



Universidad  
Norbert Wiener

**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Escuela Académico Profesional de Nutrición Humana**

Conocimientos y actitudes sobre alimentación saludable  
en madres socias del comedor - Popular del AA.HH. 28  
de julio- Campoy - 2022

**Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Nutrición  
Humana**

**Presentado por:**

Esquivel Borja, Epifanía

**Asesor:** Mg. Lujan Torrealva, Franco Silvio

**Código ORCID:** 0000-0002-0026-3332

**Lima, Perú**

**2022**

**Tesis**

**CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES SOBRE ALIMENTACIÓN  
SALUDABLE EN MADRES SOCIAS DEL COMEDOR - POPULAR DEL  
AA.HH. 28 DE JULIO- CAMPOY - 2022**

**Línea de investigación:**

**SALUD Y BIENESTAR**

**ASESOR(A):**

**Mg. Lujan Torrealva, Franco Silvio**

**CÓDIGO ORCID:**

**DEDICATORIA**

## **AGRADECIMIENTO**

## ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
ÍNDICE GENERAL .....	v
ÍNDICE DE TABLAS.....	vii
ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	viii
RESUMEN .....	ix
ABSTRACT .....	x
INTRODUCCIÓN.....	xi
CAPÍTULO I. EL PROBLEMA .....	13
1.1. Planteamiento del problema .....	13
1.2. Formulación del problema.....	17
1.2.1. Problema general .....	17
1.2.2. Problemas específicos.....	17
1.3. Objetivos de la investigación.....	18
1.3.1. Objetivo general.....	18
1.3.2. Objetivos específicos .....	18
1.4. Justificación de la investigación .....	18
1.4.1. Justificación teórica .....	18
1.4.2. Justificación metodológica .....	19
1.4.3. Justificación práctica.....	20
1.5. Limitaciones de la investigación .....	20
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.....	21
2.1. Antecedentes de la investigación.....	21

2.2. Bases teóricas .....	24
2.3. Formulación de hipótesis.....	29
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA.....	30
3.1. Método de la investigación.....	30
3.2. Enfoque investigativo .....	30
3.3. Tipo de investigación .....	30
3.4. Diseño de la investigación.....	30
3.5. Población, muestra y muestreo.....	31
3.6. Variables y operacionalización.....	32
3.7. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos .....	33
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos.....	36
3.9 Aspectos éticos .....	36
CAPÍTULO IV. PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	37
4.1. Resultados.....	37
4.2. Discusión de resultados .....	43
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	46
4.1. Conclusiones.....	46
4.2. Recomendaciones .....	46
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	48

**ÍNDICE DE TABLAS**

<b>Tabla 1.</b> Escala valorativa de la variable conocimiento sobre alimentación saludable.....	34
<b>Tabla 2.</b> Escala valorativa global de la variable actitud acerca de la alimentación saludable .....	35
<b>Tabla 3</b> Confiabilidad del instrumento que mide el conocimiento sobre alimentación saludable .....	35
<b>Tabla 4</b> Confiabilidad del instrumento que mide las actitudes acerca de la alimentación saludable.....	36

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Figura 1.</b> Edad de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy .....	37
<b>Figura 2.</b> Grado de instrucción de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy.....	37
<b>Figura 3.</b> Estado civil de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy .....	38
<b>Figura 4.</b> Religión a las que pertenecen las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy.....	38
<b>Figura 5.</b> Ocupación a las que pertenecen las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy .....	39
<b>Figura 6.</b> Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable por grado de instrucción de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy .....	39
<b>Figura 7.</b> Descripción de resultados según preguntas de conocimiento sobre alimentación saludable en madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy .....	40
<b>Figura 8.</b> Resumen por tipo de respuesta de conocimiento sobre alimentación saludable en madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy .....	41
<b>Figura 9.</b> Evaluación de la actitud acerca de las actitudes sobre alimentación saludable por grado de instrucción de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy .....	41
<b>Figura 10.</b> Descripción de resultados según preguntas de actitudes sobre alimentación saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy.....	42
<b>Figura 11.</b> Resumen por tipo de respuesta de actitudes sobre alimentación saludable en madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy.....	43



