

Programa de Educación Nutricional, con abordaje multidisciplinario, para desarrollar la cultura alimentaria en estudiantes de Educación Secundaria-Huamachuco, 2017

Nutrition Educativa Program, With Abordach Multidisciplinary For The Culture Alimentary in students of Secondary Education-Huamachuco, 2017

Jessica Rabanal Gutierrez*

Escuela de Postgrado: Universidad Nacional de Trujillo, Av. Juan Pablo II s/n – Ciudad Universitaria, Trujillo, Perú.

* Autor correspondiente: rubbydivine@hotmail.com (J. Rabanal)

RESUMEN

En Perú, existen problemas de cultura alimentaria poco saludable, debido al consumo de comidas chatarras, la falta de educación en alimentación adecuada en escuelas y la alimentación inadecuada en hábitos y conductas del consumo alimentario del hogar. El propósito de la investigación, es socializar y traducir el conocimiento alimentario con la finalidad de acompañar a las familias de la comunidad hacia la seguridad alimentaria-nutricional e identificar su problema alimentario nutricional, para mejorar el estado nutricional de la comunidad. Esta estrategia permitirá a la población adquirir conocimientos, habilidades y destrezas, para ejercer autonomía en la toma de decisiones en el auto cuidado. La muestra de 30 estudiantes, y el diseño de investigación empleado fue pre-experimental. Se aplicó un pre test, y post test a través de la prueba estadística T- student. Así mismo, se aplicó un programa de educación nutricional constituido por 12 sesiones de aprendizaje. En conclusión, la aplicación del programa determinó la mejora de la cultura alimentaria, a través de sesiones de clase con participación de estudiantes se centró en el interés y atención; fue un indicador para el logro del objetivo general.

Palabras clave: Comida sana; Educación nutricional; Salud escolar; Programa de educación nutricional; Cultura alimentaria.

ABSTRACT

In Peru, there are problems of unhealthy food culture, due to the consumption of junk foods, lack of education in adequate food in schools and inadequate food habits and behaviors of household food consumption. The purpose of the research is to socialize and translate food knowledge in order to accompany the families of the community towards food-nutritional security and identify their nutritional food problem, to improve the nutritional status of the community. This strategy will allow the population to acquire knowledge, skills and abilities, to exercise autonomy in decision-making in self-care. The sample of 30 students, and the research design used was pre-experimental. A pre-test, and post-test was applied through the T-student statistical test. Likewise, a nutritional education program was implemented consisting of 12 learning sessions. In conclusion, the application of the program determined the improvement of food culture, through class sessions with student participation focused on interest and attention; it was an indicator for the achievement of the general objective.

Keywords: Healthy food; Nutrition education; School health; Nutrition education Program; Culture alimentary.

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad la población mundial no toma en cuenta la cultura alimentaria es así que existe un desorden alimentario conllevando el aumento del consumo de comida chatarra, mientras que la comida casera y los alimentos de origen natural parecen estar siendo erradicados de nuestras mesas. Al parecer, las nuevas generaciones no están al tanto de estas opciones alimentarias, que podrían ayudarles a lograr un mayor desempeño, tanto en la escuela como en la vida diaria". (Burgos, 2007)

Los resultados negativos se registraron en el Caribe, África y el cercano Oriente. Sin embargo, en cuanto a la participación en el servicio y los programas de actualización, la insuficiencia en este tipo de capacitación es

incluso más aguda. En los países que cuentan con programas adecuados, la capacitación es esporádica y no cubre las necesidades. La implementación de políticas y programas nacionales de educación en nutrición en las escuelas solo es posible si en los países, además de existir apoyo político y recursos asignados, se cuenta con maestros que disponen de los conocimientos y de la motivación necesaria para incorporar con éxito los contenidos y nuevos enfoques educativos. (Burgos, 2007)

La enseñanza en nutrición en las escuelas primarias se ha venido promoviendo desde hace varias décadas. Sin embargo, se observa que las limitaciones y problemas para lograr que las escuelas contribuyan efectivamente a la formación de conductas alimentarias y de vida saludable en el niño y su familia continúan siendo los mismos. Si se desea lograr que los niños adquieran la capacidad de adquirir cultura alimentaria saludable, es necesario consolidar los esfuerzos. El apoyo de los niveles de decisión; la implementación de iniciativas para capacitar a los profesores mediante programas sistemáticos, con suficiente cobertura y continuidad; la inclusión de contenidos de nutrición en los currículos de la escuela, con asignación de suficiente tiempo y un enfoque orientado a lograr cambios de conducta más que a solo aumentar los conocimientos, constituyen hoy, más que nunca, una necesidad para enfrentar los problemas nutricionales y prevenir las enfermedades crónicas relacionadas con la dieta. Para lograr este objetivo, la educación representa la mejor estrategia” (FAO, 1971).

