



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD
ESPECIALIDAD: ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y
COMUNITARIA**

**“EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA EDUCATIVO EN LOS
CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE
EN PADRES DE NIÑOS EN EDAD ESCOLAR”**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE
ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN SALUD
FAMILIAR Y COMUNITARIA**

Presentado por:

AUTOR: ROBLES BOCANEGRA, TANIA LIZ

ASESOR: Mg. GAMARRA BUSTILLOS, CARLOS

LIMA - PERÚ

2016

DEDICATORIA

A Dios en primer lugar, por permitirme vivir este momento tan especial, de mi desarrollo profesional.

A mis padres Segunda y Gustavo por su constante apoyo, la confianza que tienen en mí para el logro de mis metas y ser la fuerza que me motiva a seguir día a día.

AGRADECIMIENTO

Con gratitud y sincera admiración al Dr. Walter Gómez González por su valiosa asesoría para la realización del presente trabajo.

ASESOR: Mg. GAMARRA BUSTILLOS CARLOS

JURADO

Presidente: Mg. Julio Mendigure Fernandez.

Secretario: Dr. Walter Gómez Gonzáles.

Vocal: Mg. Giovanna Reyes Quiroz.

INDICE

RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	
1.1. Planteamiento del problema	11
1.2. Formulación del problema	14
1.3. Objetivo	14
CAPITULO II: MATERIALES Y MÉTODOS	
2.1. Diseño de estudio: Revisión sistemática	15
2.2. Población y muestra	15
2.3. Procedimiento de recolección de datos	15
2.4. Técnica de análisis	16
2.5. Aspectos éticos	16
CAPITULO III: RESULTADOS	
3.1. Tablas	18
CAPITULO IV: DISCUSIÓN	
4.1. Discusión	31
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Conclusiones	33
5.2. Recomendaciones	34
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	35

ÍNDICE TABLAS

	Pág.
Tabla 1: Estudios sobre la Eficacia de un programa educativo los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en padres de niños en edad escolar.	18
Tabla 2: Resumen de estudios sobre la eficacia de un programa educativo los conocimientos y prácticas sobren alimentación saludable en padres de niños en edad escolar.	28

RESUMEN

Objetivos: Determinar la efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en padres de niños en edad escolar y hacer recomendaciones basadas en las evidencias encontradas. **Materiales y Métodos:** La búsqueda se realizó en Scielo, Lilacs, Lipecs, Medline, la información fue orientada usando las palabras claves efectividad, programa educativo, conocimientos, practicas, alimentación y nutrición. En donde se encontró artículos originales publicados en revistas entre enero 2006 y setiembre 2016. De un total de 25 artículos fueron analizados 10 artículos que cumplían con los criterios de elegibilidad entre ellos estudios experimentales, pre experimentales y cuasi experimentales que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Luego se evaluó los niveles de evidencia y la fuerza de recomendación. **Resultados:** En la selección definitiva se eligieron 10 encontramos que el 100% (n=10/10) de estos, afirman que los programas educativos dirigidos a los padres de familia son eficaces en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable. **Conclusiones:** La aplicación de un programa educativo tiene un impacto positivo en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable a padres de niños en edad escolar, generando a los padres prácticas saludables en la preparación de los alimentos y a los niños con un adecuado crecimiento y desarrollo saludables.

Palabras Claves: Efectividad, Eficacia, Intervención, Programa Educativo, Alimentación, Nutrición, Nivel de conocimientos, Conocimientos.

ABSTRACT

Objectives: To determine the effectiveness of an educational program in the knowledge and practices on healthy eating in parents of school-age children and to make recommendations based on the evidences found. **Materials**

and Methods: The search was conducted in Scielo, Lilacs, Lipecs, Medline, was oriented information using keywords effectively, educational program, level of knowledge, food and nutrition. Where original articles published in journals between January 2006 and September 2016. A total of 25 items was found were analyzed 10 items that met the eligibility criteria including quasi-experimental experimental studies, experimental pre and who met the inclusion criteria and exclusion. levels of evidence and strength of recommendation was then evaluated. **Results:** In the final selection we chose 10 that 100% (n = 10/10) of these, affirm that educational programs directed to the parents are effective in the knowledge and practices on healthy eating.

Conclusions: The implementation of an educational program has a positive impact on the knowledge and practices of healthy eating for parents of school-age children, generating healthy practices in food preparation and healthy healthy growth and development.

Keywords: Effectiveness , Efficiency , Intervention, Education , Food, Nutrition Program , level of knowledge, skills.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema.

La alimentación y la nutrición saludable es un elemento importante en el desarrollo humano, y la manera como el niño y niña se alimenten ayudarán aportar todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para un adecuado desarrollo y su buena salud (1). Las cuales cuando son inadecuadas conducen a una malnutrición íntimamente relacionada con la pobreza y enfermedades infecciosas; afectando las posibilidades de estimulación y aprendizaje con consecuencias negativas para el desarrollo físico y mental; incluso pudiendo conducir a la muerte debido a que la desnutrición es un factor altamente relacionado con la mortalidad infantil (2).

La desnutrición crónica, la anemia por deficiencia de hierro y la deficiencia subclínica de vitamina A, son los problemas nutricionales de

mayor magnitud en el mundo y constituye un problema de salud pública generalizado que tiene consecuencias de gran alcance para la salud del niño entre los 6 a 36 meses debido al rápido crecimiento que se produce durante esta fase del ciclo vital, requiriéndose de una alta ingesta de hierro, la cual frecuentemente no es satisfecha por la dieta, especialmente en países con bajos ingresos(3).

