

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD DE ENFERMERIA

UNIDAD DE SEGUNDA ESPECIALIDAD



TRABAJO ACADÉMICO

“MEJORAMIENTO DEL CONSUMO DE REFRIGERIOS
SALUDABLES EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCIÓN
EDUCATIVA INICIAL N° 255 CHANU- CHANU; PUNO, JULIO
2017.”

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

PRESENTADO POR:

HALLY RUTH HUILLCA MALDONADO

CONSUELO MURILLO COACALLA

PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN:

“PROMOCIÓN DE LA SALUD”

PUNO – PERÚ

“2017



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE ENFERMERIA
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIZACIÓN

“MEJORAMIENTO DEL CONSUMO DE REFRIGERIOS SALUDABLES EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N° 255 CHANU-CHANU; PUNO, JULIO 2017.”

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

PRESENTADO POR:

HALLY RUTH HUILLCA MALDONADO
CONSUELO MURILLO COACALLA

PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIZACIÓN EN:

“PROMOCIÓN DE LA SALUD”

APROBADO POR:

PRESIDENTE

: 

Mtro. SILVIA D. CURACA ARROYO

PRIMER MIEMBRO

: 

Lic. CLOTILDE PINAZO CALSIN

SEGUNDO MIEMBRO

: 

Dr. MANGLIO AGUILAR OLIVERA

ASESOR Y DIRECTOR

: 

Dr. MANGLIO AGUILAR OLIVERA

PUNO – PERÚ

2017

INDICE GENERAL

RESUMEN	5
INTRODUCCIÓN	6
<i>I CAPÍTULO</i>	
<i>INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN</i>	
1.1 TÍTULO.....	7
1.2 ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN	7
1.3 RESULTADOS ALCANZADOS	9
1.4 PRODUCTOS ALCANZADOS.....	10
1.5 CONCLUSIONES.....	16
1.6 RECOMENDACIONES	16
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	17
<i>II CAPÍTULO</i>	
<i>PROYECTO DE INTERVENCIÓN</i>	
2.1 TITULO:	39
2.2 ASPECTOS GENERALES.....	39
2.3 INTRODUCCIÓN.....	40
2.4 SITUACIÓN ACTUAL.....	42
2.5 SITUACIÓN OBJETIVO Y PROPOSITO	44
2.6 BASES TEÓRICAS	44
2.7 OBJETIVOS.....	53
2.8 ESTRATEGIAS	54
2.9 LÍNEAS DE ACCIÓN.....	55
2.10 MATRIZ DEPROGRAMACIÓN.....	56
2.11 MATRIZ DEPRESUPUESTO	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	59

ANEXOS

Anexo N° 01: Matriz de priorización.....	61
Anexo N° 02: Matriz de involucrados.....	62
Anexo N° 03: Mapa de poder.....	63
Anexo N° 04: Árbol de problemas.	64
Anexo N° 05: Árbol de objetivos.....	65
Anexo N° 06: Marco lógico.	66
Anexo N° 07: Costos unitarios.	68
Anexo N° 08: Evidencia fotográfica.....	72

RESUMEN

El proyecto de intervención tuvo como objetivo general mejorar el consumo de refrigerios saludables de niños de 5 años en la Institución Educativa Inicial N° 255. La población estuvo conformada por 78 estudiantes de 5 años distribuidos en 3 secciones, para lograr el objetivo general se intervino en todos los grupos involucrados (padres, docentes, auxiliares, alumnos y manipuladores de alimentos), se obtuvo la autorización de la directora para la ejecución, las estrategias de intervención utilizadas fueron: abogacía con la directora, docentes y padres de familia; comunicación para la salud a través de sesiones educativas a docentes, auxiliares, padres de familia y personal manipulador de alimentos (androgogía), y sesiones educativas con niños (pedagogía) lúdica y didáctica, se incidió en la participación comunitaria para dar sostenibilidad y continuidad al proyecto de intervención, de la población objeto de intervención el 98 % de niños de 5 años terminaron la ración establecida en el monitoreo, el 90 % de docentes y auxiliares obtuvieron mayor puntaje en relación al pre test al término de la intervención, el 83% de padres de familia aprobaron el examen en relación al pre test al término de la intervención, el 97 % de padres de familias docentes y auxiliares concertaron el apoyo del nutricionista, el 100% de personal manipulador puso en práctica lo aprendido. Se concluye que a través de las estrategias de intervención mencionadas se mejora el consumo de refrigerios saludables en niños de 5 años en la institución educativa.

PALABRAS CLAVE: Androgogía, consumo, pedagogía, refrigerios.

INTRODUCCIÓN

La Promoción de la salud apuesta por la construcción de una cultura de la salud orientada al desarrollo de prácticas de cuidado en la familia y que se organicen en estilos de vida saludable y al logro de una población empoderada capaz de influenciar positivamente sobre los determinantes de la salud. Esta visión de la salud requiere establecer nuevas herramientas e instrumentos de seguimiento sobre factores y procesos que promuevan y trasciendan en la salud (1).

Es por lo que este trabajo de intervención, mediante las actividades realizadas empodero con conocimiento y puso en práctica la alimentación saludable con el fin de contribuir a desarrollar un sistema inmune óptimo de niños de 5 años de la Institución Educativa Inicial N° 255 Chanu -Chanu y modificar malas conductas alimentarias que tienen como consecuencia sobrepeso, anemia, ETAS y EDAS que son los principales problemas que afectan a la población estudiantil.

El primer capítulo del presente ejemplar está constituido por el informe final del trabajo de intervención donde se detalla las estrategias de intervención utilizadas en la ejecución, los resultados obtenidos post intervención, productos alcanzados, conclusiones, recomendaciones y anexos.

El segundo capítulo constituye el proyecto de intervención que incluye los aspectos generales, introducción, diagnóstico de la situación previa, propósito, objetivos, estrategias a utilizar, líneas de acción (actividades, productos), matriz de programación/presupuesto y financiamiento.

La tercera parte está constituida por diversos anexos como la matriz de priorización, matriz de involucrados, mapa de poder, árbol de problemas, árbol de objetivos, marco lógico, evidencia fotográfica y otros.

1. FRANCO SOLÍS , O. "Educación para la Salud con EnfoqueIntegral".

I CAPÍTULO

INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN

1.1 TÍTULO

MEJORAMIENTO DEL CONSUMO DE REFRIGERIOS SALUDABLES EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL N° 255 CHANU-CHANU; PUNO, JULIO 2017.

1.2 ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

Abogacía: Se usó esta estrategia en el momento de la sensibilización del grupo de involucrados (docentes, auxiliares, alumnos, padres de familia, y personal manipulador de alimentos) donde se dio a conocer la situación actual y las consecuencias a corto y largo plazo en la salud de los estudiantes, se obtuvo el compromiso de este grupo que den sostenibilidad al proyecto de intervención con el único fin de mejorar las buenas prácticas de alimentación abordando un ente integral entre docente- alumno- padres (jardín- hogar), para este fin los padres de familia y docentes firmaron un acta de compromiso para gestionar el apoyo de personal especializado que guie el servicio de alimentación de la Institución Educativa, se generó un documento avalado por la directora del plantel dirigido a la directora de estudios de la Escuela Profesional de Nutrición Humana de la U.N.A-Puno con la que se abogó la importancia de la continuidad con el fin de establecer buenas actitudes de alimentación, y se obtuvo el apoyo de dicha escuela profesional con total agrado en pro de la niñez; también se entregó material educativo para retroalimentación en las sesiones de clases que será el apoyo idóneo para las políticas de salud, aceptación social y apoyo de los sistemas para el logro de

objetivos, así crear actitudes positivas de alimentación y de vida que conduzcan a la salud y a la adquisición de estilos de vida sanos

Educación y comunicación para la salud: Se utilizó esta estrategia en los diversos grupos de involucrado (docentes, auxiliares, padres de familia, manipuladores de alimentos y alumnos de 5 años) la metodología de educación fue diferente en cada caso es así que con los niños se ejecutó el socio drama denominado “Nutricampeones” en el que los niños interactuaron con los personajes, también se utilizó la técnica audio visual y meritoria por logros, con el fin de incrementa y promover la conciencia pública sobre buenas prácticas de alimentación saludable, estilos de vida saludables y la acción comunitaria a favor de la salud; se capacitó a los docentes y se brindó cartillas de retroalimentación con temas de alimentación y prácticas para desarrollar en las sesiones de clases con niños, para formar ambientes y sistemas favorables a la salud y al bienestar.

Androgogía: Se usó este conjunto de técnicas de enseñanza orientadas a educar personas adultas (padres de familia, manipuladores de alimentos, docentes y auxiliares), se desarrolló sesiones de sensibilización con la exposición del diagnóstico inicial y causas consecuentes que podrían generar, posteriormente se desarrollaron sesiones educativas con material audiovisual y absolución de dudas.

Pedagogía: Esta técnica se utilizó al capacitar a los niños de 5 años cuyo objetivo fue la formación de actitudes positivas en alimentación saludable.

Participación comunitaria: Se utilizó esta estrategia mediante el diálogo y concertación de los padres de familia y los ejecutores para gestionar la participación continúa de nutricionistas, con el fin de dar sostenibilidad y cimentar actitudes positivas.

En ese sentido, estamos reconociendo el derecho de los ciudadanos y ciudadanas a participar en el diseño, realización y evaluación de actividades cuyo objetivo es promover una alimentación saludable, vida sana y un entorno saludable para implementar el desarrollo de la propia comunidad.

1.3 RESULTADOS ALCANZADOS

INGESTA DE RACIÓN COMPLETA DE NIÑOS DE 5 AÑOS EN LA I.E.I.

Para el logro de este objetivo se observó en los días de monitoreo que el 90% de niños de 5 años terminan la ración establecida (completa), antes de la intervención el 50% de niños consumían menos de la ración establecida dejando restos copiosos = ó > al tercio de la ración, con una tasa de variación del 40%, se concluye que el propósito fue logrado satisfactoriamente mediante las actividades realizadas descritas posteriormente, dicho logro contribuye con el propósito general.

INCREMENTO DE CONOCIMIENTOS DE DOCENTES Y PERSONAL AUXILIAR EN EL TEMA DE REFRIGERIOS SALUDABLES.

Se tuvo como línea base resultados de un pre test en el que solo el 5% de docentes y auxiliares de niños de 5 años conocen puntos principales de refrigerios nutritivos y saludables, al realizar las actividades planteadas se obtuvo un **incremento** de conocimientos en temas relacionados a refrigerios saludables en el que el **90 %** de docentes y auxiliares incrementaron sus conocimientos (puntaje > ó = 6 puntos) en relación del pre test, la tasa de variación es de 85%, se concluye así el incremento satisfactorio a través de las siguientes actividades detalladas a continuación.

INCREMENTO LOS CONOCIMIENTOS DE LOS PADRES DE FAMILIA EN EL TEMA DE REFRIGERIOS SALUDABLES

Se tuvo como línea base resultados de un pre test en el que solo el 15% de padres de familia con niños de 5 años conocen puntos principales de refrigerios nutritivos y alimentación saludables, al realizar las actividades planteadas se obtuvo un **incremento** de conocimientos en temas relacionados en el que el **85 %** de padres de familia incrementaron sus conocimientos (puntaje > ó = 6 puntos) en relación del pre test, la tasa de variación es de 70%, se concluye así el incremento satisfactorio a través de las siguientes actividades detalladas a continuación.

GESTIÓN PARA LA PRESENCIA DE UN PERSONAL ESPECIALISTA EN NUTRICIÓN INFANTIL

Debido a diversos puntos críticos visualizados en la primera inspección del servicio alimentario, área de producción y administración, es que se ve la necesidad de contar con el apoyo de personal especialista (nutricionistas), es así que el 80% de padres de familias docentes y auxiliares conciertan el apoyo de nutricionistas y firman el acta respectiva, quienes sugirieron realizar gestiones con la E.P de Nutrición Humana de la U.N.A. Es así que se realizan gestiones con la dirección de estudios de la E.P N.H. y se concierta diversas actividades en pro de la sostenibilidad del proyecto este resultado se logró a través de las siguientes actividades descritas a continuación:

MEJORA DE LAS BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA DEL PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

Se observó en la primera visita que las manipuladores de alimentos no cumplían con algunas normas mínimas para la prevención de contaminación, se tuvo una línea base por observación y después de las actividades se superviso y el 90% del personal manipulador pone en práctica lo aprendido en las sesiones realizadas, se concluye con el logro del objetivo a través de las siguientes actividades detalladas a continuación.