## RESUMEN

Para el desarrollo de la presente investigación se tuvo como objetivo: Determinar el nivel conocimientos y actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio. Campoy Lima -2022, para lo cual se utilizó una metodología de diseño deductivo con un enfoque cuantitativo y un tipo de investigación descriptivo con un diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 40 madres socias de Comedor Popular de AA.HH. 28 de Julio Campoy – Lima. Los resultados arrojaron que el 62.50% evidencian un nivel medio de conocimiento sobre alimentación saludable, seguido de un 22.55 con niveles altos y solo un 15% con niveles bajos, mientras que, por su parte, en cuanto la actitud se obtuvo que el 69.25% (n=28) tienen una evaluación positiva al estar de acuerdo respecto a la alimentación saludable, solo el 5.5%(n=2) dicen estar muy de acuerdo y de igual forma un 5.5% (n=2) manifestó estar en desacuerdo. Mientras que 19.755% (n=8) de ellas tendrían una evaluación neutra. Se concluyó que los conocimientos y actitudes de las madres son regulares por lo que se puede mejorar.

**Palabras clave:** conocimientos, actitudes, alimentación saludable

### **ABSTRACT**

For the development of this research, the objective was: To determine the level of knowledge and attitudes about Healthy Eating of the mothers who are members of Comedor Popular. AA. HH July 28. Campoy Lima -2022, for which a deductive design methodology was used with a quantitative approach and a descriptive type of research with a non-experimental design. The sample consisted of 40 member mothers of Comedor Popular de AA.HH. July 28 Campoy – Lima. The results showed that 62.50% show a medium level of knowledge about healthy eating, followed by 22.55 with high levels and only 15% with low levels, while, on the other hand, in terms of attitude, it was obtained that 75% They have a positive evaluation when they agree with respect to healthy eating, 10% say they strongly agree, while 6 of them, who represent only 15%, would have a neutral evaluation. It was concluded that the knowledge and attitudes of mothers are regular so it can be improved.

**Keywords:** knowledge, attitudes, healthy eating

## INTRODUCCIÓN

La alimentación saludable contribuye a tener una calidad de vida óptima, por ello, una alimentación adecuada y balanceada proporciona al organismo todos los nutrientes para un buen funcionamiento, lo cual permite la prevención de enfermedades no transmisibles, como: Desnutrición, obesidad, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares e incluso algunos tipos de cáncer (1). Por lo tanto, resulta indispensable que las madres, cuidadoras o personas que tengan a cargo la preparación de alimentos tengan conocimientos adecuados sobre una alimentación saludable que permitan que los mismos se vean reflejados en el menú diario ofrecido a sus comensales.

En tal sentido, la presente investigación planteó como objetivo general determinar el nivel conocimientos y actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio. Campoy Lima - 2022, lo cual permitió identificar que el 62.50% (25) de las madres evidenciaron un nivel medio de conocimiento sobre alimentación saludable, mientras que un 22.55% (9) obtuvo niveles altos y solo un 15% (6) arrojó niveles bajos, mientras que el 69.25% (28) estuvo de acuerdo respecto a la alimentación saludable, el 5.5% (2) dicen estar muy de acuerdo y de igual forma un 5.5% (2) manifestó estar en desacuerdo, mientras que un 19.75% (8) tendrían una valoración neutra en cuanto a la actitud sobre una alimentación saludable.



## CAPÍTULO I. EL PROBLEMA

### 1.1. Planteamiento del problema

Una alimentación saludable es aquella que proporciona todos los nutrientes que el organismo necesita para mantener un adecuado funcionamiento, conservar o restablecer la salud, disminuir el riesgo de padecer enfermedades, asegurar la gestación y la lactancia materna, entre otras funciones fisiológicas (1). Por ello, se debe establecer desde la infancia patrones de consumo de alimentación saludable, a fin de posibilitar un buen desarrollo tanto físico como intelectual (2) (3). En contraste, una mala alimentación puede generar problemas de enfermedad por déficit o exceso, tales como desnutrición, el sobrepeso o la obesidad (4).

