



Universidad
Norbert Wiener

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA**

TRABAJO ACADÉMICO

Conocimiento y prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023

Para optar el Título de
Especialista en Enfermería en Salud y Desarrollo Integral Infantil:
Control de Crecimiento y Desarrollo e Inmunizaciones

Presentado Por

Autora: Coronel Barzola, Cecilia

Código Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-0952-5102>

Asesor: Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio

Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6982-7888>

Línea De Investigación General

Salud, Enfermedad Y Ambiente

Lima – Perú

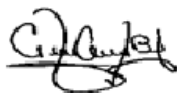
2023

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01

Yo, Coronel Barzola, Cecilia, Egresada de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académica de Enfermería, Segunda Especialidad en Enfermería en Salud y Desarrollo Integral Infantil: Control de Crecimiento y Desarrollo e Inmunizaciones de la Universidad Privada Norbert Wiener; declaro que el trabajo académico titulado "Conocimiento y prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023", Asesorado por el Docente Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio, DNI N° 09542548, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6982-7888>, tiene un índice de similitud de 12 (Doce) %, con código oid:14912:300950137, verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor(a)
 Coronel Barzola, Cecilia
 DNI N° 42211228



.....
 Firma del Asesor
 Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio
 DNI N° 09542548

Lima, 01 de Junio de 2023

DEDICATORIA

Con amor y cariño a mis padres por su apoyo incondicional durante toda mi formación profesional y por ser los que impulsan constantemente mi superación para lograr mis objetivos y metas trazadas.

AGRADECIMIENTO:**A DIOS**

Por darnos la vida, y guiarnos a diario en nuestra formación profesional.

A NUESTROS PADRES

Por su apoyo Incondicional para lograr nuestras metas trazadas y por motivarnos a seguir adelante en este largo camino que nos queda por recorrer.

A MI ASESOR

Mg. Asesor: Montoro Valdivia, Marcos Antonio Por guiarnos durante la elaboración de nuestro proyecto de investigación.

Asesor: Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio
Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6982-7888>

JURADO

Presidente : Dra. Uturunco Vera, Milagros Lizbeth

Secretario : Dr. Gamarra Bustillos, Carlos

Vocal : Dra. Reyes Quiroz, Giovanna Elizabeth

ÍNDICE

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	ix
Abstract	x
1. EL PROBLEMA	2
1.1. Planteamiento del problema	2
1.2. Formulación del problema	4
1.2.1. Problema general	4
1.2.2. Problemas específicos	5
1.3. Objetivos de la investigación	5
1.3.1. Objetivo general	5
1.3.2. Objetivos específicos	5
1.4. Justificación de la investigación	6
1.4.1. Teórica	6
1.4.2. Metodológica	6
1.4.3. Práctica	6
1.5. Delimitaciones de la investigación	7
1.5.1. Temporal	7
1.5.2. Espacial	7
1.5.3. Población o unidad de análisis	7
2. MARCO TEÓRICO	8
2.1. Antecedentes	8
2.1.1 Antecedentes internacionales	8
2.1.2. Antecedentes nacionales	10
2.2. Bases teóricas	12

2.2.2.3 Teoría de enfermería	20
2.3. Formulación de la hipótesis	20
2.3.1. Hipótesis general	20
2.3.2. Hipótesis específicas	20
3. METODOLOGÍA	23
3.1 Método de la investigación	23
3.2 Enfoque de la investigación	23
3.3 Tipo de investigación	23
3.4 Diseño de la investigación	24
3.5 Población, muestra y muestreo	24
3.6 Variables y operacionalización	26
3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	28
3.7.1 Técnica	28
3.7.2 Descripción de instrumentos	28
3.7.3 Variables	29
3.7.4 Confiabilidad	30
3.8 Plan de procesamiento y análisis de datos	30
3.9 Aspectos éticos	30
4 ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	32
4.1 Cronograma de actividades	32
4.2 Presupuesto	33
5 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	35
Anexo 1: Matriz de consistencia	44
Anexo 2: Instrumentos	46
Anexo 3: Modelo de Consentimiento Informado	55
Anexo 4: Informe de originalidad	

Resumen

El trabajo “Conocimiento y prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco, 2023, con el objeto de determinar cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco – 2023. Metodología. El diseño metodológico propuesto es un estudio hipotético deductivo con un enfoque de investigación cuantitativo, tipo de investigación aplicada, diseño no experimental de corte transversal, nivel de alcance correlacional. En cuanto a la población, para efectos del presente trabajo de investigación, la población de análisis está compuesta por 80 niños menores de 5 años que asisten a un centro de salud de Cerro de Pasco en el año 2023. Para alcanzar resultados precisos se va a trabajar con el total de la población, por lo tanto, la muestra está compuesta por 80 niños menores de 5 años que asisten al centro de salud Paucartambo. Respecto a los instrumentos, para efectos de recolección de datos se utilizará el cuestionario elaborado por Cruz Solórzano, Mabel Carmen en 2022 previamente validado con un Alfa de Crombach de 0.75 (n=20), y el inventario denominado prácticas alimentarias en madres de preescolares, elaborado por Ferrel G., García M. y Villanueva B. en 2015. Los datos serán analizados con el programa estadístico SPSS y se comprobará la hipótesis a través de la prueba de Spearman.

Palabras claves: Conocimiento nutricional, prácticas sobre alimentación saludable, alimentación infantil.

Abstract

This entitled "Knowledge and practices about healthy eating in mothers of children under 5 years of age at a health center in Cerro de Pasco, 2023. With the objective of: determining the relationship between knowledge and practices about eating health in mothers of children under 5 years of age from a health center in Cerro de Pasco - 2023. Methodology. The proposed methodological design is a hypothetical deductive study with a quantitative research approach, type of applied research, non-experimental cross-sectional design, level of correlational scope. Regarding the population, for the purposes of this research work, the analysis population is made up of 80 children under 5 years of age who attend a health center in Cerro de Pasco in the year 2023. To achieve precise results, work with the total population, therefore, the sample is made up of 80 children under 5 years of age who attend the Paucartambo health center. Regarding the instruments, for the purposes of data collection, the questionnaire prepared by Cruz Solórzano, Mabel Carmen in 2022 previously validated with a Cronbach's Alpha of 0.75 (n=20), and the inventory called food practices in mothers of preschools, prepared by Ferrel G., García M. & Villanueva B. in 2015. The data will be analyzed with the statistical program SPSS and the hypothesis will be verified through the Spearman test.

Keywords: Nutritional Knowledge, healthy eating practices, infant feeding.

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

El informe “Estado Mundial de la Infancia 2019: Niños, alimentos y nutrición”, revela que alrededor de 200 millones de niños menores de cinco años (1 de cada tres), se encuentra desnutrido o sufre de sobrepeso, del mismo modo, 2 de cada 3 niños entre seis meses y 2 años de edad, no reciben alimentos que sus cuerpos y sus cerebros, por otro lado, 149 millones de niños padecen de retraso en el crecimiento o son demasiado pequeños para su edad, 50 millones de niños sufren de emaciación o son demasiado delgados para su estatura, 40 millones de niños tienen sobrepeso o son obesos, situación que puede aumentar riesgos de infección, perjudicar su desarrollo cerebral, interferir con su aprendizaje, debilitar su sistema inmunológico, e incluso la muerte. (1)

De acuerdo al informe de Unicef y el Programa Mundial de alimentos, un niño o niña que vive en estado de sobrepeso y obesidad, no solo lleva una carga física, sino también, una carga emocional que lo hace vulnerable frente a otros niños, adolescentes, adultos y también, frente a la sociedad. Aquellos que viven en estado de sobrepeso u obesidad a consecuencia de malas prácticas alimenticias, corren el riesgo de ser víctimas de acoso, sufrir episodios de ansiedad, depresión, baja autoestima, infelicidad y también corren el riesgo de convertirse en adulto emocionalmente inseguro. (2).

Diversos investigadores revelan que es necesario conocer sobre nutrición lo cual se constituye en un factor fundamental que evalúa el comportamiento relacionado con la dieta para lo cual el uso de herramientas de evaluación es un desafío constante considerando que existe la necesidad de comparar los niveles de conocimientos de nutrición y como se correlaciona entre contextos geográficos, poblaciones, culturas, estudios, creencias, entre otros. (3)

Para la Organización Mundial de la Salud, el gran desafío de las instituciones de salud y de los gobiernos, radica en eliminar la cultura del consumo de alimentos procesados hipercalóricos con alto contenido de grasas, azúcares libres, sal y sodio. En la dieta de los hogares no acostumbran a consumir suficiente frutas, verduras y fibra dietética, como por ejemplo cereales integrales, por lo tanto, llevar una dieta sana a lo largo de la vida ayuda a prevenir la malnutrición en todas sus formas, así como diferentes enfermedades no transmisibles. (4). En países como Nepal, investigadores implementan intervenciones escolares en entornos de limitados recursos a fin de promover la salud con el desafío de crear adecuados hábitos alimenticios identificando diversos factores positivos y negativos asociados a las prácticas dietéticas saludables concluyendo que promover hábitos alimenticios saludables significa animar a los padres a involucrar a sus hijos en la preparación de comidas y aumentar la conciencia de los miembros de la familia respecto al tema alimenticio (5)