1.4 PRODUCTOS ALCANZADOS

INGESTA DE RACIÓN COMPLETA DE NIÑOS DE 5 AÑOS EN LA I.E.I.

Sensibilización a niños de 5 años de la I.E.I en el consumo de refrigerios saludables a través de educación lúdica

- Se estimó una meta de 3 sesiones (1/sección) y se desarrolló el 100% de sesiones con niños de 5 años de la I.E.I.
- Se planteó el 80% de niños sensibilizados a través del sociodrama “yo soy un nutricampeón” y el 93% de niños obtuvo mayor puntaje en relación del pre test y prueba en la que eligen el consumo de frutas y verduras (ANEXO N°2).

Sesión educativa a niños de 5 años de la I.E.I para mejorar el consumo de refrigerios saludables a través de educación lúdica.

- Se realizó un total de 6 sesiones educativas (2/sección) y se obtuvo el 100% de sesiones realizadas con niños de 5 años la I.E.I. actividad denominada ¿Qué tengo que comer para ser un nutricampeón?, en la que los súper héroes Nutritan y Nutritania enseñaron a los niños la importancia del consumo de frutas y verduras con el “plato del buen comer de los superhéroes” y explicaron la importancia del consumo de estos alimentos, la segunda sesión educativa se realizó a través de videos animados y canciones referentes al consumo de frutas y verduras, dichas actividades se evidenciaron a través de la lista de asistencia de los niños (ANEXO N° 3).
- Se planteó como meta un 90% pero se logró que el 98% de niños mejoren el consumo de refrigerios sin exclusión de frutas ni verduras actividad evidenciada a través de la ficha de seguimiento y consumo, después de las vistas de seguimiento (2) en diferentes días (ANEXO N° 4), se entregó reconocimientos y medallas de “Nutricampeones” a los niños que disfrutaban el consumo completo de su ración incluyendo las frutas y verduras.

Producción y entrega de material gráfico para retroalimentación.

- Se elaboró 3 posters de retroalimentación denominado “El plato del buen comer de los Nutricampeones” material usado en las sesiones educativas.
- Posters que fueron entregados después de las sesiones educativas a los docentes respectivos para el uso constante y retroalimentación evidenciado en el acta de entrega de material educativo (ANEXO N°5).

INCREMENTO DE CONOCIMIENTOS DE DOCENTES Y PERSONAL TEMA DE REFRIGERIOS AUXILIAR EN EL SALUDABLES.

Sensibilización a docentes y auxiliares en temas de alimentación saludable.

Para el logro de dicha actividad se obtuvo los siguientes productos:

- Se realizó la sesión de sensibilización programada a docentes y auxiliares de la I.E.I. y se dio a conocer la problemática actual y las consecuencias que estas pueden acarrear
- El 99% de docentes y auxiliares sensibilizados firmaron ese día el acta (ANEXO N° 5) en el que se comprometen a incluir en sus sesiones de clases e incidir en la promoción de la alimentación saludable usando las cartillas educativas y material entregado a los docentes y auxiliares de niños de 5 años de la I.E.I por las ejecutoras del proyecto de intervención.

Sesiones educativas a docentes y auxiliares en temas de: alimentación balanceada, refrigerios saludables, importancia del consumo de frutas, verduras y alimentos con hierro.

- Se realizaron 2 sesiones educativas a docentes y auxiliares de niños de 5 años, en las que se abordó los temas mencionados y se brindó un espacio para la absolución de dudas y consultas a cerca de los temas en mención, la primera sesión asistieron docentes de diversos grados de la I.E.I, la segunda sesión tuvo la afluencia de docentes y auxiliares de 5 años prioritariamente, evidenciado en la lista de asistencia (ANEXO N° 6)
- Se planteó un 80% de docentes y se logró el 90% de docentes y auxiliares incrementaron sus conocimientos en relación al pre test (ANEXO N° 7)

Producción y entrega de material gráfico para retroalimentación.

- Se recopiló ejemplares de cartillas educativas para desarrollo en las sesiones de clases y se elaboró material de instrucción para docentes y auxiliares de niños de 5 años, CD con fotos, videos y canciones utilizados en la ejecución del proyecto para su uso en las sesiones de clases.
- Material que fue entregado después de las sesiones educativas a la directora, docentes y auxiliares de niños de 5 años para el uso constante y retroalimentación evidenciados en el acta de entrega de material educativo (ANEXO N°5).

INCREMENTO DE CONOCIMIENTOS DE LOS PADRES DE FAMILIA EN EL TEMA DE REFRIGERIOS SALUDABLES

Sensibilización a padres de familia en temas de alimentación saludable.

- Se realizó la sesión de sensibilización programada a padres de familia de niños de 5 años, realizada en el auditorio de educación con un tiempo aproximado de 30 minutos en la que se dio a conocer la problemática actual y las consecuencias que estas pueden acarrear, actividad evidenciada con la lista de asistencia (ANEXO N°8)

Sesiones educativas a padres de familia en temas de: alimentación balanceada, refrigerios saludables, importancia del consumo de frutas, verduras y alimentos con hierro.

- Se realizaron 2 sesiones educativas a padres de familia que tienen niños de 5 años, en las que se abordó los temas mencionados y se brindó un espacio para la absolución de dudas y consultas a cerca de los temas en mención, tal actividad se realizó en una sola fecha en el auditorio de educación con una duración de 20 minutos cada tema, la primera sesión asistieron docentes de diversos grados de la I.E.I, la segunda sesión tuvo la afluencia de docentes y auxiliares de 5 años prioritariamente, evidenciado en la lista de asistencia (ANEXO N°9)
- Se planteó un 80% de padres de familia y se logró el 85% de padres de familia incrementaron sus conocimientos en relación al pre test (ANEXO N° 10).

GESTIÓN PARA LA PRESENCIA DE UN PERSONAL ESPECIALISTA EN NUTRICIÓN INFANTIL

Sensibilización en la importancia de contar con un personal especializado a docentes y padres de familia.

- Se realizó la sesión de sensibilización programada el día de la capacitación a padres de familia de niños de 5 años, realizada en el auditorio de educación con un tiempo aproximado de 20 minutos en la que los padres de familia conocieron la importancia de la presencia de

personal para la realización de monitoreo y seguimiento al servicio de alimentación, sesiones educativas con niños y padres de familia, que verbalmente felicitaron dichas actividades, solicitaron su continuidad y estuvieron de acuerdo el 97% en realizar la gestión y firmaron el acta (ANEXO N° 8).

Organización y gestión para contar con el personal especialista.

- Se realizó el documento de gestión por la petición verbal y escrita de los padres de familia en el que la directora del plantel avalo dicha petición, documento que fue emitido a la dirección de la Escuela Profesional de Nutrición Humana de la U.N.A – Puno, se solicitó una entrevista en la que estuvieron presentes la directora de estudios, el docente encargado de proyección social y la encargada de la gestión, reunión en la que se dio a conocer la necesidad de la presencia de personas conocedoras en temas de alimentación saludable, promoción de la salud, educación nutricional, administración y gestión de servicios de alimentación para dar sostenibilidad al proyecto, reunión en la aceptaron ser partícipes de dichas actividades en pro de la niñez. (ANEXO N° 11).

MEJORÁ DE LAS BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA DEL PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS

Sensibilización al personal manipulador de alimentos.

- Se realizó la sesión de sensibilización programada el día de la primera capacitación al personal manipulador de alimentos, actividad realizada en el salón de la I.E.I. con un tiempo aproximado de 20 minutos en la que los manipuladores conocieron el riesgo de las Enfermedades Transmitidas por Alimentos, por contaminación y otras por mala manipulación de alimentos actividad evidenciada a través de la lista de asistencia (ANEXO N°12).

**Sesiones educativas al personal manipulador de alimentos en temas de:
Buenas Prácticas de Manufactura, Buenas Prácticas de Almacenamiento
y Buenas Prácticas de Distribución de raciones.**

- Se realizaron el 100% de sesiones programadas (2 sesiones) alas manipuladoras de alimentos, en las que se abordó los temas mencionados y se brindó un espacio para la absolución de dudas y consultas a cerca de los temas en mención, tal actividad se realizó en dos sesiones, la primera sesión se realizó en el aula de la I.E.I. y la segunda sesión se realizó en el área de producción para analizar los probables puntos críticos de control cada sesión tuvo un aproximado de 40 minutos, en que se evaluó los saberes previos y posteriores a la capacitación tal actividad se evidencia a través de la lista de asistencia a las sesiones (ANEXO N° 13), los manipuladores conocieron el riesgo de las Enfermedades Transmitidas por Alimentos y por contaminación, la prevención de estos con las buenas prácticas de manufactura, se explicó los flujogramas y uso del manual de procedimientos y funciones, al terminar la sesión las manipuladoras se comprometieron en poner en práctica lo aprendido en pro de un servicio de calidad inocuo.
- Se planteó un 80% de personal manipulador capacitado y se logró que el 100% manipuladores incrementen sus conocimientos en relación al pre test (ANEXO N° 14), el personal puso en práctica todo lo aprendido esto se evidencio en las inspecciones (2) realizadas en área de producción (ANEXO N°15).

Producción del manual de procesos y procedimientos para el servicio de dietética y entrega de material gráfico para retroalimentación.

- Se realizó el manual de procedimientos y funciones, flujogramas y se elaboró material de instrucción para manipuladores usados y explicados durante la ejecución del proyecto.
- Material que fue entregado en la última sesión a la directora y personal manipulador de alimentos, se pegó los flujo gramas para retroalimentación en el área de producción evidenciados en el acta de entrega de material educativo (ANEXO N°16).

1.5 CONCLUSIONES

- ✓ Se mejoró el consumo de refrigerios saludables en niños de 5 años la I.E.I N° 255 Chanu Chanu- Puno, a través de las diversas estrategias descritas en el informe.
- ✓ A través de las sesiones y uso de la pedagogía coadyuvamos a la ingesta de la ración completa de refrigerios saludables de niños de 5 años incrementando el consumo de frutas y verduras.
- ✓ Se desarrollarán sesiones educativas que incrementarán los conocimientos de docentes y personal auxiliar en el tema de refrigerios saludables para inculcar y fomentar el consumo de alimentos saludables en sus estudiantes, así generar la sostenibilidad.
- ✓ Se incrementó y fortaleció los conocimientos de los padres de familia en el tema de refrigerios saludables.
- ✓ Se gestionó presencia de personal especialista en nutrición para dar sostenibilidad del proyecto, realizado actualmente por docentes y alumnos de la E.P. de Nutrición Humana quienes están realizando diversas actividades de intervención.
- ✓ Mejoraron las Buenas Prácticas de manufactura, el personal manipulador de alimentos capacitado pone en práctica lo aprendido.

1.6 RECOMENDACIONES

- A la directora y APAFA contratar a personal calificado o preferentemente continuar el mismo personal manipulador de alimentos lo que garantizará las Buenas Prácticas de Manufactura.
- A los docentes y auxiliares de la I.E.I. que desarrollen periódicamente las cartillas educativas de buenos hábitos alimentarios con los niños para retroalimentar los conocimientos brindados.
- A los padres de familia poner en práctica lo aprendido a nivel intrafamiliar y continuar asistiendo a las capacitaciones para poder seguir reforzando los conocimientos.
- Que se continúe motivando a los niños en el hogar y en la I.E.I. el consumo de frutas, verduras y alimentos con hierro como base de una buena alimentación.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. **FRANCO SOLÍS, O.** Educación para la Salud con Enfoque Integral: Experiencia Guayas. Guayaquil OPS/OMS. Disponible en: <http://www.paho.org/Spanish/AD/SDE/HS/EPS2010-11-02>.
2. **CENTRO NACIONAL DE ALIMENTACION Y NUTRICION** Disponible en: <http://www.portal.ins.gob.pe/es/20-alimentacion-y-nutricion-cenan/577-refrigerios-escolares-saludables>
3. **MELGUIZO, J.** La aventura de la vida; una apuesta por el futuro de los niños y niñas en Iberoamérica. Disponible en: <http://www.paho.org/Spanish/AD/SDE/HS.2010-11-02>.
4. **DÍAZ, ALEJANDRA** “Buenas prácticas de manufactura: una guía para pequeños y Medianos agroempresarios” San José, Costa Rica: IICA,2009.

