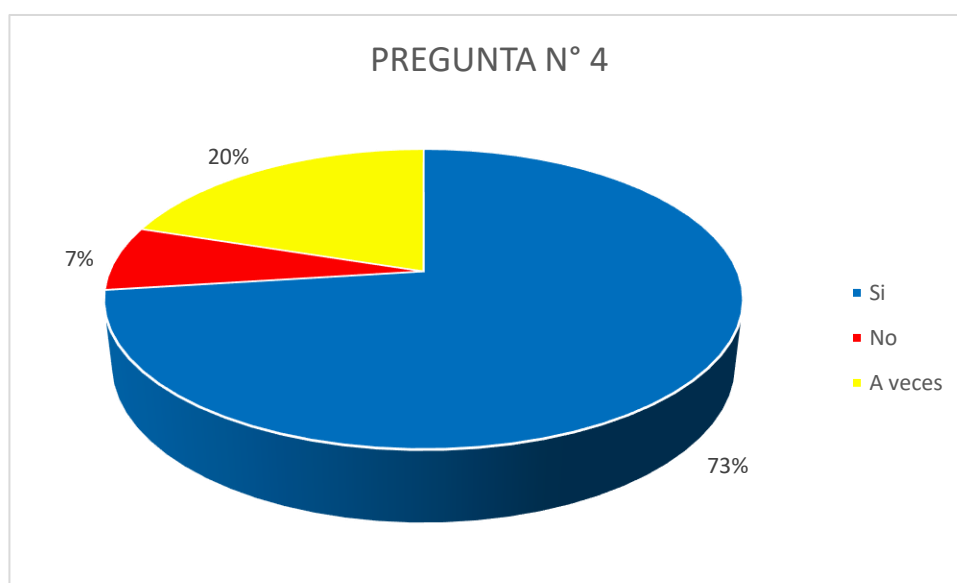
	N° Alumnos	%
Si	28	94%
No	1	3%
A veces	1	3%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 94% de los alumnos refieren que sí, mientras que el 3% de los alumnos refieren que no; y el 3% de los alumnos refieren que a veces.

4. ¿En tu casa consumes alimentos andinos?

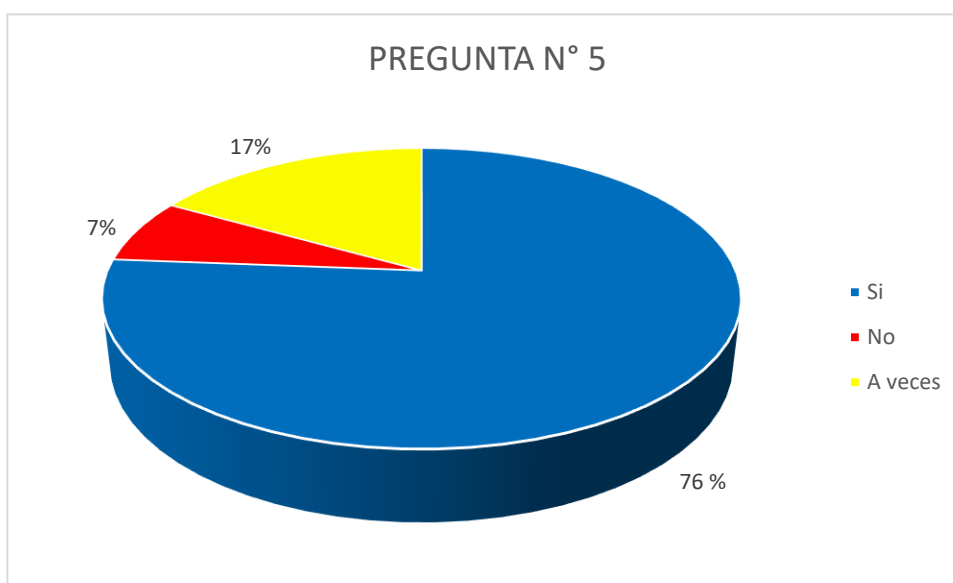
	N° Alumnos	%
Si	22	73%
No	2	7%
A veces	6	20%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 73% de los alumnos refieren que si, mientras que el 7% de los alumnos refieren que no ; y el 20% de los alumnos refieren que a veces.

5. ¿Cuándo consumes frutas previamente las lavas?