En América Latina y el Caribe se evidencia una realidad similar considerando que el informe de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), el porcentaje de infantes con desnutrición sobrepasa el 10% (7 millones), preponderando en los países de Guatemala, Guayana y Haití, mientras que el sobrepeso y la obesidad exteriorizan un porcentaje mayor a 7% (4 millones) que predominan en Paraguay, Argentina y Chile (6)

Mientras tanto en Perú, persisten otros problemas de tipo nutricional como la anemia por deficiencia de hierro que, en niñas y niños de seis a 36 meses de nacidos, fue del 42,4% en el 2022 según cifras reportadas por la encuesta Demográfica y de Salud Familiar del Instituto Nacional de Estadística Informática (7). Según cifras del Instituto Nacional de Salud (INS), el 23.9% de adolescentes padece de 12 a 17 años padecen de exceso de peso (sobrepeso u obesidad), estos males afectan al 32.3% de escolares de 6 a 11 años, datos similares se revelaron en Lima (8.9%), Callao (9%) y Moquegua (9.7%) y respecto a

desnutrición en la población infantil, el 12.2% de niñas y niños mejores de cinco años padecen de desnutrición crónica de los cuales el 24.5% pertenecen al área rural según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar ENDES, 2019 (8)

El gobierno aprobó el uso de Octógonos, Ley No 30021 que establece el etiquetado de advertencia en los alimentos procesados (9), al respecto, la decana del Colegio de Nutricionistas del Perú, saludó esta iniciativa del gobierno, sin embargo, refiere que no solo es necesario etiquetar los alimentos sino, educar a la población respecto a nutrición saludable y actividad física. (10)

Respecto a datos en el ámbito local, el departamento de Pasco cuenta con 254,065 habitantes, de los cuales 12,885 son niños y niñas menores de tres años. En cuanto a indicadores de menores de cinco años con desnutrición crónica, se revelaron los siguientes porcentajes: 22.8% en el año 2017, 19.3% en el año 2018, 16% en el año 2019, 18% en el año 2020, 16.7% en el año 2021 y 16.9% en el 2022 con un leve incremento de 0.2% porcentual en el último año con relación al año anterior. (11)

Ante lo expuesto, se revela que tanto la desnutrición como la obesidad son consecuencia de las malas prácticas alimenticias, y éstas a su vez, son el resultado del desconocimiento y prácticas inadecuadas de alimentación saludable, así como también, a los problemas económicos que no les permiten realizar una dieta adecuada, sin embargo, este último factor no corresponde al presente estudio.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es la relación entre conocimiento según su dimensión aspectos generales y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?

¿Cuál es la relación entre conocimiento según su dimensión aspectos específicos y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?

¿Cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para garantizar la calidad de la alimentación en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?

¿Cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para la prevención de anemias nutricionales en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco – 2023.

1.3.2. Objetivos específicos

OE1: Identificar cuál es la relación entre conocimiento según su dimensión aspectos generales y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

OE2: Identificar cuál es la relación entre conocimiento según su dimensión aspectos específicos y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

OE3: Identificar cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para garantizar la calidad de la alimentación en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

OE4: Identificar cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para la prevención de anemias nutricionales en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

El presente estudio busca reducir las brechas de conocimiento respecto a las variables de estudio que son: conocimiento sobre alimentación saludable y practica alimentaria para lo cual se cuenta con una amplia revisión teórica y detalle de estudios referenciales de particular interés tanto a nivel nacional como internacional respecto al tema. Para ello se contará con el respaldo teórico de la enfermera Virginia Henderson quien sustenta la variable conocimiento y, por otro lado, la enfermera Dorothea Orem quien sustenta la variable práctica.

1.4.2. Metodológica

Haciendo uso del método científico, el presente trabajo de investigación aportará dos instrumentos de recolección de datos los cuales han sido debidamente validados por jueces expertos y con un coeficiente óptimo lo que hace que pueda ser utilizado en el presente estudio, así como podrá ser fácilmente utilizado y/o adaptado en otras investigaciones de similares características.

1.4.3. Práctica

Los resultados del presente estudio serán de utilidad para un Centro de Salud de Cerro de Pasco e instituciones relacionadas con la salud de los menores de cinco años, considerando que este tipo de instituciones cumplen un rol importante en el control del crecimiento y

desarrollo óptimo del niño; por lo tanto, el resultado de este trabajo contribuirá con el desarrollo de programas y actividades preventivas y promocionales dirigidas a los padres de familia sobre temas nutricionales, con la finalidad de que el niño tenga un crecimiento y desarrollo adecuado de acuerdo a su edad.

1.5. Delimitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal

El estudio se desarrollará entre los meses de mayo a octubre del año 2023.

1.5.2. Espacial

La investigación se desarrollará en un Centro de Salud ubicado en el distrito de Paucartambo, provincia y departamento de Cerro de Pasco, Perú.

1.5.3. Población o unidad de análisis

La población de estudio estará compuesta por niños y niñas menores de cinco años que asisten con sus madres a un Centro de Salud de Cerro de Pasco.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1 Antecedentes internacionales

Barreno et al., (12) en el año 2020 en Ecuador plantearon como objetivo de la presente investigación “relacionar los conocimientos y prácticas alimentarias de los cuidadores en los Centros de Desarrollo Infantil con el estado nutricional de los niños”. Se realizó una investigación cualitativa, descriptiva de campo, observacional y transversal. La muestra se constituyó por 129 niños que acuden regularmente a los Centros de Desarrollo Infantil, a quienes se les tomó medidas antropométricas para determinar su estado nutricional. Se realizaron 23 entrevistas a las cuidadoras de los niños de los centros de desarrollo infantil, dos urbanos y dos rurales, entre enero y marzo de 2020, en el Cantón Salcedo, provincia de Cotopaxi. Las entrevistas constaron de 15 preguntas semiestructuradas. El análisis cualitativo reveló que las malas prácticas de alimentación son comunes en la muestra analizada. La información obtenida de las entrevistas sugiere que las prácticas de alimentación se ven obstaculizadas por dos limitaciones: falta de comprensión de los temas relacionados para la salud y la nutrición infantil, así como las fuentes inadecuadas de información sobre estos temas. Una alimentación apropiada para la edad puede estimular a los niños a un buen desarrollo físico y cognitivo, pero en su ausencia conduce a graves problemas de salud en la edad adulta. En conclusión, existe una relación marcada entre el cuidado y la alimentación con el estado nutricional de los niños y niñas en los CDIs evaluados.

Morante et al., (13) en el año 2019 en Ecuador plantearon como objetivo de investigación “medir el nivel de conocimiento y prácticas en madres de niños menores de 5 años y su relación con el estado nutricional en el CDI Pequeños Brillantes, sector la virgen, Vinces, los Ríos”. Para poder conocer el estado nutricional de los niños se les realizaron

chequeos a 24 niños donde fueron medidos y pesados, a los padres se les realizaron encuestas para obtener resultados concretos sobre el nivel de conocimiento y prácticas y cómo influyen en el estado nutricional de los niños. En los chequeos realizados a los niños se encontró con que más de mitad presentaba sobrepeso y obesidad. Una vez establecido el estado nutricional de los niños se realizó el procesamiento y análisis de los resultados de las encuestas, las cuales arrojaron resultados negativos, ya que el nivel de conocimiento medido fue bajo y las prácticas realizadas inadecuadas. En conclusión, se obtuvieron resultados negativos ya que las madres encuestadas cuentan con muy poca información sobre el cuidado nutricional.

Núñez et al., (14) en el año 2019 en Paraguay plantearon como objetivo “determinar la asociación entre el nivel de conocimiento y las prácticas de cuidadores sobre alimentación infantil de niños de 2 a 5 años que acudieron al Hospital Materno Infantil de Loma Pytá de la ciudad de Asunción en junio de 2019”. Estudio observacional, analítico de corte transversal. La población a estudiar estuvo compuesta por 30 cuidadores que tienen a su cargo niños de 2 a 5 años que consultaban en el Hospital del Ministerio de Salud. Se aplicó un cuestionario en el cual se incluyeron preguntas en relación nivel de conocimientos y prácticas a los cuidadores sobre alimentación de sus niños, además de una frecuencia alimentaria. En cuanto al nivel de conocimiento sobre los hábitos alimentarios que tenían los cuidadores de los niños, la mayoría tenía un conocimiento medio (40%). En relación a las prácticas sobre los hábitos alimentarios que los cuidadores tenían respecto a los niños, 80% de ellos tenían un nivel inadecuado. En cuanto a la asociación entre el nivel de conocimientos y el nivel de práctica se encontró una relación estadísticamente significativa entre estas variables con un valor de $p < 0,001$ para la prueba de Chi Cuadrado. Esto significa que existía una relación entre lo que sabían los cuidadores de estos niños y las prácticas que realizaban.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Díaz (15) en el año 2022 en Trujillo, investigó con el objetivo de “determinar la relación entre el nivel de conocimiento y prácticas de alimentación saludable en madres de menores de 5 años del Centro de Salud El Molino - Cascas. 2021”. El estudio fue de tipo descriptivo, correlacional de corte transversal, se utilizaron dos instrumentos para la recolección de información, que fue el cuestionario; la muestra estuvo conformada por 38 madres; los datos obtenidos fueron procesados y analizados en el programa SPSS y presentados en tablas estadísticas simples y de doble entrada; los resultados fueron que el 57,9 % tuvo un nivel de conocimiento medio y el 34,25 % un nivel conocimiento alto, mientras que el 7,9% nivel de conocimiento bajo; así mismo se encontró que el 76,3% realiza prácticas correctas y 23,7% prácticas incorrectas de alimentación saludable. Para determinar la relación entre las variables, se empleó la prueba estadística no paramétrica de Chi cuadrado de Pearson que arrojó una Sig. de 0,919 resultado superior al 5%; por lo que concluyó que no existe relación significativa entre ambas variables.

