

Artículo Original

Impacto de las loncheras escolares en el rendimiento académico

[Impact of school lunch box content in the academic performance]

Yuri Margott Saavedra-Lomas^{1*}, Carlos Antonio Li-Loo Kung¹, Susy Karina Dávila-Panduro² & Miriam Ruth Alva-Angulo¹

¹Facultad de Industrias Alimentarias, Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, calle Nauta 5^{ta} cuadra, Iquitos, Perú.

²Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, calle Sgto. Lores 6^{ta} cuadra, Iquitos, Perú.

*e-mail: hillary_charley_87@hotmail.com

Resumen

El objetivo del estudio fue: Valorar el consumo de las loncheras escolares relacionado al rendimiento académico en niños de Instituciones Educativas Iniciales del distrito de Punchana, durante el año 2013; fue de tipo descriptivo correlacional no experimental, la población estuvo conformada por todos los niños de la I.E.I. Privada N° 235 Internacional Elim: (45) y la I.E.I. Privada Buenas Nueva de Salvación (47), siendo un total de: 92 estudiantes, la muestra fue de tipo censal, por lo que fueron 92 estudiantes. La técnica fue la observación directa y el análisis documental, el instrumento fue la ficha de recolección de datos, y para el análisis se empleó el porcentaje y la media. Los resultados más relevantes fueron: En la I.E.I. Privada N° 235 Internacional Elim el 92,2% de la muestra estudiada, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", en la I.E.I. Privada N° 235 Internacional Elim el 82,8% de la muestra estudiada, obtuvieron un rendimiento académico de "A", en la I.E.I. Privada N° 235 Internacional Elim, al analizar los alimentos presentes en las loncheras se tiene que en un 96,7% tienen alimentos naturales, en la I.E.I. Privada Buenas Nueva de Salvación se pudo encontrar, el 57,8% de la muestra estudiada, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", en la I.E.I. Privada Buenas Nueva de Salvación, el 51,1% de la muestra estudiada, obtuvieron un rendimiento académico "B" y en la I.E.I. Privada Buenas Nueva de Salvación, al analizar los alimentos presentes en las loncheras se tiene que en un 94,2% tiene alimentos empacados.

Palabras clave: Lonchera escolar, calidad, nutrición, rendimiento académico.

Abstract

The aim of this study was to measure the consumption of school lunchbox content related to the academic performance in children from kindergarten schools from the district of Punchana, during 2013, this study was of descriptive type, co relational- non experimental, the population was composed by all children from 3-5 years old from the private kindergarten N° 235 Internacional Elim: with 45 pupils and children from the Private Kindergarten Buena Nueva de Salvacion, with 47 pupils, with a total population of 92 children and the sample was of survey type. The technique used for the collection of data was the direct observation and the documental analysis, the instrument used was the chart of collection of data. The most relevant results were: in the private kindergarten Internacional Elim; the 92.2% from the studied sample; they had "good quality" of lunchbox content, in the Private Kindergarten N° 235 Internacional Elim, the 82.8% of the sample studied, the students obtained the mark "A" in academic performance, after analyzing the food content in the Private Kindergarten N° 235 internacional Elim it was found that the students consumed natural food; in the Private Kindergarten Buena Nueva de Salvacion it was found that 57.8% of the sample studied, had a "good quality" of lunchbox content and the 51.1% of the sample studied obtained a score of "B" in academic performance and after analyzing the food content consumed at the Private kindergarten Buenas Nuevas de Salvacion it was found that 94.2% of the students had packed food.

Keywords: lunchbox content, quality, nutrition, academic performance.

Recibido: 20 setiembre 2013

Aceptado: 25 noviembre 2013

Este artículo puede ser citado como: YM Saavedra-Lomas, CA Li-Loo Kung, SK Dávila-Panduro y MR Alva-Angulo. 2013. Impacto de las loncheras escolares en el rendimiento académico. **Cienc amaz (Iquitos) 3(2), 115-124.**

INTRODUCCIÓN

Desde hace muchos años se observa que el rendimiento académico junto con factores socioculturales, psicológicos y del sistema educacional, se vincula a la historia nutricional. Una de cada siete personas en el mundo no tienen suficiente para alimentarse cada día. Lo que supone que en la actualidad sean más de 800 millones de seres humanos los que pasan hambre, de ellos, la Organización para la Agricultura y la Alimentación de las Naciones Unidas (FAO, 2004). estima que 200 millones de niños sufren Malnutrición y 11 millones mueren anualmente por causas relacionadas a la falta de una correcta alimentación (Arismendi, 2009).