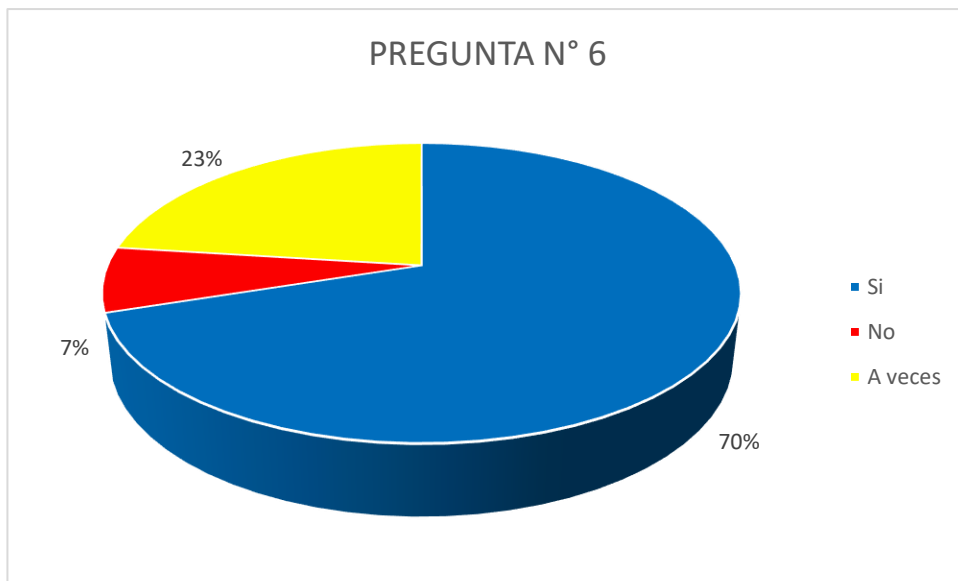
	N° Alumnos	%
Si	23	76%
No	2	7%
A veces	5	17%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 76% de los alumnos refiere que si, mientras que el 7% de los alumnos refieren que no; y el 17% de los alumnos refieren que a veces.

6. ¿Cuándo su mama prepara sus alimentos en casa observas que los lava varias veces?

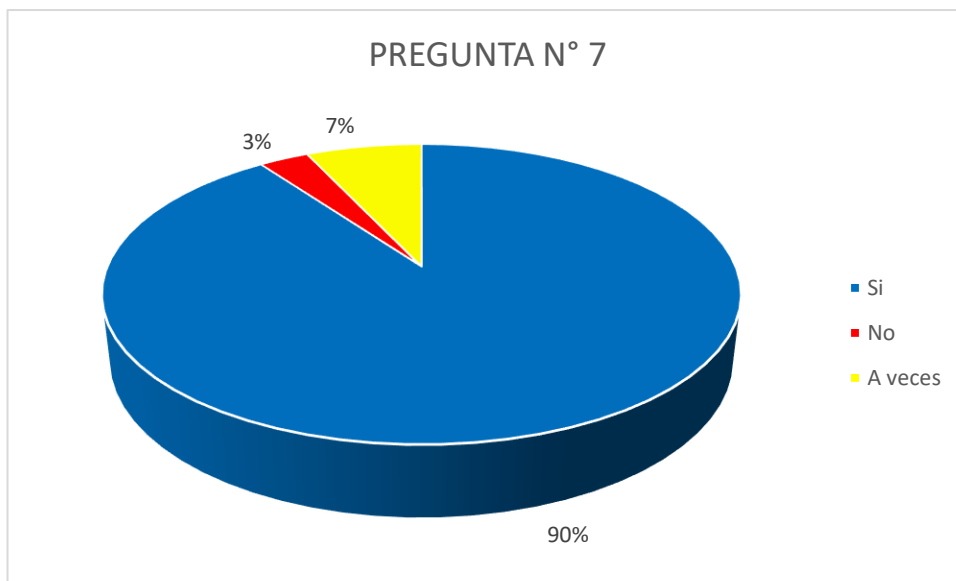
	N° Alumnos	%
Si	21	70%
No	2	7%
A veces	7	23%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 70% de los alumnos refieren que si, mientras que el 7% de los alumnos refieren que no; y el 23% de los alumnos refieren que a veces.

7. ¿Consumes leches y sus derivados?:

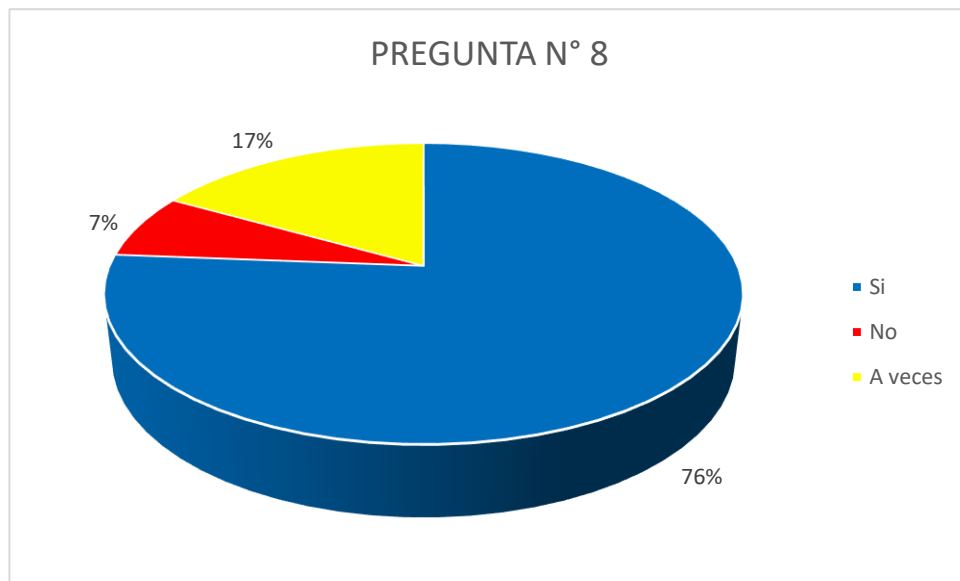
	N° Alumnos	%
Si	27	90%
No	1	3%
A veces	2	7%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 90% de los alumnos refieren que si, mientras que el 3% de los alumnos refieren que no; y el 7% de los alumnos refieren que a veces.