La inversión en nutrición es de prioridad y no de última instancia; en la que investigaciones realizadas declaran: “en el mundo de hoy la inversión en nutrición es una necesidad, no un lujo; una breve reseña de la evidencia demuestra la importancia de la nutrición para el poder intelectual y educacional” (Jukes, 2002).

Según el Ministerio de Salud y Ministerio de Educación, en aras de coadyuvar al Desarrollo Humano, vienen trabajando conjuntamente en la iniciativa de fortalecer la promoción de la salud, con el propósito de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes y al óptimo desarrollo de sus capacidades, fomentando el uso del ámbito escolar como espacio estratégico para promover una cultura de la salud. Esta alianza se da en el marco del Convenio de Cooperación Técnica entre el Ministerio de Educación – MED y el Ministerio de Salud – MINSa y en el contexto de la Reforma del Estado y de la Descentralización.

Este trabajo intersectorial, ha generado lineamientos de política desde los Ministerios de Educación y Salud, que definen un marco normativo adecuado para fortalecer las acciones de promoción de salud en las Instituciones Educativas que vienen desarrollando la estrategia “Escuelas Promotoras de MINSa; (Dirección General de Promoción de la Salud).

Según Qali Warma significa “Niño Vigoroso” en quechua. Es un Programa Nacional de Alimentación Escolar que tiene como objetivo, garantizar el servicio alimentario para niñas y niños de instituciones educativas públicas del nivel inicial a partir de los 3 años de edad y del nivel de educación primaria. La alimentación que QALI WARMA proveerá a los niños se basará en productos y dietas locales, asegurando calidad, pertinencia y prácticas saludables. Su gestión involucrará principalmente a los padres de familia, para garantizar que por encima de todo estará el bienestar de las niñas y niños, lo que implica que cada entidad rectora y participante deberá cumplir su rol, según lo establecido por las normas.

En la esfera local se ha reflejado una cultura alimentaria inadecuada en la mayoría de la niñez. Siendo una causa principal la mala orientación y/o desconocimiento de cultura alimentaria adecuada tanto por los educadores como por los estudiantes. En la I.E. “Flores de Mora de Sandoval”, Huamachuco. El progreso es muy palpante esta problemática por notarse en los estudiantes inclinación permanente a la práctica de una mala cultura alimentaria. Hasta la actualidad la comunidad educativa, padres de familia y la sociedad local no han tomado el interés necesario ni la preocupación debida por tratar esta situación. En tal sentido, se ejecutó un programa de educación nutricional para mejorar dicha cultura alimentaria y enrumbarlos hacia un estilo de vida saludable.

Gallegos; Lavado (2005), demostraron que el impacto de la ingesta calórica sobre la productividad es positivo y significativo, confirmando que para el caso peruano, la ingesta calórica afecta directamente la productividad del trabajador. Está comprobado que para el Perú, la calidad de la alimentación está relacionada con: La disponibilidad de los alimentos, con el comportamiento alimentario del individuo (cómo utiliza los alimentos, lo cual está determinado por el grupo social al que pertenece y el nivel educativo que posee) y con el aprovechamiento biológico de los alimentos, es decir qué tan bien el organismo absorbe los nutrientes obtenidos en la ingesta.

Bazán (2015) realizó un estudio de hábitos alimenticios y estado nutricional en escolares de la institución educativa 1270 Huaycán en Lima en el distrito de Ate. Fue un tipo de Investigación cuantitativa y diseño no experimental, descriptivo correlacional de corte transversal; la muestra estuvo constituida por 108 alumnos del 3° al 6° grado de secundaria del distrito de Ate, aplicándose el instrumento (cuestionario) con la finalidad de evaluar los hábitos alimentarios de los escolares. Los Resultados fueron del total de escolares encuestados,

el 67,6% tiene malos hábitos alimentarios, estando el 54,6% conformado por el sexo femenino. En cuanto a la dimensión del control oral el 92,6% tienen un consumo inadecuado y 7,4% adecuado. De acuerdo al sexo de los escolares la mayoría son del sexo femenino las que presentaron sobrepeso, se podría decir que el sexo femenino tiene más tendencia al sobrepeso; en este 19 estudio se demuestra que esto es afirmativo puesto que la mayoría de niñas se encuentra con sobrepeso.

Es así que los hábitos alimentarios de los escolares de 11 a 13 años, en su mayoría son inadecuados en la Institución Educativa 1270- Huaycán, El estado nutricional de los escolares de 11 a 13 años del colegio 1270 en su mayoría tiene sobrepeso.