Casi todos los estudios de nutrición realizados en niños de edad escolar, se basan fundamentalmente en la apreciación del crecimiento corporal, mediante mediciones antropométricas (por lo general peso y talla), que al ser comparadas con curvas estándar o poblaciones de referencia, permiten establecer con bastante aproximación si existe un crecimiento físico normal, o por el contrario, un retardo o una aceleración en la velocidad del crecimiento (Busdiecker, 2000). en los primeros años de vida, es una forma apropiada para abordar la comprensión de estos eventos (Melgar, 2004).

Los escolares cambian los hábitos alimentarios porque pasan más tiempo fuera del hogar. Por esta razón la supervisión de qué comen y en qué cantidades, resulta más difícil. De igual forma, los requerimientos nutricionales varían dependiendo de las nuevas exigencias académicas y de las actividades físicas que realicen. Es por eso que muchos problemas relacionados con el aprendizaje tienen que ver con una alimentación inadecuada (Reyes, 2010).

Por consiguiente, durante estas importantes etapas de la vida del niño/a no hay que bajar la guardia. Es fundamental proveerlos de los nutrientes que los ayuden a realizar sus actividades diarias. De igual manera, tener claro que una buena alimentación les permitirá desempeñar actividades provechosas que vale la pena estimular, como el deporte, la música, los trabajos artísticos, entre otros (Ávila, 2002).

En lo que respecta a nutrición y rendimiento académico del niño escolar, todavía existen grandes vacíos de conocimiento, debido quizá a la complejidad de los factores comprometidos (genéticos, hereditarios, ambientales, psicosociales, educativos y nutricionales), que dificultan su evaluación e interpretación y, por tanto, el diseño de investigaciones relevantes sobre el tema (Lucas, 2009).

En un intento de aproximar la revisión de estas complejas interrelaciones, se puede asumir que el rendimiento académico del escolar está influida por su estado nutricional previo y el ambiente psicosocial que enmarcan su crecimiento y desarrollo. Y que por tanto, todas las acciones del estado y la sociedad para mejorar la nutrición de los niños, redundarán posteriormente en la salud y el rendimiento académico del niño en la escuela (Ávila, 2002).

Como la salud y respuesta del escolar a los procesos educativos está condicionada, de alguna manera, por variables nutricionales y psicosociales que han rodeado su infancia, la información que se tenga sobre nutrición y desarrollo intelectual Este estudio pretende identificar el tipo consumo que existe de las loncheras escolares y relacionarlo con el rendimiento académico en las Institución Educativas Iniciales Privadas del distrito de Punchana, donde los niños y niñas acuden a sus aulas llevando su refrigerio escolar preparado por sus padres.

Realizando el estudio en las diferentes Instituciones Educativas Iniciales Privadas del distrito de Punchana se podrá analizar los hábitos de consumo que tienen los niños y niñas de este distrito y poder proponer alternativas para una buena nutrición en los estudiantes de pre-escolar.

A través de la presente investigación se podrá reconocer si existe una relación entre el tipo hábito de consumo en las loncheras escolares y el rendimiento académico en los niños de 3 a 5 años en las Instituciones Educativas Iniciales Privadas del distrito de Punchana y poder así recomendar formas de mejorar el contenido de los refrigerios escolares como un pilar para su dieta regular y ayudar de esta forma la sistema educativo local y regional para mejorar los resultados académicos.

Por otro lado se pretende concientizar a los padres de familia para que tomen la debida importancia a los tipos de alimentos que deben consumir sus niños y niñas del pre-escolar como refrigerio del día y recomendar el tipo de lonchera que deben llevar a la escuela para el momento de descanso que tienen dentro de sus horas de clases.