8. ¿Consumes huevos?:

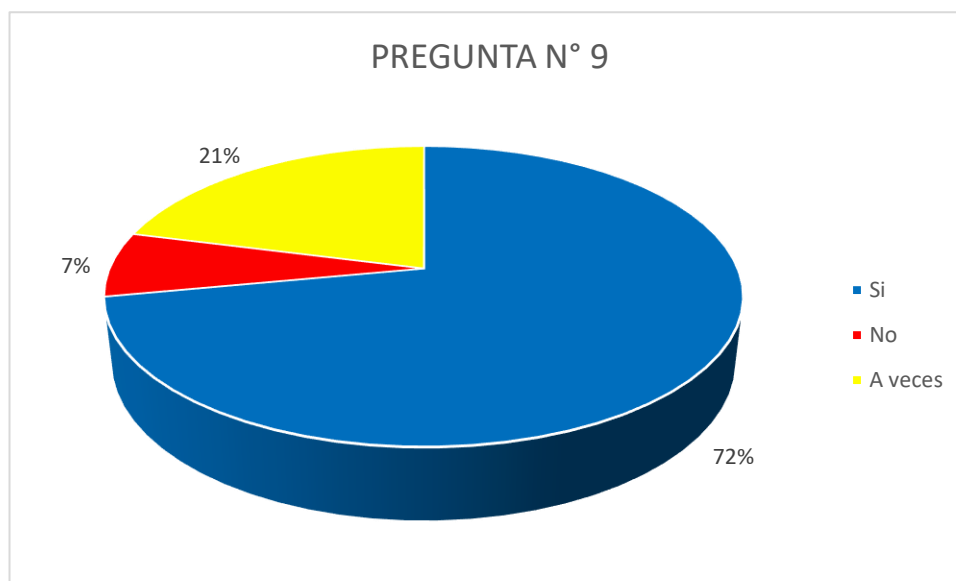
	N° Alumnos	%
Si	23	76%
No	2	7%
A veces	5	17%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 76% de los alumnos refieren que si consumen huevos , mientras que el 7% de los alumnos refieren que no consumen; y el 17% de los alumnos refieren que a veces lo consumen.

9. ¿Consumes menestras?:

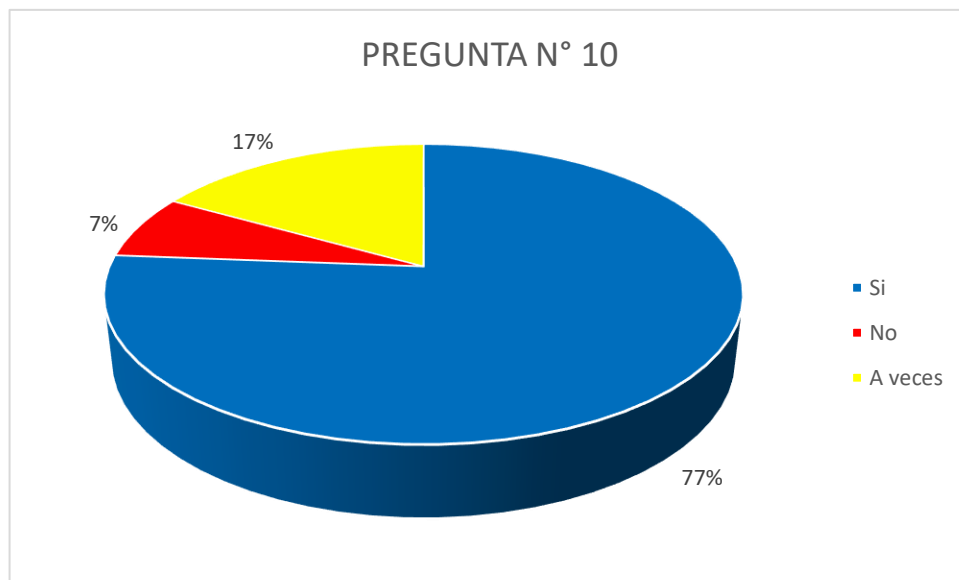
	N° Alumnos	%
Si	21	72%
No	2	7%
A veces	6	21%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 72% de los alumnos refieren que si, mientras que el 7% de los alumnos refieren que no; y el 21% de los alumnos refieren que a veces.