Ponce, Turpo, Salazar, Carhuancho; Taype (2017) presentaron una investigación sobre los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes de Lima en su estudio descriptivo transversal. El total fue 440 estudiantes, y 375 llenaron toda la encuesta (85,2%). La prevalencia del probable diagnóstico de TCA fue 10,1% siendo mujeres mayor porcentaje que en hombres (11,3% mujeres y 8,6% varones). Los factores que se encontraron asociados a esta variable fueron el rechazo escolar por trastornos nutricionales y el rechazo laboral por la delgadez por último el rechazo social. En cuanto a los resultados del puntaje del EAT, 52,0% tuvieron entre 1 y 9 puntos; 39,9% entre 10 y 19 puntos y el 10,1% tuvo 20 o más puntos. Se encontró que el 10,1% de los estudiantes tuvieron probable diagnóstico de TCA. La conclusión es que los adolescentes tienen un rechazo frente a la sociedad por el concepto equivocado que tienen en su alimentación y el querer verse bien.

Miranda (2016) en su estudio de prevalencia de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes pre universitarios de la academia Aduni Cesar Vallejo en Lima para obtener el título profesional de médico cirujano. Este trabajo de investigación fue un estudio descriptivo correlacional de corte transversal, busca describir la frecuencia del riesgo y trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes pre universitarios. Se sumó un promedio de 20 aulas en los que aproximadamente había entre 40 – 70 estudiantes por aula (N aproximado = 800 - 1400). Para que puedan determinar los casos de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria utilizaron el instrumento EAT-26 que es una versión española validado por Gandarillas. Según sus resultados el sexo femenino resultó con más frecuencia de riesgo de TCA (18,70%) que el género masculino (16,38%). Las edades promedio de padecer riesgo de TAC eran entre adolescentes de 17. Las conclusiones fueron que el (17,53%) presento riesgo de TAC.

Enríquez (2015) en su estudio Autopercepción de la imagen corporal y prácticas para corregirla en adolescentes de una institución educativa, Lima, utilizó el enfoque cuanti-cualitativo. Este estudio fue aprobado por el Comité de Investigación de la Escuela Académica Profesional de Nutrición de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. La población se encontró conformada por hombres y mujeres 1° a 5° año de secundaria en una I.E. privada. Ubicada en el distrito de Miraflores. Los adolescentes tenían entre 11 y 17 años, el 63% tenía IMC/edad normal, el 27,8% sobrepeso y el 9,3% obesidad; todos presentaron talla normal, excepto una estudiante; 54,8% percibía que su peso era normal, el 31,5% percibía que su peso estaba aumentando y el 37% percibía que su talla era baja, por último el 36,1% presentaba una percepción equivocada en cuanto a su peso. En Conclusión, aún sigue existiendo en nuestra sociedad adolescentes que por querer verse más delgada no se nutren de la manera adecuada, esto influye por la sociedad, los medios de comunicación que aportan nada bueno en la sociedad.

Enríquez (2015) realizó un estudio de tipo cuantitativo con el objetivo de determinar la autopercepción de la imagen corporal que tienen los adolescentes de la Institución Educativa Hosanna Miraflores. La muestra estuvo conformada por 108 adolescentes, de edad de 14 años, la técnica empleada fue la exploración de los datos antropométricos de peso y talla. Los resultados fueron según la relación de percepción de la imagen corporal, en la cual los investigadores encontraron que un 36,1% de adolescentes presentaban un concepto equivocado en cuanto a la relación de su peso y el 50,9% presento una percepción equivocada en cuanto a su talla. Los investigadores encontraron que más de la mitad consideraba su peso normal. La encuesta fue aplicada a estudiantes del 2° al 4° año de educación secundaria de 50 instituciones educativas nacionales de los cuales presentaron porcentajes más bajos de exceso de peso que en este estudio, en el caso del sobrepeso presenta 8 puntos porcentuales menos; y un 3% de obesidad Sin embargo la Encuesta Global de Salud Escolar presenta un 0,7% de delgadez y en este estudio no se detectó ningún caso, pudiéndose contrastar con el hecho de que el distrito de Miraflores no tiene una alta proporción de niños desnutridos pero los casos de obesidad se están incrementando, sobretudo en niños en etapa escolar.

Churrango, Quispe; Sandoval (2015) en su tesis Hábitos y estado alimentario de los adolescentes de 11 a 14 años en una Institución Educativa Nacional con 21 el fin de obtener el título de licenciatura en enfermería de la universidad Cayetano Heredia, Lima. Fue un estudio descriptivo de corte transversal y la muestra estaba conformada por 175 adolescentes. Se evaluó por el Índice de Masa Corporal (IMC), según las tablas para adolescentes del Center of Disease Control and Prevention (CDC). Entre los resultados se aprecia que los

hábitos alimentarios de los adolescentes fueron regulares con un porcentaje de 51,4%, buenos 23,4%. El 64% presentó estado alimentario normal, desnutrido 20%, sobrepeso en un 13,7%, obesidad en 2,3%. Los estudiantes de 11 a 14 años presentaron hábitos alimenticios regulares a deficientes. El estado alimentario de los adolescentes es normal y un porcentaje significativo se encontró desnutrido, con sobrepeso y obesidad. En cuanto a las conclusiones los adolescentes de 11 a 14 años presentan hábitos alimentarios regulares a deficientes. El patrón de consumo se caracteriza por 3 raciones de alimentos al día, consumo de productos lácteos, legumbres, hamburguesas, salchipapas o tacos 1 a 3 veces por semana. Consumo de frutas diario y la compra alimentos de 1 a 3 veces por semana.

