

UNIVERSIDAD NACIONAL DE JULIACA
FACULTAD DE INGENIERÍA DE PROCESOS INDUSTRIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA EN INDUSTRIAS
ALIMENTARIAS



INFORME FINAL

**Fortalecimiento y desarrollo de talleres en alimentación, cocina creativa y
hábitos alimenticios saludables en los padres de familia de la I.E.I. 317**

"SANTA ADRIANA", Juliaca - Puno, 2025

Estudiantes

Juan David Cjuno Suni

Richard Chipana Mamani

Erick Rivaldo Chuquicallata Condori

Ana Luz Incacari Coaquira

Grecia Yurema Pasaca Herencia

Rose Maribel Yana Roque

Asesores

Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera

Ing. Cristhian Jimmy Hilasaca Zela

Juliaca – Perú

2025

Universidad Nacional de Juliaca



Facultad de Facultad de Ingeniería de Procesos Industriales

Escuela Profesional de Ingeniería en Industrias Alimentarias

INFORME FINAL

PROYECTO EN PROYECCIÓN SOCIAL, EXTENSION CULTURAL Y/O FESTION AMBIENTAL

“Fortalecimiento y desarrollo de talleres en alimentación, cocina creativa y hábitos alimenticios saludables en los padres de familia de la I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", Juliaca - Puno, 2025”

Modalidad : Monovalente

Nombre del equipo : Nutrikids

Nº	Integrantes	Código de matricula	Escuela profesional
01.	Juan David Cjuno Suni	2021204005	Ingeniería en industrias alimentarias
02.	Richard Chipana Mamani	2021204043	Ingeniería en industrias alimentarias
03.	Erick Rivaldo Chuquicallata Condori	2021204054	Ingeniería en industrias alimentarias
04.	Ana Luz Incacari Coaquira	2021204012	Ingeniería en industrias alimentarias
05.	Grecia Yurema Pasaca Herencia	2021204023	Ingeniería en industrias alimentarias
06.	Rose Maribel Yana Roque	2021204104	Ingeniería en industrias alimentarias

Asesores:

Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera

Ing. Cristhian Jimmy Hilasaca Zela

Fecha de inicio : (22/08/2025)

Fecha de finalización : (17/10/2025)

DEDICATORIA

Dedicamos este trabajo, en primer lugar, a Dios, cuya presencia iluminó cada paso de este proceso. En Él encontramos la fortaleza, sabiduría y serenidad necesarias para avanzar con paciencia, amor y perseverancia.

De igual manera, extendemos esta dedicatoria a nuestros padres, pilares fundamentales en nuestra formación. Gracias por su apoyo incondicional, por alentarnos en los momentos de dificultad y por celebrar con nosotros cada meta alcanzada. Su confianza y cariño fueron el motor que nos impulsó a seguir adelante.

A nuestros asesores, les expresamos nuestro más profundo agradecimiento por su guía constante, por su dedicación y por enseñarnos a mirar más allá, analizando con criterio y manteniendo claridad en cada objetivo propuesto. Su acompañamiento ha sido invaluable.

Manifestamos también nuestro especial agradecimiento a la Institución Educativa Inicial 317 “Santa Adriana”, por brindarnos el espacio y la oportunidad de ejecutar las sesiones planificadas, permitiendo el desarrollo de este proyecto.

(Nutrikids)

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, expresamos nuestra gratitud a Dios, fuente de vida y fortaleza, por guiarnos con sabiduría a lo largo de todo este proceso académico. Su protección y compañía nos permitieron culminar satisfactoriamente cada una de nuestras actividades.

De igual manera, agradecemos profundamente a nuestros padres, quienes, con su amor incondicional, esfuerzo y constante apoyo emocional y económico, se convirtieron en el impulso que necesitábamos para continuar adelante. Gracias por creer en nosotros, por animarnos en los momentos difíciles y por ser inspiración permanente en nuestro camino.

Nuestros más sinceros agradecimientos se dirigen también a nuestros asesores Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera y Ing. Cristhian Jimmy Hilasaca Zela, por su guía comprometida, su paciencia y su valioso acompañamiento durante el desarrollo de este proyecto de proyección social. Sus conocimientos, orientación y dedicación fueron fundamentales para superar desafíos y tomar decisiones acertadas en cada etapa.

Extendemos igualmente nuestro agradecimiento a la Institución Educativa Inicial N.º317 “Santa Adriana” y a la directora Sonia Herencia Nuñez, por brindarnos su confianza y abrirnos las puertas de su institución, facilitando la realización de las actividades programadas.

Finalmente, expresamos nuestro reconocimiento a la Universidad Nacional de Juliaca, cuya formación académica, recursos y apoyo institucional hicieron posible el desarrollo de este proyecto. Lo aprendido en sus aulas ha sido esencial para nuestro crecimiento personal y profesional.

(Nutrikids)

ÍNDICE DE CONTENIDO

Dedicatoria	3
Agradecimientos	4
Índice de contenido	5
Índice de tablas	7
Índice de figuras	8
Índice de anexos	9
Resumen	10
Introducción.....	11
Capítulo I Revisión de literatura.....	12
1.1. Marco teórico.....	12
1.1.1. Alimentación	12
1.1.2. Alimentos locales	12
1.1.3. Grupos de alimentos	12
1.1.4. Alimentación saludable.....	13
1.1.5. Características de una alimentación saludable	13
1.1.6. Cocina	14
1.1.7. Nutrición	14
1.1.8. Estado nutricional.....	14
1.1.9. Evaluación nutricional.....	15
1.1.10. Desnutrición.....	15
1.1.11. Anemia.....	16
1.1.12. Desarrollo nutricional	16
1.1.13. Hábitos alimenticios en niños de inicial	16
1.1.14. Pobreza alimentaria infantil	17
1.1.15. Rol de los padres	17
1.1.16. Rol de los padres	17
1.1.17. Higiene y manipulación de los alimentos	17
1.1.18. Enfermedades transmitidas por alimentos	17
1.2. Antecedentes.....	18
1.2.1. Internacionales	18
1.2.2. Nacionales.....	18
1.2.3. Locales	20

Capítulo II Materiales y métodos	21
2.1. Enfoque.....	21
2.2. Técnicas.....	21
2.3. Instrumento de evaluación.....	21
2.4. Lugar donde se ha desarrollado la intervención	22
2.5. Número de beneficiarios.....	23
Capitulo III Objetivos logrados	24
3.1. Líneas de intervención de responsabilidad social	24
3.1.1. De acuerdo al objetivo general.....	24
3.1.2. De acuerdo a los objetivos específicos.....	27
3.2. Descripción de actividades cronológicamente.....	32
3.3. Diagnóstico de impacto de las actividades	35
3.4. Resultado de encuesta de satisfacción.....	48
Capitulo IV Cronograma de actividades y costos.....	51
4.1. Cronograma	51
4.2. Informe económico	52
Conclusiones.....	56
Recomendaciones	58
Bibliografía.....	59
Anexos.....	61

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Poblacion beneficiaria directa	23
Tabla 2 Comparacion de frecuencias absolutas y relativas	25
Tabla 3 Nivel de satisfaccion con las actividades según el objetivo especifico 1	27
Tabla 4 Nivel de satisfaccion de los padres de familia respecto a la capacitación.....	29
Tabla 5 Impacto de las capacitaciones en las dietas saludables en los padres	31
Tabla 6 Nivel de satisfaccion de la actividad 1	35
Tabla 7 Nivel de satisfaccion de la actividad 2	37
Tabla 8 Nivel de satisfaccion de la actividad 3	38
Tabla 9 Nivel de satisfaccion de la actividad 4	40
Tabla 10 Nivel de satisfaccion de la actividad 5	41
Tabla 11 Nivel de satisfaccion de la actividad 6	43
Tabla 12 Nivel de satisfaccion de la actividad 7	45
Tabla 13 Nivel de satisfaccion de la actividad 8	46
Tabla 14 Nivel de satisfaccion de la actividad 9	47
Tabla 15 Nivel de satisfaccion con las actividades.....	49
Tabla 16 Cronograma de actividades.....	51
Tabla 17 Informe economico de cada actividad realizada	52

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Ruta de ida por via terrestre hasta la I.E.I. 317”Santa Adriana”	22
Figura 2 Comparacion de valores de Pretest y Postest	26
Figura 3 Resultados del objetivo especifico 1	28
Figura 4 Resultados del objetivo especifico 2	30
Figura 5 Resultados del objetivo especifico 3	32
Figura 6 Nivel de satisfaccion de la actividad 1	36
Figura 7 Nivel de satisfaccion de la actividad 2	38
Figura 8 Nivel de satisfaccion de la actividad 3	39
Figura 9 Nivel de satisfaccion de la actividad 4	41
Figura 10 Nivel de satisfaccion de la actividad 5	42
Figura 11 Nivel de satisfaccion de la actividad 6	44
Figura 12 Nivel de satisfaccion de la actividad 7	45
Figura 13 Nivel de satisfaccion de la actividad 8	47
Figura 14 Nivel de satisfaccion de la actividad 9	48
Figura 15 Nivel de satisfaccion con las actividades	50
Figura 16 Nota de venta banner	64
Figura 17 Nota de venta decoracion	65

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Constancias de conformidad del asesor	61
Anexo 2 Constancias de conformidad del asesor	62
Anexo 3 Constancia de conformidad de la I.E.I. 317 “Santa Adriana”	63
Anexo 4 Nota de venta N001–00002803	64
Anexo 5 Nota de venta por “ANDREAS PARTY”	65
Anexo 6 Declaración jurada de la actividad N°1	66
Anexo 7 Declaración jurada de la actividad N°2.....	67
Anexo 8 Declaración jurada de la actividad N°3.....	68
Anexo 9 Declaración jurada de la actividad N°4.....	69
Anexo 10 De jurada de la actividad N°5.....	70
Anexo 11 Declaración jurada de la actividad N°6.....	71
Anexo 12 Declaración jurada de la actividad N°7.....	72
Anexo 13 Declaración jurada de la actividad N°8.....	73
Anexo 14 Declaración jurada de la actividad N°9.....	74
Anexo 15 Diagrama de flujo del taller de la actividad N°4	75
Anexo 16 Diagrama de flujo del taller de la actividad N°5	76
Anexo 17 Diagrama de flujo del taller de la actividad N°6	77
Anexo 18 Diagrama de flujo del taller de la actividad N°7	78
Anexo 19 Diagrama de flujo del taller de la actividad N°8	79
Anexo 20 Diagrama de flujo del taller de la actividad N°9.....	80
Anexo 21 Evaluación de entrada de conocimientos de la actividad N°1 y actividad N°9...81	
Anexo 22 Fotografía realizada de la actividad N°1	83
Anexo 23 Fotografía realizada de la actividad N°2	83
Anexo 24 Fotografía realizada de la actividad N°3	84
Anexo 25 Fotografía realizada de la actividad N°4	84
Anexo 26 Fotografía realizada de la actividad N°5	85
Anexo 27 Fotografía realizada de la actividad N°6	85
Anexo 28 Fotografía realizada de la actividad N°7	86
Anexo 29 Fotografía realizada de la actividad N°8	86
Anexo 30 Fotografía realizada de la actividad N°9	87
Anexo 31 Fotografía del cierre y clausura del proyecto	87

RESUMEN

En la región de Puno, la ciudad de Juliaca presenta altos índices de anemia infantil asociados a inadecuados hábitos alimentarios y limitado conocimiento sobre nutrición familiar. Frente a esta problemática, se desarrolló un proyecto de intervención social en la I.E.I. N.º 317 “Santa Adriana”, con el propósito de fortalecer hábitos alimenticios saludables en los padres de familia mediante el desarrollo de talleres de alimentación y cocina creativa. El proyecto tuvo como objetivos diagnosticar los conocimientos, prácticas y necesidades de las familias respecto a la alimentación saludable; capacitar en la planificación y elaboración de dietas y loncheras nutritivas; y evaluar el impacto de las capacitaciones en los hábitos alimentarios del hogar. Para ello, se aplicaron encuestas, talleres participativos y evaluaciones sensoriales, que permitieron medir el aprendizaje y los cambios en las prácticas alimentarias. Los resultados evidenciaron mejoras significativas en los conocimientos, actitudes y habilidades culinarias de los padres. Asimismo, se observó mayor comprensión sobre la importancia del hierro y los nutrientes esenciales para la prevención de la anemia infantil, así como un mayor compromiso en la promoción de hábitos saludables en el hogar. Se concluye que el proyecto contribuyó de manera efectiva al fortalecimiento de capacidades alimentarias y nutricionales, promoviendo la creatividad culinaria, la alimentación balanceada y la prevención de la anemia como pilares para mejorar la calidad de vida de la comunidad educativa.

Palabras clave: alimentación, hábitos, saludables, cocina, creativa

INTRODUCCIÓN

El presente informe se desarrolla en el marco del proyecto “Fortalecimiento y desarrollo de talleres en alimentación, cocina creativa y hábitos alimenticios saludables en los padres de familia de la Institución Educativa Inicial N.º 317 ‘Santa Adriana’, Juliaca – Puno, 2025”. Esta iniciativa constituye una experiencia formativa orientada a mejorar los conocimientos y habilidades de los padres en nutrición, preparación de alimentos saludables y promoción de estilos de vida equilibrados. Su importancia radica en el impacto que tiene en la salud infantil, especialmente en la prevención de la anemia, problemática persistente en la región de Puno. El proyecto se enmarca en las actividades de proyección social de la Escuela Profesional de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional de Juliaca, dentro de la línea de intervención sobre seguridad alimentaria, conservación de alimentos y nutrición saludable, articulando el conocimiento académico con las necesidades reales de la comunidad.

Las actividades desarrolladas se centraron en fortalecer capacidades relacionadas con la manipulación segura de alimentos, la selección adecuada de ingredientes nutritivos y la elaboración de menús balanceados mediante la cocina creativa. Asimismo, se promovió el uso de productos locales ricos en hierro y otros micronutrientes esenciales, impulsando hábitos alimentarios que contribuyan a disminuir la anemia y mejorar la calidad de vida de las familias. El proyecto tuvo como objetivo principal brindar herramientas prácticas y conocimientos aplicables que permitan a los padres adoptar una alimentación saludable y sostenible para sus hijos. Para ello, se implementaron talleres participativos, demostraciones culinarias, encuestas y evaluaciones sensoriales que facilitaron medir el aprendizaje y la aceptación de las actividades.

La estructura del informe se organiza en cuatro capítulos. El Capítulo I presenta la revisión bibliográfica y el marco teórico relacionado con nutrición infantil y hábitos saludables. El Capítulo II describe los materiales y métodos utilizados en la ejecución del proyecto. En el Capítulo III se exponen los resultados, las actividades realizadas y el análisis del impacto en la comunidad educativa. Finalmente, el Capítulo IV incluye el cronograma, los costos, las conclusiones, recomendaciones y anexos, los cuales evidencian el aporte significativo del proyecto al fortalecimiento de capacidades en los padres y al compromiso social asumido por los estudiantes de la Universidad Nacional de Juliaca.

CAPÍTULO I

REVISION DE LITERATURA

1.1. MARCO TEÓRICO

1.1.1. Alimentación

La alimentación es satisfacer el apetito o proporcionar nutrición; también puede ser una fuente de placer y una parte integral de nuestras relaciones personales, familiares y de negocios. Las preferencias alimentarias similares pueden fortalecer las relaciones sociales y emocionales. Una alimentación adecuada a menudo depende de una nutrición adecuada, y solo en algunos casos pueden producirse cambios individuales debido a procesos patológicos, aunque el aporte nutricional sea suficiente tanto cuantitativa como cualitativamente. La nutrición, que estudia la relación real entre alimentación, salud y enfermedad, es la ciencia que conecta estos dos conceptos. La alimentación en los universitarios presenta un desafío debido a los cambios significativos en su estilo de vida (Alania, 2023).

1.1.2 Alimentos locales

El consumo de alimentos pura y exclusivamente naturales es una práctica saludable que se hecho costumbre en las familias rurales del distrito de Samán, ubicado en la provincia de Azángaro, región Puno, de esa manera evitaran que sus hijos padezcan de desnutrición y anemia. Los productores locales cultivan también papa y quinua orgánica, cuyos excedentes los comercializan en los mercados locales, La crianza de animales menores como el cuy y gallinas ponedoras, es otro de los emprendimientos rurales que promueve el proyecto Haku Wiñay, a fin de garantizar la seguridad alimentaria dentro de la política pública que promueve el Estado (Andina, 2019).

1.1.3 Grupos de alimentos

Para que una alimentación sea saludable, debe incluir una variedad de alimentos y estar bien equilibrada, con el fin de favorecer la salud y evitar enfermedades relacionadas con la nutrición. Hablar de una alimentación variada implica preparar diariamente comidas que contengan distintos tipos de alimentos, ya sea en casa o en la escuela. Por otro lado, una alimentación equilibrada se refiere a que los menús deben contener los nutrientes esenciales que el organismo necesita para llevar a cabo sus funciones vitales (Serafin, 2012).

Ministerio de Salud (MINSa) clasifica: “Los alimentos en seis grupos principales:

- a) Lácteos y derivados: Son alimentos con un alto aporte de proteínas y calcio.

- b) Carnes, pescados y huevos: Son alimentos con un alto aporte de proteínas, considerados constructores.
- c) Legumbres, tubérculos, raíces y frutas secas: Son alimentos que aportan energía a las células debido a su alta presencia de hidratos de carbono.
- d) Vegetales: Son alimentos ricos en vitaminas y minerales, así como en contenido de agua y fibra.
- e) Frutas: Son alimentos que contienen una gran cantidad de líquido y micronutrientes.
- f) Cereales: Son alimentos con un alto aporte energético. Los cereales integrales presentan un aumento del contenido de fibra.
- g) Manteca y aceites: Son alimentos que aportan energía a través de los ácidos grasos.”

1.1.4 Alimentación Saludable

Una alimentación es saludable cuando es variada, equilibrada y esto ayuda a mantener una buena salud, disminuyendo la probabilidad de desarrollar enfermedades cardiovasculares, diabetes, anemias y otras enfermedades (Andres, 2017).

1.1.5 Características de una alimentación saludable

Enseñar a los niños a alimentarse de forma saludable desde pequeños no solo les proporciona la energía y los nutrientes que necesitan en su día a día, sino que también les ayuda a adquirir hábitos que mantendrán a lo largo de su vida. Conocer los principios básicos de una dieta equilibrada es esencial para garantizar que su alimentación sea variada, adecuada y adaptada a sus necesidades específicas en cada etapa de crecimiento. La alimentación saludable debe reunir las siguientes características:

- a) Ser variada: No existe un solo alimento que proporcione todos los nutrientes esenciales que el cuerpo necesita, por lo que es fundamental consumir diariamente una variedad de alimentos de distintos grupos, en las proporciones adecuadas, para satisfacer las necesidades fisiológicas del organismo. La diversidad alimentaria permite compensar posibles carencias de un nutriente específico a través del aporte de otros alimentos incluidos en la dieta. Además, una alimentación variada puede

reducir el efecto de sustancias tóxicas presentes de forma natural o artificial en algunos alimentos (Continente, 2016).

- b) Ser equilibrada y adecuada: Las cantidades y tipos de alimentos seleccionados deben ajustarse para promover una alimentación variada, de manera que esta cubra adecuadamente los requerimientos nutricionales de cada individuo, teniendo en cuenta sus características personales y su situación específica (Continente, 2016).
- c) Ser saludable: Una alimentación saludable combina la variedad, el equilibrio y la adecuación nutricional, y se integra con los principios de un estilo de vida sano (Continente, 2016).