10. ¿Conoces que son alimentos nutritivos?:

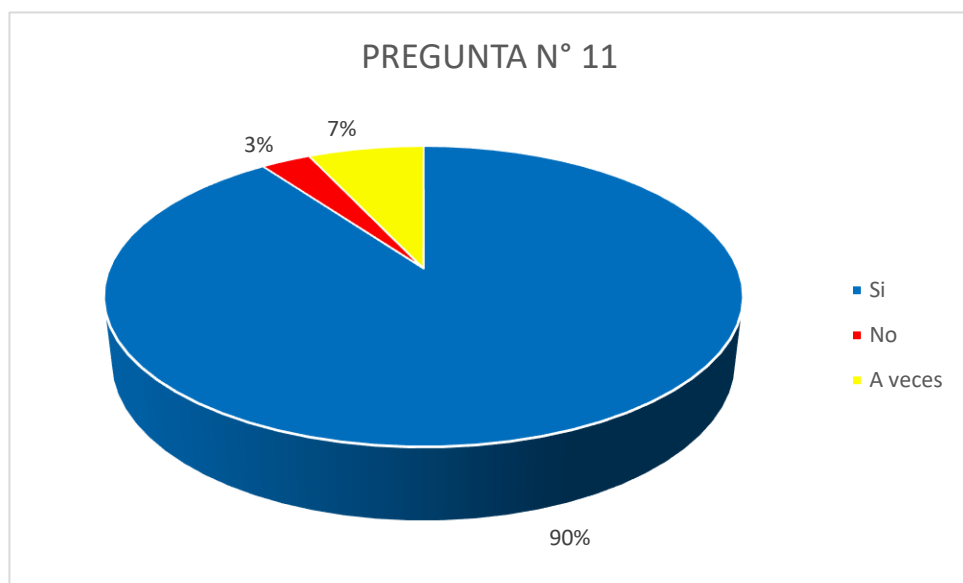
	N° Alumnos	%
Si	23	77%
No	2	7%
A veces	5	17%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 77% de los alumnos que si los conocen , mientras que el 7% de los alumnos refieren que no los conocen; y el 17% de los alumnos refieren que a veces.

11. ¿El kiosco que se encuentra en tu institución educativa vende alimentos nutritivos?:

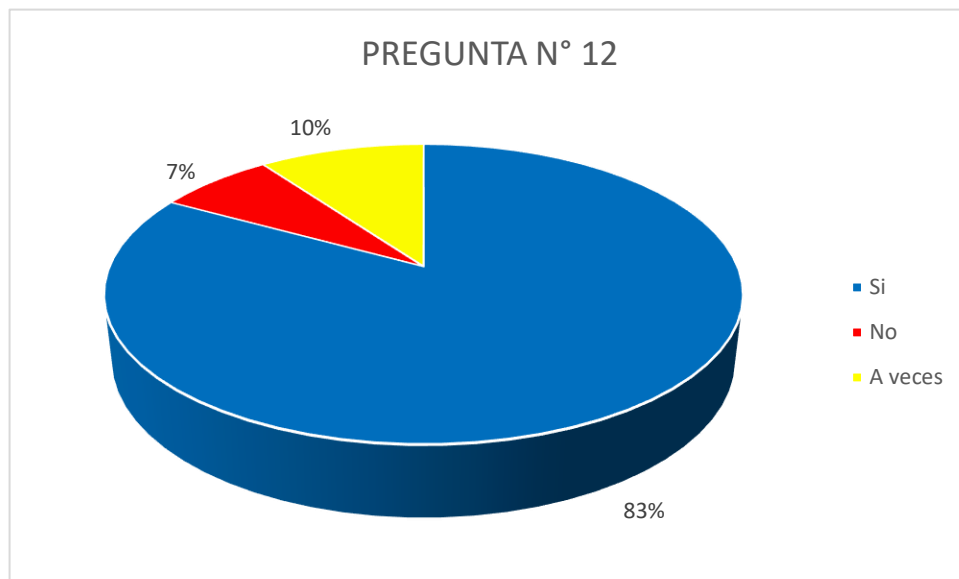
	N° Alumnos	%
Si	27	90%
No	1	3%
A veces	2	7%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 90% de los alumnos refieren que si, mientras que el 3% de los alumnos refieren que no; y el 7% de los alumnos refieren que a veces.

12. ¿El kiosco donde estudias vende quinua?