La OMS (Organización Mundial de Salud) refiere que entre 3 y 5 millones de niños menores de 5 años mueren por año en el mundo por causas asociadas a la desnutrición; principalmente de países en desarrollo (2). Según UNICEF (Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia), 129 millones de niños menores de cinco años en los países en desarrollo tienen un peso inferior al que deberían, y por lo tanto están malnutridos. Las mayores diferencias entre las prevalencias de bajo peso y desnutrición crónica (talla baja) son observadas en los países andinos (Ecuador, Bolivia y Perú), donde la prevalencia de la desnutrición crónica (talla baja) es fácilmente cuatro a cinco veces superior a la del bajo peso (4).

Actualmente, INEI (Instituto Nacional de Estadísticas e Informáticas 2016) informa que en los últimos tres años la desnutrición crónica infantil, definida como el retardo en el crecimiento de la talla para la edad en niñas y niños menores de cinco años, disminuyó 3,1 puntos porcentuales a nivel nacional, al pasar de 17,5% en el 2013 a 14,4% en el 2015. Cabe precisar que durante los últimos cinco años disminuyó en 5,1 puntos porcentuales (5).

Asimismo, la anemia definida principalmente como la condición de insuficiencia de hierro en la sangre, alcanza al 43,5% de las niñas y niños de 6 a menos de 36 meses de edad, cifra menor en 3,3 puntos porcentuales con relación al año anterior. Entre los factores asociados a la anemia se considera la condición de pobreza, falta de control prenatal durante el embarazo de la madre del niño y ser madre adolescente, desconocimiento de los padres sobre la alimentación balanceada al niño principalmente (5).

Por ello, La Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) con la finalidad de mejorar la salud en los niños implementa la estrategia Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia (AIEPI), que tiene un fuerte contenido preventivo y de promoción de la salud como parte de la atención. Dichas acciones, en el ámbito nutricional, contribuye a mejorar los conocimientos y las practicas del cuidado y atención de los niños en el hogar, para contribuir a un crecimiento y desarrollo saludables (6).

Con el paso de los años se vienen ejecutando diversos programas de intervención orientados a reducir la desnutrición mediante la adecuada alimentación saludable y con ello mejorar las condiciones de salud en la población más vulnerable. Estos programas tienen como uno de sus principales componentes la entrega y consejería en la preparación de los alimentos ricos en hierro, modificación de prácticas alimentarias y fortificación de los alimentos básicos con micronutrientes, suplementación con hierro a grupos de riesgo y orientación nutricional a las madres o cuidadores (7). Entre ellos están el programa de crecimiento y desarrollo, donde se incide en el monitoreo de peso y talla del niño y en la consejería acerca del cuidado infantil; el programa nacional Qali Warma, programa articulado nutricional, la estrategia nacional crecer, entre otros (8).

En este escenario se realiza la siguiente revisión sistemática con el objetivo: determinar la efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en padres de niños en edad escolar y hacer recomendaciones basadas en la clasificación de las evidencias encontradas.

La información obtenida a través de estas revisiones sistemáticas nos permitirá comprobar la efectividad en los conocimiento y prácticas sobre la alimentación saludable a los padres mediante la aplicación de programas educativos, para optimizar los procesos de enseñanza - aprendizaje, que propicien el aprendizaje significativo en los cuidadores.

En tanto que el nivel de conocimientos y las prácticas de los cuidadores dependerá la atención que recibirán los niños, mejorando su alimentación y nutrición saludable.

1.2. Formulación del problema.

La pregunta formulada para la revisión sistemática se desarrolló bajo la metodología PICO y fue la siguiente:

P = Paciente/ Problema	I = Intervención	C = Intervención de comparación	O = Outcome Resultados
Padres de niños en edad escolar.	Aplicación de un Programa Educativo.		Conocimientos y practicas sobre alimentación saludable.

¿Cuál es la efectividad de un programa educativo: en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en padres de niños en edad escolar?

1.3. Objetivo

- Determinar la efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en padres de niños en edad escolar.

CAPITULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Diseño de estudio: Revisión sistemática.

Las Revisiones Sistemáticas son un diseño de investigación observacional y retrospectivo, que sintetiza los resultados de múltiples investigaciones primarias. Son parte esencial de la enfermería basada en la evidencia por su rigurosa metodología, identificando los estudios relevantes para responder la pregunta planteada.

2.2. Población y muestra.

La población constituida por la revisión bibliográfica de 10 artículos científicos publicados e indizados en las bases de datos científicos y que responden a artículos publicados en idioma español e inglés.

2.3. Procedimiento de recolección de datos.

La recolección de datos se realizó a través de la revisión bibliográfica de artículos de investigaciones tanto nacionales como internacionales que tuvieron como tema principal la efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable; de todos los artículos que se encontraron, se incluyeron los más importantes según nivel de evidencia y se excluyeron los menos relevantes. Se estableció la búsqueda siempre y cuando se tuvo acceso al texto completo del artículo científico.

El algoritmo de búsqueda sistemática de evidencias fue el siguiente:

Eficacia AND Programa educativo AND padres.

Efectividad AND Programa educativo AND padres.

Efectividad OR alimentación OR niños

Efectividad OR nutrición OR padres OR cuidadores

Efectividad OR alimentación OR nutrición OR niños

Nivel conocimientos OR alimentación OR nutrición.