1.1.6 Cocina

La Gerencia de Desarrollo Humano y Participación Ciudadana a través de la Subgerencia de Programas Sociales, llevó a cabo el "Concurso de Platos Saludables", entre los 51 comedores populares de los distintos distritos de la provincia de Puno y en conmemoración del Día de la Alimentación Saludable, recordado cada 16 de octubre. Con el objetivo de sensibilizar a las familias puneñas sobre la importancia de incorporar alimentos saludables en su dieta y promover hábitos de alimentación equilibrados, colaboradoras de los comedores populares compitieron con la presentación de platos saludables que incluían una variedad de grupos nutrientes. Entre los platos presentados y ofrecidos a la población se encontraban tortillas de quinua y cañihua, cuy chactado, trucha frita, quispño, entre otros. Por último, la funcionaria hizo énfasis que, desde la Municipalidad de Puno, se viene fortaleciendo las capacidades de los miembros de los comedores populares con capacitaciones sobre las prácticas saludables e inocuas y preparación y combinación de alimentos saludables (Munipuno, 2024)

1.1.7 Nutrición

La nutrición se caracteriza por mantener las medidas antropométricas dentro de parámetros normales, y el estado nutricional adecuado.

En todas sus formas, la malnutrición abarca la desnutrición (emaciación, retraso del crecimiento e insuficiencia ponderal), los desequilibrios de vitaminas o minerales, el sobrepeso, la obesidad, y las enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación (Bellido, 2017)

1.1.8 Estado nutricional

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS) determina al estado nutricional como el estado de salud de una persona en resultado a su nutrición, estilo de vida,

alimentación, condiciones de salud y sociables. La antropometría es una de las mediciones cuantitativas más simples del estado nutricional; su utilidad radica en que las medidas antropométricas son un indicador del estado de las reservas proteicas y de tejido graso del organismo. Se emplea tanto en niños como en adultos. Los indicadores antropométricos nos permiten evaluar a los individuos directamente y comparar sus mediciones con un patrón de referencia generalmente aceptado a nivel internacional y así identificar el estado de nutrición, diferenciando a los individuos nutricionalmente sanos de los desnutridos, con sobre peso y obesidad (Hernández, 2004).

Los indicadores antropométricos más comunes que conocemos son:

- a) peso-talla,
- b) talla-edad en niños,
- c) peso-edad,
- d) medición de circunferencia de cintura y de cadera en adultos y
- e) índice de masa corporal.

Las ventajas de los indicadores antropométricos entre otros son:

- a) no invasivos
- b) accesible y fáciles de ejecutar
- c) equipo barato para realizarlo.

Entre sus desventajas podemos citar:

- a) requieren de personal capacitado
- b) su confiabilidad depende de la precisión y exactitud.

1.1.9 Evaluación nutricional

La evaluación del estado nutricional se define como la acción de calcular y apreciar la condición en la que se encuentre una persona con respecto al tipo de nutrición que lleva (Catacora, 2021).

La evaluación nutricional es una manera eficaz para determinar si cumple los requerimientos nutricionales de una persona, Se puede manejar de formas: antropométricas, dietéticas, bioquímicas, clínica e inmunológica (Bellido, 2017).

1.1.10 Desnutrición

Durante el primer trimestre de 2024, la desnutrición crónica infantil afectó al 12,2% de los niños menores de cinco años en el Perú, evidenciando una persistencia preocupante de esta

condición en la primera infancia. Aunque se han logrado avances en años anteriores, los datos recientes indican retrocesos en algunas regiones y ámbitos geográficos, lo que pone en relieve la necesidad de reforzar las estrategias de intervención multisectorial (Comexperu, 2024).

1.1.11 Anemia

Según la última encuesta demográfica y de salud familiar (ENDES), realizada por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), el 70,4% de los niños de tres años en la región Puno sufren de anemia, lo que la convierte en la zona con la mayor prevalencia a nivel nacional. Le sigue Ucayali, con un 59,4%, evidenciando la urgente necesidad de reforzar las intervenciones en salud infantil en estas regiones (INEI, 2024).

1.1.12 Desarrollo nutricional

La infancia es una etapa crítica en la vida de cualquier persona, en la que se producen cambios profundos a nivel físico, cognitivo y emocional. Una nutrición adecuada durante estos primeros años no solo permite alcanzar un crecimiento y desarrollo óptimos, sino que también sienta las bases para una buena salud en la edad adulta. A través de una alimentación equilibrada y variada, se favorece el desarrollo del cerebro, el fortalecimiento del sistema inmunológico y la adquisición de hábitos saludables que perdurarán a lo largo de toda la vida. Seguir una alimentación adecuada en la infancia es fundamental para asegurar un crecimiento y desarrollo correctos, favorecer un buen rendimiento físico y mental, fortalecer la salud y facilitar una mejor recuperación en caso de enfermedad (Rodríguez, 2017).

1.1.13 Hábitos alimenticios en niños de inicial

La dieta de las niñas y los niños se caracteriza por un consumo frecuente de alimentos ultraprocesados y un consumo de frutas y verduras menor de lo esperado. Se encontraron relaciones entre las prácticas parentales de alimentación responsivas y el consumo de alimentos saludables en los hijos, así como entre las prácticas autoritarias y permisivas con el consumo frecuente de alimentos ultraprocesados. El nivel de conocimiento nutricional de los padres no se relacionó con la dieta de las niñas y los niños; sin embargo, se encontró una relación entre las prácticas parentales responsivas, un bajo nivel de conocimientos nutricionales de los padres y una baja frecuencia de consumo de frutas y verduras en los hijos (Murillo, 2023).

1.1.14 Pobreza alimentaria infantil

En todo el mundo, millones de padres y familias intentan darles a los niños un alimento nutritivo y diverso, es necesario crecer, desarrollar y aprender no más que tus opciones. La creciente desigualdad, conflictos y crisis climática combinadas con crecimiento precios de los alimentos, abundancia de alimentos no son una estrategia saludable y dañina para comercializar la comida y las malas prácticas de alimentación para bebés son condenar a millones de niños por la pobreza alimentaria (UNICEF, 2024).

1.1.15 Rol de los padres

Los padres deben atender la alimentación de sus hijos, brindarles una vida sana, proveerles con actividades físicas, iniciarlos en la práctica del deporte y, sobre todo, ofrecerles amor y cariño. Las conductas alimentarias en el hogar muchas veces son imitadas por los niños. Por ello, los padres deben promover el consumo de alimentos saludables, utilizar técnicas culinarias sanas en la elaboración de alimentos, y educar al niño en conductas alimentarias saludables (Tamara, 2021).

1.1.16 Rol de los padres

Los padres deben atender la alimentación de sus hijos, brindarles una vida sana, proveerles con actividades físicas, iniciarlos en la práctica del deporte y, sobre todo, ofrecerles amor y cariño. Las conductas alimentarias en el hogar muchas veces son imitadas por los niños. Por ello, los padres deben promover el consumo de alimentos saludables, utilizar técnicas culinarias sanas en la elaboración de alimentos, y educar al niño en conductas alimentarias saludables (Tamara, 2021).

1.1.17 Higiene y manipulación de los alimentos

La higiene y manipulación de los alimentos es responsabilidad de todos (quienes manipulan los alimentos). Se trata de una disciplina que vela por la seguridad de los alimentos además de por sus propiedades organolépticas. (Vasquez, 2021)

1.1.18 Enfermedades transmitidas por alimentos

Las Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA) son el síndrome causado por la ingestión de alimentos y/o agua con agentes etiológicos en cantidades suficientes que tengan un impacto en la salud de los consumidores a nivel individual o colectivo. Además, las enfermedades relacionadas con el consumo de agua son las causadas por el agua contaminada con desechos animales, humanos o químicos. El cólera, la fiebre tifoidea, la

disentería, la polio, la meningitis y las hepatitis A y E son enfermedades transmitidas por el agua. (Cisne, 2020)

1.2 ANTECEDENTES

1.2.1 Internacionales

Según Sánchez et al., (2022) realizó una evaluación de impacto de una intervención educativa interdisciplinaria dirigida a profesionales de la salud en la Ciudad de México, con el objetivo de mejorar el tratamiento de la desnutrición infantil leve a moderada. El estudio, de tipo cuasi experimental con diseño pre y post-test, se llevó a cabo en el Hospital Pediátrico de Coyoacán entre enero y junio de 2022, con la participación de 78 profesionales divididos en un grupo de intervención (39) y uno de comparación (37). Para medir el impacto de las charlas, se aplicó un cuestionario validado por la FAO adaptado al contexto de la desnutrición infantil, evaluando conocimientos, actitudes y prácticas (KAP) antes, después y dos meses tras la intervención. Los resultados mostraron un aumento significativo en el grupo de intervención, con puntuaciones que pasaron de 54.6 a 79.2 ($p=0.0001$), manteniéndose en 71.8 a los dos meses, mientras que el grupo de comparación presentó cambios mínimos; además, se evidenció que la probabilidad de mejorar en un 30% el aprendizaje fue 95 veces mayor en el grupo intervenido.

Según Ekhlas et al., (2022) donde se realizó un estudio cuasi-experimental con diseño pre/post y dos grupos en Sennar, Sudán, con el objetivo de evaluar el impacto de un Programa de Educación Nutricional (NEP) en el conocimiento y las prácticas maternas sobre el cuidado nutricional de niños menores de dos años. La intervención se evaluó mediante entrevistas personales aplicando un cuestionario validado, que incluía datos sociodemográficos, 30 ítems sobre conocimientos en lactancia, alimentación complementaria y métodos de alimentación, y 8 preguntas para medir prácticas maternas. Los resultados evidenciaron una mejora significativa en el grupo experimental tras la intervención, demostrando que el NEP fue efectivo para aumentar tanto el conocimiento como las prácticas nutricionales maternas, con diferencias estadísticamente significativas entre las puntuaciones pre y post-test.

1.2.2 Nacionales

Según Correa & Macas, (2022) se desarrolló una tesis con el objetivo de determinar el nivel de prácticas alimentarias en madres de niños menores de 5 años con anemia atendidos en el Centro de Salud Namballe, Cajamarca. Se empleó una metodología descriptiva con enfoque cuantitativo y diseño no experimental de corte transversal, utilizando encuestas y un

cuestionario validado de 20 preguntas que evaluó dos dimensiones: "clase y adición de alimentos" y "características de la alimentación", clasificando los resultados en niveles bajo, regular y alto. Los hallazgos revelaron que el 74% de las madres presentaban un nivel bajo en la dimensión de clase y adición de alimentos, y el 70% un nivel regular en las características de la alimentación; en términos generales, el 52% tenía un nivel regular en sus prácticas alimentarias y solo el 30% alcanzaba un nivel alto.

Según Ortiz & Velarde, (2018), donde realizaron una investigación aplicada con diseño experimental, cuyo objetivo principal fue demostrar la influencia del taller "ALIN" en la mejora de los hábitos de alimentación saludable en niños y niñas de 4 años de la I.E. N° 215-2018. La metodología incluyó la aplicación de un pre-test y un post-test a un grupo de 28 niños. Para medir el impacto del taller, se utilizó una escala valorativa como instrumento de investigación, la cual fue aplicada a los participantes con el fin de evaluar sus hábitos alimenticios. Los resultados obtenidos mostraron que, antes de la aplicación del taller "ALIN", el 46.9% de los niños se encontraba en un nivel de inicio respecto al desconocimiento de alimentos nutritivos; sin embargo, tras la intervención, el 68.6% de los niños alcanzó un nivel logrado en el reconocimiento de buenos hábitos alimenticios, indicando una diferencia significativa en la mejora de estos hábitos.

Según el estudio realizado por (Janampa, 2019), se analizaron las medidas de seguridad alimentaria aplicadas en el restaurante La Caribeña, con el objetivo de asegurar que los alimentos preparados sean seguros y de buena calidad. La investigación combinó métodos cuantitativos y cualitativos, y reveló que tanto los empleados como el dueño tienen conocimientos adecuados sobre las normas de higiene y los procedimientos correctos en la preparación de alimentos. Esto es especialmente importante para las familias, ya que demuestra que el restaurante toma en serio la salud de sus clientes. Para los padres, saber que los alimentos servidos a sus hijos han sido preparados siguiendo buenas prácticas de seguridad es un aspecto fundamental al momento de elegir dónde comer. El estudio concluye que existe una relación clara entre la aplicación de medidas de seguridad alimentaria y la obtención de alimentos inocuos, es decir, libres de riesgos para la salud. Esto garantiza que tanto niños como adultos puedan disfrutar de sus comidas con confianza, sabiendo que se están cuidando aspectos esenciales como la limpieza, el manejo adecuado de los ingredientes y la prevención de contaminaciones.

1.2.3 Locales

Soncco et al., (2018), en Yocará, Puno, Perú, se implementó el programa “Niños Felices Sin Anemia (NFSA)” con el objetivo de reducir los niveles de anemia y mejorar los conocimientos y prácticas alimenticias saludables en escolares de 6 a 12 años y sus padres. Durante seis meses se desarrollaron capacitaciones sobre nutrición y deficiencia de hierro dirigidas a padres, complementadas con el consumo de pan fortificado con quinua y habas por parte de los niños. Para medir el impacto, se evaluó la concentración de hemoglobina mediante colorimetría en sangre capilar y se aplicó un instrumento validado para medir conocimientos y prácticas familiares, observándose un aumento significativo de hemoglobina (0.51 g/dl, $p < 0.05$), una reducción de la anemia leve del 25.5% al 2.3% y moderada del 18.6% al 7%, así como un incremento notable en los conocimientos de los padres (de 1.96 a 9.38 puntos), demostrando la eficacia del programa educativo.

CAPÍTULO II

MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. ENFOQUE

Se empleó un diseño preexperimental cuantitativo (pre y post) para el desarrollo de este proyecto. Esta elección metodológica permitió medir el cambio en los conocimientos y habilidades de los participantes, demostrando así el impacto directo de las intervenciones en el fortalecimiento de capacidades.

2.2. TÉCNICAS

La recolección de información se basó en técnicas diseñadas que permitieron recopilar datos objetivos y confiables sobre el efecto de los talleres y capacitaciones. Para ello, se diseñaron instrumentos que permitieron cuantificar el nivel de conocimiento de los participantes y registrar el impacto de las actividades.

Como principal instrumento, se utilizó la encuesta estructurada en un formato bifásico. La primera aplicación fue un test diagnóstico previo a las intervenciones, enfocado en registrar los conocimientos y practicas iniciales de los participantes sobre alimentación saludable y cocina creativa. La segunda aplicación fue un test de diagnóstico posterior a las charlas y talleres, se realizó al concluir las actividades, destinada a recopilar información sobre el impacto de los temas y la utilidad práctica de lo aprendido. Este diseño facilitó la obtención de resultados cuantitativos y comparables para el análisis.

Por último, se realizó también test previos y test posteriores (en este test posterior se incluye el nivel de satisfacción por cada sesión) en cada actividad, las encuestas realizadas fueron de acuerdo al tema planificado para cada sesión. Esta técnica permitió conocer cuánto sabían los participantes de un tema específico y cuanto mejoró su conocimiento luego de la capacitación. Estas evaluaciones permitieron conocer el impacto de cada actividad desarrollada.

2.3. INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

De manera coherente con las técnicas seleccionadas, se procedió al diseño y uso de instrumentos específicos. Estos permitieron la recolección de la información necesaria de una forma sistemática y organizada.

- Cuestionario de conocimientos previos a las actividades: Este instrumento fue elaborado con preguntas cerradas relacionadas a los temas de las capacitaciones. Se aplicó antes del inicio de las capacitaciones, con la finalidad de identificar el nivel

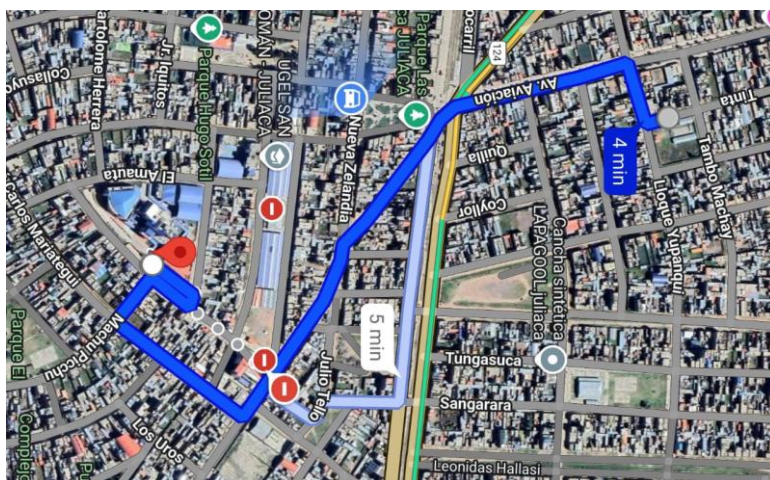
inicial de saberes de los participantes y establecer una línea de base para la comparación posterior.

- Cuestionario de conocimientos posteriores a las actividades: Similar al anterior, pero aplicado al finalizar el ciclo de capacitaciones. Este instrumento de preguntas cerradas se empleó con el propósito de medir los conocimientos adquiridos por los participantes y contrastarlos con la línea de base inicial. De esta manera, se cuantificó el nivel de aprendizaje y el impacto directo de la intervención.
- Ficha de evaluación de conocimientos por sesión: Instrumento diseñado para el monitoreo constante de los aprendizajes. Se aplicó al iniciar y finalizar cada sesión o taller individual y contenía ítems específicos relacionados únicamente con los temas cubiertos en esa jornada. Su función era verificar la asimilación inmediata de los contenidos.

2.4. LUGAR DONDE SE HA DESARROLLADO LA INTERVENCIÓN

Figura 1

Ruta de Universidad Nacional de Juliaca (Urb. la capilla) hasta la I.E.I. Santa Adriana 317 por vía terrestre.



Fuente: Adaptado de Google Maps con coordenadas -15.482623,-70.153035

El proyecto se ejecutó en la I.E.I. Santa Adriana 317 ubicado en la intersección de Jr. Tinta con Jr. Lloque Yupanqui, urbanización Cincuentenario Kankollani, distrito de Juliaca, provincia San Román, departamento de Puno. En dicha institución se llevó a cabo las capacitaciones y talleres de hábitos alimenticios saludables y cocina creativa.

2.5. NÚMERO DE BENEFICIARIOS

El proyecto de proyección social contó con la participación de un total de 103 beneficiarios directos, entre padres y madres de familia de los niños matriculados en la institución.

Tabla 1

Población beneficiaria directa

Grado	Sección	Género	Total
3 años	“A”	Hombres	9
		Mujeres	5
4 años	“A”	Hombres	10
		Mujeres	10
4 años	“B”	Hombres	14
		Mujeres	9
5 años	“A”	Hombres	12
		Mujeres	13
5 años	“B”	Hombres	9
		Mujeres	12
Total			103

Nota: La tabla 1 muestra un total de 103 estudiantes de tres, cuatro y cinco años, con 54 hombres y 49 mujeres, evidenciando una distribución equilibrada entre géneros y una cantidad similar de alumnos en cada sección.

CAPITULO III

OBJETIVOS LOGRADOS

3.1. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN DE RESPONSABILIDAD SOCIAL

Según resolución de consejo de comisión organizadora N° 3990-2024-CCO-UNAJ, el proyecto establece, creación y difusión sobre seguridad alimentaria técnica de conservación de alimentos, nutrición saludable.

3.1.1. De acuerdo al objetivo general

Fortalecer hábitos alimenticios saludables a los padres de familia de la I.E.I. 317 Santa Adriana, mediante el desarrollo de talleres en alimentación y cocina creativa.