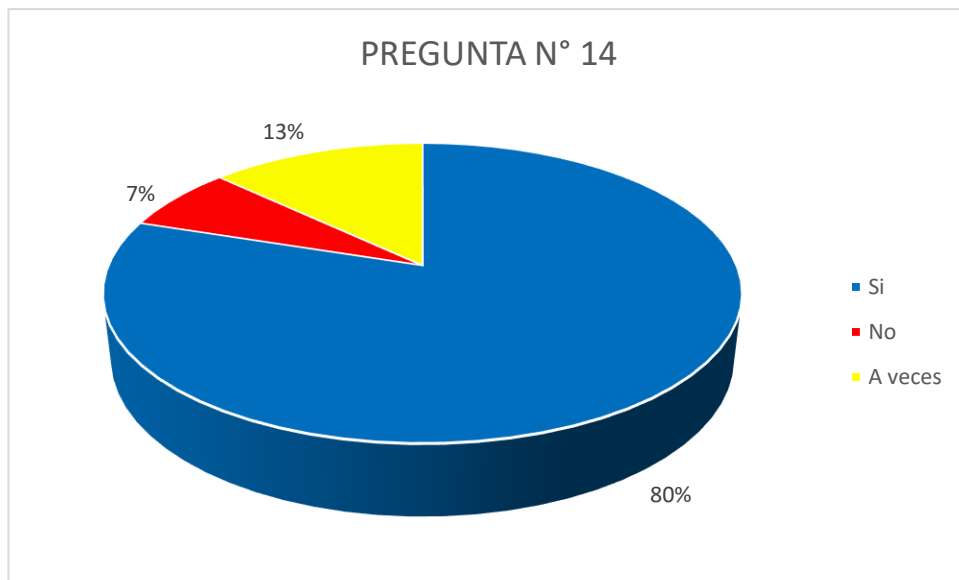
	N° Alumnos	%
Si	25	83%
No	2	7%
A veces	3	10%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 83% de los alumnos refieren que si, mientras que el 7% de los alumnos refieren que no vende; y el 10% de los alumnos refieren que a veces venden.

13. ¿El kiosco donde estudias vende maca?

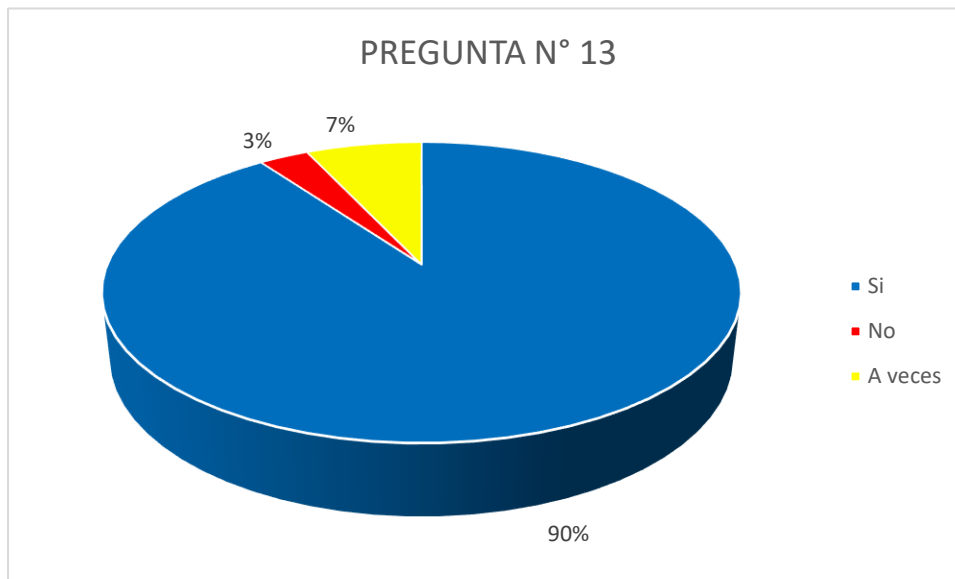
	N° Alumnos	%
Si	24	80%
No	2	7%
A veces	4	13%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 80% de los alumnos refieren que si, mientras que el 7% de los alumnos refierenno; y el 13% de los alumnos refieren que a veces.

14. ¿El kiosco donde estudias vende ensaladas de verduras?

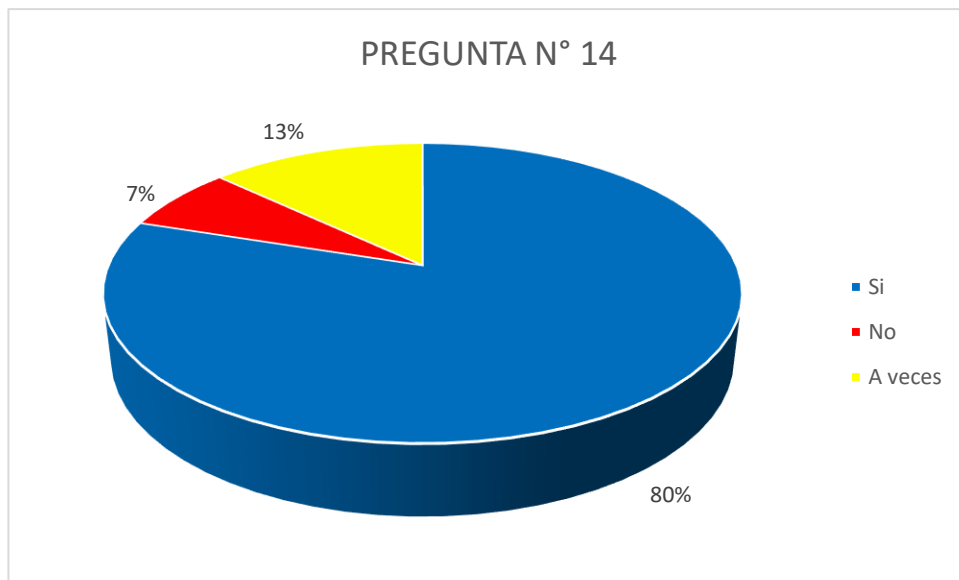
	N° Alumnos	%
Si	27	90%
No	1	3%
A veces	2	7%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 90% de los alumnos refieren que si, mientras que el 3% de los alumnos refieren que no ; y el 7% de los alumnos refieren que a veces.