Incremento conocimientos OR alimentación OR nutrición.

Prácticas OR alimentación OR nutrición.

Base de datos: Scielo, Lilacs, Lipecs, Medline.

2.4. Técnica de análisis.

El análisis de la revisión sistemática está conformado por la elaboración de una tabla de resumen (Tabla N°1) con los datos principales de cada uno de los artículos seleccionados, evaluando cada uno de los artículos para una comparación de los puntos o

características en las cuales concuerda y los puntos en los que existe discrepancia entre artículos nacionales e internacionales. Además, de acuerdo a criterios técnicos pre establecidos, se realizó una evaluación crítica e intensiva de cada artículo, a partir de ello, se determinó la calidad de la evidencia y la fuerza de recomendación para cada artículo.

2.5. Aspectos éticos.

La evaluación crítica de los artículos científicos revisados, está de acuerdo a las normas técnicas de la bioética en la investigación verificando que cada uno de ellos haya dado cumplimiento a los principios éticos en su ejecución.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Tablas 1: Estudios sobre la efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en padres de niños en edad escolar.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

10. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Trinidad Quizán Plata	2013	Efectividad del programa Promoción de alimentación saludable en estudiantes de escuelas públicas del estado de Sonora – Mexico.	http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572013000200008	Estud.soc vol.21 no.42 México jul./dic. 2013

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Experimental	129 escolares	Talleres educativos Disponibilidad de alimentos saludables Copla infantil y folletos informativos	Consentimiento informado	Al evaluar su efecto los resultados fueron muy alentadores. Los padres mejoraron su conocimiento en temas de nutrición y salud, tuvieron más seguridad en lo que compraban los escolares en la tiendita escolar, notaron la motivación de los niños en cuidar su alimentación y lo más importante fue que todos estos cambios no solo se observaron en la escuela sino que se extrapolaron a sus hogares.	El programa aplicado a través de una estrategia múltiple (educativa, promocional auditiva, visual y de disponibilidad de alimentos saludables en las tienditas escolares) en un grupo de escolares tuvo un efecto positivo en la variación y frecuencia de consumo de alimentos saludables La percepción de los padres de familia que participaron en los grupos después de la intervención, mostró un cambio favorable. Los padres de manera cualitativa reportaron cambios en la conducta alimentaria dentro y fuera del plantel escolar en sus hijos, lo cual expresan como tranquilidad y satisfacción.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

11. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Mamani Limachi, Ruth Ester	2009	Efectividad del Programa Educativo Niño Sano y Bien Nutrido para mejorar los conocimientos actitudes y prácticas de las madres con niños menores de 1 año sobre seguridad nutricional en el Centro de Salud Moyopampa, Chosica.	http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPEU_135911456a11c722c4d11ef38caafa06	Vol. 1, Núm. 1 (2009): Revista Científica de Ciencias de la Salud; 13-21 2411 – 0094 2306-0603 spa

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Cuasiexperimental	22 Madres	Talleres, sesiones y charlas participativas Cuestionario	Consentimiento informado	El grupo experimental logro incrementar su nivel de conocimiento de un promedio de 7.1 a un promedio de 16.4, en comparación al grupo control de un promedio de 7.2 a 7.6, quedando así demostrado la efectividad que se tiene al realizar programas educativos ya que las madres aprendieron a utilizar diferentes combinaciones con alimentos que son necesarios para llevar una dieta equilibrada mejorando su alimentación y nutrición, y su frecuencia de consumo ayuda a los niños a tener una nutrición adecuada la cual es fundamental para garantizar un crecimiento y un desarrollo óptimo.	El programa de intervención Niño Sano y Bien Nutrido, fue efectivo porque ha generado un impacto significativo en el incremento de los conocimientos, la modificación de las actitudes y el fortalecimiento de las prácticas de las madres; logrando tener una dieta equilibrada y mejorando su alimentación y nutrición del niño garantizando una evolución adecuada.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

12. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Mamani Mamani, Susy Yulissa	2010	Efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas de alimentación en padres de niños preescolares sobre el contenido de la lonchera; I.E.I N° 326 "María Montessori" distrito de Comas – 2010.	http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v25n4/a04v25n4 .	Peru;25(4):204-209,Oct-dic.2010 btad

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Cuasiexperimental	58 Padres	Talleres, sesiones y charlas participativas Cuestionario	Consentimiento informado	Podemos deducir que la gran mayoría de los padres de familia, luego de participar en el programa educativo mejoraron sus conocimientos significativamente logrando con ello una adecuada preparación de loncheras saludables contribuyendo así a que los niños tengan una adecuada nutrición y alimentación, resaltando que esto constituye como la base para mejorar las practicas alimentarias y de esta forma favorecer el normal crecimiento y desarrollo del niño; por lo que a su vez se puede inferir que el programa educativo fue efectivo.	El programa educativo fue efectivo, dado que sus resultados mostraron un aumento significativo en los conocimientos de los padres de familia que participaron en dicha intervención, además mejoraron las practicas alimentarias en cuanto al contenido de las loncheras.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

13. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Gamarra Atero Raquel; Porroa Jacobó Mayra	2010	Conocimientos, actitudes y percepciones de madres sobre la alimentación de niños menores de 3 años en una comunidad de Lima.	http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S102555832010000300007&lng=es&nrm=iso&tlng=es	<i>An. Fac. med.</i> [online]. 2010, vol.71, n.3, pp. 179-184. ISSN 1025-5583.