En esa línea la Organización Mundial de la Salud (OMS) define al Sobrepeso y Obesidad como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Un índice de masa corporal (IMC) superior a 25 se considera Sobrepeso, mientras que un índice superior a 30, es considerado como Obesidad. Dichas enfermedades, las cuales en alguna vez eran consideradas como problemas de países de ingresos altos, ahora están aumentando en los países de ingresos bajos y medianos, principalmente en las zonas urbanas (5).

Existen diversas causas de una alimentación no saludable, dentro de las cuales destacan la falta de educación o conocimiento sobre alimentación saludable, la práctica de costumbres y hábitos heredados y aprendidos en la familia y su entorno, y la limitación de recursos económicos y accesibilidad de alimentos. Como muestra de lo antes mencionado se tiene un estudio realizado en Ecuador por Arias y colaboradores (2017), cuyo objetivo fue determinar la asociación entre conocimiento, actitud y práctica de las madres de preescolares frente a la alimentación de sus hijos. La investigación fue de diseño descriptivo, correlacional, aplicó a 41 madres, un cuestionario, cuyos resultados determinaron que el

73,2% de las madres encuestadas presentó conocimientos no satisfactorios, mientras que solo el 26.2% conocimientos satisfactorios; siendo más deficiente en consumo y preparación de alimentos, asimismo pudieron verificar que a pesar de que las madres tenían conocimientos adecuados sus actitudes eran indiferentes y las practicas deficientes debido a la solvencia financiera de la familia (6-7).

Ahora bien, dentro de las consecuencias de una alimentación no saludable, la OMS menciona que una mala alimentación y la inactividad física conlleva a tener sobrepeso y obesidad; y, en consecuencia, el desarrollo de enfermedades no transmisibles como: Enfermedades Cardiovasculares, Hipertensión Arterial (HTA), Diabetes Mellitus II, algunos tipos de Cáncer (8).

En ese sentido, según las cifras del mencionado organismo, 1900 millones de personas adultos tienen sobrepeso y obesidad, mientras que, en el caso de niños menores de 5 años, la cifra es de aproximadamente 41 millones; Asimismo, según la FAO (La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura), en la región de las Américas el 58 % de los habitantes vive con sobrepeso y obesidad (mayor riesgo para enfermedades no transmisibles), siendo Chile (63%), México (64 %) y las Bahamas (69%) los países que presentan mayor índice, con especial aumento de sobrepeso y obesidad en las mujeres (5-9).

El Instituto Nacional de Salud del Perú, a través del Centro Nacional de Alimentación y Nutrición, menciona que la epidemia de sobrepeso y obesidad, además de reducir la esperanza de vida y limitar el desarrollo social de las personas, tiene un impacto económico negativo, generando una pérdida del 3,3 % del producto interior bruto (PIB) en los países de la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos). (10).

Asimismo, de acuerdo la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES-2020), en el Perú el 39.9% de personas de 15 a más años tiene al menos una comorbilidad, como obesidad, diabetes o hipertensión arterial, siendo mayor la incidencia en las mujeres (41.5%) que en los hombres (38.2%), y en la zona urbana (42 %), en contraste con el área rural (29.1%). En cuanto a la obesidad, en el año 2020 se registró un aumento de 3.6 % al compararlo con el año 2017 donde la cifra fue de 24.6% en la población de 15 y a más años, y de igual forma con mayor incidencia en el área urbana. Adicional a ello, dicha encuesta precisa también, que existe una mayor incidencia de la obesidad en personas entre 50 a 59 años (37.5%), seguido de las personas de 40 a 49 años de edad (34%) (11).