- Resultados del objetivo general

Como parte del proceso de evaluación de las actividades ejecutadas en el marco del proyecto “Fortalecimiento y desarrollo de talleres en alimentación, cocina creativa y hábitos alimenticios saludables en los padres de familia de la I.E.I. N.º 317 Santa Adriana – NUTRIKIDS”, se aplicaron encuestas de satisfacción a los padres y madres de familia participantes. Estas encuestas tuvieron como propósito medir la percepción de los beneficiarios respecto a la calidad, pertinencia y utilidad de los talleres desarrollados, así como su grado de satisfacción en relación con los contenidos impartidos sobre alimentación equilibrada, cocina creativa y hábitos alimenticios saludables. De igual modo, los resultados permiten evaluar el cumplimiento del objetivo general y los objetivos específicos del proyecto, identificando el nivel de impacto alcanzado en la adquisición de conocimientos, la mejora de prácticas alimentarias y la apropiación de estrategias para una nutrición familiar más saludable.

Tabla 2*Comparación de frecuencias absolutas y relativas*

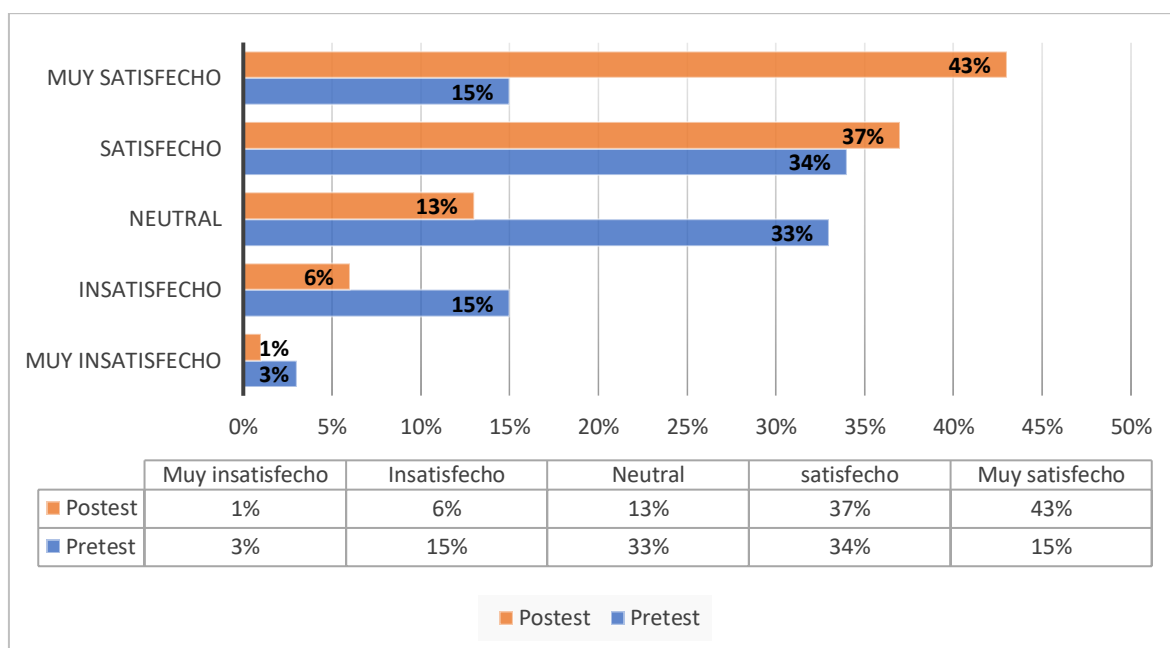
	Pretest		Postest	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy insatisfecho	3	3%	1	1%
Insatisfecho	15	15%	6	6%
Neutral	34	33%	14	13%
Satisfecho	35	34%	38	37%
Muy satisfecho	16	15%	44	43%
Total	103	100%	103	100%

Nota: La Tabla 2 muestra los datos obtenidos a partir del levantamiento de información realizado en dos momentos: previo y posterior a la intervención desarrollada.

Interpretación: La tabla 2 muestra los resultados obtenidos. Los resultados del pretest y postest aplicados a 103 padres muestran un cambio positivo tras la intervención educativa. En el pretest predominaban respuestas Neutral (33%), Satisfecho (34%) y Muy satisfecho (15%), mientras que un 18% presentó baja satisfacción. Esto reflejaba indecisión y conocimientos limitados sobre alimentación saludable y preparación de loncheras. Tras la intervención, se observa una mejora evidente en las percepciones. La categoría Satisfecho aumentó de 34% a 37% y Muy satisfecho creció de 15% a 43%. La categoría Neutral disminuyó drásticamente de 33% a 13%. Las percepciones desfavorables bajaron de 18% a solo 7%, evidenciando mayor claridad y satisfacción.

Figura 2

Comparación de valores del Pretest y Postest



Interpretación: La figura 2 se evidencia un cambio notable en las percepciones de los padres tras la intervención educativa. En el pretest, predominaban respuestas Neutral (33%), Satisfecho (34%) y Muy satisfecho (15%), mientras un 18% mostró percepciones negativas. Estos resultados reflejaban conocimientos moderados y algunas dudas sobre prácticas de alimentación saludable. En el postest, las categorías Satisfecho (37%) y Muy satisfecho (43%) sumaron 80%, mostrando una clara mejora y mayor seguridad. Asimismo, la categoría Neutral bajó a 13% y las valoraciones negativas a 7%, evidenciando una reducción significativa de percepciones desfavorables.

3.1.2. De acuerdo a los objetivos específicos

- Resultados del objetivo específico 1:

Tabla 3

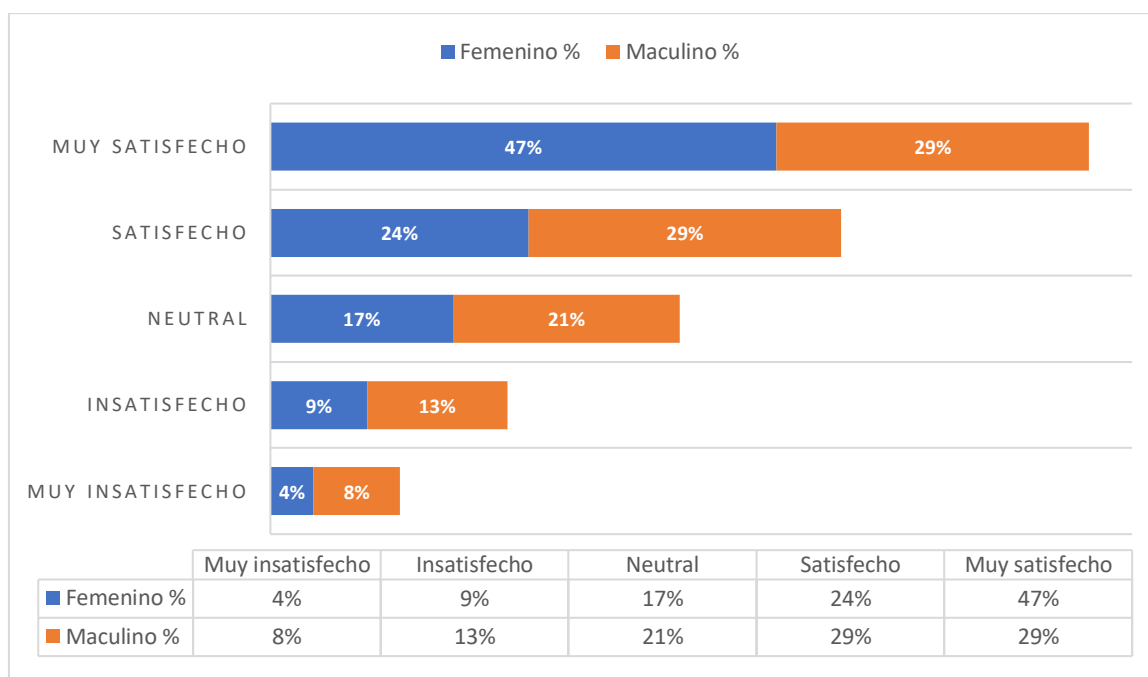
Nivel de satisfacción con las actividades según al objetivo específico 1

Niveles	Femenino		Masculino			Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	
Muy insatisfecho	3	4%	2	8%	5	5%	
Insatisfecho	7	9%	3	13%	10	10%	
Neutral	13	17%	5	21%	18	18%	
Satisfecho	19	24%	7	29%	26	25%	
Muy satisfecho	37	47%	7	29%	44	43%	
Total	79	100%	24	100%	103	100%	

Nota: Tanto mujeres como hombres presentan altos niveles de satisfacción respecto a las actividades realizadas, destacando que el mayor porcentaje en ambos grupos corresponde a la categoría “Muy satisfecho” (47% en mujeres y 29% en hombres). Esto refleja una tendencia predominantemente positiva, aunque las mujeres manifiestan una valoración más elevada en comparación con los hombres, quienes muestran una satisfacción moderadamente alta.

Figura 3

Resultados del objetivo específico 1



Interpretación: La Figura 3 muestra que la mayoría de los padres de familia manifiestan niveles altos de satisfacción. En las madres, el 71% se ubica en las categorías “satisfecho” y “muy satisfecho”, mientras que en los padres este porcentaje alcanza el 58%. Los niveles de insatisfacción son bajos en ambos grupos, con 13% en mujeres y 21% en hombres, y una proporción moderada de respuestas neutras. En general, los resultados evidencian una valoración mayoritariamente positiva de las actividades, sin diferencias significativas entre géneros, lo que sugiere que las estrategias aplicadas fueron pertinentes y bien recibidas.

- Resultados del objetivo específico 2

Tabla 4

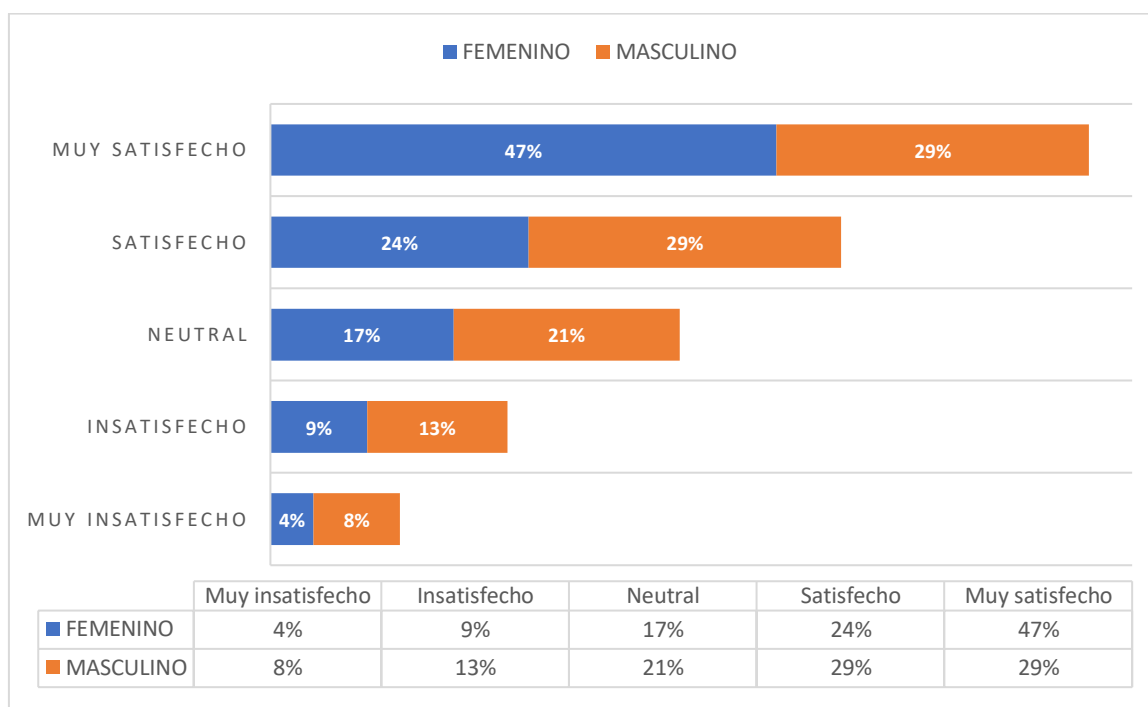
Niveles de satisfacción de los padres de familia respecto a la capacitación sobre dietas y loncheras saludables

Niveles	Femenino		Masculino		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy insatisfecho	3	4%	2	8%	5	5%
Insatisfecho	8	9%	2	13%	10	10%
Neutral	14	17%	6	21%	20	18%
Satisfecho	16	24%	6	29%	22	25%
Muy satisfecho	38	47%	8	29%	46	43%
Total	79	100%	24	100%	103	100%

Nota: La tabla 3 demuestra una alta satisfacción global (68%) respecto a la capacitación sobre dietas y loncheras saludables, siendo mayor la valoración positiva en las madres (71%) que en los padres (58%). Con solo un 15% de insatisfacción, se concluye que la actividad fue efectiva y bien recibida por la mayoría.

Figura 4

Resultados del objetivo específico 2



Interpretación: La figura evidencia que los padres de familia presentan un alto nivel de satisfacción respecto a la capacitación sobre dietas y loncheras saludables. En el grupo femenino, el 71% se ubica entre los niveles de “satisfecho” y “muy satisfecho”, mientras que en el grupo masculino este porcentaje alcanza el 58%. Los niveles de insatisfacción son reducidos en ambos casos, con 13% en mujeres y 21% en hombres, y las respuestas neutrales representan porcentajes moderados (17% y 21%, respectivamente). En conjunto, los resultados muestran que la capacitación fue bien valorada por ambos grupos, sin diferencias significativas entre géneros, lo que indica que las estrategias aplicadas fueron efectivas y comprendidas por la mayoría de los participantes.

- Resultados del objetivo específico 3

Tabla 5:

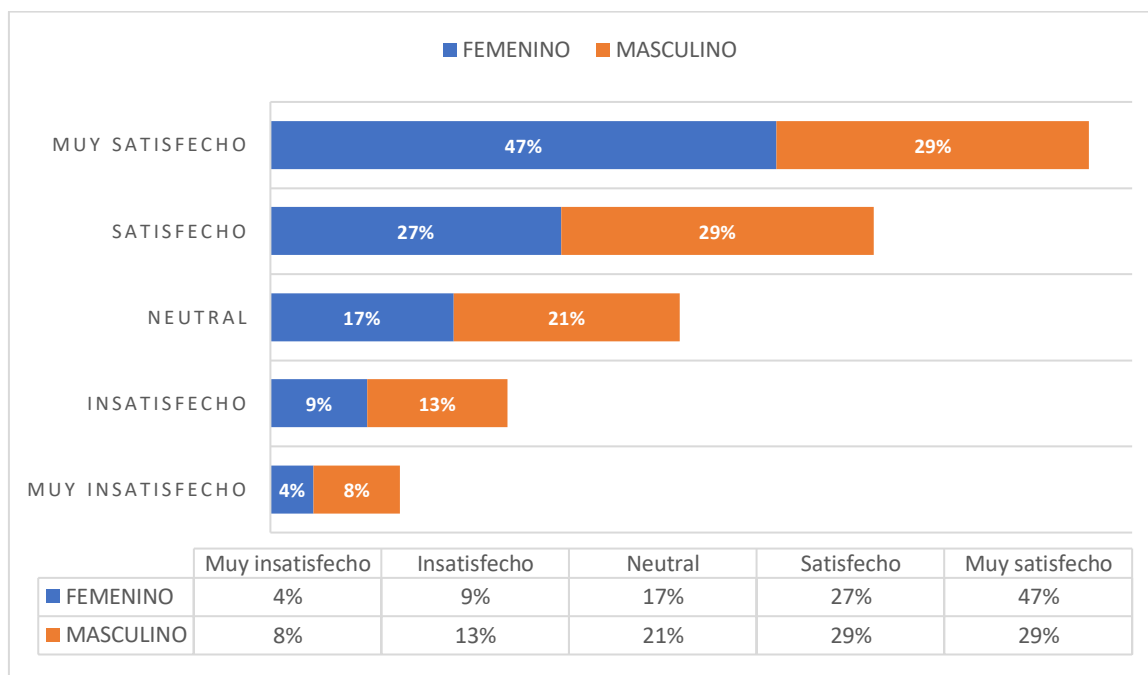
Impacto de las capacitaciones en dietas, loncheras y hábitos alimenticios saludables en los padres de familia.

Niveles	Femenino		Masculino			Total
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy insatisfecho	3	4%	2	8%	5	5%
Insatisfecho	7	9%	3	13%	10	10%
Neutral	13	17%	5	21%	18	18%
Satisfecho	19	24%	7	29%	26	25%
Muy satisfecho	37	47%	7	29%	44	43%
Total	79	100%	24	100%	103	100%

Nota: La tabla evidencia que la mayoría de padres de familia evaluó positivamente las capacitaciones, alcanzando un 68% de satisfacción total (25% satisfechos y 43% muy satisfechos). Las madres presentan mayor valoración positiva, con 71% de satisfacción, frente al 58% de los padres. Los niveles de insatisfacción son bajos (15% en total). En general, los resultados indican que las capacitaciones tuvieron un impacto favorable en ambos grupos.

Figura 5

Resultados del objetivo específico 3



Interpretación: La figura muestra que la mayoría de los padres de familia perciben de manera positiva el impacto de las capacitaciones, destacando principalmente el nivel “muy satisfecho”, con mayor proporción en mujeres (47%) y una respuesta estable en varones (29%). Los niveles de satisfacción también son elevados en ambos grupos (27% en mujeres y 29% en varones). En contraste, los porcentajes de insatisfacción y muy insatisfecho son bajos, lo que evidencia una valoración global favorable de las capacitaciones realizadas.

3.2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES CRONOLÓGICAMENTE

El proyecto de proyección social “Fortalecimiento y desarrollo de talleres en alimentación, cocina creativa y hábitos alimenticios saludables en los padres de familia de la I.E.I. N.º 317 Santa Adriana – NUTRIKIDS, aprobado mediante la Resolución N.º 399-2024-CCO-UNAJ, se ejecutó desde el 22 de agosto hasta el 17 de octubre de 2025, con un presupuesto aproximado de S/ 1,050.00. La intervención se desarrolló a través de talleres teórico-prácticos orientados al fortalecimiento de conocimientos sobre nutrición, revalorización de cultivos andinos y promoción de hábitos alimentarios saludables en las familias. Participaron 102 padres de familia, quienes mostraron una participación activa en las actividades de capacitación, elaboración de productos alimenticios saludables y evaluación de aprendizajes. El proyecto se caracterizó por su enfoque educativo y participativo, que permitió generar cambios sostenibles en las prácticas alimentarias, contribuyendo a la mejora de la salud y el bienestar familiar dentro de la comunidad educativa.

3.2.1. Actividad 1: Alimentación saludable en la infancia

La primera actividad se realizó el 22 de agosto de 2025, a horas 2:00 p.m. en uno de los ambientes de la institución I.E.I. 317 Santa Adriana-Juliaca con la inauguración y dando la presentación de los integrantes del grupo “NUTRIKIDS” para desarrollar las distintas charlas y talleres de alimentación (ver anexo 6).

Seguidamente el propósito de esta actividad es establecer un clima de confianza y despertar el interés de los participantes, los temas que se trataron en diapositivas:

- Importancia de una alimentación variada y colorida para la salud infantil.
- Como elegir alimentos saludables

3.2.2. Actividad 2: Nutrición en la etapa pre escolar

El 29 de agosto de 2025, a horas 2:00 p.m. en uno de los ambientes de la institución I.E.I. 317 Santa Adriana-Juliaca El objetivo fue conocer el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable y hábitos alimentarios familiares. Se aplicaron encuestas y dinámicas grupales para identificar costumbres, consumo de productos andinos y prácticas de preparación de alimentos. Los resultados mostraron que el 66 % de los padres tenía conocimientos limitados sobre nutrición infantil, lo que permitió planificar talleres adaptados a sus necesidades. Se concluyó que el diagnóstico inicial fue fundamental para orientar las acciones educativas posteriores (ver anexo 6).