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Experimental	161 madres	Cuestionario	Consentimiento informado	29 % de participantes mostró nivel de conocimientos bajo, La mayoría de madres respondió correctamente sobre la duración de la LME. Así mismo, la mayoría respondió adecuadamente sobre el inicio de la alimentación complementaria. Sin embargo, no saben cuál es la correcta forma de dar la alimentación, ya que los porcentajes más bajos de respuestas correctas fueron para el consumo diario de los productos de origen animal y para el reconocimiento del segundo como mejor alimento en comparación a la sopa, lo cual afecta a que los niños tengan una alimentación adecuada.	Las madres presentaron nivel de conocimientos bajo y actitudes poco favorables sobre la alimentación infantil.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

14. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Vallejos Esquives, Yacarly Yaneth	2014	Efectividad del programa educativo en conocimientos, practicas, actitudes sobre alimentación complementaria de madres con niños 6-24 meses, Reque, 2014	http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USAT_48317cfbc5bb6f03031ca7da658a2489/Description#tabnav	Vol. 1, Núm. 2 (2014): Revista Científica Salud & Vida Sipanense; 16 2314- 0369 2412-7531 spa

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Cuasiexperimental	30 Madres	Talleres, sesiones y charlas participativas Cuestionario	Consentimiento informado	Los resultados obtenidos mostraron un 95% de confianza que estima la efectividad del programa de alimentación complementaria logrando con ello a que las madres aumenten el nivel de conocimientos a un 96.7% después de la aplicación del programa, aumentando el consumo de alimentos apropiados para los niños mejorando las practicas sobre la alimentación y contribuyendo a una nutrición de calidad que se ve reflejado en el desarrollo y crecimiento, en sus valores ponderales principalmente de peso y talla, además de un buen desarrollo cerebral, para evitar retrasos en el desarrollo psicomotor.	Los resultados positivos demuestran que con la implementación de programas educativos promovemos cambios favorables en cuanto a los conocimientos, experiencias y prácticas de los padres relacionadas a la alimentación complementaria en los niños, en caso de que los padres de la familia, no tengan un conocimiento correcto acerca de la alimentación y nutrición saludable, sus hijos corren el riesgo de una alimentación inadecuada trayendo diversas consecuencias para el niño en su crecimiento y desarrollo. Por lo cual queda demostrado la efectividad del programa.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

15. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Vio del Rio, Salinas Cubillos, Montenegro Edith y González Carmen	2014	Efecto de una intervención educativa en alimentación saludable en profesores y niños preescolares y escolares de la región de Valparaíso, Chile	http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112014000600010&lng=es&nrm=iso&tln g=es	Nutr Hosp; 29(6): 1298- 1304, jun. 2014. tab

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Experimental	817 alumnos 465 grupo experimental 352 grupo control	Talleres participativos Mediciones del estado nutricional Encuesta de Conocimientos y consumo de alimentos	Consentimiento informado Reserva de la identidad de los participantes	En estado nutricional no se produjeron diferencias significativas entre el inicio y final de la intervención. Sin embargo, en los colegios donde se realizó la intervención educativa con la participación de los padres se mostró una gran mejoría significativa en conocimiento y disminución en el consumo de alimentos poco saludables con respecto al control, en el cual se mantuvo la alimentación poco saludable y disminuyó el consumo de verduras y legumbres, quedando demostrado el impacto de intervenciones de los programas educativos que mejoran la economía familiar y ayudan a mantener una adecuada alimentación y nutrición de los niños.	Al igual que en otros estudios, queda demostrado que una intervención educativa participativa puede producir cambios positivos en la alimentación de los niños y con ello mejorar el estado nutricional, además mejora significativamente el conocimiento y consumo de alimentos saludables y disminuyendo el consumo de alimentos no saludables, lo que no sucede en el grupo control.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

16. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Lina Fernanda Barrera Sánchez, Giomar Maritza Herrera Amaya, Juan Manuel Ospina Díaz.	2014	Intervención educativa para modificación de conocimientos, actitudes y prácticas sobre nutrición en Boyacá, Colombia	http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-790052?view=mobile	Rev. Cuid. (Bucaramanga 200); 5(2): 851-858,july.-dic.2014.tab.

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Cuasiexperimental	18 Madres	Talleres, sesiones, charlas participativas Entrega de guías alimentación Mediciones del estado nutricional Encuesta de Conocimientos y consumo de alimentos.	Consentimiento informado	Al inicio del proceso se encontró prevalencia para desnutrición crónica de 33.3%, desnutrición Global 22.2%; como posibles factores asociados a la desnutrición se encuentra: edad de la madre de 21 a 25 años y bajo consumo de alimentos tipo verduras, lácteos, grasas. Con la intervención del Programa favoreció de manera positiva y significativa los cambios sobre conocimientos en alimentación y nutrición mejorando las actitudes y prácticas de las madres. Dichos resultados permiten inferir que se requiere de intervenciones prontas y productivas, basadas en asociaciones pedagógico-metodológicas para lograr la superación de las limitaciones actuales con respecto a la nutrición de los niños.	Impacto favorable expresado en modificaciones cuantitativas en los conocimientos, actitudes y prácticas que podría traducirse en algún grado de aceptación del programa por las madres participantes; la situación económica se apreció como un aspecto que influye negativamente en la implementación de nuevas y mejores prácticas alimentarias.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

17. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Orozco Ramírez, Jéssica María	2013	Efectividad de un programa educativo para mejorar conocimientos sobre alimentación saludable en los niños y niñas de 5 años de una I.E.I. de chiclayo-2013	http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/SSSU_21e4218f5239061a5626cd0b882b0882	Vol. 1, Núm. 1 (2014): Revista Científica Salud & Vida Sipanense; 16 2313-0369 2412-7531 spa

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo pre-experimental	15 Madres y 15 Niños	Cuestionario Talleres, sesiones charlas participativas Y	Consentimiento informado	Antes del inicio del programa educativo se obtuvo en el pretest un conocimiento con calificativo MALO en un 80% y REGULAR en un 20%, mientras que en el post test, luego de la aplicación del programa educativo sobre la alimentación saludable se obtuvo un conocimiento con calificativo BUENO en un 100%. Concluyendo finalmente que el programa educativo de alimentación saludable fue efectivo por que logro que las madres tengan un mayor conocimiento acerca de la alimentación y con ello contribuye a logra en los niños una mejor nutrición.	Los resultados indican que después de realizar el programa educativo se logró un aumento significativo en los padres y niños acerca de la alimentación saludable generando así una nutrición adecuada con lo que mejora su crecimiento y rendimiento escolar, quedando demostrado así la efectividad del programa educativo.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

18. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Suyín Gandoy Cubero, Marilín Fabá Crespo, Norman Gutiérrez Villa	2009	Intervención educativa a gestantes sobre alimentación y nutrición infantil.	http://pesquisa.bvsalud.org/porta/resultado/cum-42525?view=mobile	Mediciego; 16(1) Mar. 31, 2010. Artigo em Espanho/ I CUMED I ID: cum-42525

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Experimental	25 Gestantes	Cuestionario	Consentimiento informado	<p>El nivel de conocimientos de las gestantes antes de la intervención estuvo en un nivel bajo en casi todos los temas tratados referidos a la alimentación y nutrición infantil. Luego de la intervención se eliminó la categoría de nivel de conocimientos bajo y todas las participantes se ubicaron en la categoría media seguida de la de nivel de conocimientos alto.</p> <p>Mediante las intervenciones educativas queda demostrado que las madres logran aumentar el nivel de conocimientos sobre las ventajas y prácticas correctas de la lactancia materna, la alimentación y nutrición de la salud del niño.</p>	Se concluye que el programa diseñado fue útil para el propósito creado y se propone su empleo para continuar implementando estos conocimientos tan necesarios para mejorar la preparación de las embarazadas y así tener niños saludables desde sus nacimientos ya que las madres mejoraran su alimentación y nutrición desde el inicio de la lactancia hasta la ablactancia de los niños logrando tener niños saludables.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

19. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Manrique Carbonel, Jasmin Marlyn	2011	Efectividad del programa educativo en el incremento de conocimientos sobre la prevención de anemia ferropénica en los cuidadores de niños de 12-36 meses que asisten al Programa "Sala de Educación Temprana" Lima - Cercado, 2011.	http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNMS_d1f1c3c02254ff47b756f6c0a1c30e61	Vol. 2, Núm. 2 (2010): Revista Científica de Ciencias de la Salud; 10-21 2411 – 0094 2306-0603 spa

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Cuasiexperimental	30 Madres	Talleres, sesiones y charlas participativas Encuesta de Conocimientos y consumo de alimentos.	Consentimiento informado	Tenemos que el 100% de los cuidadores desconocían que todo niño tiene que tener una Alimentación adecuada, después de la intervención del programa las madres lograron aumentar sus conocimientos, logrando mejorar la alimentación y nutrición, ya que preparaban comidas que contenían los tres grupos de alimentos energéticos, constructores y reguladores, en la cantidad, variedad y combinaciones adecuadas para tener una nutrición favorable y con ello prevenir la anemia.	El programa educativo sobre la prevención de la anemia ferropénica fue efectivo en el incremento de conocimientos de los cuidadores, luego de la aplicación del programa educativo la mayoría de cuidadores conoce sobre: los signos y síntomas de la anemia ferropénica, la preparación de alimentos nutritivos que favorecen a una alimentación y nutrición con alimentos ricos en hierro que favorecen a la absorción del hierro en las comidas. Queda demostrado así que se tiene que seguir incentivando los programas educativos.

Tabla 2: Resumen de estudios sobre la efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en padres de niños en edad escolar.