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio se realizó durante el año 2013 y fue no experimental de tipo descriptivo correlacional, porque se pretende describir la calidad de las loncheras escolares y relacionarlas al rendimiento académico en un solo momento.

La población del presente estudio estuvo conformado por todos los niños y niñas de 3 a 5 años de la Institución Educativa Inicial Privada N° 235 Internacional Elim, siendo de 45 y la Institución Educativa Inicial Privada Buenas Nueva de Salvación, siendo de 47, con un total de: 92 estudiantes y la muestra fue de tipo censal.

La técnica que se empleó para la recolección de los datos fue la observación directa y el análisis documental, el instrumento fue ficha de recolección de datos para el análisis de los datos se empleó el porcentaje y la media (Martaix, 2007).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En el cuadro 1, de un total de 12 niños de 3 años, 1 niño que representan el 8,3%, tuvo una calidad de lonchera "Regular", 11 niños que representan el 91,7%, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", de un total de 20 niños de 4 años, 1 niño que representan el 5,0%, tuvo una calidad de lonchera "Malo", 2 niños que representan el 10%, tuvieron una calidad de lonchera "Regular", 17 niños que representan el 85%, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", de un total de 13 niños de 5 años, 13 niños que representan el 100%, tuvieron una calidad de lonchera "Buena". Esto nos da como indicador que las loncheras en esta Institución Educativa se encuentran en un buen nivel de calidad, esto puede deberse a capacitaciones anteriores que los

padres de familia han tenido en años anteriores.

En el cuadro 2, de un total de 12 niños de 3 años, 1 niño que representan el 8,3%, tuvo una calidad de lonchera "Regular", 11 niños que representan el 91,7%, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", de un total de 20 niños de 4 años, 1 niño que representan el 5%, tuvo una calidad de lonchera "Malo", 2 niños que representan el 10%, tuvieron una calidad de lonchera "Regular", 17 niños que representan el 85%, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", de un total de 13 niños de 5 años, 13 niños que representan el 100%, tuvieron una calidad de lonchera "Buena". Lo que nos indica que en su mayoría los niños y niñas de esta Institución Educativa tienen óptimos resultados académicos, las áreas que le corresponden al nivel de estudios. Con este resultado se logra el segundo objetivo específico: Describir el rendimiento académico en niños de Instituciones Educativas Iniciales del distrito de Punchana.

En el cuadro 3, se muestra el detalle de los alimentos presentes en las loncheras escolares de niños de 3 a 5 años, se pudo encontrar: En alimentos Proteicos, el 25,6% pertenece a los niños de 3 años, el 61,3% pertenece a los niños de 4 años y el 13,1% pertenece a los niños de 5 años. En los alimentos Energéticos, el 16,7% pertenece a los niños de 3 años, el 49,0% pertenece a los niños de 4 años y el 34,4% pertenece a los niños de 5 años. En los alimentos Proteico-Energéticos, el 26,2% pertenece a los niños de 3 años, el 58,3% pertenece a los niños de 4 años y el 15,5% pertenece a los niños de 5 años. En las vitaminas, el 100% pertenece a los niños de 4 años. En las Frutas, el 19,8% pertenece a los niños de 3 años, el 48,9% pertenece a los niños de 4 años y el 31,2% pertenece a los niños de 5 años, lo cual se puede comparar con los resultados de Reyes (2010), en su estudio titulado: Alimentos Contenidos en Loncheras de Niños que Acuden a un Preescolar y se refirió a los hábitos que los padres ofrecen a los niños en casa.