ANEXO N° 1: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

1. INGESTA DE RACIÓN COMPLETA DE NIÑOS DE 5 AÑOS EN LA I.E.I.



Sensibilización a niños de 5 años de la I.E.I en el consumo de refrigerios saludables a través de educación lúdica



Sesión educativa a niños de 5 años de la I.E.I para mejorar el consumo de refrigerios saludables a través de educación lúdica.



Producción y entrega de material gráfico para retroalimentación.



2. INCREMENTO DE LOS CONOCIMIENTOS DE DOCENTES Y PERSONAL AUXILIAR EN EL TEMA DE REFRIGERIOS SALUDABLES

Sensibilización a docentes y auxiliares en temas de alimentación saludable.



Capacitación a docentes y auxiliares en temas de: alimentación balanceada, refrigerios saludables, importancia del consumo de frutas, verduras y alimentos con hierro.



Producción y entrega de material gráfico para retroalimentación.



3. INCREMENTO DE LOS CONOCIMIENTOS DE LOS PADRES DE FAMILIA EN EL TEMA DE REFRIGERIOS SALUDABLES

Sensibilización a padres de familia en temas de alimentación saludable.



Capacitación a padres de familia en temas de: alimentación balanceada, refrigerios saludables, importancia del consumo de frutas, verduras y alimentos con hierro.



4. GESTIONAN PARA LA PRESENCIA DE UN PERSONAL ESPECIALISTA EN NUTRICIÓN INFANTIL

Sensibilización en la importancia de contar con un personal especializado a docentes y padres de familia.



Organización y gestión para contar con el personal especialista.



5. MEJORA DE LAS BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA DEL PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.



Sensibilización al personal manipulador de alimentos.



Capacitación al personal manipulador de alimentos (cocineros, almaceneros, distribuidores) en temas de: Buenas Prácticas de Manufactura, Buenas Prácticas de Almacenamiento Y Buenas Prácticas de Distribución de raciones.



Producción del manual de procesos y procedimientos en el servicio de dietética y entrega de material gráfico para retroalimentación.



**ANEXO N° 2: PRUEBA DE ELECCIÓN DE ALIMENTOS DE
NIÑOS DE 5 AÑOS**

ANEXO N° 3: LISTA DE ASISTENCIA DE NIÑOS DE 5 AÑOS

**ANEXO N° 4: FICHA DE SUPERVISION DE CONSUMO DE
REFRIGERIOS DE NIÑOS DE 5 AÑOS DE LA I.E.I**

**ANEXO N° 5: ACTA DE COMPROMISO Y ENTREGA DE
MATERIAL EDUCATIVO A DOCENTES, AUXILIARES Y
DIRECTORA DE LA I.E.I.**

**ANEXO N° 6: LISTA DE ASISTENCIA DE DOCENTES A LAS
SESIONES EDUCATIVAS**

ANEXO N° 7: PRE Y POST TEST DE DOCENTES

**ANEXO N°8: LISTA DE ASISTENCIA A LA SESNIBILIZACION A
PADRES DE FAMILIA**

**ANEXO N° 9: LISTA DE ASISTENCIA DE PADRES DE FAMILIA
A LAS SESIONES EDUCATIVAS**

ANEXO 10: PRE Y POST TEST PARA PADRES DE FAMILIA

**ANEXO N° 11: DOCUMENTO EMITIDOY ACEPTADO DE LA
GESTION DE PERSONAL ESPECIALISTA.**

**ANEXO N° 12: LISTA DE ASISTENCIA A LA SENSIBILIZACIÓN
A MANIPULADORES DE ALIMENTOS**

**ANEXO N° 13: LISTA DE ASISTENCIA A SESIONES
EDCUATIVAS DEL PERSONAL MANIPULADOR DE
ALIMENTOS.**

**ANEXO N° 14: PRE Y POS TEST A MANIPULADORES DE
ALIMENTOS.**

**ANEXO N° 15: FICHAS DE INSPECCION EN EL AREA DE
PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS**

**ANEXO N° 16. ACTA DE ENTREGA DE MATERIAL EDUCATIVO
A PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS Y DIRECTORA
DE LA I.E.I.**

II CAPÍTULO

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

2.1 TÍTULO:

MEJORAMIENTO DEL CONSUMO DE REFRIGERIOS SALUDABLES EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N° 255 CHANU-CHANU; PUNO, JULIO 2017.

2.2 ASPECTOS GENERALES

2.2.1 RESPONSABLES

Lic. Nut. Hally Ruth Huillca Maldonado.

Lic. Nut. Consuelo Murillo Coacalla.

2.2.2 ÁMBITO DE INTERVENCIÓN

El proyecto de intervención se realizará en la Institución Educativa Inicial estatal N° 255 Chanu- Chanu, ubicado en el barrio del mismo nombre, en la zona sur este del distrito de Puno, setrabajara exclusivamente con niños de 5 años de 3 secciones diferentes que cuentan con un docente y personal auxiliar en cada salón, los padres de familia son de condición económica media ya que la mayoría son profesionales que ejercen actualmente y que les permite contratar a 3 personas encargadas de la preparación de alimentos y que a la vez los padres rotan para el apoyo en la adquisición, transporte y servido de alimentos.

2.2.3 TIEMPO Y PERIODO DE EJECUCIÓN

El presente proyecto de intervención se ejecutara en 2 meses, de junio a julio del 2017.

2.2.4 PRESUPUESTO TOTAL

El presupuesto total del siguiente proyecto de intervención asciende a la

39

suma de S/.4307.20 Nuevos soles el cual será autofinanciado por las responsables de la ejecución del proyecto.

2.3 INTRODUCCIÓN

La formación de prácticas alimentarias saludables debe comenzar desde los primeros años de edad ya que las prácticas instaladas tempranamente tienden a perdurar a lo largo de toda la vida. El rol de los padres y representantes de niños y niñas en el desarrollo de prácticas saludables es fundamental ya que no solo enseñar con el ejemplo sino con la práctica, incorporando cada día en su dieta alimentos acorde a su edad y requerimientos calóricos que el alumno necesita diariamente, el refrigerio saludable debe de recarga las energías del alumno, contribuyendo a un buen rendimiento físico y mental durante el horario escolar y debe cubrir del 10 al 15%. Como norma básica.

Basados en los numerales 6.1 y 6.2 del artículo 6 de la Ley N° 30021, Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes, establecen que las instituciones de educación básica regular públicas y privadas, en todos sus niveles y en todo el territorio nacional, deberían promover los “comedores escolares saludables”, los cuales brindan exclusivamente alimentos y bebidas saludables conforme a los estándares que establece el Ministerio de Salud, pese a lo señalado, los refrigerios continúan ofreciendo ciertos productos industriales, vacíos de nutrientes y/o con excesiva cantidad de azúcar, sodio y grasas; y aún se carece de mecanismos de vigilancia en el cumplimiento de la higiene y de las medidas sanitarias que aseguren la inocuidad de los productos y la salud de los estudiantes.

En la actualidad la I.E.I.N° 255 Chanu- Chanu del distrito de Puno aún no se aplican estrategias de promoción de la salud con enfoque integral por lo que se identificó los siguientes problemas: sobrepeso, anemia y el consumo de refrigerios inadecuados en niños de 5 años, en la evaluación de la problemática se vio la necesidad urgente de intervenir en el tercer punto que es originado porque actualmente los refrigerios se preparan en la I.E y son complementados con alimentos brindados por del Programa de Alimentación escolar “qaliwarma”, que están sujetos a una planificación de refrigerios en el que los docentes cronograman las preparaciones, calculan las raciones y

programan horarios no acordes para el consumo que conlleva a el inadecuado consumo e indiferencia de los niños de ingerir dichos refrigerios que son producto del desconocimiento en temas de alimentación de docentes, auxiliares y padres de familia debido a la escasa capacitación a este grupo involucrado, se evidencia la carencia de aptitudes propias de un especialista en nutrición y que actualmente está dirigido por personal no capacitado debido a la escasa organización y deficiente gestión para contar con un personal especialista para establecer las leyes de alimentación de un refrigerios saludable que mínimamente deberían ser cumplidas a esto se suma que el 100% del personal manipulador que los padres de familia contratan y que están encargados del almacenamiento, la preparación de alimentos y encargados de servido y transporte desconocen las Buenas prácticas de manufactura y no cuentan con certificado de salud que se debería realizar con el fin de prevenir las Enfermedades de Transmisión Alimentaria, Enfermedades Diarreicas Agudas, sobrepeso y anemia que conlleva a un sistema inmune deprimido de los niños que actualmente incide con frecuencia , el 100% de docentes refiere no haber recibido más de una capacitación en temas de alimentación saludable, se suma que en el momento de la observación que el 50% de niños no ingiere en la totalidad la ración brindada excluyendo en su mayoría las verduras y algunas frutas, también un 90% de padres mencionan que sus niños ya no quieren almorzar en casa ya que el refrigerio se consumió minutos antes de la salida de los niños.

Para contribuir a la solución de la problemática se plantea el proyecto de mejoramiento del consumo de refrigerios saludables en niños de 5 años, Institución Educativa Inicial N° 255 Chanu-Chanu; Puno, que enfatiza la necesidad de un enfoque integral y estrategias innovadoras, que respondan a las nuevas dinámicas sociales e incluyan: capacitación y actualización a los maestros; participación de los alumnos, los padres y manipuladores de alimentos acordes a las necesidades reales de la población escolar, promoción de prácticas saludables, alimentación nutritiva en el comedor escolar; y el uso de metodologías educativas formales y no-formales dirigidas a formar nuevas hábitos alimentarios, haciendo de la vida escolar una oportunidad para el desarrollo humano, la paz y la equidad ya que la educación para la Salud, es un proceso social permanente que permite la construcción del conocimiento y fomenta la reflexión y el análisis para promover y fortalecer la toma de decisiones con respecto a su salud. Todo esto nos lleva a una transformación de comportamientos, de actitudes, valores y prácticas que nos llevan a mejorar nuestra salud y la de los demás, factores que incidirán

en el mejoramiento del proceso enseñanza aprendizaje, en la calidad de vida y bienestar de la comunidad.

Por tal motivo la educación, y por consiguiente la Institución Educativa, ocupa un lugar fundamental en el mejoramiento de la calidad de vida de la sociedad para construir un país mejor necesitamos cimientos sólidos desde la infancia.

2.4 SITUACIÓN ACTUAL

Los niños de 5 años de la I.E.I N° 255 Chanu Chanu, pasan aproximadamente 20 horas semanales en la I.E, lugar donde los padres los envían para que aprendan nuevos conocimientos y se eduquen. Dicha Institución debe de ser un lugar de aprendizaje de buenas prácticas de vida en los que se incluye las prácticas de alimentación saludable y que en la actualidad no se imparte, consideremos que lo que comen los niños va a tener un impacto determinante en su salud, ya que las enfermedades consideradas como sobrepeso, anemia EDAs y ETAs son las más recurrentes actualmente en la Institución lo que conlleva al sistema inmune deprimido. El proyecto de intervención “Mejoramiento del consumo de refrigerios saludables en niños de 5 años la I.E.I N° 255; distrito de Puno 2017” tiene como objetivos Mejorar la ingesta de refrigerios saludables de niños de 5 años en la I.E.I., Incrementar los conocimientos de docentes y personal auxiliar en el tema de refrigerios saludables, Incrementar los conocimientos de los padres de familia en el tema de refrigerios saludables, Gestionar la presencia de un personal especialista en nutrición infantil, Mejorar las Buenas Prácticas de manufactura del personal manipulador de alimentos. Con la finalidad de promover el consumo óptimo en basado en la leyes de la alimentación (cantidad, calidad, armónica y adecuada) y con buenas prácticas de manufactura del manipulador de alimentos, estos puntos importantes mencionados no se viene realizando y se tocan de forma superficial sin concentrarse en puntos importantes como estos, en el cual se debe de tener un marco de sostenibilidad, considerando lo siguiente: agua segura, loncheras saludables, vigilancia para mantener la salubridad e inocuidad, así como apoyarse en la práctica del lavado de manos y en acciones orientadas a mitigar los problemas de malnutrición por déficit y por exceso, provocados por carecer de los alimentos o por consumo irresponsable de productos no saludables, situación que afecta la salud, en especial el desarrollo físico y cognitivo, pues compromete el sistema inmunológico y aumenta la susceptibilidad a enfermedades transmisibles y no transmisibles.