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencias (según sistema Grade)	Fuerza de recomendación	País
<p>Cuantitativo Experimental</p> <p>Efectividad del programa Promoción de alimentación saludable en estudiantes de escuelas públicas del estado de Sonora – Mexico.</p>	<p>El programa aplicado a través de una estrategia múltiple (educativa, promocional auditiva, visual y de disponibilidad de alimentos saludables en las tienditas escolares) en un grupo de escolares tuvo un efecto positivo en la variación y frecuencia de consumo de alimentos saludables</p> <p>La percepción de los padres de familia que participaron en los grupos después de la intervención, mostró un cambio favorable. Los padres de manera cualitativa reportaron cambios en la conducta alimentaria dentro y fuera del plantel escolar en sus hijos, lo cual expresan como tranquilidad y satisfacción.</p>	Alta	Alta	México
<p>Cuantitativo Cuasiexperimental</p> <p>Efectividad del Programa Educativo Niño Sano y Bien Nutrido para mejorar los conocimientos actitudes y prácticas de las madres con niños menores de 1 año sobre seguridad nutricional en el Centro de Salud Moyopampa, Chosica</p>	<p>El programa de intervención Niño Sano y Bien Nutrido, fue efectivo porque ha generado un impacto significativo en el incremento de los conocimientos, la modificación de las actitudes y el fortalecimiento de las prácticas de las madres; logrando tener una dieta equilibrada y mejorando su alimentación y nutrición del niño garantizando una evolución adecuada.</p>	Moderada	Moderada	Perú
<p>Cuantitativo Cuasiexperimental</p> <p>Efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas de alimentación en padres de niños preescolares sobre el contenido de la lonchera; I.E.I N° 326 “María Montessori” distrito de Comas – 2010.</p>	<p>El programa educativo fue efectivo, dado que sus resultados mostraron un aumento significativo en los conocimientos de los padres de familia que participaron en dicha intervención, además mejoraron las practicas alimentarias en cuanto al contenido de las loncheras.</p>	Moderada	Moderada	Perú

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencias (según sistema Grade)	Fuerza de recomendación	País
<p>Cuantitativo Experimental</p> <p>Conocimientos, actitudes y percepciones de madres sobre la alimentación de niños menores de 3 años en una comunidad de Lima.</p>	<p>Las madres presentaron nivel de conocimientos bajo y actitudes poco favorables sobre la alimentación infantil.</p>	Alta	Alta	Perú
<p>Cuantitativo Cuasiexperimental</p> <p>Efectividad del programa educativo en conocimientos, practicas, actitudes sobre alimentación complementaria de madres con niños 6-24 meses, Reque, 2014</p>	<p>Los resultados positivos demuestran que con la implementación de programas educativos promovemos cambios favorables en cuanto a los conocimientos, experiencias y prácticas de los padres relacionadas a la alimentación complementaria en los niños, en caso de que los padres de la familia, no tengan un conocimiento correcto acerca de la alimentación y nutrición saludable, sus hijos corren el riesgo de una alimentación inadecuada trayendo diversas consecuencias para el niño en su crecimiento y desarrollo. Por lo cual queda demostrado la efectividad del programa.</p>	Moderada	Moderada	Perú
<p>Cuantitativo Experimental</p> <p>Efecto de una intervención educativa en alimentación saludable en profesores y niños preescolares y escolares de la región de Valparaiso, Chile.</p>	<p>Al igual que en otros estudios, queda demostrado que una intervención educativa participativa puede producir cambios positivos en la alimentación de los niños y con ello mejorar el estado nutricional, además mejora significativamente el conocimiento y consumo de alimentos saludables y disminuyendo el consumo de alimentos no saludables, lo que no sucede en el grupo control.</p>	Alta	Alta	Chile

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencias	Fuerza de recomendación	País
<p>Cuantitativo Cuasiexperimental</p> <p>Intervención educativa para modificación de conocimientos, actitudes y prácticas sobre nutrición en Boyacá, Colombia</p>	<p>Impacto favorable expresado en modificaciones cuantitativas en los conocimientos, actitudes y prácticas que podría traducirse en algún grado de aceptación del programa por las madres participantes; la situación económica se apreció como un aspecto que influye negativamente en la implementación de nuevas y mejores prácticas alimentarias.</p>	Moderada	Moderada	Colombia
<p>Cuantitativo Experimental</p> <p>Efectividad de un programa educativo para mejorar conocimientos sobre alimentación saludable en los niños y niñas de 5 años de una I.E.I. de Chiclayo-2013</p>	<p>Los resultados indican que después de realizar el programa educativo se logró un aumento significativo en los padres y niños acerca de la alimentación saludable generando así una nutrición adecuada con lo que mejora su crecimiento y rendimiento escolar, quedando demostrado así la efectividad del programa educativo.</p>	Alta	Alta	Perú
<p>Cuantitativo Cuasiexperimental</p> <p>Intervención educativa a gestantes sobre alimentación y nutrición infantil.</p>	<p>Se concluye que el programa diseñado fue útil para el propósito creado y se propone su empleo para continuar implementando estos conocimientos tan necesarios para mejorar la preparación de las embarazadas y así tener niños saludables desde sus nacimientos ya que las madres mejoraran su alimentación y nutrición desde el inicio de la lactancia hasta la ablactancia de los niños logrando tener niños saludables.</p>	Moderada	Moderada	Perú
<p>Cuantitativo Cuasiexperimental</p> <p>Efectividad del programa educativo en el incremento de conocimientos sobre la prevención de anemia ferropénica en los cuidadores de niños de 12-36 meses que asisten al Programa "Sala de Educación Temprana" Lima - Cercado, 2011.</p>	<p>El programa educativo sobre la prevención de la anemia ferropénica fue efectivo en el incremento de conocimientos de los cuidadores, luego de la aplicación del programa educativo la mayoría de cuidadores conoce sobre: los signos y síntomas de la anemia ferropénica, la preparación de alimentos nutritivos que favorecen a una alimentación y nutrición con alimentos ricos en hierro que favorecen a la absorción del hierro en las comidas. Queda demostrado así que se tiene que seguir incentivando los programas educativos.</p>	Moderada	Moderada	Perú

CAPITULO IV: DISCUSIÓN

En la búsqueda de datos se examinó la efectividad de los programas educativos que tienen un gran impacto positivo en los conocimientos y prácticas sobre la alimentación saludable en los padres de niños en edad escolar. Se encontraron diversos artículos científicos y para ello se utilizó la base de datos Scielo, Lilacs, Lipecs, Medline.