Marín, Olivares, Solano; Musayón (2011) En su artículo estado nutricional y hábitos alimentarios de los alumnos del nivel secundaria de un colegio nacional, ese estudio fue de tipo descriptivo y corte transversal en la cual la población se encontró constituida por 672 estudiantes entre edades de 11 a 17 años de ambos sexos tanto masculino como femenino, de una Institución Educativa Nacional, ubicada en el distrito de Independencia en Lima – Perú. El estado nutricional fue evaluado por medio de la medición de peso y talla, en lo cual se utilizó el indicador antropométrico, que es el índice de masa corporal (IMC), según las tablas para adolescentes del Centro de Control de Enfermedades (CDC) recomendadas por el Ministerio de Salud; respecto al estado nutricional resulta que el 72,2% fue normal, siendo los alumnos del primer año de secundaria los que presentaron mayor porcentaje de estado nutricional normal, mientras tanto los del quinto año de secundaria presentaron mayor porcentaje de sobrepeso y obesidad . Estado nutricional fue el siguiente: 71,2% normal; 16% sobrepeso; 11% obesidad y 1,7% adelgazado. En conclusión, cuando están cursando la etapa de adolescencia son más propensos a contraer enfermedades que se puede prevenir.

Los autores antes mencionados indican que dentro de las instituciones educativas no se encuentra alimentos nutritivos para los adolescentes, así mismo son ellos quienes no priorizan el desayuno, se alimentan de comida rápida, no realizan una adecuada actividad física, se dejan influenciar fácilmente por el medio de comunicación. Tienden a adoptar conductas erróneas sobre la alimentación saludable. Esto corresponde con el riesgo de desarrollar enfermedades tales como la anorexia, bulimia, obesidad, desnutrición.

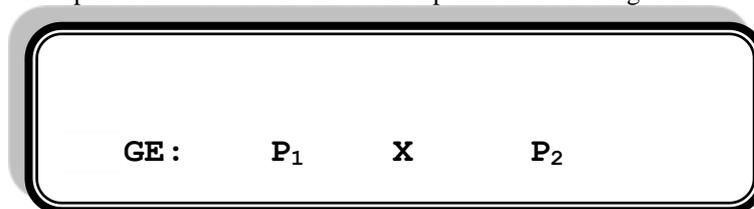
2. MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. DISEÑO

El diseño de investigación es pre experimental, con un solo grupo con aplicación de Pre y Pos test. La ejecución de este diseño implicó tres procedimientos:

- a) Una medición previa de la variable dependiente estudiada: Nivel de desarrollo de la cultura alimentaria a través de un Pre-test.
- b) Aplicación de la variable independiente o experimental: Programa de educación nutricional con abordaje multidisciplinario.
- c) Una nueva medición de la variable dependiente estudiada: Nivel de desarrollo de la cultura alimenticia a través de un Pos-test.

El ideograma correspondiente de este diseño cuasi-experimental es el siguiente:



Donde:

P1 = Pre test determinó el nivel de desarrollo de la cultura alimentaria en el grupo experimental, antes de la aplicación del programa educación nutricional con abordaje multidisciplinario.

P2 = Pre Post test determinó el nivel de desarrollo de la cultura alimentaria en el grupo-experimental, después de la aplicación del programa educación nutricional con abordaje multidisciplinario.

X = Aplicación del programa educación nutricional con abordaje multidisciplinario.

2.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

2.2.1. Población

La población estuvo constituida por 150 estudiantes de 1° grado de educación secundaria de la institución educativa “Florencia de Mora de Sandoval”, de Huamachuco.

La Población de educación secundaria de la institución educativa “Florencia de Mora de Sandoval”, Huamachuco.

Grado y Sección	Nº de estudiantes
1° “A”	30
1° “B”	30
1° “C”	30
1° “D”	30
1° “E”	30
Total	1

Fuente: Nómina de matrícula

2.2.2. Muestra

Se empleó la técnica de muestreo no probabilístico a criterio del investigador. Estuvo constituida por un total de 30 estudiantes del 1° “A” Secundaria, que fue el grupo experimental.

La Muestra seleccionada estudiantes de educación secundaria de la institución educativa “Florencia de Mora de Sandoval”, Huamachuco.