Los siguientes puntos dan a conocer el estado actual : indiferencia de ingerir la ración presentada debido a la escasa motivación del consumo de frutas y verduras, consumo de refrigerios en horas inadecuadas, 50% de niños consumen la ración incompleta (con restos copiosos $> \text{ó} =$ de $1/3$ de la ración), se realizó un pre test en el que el 95% de docentes y auxiliares de niños de 5 años desconocen puntos principales de refrigerios nutritivos y saludables (puntaje $< \text{ó} =$ 5 puntos), los padres de familia refieren que las capacitaciones con temas de refrigerios y alimentación saludable son escasos esto se ve reflejado en que el 40% de niños aun traen y consumen golosinas tradicionales altas en grasas, que no contribuyen a la dieta diaria de los escolares y solo un 15 % de padres de familia tiene conocimiento acerca de estos temas importantes, 90% de preparaciones realizadas no son balanceadas, 100% de manipuladores de alimentos no cuenta con certificado de salud, menaje mal ubicado, 100% de basureros del área de producción o alrededores no tienen tapa, 100% de cantidades de la ración servida inadecuada, 90% de padres refieren escasa sensibilización a niños y padres de familia en temas de alimentación saludable evidenciado a través de la inspección visual y entrevista directa (ver anexo fotográfico)

La población afectada directamente son 76 niños de 5 años de la I.E.I N° 255 Chanu Chanu, ubicado en el barrio del mismo nombre que se encuentra en el sur este del distrito de Puno.

La directora de la I.E.I refiere incidencia de anemia, EDAs, ETAs y se evidencia sobrepeso en los niños debido al balanceo inadecuado del refrigerio ya que priorizan carbohidratos en sus raciones lo que conllevaría a problemas nutricionales por déficit y exceso que se evidencia en un porcentaje de dicha población estudiantil que a la larga nos trae consecuencias negativas en la salud.

Menciona la directora del plantel que hubo intervenciones esporádicas de supervisión por parte del Programa de Alimentación escolar “qaliwarma” con el fin de mejorar las observaciones de la supervisión que no tuvieron el impacto esperado.

El interés de los grupos de involucrados es del 90% ya que necesitan y quieren contar con la intervención de profesionales especialistas del tema con el único fin de mejorar las prácticas y consumo alimentario de los niños con la adopción de medidas sanitarias que aseguren la inocuidad de los productos y la salud de los estudiantes.

2.5 SITUACIÓN OBJETIVO Y PROPOSITO

2.1.5 RESULTADOS DE LA INTERVENCIÓN

Para resolver el problema actual se plantea el siguiente objetivo: Mejorar el consumo de refrigerios saludables de niños de 5 años en la I.E.I N° 255 donde se espera: La ingesta de la ración completa de refrigerios saludables de niños de 5 años en el que se espera que el 90 % termine su ración establecida, Incrementar los conocimientos de docentes y personal auxiliar en el tema de refrigerios saludables en la que se espera que el 80% de docentes y auxiliares tengan nota aprobatoria en relación al pre test, el 80%, Incrementar los conocimientos de los padres de familia en el tema de refrigerios saludables donde el 80% de padres de familia obtengan mayor calificación en relación al pre test, Gestionar la presencia de un personal especialista en nutrición infantil en el que el 80% de padres de familia docentes y auxiliares conciertan la asesoría nutricional, Mejorar las Buenas Prácticas de manufactura del personal manipulador de alimentos y que el 90% de personal manipulador pongan en práctica lo aprendido.

Al modificar la situación actual se controlara los problemas frecuentes que generan un sistema inmune deprimido (EDAs, Anemia, ETAS, y sobrepeso).

2.6 BASES TEÓRICAS

REFRIGERIOS ESCOLARES SALUDABLES

El refrigerio recarga las energías del alumno, contribuyendo a un buen rendimiento físico y mental durante el horario escolar y debe cubrir del 10 al 15% de los requerimientos calóricos que el alumno necesita diariamente.

El desayuno es muy importante para el alumno ya que le permitirá estar atento en clase, no mostrar cansancio y tener un mejor rendimiento escolar. NO es remplazado por el refrigerio.

Cuando se prescinde de estos, los escolares pueden mostrar signos de cansancio y poca motivación en las horas de clase.

CARACTERÍSTICAS:

- Deben ser fáciles de preparar: Utilizar alimentos de fácil preparación.
- Practico de llevar: Que permite el uso de envases simples e higiénicos.
- Ligero: Evitar preparaciones grasosas y abundantes.

- Nutritivo: Que aporte entre el 10 al 15% de los requerimientos de energía del escolar con estado nutricional normal.
- Variado.

ALIMENTOS RECOMENDADOS PARA LA ELABORACIÓN DE REFRIGERIOS ESCOLARES SALUDABLES:

- Frutas frescas y limpias de la estación al natural o en jugos.
- Frutas secas envasados: pasas, higos secos, etc.
- Leguminosas envasadas: habas tostadas, sin azúcar, sin sal y sin aceite.
- Verduras: crudas o cocidas.
- Semillas: nueces, almendras, maní, avellanas sin azúcar y sin sal.
- Cereales: maíz cancha tostada sin sal y sin aceite, maíz pop corn sin aceite y sin sal, kiwicha, quinua, cebada, arroz, trigo: tostados o inflados sin azúcar, pan y galletas con fibra bajas en grasa y en sal.
- Productos lácteos: yogur o lácteos descremados y bajos en azúcar, quesos bajos en sal.
Carnes: pescado pollo, pavo, conservas (de pescado).
- Las bebidas que se incluyan pueden ser: chicha, limonada, naranjada, refresco de manzana, de piña bajos en azúcar, agua pura hervida, etc.
- Preparaciones: papa sancochada, choclo sancochado, habas sancochadas, huevo sancochado, entre otros.

También resulta importante saber combinar cada grupo de alimento de manera balanceada, adecuando las comidas a nuestras necesidades personales.

LEYES DE LA ALIMENTACIÓN

Las 4 leyes que se presentan a continuación son fundamentales a la hora planificar una alimentación saludable:

1. **Ley de la calidad:** La alimentación deberá ser completa en su composición para mantener el correcto funcionamiento de órganos y sistemas. En toda dieta deberán estar presentes: hidratos de carbono, proteínas, lípidos, vitaminas, minerales y

agua. De acuerdo a esta ley, las dietas se clasifican en completas (variadas) e incompletas (monótonas).

2. **Ley de la cantidad:** La cantidad de alimentos debe ser suficiente para cubrir las necesidades calóricas y nutricionales de nuestro organismo. Los alimentos que proveen fundamentalmente calorías (energía) son los hidratos de carbono y los lípidos. De acuerdo a esta ley, las dietas se clasifican en: suficiente, insuficiente, generosa o excesiva. Ejemplo: los regímenes para adelgazar que son muy restrictivos se consideran insuficientes, ya que ofrecen un descenso de peso a expensas de un contenido calórico que no cubre las necesidades nutricionales básicas de la persona.
3. **Ley de la armonía:** Las cantidades de los diversos principios que componen la alimentación deberán guardar una relación de proporción entre ellos, de manera tal que cada uno aporte una parte del valor calórico total. Se recomienda que la dieta contenga: proteínas: 12 a 15% del valor calórico total; grasas: 30 a 35% del valor calórico total; carbohidratos: 50 a 60% del valor calórico total. De igual manera, sino comemos en armonía, difícilmente los alimentos incorporados se digieran de manera óptima para que nuestro organismo los pueda utilizar. Por este motivo es tan importante generar un ambiente de serenidad antes y durante el acto de comer.
4. **Ley de la adecuación:** Toda dieta deberá ser la apropiada para cada individuo en particular, considerando: edad, sexo, actividad, estado de salud, hábitos culturales y economía. Ello implica una adecuada elección de los alimentos, así como una adecuada preparación.

LAVADO DE MANOS PARA EL CONSUMO DE ALIMENTOS

El lavado de manos con jabón es una de las maneras más efectivas y económicas de prevenir enfermedades diarreicas y respiratorias, que son responsables de muchas muertes infantiles en todo el mundo.

Las manos están en contacto con innumerable cantidad de objetos y personas, y también con gérmenes que pueden ser perjudiciales para la salud. Cuando una persona no se lava las manos con jabón pueden transmitir bacterias, virus y parásitos ya sea por contacto directo (tocando a otra persona) o indirectamente (mediante superficies).

Por eso, es importante lavarse las manos:

- Antes y después de manipular alimentos
- Antes de comer o beber, y después de manipular basura o desperdicios.
- Después de tocar alimentos crudos y antes de tocar alimentos cocidos.
- Después de ir al baño, sonarse la nariz, toser o estornudar
- Luego de haber tocado objetos “sucios”, como dinero, llaves, pasamanos, etc.
- Cuando se llega a la casa de la calle, el trabajo, la escuela.
- Antes y después de atender a alguien que está enfermo o de curar heridas.
- Después de haber estado en contacto con animales.

Cómo lavarse bien las manos

El lavado de manos apropiado requiere de jabón y sólo una pequeña cantidad de agua. Las manos húmedas se deben cubrir con jabón y frotar toda la superficie, incluidas las palmas, el dorso, las muñecas, entre los dedos y especialmente debajo de las uñas, por lo menos durante 20 segundos. Luego, se deben enjuagar bien con agua segura (es preferible usar agua corriente o echarse agua desde una botella antes que usar el agua dentro de un recipiente) y secarlas, ya sea con una toalla limpia o agitando las manos.

Para que el lavado sea realmente efectivo, siempre se debe utilizar jabón (líquido de preferencia). Si se usan adecuadamente, todos los jabones son igualmente efectivos para remover los gérmenes que causan enfermedades. Si no se cuenta con jabón, es posible reemplazarlo eventualmente con alcohol en gel.

Una forma sencilla para que los niños puedan calcular los 20 segundos es encontrar una canción familiar que tome ese tiempo para cantarla; por ejemplo, cantar dos veces la canción de “a lavarse las manos”

BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA (BPM)

Es un conjunto de instrucciones operativas o procedimientos operacionales que tienen que ver con la prevención y control de la ocurrencia de peligros de contaminación. Tiene que ver con el desarrollo y cumplimiento de nuevos hábitos de Higiene y de Manipulación, tanto por el personal involucrado en los procesos, como en las instalaciones donde se efectúa el proceso, en los equipos que se utilizan para hacer un producto, en la selección de los proveedores.

La implementación de BPM es una herramienta básica para la obtención de productos seguros para el consumo humano, que se centralizan en la higiene y forma de manipulación.

El Reglamento sobre Vigilancia y Control Sanitario de Alimentos y Bebidas, aprobado por Decreto Supremo N° 007-98-S.A, establece la obligatoriedad del uso de BPM para todos los establecimientos elaboradores-industrializadores de alimentos.

Beneficios de implementar BPM

1. Proporciona evidencia de una manipulación segura y eficiente de los alimentos.
2. Crece la conciencia del trabajo con Calidad entre los empleados, así como su nivel de capacitación
3. Reducción de reclamos, devoluciones, reprocesos y rechazos.
4. Disminución en los costos y ahorro de recursos.
5. Aumento de la competitividad y de la productividad.
6. Fideliza a los cliente.

El control de los peligros alimentarios debe hacerse lo largo de toda la cadena alimentaria (desde la producción primaria hasta el consumidor final), para lograr el objetivo de que los alimentos sean inocuos y aptos para el consumo humano.

Si hay un buen control de la materia prima que se recibe; es decir, un buen control de los proveedores, la planta estará en condiciones de rechazar la materia prima que no cumpla con los requisitos de inocuidad y de calidad establecidos.