Según los resultados obtenidos de la revisión sistemática, muestran que, del total de 10 artículos revisados, el 100% (n=10/10) de estos, afirman que los programas educativos dirigidos a los padres de familia o cuidadores son efectivos en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable.

Mamani Limachi (Perú), Mamani Mamani (Perú), Barrera Sánchez, Herrera Amaya, y Ospina Díaz (Colombia) y Vallejos Esquivas (Perú) (11,12,16 y 14); demuestran que los programas educativos son efectivos porque han generado un impacto significativo en el incremento de los conocimientos, la modificación de las actitudes y el fortalecimiento de las prácticas de las madres, logrando tener una dieta equilibrada y mejorando su alimentación y nutrición del niño garantizando una evolución adecuada. Si los padres de familia no tienen un conocimiento correcto acerca de alimentación y nutrición saludable, sus hijos corren el riesgo de una alimentación inadecuada trayendo diversas consecuencias para el niño en su crecimiento y desarrollo. Gamarra Atero y Porroa Jacobo (Perú) (13); evaluó que las madres cada vez son más jóvenes y eso es una desventaja en cuanto a la alimentación que ellas brindan a sus niños ya que por el nivel bajo de conocimientos, actitudes

y percepciones no saben cuál es la correcta forma de dar una alimentación y nutrición balanceada a sus niños y piensan que la sopa es el mejor alimento. Gandoy Cubado, Fabá Crespo y Gutiérrez Villa (Perú) (18); concluye que si realizamos intervenciones educativas desde que las madres se encuentran gestando ayuda a mejorar la preparación de las embarazadas, así pueden tener niños saludables desde sus nacimientos ya que las madres mejoraran su alimentación y nutrición desde el inicio de la lactancia hasta la ablactancia de los niños logrando tener niños saludables.

Manrique Carbonel (Perú) (19); demuestra que al realizar un programa educativo sobre la prevención de la anemia ferropénica se logra incrementar el nivel de conocimientos y prácticas de los padres, y con ello mejoramos la preparación de comidas nutritivas que favorecen a una adecuada alimentación y nutrición con un adecuado aporte en hierro que favorece a la absorción del hierro en las comidas. Queda demostrado así que se tiene que seguir incentivando los programas educativos.

Orozco Ramírez (Perú), Trinidad Quizán (México) y Vio del Rio, Salinas Cubillos, Montenegro Edith, y Gonzales Carmen (Chile) (17,10 y 15); concluyeron que el impacto de las intervenciones de los programas educativos permite una alimentación y nutrición saludable en los niños, generando así una nutrición adecuada con lo que mejora su crecimiento y rendimiento del niño, quedando demostrado así la efectividad del programa educativo.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

1. La revisión sistemática de los 10 artículos científicos sobre los conocimientos y las practicas acerca de la alimentación saludable en los padres de niños en edad escolar, fueron hallados en las siguientes bases de datos Lipecs, Lilacs, Scielo y Medline, todos ellos corresponden al tipo y diseño de estudios experimentales y cuasiexperimentales.
2. Los 10 artículos revisados, el 100% (n=10/10), muestran que los programas educativos dirigido a los padres de niños en edad escolar son eficaces en los conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable. Mejorando los conocimientos, las actitudes y las prácticas en los padres favorecen la utilización de las diferentes combinaciones con alimentos nutritivos, necesarios para llevar una dieta equilibrada mejorando la alimentación y nutrición en los niños, además, su frecuencia de consumo permitirá tener una adecuada alimentación, fundamental para garantizar un crecimiento y un desarrollo óptimo.
3. Se demuestra también que, si la intervención educativa se dirige a padres de niños de menor edad, esta es más eficaz, mejor si está dirigida a gestantes pues ayudara a mejorar su

alimentación y nutrición desde el inicio de la lactancia materna hasta la ablactancia de los niños logrando tener niños saludables y bien nutridos.

5.2. Recomendaciones

- 1.** Continuar incentivando a las enfermeras y responsables de la atención integral del niño debemos de seguir trabajando e implementando estos programas en todos los centros de salud y policlínicos del Perú donde aún no se realizan las intervenciones. Por qué en la consulta de atención de CRED, el tiempo es muy limitado y muchas veces no se puede orientar correctamente a los padres, y este punto es relevante en el desarrollo y crecimiento de los niños.
- 2.** Incentivar en los profesionales de salud a seguir cultivando el trabajo multidisciplinario en los programas educativos dirigidos a los padres para aumentar los conocimientos y las prácticas sobre la alimentación saludable.
- 3.** Continuar concientizando a los padres en cuanto a la alimentación saludable, para lograr en los niños un crecimiento y desarrollo adecuado.
- 4.** Crear en el ministerio de salud políticas educativas en alimentación saludable, para mejorar la alimentación y la nutrición de los niños en nuestro país.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA

1. Araneda M. Definición y características de una alimentación saludable [Internet]. Perú. [citado 17 octubre 2015]. Disponible en: <http://www.edualimentaria.com/alimentacion-saludable-concepto-y-principios>.
2. Organización Panamericana de la Salud. Alimentación del lactante y del niño pequeño [Internet]. Perú. Organización Panamericana de la Salud [citado enero 2016]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs342/es/>.
3. Organización Panamericana de la Salud. Nutrición desafíos [Internet]. Perú. Organización Panamericana de la Salud [citado setiembre 2015]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs342/es/http://www.who.int/nutrition/challenges/es/>.
4. UNICEF. La desnutrición infantil [Internet]. Perú. [citado 22 noviembre 2015]. Disponible en: <https://old.unicef.es/sites/www.unicef.es/files/Dossierdesnutricion.pdf>
5. INEI. Situación nutricional en niños en el Perú. [Internet]. [citado 18 marzo 2016]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/desnutricion-cronica-infantil-en-ninas-y-ninos-menores-de-cinco-anos-disminuyo-en-31-puntos-porcentuales-8963/>.