Cuadro 1. Calidad de la Lonchera Escolar

Calidad de la Lonchera	I.E.I. Privada N° 235 Internacional Elim							
	Malo		Regular		Buena		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
3 años	0	0,0%	1	8,3%	11	91,7%	12	100%
4 años	1	5,0%	2	10,0%	17	85,0%	20	100%
5 años	0	0,0%	0	0,0%	13	100,0%	13	100%
promedio	0,3	1,7%	1	6,1%	14	92,2%	15	100%

Fuente: Datos recogidos por la autora

Cuadro 2. Rendimiento Académico

Rendimiento Académico	I.E.I. Privada N° 235 Internacional Elim							
	A		B		C		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
3 años	10	83,3%	2	16,7%	0	0,0%	12	100%
4 años	13	65,0%	7	35,0%	0	0,0%	20	100%
5 años	13	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	13	100%
promedio	12	82,8%	3	17,2%	0	0,0%	15	100%

Fuente: Datos recogidos por la autora

Cuadro 3. Detalle de los alimentos presentes en las Loncheras Escolares

Detalle de los alimentos	I.E.I. Privada N° 235 Internacional Elim							
	3 años		4 años		5 años		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
1. PROTEICO								
Huevo duro	6	54,5%	0	0,0%	5	45,5%	11	100%
Huevo frito	0	0,0%	4	100,0%	0	0,0%	4	100%
Leche	2	40,0%	2	40,0%	1	20,0%	5	100%
Mazamorra de quinua	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Yogurt	1	33,3%	2	66,7%	0	0,0%	3	100%
Total		25,6%		61,3%		13,1%		
2. ENERGETICO								
Arroz chaufa	5	38,5%	3	23,1%	5	38,5%	13	100%
Avena	1	50,0%	0	0,0%	1	50,0%	2	100%
Bebida energética	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Galleta	1	20,0%	4	80,0%	0	0,0%	5	100%
Gaseosa	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Maduro frito	0	0,0%	2	100,0%	0	0,0%	2	100%
Pan	3	75,0%	0	0,0%	1	25,0%	4	100%
Pan c/ mermelada	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Pan c/ palta	0	0,0%	0	0,0%	1	100,0%	1	100%
Pan molde	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Plátano frito	1	33,3%	1	33,3%	1	33,3%	3	100%
Torta	0	0,0%	0	0,0%	1	100,0%	1	100%
Yuca frita	0	0,0%	0	0,0%	2	100,0%	2	100%
Total		16,7%		49,0%		34,4%		
3. PROTEICO Y ENERGETICO								
Juane	0	0,0%	2	100,0%	0	0,0%	2	100%
Pan c/ huevo	0	0,0%	6	75,0%	2	25,0%	8	100%
Pan c/ jamonada	1	50,0%	0	0,0%	1	50,0%	2	100%
Pan c/ mantequilla	1	33,3%	1	33,3%	1	33,3%	3	100%
Pan c/ pollo	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Pan c/ queso	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Pan c/ salchicha	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%

Total	26,2%	58,3%	15,5%
4. VITAMINAS			
Néctar	0 0,0%	2 100,0%	0 0,0%
Total	0,0%	100%	0,0%
5. FRUTAS			
Jugo	0 0,0%	4 80,0%	1 20,0%
Manzana	1 33,3%	2 66,7%	0 0,0%
Ref. cocona	0 0,0%	1 100,0%	0 0,0%
Ref. maíz morado	0 0,0%	0 0,0%	2 100,0%
Ref. manzana	2 50,0%	2 50,0%	0 0,0%
Ref. maracuyá	5 55,6%	3 33,3%	1 11,1%
Ref. piña	0 0,0%	1 12,5%	7 87,5%
Total	19,8%	48,9%	31,2%
6. OTROS			
Té	0 0,0%	1 100,0%	0 0,0%
Total	0,0%	100%	0,0%

Fuente: Datos recogidos por la autora

En el cuadro 4, de un total de 20 niños de 3 años, 1 niño que representan el 5%, tuvo una calidad de lonchera "Malo", 8 niños que representan el 40%, tuvieron una calidad de lonchera "Regular", 11 niños que representan el 55%, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", de un total de 15 niños de 4 años, 6 niños que representan el 40%, tuvieron una calidad de lonchera "Regular", 9 niños que representan el 60%, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", de un total de 12 niños de 5 años, 5 niños que representan el 41,7%, tuvieron una calidad de lonchera "Regular", 7 niños que representan el 58,3%, tuvieron una calidad de lonchera "Buena". Esto nos da como indicador que las loncheras en esta Institución Educativa se encuentran en un buen nivel de calidad, pero los datos estadísticos nos indican que sólo superan este indicado poco más de la mitad de las loncheras es por ello se puede notar que un porcentaje importante está a un nivel de "Regular".