15. ¿El kiosco donde estudias vende ensaladas de frutas?

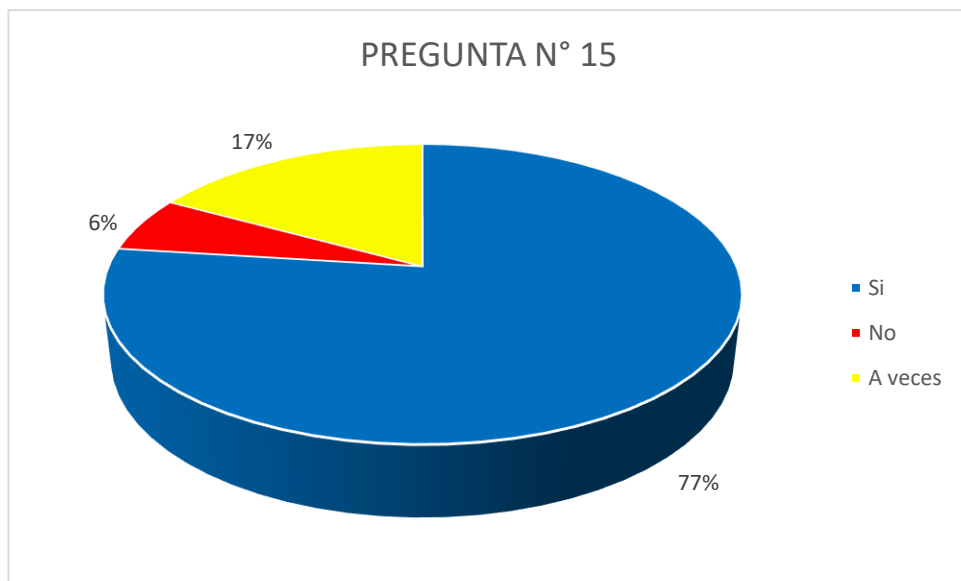
	N° Alumnos	%
Si	24	80%
No	2	7%
A veces	4	13%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 80% de los alumnos refieren que si, mientras que el 7% de los alumnos refieren que no ; y el 13% de los alumnos refieren que a veces.

16. ¿El kiosco donde estudias vende sanguches de jamonada?

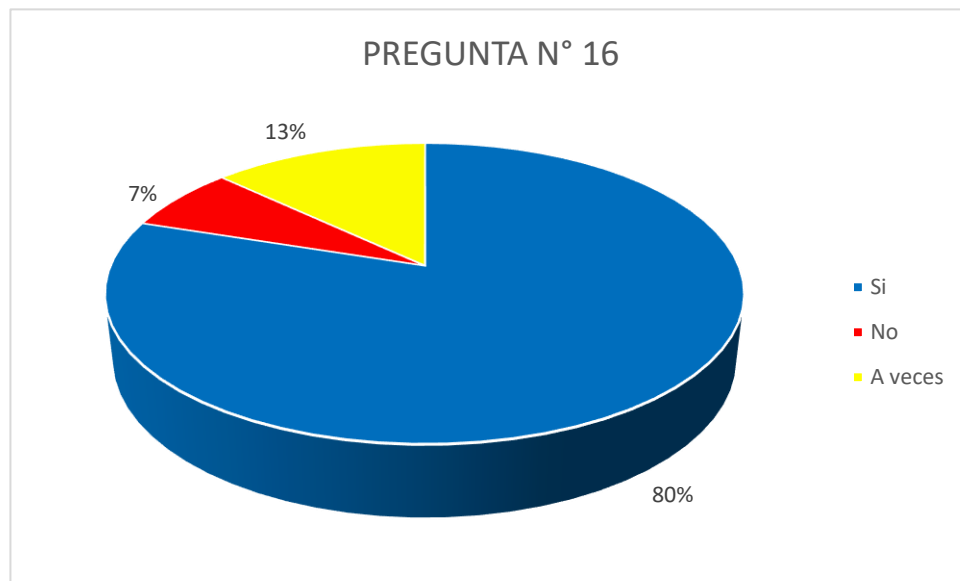
	N° Alumnos	%
Si	23	77%
No	2	6%
A veces	5	17%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 77% de los alumnos refieren que si, mientras que el 6% de los alumnos refieren que no ; y el 17% de los alumnos refieren que a veces.