6. MINSA. Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia (AIEPI). Perú. [citado 23 mayo 2015]. Disponible en: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/child/imci/es/
7. PROSAN. Promoción de la Seguridad Alimentaria y Nutricional. Perú. [citado 09 diciembre 2015]. Disponible en: <http://es.wfp.org/content/prosan-promoci%C3%B3n-de-la-seguridad-alimentaria-y-nutricional>
8. Ministerio de Salud. Los Programa Educativos “Programa de alimentación y nutrición”. 2^{Da} Edición Bracamonte. Perú. Lima 2010. Pág. 25-35.
9. Organización Mundial de la Salud. Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia. AIEPI. [Internet]. Perú. [citado 30 octubre 2013] Disponible en: http://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&task=view&id=909&Itemid=607
10. Trinidad Quizán Plata. Efectividad del programa Promoción de alimentación saludable en estudiantes de escuelas públicas del estado de Sonora – Mexico: Scielo; Estud.soc vol.21 México 2013 [citado 16 agosto 2015]. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572013000200008
11. *Mamani Limachi, Ruth Ester*. Efectividad del Programa Educativo Niño Sano y Bien Nutrido para mejorar los conocimientos actitudes y prácticas de las madres con niños menores de 1 año sobre seguridad nutricional en el Centro de Salud Moyopampa, Chosica: *Alicia/Concytec.*; Revista Científica de Ciencias de la Salud Vol. 1, Núm. 1

2009 [citado 16 agosto 2015]. Disponible en:
http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPEU_135911456a11c722c4d11ef38caafa06

12. Mamani Mamani, Susy Yulissa. Efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas de alimentación en padres de niños preescolares sobre el contenido de la lonchera; I.E.I N° 326 "María Montessori" distrito de Comas: Scielo; Vol. 1, Núm. 1 2010 [citado 16 Julio 2015]. Disponible en:
<http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v25n4/a04v25n4>.

13. Gamarra A, Porroa J. Conocimientos, actitudes y percepciones de madres sobre la alimentación de niños menores de 3 años en una comunidad de Lima: Scielo; Rev. Fac. med. Peru 2010, vol.71 [citado 10 agosto 2015]. Disponible en:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S102555832010000300007&lng=es&nrm=iso&tlng=es

14. Vallejos Esquivas, Yacarly Yaneth. Efectividad del programa educativo en conocimientos, prácticas, actitudes sobre alimentación complementaria de madres con niños 6-24 meses, Reque: Alicia /Concytec; Revista Científica Salud & Vida Sipanense Vol. 1 Núm. 2 2014 [citado 12 agosto 2015]. Disponible en:
http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USAT_48317cfbc5bb6f03031ca7da658a2489/Description#tabnav

15. Vio Salinas, Judith Montenegro, Edith González. Vio Salinas, Judith Montenegro, Edith González. Efecto de una intervención educativa en alimentación saludable en profesores y niños preescolares y escolares de la región de Valparaíso, Chile: Scielo; Nutr Hosp; 29(6) [citado 23 agosto 2015]. Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112014000600010&lng=es&nrm=iso&tlng=es

16. Lina Fernanda Barrera Sánchez, Giomar Maritza Herrera Amaya, Juan Manuel Ospina Díaz. Intervención educativa para modificación de conocimientos, actitudes y prácticas sobre nutrición en Boyacá, Colombia: *Lilacs*; rev. cuid. 2014 [citado 20 Julio 2015]. Disponible en: <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil790052?view=mobil>
17. Orozco Ramírez, Jéssica María. Efectividad de un programa educativo para mejorar conocimientos sobre alimentación saludable en los niños y niñas de 5 años de una I.E.I. de Chiclayo: Alicia /Concytec; Revista Científica Salud Vol. 1, Núm. 1 2014 [citado 20 Julio 2015]. Disponible en: http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/SSSU_21e4218f5239061a5626cd0b882b0882
18. Suyín Gandoy Cubero, Marilín Fabá Crespo, Norman Gutiérrez Villa. Intervención educativa a gestantes sobre alimentación y nutrición infantil: *lilacs*; rev. cuid. 2009 [citado 16 Agosto 2015]. Disponible en: <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/cum-42525?view=mobile>
19. Manrique Carbonel, Jasmín Marlyn. Efectividad del programa educativo en el incremento de conocimientos sobre la prevención de anemia ferropénica en los cuidadores de niños de 12-36 meses que asisten al Programa "Sala de Educación Temprana" Lima – Cercado: Alicia /Concytec; Revista Científica Salud Vol. 1, Núm. 1 2011 [citado 10 setiembre 2016]. Disponible en: http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNMS_d1f1c3c02254ff47b756f6c0a1c30e61