En el cuadro 5, De un total de 20 niños de 3 años, 6 niños que representan el 30%, obtuvieron un rendimiento académico "A", 14 niños que representan el 70%, obtuvieron un rendimiento académico "B", de un total de 15 niños de 4 años, 5 niños que representan el 33,3%, obtuvieron un rendimiento académico "A", 10 niños que representan el 66,7%, obtuvieron un rendimiento académico "B", de un total de 12 niños de 5 años, 10 niños que representan el 83,3%, obtuvieron un rendimiento académico "A", 2 niños que representan el 16,7%, obtuvieron un

rendimiento académico "B". Esto tiene relación con los datos del cuadro anterior, donde el nivel de calidad de la lonchera solo supera el 50% y es por ello que en el rendimiento académico no pueden sobresalir más. Con este resultado se logra el segundo objetivo específico: Describir el rendimiento académico en niños de Instituciones Educativas Iniciales del distrito de Punchana. Con este resultado se logra el objetivo específico: Describir el rendimiento académico en niños de Instituciones Educativas Iniciales del distrito de Punchana.

En el cuadro 6, se muestra el detalle de los alimentos presentes en las loncheras escolares de niños de 3 a 5 años, se pudo encontrar: En alimentos Proteicos, el 36,1% pertenece a los niños de 3 años, el 28,3% pertenece a los niños de 4 años y el 35,6% pertenece a los niños de 5 años. En los alimentos Energéticos, el 50,7% pertenece a los niños de 3 años, el 31,9% pertenece a los niños de 4 años y el 17,4% pertenece a los niños de 5 años. En los alimentos Proteico-Energéticos, el 16,3% pertenece a los niños de 3 años, el 48,8% pertenece a los niños de 4 años y el 35% pertenece a los niños de 5 años. En las vitaminas, el 35,3% pertenece a los niños de 3 años, el 29,4% pertenece a los niños de 4 años y el 35,3% pertenece a los niños de 5 años. En las Frutas, el 65,8% pertenece a los niños de 3 años, el 21,7% pertenece a los niños de 4 años y el 12,5% pertenece a los niños de 5 años, lo cual se justifica y relaciona con Carrasco (2006), en su estudio titulado: Contenido de loncheras de

pre escolares de la institución educativa Miguel Grau; se trazó la meta de evaluar la composición de las loncheras escolares y con este resultado se logra el objetivo específico:

Identificar el tipo de alimento presente en las loncheras escolares en niños de Instituciones Educativas Iniciales del distrito de Punchana.

Cuadro 4. Calidad de la Lonchera Escolar

Calidad de la Lonchera	I.E.I. Privada Buenas Nueva de Salvación							
	Malo		Regular		Buena		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
3 años	1	5,0%	8	40,0%	11	55,0%	20	100%
4 años	0	0,0%	6	40,0%	9	60,0%	15	100%
5 años	0	0,0%	5	41,7%	7	58,3%	12	100%
promedio	0,3	1,7%	6	40,6%	9	57,8%	16	100%

Fuente: Datos recogidos por la autora

Cuadro 5. El Rendimiento Académico

Rendimiento Académico	I.E.I. Privada Buenas Nueva de Salvación							
	A		B		C		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
3 años	6	30,0%	14	70,0%	0	0,0%	20	100%
4 años	5	33,3%	10	66,7%	0	0,0%	15	100%
5 años	10	83,3%	2	16,7%	0	0,0%	12	100%
promedio	7	48,9%	9	51,1%	0	0,0%	16	100%