Chiroque, Mady (16) en el año 2022 en el distrito de Comas de la ciudad de Lima, se desarrolló un estudio con el objetivo de “determinar la relación del nivel de conocimiento con la práctica sobre alimentos saludables en madres del Condominio Girasoles Comas, Lima-2022”. El enfoque metodológico utilizado fue cuantitativo no experimental, transversal, correlacional y descriptivo con una muestra de 60 madres de niños (a) menores de 12 años de edad del mencionado condominio en el distrito de Comas, muestra que fue seleccionada por criterios de inclusión y exclusión de la investigación. Para medir el nivel de conocimiento y su relación de alimentación saludable páralo cual se utilizaron 2 instrumentos: a) Cuestionario, para medir el conocimiento de las madres sobre alimentación del preescolar, y b) inventario, para medir las prácticas reportadas por las madres sobre alimentación saludable. Se concluyó que el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos generales

con las prácticas sobre alimentación saludable en las madres, tiene inadecuadas prácticas y nivel de conocimientos medio, con una relación del 13%. Según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en las madres tiene inadecuadas prácticas y un nivel de conocimientos medio, existiendo una relación entre ambos del 23%. Finalmente, el nivel de conocimientos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres tiene prácticas inadecuadas y nivel de conocimiento medio con una relación entre ambas variables de 97%.

Sánchez et al., (17) en el año 2019 en Trujillo-Perú investigaron con el objetivo de “determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y prácticas sobre alimentación saludable en las madres de niños menores de dos años”. La muestra estuvo constituida por 52 madres de niños menores de dos años. Para la recolección de los datos se utilizó el instrumento: Cuestionario del nivel de conocimientos y prácticas de alimentación saludable del niño menor de 2 años. La información obtenida fue procesada y analizada en el programa SPSS versión 18 y presentados en tablas estadísticas de una y doble entrada con sus respectivos gráficos. Para determinar la relación entre las variables, se utilizó la prueba estadística de correlación de Pearson. Los resultados indican que: el 50% de las madres presentan nivel de conocimiento bajo, el 28.8% nivel medio y el 21.2% nivel alto. El 63.5% de las madres tienen nivel de prácticas desfavorables, mientras que el 36.5% presentan nivel de prácticas favorables. En la conclusión se estableció que el nivel de conocimiento se relaciona significativamente con las prácticas de alimentación saludables, es decir que, a más alto nivel de conocimiento, las prácticas de alimentación saludable serán favorables y viceversa.

2.2. Bases teóricas

En este punto nos aproximaremos a las definiciones teóricas de los conceptos más importantes que nos permitirán entender la investigación.

2.2.1 Conocimiento sobre alimentación saludable

2.2.1.1 Definición de conocimiento

Es un conjunto de información que la persona adquiere como resultado de la experiencia, también se le define como la sumatoria de saberes que se poseen sobre un aspecto de la realidad obtenida a través de un proceso de aprendizaje que ayudará a cambiar las opiniones. Todo conocimiento es objetivo y subjetivo a la vez; objetivo, porque corresponde a la realidad; subjetivo, porque está impregnado de elementos pensantes implícitos en el acto cognoscitivo. El conocimiento vincula procedimientos mentales con actividades prácticas (18).

2.2.1.2 Tipos

Primero, el Ínfimo saber cuya señal es el gusto por las sensaciones, lo poseen el hombre y los animales, el aprendizaje se deriva de la permanencia del recuerdo en la memoria. Existe el saber por la experiencia, es un modo superior de saber, es la familiaridad de las cosas de forma inmediata y concreta, este no se puede enseñar.

Segundo, la Tékhne, el arte o técnica es el saber hacer las cosas, se define como un saber superior, el cual se puede enseñar.

Tercero, la ciencia o epistéme es el saber demostrativo que organiza y sistematiza el conocimiento en diversas especialidades. Permite conocer las causas y principios primeros.

Cuarto, el noús o conocimiento intuitivo que permite intuir los principios no demostrables, los que surgen espontáneamente por iluminación y que parece que no se derivan de nada (19).

2.2.1.3 Dimensiones

a. Aspectos generales. Está constituido por:

- **Alimentación Saludable**

La OMS menciona que mantener una dieta saludable durante toda la vida previene no solo la desnutrición en todas sus formas, sino también una variedad de enfermedades y otras condiciones de salud. Sin embargo, el aumento de la producción de alimentos procesados, la rápida urbanización y el cambio de estilos de vida han provocado un cambio en los patrones de alimentación. Las personas ahora consumen más alimentos ricos en calorías, grasas, azúcares libres y sal / sodio, y muchos no comen suficientes, frutas, verduras y otras fibras dietéticas. (4)

Alimentación saludable se encuentra relacionado con una adecuada nutrición, es fácil confundir a la población con la infinidad de anuncios que bombardean la televisión y las redes sociales, sin embargo, una buena nutrición se trata en realidad de elegir preferentemente alimentos y bebidas con patrones de alimentación saludable, es decir, alimentos y bebidas circunscritas a sus preferencias, tradiciones culturales y presupuesto. En Estados Unidos, la mayoría de las personas necesita ajustar sus patrones de alimentación a fin de incrementar el consumo de fibra dietética, vitamina C, calcio y potasio, para lo cual, las guías alimentarias de ese país, recomiendan:

- Aumentar el consumo de fibra. La fibra colabora con la reducción de los niveles de colesterol, ayuda a controlar el azúcar en la sangre, ayuda a mantener la salud digestiva y a mantenernos llenos por más tiempo.
- Incrementar calcio y vitamina D en los alimentos. El calcio y la vitamina D, brindan una salud ósea óptima

- Agregar potasio. El potasio ayuda a que el corazón, los riñones, los músculos y los nervios funcionen correctamente. El no contar con suficiente potasio en el organismo podría producir el aumento de la presión arterial, agotar el calcio en los huesos e incrementar el riesgo de sufrir cálculos renales.
- Limitar los azúcares añadidos. Demasiados azúcares añadidos en su dieta, contribuyen al incremento de peso, enfermedades del corazón y la diabetes tipo 2.
- Reemplazar grasas saturadas. Reemplazarlas con grasas insaturadas más saludables y que a la vez ayudan a proteger su corazón.
- Reducir el consumo de sodio. Demasiado sodio en el organismo incrementa la presión arterial alta, ataque cardíaco y accidente cerebro vascular.
- Incluir variedad de colores en el plato: Se refiere a frutas y verduras en diversos colores. (20)

- **Nutrición**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la nutrición como la ingesta de alimentos relacionada con la necesidad dietética del organismo. Por ello, una buena nutrición es el elemento básico para llevar una vida saludable. (21)

- **Nutrientes**

Los nutrientes son compuestos que forman parte de los alimentos y los obtenemos por medio del proceso de la digestión. (22)

- **Clasificación de los Nutrientes**

Los micronutrientes, generalmente derivados de la ingesta de alimentos, son pequeñas cantidades de vitaminas y minerales requeridos por el cuerpo para la mayoría de las

funciones celulares. Las deficiencias más comunes de micronutrientes incluyen vitamina A, vitamina D, vitamina B12, hierro, yodo y zinc. Las deficiencias de micronutrientes pueden ocasionar una salud ocular deficiente, bajo peso al nacer y un impacto negativo en el desarrollo físico y cognitivo de los niños, y aumenta el riesgo de enfermedades crónicas en los adultos. Las estrategias centradas en la ingesta de alimentos variados y ricos en nutrientes, alimentos enriquecidos y suplementos vitamínicos pueden ayudar a prevenir deficiencias de micronutrientes. (23)

Los macronutrientes son nutrientes (carbohidratos, grasas y proteínas) que se requieren en cantidades relativamente grandes y son utilizados por los tejidos tanto con fines energéticos como estructurales. (24)

b. Aspectos específicos. Está constituido por:

- **Hábitos Alimenticios**

Los hábitos alimenticios son uno de los medios más notables para mejorar la salud (Slater & Mudryj, 2016). Se definen como una serie de conductas y comportamientos colectivos, que influyen en la manera de escoger, preparar y consumir un determinado alimento, el cual debe cumplir con un aporte nutricional, que le permita al cuerpo obtener la energía suficiente para el desarrollo de las actividades diarias (Paillacho Chamorro & Solano Andrade, 2011). Según Cervera et al. (2004), los hábitos alimenticios son, en definitiva, aquellos procesos por el cual un individuo selecciona sus alimentos, de acuerdo a la disponibilidad y al aprendizaje obtenido de su entorno, influenciados a su vez por factores socioculturales, psicológicos, geográficos y socioeconómicos. (25)

- **Requerimiento Nutricional**

El requerimiento de un nutriente se define como la cantidad necesaria para el sostenimiento de las funciones corporales del organismo humano dirigidas hacia una salud y rendimiento óptimos. (26)

- **Lonchera Saludable**

El refrigerio o lonchera escolar saludable debe ser fácil de preparar, práctico de llevar; evitando opciones no saludables y abundantes, variado con alimentos disponibles localmente y, sobre todo, nutritivo libre de octógonos”

Puede ser ofrecido a media mañana o a media tarde y debe cubrir del 10 al 15% de la energía total requerida diariamente por el escolar para que pueda desempeñarse adecuadamente y no se vea afectado su rendimiento escolar durante el horario de clases”. (27)

- **Contenido básico de una lonchera saludable**

Por lo general, la lonchera saluda está compuesta por alimentos con valor nutritivo que colaboren el pre escolar para mantener su atención y promover su aprendizaje.