Almacenamiento: Es importante disponer de instalaciones adecuadas para almacenar los alimentos (la materia prima, los productos intermedios y los productos terminados), los ingredientes y los insumos alimentarios y los productos químicos no alimentarios (artículos de limpieza, lubricantes y combustibles). De ser necesario, se debe disponer de ambientes separados para almacenar las materias primas, los insumos, el material de empaque y el producto final.

Tanto el almacenaje, como el transporte del producto final deben incluir todas las condiciones que permitan la protección de los alimentos contra la contaminación física, química y microbiana. Esta protección comprende no solo el alimento sino también su envase o empaque.

Control de las operaciones

Esta sección se refiere a las condiciones que deben prevalecer durante la elaboración de los alimentos y la importancia de aplicar sistemas de control eficaces para asegurar la producción de alimentos inocuos y aptos para el consumo humano. Todas las operaciones, desde la recepción hasta el transporte y la distribución, deben controlarse y apegarse a los Principios Generales de Higiene del Codex.

El control de los peligros alimentarios

El sistema HACCP señala la necesidad de:

- Identificar todas las fases de las operaciones que son fundamentales para la inocuidad de los alimentos.
- Aplicar, en esas fases, procedimientos de control eficaces.
- Vigilar los procedimientos de control para asegurar su eficiencia constante.
- Examinar los procedimientos de control periódicamente y cada vez que cambien las operaciones.

Control de la higiene

El control del tiempo y de la temperatura

Todo el proceso de manufactura de alimentos, incluyendo el empaque y el almacenamiento, debe hacerse en condiciones tales que se reduzca al mínimo la posibilidad de crecimiento de microorganismos y de contaminación de los alimentos. Esto se puede lograr monitoreando algunos parámetros físicos como el tiempo, la temperatura, la humedad, la aw [actividad de agua], el pH, la presión y la velocidad de flujo, entre otros.

De estos controles los más usuales son el control de la temperatura y el control del tiempo, que se aplican en operaciones como la cocción, el enfriamiento, la elaboración y el almacenamiento, para evitar que los alimentos se conviertan en vehículo transmisor de enfermedades y también para evitar su deterioro.

La contaminación microbiológica

Los microorganismos patógenos no se ven a simple vista; sin embargo pueden pasar de un alimento a otro por contacto directo, a través de las manos sucias del personal, a través de superficies de contacto (equipos o mesas de trabajo mal limpiadas) o hasta del aire. Por ello, es importante tomar medidas que prevengan la contaminación microbiana. Por ejemplo, los alimentos sin elaborar deben estar claramente separados (en espacio o en tiempo) de los productos que están listos para ser consumidos, por medio de una limpieza intermedia eficaz y, cuando proceda, de una desinfección. En otros casos,

según sean los riesgos y la naturaleza de los alimentos, podría ser necesario restringir el acceso a las áreas de elaboración, ya sea mediante controles de ingreso o acondicionando zonas, pre-cámaras o corredores previos al ingreso a las áreas de proceso, donde el personal pueda disponer de ropa protectora limpia y exclusiva y de estaciones de lavado de manos y botas.

Las superficies, los utensilios, los equipos y los muebles deben limpiarse cuidadosamente y, cuando corresponda, desinfectarse después de haber manipulado materias primas, en particular productos como carnes, frutas y hortalizas frescas.

La contaminación física y química

Se deben implementar sistemas de control que permitan reducir el riesgo de contaminación por materiales extraños como fragmentos de vidrio, partículas de metal y astillas de madera provenientes de los equipos o de las superficies de trabajo, polvo, humo nocivo y sustancias químicas provenientes de los lubricantes de los equipos, empaques, pinturas y óxidos que se desprendan. Se recomienda aplicar controles y emplear en caso sea necesario, dispositivos como filtros o cedazos, trampas, magnetos y detectores de metal electrónicos, entre otros.

Las operaciones mecánicas como lavar, pelar, recortar, cortar, clasificar, machacar, triturar, moler, drenar, enfriar, rallar, extruir, secar, batir, desgrasar, entre otras, se deben realizar de manera tal que se proteja a los alimentos de la contaminación, sobre todo, física y química.

Requisitos relativos a las materias primas

Si se sospecha o se sabe que un ingrediente o materia prima contiene parásitos, microorganismos indeseables, plaguicidas, medicamentos veterinarios, sustancias tóxicas, materia descompuesta o extraña, que no se pueden eliminar o reducir a un nivel aceptable durante el proceso de manufactura, debe ser rechazado inmediatamente. Por eso es importante conocer las especificaciones que deben cumplir las materias primas y los ingredientes.

Dependiendo del tipo de producto alimenticio, las materias primas o ingredientes deberán inspeccionarse y clasificarse antes de proceder a su elaboración.

Las materias primas y los ingredientes que se mantengan almacenados deben estar sujetos al principio de *“Lo primero en entrar es lo primero en salir”*, y este sistema de rotación deberá cumplirse efectivamente.

La Dirección y la supervisión

Los Principios Generales de Higiene establecen que el tipo de control y de supervisión que se deben aplicar dependen del tamaño de la empresa, de las actividades que realice y del tipo de alimentos que se elaboren.

Los responsables de la supervisión deben conocer a fondo los principios y prácticas de higiene de los alimentos para poder evaluar los posibles riesgos, adoptar las medidas preventivas y correctivas del caso, y asegurar una vigilancia y una supervisión eficaces.

La materia prima y los insumos

- La inocuidad de un producto depende en gran medida del control de la materia prima y los insumos. Un control inadecuado de la materia prima puede resultar en la contaminación del producto.

Instalaciones: mantenimiento y saneamiento

Esta sección recuerda la importancia de implementar sistemas eficaces que aseguren el mantenimiento y la limpieza adecuados, el control de las plagas, el manejo de los desechos y la vigilancia de la eficacia de los procedimientos de mantenimiento y saneamiento.

Higiene personal

Esta sección pone énfasis en la higiene del personal encargado de manipular los alimentos. Si no se le capacita en aspectos relacionados con la higiene y si no se instauran medidas de control, el personal se convierte en la principal fuente de contaminación de los alimentos.

Al implantar medidas de aseo personal y vigilar la salud de quienes manipulan los alimentos, se busca evitar la contaminación de los alimentos y la transmisión de enfermedades a los consumidores.

a) El estado de salud

Las empresas de alimentos deben asegurarse de que las personas que padecen o que son portadoras de alguna enfermedad que pueda transmitirse por los alimentos, no tengan acceso a ninguna de las áreas de manipulación de alimentos.

De igual forma, se deben tomar medidas para que el personal que se encuentre en esas condiciones notifique inmediatamente a sus superiores sobre su estado de salud.

b) Las enfermedades y las lesiones

Entre las enfermedades, síntomas y lesiones que un trabajador debe reportar inmediatamente a sus superiores para que se le someta a una evaluación médica, están:

- La ictericia (piel y ojos amarillos)
- La diarrea
- El vómito
- La fiebre
- El dolor de garganta con fiebre
- Lesiones en la piel visiblemente infectada (furúnculos, cortes, quemaduras, etc.)
- La secreción de líquidos por los oídos, los ojos o la nariz

c) El aseo personal

Las personas encargadas de manipular alimentos deben mantener un alto grado de aseo personal, llevar ropa protectora, cubre cabello y calzado adecuados para las operaciones que se realizan. Si alguna persona sufre un corte o herida, es preferible ubicarlo en un área en la que no tenga contacto directo con los alimentos. Si se le permite seguir trabajando, los superiores deben asegurarse de que las heridas estén vendadas apropiadamente.

El comportamiento personal

El personal que manipula alimentos debe evitar prácticas como las que se mencionan a continuación para evitar la contaminación de los alimentos:

- Fumar.
- Escupir.
- Mascar chicle o comer.
- Estornudar o toser sobre los alimentos.
- Agarrarse el cabello o el rostro, o limpiarse el sudor con las manos durante las labores de trabajo.
- Salir con el uniforme de trabajo a zonas expuestas a contaminación.
- Usar joyas, broches u otros objetos que puedan representar una amenaza para la inocuidad y la aptitud de los alimentos.
- Guardar ropa y otros objetos personales en áreas donde los alimentos estén expuestos o donde se laven equipos y utensilios.

e) Los visitantes

Los visitantes que desean ingresar a las zonas de elaboración o manipulación de alimentos deben llevar, cuando proceda, ropa protectora y cumplir con todas las recomendaciones de higiene personal que se indicaron anteriormente.

Transporte

Esta sección se refiere a las medidas de higiene y al cuidado que hay que tener con los alimentos durante el transporte. Por más precauciones que se tomen en las etapas anteriores, si las condiciones sanitarias se descuidan durante el transporte, los alimentos corren un riesgo muy alto de deteriorarse o contaminarse.

Entre los principales aspectos que deben tenerse en cuenta están:

- Los alimentos deben estar debidamente protegidos durante el transporte.

El medio de transporte o el contenedor que se emplee depende del tipo de alimento y de las condiciones requeridas para el transporte.

- El vehículo de transporte nunca debe introducir contaminación en el alimento; más bien debe protegerlo del polvo, del humo, del combustible y de la carga de otros alimentos.

- Los medios de transporte, los contenedores y los depósitos de alimentos deben mantenerse limpios y en buen estado. Si se utiliza el mismo medio de transporte o el mismo recipiente para diferentes alimentos o para productos no alimentarios, este debe limpiarse a fondo, y de ser necesario, debe ser desinfectado entre una carga y otra. La práctica de utilizar el mismo medio de transporte para trasladar distintos tipos de productos, es decir, que el transporte no es de uso exclusivo para alimentos, debe vigilarse y monitorearse periódicamente y aceptarse solo cuando se tenga la certeza de que no se corre ningún riesgo serio de contaminación.

- En el transporte a granel, las parihuelas, los recipientes o los contenedores deben usarse exclusivamente para alimentos. Se recomienda llevar un registro de los cargamentos previos para el control de la contaminación cruzada.

2.7 OBJETIVOS

2.7.1 OBJETIVO GENERAL

Mejorar el consumo de refrigerios saludables en niños de 5 años la I.E.I N° 255 Chanu Chanu- Puno.

2.7.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Coadyuvar a la ingesta de la ración completa de refrigerios saludables de niños de 5 años la I.E.I.
2. Incrementar los conocimientos de docentes y personal auxiliar en el tema de refrigerios saludables

3. Incrementar los conocimientos de los padres de familia en el tema de refrigerios saludables
4. Gestionar la presencia de un personal especialista en nutrición infantil
5. Mejorar las Buenas Prácticas de manufactura del personal manipulador de alimentos

2.8 ESTRATEGIAS

Abogacía: Una combinación de acciones individuales y sociales destinadas a conseguir compromisos políticos, apoyo para las políticas de salud, aceptación social y apoyo de los sistemas para un determinado objetivo o programa de salud, con el fin de crear condiciones de vida que conduzcan a la salud y a la adquisición de estilos de vida sanos

Educación y comunicación para la salud: Es "el proceso social, educativo y político que incrementa y promueve la conciencia pública sobre la salud, promueve estilos de vida saludables y la acción comunitaria a favor de la salud, brindando oportunidades y ofreciendo a la gente la oportunidad de ejercer sus derechos y responsabilidades para formar ambientes, sistemas y políticas favorables a la salud y al bienestar". Partiendo de esta premisa de educar, informar, convencer y explicar, así como de escuchar, la comunicación para la salud proporciona a individuos y comunidades las ventajas y recursos necesarios para prevenir enfermedades y mejorar su calidad de vida

Androgogía: Es el conjunto de técnicas de enseñanza orientadas a educar personas adultas, en contraposición de la pedagogía, que es la enseñanza orientada a los niños.

Actualmente se considera que la educación no es solo cuestión de niños y adolescentes que son también parte de educación permanente. El hecho educativo es un proceso que actúa sobre el humano a lo largo de toda su vida, porque su naturaleza permite que pueda continuar aprendiendo durante toda su vida sin importar su edad cronológica.

Pedagogía: Es la ciencia cuyo objeto de estudio es la formación de la personalidad de la persona. Las tendencias actuales pretenden que esta educación sea integral, es decir, en todas las dimensiones de la persona. La formación es el proceso de preparación de la persona para la vida.