Fuente: Datos recogidos por la autora

Cuadro 6. Detalle de los alimentos presentes en las Loncheras Escolares

Detalle de los alimentos	I.E.I. Privada Buenas Nueva de Salvación							
	3 años		4 años		5 años		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
1. PROTEICO								
Hígado frito	0	0,0%	0	0,0%	1	100,0%	1	100%
Huevo duro	0	0,0%	0	0,0%	1	100,0%	1	100%
Huevo frito	1	50,0%	1	50,0%	0	0,0%	2	100%
Leche	3	50,0%	1	16,7%	2	33,3%	6	100%
Pollo asado	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Pollo frito	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Yogurt	10	52,6%	6	31,6%	3	15,8%	19	100%
Total		36,1%		28,3%		35,6%		
2. ENERGETICO								
Arroz chaufa	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Bebida energética	0	0,0%	0	0,0%	1	100,0%	1	100%
Cereal	2	50,0%	2	50,0%	0	0,0%	4	100%
Chesstos	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Chocolatada	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Chocolate	0	0,0%	0	0,0%	1	100,0%	1	100%
Dulce	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Galleta	8	44,4%	5	27,8%	5	27,8%	18	100%
Gaseosa	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Maduro frito	1	16,7%	3	50,0%	2	33,3%	6	100%
Pan c/ crema	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Pan molde	1	50,0%	1	50,0%	0	0,0%	2	100%

Papas	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Papas fritas	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Tallarín	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Total		50,7%		31,9%		17,4%		
3. ENERGETICO Y PROTEICO								
Pan c/ huevo	2	40,0%	1	20,0%	2	40,0%	5	100%
Pan c/ jamonada	0	0,0%	1	50,0%	1	50,0%	2	100%
Pan c/ pollo	1	25,0%	1	25,0%	2	50,0%	4	100%
Triple	0	0,0%	1	100,0%	0	0,0%	1	100%
Total		16,3%		48,8%		35,0%		
4. VITAMINA								
Néctar	6	35,3%	5	29,4%	6	35,3%	17	100%
Total		35,3%		29,4%		35,3%		
5. FRUTA								
Banana	2	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	2	100%
Jugo	0	0,0%	2	100,0%	0	0,0%	2	100%
Mandarina	3	60,0%	2	40,0%	0	0,0%	5	100%
Manzana	2	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	2	100%
Naranja	2	66,7%	1	33,3%	0	0,0%	3	100%
Ref. manzana	0	0,0%	0	0,0%	1	100,0%	1	100%
Ref. piña	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Uvas	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Total		65,8%		21,7%		12,5%		
6. OTROS								
Té	0	0,0%	2	100,0%	0	0,0%	2	100%
Total		0,0%		100%		0,0%		

Fuente: Datos recogidos por la autora

En el cuadro 7, sobre la Calidad de las Loncheras Escolares en niños de 3 a 5 años, se pudo obtener que de un total de 15 niños en la Institución Educativa Inicial Privada N° 235 Internacional Elim, el 92,2% es "Buena", el 6,1% es "Regular" y solo el 1,7% es "Malo"; de la Institución Educativa Inicial Privada Buenas Nueva de Salvación el 57,8% es "Buena", el 40,6% es "Regular" y solo el 1,7% es "Malo". Este dato nos demuestra que en ambas instituciones educativas nos encontramos con buenas loncheras escolares, pero en la primera se nota una diferencia con respecto a la segunda y unos de los factores que puede estar dando este resultado es la presencia alimentos naturales; a diferencia de la segunda que presenta más alimentos empacados (Reyes, 2010).

En el cuadro 8, sobre el Rendimiento Académico en niños de 3 a 5 años, se pudo

obtener que de un total de 15 niños en la Institución Educativa Inicial Privada N° 235 Internacional Elim, el 82,8% fue "A" y el 17,2% fue "B"; de la Institución Educativa Inicial Privada Buenas Nueva de Salvación el 48,9% fue "A" y el 51,1% fue "B". Indica que aún el niño o niña está en procesos de aprendizaje y aún no logra los niveles óptimos para tener éxito en los grados superiores. Estos resultados coinciden con lo expresado por Lucas (2009), ya que los factores nutricionales comprometen el rendimiento académico. Asimismo, se puede afirmar que el resultado actual trae como antecedentes ciertos tipos de loncheras semejantes; es decir, según lo expuesto por Ávila (2002) y Melgar (2004), donde el antecedentes alimenticio también se vincula al logro de un determinado rendimiento académico.