17. ¿El kiosco donde estudias vende sanguches de mortadela?

	N° Alumnos	%
Si	24	80%
No	2	7%
A veces	4	13%
	30	100%



Podemos observar en el gráfico que el 80% de los alumnos refieren que si, mientras que el 7% de los alumnos refieren que no; y el 13% de los alumnos refieren que a veces.

CONCLUSIONES

1. En el presente trabajo de investigación cuyo título es : Implementación de kioscos saludables para el mejoramiento de los hábitos alimentarios en los alumnos de la I.E. N° 20986- San Martin de Porras- Huacho - 2013, trabajamos con una muestra de 30 alumnos la misma que fue tomada a **juicio de las investigadoras** .
2. En lo que concierne al tipo de kiosco que conocen refieren que si en un 83 %, mientras que si es saludable refieren que si en un 13 % más y a veces en un 4 % de diferencia de lo referido anteriormente, más aun si sus profesores les capacitarían para conocer mejor sobre los alimentos andinos y conocer más sobre normas de higiene de alimentos ya que hay un 17% y 23 % de alumnos que no conoce normas de higiene de los alimentos
3. En el grupo de alimentos como verduras, lácteos y derivados , menestras y alimentos de alto valor nutritivo los alumnos refieren en altos porcentajes conocer y consumir los mismos entre u 72 % y 90 % respectivamente tan igual de que venden quinua y maca ensalada de frutas y verdura con sanguches de embutidos lo cual desmejora su calidad alimentaria ya que los porcentajes son altos entre un 77% y 80 %, de donde se desprende que hay un alto consumo de alimentos chatarra.

RECOMENDACIONES

1. El mayor porcentaje de muertes en el mundo se debe a que no sabemos alimentarnos y de esta realidad no somos ajenos en nuestro país, por lo tanto el grado de mortalidad se va incrementado en las nuevas generaciones que tenemos de allí que es muy necesario que a través del gobierno se deba implementar en los diseños curriculares contenidos sobre alimentación y nutrición saludable para que esto sirva como prevención en la mejorar de nuestra calidad alimentaria y alargar nuestro promedio de esperanza de vida y así evitar muertes por enfermedades crónicas no transmisibles y trasmisibles
2. Así también se deben realizar campañas que nos lleven a una cultura alimentaria de calidad para así de esta manera rechazar la alimentación chatarra que hoy en día se encuentra en todos los estatus sociales y específicamente en todas las instituciones educativas de nuestro país .
3. Se debe incentivar a los estudiantes a mantener una alimentación natural la misma que tuvieron nuestros antepasados y otras sociedades que fueron muy longevas como en nuestra región los Caral y Bandurria.
4. Seguir incentivando con mayor frecuencia el consumo de alimentos marinos y disminuir los altos consumos de alimentos chatarra aplicando estrategias sensibilizadoras sobre alimentación saludable para una mejor calidad de vida de los estudiantes de estas generaciones.

BIBLIOGRAFÍA

1. Bustos, N. y Vio, F (2009). Guía para el Diseño y la Implementación de un espacio y punto de venta saludable en Escuelas Básicas de Chicle. Recuperado el 14 de noviembre del 2013, de [http://www.inta.cl/material_educativo/Gu%C3%ADa para el d de Kioscos.pdf](http://www.inta.cl/material_educativo/Gu%C3%ADa_para_el_dise%C3%91o_de_kioscos.pdf).
2. Ballesteros, J. y Villar, C. (2010). Documento de Consenso sobre la Alimentación en los Centros Educativos. Recuperado el 20 de noviembre del 2013.
3. Bustos, N. Y Kain, J. Cambios en el patrón de consumo de alimentos en escolares chilenos con la implementación de un Kiosco saludable. [Versión
4. Cabezuelo, G y Frontera, P. (2007). Enséñame a Comer: Hábitos, pautas y recetas para evitar la obesidad infantil. España: EDAF.
5. JACQUELINE IBARRA y MARI ALARCÓN. (2010). “Malnutrición por exceso en Escolares”.pág 506.
6. MINISTERIO DE SALUD. (2013). Kioscos y Refrigerios Escolares Saludables. Recuperado el 20 de noviembre del 2013, de
7. MUNICIPALIDAD DE MIRAFLORES. (2012). Punto Saludable: Manual del Kiosco y Lonchera Escolar Saludable. Recuperado el 14 de noviembre del 2013. [www.miraflores.qob.pe/Manual del kiosco y lonchera saludable.pdf](http://www.miraflores.qob.pe/Manual_del_kiosco_y_lonchera_saludable.pdf)
8. Maurer, G. Guía de Implementación de Kioscos, Cafetines y Loncheras Saludables para Instituciones Educativas. Recuperado el 05 de Diciembre del 2013.
9. MARÍA CHIESA (2009). “Consumo de Comida Rápida y Obesidad infantil”. (2009). Pág. 15.
10. ROJAS ELIDA y BERNA HYDA (209). “Logros, beneficios, barreras percibidas y estrategias planteadas por actores involucrados en una Institución Educativa Saludable durante el eje temático alimentación y nutrición”. Pág 2.