- **Tipos de alimentos**

Es importante tomar conciencia nutricional en la preparación de la lonchera, la cual, dentro de la variedad de alimentos en su contenido, debe incluir: alimentos energéticos, constructores y reguladores; además líquidos, considerando que una alimentación sana y balanceada, brindará un óptimo desarrollo físico e intelectual al niño (28).

Los alimentos clasificados de acuerdo a la función que cumplen al interior del cuerpo humano son: alimentos plásticos o constructores, alimentos energéticos y alimentos reguladores (29)

Alimentos plásticos o constructores: Los alimentos principales de este grupo son: proteínas y minerales tales como: leche, queso y yogurt; huevos, carne y pescados; cereales, frutos secos y legumbres; entre otros.

Alimentos energéticos: Su principal función es proporcionar energía, los hidratos de carbono y las grasas son los principales componentes de este tipo de alimentos como: grasas y aceite, frutos secos, cereales, pasta, harina, arroz, pan, miel, azúcar, dulces y chocolates, entre otros.

Alimentos reguladores. Llamados así porque principalmente proporcionan vitaminas y minerales al interior del organismo además de regular los procesos metabólicos tienen propiedades antioxidantes tales como: frutas, verduras, huevos, hígados y lácteos.

2.2.1.4 Teoría de enfermería

Si bien las enfermeras son consideradas el personal de apoyo, son parte del equipo de salud quienes mayor contacto tienen con los pacientes, por lo tanto, sus competencias y su nivel de preparación serán el elemento clave que influye en la calidad del cuidado, al cumplir eficientemente con su labor asistencial. (30)

- **Teoría de Virginia Henderson**

Nacida en Kansas City, Missouri, en 1987, plantea que la enfermería iría cambiando en función a la época en la que se desempeñaba el rol. Adiciona principios psicopatológicos y fisiológicos explicando la importancia de la función de enfermera logrando identificar catorce necesidades básicas de los pacientes dentro de las cuales se encuentran cuidados de enfermería, relación enfermera-paciente y destaca tres niveles donde la enfermera podía intervenir cumpliendo ciertos roles como: rol de sustituta, rol de ayudante o rol de compañera. Este modelo teórico define la independencia que existe en la satisfacción de las necesidades básicas de una persona sana o enferma, por lo cual, las enfermeras se encuentran

obligadas a desarrollar habilidades y destrezas, así como, incrementar la voluntad del individuo, de modo tal, que sus requerimientos de salud sean auto cubiertos según la capacidad del mismo. (31)

2.2.2 Práctica Alimentaria

2.2.2.1 Definición de práctica

Conjunto de actividades que son desarrolladas cuando ciertos conocimientos son aplicados. (32)

Las prácticas alimentarias hacen referencia a conductas específicas suscitadas durante la alimentación, cómo: número de bocados ofrecidos, horario de consumo de alimentos, reacción de los padres ante la aceptación/rechazo del niño, entre otros. Al evaluar las interacciones durante la alimentación, por lo general se pone mayor énfasis en las prácticas, brindando recomendaciones cómo: cuándo introducir utensilios; qué hacer cuando un niño se niega a comer, en que horarios alimentarlos, entre otros.

La mayoría de estrategias relacionadas a la familia podrían impactar en las prácticas de alimentación de los menores y viceversa, para lo cual, establecer rutinas a la hora de los alimentos (por ejemplo, comer en el mismo horario y en el mismo lugar), asegura que los niños identifiquen su espacio y se asegura una posición cómoda al sentarse, que no tengan distracciones a lo hora de los alimentos, es decir, sin televisor ni celular, modelar la conducta apropiada a la hora de comer adoptando como opción saludable que el niño se alimente por sí mismo, son algunas de las estrategias que minimizan los problemas de alimentación. (33)

2.2.2.2 Dimensiones

a. Acciones para garantizar la calidad de la alimentación

Alcanzar la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, requiere el acceso universal a los alimentos inocuos. Cada año alrededor de 600 millones de personas enferman a causa del consumo de alimentos contaminados con virus, bacterias, toxinas o productos químicos y, de este total, al menos 420 mil personas mueren. Con el consumo de alimentos inocuos los niños pueden aprender y los adultos pueden trabajar, es decir, impedir el acceso a alimentos inocuos, limita el desarrollo humano. Existen cinco maneras en las que es posible promover la mejora sostenida en el aspecto de la inocuidad alimentaria. (34)

1. Garantizar inocuidad de los alimentos
2. Producir alimentos de forma inocua
3. Mantener los alimentos inocuos.
4. Verificar que los alimentos sean inocuos.
5. Trabajar en equipo por la inocuidad.

b. Acciones para la prevención de anemias nutricionales

La norma técnica N° 134 manejo preventivo y terapéutico de la anemia, brinda las pautas para abordar temas de prevención, según se detalla a continuación. (35)

- a) Desde los 4 hasta los 6 meses de edad, se inicia la suplementación preventiva con gotas de sulfato ferroso o complejo polimaltosado férrico.
- b) Hasta los 6 meses de edad, se deberá administrar suplementación preventiva con hierro (2 mg/kg/día).
- c) A partir de los 6 meses de edad, se brindará 360 sobres de micronutrientes los cuales deberán completarse con la toma de un sobre por día.
- d) Si a los 6 meses de edad, un niño no recibió micronutrientes, podrá iniciar su consumo a cualquier edad hasta los 35 meses, inclusive, hasta los 3 años de edad cumplidos.

- e) Si no hay provisión de micronutrientes en el establecimiento de Salud, los niños mayores de 6 meses pueden obtener hierro en otra presentación como jarabe de Sulfato Ferroso o Complejo Polimaltosado Férrico en gotas.
- f) Si por alguna razón se suspende el consumo de micronutrientes, se debe completar los 360 sobres y continuar con el esquema evitando los tiempos prolongados de deserción en el consumo.

2.2.2.3 Teoría de enfermería

- **Teoría del Déficit de Autocuidado de Dorothea Orem**

Especialmente orientado a los cuidados paliativos, esta teoría es factible de aplicarse a diversos contextos. La clasificación de Orem, comprende una escala de siete grupos relacionados con las diversas situaciones de cuidados de enfermería y el grupo final representa el límite de la vida y su enfermedad. Esta escala muestra la afectación de la calidad de vida del paciente la cual se deteriora gravemente hasta llegar a la última etapa o etapa final, de este modo, el enfoque del cuidado central es mantener el confort de la persona en cada etapa (36).

2.3. Formulación de la hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hi: Existe relación significativa entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años que asisten a un Centro de Salud de Cerro de Pasco - 2023.

Ho: No existe relación significativa entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años que asisten a un Centro de Salud de Cerro de Pasco - 2023.

2.3.2. Hipótesis específicas

- **Hipótesis específica 1**

H₁: Existe relación significativa entre conocimiento según su dimensión aspectos generales y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

H₀: No existe relación significativa entre conocimiento según su dimensión aspectos generales y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

- **Hipótesis específica 2**

H₂: Existe relación significativa entre conocimiento según su dimensión aspectos específicos y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

H₀: No existe relación significativa entre el conocimiento según su dimensión aspectos específicos y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

- **Hipótesis específica 3**

H₃: Existe relación significativa entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para garantizar la calidad de la alimentación en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

H₀: No existe relación significativa entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para garantizar la calidad de la alimentación en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

- **Hipótesis específica 4**

H₄: Existe relación significativa entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para la prevención de anemias nutricionales en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

H_0 : No existe relación significativa entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para la prevención de anemias nutricionales en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud.

3. METODOLOGÍA

3.1 Método de la investigación

La investigación utilizará el método Hipotético-Deductivo, el cual es un procedimiento que pretende brindar respuesta a los problemas que plantea la ciencia postulando hipótesis asumidas como verdaderas sin contar con certeza alguna acerca de ellas. Dichas conjeturas, predicen una solución y al mismo tiempo, estructuran jerárquicamente ordenadas, hipótesis con diversas características en su enunciación, siendo algunas fundamentales, otras cumplen una función auxiliar y otras derivadas, finalmente, de esos sistemas hipotéticos jerárquicos se derivan consecuencias que deberán ser empíricamente contrastadas para proceder a su validación/invalidación. (37)

3.2 Enfoque de la investigación

Presenta un enfoque cuantitativo considerado como una secuencia de procesos probatorios donde cada etapa precede a la siguiente en forma ordenada y secuencial sin omitir algún paso en el proceso. Hace uso de la recolección de datos con el fin de comprobar hipótesis en función a la medición numérica y el análisis estadístico para definir pautas de comportamiento y comprobar teorías. (38)

3.3 Tipo de investigación

Será de tipo aplicado identificada como investigación práctica o empírica que busca utilizar los conocimientos adquiridos, obteniendo nuevos conocimientos una vez implementada y sistematizada la práctica basada en investigación. En otros términos, consiste en usar el conocimiento y lograr resultados de investigación obteniendo una forma organizada, rigurosa y sistemática de entender la realidad como resultado de este proceso. (39)

3.4 Diseño de la investigación

El diseño de la investigación es no experimental, de corte transversal, nivel de alcance correlacional y se ha formulado bajo el siguiente diseño (38).