Cuadro 7. Calidad de las Loncheras Escolares de la Institución Educativa Inicial Privada Nº 235 Internacional Elim y de la Institución Educativa Inicial Privada Buenas Nueva de Salvación

Calidad de la Lonchera	Malo		Regular		Buena		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
I.E.I. Privada Nº 235 Internacional Elim	0,3	1,7%	1	6,1%	14	92,2%	15	100%
I.E.I. Privada Buenas Nueva de Salvación	0,3	1,7%	6	40,6%	9	57,8%	16	100%

Cuadro 8. Rendimiento Académico en la Institución Educativa Inicial Privada Nº 235 Internacional Elim y de la Institución Educativa Inicial Privada Buenas Nueva de Salvación

Rendimiento Académico	A		B		C		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
I.E.I. Privada Nº 235 Internacional Elim	12	82,8%	3	17,2%	0	0,0%	15	100%
I.E.I. Privada Buenas Nueva de Salvación	7	48,9%	9	51,1%	0	0,0%	16	100%

En la Institución Educativa Inicial Privada Nº 235 Internacional Elim el 92,2% de la muestra estudiada, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", los que nos indica que en esta Institución Educativa, las loncheras escolares, se encuentra en un buen nivel de calidad, por lo que se puede afirmar que los padres de familia tienen conocimiento sobre la importancia de una lonchera escolar nutritiva. Por otro lado el 82,8% de la muestra estudiada, obtuvieron un rendimiento académico de "A", lo que nos indica que en su mayoría los niños y niñas de esta Institución Educativa tienen óptimos resultados académicos en las áreas que le corresponden al nivel de estudios.

En la Institución Educativa Inicial Privada Buenas Nueva de Salvación se pudo encontrar, el 57,8% de la muestra estudiada, tuvieron una calidad de lonchera "Buena", estos nos da como indicador que las loncheras en esta Institución Educativa se encuentran en un buen nivel de calidad, pero a pesar que superan la mitad de la muestra, existe un 40,6% de loncheras escolares calificadas como "Regular". Por otro lado, el 51,1% de la muestra estudiada, obtuvieron un rendimiento académico "B", este resultado es un indicador que los niveles de logros de aprendizaje no son los esperados ya que significa: "En proceso", esto tiene relación con los datos del párrafo anterior, donde el nivel de calidad de la lonchera solo llega al 57,8%.

Sobre el Rendimiento Académico en niños de 3 a 5 años, se pudo obtener que de un total de 15 niños en la Institución Educativa Inicial Privada Nº 235 Internacional Elim, el 82,8% fue "A"; de la Institución Educativa Inicial Privada Buenas Nueva de Salvación el 51,1% fue "B", lo cual es una consecuencia del tipo de alimentos presentes en las loncheras escolares ya que si el calificador "B", no es malo, indica que aún el niño o niña está en procesos de aprendizaje y aún no logra los niveles óptimos para tener éxito en los grados superiores y con este resultado se logra el objetivo específico: Relacionar el consumo de las loncheras escolares con el rendimiento académico en niños de Instituciones Educativas Iniciales del distrito de Punchana.

Tal como lo indica Ávila (2002), se puede asumir que el rendimiento académico del escolar está influenciada por su estado nutricional previo y el ambiente psicosocial que enmarcan su crecimiento y desarrollo. Y que por tanto, todas las acciones del Estado y la sociedad para mejorar la nutrición de los niños, redundarán posteriormente en la salud y el comportamiento del niño en la escuela, ya que un niño o niña con un mejor estado nutricional tiene mejor pre-disposición para el estudio, dentro de la muestra se trabajó como niños y niñas que tienen un estilo de vida similar para poder determinar que si existe un influencia de las loncheras escolares en el rendimiento académico. Así mismo, se debe

continuar con la provisión de nutrientes en proporciones adecuadas, no sólo en etapa de I.E.I., sino a través de las etapas de la vida necesarias, en este caso, toda la etapa escolar.