Grado y Sección	Nº de estudiantes
PRIMERO -A- grupo experimental	30
Total	30

Fuente: Nómina de matrícula del 1° año de Educación Secundaria.

2.3. VARIABLES E INDICADORES

VARIABLE 1: PROGRAMA DE EDUCACIÓN NUTRICIONAL, CON ABORDAJE MULTIDISCIPLINARIO

Definición Conceptual

(FAO) Es todo conjunto de actividades organizadas en el tiempo cuya finalidad es conseguir la adopción de comportamiento nutricional saludable por parte de la población.

La que permite la difusión de información acerca de los alimentos y sus nutrientes, proporciona las herramientas para saber qué hacer y cómo actuar para mejorar la nutrición. La importancia de la sana alimentación; la creación de entornos que faciliten la elección de opciones alimentarias saludables y de la creación de capacidades, tanto para individuos como para instituciones para adoptar prácticas alimenticias y nutricionales que promuevan la buena salud.

Definición operacional:

Es la cadena de costumbres alimenticias relacionadas con la forma de alimentarse influenciada por la cultura, religión zona demográfica familia entre otros.

Las dimensiones son: Conocimiento Alimentario Nutricional, Participación en su Alimentación, Ingesta de Alimentos y Clima afectivo.

VARIABLE 2: CULTURA ALIMENTARIA

Definición Conceptual

(FAO) Modelos alimentarios y nutricionales que forman parte de la herencia cultural de todos los grupos de personas y pueblos. El concepto también se refiere a las formas de cultivar, cosechar y preparar los alimentos.

Definición Operacional:

Es la información adquirida por los estudiantes acerca de la ingesta del tipo de alimento, el número de veces que es consumido, la preferencia por ciertos alimentos, el lugar donde los consumen.

Las dimensiones son: Dimensión nutritiva, Dimensión placentera, Dimensión reconstituyente, Dimensión dietética.

2.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS, VALIDEZ Y CONFIABILIDAD.

2.4.1. Técnicas

a) Análisis documental:

Esta técnica nos permitió revisar diferentes textos relacionados con el trabajo de investigación para poder así elaborar el marco teórico.

b) Observación directa:

Esta técnica se utilizó para registrar la conducta de los estudiantes durante la aplicación del programa.

c) Administración de pre-test y pos- test:

Esta técnica sirve para determinar el Nivel de desarrollo de la cultura alimentaria antes y después de la aplicación del Programa.

2.4.2. Instrumentos

a) Cuestionario de Cultura Alimentaria: Conformado por 20 ítems para medir el desarrollo de la cultura alimentaria antes y después de la aplicación del programa.

Para el presente estudio se utilizará el cuestionario de cultura alimentaria, describe los alimentos (comidas y refrigerios) que comió o bebió ayer por el día y por la noche, tanto en casa como fuera de casa.

El cuestionario puede utilizarse a nivel del hogar o a nivel individual según la finalidad de la encuesta. Para facilitar la recopilación de datos, se ha adaptado de la publicación del Proyecto de Asistencia Técnica sobre Alimentos y Nutrición (FANTA) titulada Puntaje de Diversidad Dietética en el Hogar (HDDS) para la Medición del Acceso a los Alimentos en el Hogar: Guía de Indicadores (Swindale and Bilinsky, 2006). Cuestionario de cultura alimentaria Por favor, describa los alimentos (comidas y refrigerios) que comió o bebió ayer por el día y por la noche, tanto en casa como fuera de casa. Comience con la primera comida o bebida que tomó por la mañana. Anote todos los alimentos y bebidas mencionados. En caso de que se mencionaran platos mixtos, pregunte por la lista de ingredientes. Cuando el encuestado haya terminado, pregunte sobre las comidas y refrigerios que no haya mencionado.

El instrumento ha sido dirigido a estudiantes y presenta un formato de respuesta SI o NO.

Se han considerado los Cuatro Dimensiones siguientes:

I. CONOCIMIENTO ALIMENTARIO NUTRICIONAL:

Este factor permite conocer una dieta balanceada, grupos alimenticios. Algunos ejemplos de ítems son: “Alimentos que ayudan a crecer sano” y “Evitar comida chatarra.” Siendo los ítems: (4, 15, 10, 12, 14, 9,16).

II. PARTICIPACIÓN EN SU ALIMENTACIÓN:

El cual explora conductas alimentarias como: preparar y comprar los alimentos. Algunos ejemplos de ítems son: “Conocer la necesidad de una buena alimentación” y “Comprar alimentos adecuados con su propina”. Siendo los ítems: (6, 7, 20,8).

III. INGESTA DE ALIMENTOS:

Algunos ejemplos de ítems son: “Fijar un horario para comer” y “Comer todo tipo de menestras”. Siendo los ítems: (13, 2, 1, 3, 17).

IV. CLIMA AFECTIVO:

Este factor explora conductas de sobrevaloración de la familia. Algunos ejemplos de ítems son: Comer en unión de la familia” y “Comer en un momento agradable”. Siendo los ítems: (5, 11, 18,19). El puntaje máximo es 100 puntos y se considera conducta alimentaria normal.

2.4.3. Validez y confiabilidad

Para nuestro estudio el instrumento fue el cuestionario. Este instrumento ha sido validado a través de la prueba de juicio de expertos y su confiabilidad se determinó mediante la prueba estadística del Alfa de Cronbach

2.5. MÉTODOS DE ANÁLISIS DE DATOS.

2.5.1. Procedimientos estadísticos

Los resultados de la investigación fueron traducidos en tablas y figuras, como sugiere la estadística inferencial. La discusión del trabajo de investigación se dará confrontando los resultados obtenidos en la investigación con los planteamientos de los autores y conclusiones de investigaciones previas, ambos citados en las bases teóricas.

2.5.2. Técnicas de Procesamiento de la Información

Inicialmente se procedió a elaborar la matriz de la base de datos para digitar la información recabada después de aplicar el instrumento y se digitará el libro de códigos. Se empleará el software de estadística para ciencias sociales (SPSS) última versión. Luego se hará un análisis descriptivo de las variables en estudio, comparando los resultados del pre test y el pos test y utilizando estadísticas descriptivas como la media y la desviación estándar; asimismo se elaborará gráficos estadísticos. Posteriormente se realizará el análisis inferencial de comparaciones de medios de los puntajes totales para analizar las diferencias entre el pre test y el post test respectivamente. Para la contrastación de hipótesis se utilizará la prueba paramétrica de la T Student.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Resultados sobre la distribución según nivel de Cultura alimentaria en estudiantes del nivel secundaria

Tabla 1: Distribución según nivel de Cultura alimentaria en integrantes del grupo experimental antes y después de la aplicación del Programa de Educación nutricional para desarrollar la cultura alimentaria en estudiantes del 1° grado de secundaria de la I.E. Florencia de Mora de Sandoval, Huamachuco 2017

Nivel de Cultura alimentaria	<i>Momento de evaluación</i>			
	Antes de aplicación del Programa		Después de aplicación del Programa	
	N	%	N	%
Bajo	3	8,8	0	0,0
Medio	30	88,2	11	32,4
Alto	1	2,9	23	67,6
Total	34	100,0	34	100,0

Nota: n: Número de estudiantes integrantes del grupo de estudio

En la tabla 1, corresponden a los niveles de cultura alimentaria en los estudiantes integrantes del grupo experimental en la investigación, observando que antes de la aplicación del Programa nutricional con abordaje multidisciplinario la Cultura alimentaria en estudiantes de 1° grado de educación secundaria, el 8,8% de los estudiantes mostró un nivel bajo de Cultura alimentaria; sin embargo después de la aplicación del Programa ninguno de los estudiantes presentó este nivel. Igualmente se aprecia que antes de la aplicación del programa el 88,2% de los estudiantes presentaban un nivel medio; en tanto que después de su aplicación tan solo el 31,4% presentó este nivel; Asimismo; antes de la aplicación del programa solamente el 2,9% alcanzó un nivel alto de cultura alimentaria; mientras que después de su aplicación el 67,6% de los estudiantes presentó este nivel de cultura alimentaria.

Estos resultados son corroborados por lo expresado por Gallego y Lavado, (2005), al afirmar que:

“En un estudio realizado en el Perú se encontró que la calidad de la alimentación está relacionada, con el comportamiento alimentario del individuo y con el aprovechamiento biológico de los alimentos, es decir qué tan bien el organismo absorbe los nutrientes obtenidos en la ingesta de desayunos y almuerzos escolares tenía un efecto negativo sobre el tiempo que pasaban los estudiantes de clase con su profesor”.

Tabla 2: Distribución según nivel en dimensión de Cultura alimentaria en integrantes del grupo experimental antes y después de la aplicación del Programa de Educación nutricional para desarrollar la cultura alimentaria en estudiantes del 1er grado de secundaria de la I.E. Florencia de Mora de Sandoval, Huamachuco 2017

	<i>Momento de evaluación</i>			
	Antes del Programa		Después del Programa	
	n	%	N	%
Conocimiento alimentario nutricional				
Bajo	3	8,8	0	0,0
Medio	24	70,6	10	29,4

	<i>Momento de evaluación</i>			
	Antes del Programa		Después del Programa	
	n	%	N	%
Alto	7	20,6	24	70,6
Total	34	100.0	34	100.0
Participación en su alimentación				
Bajo	7	20,6	0	0,0
Medio	25	73,5	16	47,1
Alto	2	5,9	18	52,9
Total	34	100.0	34	100.0
Ingesta alimentaria				
Bajo	2	5,9	0	0,0
Medio	24	70,6	11	32,4
Alto	8	23,5	23	67,6
Total	34	100.0	34	100.0
Clima afectivo				
Bajo	23	67,6	6	17,7
Medio	9	26,5	20	58,8
Alto	2	5,9	8	23,5
Total	34	100.0	34	100.0

Nota: n: Número de estudiantes integrantes del grupo de estudio

En la tabla 2 y figura 2, se visualiza la distribución de los estudiantes del grupo experimental según nivel en las dimensiones de Cultura alimentaria, observando que en la dimensión conocimiento alimentario nutricional, el porcentaje de estudiantes que presenta un nivel bajo, es del 8,8%, antes de la aplicación del; en tanto que después de su aplicación ninguno de los estudiantes presentó un nivel bajo en esta dimensión; con nivel medio se identificó al 70,6% de los estudiantes antes de la aplicación del programa; sin embargo después de su aplicación se observa que disminuyó al 29,4%; Igualmente se visualiza que del 20,6% de estudiantes que mostró un nivel alto antes de la aplicación del programa aumentó al 70,6% después de la aplicación en esta dimensión del conocimiento alimentario nutricional. En lo que respecta a la dimensión Participación en su alimentación, el porcentaje de estudiantes que presenta un nivel bajo, es del 20,6%, antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación ninguno de los estudiantes presentó un nivel bajo en esta dimensión; con nivel medio se identificó al 73,5% de los estudiantes antes de la aplicación del programa; sin embargo después de su aplicación se observa que disminuyó al 47,1%; Igualmente se evidencia que del 5,9% de estudiantes que mostró un nivel alto antes de la aplicación del programa aumentó al 52,9% después de la aplicación en esta dimensión del conocimiento alimentario nutricional. En lo referente a la dimensión Ingesta alimentaria, el porcentaje de estudiantes que presenta un nivel bajo, fue del 5,9%, antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación ninguno de los estudiantes presentó un nivel bajo en esta dimensión; con nivel medio se identificó al 70,6% de los estudiantes antes de la aplicación del programa; mientras después de su aplicación se observa que disminuyó al 32,4%; De igual forma se evidencia que del 23,5% de estudiantes que mostró un nivel alto antes de la aplicación del programa aumentó al 67,6% después de la aplicación en esta dimensión del conocimiento alimentario nutricional. Finalmente en la dimensión Clima afectivo, el porcentaje de estudiantes que se identificó con un nivel bajo, fue del 67,6%, antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación apenas el 17,7% de los estudiantes presentó un nivel bajo en esta dimensión; con nivel medio se identificó al 26,5% de los estudiantes antes de la aplicación del programa; sin embargo después de su aplicación se observa que aumentó al 58,8%; De igual manera se observa que del 5,9% de estudiantes que mostró un nivel alto antes de la aplicación del programa aumentó al 23,5% después de la aplicación en esta dimensión del conocimiento alimentario nutricional.

Tabla 3. Comparación de la cultura alimentaria en integrantes de los grupos experimental, antes y después de la aplicación del Programa nutricional con abordaje multidisciplinario la Cultura alimentaria en estudiantes de 1° grado de educación secundaria de la I.E. Florencia de Mora de Sandoval, Huamachuco 2017

	<i>Grupo de estudio</i>		Prueba de Wilcoxon
	Antes de aplicación de Programa	Después de aplicación de Programa	
Media	9,2	14,3	t = -5.1
Desviación estándar	1,8	1,7	p = .000
n	34	34	***p < .001

Nota:

n: Número de estudiantes integrantes del grupo de estudio

***p<.01 Diferencia altamente significativa

En la tabla 3, se presenta la comparación de la cultura alimentaria promedio en los integrantes del grupo experimental antes y después de la aplicación del Programa nutricional con abordaje multidisciplinario la Cultura alimentaria en estudiantes de 1° grado de educación secundaria de la I.E. Florencia de Mora de Sandoval de Huamachuco, a través de la prueba de Wilcoxon para grupos relacionados; Los resultados señalan que el aumento de 5,1 puntos en la puntuación media de 9,2 puntos obtenida en la Cultura alimentaria total, antes de la aplicación del programa respecto a la puntuación media de 14,3 obtenida después de su aplicación es identificada por la prueba estadística de Wilcoxon para datos apareados, como altamente significativa ($p < .01$). En consecuencia se acepta la hipótesis de investigación que refiere que la aplicación del Programa mejora significativamente la Cultura alimentaria en los estudiantes participantes en la investigación.

Esto comprueba que el estado alimentario de los adolescentes es normal y un porcentaje significativo se encontró desnutrido, con sobrepeso y obesidad. Al respecto Churrango, Quispe y Sandoval (2015) afirma:

“El papel de la escuela es fundamental y ha de conseguir que cumpla adecuadamente a través de programas de educación nutricional integrados dentro de las enseñanzas regladas mediante el comedor escolar, que debe ser un instrumento de educación sanitaria”.

4. CONCLUSIONES

El programa de educación nutricional, con abordaje multidisciplinario mejoró significativamente el nivel de cultura alimentaria en los estudiantes de 1° año de Educación secundaria de la I.E. “Florencia de Mora de Sandoval”, Huamachuco (tabla 3)

El nivel de desarrollo de la cultura alimentaria antes de la aplicación del programa de educación nutricional, con abordaje multidisciplinario de los estudiantes de educación secundaria, fue medio 88,2 %, bajo 8,8% y alto 2,9% (tabla 1)

El nivel de desarrollo de la cultura alimentaria después de la aplicación del programa de educación nutricional, con abordaje multidisciplinario de los estudiantes de educación secundaria, fue alto 67,6% y 32,4% medio. (tabla 1)

El nivel de cultura alimentaria, según dimensiones antes y después de la aplicación del programa de educación nutricional con un abordaje multidisciplinario fue:

En la dimensión conocimiento alimentario nutricional, antes de la aplicación del programa, nivel medio 70,6%, nivel alto 20,6% y nivel bajo 8,8%. Después de la aplicación del programa, nivel alto 70,6% y nivel medio 29,4%.

En la dimensión participación en su alimentación, antes de la aplicación del programa nivel medio 73, 5%, nivel bajo 20,6% y nivel alto 5,9%. Después de la aplicación del programa fue nivel alto 52,9% y nivel medio 47,1%

En la dimensión ingesta alimentaria, antes de la aplicación del programa fue nivel medio 70,6%, nivel alto 23,5% y nivel bajo 5,9%. Después de la aplicación del programa, nivel alto 67,6% y nivel medio 32,4%.

En la dimensión clima afectivo, antes de la aplicación del programa, nivel bajo 67,6%, nivel medio 26,5% y nivel alto 5,9%. Después de la aplicación del programa fue nivel medio 58,8%, nivel alto 23,5% y nivel bajo 17,7%.

La media aritmética del puntaje obtenido, respecto a la cultura nutricional antes de la aplicación del programa nutricional fue 9,2 y después de la aplicación del programa fue 14,3; lo que resultó ser una diferencia altamente significativa. (tabla 3)

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bazán, A. 2015. Hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares de 9 a 11 años de la Institución Educativa 1270 – Huaycan. Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería, Lima: Universidad Privada Arzobispo Loayza.
- Burgos, N. 2007. Alimentación y nutrición en edad escolar. Revista Digital Universitaria. Universidad de Huelva-España.8:4.
- Churrango, S., Quispe R. Y Sandoval, L. 2015. Hábitos y estado alimentario de los adolescentes de 11 a 14 años en una Institución Educativa Nacional. Tesis para optar el título de licenciada en enfermería, Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Enríquez R. E. 2015. Autopercepción de la imagen corporal y prácticas para corregirla o mantenerla en adolescentes, institución educativa «Hosanna» - Miraflores. Tesis para optar el título de licenciada de Nutrición, Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- FAO. 1971. Educación alimentaria en la escuela primaria. Estudios sobre nutrición. Oficial de nutrición. Grupo de Educación y Capacitación en Nutrición. Rev. Nutrición. Roma N°25:57-62.
- Gallegos, J.Y Lavado P. 2005. La demanda por calorías en los hogares peruanos y su impacto en la productividad de los individuos en el mercado laboral. Centro de Investigación Económica de la Universidad del Pacífico. CIEUP. Lima.1:8
- Donald Bundy, Carmen Burbano de Lara, Margaret Grosh, Aulo Gelli, Matthew Jukes y Lesley Drake. 2002. Nutrición la base para el desarrollo. En colaboración con el Instituto Internacional de Investigación sobre Políticas Alimentarias. *Ginebra*: SCN. Resumen 1- 12.
- Marín-Zegarra Karen, Olivares-Atahualpa Suzeth, Solano-Ysidro Paula, Musayón-Oblitas Yesenia. 2011. Estado nutricional y hábitos alimentarios de los alumnos del nivel secundario de un colegio nacional. Rev. Enferm Herediana. 4(2):64-70.
- Miranda L. M. 2016. Prevalencia de riesgo de trastornos de conducta alimentaria en estudiantes preuniversitarios de la Academia Aduni-Cesar Vallejo. Tesis para optar el título profesional de Médico Cirujano, Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Ponce –Torres C, Turpo – Espinoza K, Salazar – Perez C, Viteri-Condori L, Carhuancho –Aguilar, J. Y Taype – Rondan A. 2017. Trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de medicina de una universidad de Perú. Revista Cubana de Salud pública. Disponible en: <http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/824/956>