3.2.3. Actividad 3: Cultivos andinos y su valor nutricional

El 29 de septiembre de 2025, a horas 2:00 p.m. en uno de los ambientes de la institución I.E.I. 317 Santa Adriana-Juliaca se desarrolló una actividad el cual el objetivo fue promover la importancia de una alimentación equilibrada en los primeros años de vida. Durante la actividad se abordaron temas sobre los grupos de alimentos, la frecuencia de consumo y la prevención de la anemia. Los asistentes mostraron gran interés, realizando preguntas y compartiendo experiencias sobre la alimentación de sus hijos. Se concluyó que la charla permitió sensibilizar a los padres sobre la relevancia de mejorar sus hábitos alimentarios (ver anexo 6).

3.2.4. Actividad 4: Innovación en productos lácteos funcionales

El 12 de septiembre del 2025, a horas 2:00 p.m. en uno de los ambientes de la institución I.E.I. 317 Santa Adriana-Juliaca se desarrolló una actividad el cual el objetivo Enseñar la importancia de la mashua en la dieta por sus propiedades nutricionales. Y Mostrar como el yogur es una fuente esencial de nutrientes y su papel en una alimentación equilibrada, durante la actividad se trataron temas sobre Propiedades nutricionales de la mashua y Yogurt y su Importancia Nutricional. Los beneficiados mostraron mucho interés de aprender sobre

la elaboración de yogurt de mashua aclarando sus dudas. En la cual se concluyó que la charla-taller sensibilizo sobre mejorar la alimentación de sus pequeños hijos (ver anexo 6).

3.2.5. Actividad 5: Alternativas saludables a partir de granos andinos

El 19 de septiembre del 2025, a horas 2:00 p.m. en uno de los ambientes de la institución I.E.I. 317 Santa Adriana-Juliaca se desarrolló una actividad el cual el objetivo fue Analizar y comparar diferentes perfiles de macronutrientes en alimentos comunes. Y Promover y facilitar la incorporación de la cañihua en la dieta diaria. Donde se abordaron temas como Perfil de Macronutrientes y Reconocer los beneficios de la cañihua como grano andino e integrar como alternativa de snack saludable. En tanto los padres beneficiados mostraron Entusiasmo de aprender sobre preparar alimentos con alternativas de granos andinos en snaks, concluyendo con la aclaración de sus dudas e inquietudes (ver anexo 6).

3.2.6. Actividad 6: Preparaciones saludables para niños

El 26 de septiembre del 2025, a horas 2:00 p.m. en uno de los ambientes de la institución I.E.I. 317 Santa Adriana-Juliaca se desarrolló una actividad el cual el objetivo fue Presentar propuestas accesibles para preparar loncheras escolares saludables y atractivas. Y Capacitar a los participantes en la elaboración de loncheras equilibradas. Donde se trataron temas como Ideas creativas para loncheras saludables y Loncheras equilibradas para toda la salud, en tanto los asistentes mostraron entusiasmo de aprender a preparar loncheras saludables para sus hijos y finalizando con la aclaración de sus dudas e interrogantes (ver anexo 6).

3.2.7. Actividad 7: Legumbres como fuente alternativa de proteína

El 03 de octubre del 2025, a horas 2:00 p.m. en uno de los ambientes de la institución I.E.I. 317 Santa Adriana-Juliaca se desarrolló una actividad el cual el objetivo fue Dar a conocer alternativas proteicas basadas en legumbres y Enseñar los beneficios sobre las lentejas y su rol nutricional en una buena alimentación. Donde abordamos temas como Otras fuentes de proteínas a partir de legumbres y Beneficios Nutricionales de las Lentejas, donde los padres de familia tomaron gran interés de la preparación de alimentos con legumbres y finalizo respondiendo sus dudas (ver anexo 6).

3.2.8. Actividad 8: Preparaciones completas y nutritivas

El 10 de octubre del 2025, a horas 2:00 p.m. en uno de los ambientes de la institución I.E.I. 317 Santa Adriana-Juliaca se desarrolló una actividad el cual el objetivo fue Guiar a los participantes en la identificación y selección de fuentes de proteína animal magras, y enseñarles formas saludables de prepararlas. Y Promover el consumo de leguminosas andinas, destacando su riqueza nutricional e integrándolas en la dieta familiar. Donde se

abordaron los temas de Carnes con menor contenido grasa y mayor contenido proteico y Propiedades nutricionales y de las leguminosas, los beneficiados mostraron interés en obtener información sobre las leguminosas y de carnes y finalizando con la aclaración de sus interrogantes (ver anexo 6).

3.2.9. Actividad 9: Bebida funcional para una alimentación saludable

El 17 de octubre del 2025, a horas 2:00 p.m. en uno de los ambientes de la institución I.E.I. 317 Santa Adriana-Juliaca se desarrolló una actividad el cual el objetivo fue Dar a conocer qué son las bebidas funcionales, sus componentes activos y sus beneficios para la salud digestiva, metabólica y general. Y Sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de adoptar hábitos alimentarios saludables. Donde se abordó temas como Bebidas funcionales. Y Estrategias para una alimentación nutritiva y equilibrada. Donde los asistentes mostraron gran interés en aprender a preparar bebidas funcionales y finalizando con la aclaración de sus preguntas y dudas (ver anexo 6).

3.3. DIAGNÓSTICO DE IMPACTO DE LAS ACTIVIDADES

Actividad 1: Selección de alimentos y clasificación según sus colores

Tabla 6

Nivel de satisfacción de la actividad 1

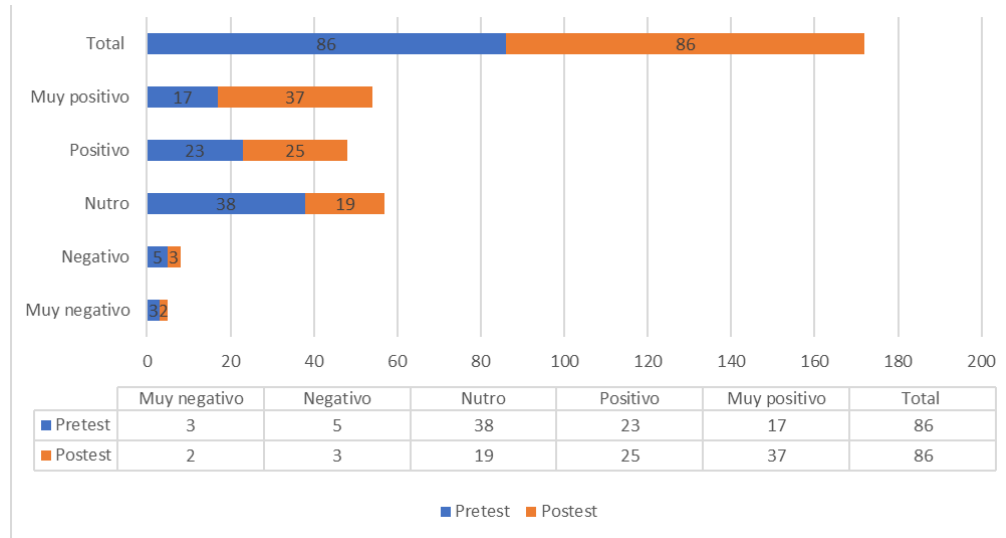
Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	3	3%	2	2%	5	3%
Negativo	5	6%	3	3%	8	5%
Neutro	38	44%	19	22%	57	33%
Positivo	23	27%	25	29%	48	28%
Muy positivo	17	20%	37	43%	54	31%
Total	86	100%	86	100%	172	100%

Interpretación: Los resultados demuestran que la actividad fue exitosa, logrando un aumento considerable en la satisfacción de los participantes. Se observa que la indecisión inicial disminuyó notablemente, ya que el 44% de respuestas neutras en el Pretest bajó al 22% en el Postest. Esta tendencia se desplazó hacia una valoración mucho más favorable: al

finalizar, el 72% de los participantes se mostró satisfecho (sumando los niveles positivo y muy positivo), destacando especialmente el nivel "Muy positivo", que saltó del 20% al 43%. En contraste, la insatisfacción fue mínima, representando solo el 5% al final del proceso.

Figura 6

Nivel de satisfacción con la actividad 1



Interpretación: En general, los resultados reflejan una percepción mayormente neutral o muy positiva frente a la evaluación tomada. El grupo Pos-test mostró una tendencia más favorable, ya que la mayoría se ubicó en las categorías “muy positivo” y “positivo”, mientras que el grupo pre-test presentó una postura más neutra, predominando las respuestas “neutro” y “positivo”.

Actividad 2: Macronutrientes y micronutrientes

Tabla 7

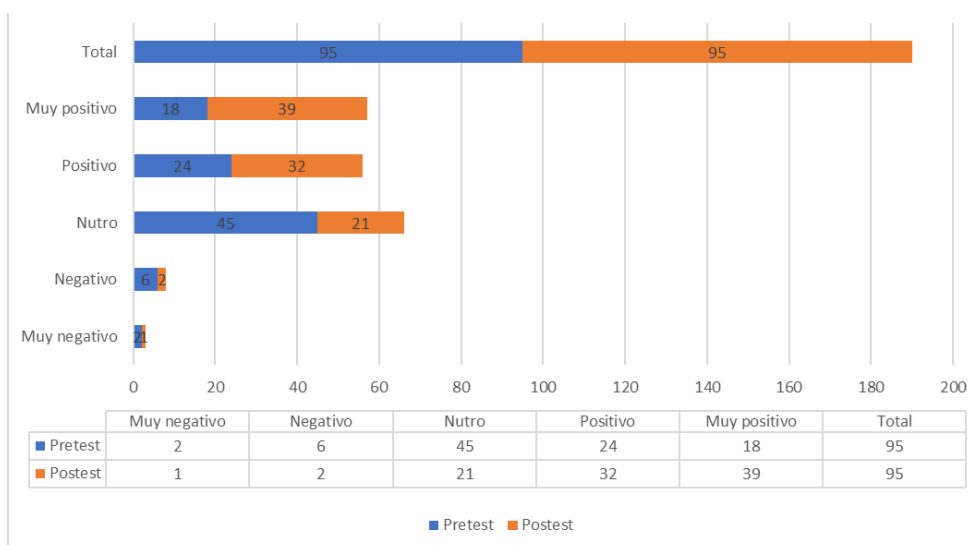
Nivel de satisfacción de la actividad 2

Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	2	2%	1	1%	3	2%
Negativo	6	6%	2	2%	8	4%
Neutro	45	47%	21	22%	66	35%
Positivo	24	25%	32	34%	56	29%
Muy positivo	18	19%	39	41%	57	30%
Total	95	100%	95	100%	190	100%

Interpretación: Los resultados de la Actividad 2 muestran una evolución muy favorable en la percepción de los participantes. Al inicio (Pretest), predominaba la indecisión, con un 47% de los encuestados situándose en un nivel "Neutro". Sin embargo, tras la actividad (Postest), este porcentaje se redujo a más de la mitad (22%), indicando una toma de postura clara. Esta definición se tradujo en una mejora sustancial de la satisfacción: la suma de las categorías "Positivo" y "Muy positivo" ascendió del 44% inicial a un 75% en el cierre. Destaca especialmente el salto en el nivel "Muy positivo", que pasó del 19% al 41%, consolidando el éxito de la actividad frente a una insatisfacción final mínima (3%).

Figura 7

Nivel de satisfacción con la actividad 2



Interpretación: La gráfica muestra que tanto pre-test como pos-test mantienen una percepción mayormente positiva en el ítem evaluado, concentrándose las respuestas en las categorías “muy positivo” y “neutro”. En el grupo pos-test (39 participantes), destacan las opiniones favorables, mientras que en el pre-test(45 participantes) predomina el neutro, aunque con una ligera tendencia hacia la neutralidad. Las respuestas negativas (“negativo” y “muy negativo”) son escasas, lo que evidencia una valoración general positiva.

Actividad 3: Aporte de cultivos andinos

Tabla 8

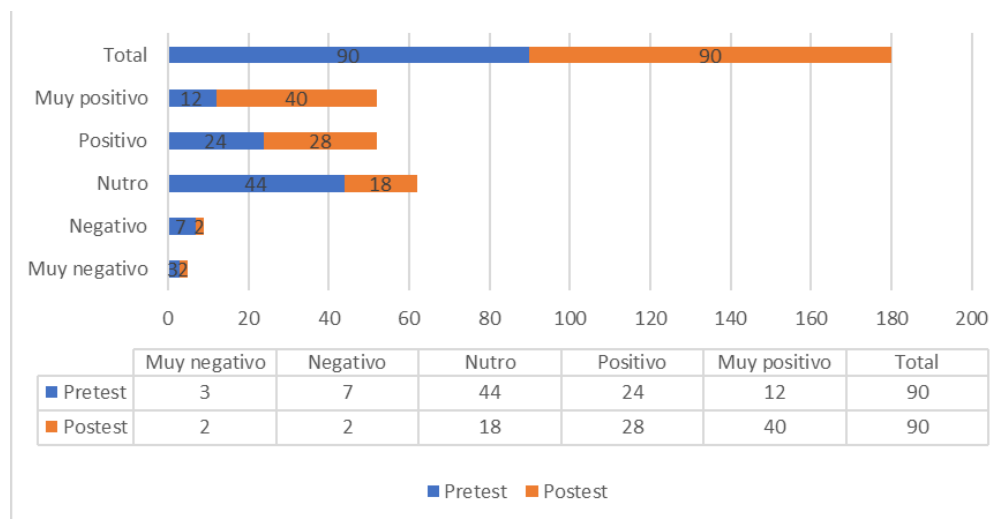
Nivel de satisfacción con la actividad 3

Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	3	3%	2	2%	5	3%
Negativo	7	8%	2	2%	9	5%
Neutro	44	49%	18	20%	62	34%
Positivo	24	27%	28	31%	52	29%
Muy positivo	12	13%	40	44%	52	29%
Total	90	100%	90	100%	180	100%

Interpretación: El análisis de la Actividad 3 revela un cambio de percepción muy marcado entre los participantes. Inicialmente, casi la mitad del grupo (49%) se mostraba indecisa, ubicándose en el nivel "Neutro". Sin embargo, esta incertidumbre disminuyó drásticamente en el Postest, bajando al 20%. Este cambio impulsó un crecimiento notable en la satisfacción general. La valoración "Muy positiva" experimentó el mayor aumento, triplicando su porcentaje del 13% al 44%. Al sumar las categorías favorables ("Positivo" y "Muy positivo"), se observa que la satisfacción global subió del 40% al 75%, lo que confirma que la actividad fue altamente efectiva para convencer y satisfacer a la mayoría de los asistentes.

Figura 8

Nivel de satisfacción con la actividad 3



Interpretación: La gráfica muestra la distribución del nivel de acuerdo por las pruebas tomadas, con la participación de 90 personas. En general, la tendencia es mayormente positiva, ya que la mayoría de los evaluados se ubican en las categorías “neutro” y “muy positivo”. Entre la prueba pre-test, 24 y 44 manifestaron estar en “neutro” y “muy positivo”, mientras que en la prueba pos-test esta proporción es de 40 y 28. Que manifestaron estar en “muy positivo” y “neutro”, mientras que el negativo es mínimo y solo se registran pocos casos.

Actividad 4: Yogurt de mashua negra

Tabla 9

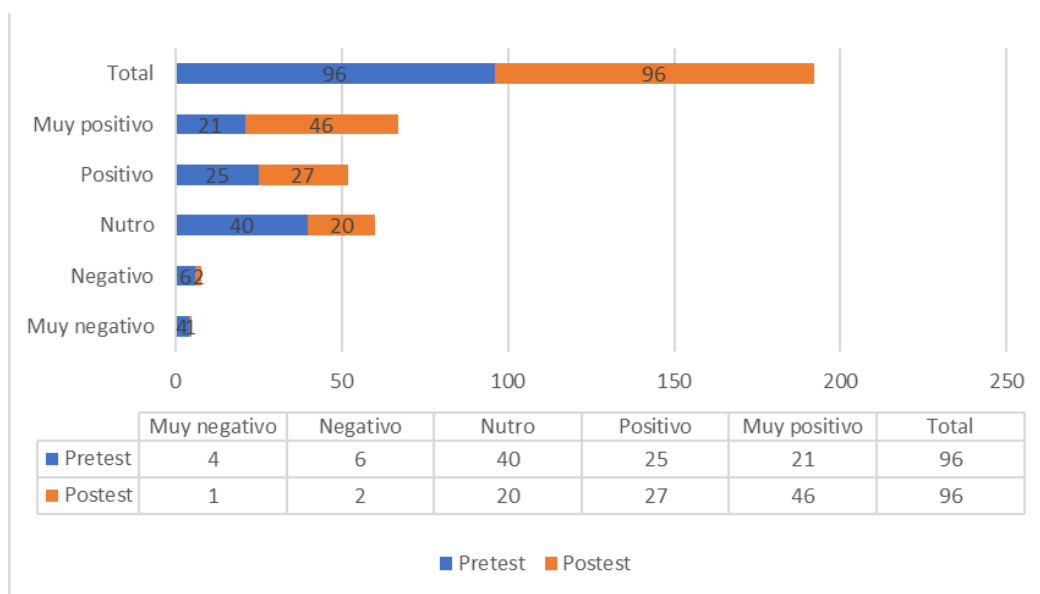
Nivel de satisfacción con la actividad 4

Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	4	4%	1	1%	5	3%
Negativo	6	6%	2	2%	8	4%
Neutro	40	42%	20	21%	60	31%
Positivo	25	26%	27	28%	52	27%
Muy positivo	21	22%	46	48%	67	35%
Total	96	100%	96	100%	192	100%

Interpretación: Los datos de la Actividad 4 confirman una tendencia muy favorable en la experiencia de los participantes. En la fase inicial (Pretest), se evidenciaba una incertidumbre considerable, con un 42% de respuestas en el nivel "Neutro". Sin embargo, tras la intervención (Postest), esta indecisión se redujo exactamente a la mitad (21%), lo que indica que la actividad logró clarificar la opinión del grupo. Este cambio se reflejó directamente en un aumento significativo de la satisfacción. El nivel "Muy positivo" fue el que más creció, pasando del 22% al 48%. Al observar la aceptación global (sumando "Positivo" y "Muy positivo"), se aprecia que la satisfacción escaló del 48% inicial a un contundente 76% al final, mientras que los niveles de insatisfacción se redujeron al mínimo (3%).

Figura 9

Nivel de satisfacción con la actividad 4



Interpretación: De los 96 evaluados, Solo 3 evaluados mostraron algún nivel de “Muy negativo”. La mayoría expresó estar en “neutro” y “muy positivo” 40 y 46 respectivamente. Aunque algunos están en “positivo” se tuvo que la esta muy satisfecho a la actividad realizada ya que las respuestas negativas (“negativo” y “muy negativo”) son escasas.

Actividad 5: Galletas de cañihua

Tabla 10

Nivel de satisfacción con la actividad 5

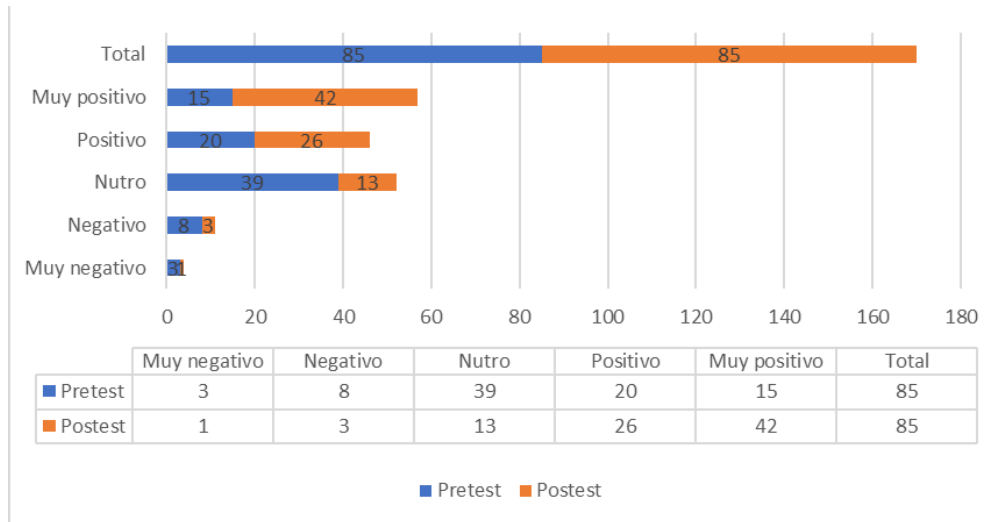
Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	3	4%	1	1%	4	2%
Negativo	8	9%	3	4%	11	6%
Neutro	39	46%	13	15%	52	31%
Positivo	20	24%	26	31%	46	27%
Muy positivo	15	18%	42	49%	57	34%
Total	85	100%	85	100%	170	100%

Interpretación: El análisis de la Actividad 5 demuestra un impacto altamente efectivo en los participantes. En la etapa inicial (Pretest), la incertidumbre era dominante, con un 46% de los encuestados situados en una posición "Neutra". Además, la satisfacción inicial era moderada, sumando un 42% entre los niveles "Positivo" y "Muy positivo". Tras la realización de la actividad (Postest), el escenario cambió radicalmente: la indecisión se desplomó al 15%, mientras que la satisfacción general se disparó al 80% (sumando las

categorías positivas). El cambio más notable fue en la valoración "Muy positiva", que creció del 18% al 49%, evidenciando que la actividad no solo convenció, sino que generó un alto grado de entusiasmo en el grupo.

Figura 10

Nivel de satisfacción con la actividad 5



Interpretación: El gráfico muestra la comparación del nivel de satisfacción de los participantes en la actividad 5 antes (Pretest) y después (Postest) de su realización. Se observa un incremento notable en las valoraciones positivas y muy positivas en el Postest, lo que indica una mejora significativa en la percepción de la actividad. A la vez, disminuyen de forma marcada las respuestas neutras y negativas, reflejando un cambio favorable en la experiencia de los participantes. En conjunto, el gráfico evidencia un impacto claramente positivo de la actividad en la satisfacción final de los participantes.

Actividad 6: Torreja de quinua y espinaca

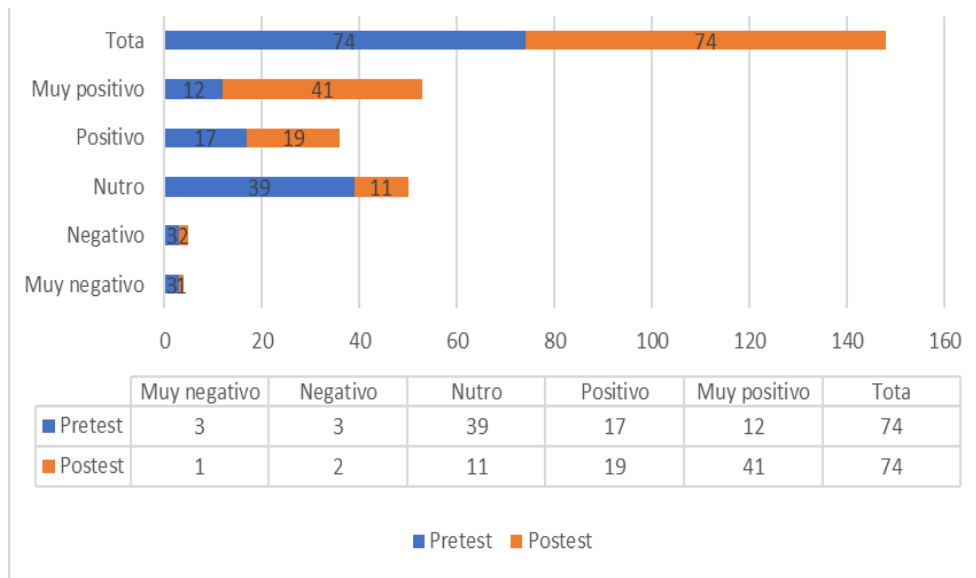
Tabla 11*Nivel de satisfacción con la actividad 6*

Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	3	4%	1	1%	4	3%
Negativo	3	4%	2	3%	5	3%
Neutro	39	53%	11	15%	50	34%
Positivo	17	23%	19	26%	36	24%
Muy positivo	12	16%	41	55%	53	36%
Total	74	100%	74	100%	148	100%

Interpretación: Los resultados de la Actividad 6 muestran una transformación muy positiva en la opinión del grupo. Al comienzo (Pretest), más de la mitad de los participantes (53%) se mantenía en una postura "Neutra", reflejando una alta incertidumbre inicial. Tras la actividad (Postest), esta indecisión disminuyó drásticamente al 15%, desplazándose masivamente hacia la satisfacción. El impacto más relevante se observa en la categoría "Muy positivo", que saltó del 16% al 55%. En conjunto, la aceptación final fue contundente: el 81% de los participantes expresó satisfacción (sumando niveles positivos), frente a una insatisfacción casi nula (4%).

Figura 11

Nivel de satisfacción con la actividad 6



Interpretación: El gráfico muestra la comparación del nivel de satisfacción de la actividad 6 entre el Pretest y el Postest, manteniendo un total de 74 participantes. Se observa un incremento importante en las valoraciones positivas y muy positivas en el Postest, especialmente en la categoría “Muy positivo”, que pasa de 12 a 41 participantes. Al mismo tiempo, las respuestas neutras disminuyen notablemente, lo que indica una mejora clara en la percepción de la actividad. Los resultados evidencian que, después de realizada la actividad, los participantes valoraron la experiencia de manera más favorable.

Actividad 7: Hamburguesa de lentejas

Tabla 12

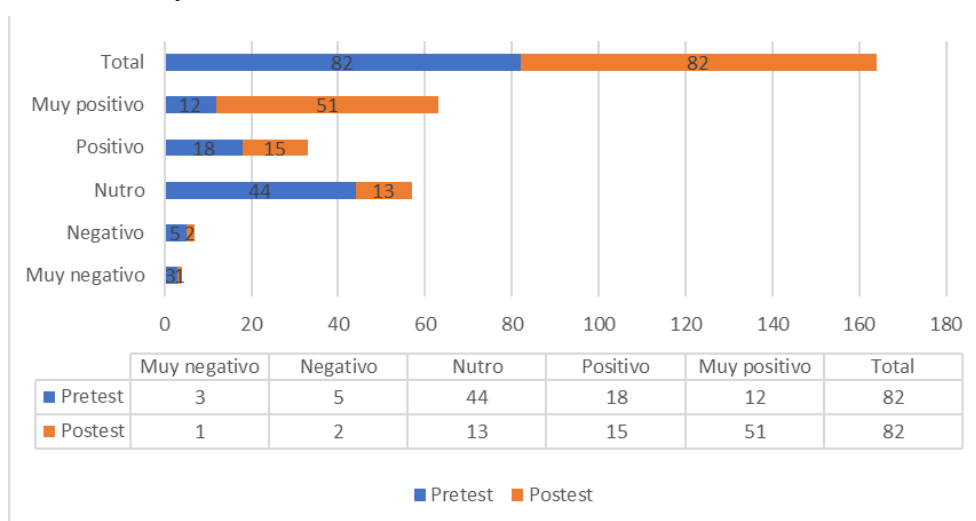
Nivel de satisfacción con la actividad 7

Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	3	4%	1	1%	4	2%
Negativo	5	6%	2	2%	7	4%
Neutro	44	54%	13	16%	57	35%
Positivo	18	22%	15	18%	33	20%
Muy positivo	12	15%	51	62%	63	38%
Total	82	100%	82	100%	164	100%

Interpretación: Los resultados de la Actividad 7 evidencian uno de los cambios más drásticos y positivos de todo el conjunto. Al inicio (Pretest), la incertidumbre era mayoritaria: más de la mitad del grupo (54%) se posicionaba en el nivel "Neutro". Tras la intervención (Postest), esta indecisión se redujo considerablemente al 16%. Lo más destacable es la migración masiva hacia la máxima satisfacción: el nivel "Muy positivo" se cuadruplicó, pasando del 15% al 62%. En términos globales, la aceptación final fue abrumadora, alcanzando un 80% de satisfacción acumulada (sumando positivos y muy positivos), frente a una insatisfacción mínima del 3%.

Figura 12

Nivel de satisfacción con la actividad 7



Interpretación: La gráfica muestra que tanto la prueba pre-test y postest presentan una percepción mayormente positiva frente al ítem evaluado, ya que las respuestas se concentran mayormente en “neutro” y “muy positivo”. En el grupo pre-test (44 participantes), predomina la opinión “neutro” y “positivo” (18), mientras que en el grupo pos-test (51 participantes) predomina la opinión “muy positivo” y “positivo” (15). Las respuestas “neutral” es moderada y las opciones negativas (“negativo” y “muy negativo”) son mínimas, lo que evidencia una aceptación general.

Actividad 8: Pure de papa con tarwi

Tabla 13

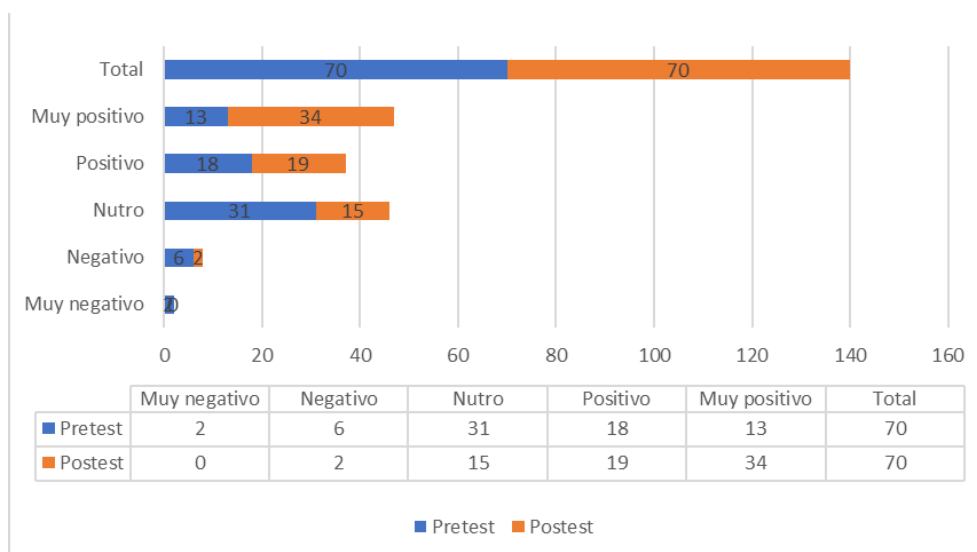
Nivel de satisfacción de la actividad 8

Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	2	3%	0	0%	2	1%
Negativo	6	9%	2	3%	8	6%
Neutro	31	44%	15	21%	46	33%
Positivo	18	26%	19	27%	37	26%
Muy positivo	13	19%	34	49%	47	34%
Total	70	100%	70	100%	140	100%

Interpretación: Los resultados de la Actividad 8 consolidan la tendencia positiva observada en las dinámicas anteriores. Al inicio (Pretest), se notaba cierta resistencia o duda, con un 44% de respuestas en el nivel "Neutro" y un 12% de insatisfacción acumulada (niveles negativos). Tras la actividad (Postest), la percepción mejoró sustancialmente. La incertidumbre (nivel neutro) se redujo a menos de la mitad (21%), y lo más destacable es que el nivel "Muy negativo" desapareció por completo (0%). La satisfacción general alcanzó un nivel muy alto, con un 76% de los participantes manifestando una opinión favorable (sumandos positivos), destacando el salto en la categoría "Muy positivo" que pasó del 19% al 49%.

Figura 13

Nivel de satisfacción con la actividad 8



Interpretación: La gráfica muestra el nivel positivo respecto a una afirmación determinada. En total, participaron 70 personas en las evaluaciones. La mayoría de las respuestas se concentran en las categorías “neutro” y “muy positivo”, lo que refleja una tendencia general positiva hacia la afirmación. En el grupo pre-test “neutro” (31) y “positivo” (18) y en el post-test “muy positivo” (34) y “positivo” (19), mientras que el negativo y muy negativo son mínimos. En conjunto, los datos evidencian una percepción mayormente favorable.

Actividad 9: Bebida funcional de maracuyá, sábila y miel.

Tabla 14

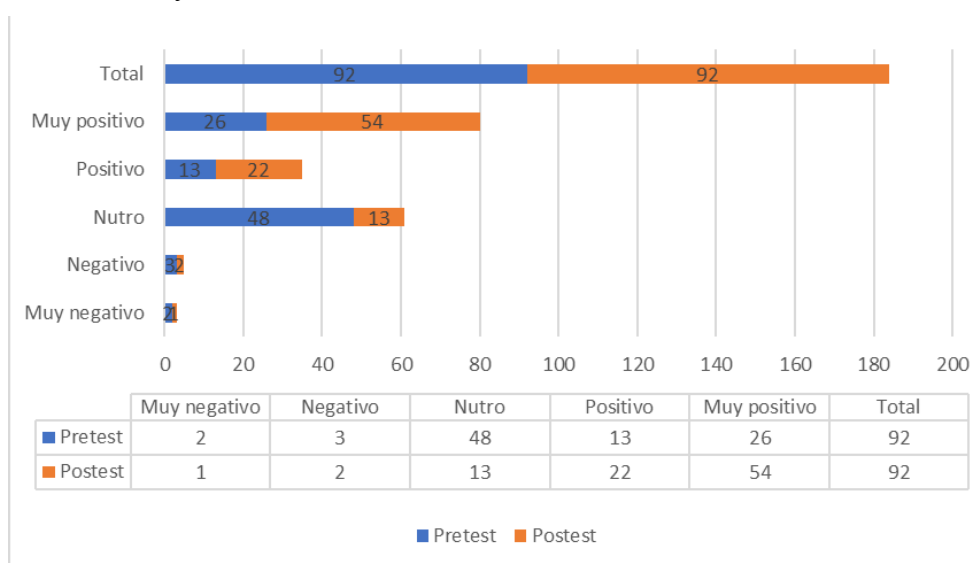
Nivel de satisfacción con la actividad 9

Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	2	2%	1	1%	3	2%
Negativo	3	3%	2	2%	5	3%
Neutro	48	52%	13	14%	61	33%
Positivo	13	14%	22	24%	35	19%
Muy positivo	26	28%	54	59%	80	43%
Total	92	100%	92	100%	184	100%

Interpretación: Los resultados de la Actividad 9 muestran una de las conversiones más exitosas de toda la serie. En el Pretest, la incertidumbre era el sentimiento predominante, con más de la mitad del grupo (52%) ubicándose en el nivel "Neutro". Tras la intervención (Postest), el panorama cambió drásticamente. La indecisión cayó abruptamente al 14%, mientras que la satisfacción se disparó. Destaca el nivel "Muy positivo", que pasó del 28% al 59%, duplicando su presencia. En total, la satisfacción acumulada al final de la actividad alcanzó un impresionante 83% (sumando positivos y muy positivos), lo que demuestra una aceptación generalizada y una reducción de la negatividad a cifras marginales (3%).

Figura 14

Nivel de satisfacción con la actividad 9



Interpretación: El gráfico muestra la comparación del nivel de satisfacción de la actividad 9 entre el Pretest y el Postest, manteniendo 92 respuestas en ambas evaluaciones. Se aprecia un aumento significativo en las valoraciones positivas y muy positivas después de la actividad, destacando la categoría “Muy positivo”, que pasa de 26 a 54 participantes. Al mismo tiempo, las respuestas neutrales y negativas disminuyen notablemente, lo que indica un cambio favorable en la percepción de los participantes. En general, el gráfico evidencia que la actividad tuvo un impacto positivo en la satisfacción final de los evaluados.

3.4. RESULTADO DE ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

Con el objetivo de evaluar la percepción de los beneficiarios sobre la calidad, pertinencia y utilidad de las actividades realizadas durante el proyecto “Fortalecimiento y desarrollo de talleres en alimentación, cocina creativa y hábitos alimenticios saludables en los padres de familia de la I.E.I. N.º 317 Santa Adriana – NUTRIKIDS”, se aplicó una encuesta de

satisfacción al término de la intervención. Participaron 86 padres de familia (59 mujeres y 27 46 varones) que formaron parte activa en los talleres de cocina nutritiva, sesiones educativas y actividades participativas. La encuesta consideró aspectos como: claridad en las exposiciones, utilidad práctica de los contenidos, materiales empleados, metodología participativa, relación con los facilitadores y aplicación en la vida diaria. Los resultados se organizaron en los niveles de satisfacción “Insatisfecho”, “Poco satisfecho”, “Satisfecho” y “Muy satisfecho”.

Tabla 15

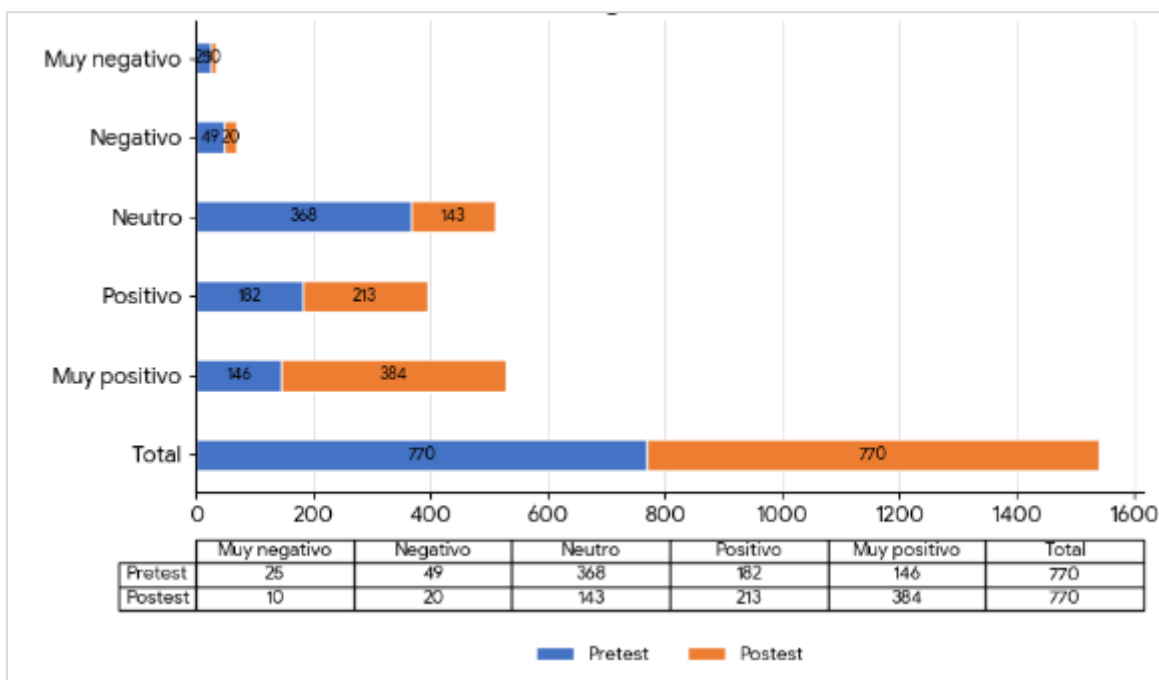
Niveles de satisfacción con las actividades

Niveles	Pretest		Postest		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Muy negativo	25	3%	10	1%	35	2%
Negativo	49	6%	20	3%	69	4%
Neutro	368	48%	143	19%	511	33%
Positivo	182	24%	213	28%	395	26%
Muy positivo	146	19%	384	50%	530	34%
Total	770	100%	770	100%	1540	100%

Interpretación: La tabla general (N=1540) confirma el éxito rotundo del programa. Inicialmente, predominaba la incertidumbre con un 48% de participantes en nivel "Neutro". Tras la intervención, esta indecisión cayó al 19%, desplazándose masivamente hacia una alta satisfacción: la categoría "Muy positivo" saltó del 19% al 50%, convirtiéndose en la opinión mayoritaria. En conjunto, la aprobación global alcanzó el 78%, demostrando un cambio de percepción muy favorable y efectivo en los padres de familia.

Figura 15

Niveles de satisfacción con las actividades



Interpretación: El gráfico general, que consolida la participación de 770 padres a lo largo de todas las actividades, revela una transformación estructural en la percepción del programa. En la fase de diagnóstico (Pretest), predominaba la incertidumbre, con un 48% de los participantes (368 personas) ubicados en la categoría "Neutro", lo que evidenciaba una falta de postura definida antes de las intervenciones. Tras la ejecución del programa (Postest), esta indecisión se redujo drásticamente al 19% (143 personas). Este cambio impulsó un aumento masivo en la satisfacción: la categoría "Muy positivo" pasó de ser elegida por solo 146 personas a convertirse en la opción mayoritaria con 384 respuestas (50% del total). En conjunto, la satisfacción global (sumando positivos y muy positivos) ascendió al 78%, demostrando la eficacia integral del proyecto NUTRIKIDS.

CAPITULO IV
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES Y COSTOS

4.1. CRONOGRAMA

Tabla 16

Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	MESES 2025			
	JUNIO	AGOSTO	SETIEMBRE	OCTUBRE
Presentación del plan para la ejecución	10/06/25			
Actividad N°1: Selección de alimentos y clasificación según sus colores.		22/08/25 2:00 pm – 3:30 pm		
Actividad N°2: Macronutrientes y micronutrientes esenciales en niños de etapa pre escolar		29/08/25 2:00 pm – 3:30 pm		
Actividad N° 3: Aporte de los cultivos andinos a la nutrición			05/09/25 2:00 pm – 3:30 pm	
Actividad N°4: Yogurt con adición de jalea de mashua negra			12/09/25 2:00 pm - 3:30 pm	
PRESENTACIÓN DEL INFORME CON EL 50% DE ACTIVIDADES			17/09/25	
Actividad N°5: Galletas de cañihua			19/09/25 2:00 pm– 3:30 pm	
Actividad N°6: Torreja de quinua y espinaca y arroz a la jardinera			26/09/25 2:00 pm – 3:30 pm	
Actividad N°7: Hamburguesa de lentejas				3/10/25 2:00 pm – 3:30 pm
Actividad N°8: Puré de papa y tarwi con carne de alpaca y ensalada de verduras.				10/10/25 2:00 pm – 3:30 pm
Actividad N°9: Bebida funcional de maracuyá, sábila y adición de miel.				17/10/25 2:00 pm – 3:30 pm
PRESENTACIÓN DE INFORME FINAL.				Fecha: 27/10/25

4.2. INFORME ECONÓMICO

Nombre del grupo: NUTRIKIDS

Fecha de inicio: 26/07/25

Fecha de finalización: 17/10/25

Tabla 17

Informe económico de cada actividad realizada

N°	Fecha	Comprobante		Detalles de gasto	Importe S/
		C/P	N°		
1	26-07-2025	Baleta de venta - anexo N°4	ANDREAS PARTY	Chalecos	S/96.00
				Bordado de Chalecos	S/50.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
		Baleta de venta - anexo N°5	N001- 00002803	Banner	S/50.00
2	22-08-2025	Declaración Jurada - anexo N°6	02	Impresión de hojas.	S/80.00
				Premios sorpresas.	S/60.00
				Decoración	S/70.00
				Refrigerio	S/148.00
				Alquiler de data	S/15.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
3	29-08-2025	Declaración Jurada - anexo N°7	03	Impresión de hojas.	S/80.00
				premios sorpresas	S/78.00
				Refrigerio	S/90.00
				Decoración	S/60.00
				Alquiler de data	S/15.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
				Impresión de hojas	S/80.00

4	05-09-2025	Declaración Jurada- anexo N°8	04	Libro de actas	S/10.00
				Premios sorpresas	S/49.00
				Refrigerio	S/60.00
				Decoración	S/10.00
				Alquiler de data	S/15.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
5	12-09-2025	Declaración Jurada- anexo N°9	05	Impresión de hojas.	S/80.00
				Premios sorpresas	S/60.00
				Refrigerio	S/60.00
				Taller	S/63.00
				Alquiler de data	S/15.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
6	19/09/25	Declaración Jurada- anexo N°10	06	Impresión de hojas.	S/80.00
				Premios sorpresas	S/55.00
				Refrigerio	S/45.00
				Taller	S/65.00
				Alquiler de data	S/15.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
	26/09/25	Declaración Jurada-		Impresión de hojas	S/80.00
				Refrigerio	S/70.00
				Taller	S/66.00
				Alquiler de data	S/15.00


7		anexo N°11	07	Premio sorpresa	S/43.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
8	03/10/25	Declaración Jurada- anexo N°12	08	Impresión de hojas.	S/80.00
				Premios sorpresas	S/50.00
				Refrigerio	S/65.00
				Taller	S/55.00
				Alquiler de data	S/15.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
9	10/10/25	Declaración Jurada- anexo N°13	09	Impresión de hojas.	S/80.00
				Premios sorpresas	S/47.00
				Taller	S/70.00
				Alquiler de data	S/15.00
				Refrigerio	S/68.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
10	17/10/25	Declaración Jurada- anexo N°14	10	Impresión de hojas.	S/80.00
				Premios sorpresas	S/60.00
				Taller	S/52.00
				Alquiler de data	S/15.00
				Refrigerio	S/128.00
				Pasajes de la movilidad	S/12.00
TOTAL					S/2928.00



Mtr. Mtra. Tania Jakeline
Choque Rivera
Asesor



Mtro. Cristhian Jimmy
Hilasaca Zela
Coasesor



Grecia Yurema Pasaca
Herencia
Presidente



Rous Maribel Yana Roque
Tesorera

Juliaca, 22 de octubre del 2025

CONCLUSIONES

PRIMERA: El proyecto cumplió de manera sobresaliente con el objetivo general. El análisis comparativo (pretest-postest) evidencia un incremento significativo en la satisfacción y la apropiación de conocimientos por parte de los padres. Antes de la intervención, la suma de los niveles "satisfecho" y "muy satisfecho" alcanzaba solo el 37%; tras la ejecución del proyecto, este indicador ascendió al 83%. Destaca especialmente el nivel "muy satisfecho", que pasó del 17% al 69%, demostrando que los talleres lograron consolidar la comprensión sobre alimentación equilibrada y cocina creativa. Asimismo, la reducción de la indecisión (nivel neutral del 51% al 12%) y de las percepciones negativas (del 12% al 5%) confirma el impacto positivo del programa en la adopción de hábitos saludables.

SEGUNDA: Respecto al diagnóstico inicial, se identificó que los padres poseían un nivel moderado de conocimientos, predominando posturas neutrales. Tras la intervención, el 82% de los participantes alcanzó niveles de satisfacción altos en relación con los contenidos sobre prácticas alimentarias. Al desagregar por género, se observa una mayor valoración positiva en las madres (71%) frente a los padres (58%). Los bajos niveles de insatisfacción final (18%) confirman que el diagnóstico permitió detectar correctamente las brechas educativas y orientar las capacitaciones de manera pertinente para cubrir las necesidades reales de la comunidad educativa.

TERCERA: Las capacitaciones sobre dietas y loncheras saludables tuvieron un impacto favorable en el aprendizaje de los participantes. El 68% de los padres expresó estar satisfecho o muy satisfecho, frente a un reducido 15% de insatisfacción. Nuevamente, las madres mostraron una valoración superior (71%) en comparación con los padres (58%), mientras que la postura neutral se mantuvo moderada. Estos resultados permiten concluir que los talleres fortalecieron eficazmente las capacidades para organizar menús nutritivos, seleccionar alimentos adecuados y preparar loncheras saludables.

CUARTA: Se logró mejorar sustancialmente la percepción sobre las prácticas alimentarias en el hogar. El 68% de los participantes reportó altos niveles de satisfacción global (25% satisfecho y 43% muy satisfecho), siendo las madres quienes percibieron un mayor beneficio (71%) en comparación con los padres (58%). El predominio de las categorías positivas en el postest indica que las actividades modificaron favorablemente el criterio de los padres respecto al consumo de alimentos nutritivos, la incorporación de cultivos andinos y la

preparación de loncheras equilibradas, cumpliendo exitosamente con el objetivo específico planteado.

RECOMENDACIONES

PRIMERA: Institucionalizar y ampliar la cobertura del programa Dado que la conclusión primera demuestra un éxito rotundo (incremento de satisfacción del 37% al 83% y reducción drástica de la indecisión), se recomienda integrar estos talleres de forma permanente en la planificación anual de la institución. La metodología utilizada ha probado ser altamente efectiva para la "apropiación de conocimientos", por lo que debería replicarse con nuevos grupos de padres o extenderse a otros niveles educativos para maximizar el impacto en la comunidad.

SEGUNDA: Implementar estrategias diferenciadas para involucrar a los padres varones Considerando que las conclusiones segunda y tercera evidencian una brecha de satisfacción por género (las madres alcanzan un 71% de valoración positiva frente a un 58% de los padres), se sugiere diseñar dinámicas o materiales específicos que fomenten una mayor participación activa de los padres. Esto podría incluir horarios más flexibles, enfoques prácticos orientados a la corresponsabilidad en el hogar o talleres exclusivos para ellos, con el fin de elevar sus niveles de satisfacción y compromiso a la par del de las madres.

TERCERA: Establecer un plan de seguimiento y monitoreo post intervención La cuarta conclusión destaca que se logró mejorar las prácticas alimentarias y el uso de cultivos andinos. Para asegurar que estos cambios sean sostenibles en el tiempo y no solo un efecto momentáneo del taller, se recomienda realizar evaluaciones de seguimiento a los 3 o 6 meses. Esto permitirá verificar si los hábitos de preparación de "loncheras equilibradas" y "cocina creativa" se han mantenido en el hogar y ofrecer reforzamiento en caso de que las familias hayan vuelto a prácticas anteriores.

CUARTA: Elaborar y distribuir material de soporte práctico (Recetarios o Guías) Aunque la satisfacción es alta, las conclusiones segunda y tercera muestran que aún persiste un pequeño porcentaje de percepción "neutral" (entre 17% y 21%). Para convertir a este grupo y facilitar la aplicación de lo aprendido (organización de menús y selección de alimentos), se recomienda crear y entregar guías físicas o digitales, como recetarios de loncheras nutritivas con insumos locales. Esto servirá como herramienta de consulta rápida en casa, reforzando la "cocina creativa" y ayudando a reducir la brecha entre la teoría aprendida y la práctica diaria.

BIBLIOGRAFÍA

- Alania, M. (2023). Conocimiento Sobre Alimentación. *Octavo Semestre De La Escuela Profesional De Nutrición Humana*. Obtenido de <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/20884>
- Andina. (27 de Abril de 2019). *Agencia peruana de noticias*. Obtenido de <https://andina.pe/agencia/noticia-puno-productos-organicos-pobladores-saman-combaten-anemia-749760.aspx>
- Andres. (2017). Alimentación saludable en los hábitos . *alimentacion de la población adolescente*. Obtenido de <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/56899>
- Bellido, D. (2017). Relación Del Estado Nutricional. *Secundaria Mariscal Andrés De Santa Cruz Del Distrito De Zepita*. Obtenido de <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/19408>
- Catacora. (2021). UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA TESIS. *Universidad Privada de Tacna*. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12969/1797>
- Cisne. (2020). ETA ¿qué son las enfermedades transmitidas por alimentos (ETA)? CMinisterio de Salud ColombiA. *MINSA*. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ET/abece-eta-final.pdf>
- Comexperu. (27 de Septiembre de 2024). *Comexperu* . Obtenido de <https://www.comexperu.org.pe/articulo/desnutricion-cronica-infantil-subiria-al-122-en-el-primer-trimestre-de-2024>
- Continente, C. (2016). Bases científicas de una alimentación saludable. *Revista de Medicina de La Universidad de Navarra*, 14. Obtenido de <https://revistas.unav.edu/index.php/revista-de-medicina/article/view/7612>
- Hernández, J. L. (2004). Valoración del Estado Nutricional. *Revista medica*. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/veracruzana/muv-2004/muv042e.pdf>
- INEI. (20 de Marzo de 2024). *Puno: 70% de los niños de tres años padece de anemia, según encuesta Endes 2024*. Obtenido de <https://www.infobae.com/peru/2024/03/20/puno-70-de-los-ninos-de-tres-anos-padece-de-anemia-segun-encuesta-endes-2024/>
- Janampa. (2019). Diseño de un sistema de gestión de seguridad alimentaria, que asegure la calidad en los procesos de elaboración de los alimentos del restaurante. *callao*. Obtenido de https://catedraalimentacioninstitucional.wordpress.com/wp-content/uploads/2019/08/janampa_ve.pdf
- Munipuno. (05 de Noviembre de 2024). *Puno renace*. Obtenido de <https://portal.munipuno.gob.pe/es/node/7928>
- Murillo. (2023). Child eating habits and its relation to parental practices and nutritional knowledge. *Revista Chilena de Nutricion*, 617. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182023000600617>
- Rodriguez, B. (2017). Nutricion Hospitalaria. *From infant to child. Feeding in different stages*. Obtenido de <https://doi.org/10.20960/nh.1563>

Tamara, D. L. (2021). Sobre el papel de los padres en la formación de los hábitos alimentarios de los niños atendidos en un centro mexicano de desarrollo infantil. *RCAN*. Obtenido de <https://revalnutricion.sld.cu/index.php/rcan/article/view/1090>

ANEXOS

Anexo 1

Constancias de conformidad del asesor

Constancia de conformidad del asesor

Yo, Tania Jackeline Choque Rivera, identificado con DNI N°41995803, adscrito a la Escuela Profesional de Ingeniería en Industrias Alimentarias, doy fe de que el informe final presentado por el equipo de proyección social "NUTRIKIDS", de la Universidad Nacional de Juliaca, cumplieron de forma satisfactoria con el proyecto de proyección social denominado "FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025", realizaron cada una de las actividades de acuerdo a su cronograma contempladas en su plan de trabajo, cumpliendo satisfactoriamente con los objetivos propuestos.

Firmo y dejo mi huella digital en conformidad a lo expuesto.

Juliaca, 23 de octubre del 2025.



Tania Jackeline

Choque Rivera

DNI: 41995803

Asesor del equipo "NUTRIKIDS"

Anexo 2


Constancias de conformidad del asesor

Constancia de conformidad del coasesor

Yo, Cristhian Jimmy Hilasaca Zela, identificado con DNI N°45413043, adscrito a la Escuela Profesional de Ingeniería en Industrias Alimentarias, doy fe de que el informe final presentado por el equipo de proyección social "NUTRIKIDS", de la Universidad Nacional de Juliaca, cumplieron de forma satisfactoria con el proyecto de proyección social denominado "FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025", realizaron cada una de las actividades de acuerdo a su cronograma contempladas en su plan de trabajo, cumpliendo satisfactoriamente con los objetivos propuestos.

Firmo y dejo mi huella digital en conformidad a lo expuesto.

Juliaca, 23 de octubre del 2025.

A rectangular box containing a handwritten signature in blue ink on the left and a fingerprint scan on the right. The signature is stylized and appears to read 'Cristhian Jimmy Hilasaca Zela'. The fingerprint is a clear, dark scan of a finger.

Cristhian Jimmy Hilasaca Zela

DNI: 45413043

Asesor del equipo "NUTRIKIDS"

Anexo 3

Constancia de conformidad de la I.E.I. 317 “Santa Adriana”

CONSTANCIA DE CONFORMIDAD

Yo, Lic. Sonia Herencia Nuñez, Directora de la Institución Educativa Inicial N.º 317 “Santa Adriana”, ubicada en la ciudad de Juliaca – Puno, hago constar por medio de la presente que el grupo de estudiantes NUTRIKIDS de la Escuela Profesional de Ingeniería en Industrias Alimentarias de la Universidad Nacional de Juliaca, conformado por:

- Cjuno Suni Juan David
- Chipana Mamani Richard
- Chuquicallata Erick Rivaldo
- Incacari Coaquira Ana Luz
- Pasaca Herencia Grecia Yurema
- Yana Roque Rose Maribel

ha concluido satisfactoriamente el proyecto de proyección social titulado:

“Fortalecimiento y desarrollo de talleres en alimentación, cocina creativa y hábitos alimenticios saludables en los padres de familia de la I.E.I. N.º 317 ‘Santa Adriana’, Juliaca – Puno, 2025.”

El citado proyecto se llevó a cabo durante el periodo comprendido entre el 22 de agosto y el 17 de octubre de 2025, desarrollando diversas actividades educativas dirigidas a los padres de familia de nuestra institución.

El grupo demostró responsabilidad, compromiso y una destacada labor en la promoción de hábitos alimenticios saludables, contribuyendo positivamente al fortalecimiento de nuestra comunidad educativa.

Por tanto, extendiendo la presente constancia de conformidad en reconocimiento al cumplimiento exitoso de los objetivos del proyecto y al valioso aporte brindado por los estudiantes del grupo “NUTRIKIDS”.

Se expide la presente en la ciudad de Juliaca, a los 17 días del mes de Octubre del año 2025, para los fines que los interesados estimen convenientes.

Juliaca, 17 de Octubre del 2025



Lic. Sonia Herencia Nuñez
Directora de la Institución Educativa
Inicial N.º 317 “Santa Adriana”
Juliaca – Puno

Anexo 5

Nota de venta por "ANDREAS PARTY"

Figura 17

Nota de venta decoración para apertura de la proyección

De todo para tu fiesta

Cel.: 936144503 - 971803545

FECHA: DÍA MES AÑO

Señor (a):

Dirección:

Nº	CANT.	DESCRIPCIÓN	P. U.	IMPORTE
1		UNAS		4.00
2	9	cartelinas		5.00
3	1	Blisters Bienvenido		6.00
4				<u>15.00</u>
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Nota de venta proporcionada por "ANDREAS PARTY"

Anexo 6

Declaración jurada de la actividad N°1

DECLARACIONES JURADAS DE LA ACTIVIDAD N°1 **DECLARACIÓN JURADA N°001**

Yo, Grecia Yurema Pasaca Herencia con DNI N° 75238168 desempeñando el cargo de presidenta del grupo NUTRIKIDS del proyecto denominado "FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025".

DECLARO BAJO JURAMENTO que la fecha 26 de julio del 2025 se utilizó la cantidad de S/. 158.00 para ejecutar gastos de Chalecos, Bordado de Chalecos y pasajes de movilidad que a continuación se detallan:

GASTOS DE ACTIVIDAD N° 01

N°	fecha	concepto	importe
01	26/07/2025	Chalecos	S/. 96.00
02	26/07/2025	Bordado de chalecos	S/. 50.00
03	26/07/2025	Pasajes de movilidad	S/. 12.00
TOTAL			S/. 158.00

Al no haber obtenido comprobante de pago que sustenta este egreso, se expide la presente declaración jurada por el importe de S/. 158.00 en cumplimiento a las directivas vigentes.


Juliaca, 26 de julio del 2025



Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera

DNI N° 41995803

Asesor del grupo "NUTRIKIDS"



Pasaca Herencia Grecia Yurema

CODIGO N° 2021204023

Presidenta del grupo NUTRIKIDS

Anexo 7

Declaración jurada de la actividad N°2

DECLARACIONES JURADAS DE LA ACTIVIDAD N°2
DECLARACIÓN JURADA N°002

Yo, Grecia Yurema Pasaca Herencia con DNI N° 75238168 desempeñando el cargo de presidenta del grupo NUTRIKIDS del proyecto denominado * FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025 *.

DECLARO BAJO JURAMENTO que la fecha 22 de agosto del 2025 se utilizó la cantidad de S/. 385.00 para ejecutar gastos de impresiones, premios sorpresa, decoración, refrigerios, alquiler de data y pasajes de la movilidad que a continuación se detallan:

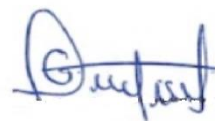
GASTOS DE ACTIVIDAD N° 02

N°	fecha	concepto	importe
01	22/08/2025	Impresión de hojas	S/. 80.00
02	22/08/2025	Premios sorpresas (8)	S/. 60.00
03	22/08/2025	Decoración	S/. 70.00
04	22/08/2025	Refrigerios (110)	S/. 148.00
05	22/08/2025	Pasajes de la movilidad	S/. 12.00
06	22/08/2025	Alquiler de data	S/. 15.00
TOTAL			S/. 385.00

Al no haber obtenido comprobante de pago que sustenta este egreso, se expide la presente declaración jurada por el importe de S/. 385.00 en cumplimiento a las directivas vigentes.



Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera
DNI N° 41995803
Asesor del grupo "NUTRIKIDS"



Pasaca Herencia Grecia Yurema
CODIGO N° 2021204023
Presidenta del grupo NUTRIKIDS

Anexo 8

Declaración jurada de la actividad N°3

DECLARACIONES JURADAS DE LA ACTIVIDAD N°3 **DECLARACIÓN JURADA N°003**

Yo, Grecia Yurema Pasaca Herencia con DNI N° 75238168 desempeñando el cargo de presidenta del grupo NUTRIKIDS del proyecto denominado * FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025 *.

DECLARO BAJO JURAMENTO que la fecha 29 de agosto del 2025 se utilizó la cantidad de S/. 335.00 para ejecutar gastos de impresiones, premios sorpresa, decoración, refrigerios, alquiler de data y pasajes de la movilidad que a continuación se detallan:

GASTOS DE ACTIVIDAD N° 03

<u>N°</u>	fecha	concepto	importe
01	29/08/2025	Impresión de hojas	S/. 80.00
02	29/08/2025	Premios sorpresas (8)	S/. 78.00
03	29/08/2025	Decoración	S/. 60.00
04	29/08/2025	Refrigerios (110)	S/. 90.00
05	29/08/2025	Pasajes de la movilidad	S/. 12.00
06	29/08/2025	Alquiler de data	S/. 15.00
TOTAL			S/. 335.00

Al no haber obtenido comprobante de pago que sustenta este egreso, se expide la presente declaración jurada por el importe de S/. 335.00 en cumplimiento a las directivas vigentes.

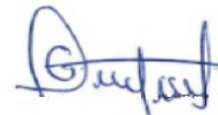
Juliaca, 29 de agosto del 2025



Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera

DNI N° 41995803

Asesor del grupo "NUTRIKIDS"



Pasaca Herencia Grecia Yurema

CODIGO N° 2021204023

Presidenta del grupo NUTRIKIDS

Anexo 9

Declaración jurada de la actividad N°4

DECLARACIONES JURADAS DE LA ACTIVIDAD N°4

DECLARACIÓN JURADA N°004

Yo, Grecia Yurema Pasaca Herencia con DNI N° 75238168 desempeñando el cargo de presidenta del grupo NUTRIKIDS del proyecto denominado * FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025 *.

DECLARO BAJO JURAMENTO que la fecha 05 de setiembre del 2025 se utilizó la cantidad de S/.236.00 para ejecutar gastos de impresiones, premios sorpresa, decoración, refrigerios, alquiler de data y pasajes de la movilidad que a continuación se detallan:

GASTOS DE ACTIVIDAD N° 04

<u>N°</u>	<u>fecha</u>	<u>concepto</u>	<u>importe</u>
01	05/09/2025	Impresión de hojas	S/. 80.00
02	05/09/2025	Libro de actas	S/. 10.00
03	05/09/2025	Premios sorpresas (8)	S/. 49.00
04	05/09/2025	Decoración	S/. 10.00
05	05/09/2025	Refrigerios (110)	S/. 60.00
06	05/09/2025	Pasajes de la movilidad	S/. 12.00
07	05/09/2025	Alquiler de data	S/. 15.00
TOTAL			S/. 236.00

Al no haber obtenido comprobante de pago que sustenta este egreso, se expide la presente declaración jurada por el importe de S/. 236.00 en cumplimiento a las directivas vigentes.

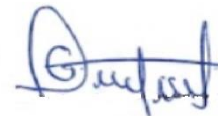
Juliaca, 05 de setiembre del 2025



Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera

DNI N° 41995803

Asesor del grupo "NUTRIKIDS"



Pasaca Herencia Grecia Yurema

CODIGO N° 2021204023

Presidenta del grupo NUTRIKIDS

Anexo 10

Declaración jurada de la actividad N°5

DECLARACIONES JURADAS DE LA ACTIVIDAD N°5

DECLARACIÓN JURADA N°005

Yo, Grecia Yurema Pasaca Herencia con DNI N° 75238168 desempeñando el cargo de presidenta del grupo NUTRIKIDS del proyecto denominado * FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025 *.

DECLARO BAJO JURAMENTO que la fecha 12 de setiembre del 2025 se utilizó la cantidad de S/. 290.00 para ejecutar gastos de impresiones, premios sorpresa, taller, refrigerios, alquiler de data y pasajes de la movilidad que a continuación se detallan:

GASTOS DE ACTIVIDAD N° 05

<u>N°</u>	<u>fecha</u>	<u>concepto</u>	<u>importe</u>
01	12/09/2025	Impresión de hojas.	S/. 80.00
02	12/09/2025	Premios sorpresas (8)	S/. 60.00
03	12/09/2025	Refrigerios (110)	S/. 60.00
04	12/09/2025	Taller	S/. 63.00
05	12/09/2025	Pasajes de la movilidad	S/. 12.00
06	12/09/2025	Alquiler de data	S/. 15.00
TOTAL			S/. 290.00

Al no haber obtenido comprobante de pago que sustenta este egreso, se expide la presente declaración jurada por el importe de S/. 290.00 en cumplimiento a las directivas vigentes.

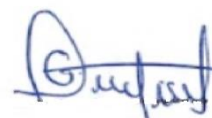
Juliaca, 12 de setiembre del 2025



Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera

DNI N° 41995803

Asesor del grupo "NUTRIKIDS"



Pasaca Herencia Grecia Yurema

CODIGO N° 2021204023

Presidenta del grupo NUTRIKIDS

Anexo 11

Declaración jurada de la actividad N°6

DECLARACIONES JURADAS DE LA ACTIVIDAD N°6 DECLARACIÓN JURADA N°006

Yo, Grecia Yurema Pasaca Herencia con DNI N° 75238168 desempeñando el cargo de presidenta del grupo NUTRIKIDS del proyecto denominado * FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025 *.

DECLARO BAJO JURAMENTO que la fecha 19 de setiembre del 2025 se utilizó la cantidad de S/. 272.00 para ejecutar gastos de impresiones, premios sorpresa, taller, refrigerios, alquiler de data y pasajes de la movilidad que a continuación se detallan:

GASTOS DE ACTIVIDAD N° 06

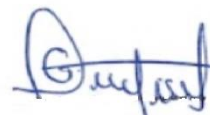
<u>N°</u>	<u>Fecha</u>	<u>concepto</u>	<u>importe</u>
01	19/09/2025	Impresión de hojas	S/. 80.00
02	19/09/2025	Premios sorpresas (8)	S/. 55.00
03	19/09/2025	Refrigerios (110)	S/. 45.00
04	19/09/2025	Taller	S/. 65.00
05	19/09/2025	Pasajes de la movilidad	S/. 12.00
06	19/09/2025	Alquiler de data	S/. 15.00
TOTAL			S/. 272.00

Al no haber obtenido comprobante de pago que sustenta este egreso, se expide la presente declaración jurada por el importe de S/. 272.00 en cumplimiento a las directivas vigentes.

Juliaca, 19 de setiembre del 2025



Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera
DNI N° 41995803
Asesor del grupo "NUTRIKIDS"



Pasaca Herencia Grecia Yurema
CODIGO N° 2021204023
Presidenta del grupo NUTRIKIDS

Anexo 12

Declaración jurada de la actividad N°7

DECLARACIONES JURADAS DE LA ACTIVIDAD N°7
DECLARACIÓN JURADA N°007

Yo, Grecia Yurema Pasaca Herencia con DNI N° 75238168 desempeñando el cargo de presidenta del grupo NUTRIKIDS del proyecto denominado * FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025 *.

DECLARO BAJO JURAMENTO que la fecha 26 de setiembre del 2025 se utilizó la cantidad de S/. 286.00 para ejecutar gastos de impresiones, premios sorpresa, taller, refrigerios, alquiler de data y pasajes de la movilidad que a continuación se detallan:

GASTOS DE ACTIVIDAD N° 07

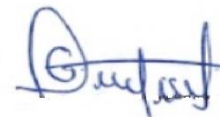
N°	fecha	concepto	importe
01	26/09/2025	Impresión de hojas.	S/. 80.00
02	26/09/2025	Premios sorpresas (8)	S/. 43.00
03	26/09/2025	Refrigerios (110)	S/. 70.00
04	26/09/2025	Taller	S/. 66.00
05	26/09/2025	Pasajes de la movilidad	S/. 12.00
06	26/09/2025	Alquiler de data	S/. 15.00
TOTAL			S/. 286.00

Al no haber obtenido comprobante de pago que sustenta este egreso, se expide la presente declaración jurada por el importe de S/. 286.00 en cumplimiento a las directivas vigentes.

Juliaca, 26 de setiembre del 2025



Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera
DNI N° 41995803
Asesor del grupo "NUTRIKIDS"



Pasaca Herencia Grecia Yurema
CODIGO N° 2021204023
Presidenta del grupo NUTRIKIDS

Anexo 13

Declaración jurada de la actividad N°8

DECLARACIONES JURADAS DE LA ACTIVIDAD N°8

DECLARACIÓN JURADA N°008

Yo, **Grecia Yurema Pasaca Herencia** con DNI N° 75238168 desempeñando el cargo de presidenta del grupo NUTRIKIDS del proyecto denominado * FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025 *.

DECLARO BAJO JURAMENTO que la fecha 03 de octubre del 2025 se utilizó la cantidad de S/. 277.00 para ejecutar gastos de impresiones, premios sorpresas, taller, refrigerios, alquiler de data y pasajes de la movilidad que a continuación se detallan:

GASTOS DE ACTIVIDAD N° 08

N°	fecha	concepto	importe
01	03/10/2025	Impresión de hojas	S/. 80.00
02	03/10/2025	Premios sorpresas (8)	S/. 50.00
03	03/10/2025	Refrigerios (110)	S/. 65.00
04	03/10/2025	Taller	S/. 55.00
05	03/10/2025	Pasajes de la movilidad	S/. 12.00
06	03/10/2025	Alquiler de data	S/. 15.00
TOTAL			S/. 277.00

Al no haber obtenido comprobante de pago que sustenta este egreso, se expide la presente declaración jurada por el importe de S/. 277.00 en cumplimiento a las directivas vigentes.

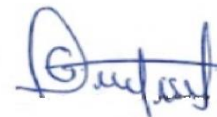
Juliaca, 03 de octubre del 2025



Mtra. **Tania Jakeline Choque Rivera**

DNI N° 41995803

Asesor del grupo "NUTRIKIDS"



Pasaca Herencia Grecia Yurema

CODIGO N° 2021204023

Presidenta del grupo NUTRIKIDS

Anexo 14

Declaración jurada de la actividad N°9

DECLARACIONES JURADAS DE LA ACTIVIDAD N°9 DECLARACIÓN JURADA N°0009

Yo, Grecia Yurema Pasaca Herencia con DNI N° 75238168 desempeñando el cargo de presidenta del grupo NUTRIKIDS del proyecto denominado * FORTALECIMIENTO Y DESARROLLO DE TALLERES EN ALIMENTACIÓN, COCINA CREATIVA Y HABITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.I. 317 "SANTA ADRIANA", JULIACA - PUNO, 2025 *.

DECLARO BAJO JURAMENTO que la fecha 10 de octubre del 2025 se utilizó la cantidad de S/. 292.00 para ejecutar gastos de impresiones, premios sorpresas, taller, refrigerios, alquiler de data y pasajes de la movilidad que a continuación se detallan:

GASTOS DE ACTIVIDAD N° 9


<u>N°</u>	<u>fecha</u>	<u>concepto</u>	<u>importe</u>
01	10/10/2025	Impresión de hojas	S/. 80.00
02	10/10/2025	Premios sorpresas (8)	S/. 47.00
03	10/10/2025	Refrigerios (110)	S/. 68.00
04	10/10/2025	Taller	S/. 70.00
05	10/10/2025	Pasajes de la movilidad	S/. 12.00
06	10/10/2025	Alquiler de data	S/. 15.00
TOTAL			S/. 292.00

Al no haber obtenido comprobante de pago que sustenta este egreso, se expide la presente declaración jurada por el importe de S/. 292.00 en cumplimiento a las directivas vigentes.

Juliaca, 10 de octubre del 2025



Mtra. Tania Jakeline Choque Rivera
DNI N° 41995803
Asesor del grupo "NUTRIKIDS"

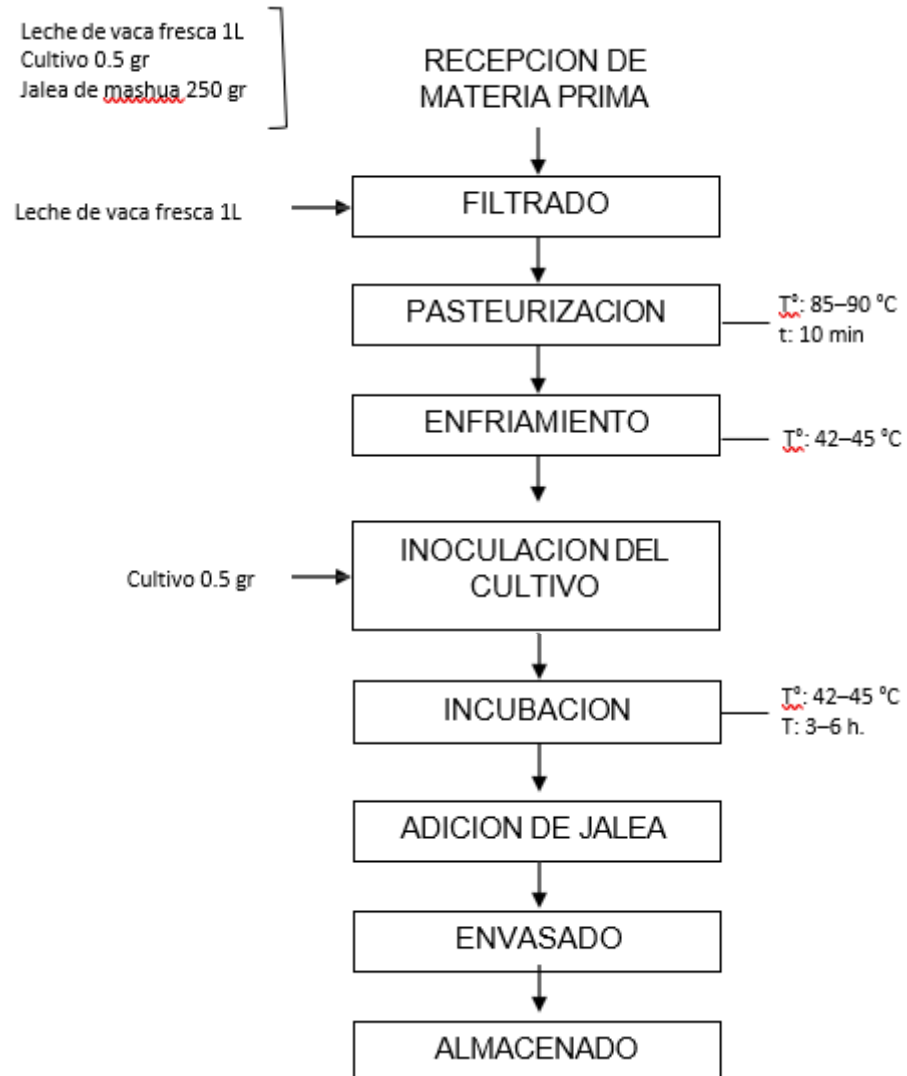


Pasaca Herencia Grecia Yurema
CODIGO N° 2021204023
Presidenta del grupo NUTRIKIDS

Anexo 15

Diagrama de flujo del taller de la actividad N°4

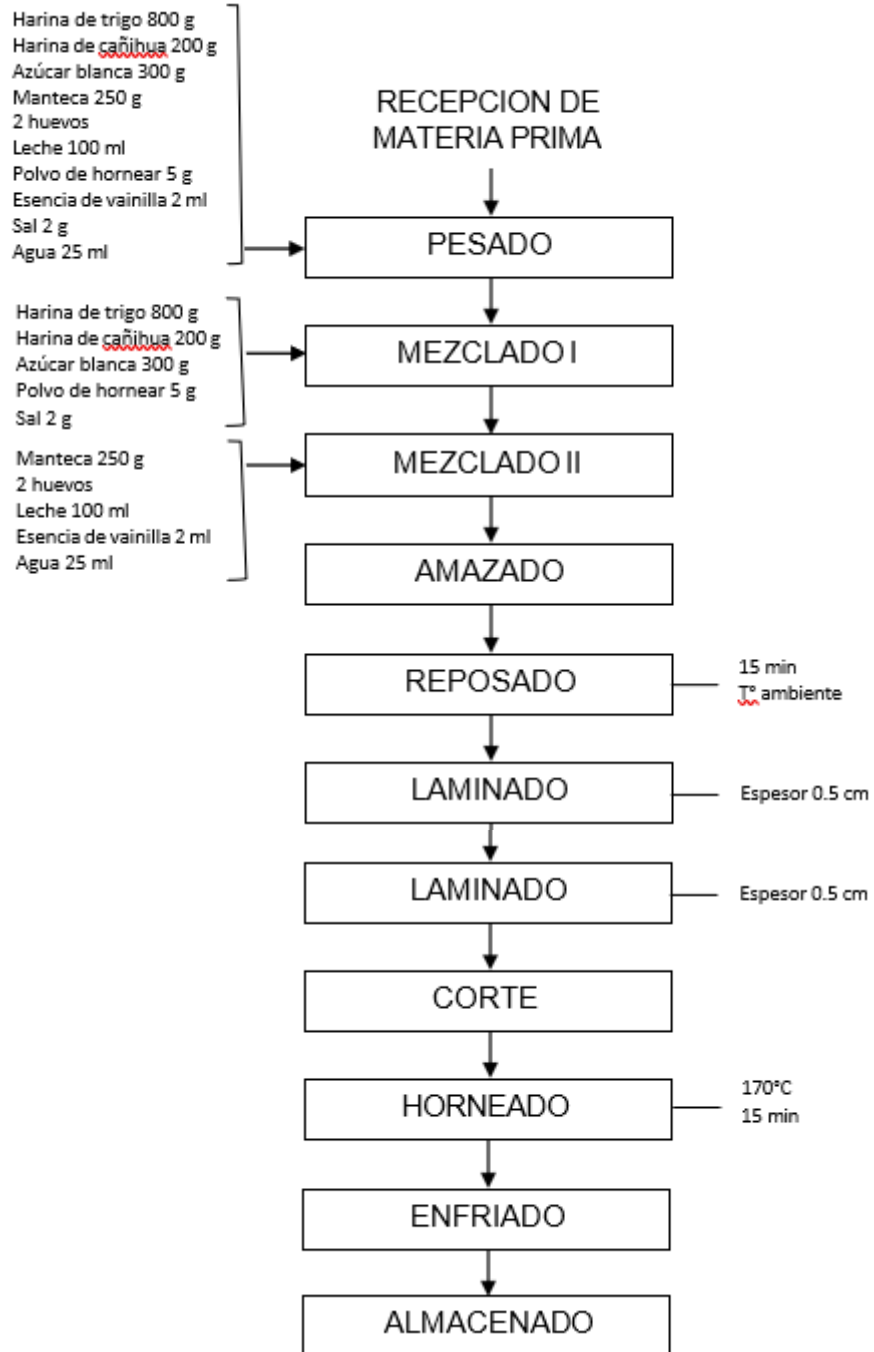
Actividad N°4: Elaboración de yogurt con adición de jalea de Mashua