Participación comunitaria: El derecho a participar entendido como tomar parte en alguna cosa e intervenir en la dirección de los asuntos públicos en condiciones de igualdad, estamos, por tanto, ante uno de los pilares básicos sobre los que se asientan las sociedades democráticas: el derecho a la participación ciudadana como un factor esencial en la defensa de valores como el respeto, la tolerancia, la solidaridad, la igualdad y la integración, así como la defensa y promoción de los derechos humanos fundamentales. Por todo ello se puede afirmar que la participación ciudadana es sinónimo de diálogo, concertación, respeto y pluralidad, de implicación directa en el quehacer de las instituciones públicas y de corresponsabilidad en la gestión de los asuntos públicos.

En ese sentido, cuando hablamos de Participación Comunitaria en Salud estamos reconociendo el derecho de los ciudadanos y ciudadanas a participar en el diseño, programación, elaboración, realización y evaluación de actividades comunitarias cuyo objetivo es promover una vida sana y un entorno saludable para implementar el desarrollo de la propia comunidad

2.9 LÍNEAS DE ACCIÓN

- Desarrollo de capacidades de niños de 5 años, docentes, auxiliares, padres de familia y manipuladores de alimentos
- Producción de material gráfico para retroalimentación a niños, docentes y manipuladores de alimentos.
- Gestión para la asesoría de un profesional especializado(nutricionista)
- Seguimiento y monitoreo a personal manipulador.

2.10 MATRIZ DEPROGRAMACIÓN

COD	ACTIVIDADES Y TAREAS	FECHA DE INICIO	FECHA DE TERMINO	DURACIÓN	CRONOGRAMA 2017												RESPONSABLE				
					MAYO				JUNIO				JULIO								
					1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1.1	Sensibilización a niños de 5 años de la I.E.I en el consumo de refrigerios saludables a través de educación lúdica para niños (Planificación y coordinación, Elaboración de materiales, Convocatoria., Preparación del ambiente, Ejecución de la actividad y Elaboración del informe)	05/06/17	09/06/17	3 días																	Directora de la I.E.I Docentes de la I.E.I Auxiliares de la I.E.I Consuelo Murillo C.
1.1	Sesión educativa a niños de 5 años de la I.E.I en el consumo de refrigerios saludables a través de educación lúdica para niños (Planificación y coordinación., Elaboración de materiales, Convocatoria., Preparación del ambiente, Ejecución de la actividad, Elaboración del informe)	05/06/17	09/06/17	3 días																	Directora de la I.E.I Docentes de la I.E.I Auxiliares de la I.E.I Hally R. Huillca M.
1.2	Producción y entrega de material gráfico para retroalimentación. (Recopilación de información, Producción de material, Diseño gráfico de material, Impresión de material., Entrega de material elaborado.)	08/05/17	09/06/17	2 días																	Hally R. Huillca M. Consuelo Murillo C. Diseñador gráfico.
2.1	Sensibilización a docentes y auxiliares en temas de alimentación saludable (Planificación y coordinación, Convocatoria, Preparación del ambiente, Ejecución de la actividad, Elaboración del acta decompromiso.)	12/06/17	16/06/17	1 día																	Hally R. Huillca M.
2.2	Capacitación a docentes y auxiliares en temas de: alimentación balanceada, refrigerios saludables, importancia del consumo de frutas, verduras y alimentos con hierro (Planificación y coordinación., Elaboración de materiales, Convocatoria., Preparación del ambiente, Ejecución de la actividad, Elaboración del informe)	12/06/17	16/06/17	2 días																	Directora de la I.E.I Consuelo Murillo C.
2.3	Producción y entrega de material gráfico para retroalimentación. (Recopilación de información, Producción de material, Diseño gráfico de material, Impresión de material., Entrega de material elaborado.)	15/05/17	16/06/17	2 días																	Hally R. Huillca M. Diseñador gráfico.
3.1	Sensibilización a padres de familia en temas de alimentación saludable. (Planificación y coordinación, Convocatoria, Preparación del ambiente, Ejecución de la actividad, Elaboración del acta decompromiso.)	19/06/17	23/06/17	1 día																	Directora de la I.E.I Consuelo Murillo C.

2.11 MATRIZ DEPRESUPUESTO

BENEFICIARIOS DIRECTOS:	N°
ALUMNOS	76
DOCENTES	3
AUXILIARES	3
PADRES DE FAMILIA	76
MANIPULADORES DE ALIMENTOS	3

COSTO TOTAL DEL PROYECTO

RUBROS	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO UNIT	TOTAL
FOTOCOPIA DE PRE Y POST TES	HOJAS	966	0,10	96,60
IMPRESIÓN FICHAS DE SEGUIMIENTO	HOJAS	228	0,10	22,80
CARTULINA	PLIEGO	135	0,50	67,50
PAPEL LUSTRE	PLIEGO	228	0,50	114,00
CORROSPUN	PLIEGO	108	3,00	324,00
PLUMONES	PLUMON	252	1,50	378,00
GOMA	FRASCO	9	3,00	27,00
CINTA DE EMBALAJE	ROLLO	9	1,00	9,00
SOCIODRAMA	TRAJE	15	15,00	225,00
ALQUILER DE PROYECTOR	PROYECTOR	12	20,00	240,00
ALQUILER EQUIPO DE SONIDO	EQUIPO DE SONIDO	12	60,00	720,00
EXPOSITORES	PERSONA	12	200,00	2400,00
MATERIAL DE ESCRITORIO	MATERIAL (lapicero, folder, papel bond)	291	2,00	582,00
MATERIAL DE EXPOSICION	MATERIAL (cartulina/papelote)	270	0,50	135,00
MATERIAL GRAFICO	HOJAS	291	0,50	145,50
HOJAS PARA ASISTENCIA	HOJA	25	0,20	5,00
PAPELOTES	PLIEGO	135	0,50	67,50
MANUAL DE PROCESOS Y PROCEDIMIENTOS	MANUAL	1	20,0	20,0
MOVILIDAD LOCAL	PASAJE	72	5,00	360,00
				4307,20

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. **FRANCO SOLÍS , O.** Educación para la Salud con Enfoque Integral: Experiencia Guayas. Guayaquil OPS/OMS. Disponible en: <http://www.paho.org/Spanish/AD/SDE/HS/EPS2010-11-02>.
2. **MINISTERIO DE EDUCACIÓN ECUADOR.** MEMORIA de Tercera Reunión de la Red Latinoamericana de Escuelas Promotoras de la Salud. Quito. Disponible en: http://www.paho.org/Spanish/AD/SDE/HS/EPS_RED_ECU.2010-11-2.
3. **MELGUIZO, J.** La aventura de la vida; una apuesta por el futuro de los niños y niñas en Iberoamérica. Disponible en: <http://www.paho.org/Spanish/AD/SDE/HS>.
4. **ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD.** Educación para la Salud en el Ámbito Escolar: una perspectiva integral, HSS/SILOS-37. Washington, OPS/OMS. 1995.
5. **SHEPHERD J. I.** Promoción de la Salud en las Escuelas: Taller Internacional de Salud Escolar. Convención Internacional de Salud Pública.,(Cuba).2002.
6. **ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD.** Entornos Saludables y Mejor Salud para Generaciones Futuras. Disponible en: <http://www.ops-oms.org02-11-2010>.
7. **ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD.** Escuelas promotoras de salud. Modelo y Guía para la acción 1 ed. Washington (DC): OPS.2000.2010-11-02.
8. **MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA.** Manual de Escuelas Saludables. Tomo 2. Santafe de Bogotá. Marzo de 1999.
9. **ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD.** Educación para la Salud Escolar en América Latina. Washington, DC: OPSHSS/HED/OMS.1989
10. **CARVAJAL. R.** Manual la escuela, la familia y la Educación para la Salud. Ed. Pueblo y educación 1985.
11. **ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD.** "Servicios de Salud Escolares en la Región de las Américas".2003.
12. **DÍAZ, ALEJANDRA** "Buenas prácticas de manufactura: una guía para pequeños y Medianos agroempresarios" San José, Costa Rica: IICA,2009.
13. **CENTRO NACIONAL DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN** Disponible en: <http://www.portal.ins.gob.pe/es/20-alimentacion-y-nutricion-cenan/577-refrigerios-escolares-saludables>.

ANEXOS

Anexo N° 01: Matriz de priorización.

Anexo N° 02: Matriz de involucrados.

Anexo N° 03: Mapa de poder.

Anexo N° 04: Árbol de problemas.

Anexo N° 05: Árbol de objetivos.

Anexo N° 06: Marco logico.

Anexo N° 07: Costos unitarios.

Anexo N° 08: Evidencia fotográfica.

Anexo N° 09: Nomina de alumnos de 5 años

Anexo N° 01: Matriz de priorización.

Tipos de Problema	Frecuencia	Gravedad	Características	Tendencia	Posibilidad de resolver	Posición	Registro del evento	Disponibilidad de recursos	Accesibilidad	TOTAL
Sobrepeso	1	1	2	2	1	1	1	1	1	11
Anemia	2	2	1	2	1	1	0	0	1	10
Inadecuado consumo de refrigerios	2	2	2	2	2	2	2	2	1	17

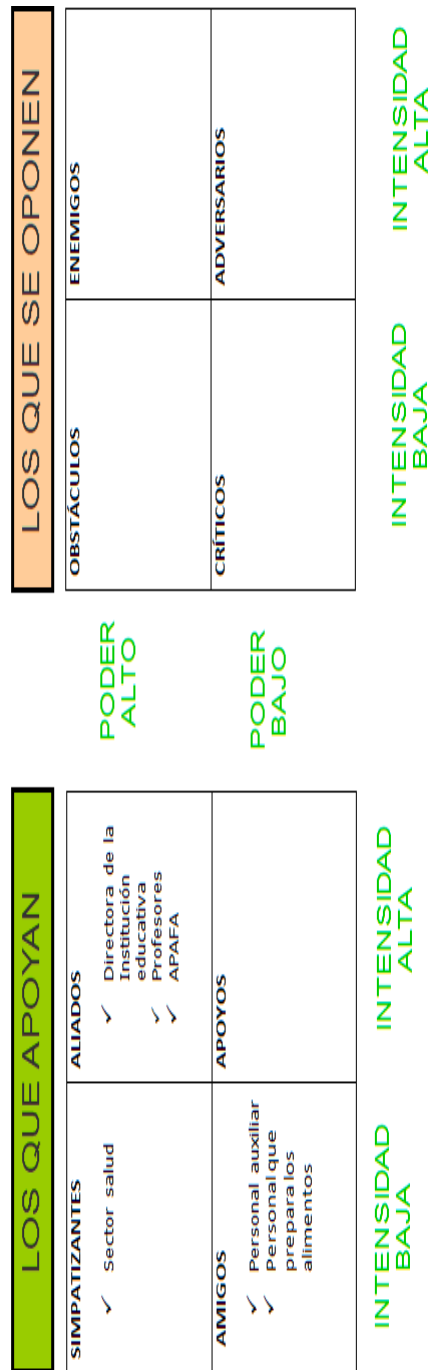
Anexo N° 02: Matriz de involucrados.