ANEXOS

ANEXO 1
ENCUESTA

Querido alumno a continuación se presentamos un conjunto de preguntas sobre : Implementación de kioscos saludables para el mejoramiento de los hábitos alimentarios de los alumnos de la I.E. N° 20986 – San Martín de Porras – Huacho- 2013 por lo que te pedimos que respondas con toda sinceridad, ya que de eso dependerá que los resultados de esta investigación sean objetivos.

1. ¿Conoces un kiosco escolar?
2. ¿Conoces lo que es un Kiosco Saludable?
3. ¿Tú crees que si tus profesores te dieran charlas sobre lo que es alimentación saludable, mejorarían tus hábitos alimentarios?
4. ¿En tu casa consumes alimentos andinos?
5. ¿Cuándo consumes frutas previamente las lavas?
6. ¿Cuándo su mamá prepara sus alimentos en casa observas que los lava varias veces?
7. ¿Consumes leches y sus derivados?:
8. ¿Consumes huevos?:
9. ¿Consumes menestras?:
10. ¿Conoces que son alimentos nutritivos?:
11. ¿El kiosco que se encuentra en tu institución educativa vende alimentos nutritivos?:
12. ¿El kiosco donde estudias vende quinua?
13. ¿El kiosco donde estudias vende maca?
14. ¿el kiosco donde estudias vende ensaladas de verduras?
15. ¿El kiosco donde estudias vende ensaladas de frutas?
16. ¿ El kiosco donde estudias vende sanguches de jamonada?
17. ¿El kiosco donde estudias vende sanguches de mortadela?

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: “IMPLEMENTACIÓN DE KIOSCOS SALUDABLES PARA EL MEJORAMIENTO DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS EN EL I.E.E. N° 20986 – SAN MARTIN DE PORRAS – HUACHO - 2013”

<p style="text-align: center;"><u>PROBLEMA GENERAL</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿De qué manera la Implementación de Kioscos Saludables contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 - San Martín de Porras - Huacho-2013? 	<p style="text-align: center;"><u>OBJETIVO GENERAL</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Explica comola Implementación de kioscos saludables contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 - San Martín de Porres - Huacho-2013. 	<p style="text-align: center;"><u>HIPOTESIS GENERAL</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La Implementación de kioscos saludables contribuyen significativamente en el mejoramiento de los hábitos alimentarios en la I.E. N° 20986 - San Martín de Porres - Huacho-2013. 	<p style="text-align: center;"><u>VARIABLE DEPENDIENTE</u></p> <p style="text-align: center;">Vi = V1 : Kioscos Saludables</p>	<p style="text-align: center;"><u>POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO</u></p> <p style="text-align: center;"><u>POBLACIÓN</u></p> <p>Todos los alumnos del I.E.E N° 20986 - San Martín de Porras Huacho - 2013. 101</p>
<p style="text-align: center;"><u>PROBLEMA ESPECIFICO</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿De qué manera la calidad de los alimentos contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimenticios? • ¿En qué medida la venta de alimentos nutritivos contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios? • ¿En qué medida la venta de alimentos orgánicos contribuye en el mejoramiento de los hábitos alimentarios? 	<p style="text-align: center;"><u>OBJETIVO ESPECIFICOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluar la calidad de los alimentos en el mejoramiento de los hábitos alimentarios. • Evaluar los alimentos nutritivos en el mejoramiento de los hábitos alimentarios. • Evaluar los alimentos orgánicos en el mejoramiento de los hábitos alimentarios. 	<p style="text-align: center;"><u>HIPOTESIS ESPECIFICAS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La calidad de los alimentos nutritivos mejorará significativamente los hábitos alimentarios. • La venta de alimentos nutritivos contribuirán en el mejoramiento de los hábitos alimentarios. • La venta de alimentos orgánicos contribuirán en el mejoramiento de los hábitos alimentarios. 	<p style="text-align: center;"><u>VARIABLE INDEPENDIENTE</u></p> <p style="text-align: center;">Vd = V2 : Hábitos Alimentarios</p>	<p style="text-align: center;"><u>MUESTRA</u></p> <p>Las aulas del 5to grado A , B , y C. del nivel primario del I.E.E N°20986 - San Martín de Porras Huacho, que fueron 30 alumnos.</p> <p style="text-align: center;"><u>DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN</u></p> <p style="text-align: center;">Investigación Correlacional</p> <p style="text-align: center;"><u>TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS</u></p> <p style="text-align: center;">ENCUESTA.</p> <p>ITEMS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3. 4. 5. 6.

Anexo 3

MALOS HÁBITOS ALIMENTICIOS



Anexo 4

BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS