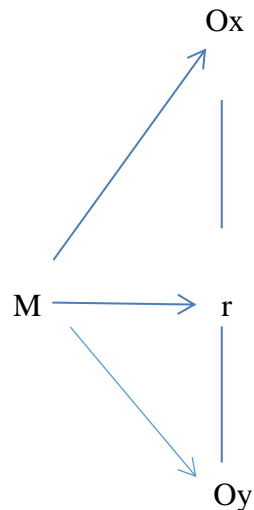


Figura 1 Diseño de investigación. Dónde M: representa a la muestra de estudio.

Ox: Representa a los datos de la variable independiente (Conocimiento sobre alimentación saludable).

Oy: Representa los datos de la variable dependiente (Práctica sobre alimentación saludable).

3.5 Población, muestra y muestreo

- **Población**

Hace referencia al conjunto de personas, objetos, fenómenos de los que se desea conocer algo en particular durante el proceso de investigación. La población puede estar formada por personas, animales, artículos de prensa, registros médicos, programas radiales, nacimientos, accidentes viales, entre otros. (40)

En el presente estudio, la población de análisis está compuesta por todas las madres de los niños menores de 5 años que asisten a un Centro de Salud de Cerro de Pasco que, en número, asciende a 80 madres de niños menores de 5 años en el año 2023.

- **Muestra**

La muestra está formada por una parte del universo o población que ha sido identificada por el investigador para desarrollar el estudio. La muestra se obtiene a través de fórmulas lógico matemáticas, formulas estadísticas, entre otros procedimientos que determinará el número de elementos sujetos a estudio, en otras palabras, la muestra es una porción que representa a la población de estudio cuyos componentes muestran las características de la población en general. (40). No se obtuvo muestra pues se está trabajando con la población en general, es decir, 80 madres de niños, cuyos padres decidieron voluntariamente participar en el estudio y firmaron el consentimiento informado, por tal motivo.

- **Muestreo**

Se refiere al método aplicado con el objetivo de seleccionar a los elementos de la muestra del total de la población, es decir, se refiere al conjunto de reglas, procedimientos y criterios utilizados para extraer de una población, un conjunto de componentes los cuales van a representar lo que sucede en la totalidad de la población sujeto de estudio (40). Por tanto, se utilizará el muestreo censal.

- **Criterios de selección**

Criterios de inclusión: Se encuentran incluidos como parte del estudio, a las madres de niños menores de cinco años cuyos padres firmaron el consentimiento informado y que señalaron residir en zonas aledañas.

Criterios de exclusión: Madres que rehúsan participar en el estudio, madres con niños cuya edad supera los cinco años, madres cuyos hijos presenten alguna condición clínica que requieran alimentación especial, madres que rechazan firmar el consentimiento informado.

3.6 Variables y operacionalización

Variable Dependiente: Conocimiento sobre alimentación saludables

Variable independiente: Prácticas sobre alimentación saludables

Matriz de operacionalización de variables

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición	Escala Valorativa (niveles y rangos)
V1: Conocimiento sobre alimentación saludable	Conjunto de información que se adquiere como resultado de la experiencia, se define también, como la sumatoria de saberes que se poseen sobre un aspecto de la realidad obtenida a través de un proceso de aprendizaje que ayudará a cambiar las opiniones. (18).	Es la información sobre conocimientos de alimentación saludable obtenidos de las madres de familia a través de un instrumento que se aplicara.	Aspectos Generales Aspectos Específicos	- Definición de alimentación saludable - Funciones de los nutrientes - Higiene de los alimentos - Ración alimentaria en los niños - Alimentos básicos - Alimentos complementarios - Alimentos equivalentes - Menú tipo saludable - Refrigerio del niño - Hábitos saludables	Ordinal	- Nivel de conocimiento deficiente 0-14 - Nivel conocimiento regular 15-28 - Nivel conocimiento alto 29-42
V2: Práctica sobre alimentación saludable	Las prácticas en la alimentación son las conductas específicas que caracterizan a las interacciones durante la alimentación (por ejemplo, número de bocados que se ofrecen, horario de consumo de alimento, conducta de los padres frente a la aceptación /rechazo del niño, etc.). (33)	Es el conjunto de actividades sobre prácticas de alimentación saludables obtenida de las madres a través de un cuestionario.	Acciones para garantizar la calidad de la alimentación Acciones para la prevención de anemias nutricionales	- Selección de alimentos en contenido, cantidad y frecuencia adecuados para el niño - Forma de preparación de los alimentos que se brinda al niño - Aseguramiento de la inocuidad de los alimentos que se brindan al niño - Medidas que utiliza para la prevención de la anemia	Ordinal	- Inadecuadas 20-40 - Parcialmente adecuadas 41-60 - Adecuadas 61-80

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

Para la variable conocimiento, se utilizará como técnica la encuesta, mientras que para la variable prácticas alimentarias se hará uso de un inventario de prácticas alimentarias con el fin de obtener información objetiva como el conocimiento o subjetiva como las acciones, la cual es proporcionada por el sujeto de estudio.

3.7.2 Descripción de instrumentos

Se aplicarán 02 instrumentos: a) cuestionario, para medir el conocimiento de las madres sobre alimentación del preescolar; y b) inventario, para medir las prácticas reportadas por las madres sobre alimentación saludable. El cuestionario denominado “Nivel de conocimientos maternos sobre alimentación del preescolar (CNCMAP)” (Anexo 1), fue presentado por Gil y Morillo en el 2009 y adaptado en el año 2017 por los peruanos Cruz y Villanueva. La estructura de este instrumento consta de dos partes: la primera parte consta de datos personales, información relevante en la que se solicita datos de la madre como: edad, nivel educativo, religión, estado civil y ocupación, así como la edad del niño, es decir, de su hijo; la segunda parte está conformada por los datos específicos lo cual incluye 21 interrogantes con opciones múltiples que permitirán medir la variable “conocimiento sobre alimentación” del preescolar en función a dos dimensiones: a) conocimiento acerca de aspectos generales sobre alimentación saludable en los preescolares (ítems: 1, 2, 4, 7, 11, 14), y b) conocimiento acerca de aspectos específicos sobre alimentación preescolar (ítems: 3, 5, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21). La respuesta correcta a cada una de estas preguntas tendrá una valoración de dos (2) puntos y las respuestas incorrectas tendrán una valoración de cero (0) puntos. (41)

El inventario denominado practicas alimentarias en madres de preescolares (Anexo 2), introducido por Ferrel G., García M., Villanueva B. en el año 2015, consta de dos partes:

en primer lugar los datos personales que permitirá obtener los datos de la madre como: edad, nivel educativo, religión, estado civil y ocupación, así como la edad del niño; la segunda parte son los datos específicos, que contiene 20 ítems respecto a las acciones reportadas por la madre que permitirán medir la variable “prácticas sobre alimentación del preescolar” en función a dos dimensiones: a) acciones para garantizar la calidad de la alimentación del preescolar (ítems: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20), y b) acciones para la prevención de anemias nutricionales (ítems: 3 y 18), para cada enunciado, se utilizará la escala de Likert (siempre, muchas veces, algunas veces y nunca) con una puntuación de 4, 3, 2, 1 respectivamente, a excepción de los enunciados 10 y 13, a los cuales se les otorgará una puntuación inversa (1, 2, 3, 4) considerando que son enunciados que contienen prácticas alimentarias.(40)

3.7.3 Variables

- **Variable 1: Conocimiento**

El instrumento “Nivel de conocimientos maternos sobre alimentación del preescolar (CNCMAP)” ha sido sometido a juicio de expertos a través de cuatro profesionales de enfermería donde se obtuvo, a través de la prueba de concordancia de Kendall, una puntuación de 0.119 con una significancia del 0.897, cuyo indicador señala que el instrumento tiene una validez óptima (40).

- **Variable 2: Práctica alimentaria**

El instrumento de prácticas sobre alimentarias saludable en madres de preescolares (Anexo 2), fue sometido a juicio de expertos a través de cuatro profesionales, obteniendo a través de la prueba V de Aiken, una puntuación de 0.98, indicador que revela una fuerte consistencia y congruencia entre opiniones de expertos, los cuales llegaron a la conclusión que el instrumento en cuestión es válido para ser aplicado (40).

3.7.4 Confiabilidad

Para el primer instrumento “Nivel de conocimientos maternos sobre alimentación del preescolar (CNCMAP)”, se realizó la prueba piloto de 20 personas, obteniendo un Alfa de Cronbach de $\alpha=0.87$, lo cual revela que el instrumento es confiable, con lo que se concluye que el instrumento es aceptable para medir la variable nivel de conocimiento (40).

Para el instrumento que va a medir las practicas sobre alimentación saludable, el indicador de fiabilidad obtenido a través del análisis de Alfa de Cronbach fue de $\alpha=0.91$, lo cual revela que el instrumento es confiable (40).

3.8 Plan de procesamiento y análisis de datos

Posterior al trabajo de campo y al recojo de información

- Los datos obtenidos como resultado de la aplicación de instrumentos, serán vertidos en una base de datos del software estadístico SPSS V.24.
- Se procederá a trabajar la estadística descriptiva para hacer uso de gráficos y tablas para poder detallar el comportamiento de las variables.
- Luego se procederá a validar la hipótesis de investigación a través del coeficiente de correlación de Spearman considerando que se trata de un estudio correlacional.

3.9 Aspectos éticos

Son principios que están dirigidos a una correcta conducta hacia la vida, siendo el respeto hacia el ser humano, el criterio ético primordial, así como también, el respeto hacia sus derechos inalienables. El presente estudio considera los siguientes principios:

Autonomía. Cada persona decide con libertadla que considera bueno o correcto o justo.

Justicia. Dar un trato equitativo a cada persona independientemente de las diferencias.

Beneficencia. Hacer bien las cosas y que ello repercuta favorablemente en los demás.

No Maleficencia. Evitar el daño con nuestros actos. El aspecto ético de una investigación, no depende exclusivamente del cumplimiento de algunas normas o principios éticos, como, el respeto a la autonomía de una persona o la rigurosidad deontológica en la metodología aplicada, sino, además, de otros elementos de similar importancia los cuales deberían estar incluidos en un contexto mucho más amplio que permita responder a las reales necesidades de la humanidad y que los beneficios que se obtengan alcancen al máximo de personas, que exista relación entre costo-beneficio, entre otros.

4 ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.1 Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	Tiempo: Desde el 01 de Mayo del 2023 hasta el 31 de Octubre del 2023					
	Mayo	Jun	Jul	Ago	Set	Oct
Inicio						
Determinación del tema de estudio						
Revisión bibliográfica						
CONSTRUCCIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN						
Título						
Situación Problemática						
Planteamiento del problema						
Marco Teórico						
Hipótesis						
Justificación						
Objetivos						
Diseño						
Muestreo						
Elaboración de instrumento						
Prueba piloto de validación						
Recolección de datos						
PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE DATOS						
Procesamiento						
Análisis e interpretación						
Construcción del informe final						
Revisión y corrección borrador del trabajo final						
Transcripción y entrega del trabajo final						
Defensa del trabajo final						

4.2 Presupuesto

RECURSOS HUMANOS			RECURSOS FINANCIEROS	
Nombres	Cargo	Hora por mes	Remuneración mensual	Total
Encuestador 1	Recopilador de datos	15	S/ 30.00	S/150.00
Encuestador 2	Recopilador de datos	15	S/ 30.00	S/150.00
Estadístico	Analista Estadístico	16	S/ 300.00	S/1,500.00
Secretaria	Secretaria	32	S/ 400.00	S/2,000.00
SUB TOTAL				S/ 3,800.00

RECURSOS MATERIALES		RECURSOS FINANCIEROS	
Bienes de capital	Unidad	Costo por unidad	Total
Equipo de Computo	1	S/1200.00	S/1,200.00
Programas para computadora	10	S/3.00	S/30.00
Spss Estadística 25-licenc.32 bits	1	S/83.00	S/83.00
Impresora (Marca Canón2700)	1	S/120.00	S/120.00
Memoria USB (4 GB)	2	S/30.00	S/60.00
SUB TOTAL			S/1,493.00

RECURSOS MATERIALES		RECURSOS FINANCIEROS	
Bienes Fungibles	Unidad	Costo por unidad	Total
Tinta de impresora	2	S/60.00	S/120.00
Material escritorio (hoja bondA4)	6000	S/0.30	S/180.00
Lapicero Faber Castell	30	S/1.00	S/30.00
Tablero	2	S/6.00	S/12.00
Tajador	2	S/2.00	S/4.00
Borrador	4	S/1.00	S/4.00
Regla	4	S/0.50	S/4.00
Engrapador	3	S/10.00	S/30.00
Perforador	2	S/5.00	S/10.00

Grapas (caja)	1	S/2.00	S/2.00
Clips (caja)	1	S/2.00	S/2.00
SUB TOTAL			S/398.00

Sub total de recurso humano	S/ 3,800.00
Sub total de recursos materiales	S/1,493.00
Sub total de recursos materiales	S/398.00
TOTAL	S/5,691.00

5 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Unicef. La mala alimentación perjudica la salud de los niños en todo el mundo, advierte Unicef. [Internet]. [Consultado 18 de setiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/la-mala-alimentaci%C3%B3n-perjudica-la-salud-de-los-ni%C3%B1os-en-todo-el-mundo-advierte>.
2. UNICEF. Análisis del panorama del sobrepeso y la obesidad infantil y adolescente en Perú. Recomendaciones de políticas para enfrentarlos. Unicef.org.
3. Bhawra, J., Kirkpatrick, S., Hall, M. et al.. 19, Canada, editor. Patterns and correlates of nutrition knowledge across five countries in the 2018 international food policy study. Vol. 22. Nutr J,; 2023.
4. OMS. Alimentación Sana. Datos y Cifras [Internet]. Who. 2018 [citado el 9 de enero de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>.
5. Shahi P, Shrestha R, Schreinemachers P, Shibanuma A, Kiriya J, Ong KIC, et al. Identifying positive and negative deviants and factors associated with healthy dietary practices among young schoolchildren in Nepal: a mixed methods study. BMC Nutr [Internet]. 2023;9(1). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1186/s40795-023-00700-5>
6. Tarazona G. Conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional en niños preescolares. An Fac Med [Internet] 2022; 82(4):269–74. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832021000400269

7. El Comercio. Prevalencia de anemia en bebés fue del 42,4% en el 2022 [Internet]. El Comercio Perú. 2023 [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://elcomercio.pe/economia/inei-prevalencia-de-anemia-en-bebes-fue-del-424-en-el-2022-noticia/>
8. COMEX - Sociedad de Comercio Exterior del Perú - Inicio [Internet]. COMEXPERU - Sociedad de Comercio Exterior del Perú. [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.comexperu.org.pe/articulo/como-va-la-alimentacion-saludable>.
9. El Comercio Perú N. ¿Cuáles fueron los efectos de la ley de ‘octógonos’ en el sector de bebidas no alcohólicas? [Internet]. El Comercio Perú. 2021 [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://elcomercio.pe/economia/mercados/cuales-fueron-los-efectos-de-la-ley-de-octogonos-en-el-sector-de-bebidas-no-alcoholicas-nndc-noticia/>.
10. Ley de alimentación saludable promueve la educación en nutrición además de reglamentar las etiquetas – Colegio de Nutricionistas del Perú [Internet]. Org.pe. [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://cnp.org.pe/ley-alimentacion-saludable-promueve-la-educacion-nutricion-ademas-reglamentar-las-etiquetas/>.
11. MIDIS. Reporte Regional de Indicadores Sociales del Departamento de Pasco [Internet]. Org.pe. [citado el 08 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://sdv.midis.gob.pe/redinforma/upload/regional/pasco.pdf>.

12. Barreno S, Barrera Z, Rodríguez C, Jordán A. Conocimientos y prácticas alimentarias de los cuidadores en los Centros de Desarrollo Infantil. *Dominio Las Cienc* [Internet]. 2020; 6(4):163–85. Disponible en: <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/1587/0>
13. Rosario D, Carmen D, Chuquimarca C. Conocimientos y prácticas en madres de niños menores de 5 años y su relación con el estado nutricional en CDI Pequeños brillantes Sector la Virgen, Vinces, Los Rios. Segundo semestre 2018. [Tesis para optar el grado de licenciado en nutrición y dietética. Ecuador: Universidad Técnica de Babahoyo]; 2023. Disponible en: <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/5923/P-UTB-FCS-NUT-000013.pdf?sequence=1>
14. Nuñez B, Meza E, Sanabria T, Agüero F. Asociación entre nivel de conocimiento y prácticas de cuidadores de niños de 2 a 5 años sobre la alimentación infantil. *Mem Inst Investig Cienc Salud* [Internet]. 2020; 18(1):47–54. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1812-95282020000100047&lng=es&nrm=iso&tlng=es
15. Díaz C. Nivel de conocimiento y prácticas de alimentación saludable en madres de menores de 5 años del Centro de Salud El Molino-Cascas. 2021 [Tesis para optar el grado de licenciado de Enfermería]. Perú: Universidad Privada Antenor Orrego - UPAO; 2022. Disponible en: <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/9812>
16. Chiroque Lezcano, Mady Daybi. Nivel de conocimiento y su relación con las prácticas

- sobre alimentación saludable, en madres de niños menores de 12 años del Condominio Girasoles, Comas Lima, 2022. [Tesis para optar el título profesional de licenciado en enfermería]. Perú: Universidad Norbert Wiener; 2022. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/7815>
17. Sánchez M, Zegarra B. Nivel de conocimiento y prácticas de alimentación saludable en las madres de niños menores de dos años beneficiarios del programa social cuna más, distrito de Otuzco, 2015. [Tesis para optar el grado de segunda especialidad en Enfermería]. Perú: Universidad Privada Antenor Orrego - UPAO; 2019. Disponible en: <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/5531>
18. Carrión A. Nivel de conocimientos de las madres de niños menores de seis meses acerca de la lactancia materna exclusiva. Centro de Salud Materno Infantil Tahuantinsuyo Bajo, Lima enero 2015. [Tesis para optar el grado de Médico Cirujano]. Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2015. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/4029>
19. Acevedo A, Linares C, Cachay O. Tipos de conocimiento y preferencias para la resolución de problemas. *Ind Data* [Internet]. 2010;13(2):25–37. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81619984004>
20. CDC. Consejos para una alimentación saludable. [Internet]. Centros para el control y la prevención de enfermedades. [citado el 24 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/nccdphp/dnpao/features/healthy-eating-tips/index->

es.html#:~:text=La%20alimentaci%C3%B3n%20saludable%20enfatisa%20las,y%20bebidas%20de%20soya%20fortificadas.

21. Rivera O. La nutrición como herramienta fundamental de salud pública. Rivera-Lozada O, editor. Revista de Investigación UNW [Internet]. 2022;11(1):1–3. Disponible en: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/757/7573775001/7573775001.pdf>
22. Ciudad A. Requerimiento de micronutrientes y oligoelementos. Rev Peru Ginecol Obstet [Internet]. 2014; 60(2):161–70. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2304-51322014000200010&lng=es&nrm=iso
23. Micronutrientes [Internet]. Paho.org. [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/micronutrientes>
24. Estela CMN. Alimentación y nutrición de la población en el curso de vida. Manual para al personal de Salud [Internet]. Gob.pe. [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3877.pdf>
25. Maza FJ, Caneda MC, Vivas AC. Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura: Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura. Psicogente [Internet]. 2022; 25(47):1–31. Disponible en: <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/4861>

26. Hernández M. Recomendaciones nutricionales para el ser humano: actualización. Rev cuba investig bioméd [Internet]. 2004; 23(4):266–92. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03002004000400011&script=sci_abstract
27. Instituto Nacional de Salud. loncheras saludables [Internet]. Gob.pe. [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/taxonomy/term/591>
28. Gonzales S. Cuáles son los tipos de alimentos que debe contener una lonchera saludable [Internet]. Mag. 2023 [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://mag.elcomercio.pe/respuestas/cuales-tipos-alimentos-debe-contener-lonchera-saludable-regreso-a-clases-nnda-nnni-noticia/>
29. la Diabetes FP. Grupos de alimentos [Internet]. Fundaciondiabetes.org. [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.fundaciondiabetes.org/infantil/200/grupos-de-alimentos>.
30. Enfermería [Internet]. Paho.org. [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermeria>
31. Henderson V. Cuidado paliativo desde una perspectiva holística [Internet]. Ocronos - Editorial Científico-Técnica. 2022 [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://revistamedica.com/virginia-henderson-cuidado-paliativo/>
32. Pérez J, Gardey A. Práctica [Internet]. Definición.de; 2010 [citado el 19 de septiembre de

- 2023]. Disponible en: <https://definicion.de/practica/>
33. Black M, Creed H. ¿Cómo alimentar a los niños? La práctica de conductas alimentarias saludables desde la infancia. Rev Peru Med Exp Salud Publica [Internet]. 2012; 29(3):373–8. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342012000300013&script=sci_abstract
 34. FAO. Cinco medidas que todos debemos tomar para garantizar la inocuidad de los alimentos [Internet]. Food and Agriculture Organization of the United Nations. 06 de junio del 2019. [Consultado 18 de setiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.fao.org/fao-stories/article/es/c/1194120/>.
 35. MINSA. La anemia en niños, adolescentes, mujeres gestantes y puerperas [Internet]. Gob.pe. 2017 [citado el 19 de setiembre de 2023]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4190.pdf>.
 36. Queirós P, Vidinha T, Filho A. Self-care: Orem's theoretical contribution to the Nursing discipline and profession. Rev Enferm Ref [Internet]. 2014; IV Série(3):157–64. Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/6df6/ccfd87b37d17e9f0928e879a6975a483bb62.pdf>
 37. Apunte: Introducción a la epistemología - Gianella. A [Internet]. Filadd.com. [citado el 19 de setiembre de 2023]. Disponible en: <https://filadd.com/doc/gionella-alicia-introduccion-a-la-epistemologia-y>

38. Hernández R, Mendoza, C. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta [Internet]. México: Universidad Nacional Autónoma de México; 2018 [Consultado 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

39. La investigación científica [Internet]. Monografias.com. 2004 [citado el 19 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.monografias.com/trabajos15/invest-cientifica/invest-cientifica>

40. López P. POBLACIÓN MUESTRA Y MUESTREO. Punto Cero [Internet]. 2004; 09 (08): 69–74. Disponible en: <http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sciarttext&pid=S1815-02762004000100012>

41. Chiroque M. Nivel de conocimientos y su relación con las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 12 años del condominio girasoles – Comas Lima 2022. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2022. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/7815>.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL	VARIABLES	Diseño Metodológico
¿Cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?	Determinar cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco – 2023.	Hi: Existe relación significativa entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años que asisten a un Centro de Salud de Cerro de Pasco - 2023.	Variable 1: Conocimiento sobre alimentación saludable	Tipo de investigación Aplicada Enfoque Cuantitativo Método y Diseño Hipotético-Deductivo Población y muestra Compuesta por 80 madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco -
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICOS	Dimensiones:	
¿Cuál es la relación entre conocimiento según su dimensión aspectos generales y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?	OE1: Identificar cuál es la relación entre conocimiento según su dimensión aspectos generales y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco – 2023.	H ₁ : Existe relación significativa entre conocimiento según su dimensión aspectos generales y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco – 2023.	- Aspectos generales - Aspectos específicos	
¿Cuál es la relación entre conocimiento según su dimensión aspectos específicos y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?	OE2: Identificar cuál es la relación entre conocimiento según su dimensión aspectos específicos y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco – 2023.	H ₂ : Existe relación significativa entre conocimiento según su dimensión aspectos específicos y las prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco – 2023.	Variable 2: Prácticas sobre alimentación saludable Dimensiones: - Acciones para garantizar la	

Pasco - 2023?	Pasco – 2023.	salud de Cerro de Pasco – 2023.	calidad de la alimentación	2023.
¿Cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para garantizar la calidad de la alimentación en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?	OE3: Identificar cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para garantizar la calidad de la alimentación en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco-2023.	H3: Existe relación significativa entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para garantizar la calidad de la alimentación en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco-2023.	- Acciones para la prevención de anemias nutricionales	Nota: Con una población pequeña no hay muestra, se trabajará con el total de la población.
¿Cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para la prevención de anemias nutricionales en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco - 2023?	OE4: Identificar cuál es la relación entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para la prevención de anemias nutricionales en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco-2023.	H4: Existe relación significativa entre conocimiento y las prácticas sobre alimentación saludable según su dimensión acciones para la prevención de anemias nutricionales en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco-2023.		

Anexo 2: Instrumentos

Cuestionario

Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable

INTRODUCCIÓN

Buenos días madre de familia, la presente encuesta es de carácter anónimo y confidencial, su finalidad es obtener datos para su estudio de investigación que tiene como objetivo identificar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de un centro de salud de Cerro de Pasco 2023. Por lo que se solicita responder con sinceridad a fin de obtener información veraz, agradecemos anticipadamente su participación.

I. DATOS PERSONALES:

Edad: _____ Estado Civil: _____

Religión _____ Edad de su niño: _____

Grado de instrucción: _____ Ocupación: _____

II. DATOS ESPECIFICOS

Lea usted con detenimiento y marque con una equis (x) la respuesta que considere es la correcta.

1. ¿cuál es la importancia de la higiene de los alimentos?

- a) Evita las infecciones, parasitosis e intoxicaciones
- b) Mantiene fuertes y sanos
- c) a y b

2. Alimentación saludable es:

Brindarle al niño alimentos que aporten energía, protejan y permitan su crecimiento y promueva una mejor calidad de vida

Brindarle al niño alimentos que satisfaga su apetito

Brindarle a mi niño los alimentos que el prefiera y sea de su agrado.

3. ¿cuáles son “Alimentos Básicos “en la alimentación diaria de un niño?

- a) carnes, frijoles y lentejas
- b) frutas, lentejas, cachangas, verduras
- c) leche, carnes, verduras, arroz, lentejas y fruta.

4 ¿para qué le sirve la leche, carne y huevos al niño?

- a) Darle energía y fuerza al niño
- b) Formar los huesos y músculos para el crecimiento del niño
- c) para que crezca sano y fuerte

5. ¿Con que alimentos se debe reemplazar la leche?

- a) Chochoca, trigo, quinua y yuca
- b) Haba, Frejol, papa y camote.
- c) Queso, soya, huevos y quinua

6. ¿con cuál de los siguientes alimentos se complementarían el desayuno de un niño?
- Maca y quinua
 - café
 - chocolate en polvo
7. ¿Para qué le sirve la avena, pan y fideos al niño?
- Darle energía y fuerza
 - Formar los huesos y músculos para el crecimiento
 - intervenir en los procesos del organismo
8. ¿cuál de los siguientes menús es saludable para el niño?
- Arroz + papa+ habas+ sopa+ cancha
 - Papa frita+ arroz+ huevo frito+ refresco de sobre+ fruta
 - Arroz de trigo+ menestra+ pescado+ ensalada+ limonada+ 1 fruta
9. ¿Con que se debe complementar el almuerzo del niño?
- Frutas y verduras
 - Frijoles, lentejas
 - Avena, Maíz
10. ¿Con que otro alimento se debe reemplazar las carnes?
- Papas y alverjas verdes
 - Plátano frito y frijoles
 - Sangrecita, hígado y bazo
11. ¿En qué alimentos se encuentra el hierro
- sangrecita, hígado, bazo y menestras
 - pan, arroz y bizcochos
 - Agua, Yogurt y leche
12. ¿Para qué sirven los refrigerios entre comidas a los niños?
- Para hacer sus actividades y juegos
 - Para aportar nutrientes al organismo
 - Para desarrollar un máximo potencial
13. ¿Qué alimentos se elegiría como parte de refrigerio del niño?
- Frutas
 - Galletas
 - Chifles
14. ¿Porque es importante el consumo de los frutos secos como pasas, guindones, maní, nueces en el niño?
- Para proporcionar agua al organismo
 - a y c
 - Aportan fibra y nutrientes

15. ¿Cuál de los siguientes alimentos hace daño al niño?