GRUPO DE INVOLUCRADOS	PROBLEMAS	INTERESES	ESTRATEGIAS	ACUERDOS Y COMPROMISOS
Alumnos de 5 años de la I.E	-Consumo de refrigerios inadecuados -Escasa motivación de consumo de frutas y verduras -Indiferencia de ingerir la ración presentada.	Consumo de ración completa del refrigerio	Abogacía Educación y comunicación para la salud (Pedagogía) Participación comunitaria.	Ingesta de ración completa de niños de 5 años en la I.E.I.
Sector Salud	-Incremento de la anemia en la población infantil -Ascenso de sobrepeso en niños en edad escolar -Incidencia de EDAs -Prevalencia de ETAS -Sistema inmune deprimido de niños	- Promoción de la salud. - Reducción de enfermedades de la primera infancia.	Participación comunitaria.	Sostenibilidad
Padres de familia	-Escasa capacitación a padres de familia -Deficiente gestión de RR.HH -Escasa organización del APAFA -Desconocimiento de los padres de familia en el tema de refrigerios saludables -Ausencia de personal especialista en nutrición infantil	Incremento de conocimientos en temas de alimentación y nutrición Consumo de refrigerios adecuados de niños	Abogacía Educación y comunicación para la salud (Androgogía, Pedagogía) Participación comunitaria.	Incrementar los conocimientos de los padres de familia en el tema de refrigerios saludables Gestionar la presencia de un personal especialista en nutrición infantil
Docentes de la I.E Y auxiliares.	-Escasa capacitación a docentes y auxiliares -Desconocimiento de los docentes y auxiliares en el tema de refrigerios saludables	Incremento de conocimientos en temas de alimentación y nutrición Consumo de refrigerios adecuados de niños ETAs controladas	Abogacía Educación y comunicación para la salud (Androgogía, Pedagogía) Participación comunitaria.	Incrementar los conocimientos en el tema de refrigerios saludables
Personal que manipula los alimentos	-Inadecuada capacitación del personal manipulador de cocina -Desconocimiento de buenas prácticas de manufactura del personal manipulador de alimentos	Incremento de conocimientos en temas de alimentación y nutrición	Abogacía Educación y comunicación para la salud (Androgogía, Pedagogía) Participación comunitaria.	Mejorar las Buenas Prácticas de manufactura del personal manipulador de alimentos.

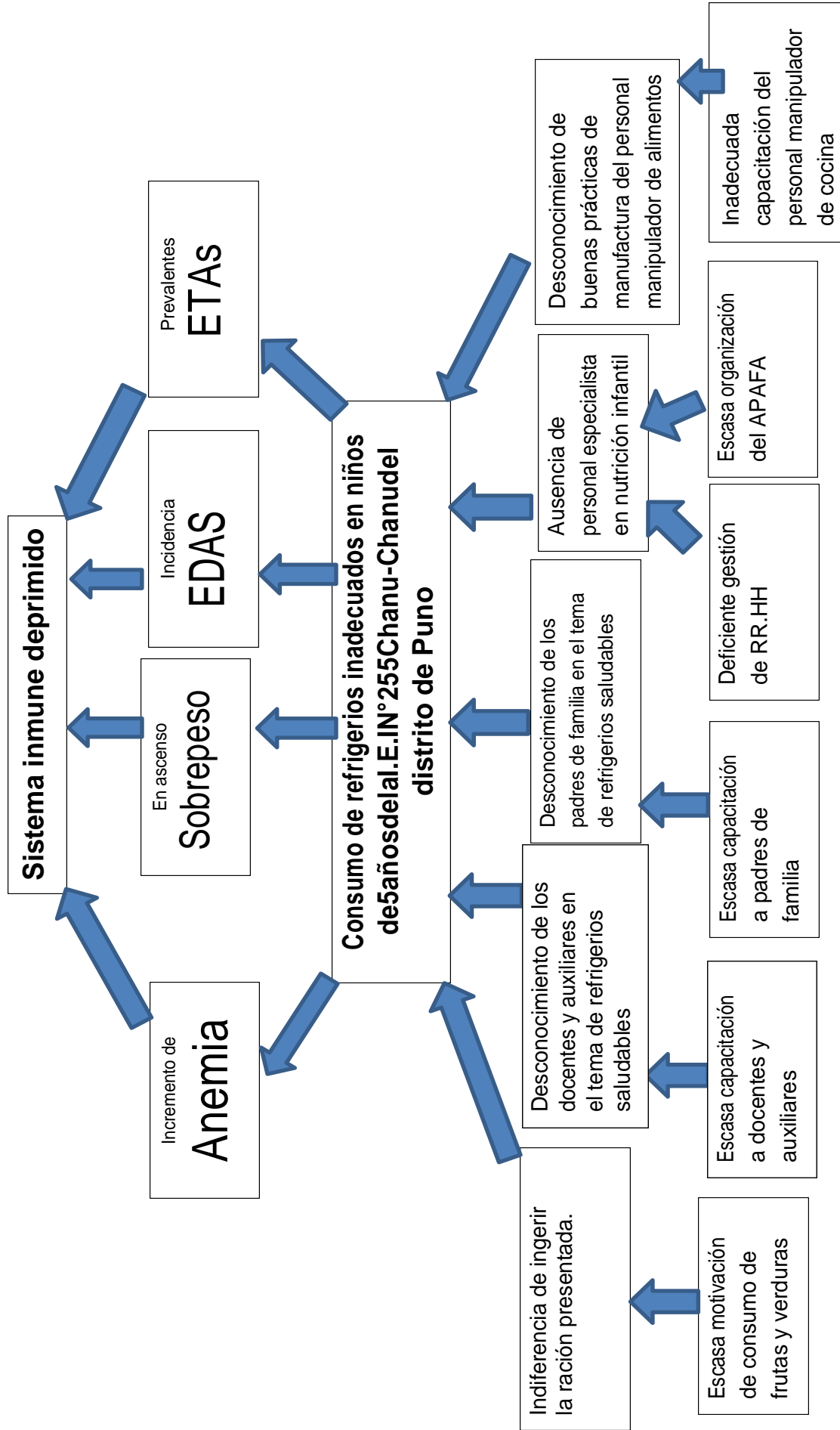
Anexo N° 03: Mapa de poder.

INVOLUCRADO	POSICIÓN	PODER	INTENSIDAD
Directora de la Institución educativa	+	5	5
Profesores	+	4	5
Personal auxiliar	+	3	1
APAFA	+	4	4
Personal que prepara los alimentos	+	2	2
Sector salud	+	5	1

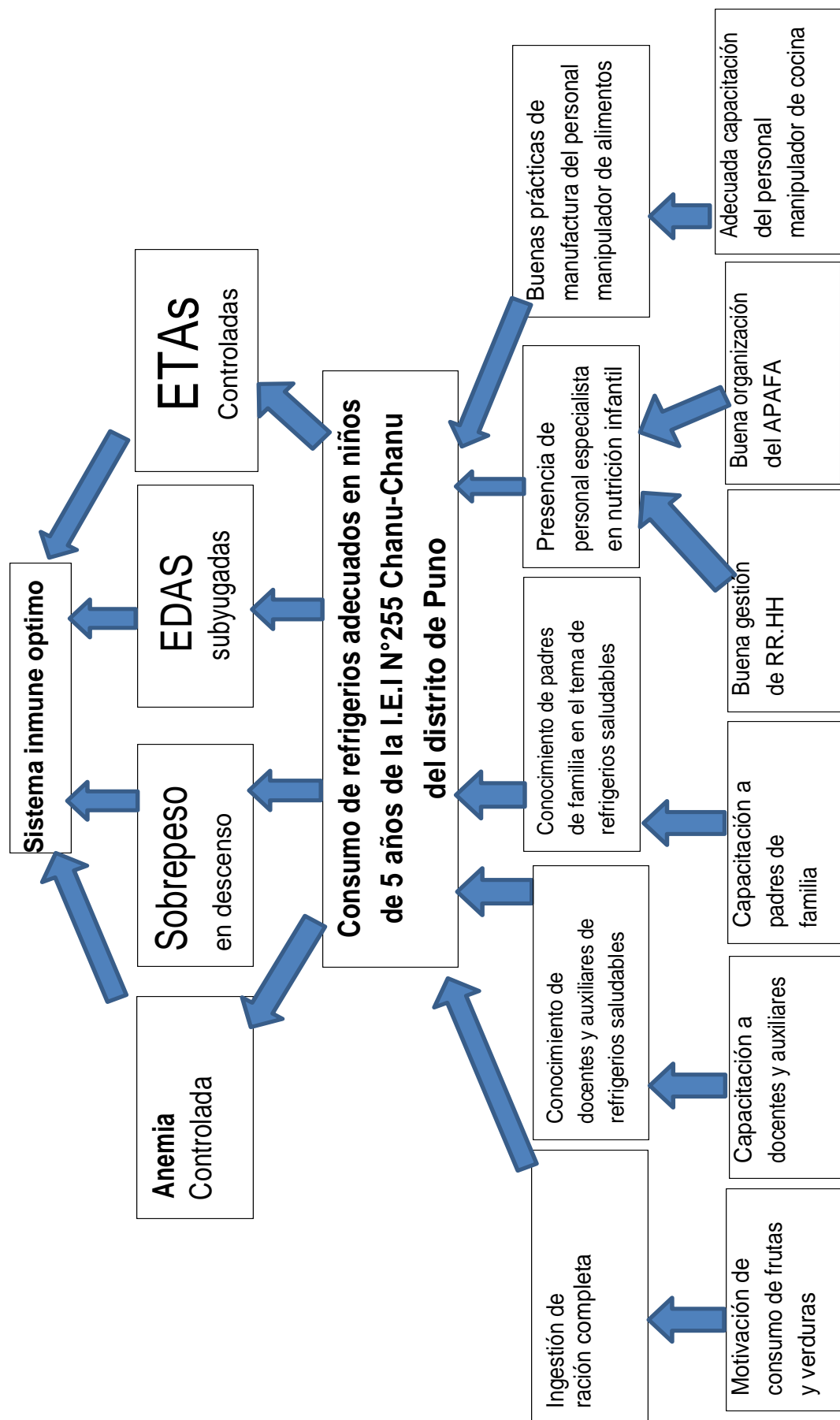
3.1 REPRESENTACION GRAFICA CARACTERIZACION DE LAS POSICIONES



Anexo N° 04: Árbol de problemas.



Anexo N° 05: Árbol de objetivos.



Anexo N° 06: Marco lógico.

JERARQUIA DE OBJETIVOS	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	SUPUESTOS
<p>FIN Contribuir a desarrollar un sistema inmune óptimo de niños de 5 años de la Institución Educativa Inicial N° 255 Chanu -Chanu del distrito de Puno.</p>			
<p>OBJETIVO GENERAL Mejorar el consumo de refrigerios saludables de niños de 5 años en la I.E.I N° 255.</p>	<p>98 % de refrigerios consumidos por niños de 5 años son saludables al término del proyecto.</p>	<p>Informe final del Proyecto de Intervención.</p>	<p>Padres de familia Priorizan alimentos saludables para consumo en el hogar.</p>
<p>OBJETIVOS ESPECIFICOS</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Coadyuvar a la ingesta de ración completa de niños de 5 años en la I.E.I. 7. Incrementar los conocimientos de docentes y personal auxiliar en el tema de refrigerios saludables 8. Incrementar los conocimientos de los padres de familia en el tema de refrigerios saludables 9. Gestionar la presencia de un personal especialista en nutrición infantil 10. Mejorar las Buenas Prácticas de manufactura del personal manipulador de alimentos. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 90% de niños de 5 años terminan la ración establecida en el monitoreo en la I.E.I 2. 80% de docentes y auxiliares tienen mayor puntaje en relación al pre test al término de la intervención. 3. 80% de padres de familia aprueban en examen en relación al pre test al término de la intervención. 4. 80% de padres de familias docentes y auxiliares conciertan el apoyo del nutricionista al término de la intervención. 5. El 90% de personal manipulador pone en práctica lo aprendido desde la intervención. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Informe del seguimiento de consumo 2. Informe de pre y post test. 3. Informe de pre y post test. 4. Documento de requerimiento de personal de la APAFA y Dirección de la I.E.I 5. Informe del seguimiento y supervisión. 	<p>Costumbre y creencias de hábitos alimentarios favorables</p> <p>Disponibilidad de tiempo</p> <p>Padres de familia aceptan el financiamiento del personal especialista</p>
<p>ACTIVIDADES</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Sensibilización a niños de 5 años de la I.E.I en el consumo de refrigerios saludables a través de educación lúdica. 1.2 Sesión educativa a niños de 5 años de la I.E.I para mejorar el consumo de refrigerios saludables a través de educación lúdica. 1.3 Producción y entrega de material gráfico para retroalimentación. 2.1 Sensibilización a docentes y auxiliares en temas de alimentación saludable. 2.2 Capacitación a docentes y auxiliares de niños de 5 años en temas de: alimentación balanceada, refrigerios saludables, importancia del consumo de frutas, verduras y alimentos con hierro. 2.3 Producción y entrega de material gráfico para retroalimentación a docentes y auxiliares de niños de 5 años de la 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 100% (1/sección) de sesiones realizadas a niños de la I.E.I al término del proyecto con un costo de S/. 657,3. 80% de niños sensibilizados a través de educación lúdica. 1.2 100% (2/sección) de sesiones realizadas a niños de la I.E.I al término del proyecto con un costo de S/. 314,6 90% de niños mejoran el consumo de refrigerios al término del proyecto 1.3 100% de elaboración y producción de material gráfico al día de ejecución a un costo de S/. 15,00 100% de entrega de material gráfico para retroalimentación en el día de ejecución. 2.1 100% de sesión realizada a docentes y auxiliares la I.E.I al término del proyecto con un costo de 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 Lista de asistencia 1.2 Pre test y post test Ficha de seguimiento de consumo. 1.3 Material gráfico impreso Acta de entrega. 2.1 Lista de asistencia. Acta de compromiso 2.2 Pre test y posttest. 	<p>Hábitos y creencias de consumo alimentario en el hogar favorables Uso adecuado de material de retroalimentación.</p> <p>Pago acorde al mercado laboral del especialista. Disposición de tiempo de los involucrados favorable</p>