Anexo 16

Diagrama de flujo del taller de la actividad N°5

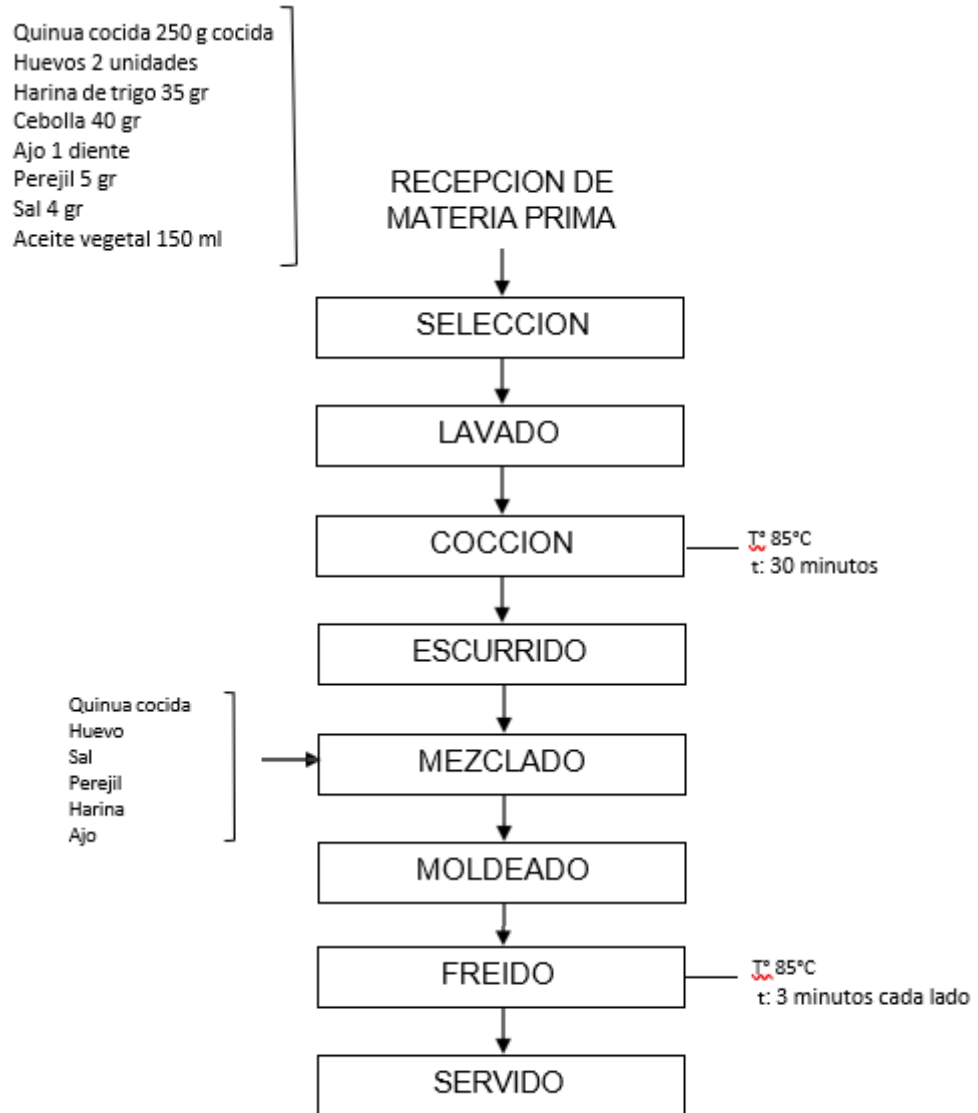
Actividad N°5: Diagrama de flujo de elaboración de galletas con harina de cañihua



Anexo 17

Diagrama de flujo del taller de la actividad N°6

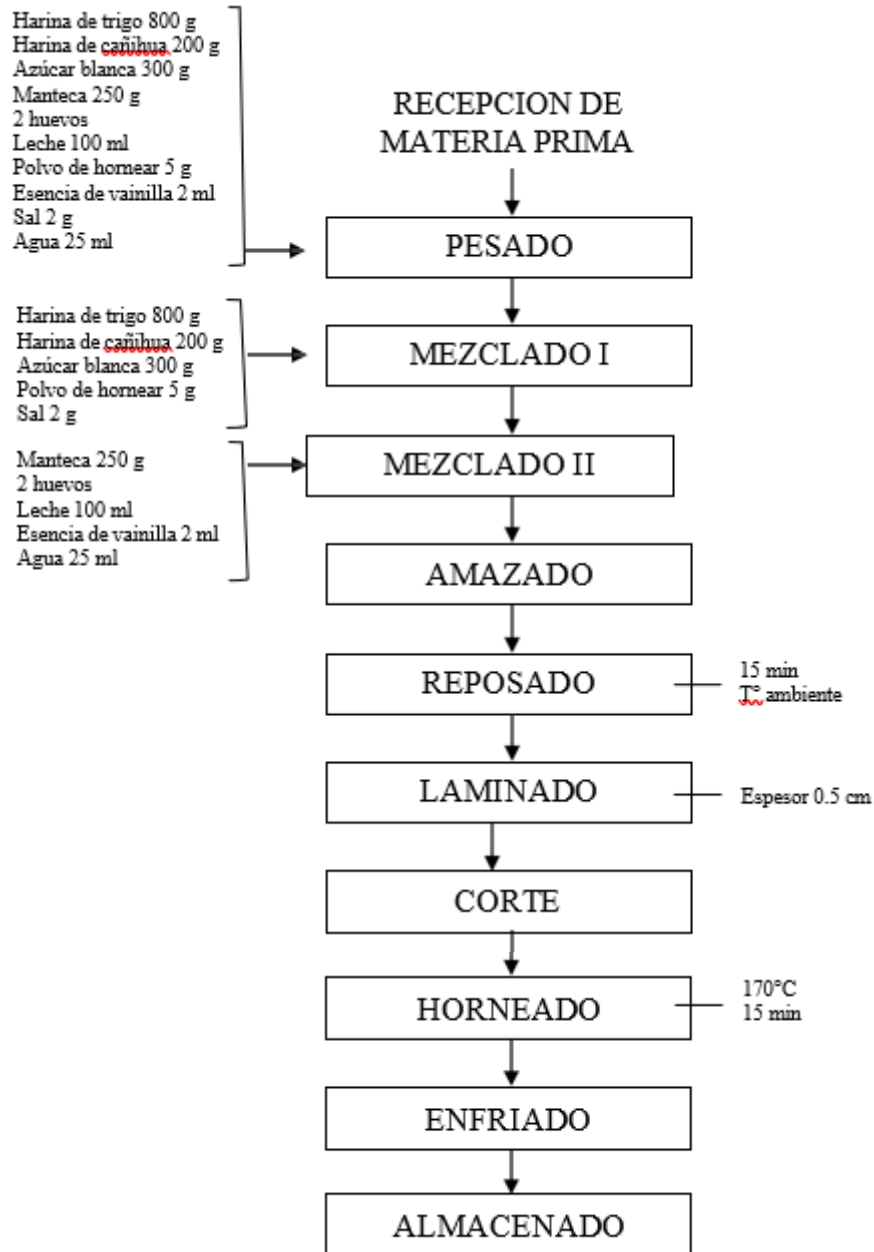
Actividad N°6: Diagrama de flujo de elaboración de torrijitas de quinua



Anexo 18

Diagrama de flujo del taller de la actividad N°7

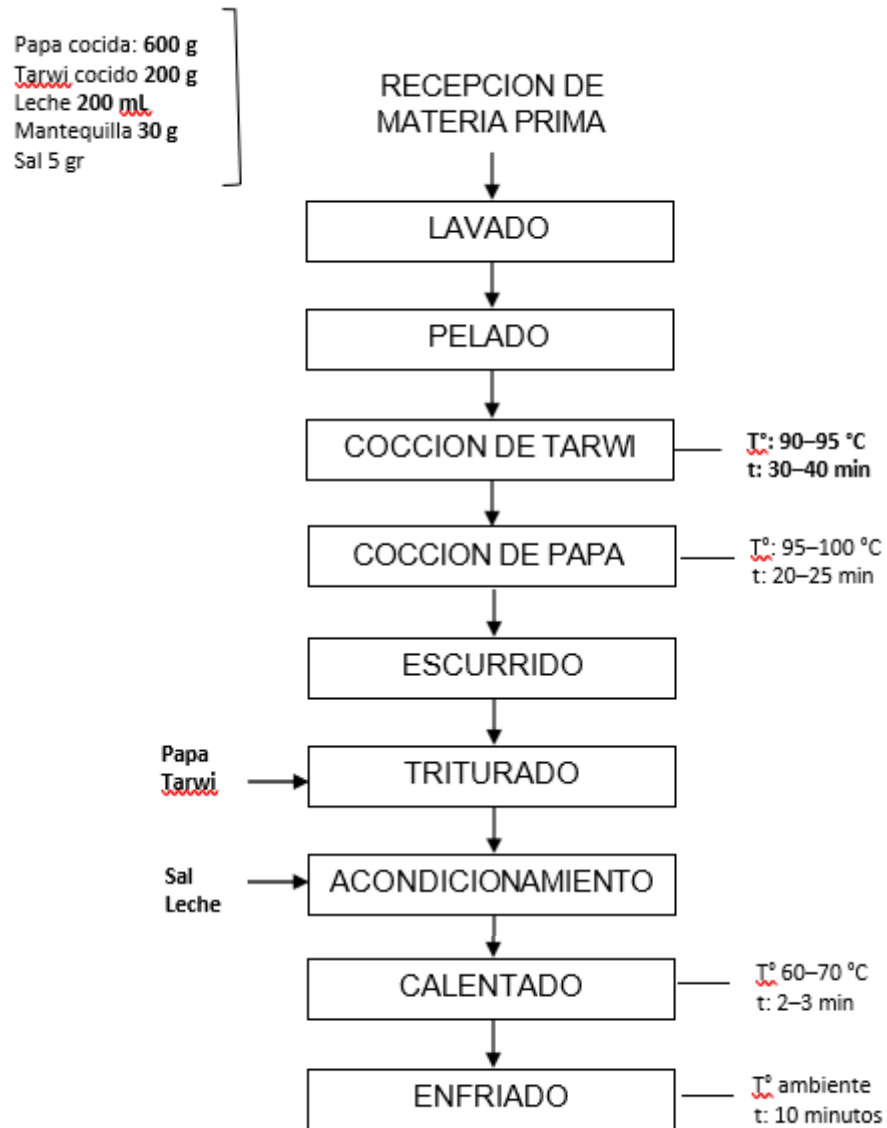
Actividad N°7: Diagrama de flujo de elaboración de hamburguesa de lentejas



Anexo 19

Diagrama de flujo del taller de la actividad N°8

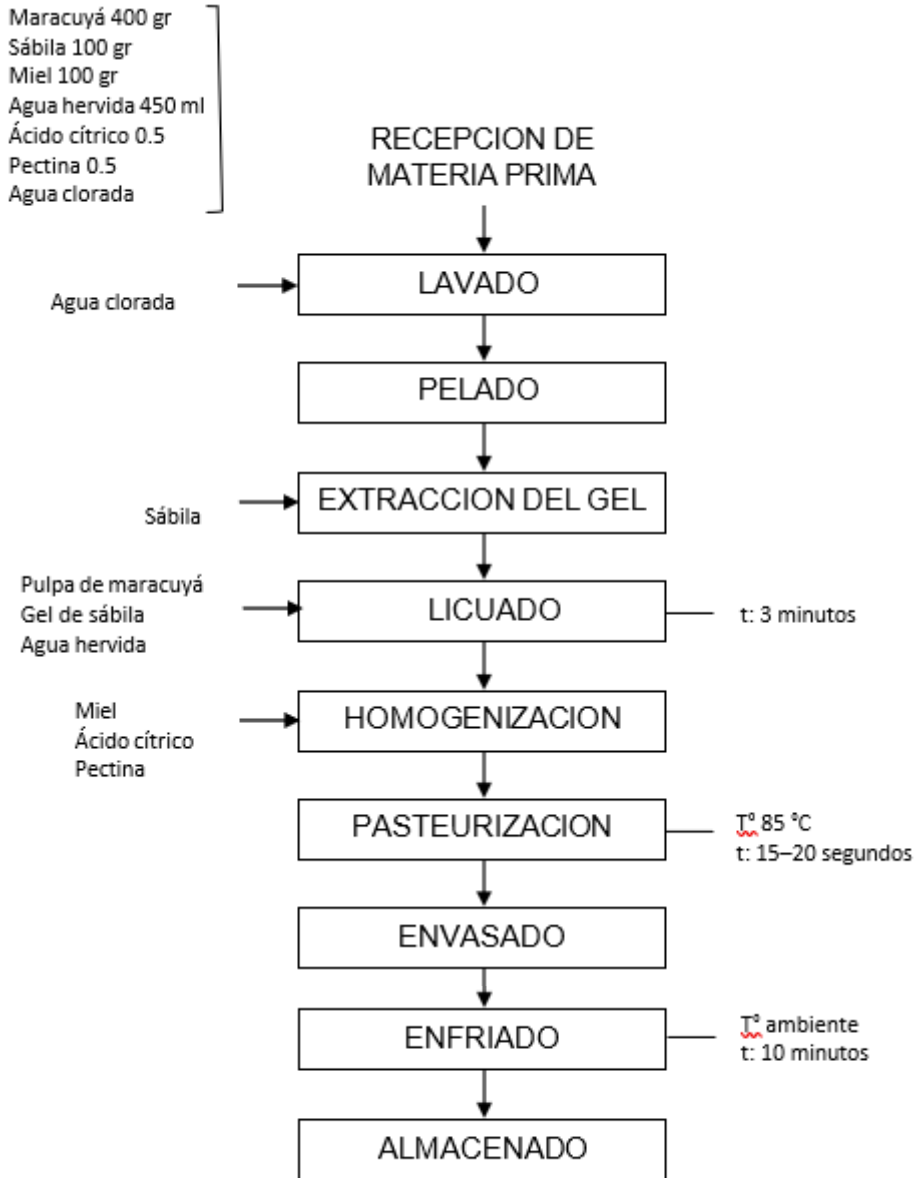
Actividad N°8: Diagrama de flujo de elaboración de pure de papa con adición de tarwi



Anexo 20

Diagrama de flujo del taller de la actividad N°9

Actividad N°9: Diagrama de flujo de elaboración de bebida funcional de maracuyá, sábila y adición de miel



Anexo 21

Evaluación de entrada de conocimientos de la actividad N°1 y actividad N°9

Evaluación de Impacto del Proyecto: Fortalecimiento y Desarrollo de Talleres en Alimentación, Cocina Creativa y Hábitos Alimenticios Saludables

I.E.I. 317 "Santa Adriana"

Instrucciones: Por favor, lee cada pregunta y marca con una "X" la opción que mejor represente tu experiencia o conocimiento. No hay respuestas correctas o incorrectas, solo tu percepción.

Escala de Respuesta: 1 = Nunca 2 = Casi Nunca 3 = A veces 4 = Casi Siempre 5 = Siempre

Objetivo 1: Diagnosticar los conocimientos, prácticas, actitudes y necesidades en relación con la alimentación saludable y la cocina creativa.

1. Considero que tengo suficiente información sobre qué alimentos son saludables para mi familia.

1	2	3	4	5
2. Preparo comidas en casa utilizando ingredientes variados y creativos, más allá de lo tradicional.

1	2	3	4	5
3. Me siento seguro/a para identificar si la comida que consume mi hijo/a en la escuela o en casa es nutritiva.

1	2	3	4	5
4. Busco activamente nuevas ideas o recetas para hacer más saludable y atractiva la comida en casa.

1	2	3	4	5

Objetivo 2: Fomentar y capacitar a los padres de familia en la planificación y elaboración de dietas y loncheras saludables.

5. Planifico con anticipación las comidas y loncheras semanales de mi familia para asegurar que sean balanceadas.

1	2	3	4	5
6. Incluyo una variedad de grupos de alimentos (frutas, verduras, proteínas, carbohidratos) en las loncheras de mis hijos/as.

1	2	3	4	5
7. Sé cómo sustituir ingredientes menos saludables por opciones más nutritivas al preparar las comidas.

1	2	3	4	5

8. Considero que tengo las habilidades necesarias para preparar loncheras que sean nutritivas y atractivas para mis hijos/as.

1	2	3	4	5

Objetivo 3: Evaluar el impacto de las capacitaciones y talleres en las dietas, loncheras y hábitos alimenticios saludables.

9. He cambiado positivamente los tipos de alimentos que compro para mi hogar como resultado de las capacitaciones.

1	2	3	4	5

10. Mis hijos/as ahora consumen una mayor variedad de alimentos saludables, incluyendo frutas y verduras.

1	2	3	4	5

11. Me siento más motivado/a y confiado/a para aplicar lo aprendido en los talleres sobre alimentación saludable en mi día a día.

1	2	3	4	5

12. Los hábitos alimenticios generales de mi familia han mejorado significativamente desde que participé en los talleres.

1	2	3	4	5

Link de evaluación de impacto:

https://drive.google.com/drive/folders/1jXIrL8OBM1iILSP3NyMbxajNxydmWOsx?usp=drive_link

Anexo 22

Fotografía realizada de la actividad N°1

Actividad 1: Selección de alimentos y clasificación según sus colores.



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing

Anexo 23

Fotografía realizada de la actividad N°2

Actividad 2: Macronutrientes y micronutrientes esenciales en niños de etapa pre escolar



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing

Anexo 24

Fotografía realizada de la actividad N°3

Actividad 3: Aporte de los cultivos andinos a la nutrición



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing

Anexo 25

Fotografía realizada de la actividad N°4

Actividad 4: Yogurt con adición de jalea de mashua negra



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing

Anexo 26

Fotografía realizada de la actividad N°5

Actividad 5: Galletas de cañihua



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing

Anexo 27

Fotografía realizada de la actividad N°6

Actividad 6: torreja de quinua, espinaca y arroz a la jardinera



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing

Anexo 28

Fotografía realizada de la actividad N°7

Actividad 7: Hamburguesa de lentejas



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing

Anexo 29

Fotografía realizada de la actividad N°8

Actividad 8: pure de papa con tarwi con carne de alpaca y ensalada de verduras.



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing

Anexo 30

Fotografía realizada de la actividad N°9

Actividad 9: bebida funcional de maracuya, sabila y adicional de miel.



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing

Anexo 31

Fotografía del cierre y clausura del proyecto



Nota, ver drive https://drive.google.com/drive/folders/1WcZzd5k_Qikf91h1Zs8xD3t_Jz-zwa5m?usp=sharing