CONCLUSIONES

En la Institución Educativa Inicial Privada Nº 235 Internacional Elim, los alimentos presentes en las loncheras se tiene que en un 96,7% tienen alimentos naturales, lo que indica que en esta Institución Educativa están presentes en gran medida los alimentos naturales, los cuales aportan una dieta más saludable al organismo.

En la Institución Educativa Inicial Privada Buenas Nueva de Salvación, los alimentos presentes en las loncheras se tiene que en un 94,2% tiene alimentos empacados, lo que indica que en esta Institución Educativa están presentes en gran medida los alimentos procesados y empacados, los cuales si son una opción rápida y fácil, pero no debe ser el día a día de las loncheras ya que se podría decir que no es la dieta más saludable al organismo.

Por los resultados obtenidos se puede afirmar que el tipo de alimentación que tienen los niños y niñas a través de las loncheras escolares tiene una influencia en el Rendimiento Académico en ambas instituciones en estudio.

A través de la presente investigación se pudo reconocer la relación entre el tipo hábito de consumo en las loncheras escolares y el rendimiento académico en los niños de 3 a 5 años en las Instituciones Educativas Iniciales Privadas del distrito de Punchana, recomendando que los padres prioricen el consumo de alimentos naturales en los refrigerios escolares, para que sea un factor a favor de la mejora en los resultados académicos.

Se debe concientizar a los padres de familia, a través de charlas promovidas de las Instituciones Educativas Iniciales para que tomen la debida importancia a los tipos de

alimentos que deben consumir sus niños y niñas del pre-escolar y recomendar una lonchera saludable y nutritiva, evitando incluir en ella alimentos procesado y/o con perseverantes, que deben llevar a la escuela para el momento de descanso que los niños y niñas.

REFERENCIAS

- Arismendi JJ. 2009. Nutrición Infantil: Comer bien y sano. Bogotá: Gamma.
- Ávila A. 2002. Encuesta urbana de alimentación y nutrición en la zona metropolitana de la ciudad de México.
- Busdiecker S, Castillo C, Salas I. 2000. Cambios en los hábitos de alimentación durante la infancia: una visión antropológica. *Rev chil pediatr* 71(1), 5-11
<http://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062000000100003>
- Carrasco LM. 2006. Contenido de loncheras de pre escolares de la institución educativa Miguel Grau. Tesis de Título de Estomatólogo. Lima, Perú.
- FAO. 2004. Manual de Antropometría. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.
- Lucas B. 2009. Krause Dietoterapia: Nutrición en la Infancia. Barcelona: Elsevier, Masson.
- Martaix VJ. 2007. Nutrición y Alimentación Humana: Alimentación del niño Preescolar y Escolar. Madrid. Editorial Océano.
- Melgar R, Delgado E, Castro C, Díaz L, López V, Morón M, Quesada M. 2004. Composición del refrigerio escolar en niños de 3 a 13 años de edad en centros educativos estatales del distrito de San Borja. *Odontol Pediatr* 2(2), 12-16.
- Reyes HD. 2010. Alimentos Contenidos en Loncheras de Niños que Acuden a un Preescolar. Tesis de Grado en Nutrición. México.

ANEXO**FICHA DE RECOLECCION DE DATOS****(Para recolectar la información académica y el contenido de las loncheras escolares)****CÓDIGO:**

INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL: _____

NOMBRE: _____

GRADO: _____ años SECCION: _____

FECHA DE NACIMIENTO: _____ SEXO: [] Masculino [] Femenino

EVALUACIÓN DE LA CALIDAD DE LA LONCHERAS ESCOLARES

TIPO DE ALIMENTO	SI	NO
ALIMENTOS NATURALES		
ALIMENTOS MÍNIMAMENTE PROCESADOS		
ALIMENTOS EMPACADOS		

TIPO DE ALIMENTOS PRESENTES	Energético	Proteico	Fruta

	Malo	Regular	Buena
CALIDAD GENERAL DE LA LONCHERA			

EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO ACADEMICO

(Obtenidas en el periodo)

Evaluación Matemática	Evaluación Comunicación	Evaluación Ciencia y Ambiente	Evaluación Personal Social	Otra evaluación adicional	Promedio