- a) Hamburguesa y papas fritas
- b) Mazamorra y arroz con leche
- c) Salvado de trigo y Kiwicha

16. ¿Cuál de las siguientes propuestas para un plan de alimentación saludable es incorrecta?

- a) Alimentos variables, buena presentación del agrado del niño.
- b) Ver TV mientras se consume alimentos
- c) Consumir los alimentos en un ambiente familiar

17. ¿Qué cantidad de leche debería tomar diariamente un niño de 3 a 5 años?

- a) una taza de leche (1/4 de litro)
- b) Tres tazas de leche (3/4 de litro)
- c) Dos tazas de leche (1/2 de litro)

18. ¿Cuántos panes debe comer un niño?

- a) 2 panes
- b) 1 pan
- c) 3 panes

19. ¿qué cantidad de carne aproximadamente debe comer diariamente un niño de 3 a 5 años?

- a) una pierna de pollo
- b) La mitad de una pierna de pollo
- c) Una pierna y media de pollo

20. ¿Cuántas frutas diarias debe comer un niño?

- a) 1 fruta
- b) 2 frutas
- c) Ninguna

21. ¿Qué tipo de bebida se le da un niño?

- a) Gaseosa
- b) Jugo de naranja
- c) Jugo envasado

Respuestas correctas del cuestionario

Pregunta	Respuesta	Pregunta	Respuesta
1	A	12	A
2	A	13	A
3	C	14	C
4	B	15	A
5	C	16	B
6	A	17	C
7	A	18	B
8	C	19	A
9	A	20	B
10	C	21	B
11	A		

INVENTARIO PRACTICAS ALIMENTARIAS EN MADRES DE PREESCOLARES

Buenos días madre de familia, la presente encuesta es de carácter anónimo y confidencial, su finalidad es obtener datos para un estudio de investigación que tiene como objetivo identificar las practicas sobre alimentación saludable en madres del centro de salud de Cerro de Pasco 2023. Por lo que se le solicita responder con sinceridad a fin de tener información veraz, agradecemos anticipadamente su participación.

I. DATOS PERSONALES

Edad _____ Estado civil _____
 Religión _____ Edad de su niño _____
 Grado de instrucción _____ Ocupación _____

II.DATOS ESPECIFICOS

Lea detenidamente y responda con claridad y sinceridad marcando una x la respuesta que más se adecue a las prácticas habituales de la alimentación que Ud. Brinda a su niño/a.

Enunciados	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Nunca
1.Brindo diariamente frutas y verduras a mi niño (a)				
2.Incluyo pescados por lo menos dos veces por semana en la alimentación de mi niño(a)				
3. Incluyo en la alimentación de mi niño (a): hígado, Bazo o sangrecita.				
4. Brindo menestras tres veces por semana a mi niño(a)				
5.Proporciono de 5 a 6 vasos de agua diariamente a mi niño(a)				
6.Diariamente brindo de 2 a 3 tazas de leche a mi niño (a)				

Enunciados	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Nunca
7. Brindo a mi niño (a) cereales papas cocidas 4 a 5 veces por día.				
8. Proporciono 2 a 3 huevos por semana a mi niño(a)				
9. La frecuencia de la alimentación de mi niño (a) es: Desayuno-refrigerio-almuerzo-lonche-cena.				
10. Proporciono golosinas a mi niño en su lonchera escolar a diario.				
11. Preparo los alimentos con cantidad adecuada de sal.				
12. Utilizo aceite vegetal diariamente en la preparación de mis comidas.				
13. Prefiero dar a mi niño (a) más alimentos fritos que sancochados.				
14. Al comprar alimentos envasado observo la fecha de vencimiento e ingredientes				
15. Uso preparaciones sencillas que aporten poca grasa como alimentos sancochados, asados, a la plancha, al horno, al vapor y con poca sal.				

Enunciados	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Nunca
16. Me lavo las manos antes de preparar alimentos.				
17. Lavo las manos de mi niño(a) con jabón y agua a chorro antes de cada comida.				
18. Realizo descarte de anemia a mi niño (a) una vez al año en el centro de salud más cercano.				
19. Lavo las frutas y verduras con abundante agua antes de consumirlos o prepararlos.				
20. Los desperdicios y basura se encuentran en depósitos cerrados y tapados, ubicados lejos de los alimentos.				

PUNTAJE OTORGADO A LAS RESPUESTAS DEL ENUNCIADO

Prácticas alimentarias en madres

Enunciados	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Nunca
1.Brindo diariamente frutas y verduras a mi niño (a)	4	3	2	1
2.Incluyo pescados por lo menos dos veces por semana en la alimentación de mi niño(a)	4	3	2	1
3. Incluyo en la alimentación de mi niño (a): hígado, Bazo o sangrecita.	4	3	2	1
4. Brindo menestras tres veces por semana a mi niño(a)	4	3	2	1
5.Proporciono de 5 a 6 vasos de agua diariamente a mi niño(a)	4	3	2	1
6.Diariamente brindo de 2 a 3 tazas de leche a mi niño (a)	4	3	2	1
7. Brindo a mi niño (a) cereales papas cocidas 4 a 5 veces por día.	4	3	2	1
8.Proporciono 2 a 3 huevos por semana a mi niño(a)	4	3	2	1
9. La frecuencia de la alimentación de mi niño(a) es: Desayuno-refrigerio-almuerzo-lonche-cena.	4	3	2	1
10. Proporciono golosinas a mi niño en su lonchera escolar a diario.	4	3	2	1
11. Preparo los alimentos con cantidad adecuada de sal.	4	3	2	1

12. Utilizo aceite vegetal diariamente en la preparación de mis comidas.	4	3	2	1
13. Prefiero dar a mi niño (a) más alimentos fritos que sancochados.	1	2	3	4
14. Al comprar alimentos envasado observo la fecha de vencimiento e ingredientes	4	3	2	1
15. Uso preparaciones sencillas que aporten poca grasa como alimentos sancochados, asados, a la plancha, al horno, al vapor y con poca sal.	4	3	2	1
16. Me lavo las manos antes de preparar los alimentos	4	3	2	1
17. Lavo las manos de mi niño(a) con jabón y agua a chorro antes de cada comida.	4	3	2	1
18. Realizo descarte de anemia a mi niño (a) una vez al año en el centro de salud más cercano.	4	3	2	1
19. Lavo las frutas y verduras con abundante agua antes de consumirlos o prepararlos	4	3	2	1
20. Los desperdicios y basura se encuentran en depósitos cerrados y tapados, ubicados lejos de los alimentos.	4	3	2	1

Anexo 3: Modelo de Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIE-VRI

Instituciones : Universidad Privada Norbert Wiener
 Investigadores : Lic. Cecilia Coronel Barzola
 Título : “Conocimiento y prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco – 2023”

Propósito del estudio: Estamos invitando a usted a participar en un estudio llamado: “Conocimiento y prácticas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un centro de salud de Cerro de Pasco – 2023”. Este es un estudio desarrollado por la investigadora de la Universidad Privada Norbert Wiener **Lic. Cecilia Coronel Barzola**. El propósito es: “Determinar cuál es la relación entre el conocimiento y las practicas sobre alimentación saludable en madres de niños menores de 5 años de un Centro de Salud de Cerro de Pasco-2023”.

Procedimientos:

Si usted decide participar en este estudio se le solicitará lo siguiente:

- Leer detenidamente todo el documento y participar voluntariamente
- Responder todas las preguntas formuladas en el cuestionario y el inventario
- Firmar el consentimiento informado

El cuestionario y el inventario puede demorar unos 15 a 20 minutos y los resultados se le entregarán a usted en forma individual o almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato.

Riesgos: Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario y el inventario.

Su participación en el estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

Beneficios: Usted se beneficiará con conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal) que le puede ser de mucha utilidad en su actividad profesional.

Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por la participación. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de usted. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

Derechos del participante:

Si usted se siente incómodo durante el llenado del cuestionario, podrá retirarse de este en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna inquietud y/o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio. Puede comunicarse con el Lic. **Lic. Cecilia Coronel Barzola Alegre al 995124904** y/o al Comité que validó el presente estudio, Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, presidenta del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, telf. 7065555 anexo 3285. comité.etica@uwiener.edu.pe

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo qué cosas pueden pasar si participo en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar, aunque yo haya aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Participante

Nombres:

DNI:

Participante

Nombres:

DNI:

Reporte de similitud TURNITIN

● 12% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 8% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 8% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	repositorio.unprg.edu.pe:8080 Internet	3%
2	uwiener on 2023-12-29 Submitted works	3%
3	uwiener on 2023-10-02 Submitted works	1%
4	revistas2.unprg.edu.pe Internet	<1%
5	uwiener on 2023-10-14 Submitted works	<1%
6	uwiener on 2023-11-16 Submitted works	<1%
7	repositorio.udh.edu.pe Internet	<1%
8	Submitted on 1690995427103 Submitted works	<1%