<p>I.E.I.</p> <p>3.1 Sensibilización a padres de familia en temas de alimentación saludable.</p> <p>3.2 Capacitación a padres de familia en temas de: alimentación balanceada, refrigerios saludables, importancia del consumo de frutas, verduras y alimentos con hierro.</p> <p>4.1 Sensibilización en la importancia de contar con un personal especializado a docentes y padres de familia.</p> <p>4.2 Organización y gestión para contar con el personal especialista.</p> <p>5.1 Sensibilización al personal manipulador de alimentos.</p> <p>5.2 Capacitación al personal manipulador de alimentos en temas de: Buenas Prácticas de Manufactura, Buenas Prácticas de Almacenamiento y Buenas Prácticas de Distribución de raciones.</p> <p>5.3 Producción del manual de procesos y procedimientos en el servicio de dietética y entrega de material gráfico para retroalimentación.</p>	<p>S/. 124.6</p> <p>95% de docentes y auxiliares sensibilizados firman acta de compromiso el día de la ejecución</p> <p>2.2 100% (2) de sesiones de capacitación realizada a docentes y auxiliares de niños de 5 años de la I.E.I al término del proyecto con un costo de S/.200.2</p> <p>80% de docentes y auxiliares incrementan sus conocimientos al término del proyecto.</p> <p>2.3 100% de elaboración y producción de material gráfico con un costo de S/.40.00</p> <p>100% de entrega de material gráfico para retroalimentación</p> <p>3.1 100% (1/sección) de sesión realizada a padres de familia con niños en la I.E.I término del proyecto</p> <p>80% de padres de familia sensibilizados aprueban la gestión para tener el apoyo de nutricionistas con un costo de S/.590.2</p> <p>3.2 100%(2) de sesiones de capacitación realizada a padres de familia con niños en la I.E.I término del proyecto con un costo de S/.590.2</p> <p>80% de padres de familia incrementan sus conocimientos al término del proyecto</p> <p>4.1 100% de sesión de sensibilización realizada a docentes, auxiliares y padres de familia al término del proyecto con un costo de S/.590.2</p> <p>80% de docentes, auxiliares y padres de familia sensibilizados firman acta de compromiso.</p> <p>4.2 80% de padres de familia se comprometidos a gestionar el personal especialista</p> <p>5.1 100% (1) de sesiones de sensibilización a personal manipulador de alimento al término del proyecto con un costo De S/.238.8</p> <p>80% de personal manipulador de alimentos sensibilizados firman acta de compromiso.</p> <p>5.2 100% (2) de sesiones de capacitación realizada a personal manipulador de alimento al término del proyecto con un costo de S/.447.6</p> <p>80% del personal manipulador de alimentos incrementan sus conocimientos y realizan las Buenas Prácticas de Manufactura al término del proyecto</p> <p>5.3 100% de elaboración y producción del manual de procesos y procedimientos en el servicio de dietética con un costo de S/. 54.6 100% de entrega de material para retroalimentación.</p>	<p>2.3 Material gráfico impreso</p> <p>Acta de entrega</p> <p>3.1 Lista de asistencia.</p> <p>3.2 Pre test y post test</p> <p>4.1 Lista de asistencia</p> <p>4.2 Acta de compromiso de todos los involucrados</p> <p>5.1 Lista de asistencia.</p> <p>5.2 Pre test y post test</p> <p>Guías de inspección</p> <p>5.3 Material impreso</p> <p>Acta de entrega del manual y Flujogramas pegados.</p>	
---	---	---	--

Anexo N° 07: Costos unitarios.

Componente 1

Sensibilización a niños(1/sección) , Educación lúdica

(2/sección)

Meta N°1

RUBROS	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO UNIT	TOTAL
FOTOCOPIA DE PRE Y POST TES	HOJAS	152	0,10	15,20
IMPRESIÓN FICHAS DE SEGUIMIENTO	HOJAS	228	0,10	22,80
CARTULINA	PLIEGO	45	0,50	22,50
PAPEL LUSTRE	PLIEGO	76	0,50	38,00
CORROSPUN	PLIEGO	36	3,00	108,00
PLUMONES	PLUMON	36	1,50	54,00
GOMA	FRASCO	3	3,00	9,00
CINTA DE EMBALAJE	ROLLO	3	1,00	3,00
SOCIODRAMA	TRAJE	5	15,00	75,00
ALQUILER DE PROYECTOR	PROYECTOR	1	20,00	20,00
ALQUILER EQUIPO DE SONIDO	EQUIPO DE SONIDO	1	60,00	60,00
EXPOSITORES	PERSONA	1	200,00	200,00
MATERIAL DE EXPOSICION	MATERIAL (cartulina/papelote)	30	0,50	15,00
MOVILIDAD LOCAL	PASAJE	6	5,00	30,00
				672,50

Sensibilización (1) a docentes y auxiliares y

Capacitación (2)

Meta N° 2

RUBROS	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO UNIT	TOTAL
MATERIAL DE ESCRITORIO	MATERIAL (lapicero, folder, papel bond)	6	2,00	12,00
MATERIAL DE EXPOSICION	MATERIAL (cartulina/papelote)	20	0,50	10,00
MATERIAL GRAFICO	HOJAS	18	0,50	9,00
PLUMONES	PLUMON	12	1,50	18,00
ALQUILER DE PROYECTOR	PROYECTOR	1	20,00	20,00
HOJAS PARA ASISTENCIA	HOJA	2	0,20	0,40
FOTOCOPIA DE PRE Y POST TES	HOJA	6	0,10	0,60
MOVILIDAD LOCAL	PASAJE	6	5,00	30,00
				128,00

Sensibilización a padres de familia (1), Capacitación

(2)

Meta N° 3

RUBROS	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO UNIT	TOTAL
MATERIAL DE ESCRITORIO	MATERIAL (lapicero, folder, papel bond)	24	2,00	48,00
MATERIAL DE EXPOSICION	MATERIAL (cartulina/papelote)	30	0,50	15,00
MATERIAL GRAFICO	HOJAS	76	0,50	38,00
PLUMONES	PLUMON	12	1,50	18,00
FOTOCOPIA DE PRE Y POST TES	HOJA	152	0,10	15,20
HOJAS PARA ASISTENCIA	HOJAS	3	0,20	0,60
PAPELOTES	PLIEGO	45	0,50	22,50
ALQUILER PROYECTOR	PROYECTOR	1	20,00	20,00
ALQUILER EQUIPO DE SONIDO	EQUIPO DE SONIDO	1	60,00	60,00
MOVILIDAD LOCAL	PASAJE	6	5,00	30,00
				319,30

Sensibilización (1) al personal manipulador de alimentos, (2) capacitación.

Meta N° 4

RUBROS	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO UNIT	TOTAL
FOTOCOPIA DE PRE Y POST TES	HOJA	6	0,10	0,60
MATERIAL GRAFICO	HOJAS	3	0,50	1,50
MANUAL DE PROCESOS Y PROCEDIMIENTOS	MANUAL	1	20,0	20,0
MATERIAL DE ESCRITORIO	MATERIAL (lapicero, folder, papel bond)	3	2,00	6,00
MATERIAL DE EXPOSICION	MATERIAL (cartulina/papelote)	10	0,50	5,00
ALQUILER DE PROYECTOR	PROYECTOR	1	20,00	20,00
MOVILIDAD LOCAL	PASAJE	6	5,00	30,00
				70,60

COSTO TOTAL POR COMPONENTE**componente 1**

Sensibilización a niños , Educación Lúdica

RUBROS	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO UNIT	TOTAL
FOTOCOPIA DE PRE Y POST TES	HOJAS	456	0,10	45,60
IMPRESIÓN FICHAS DE SEGUIMIENTO	HOJAS	228	0,10	22,80
CARTULINA	PLIEGO	135	0,50	67,50
PAPEL LUSTRE	PLIEGO	228	0,50	114,00
CORROSPUN	PLIEGO	108	3,00	324,00
PLUMONES	PLUMON	108	1,50	162,00
GOMA	FRASCO	9	3,00	27,00
CINTA DE EMBALAJE	ROLLO	9	1,00	9,00
SOCIODRAMA	TRAJE	15	15,00	225,00
ALQUILER DE PROYECTOR	PROYECTOR	3	20,00	60,00
ALQUILER EQUIPO DE SONIDO	EQUIPO DE SONIDO	3	60,00	180,00
EXPOSITORES	PERSONA	3	200,00	600,00
MATERIAL DE EXPOSICION	MATERIAL (cartulina/papelote)	90	0,50	45,00
MOVILIDAD LOCAL	PASAJE	18	5,00	90,00
				1971,90

Sensibilización a docentes y auxiliares, Capacitación

RUBROS	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO UNIT	TOTAL
MATERIAL DE ESCRITORIO	MATERIAL (lapicero, folder, papel bond)	54	2,00	108,00
MATERIAL DE EXPOSICION	MATERIAL (cartulina/papelote)	60	0,50	30,00
MATERIAL GRAFICO	HOJAS	54	0,50	27,00
PLUMONES	PLUMON	36	1,50	54,00
ALQUILER DE PROYECTOR	PROYECTOR	3	20,00	60,00
HOJAS PARA ASISTENCIA	HOJA	6	0,20	1,20
FOTOCOPIA DE PRE Y POST TES	HOJA	36	0,10	3,60
MOVILIDAD LOCAL	PASAJE	18	5,00	90,00
				373,80

Sensibilización a padres de familia, Capacitación

RUBROS	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO UNIT	TOTAL
MATERIAL DE ESCRITORIO	MATERIAL (lapicero, folder, papel bond)	456	2,00	912,00
MATERIAL DE EXPOSICION	MATERIAL (cartulina/papelote)	90	0,50	45,00
MATERIAL GRAFICO	HOJAS	228	0,50	114,00
PLUMONES	PLUMON	108	1,50	162,00
FOTOCOPIA DE PRE Y POST TES	HOJA	684	0,10	68,40
HOJAS PARA ASISTENCIA	HOJAS	9	0,20	1,80
PAPELOTES	PLIEGO	135	0,50	67,50
ALQUILER PROYECTOR	PROYECTOR	3	20,00	60,00
ALQUILER EQUIPO DE SONIDO	EQUIPO DE SONIDO	3	60,00	180,00
MOVILIDAD LOCAL	PASAJE	18	5,00	90,00
				1770,70

Sensibilización al personal
manipulador de alimentos,
capacitación
meta: 4

RUBROS	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO UNIT	TOTAL
FOTOCOPIA DE PRE Y POST TES	HOJA	18	0,10	1,80
MATERIAL GRAFICO	HOJAS	9	0,50	1,50
MANUAL DE PROCESOS Y PROCEDIMIENTOS	TRIPTICO	9	0,50	4,50
MATERIAL DE ESCRITORIO	MATERIAL (lapicero, folder, papel bond)	9	2,00	18,00
MATERIAL DE EXPOSICION	MATERIAL (cartulina/papelote)	30	0,50	15,00
ALQUILER DE PROYECTOR	PROYECTOR	3	20,00	60,00
MOVILIDAD LOCAL	PASAJE	18	5,00	90,00
				190,80

Anexo N° 08: Evidencia fotográfica.