Los Comedores Populares son organizaciones sociales de base, aliadas estratégicas del Estado, dedicadas a la preparación de alimentos sanos, nutritivos y bajo costo, para personas y familias vulnerables que presentan alto riesgo nutricional, en especial para niños, madres y adultos mayores. Estos están constituidos por madres de familia (socias), que dedican parte de su tiempo para administrar y preparar los alimentos diariamente (12,13). El objetivo de esta labor, es entregar una ración de comida nutritiva al día a sus usuarios, y la cantidad de raciones diarias está en función al padrón de registro de estos, en cada comedor.

La ración estándar para la atención en comedores populares es de 150g en cereales (arroz, trigo, cebada, quinua, etc.), en menestras 20g (frijol, habas, garbanzo, lenteja, etc.), grasas 10g (aceite, manteca) y productos de origen animal 20g, siendo el total del peso por ración de 200g, lo cual debe cubrir el 31% de calorías y 54% de proteínas de dieta al día (14,15). Sin embargo, no siempre se cumple con estas cantidades, toda vez que las raciones servidas de carbohidratos y grasas sobrepasan los requerimientos de energía de los usuarios de los comedores, lo cual podría contribuir con el incremento de la incidencia de sobrepeso y obesidad en los mismos.

Lo antes mencionado, se comprueba en un estudio realizado por el Dr. Ricardo Uauy, apoyado por el estudio realizado por la FAO a lo largo de 19 países de Latinoamérica incluido Perú, donde se encontró que sólo el 12% de los beneficiarios por PAA (programas de asistencia alimentaria) en estos países tenían problemas de desnutrición, mientras que el 88% tienen un peso normal o sobrepeso (8-16).

Adicional a ello, según una investigación realizada en el Perú por Adams y Chirinos en el año 2018, cuyo objetivo fue estimar la prevalencia de factores en riesgo para síndrome metabólico en adultos usuarios de los comedores de Lima se encontró que las madres usuarias frecuentes de programa de comedores populares tienen más probabilidad de tener obesidad que las no usuarias, pero esta se da más en mujeres (40%) que viven en hogares que no son considerados pobres, y es más frecuente en Lima metropolitana y en la región Costa (17).

Por lo antes mencionado, la obesidad es una enfermedad que perjudica tanto a países en vías de desarrollo como el Perú y a todo el mundo, y esto se da causando diversos problemas de salud, y siendo de alto índice en madres beneficiarias de comedores populares. Por consiguiente, el Estado Peruano conocedor de que son las madres socias son las encargadas de la preparación y servido de los alimentos en los comedores, desde año 2017 a través del Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social y la Superintendencia de Banca, Seguros y AFP (SBS) vienen implementando un Programa de Educación Financiera Intercultural (PEFI), donde a través de talleres educativos imparten conocimientos sobre gestión de un comedor, elaboración y manejo de presupuestos. Estos talleres permiten fortalecer las capacidades de madres de familia sobre la importancia de ahorro y como mejorar sus comedores a través de una adecuada compra de alimentos, equipamiento y



utensilios. Es así que, entre el año 2017 y 2018 fueron capacitados 856 Socias de los Comedores populares de los departamentos de Lima, Arequipa, Junín, Piura y Loreto (19).

Por otro lado, la iniciativa “Alimenta su Fuerza” de CARE Perú (ONG internacional, cuyo fin principal es la eliminación de la pobreza) en alianza con #Yo Me Sumo del BCP, realizan capacitaciones sobre Nutrición y Bioseguridad, Habilidades blandas, Liderazgo y Gestión del Comedor, preparaciones económicas y saludables, con el objetivo de fortalecer las capacidades de las socias de cocina y seguir brindando almuerzos a las personas en situaciones de vulnerabilidad.

Frente a lo expuesto, vemos que los conocimientos y actitudes acerca de una buena alimentación juegan un papel importante en la prevención de sobrepeso y la obesidad, en especial de las socias de comedores populares, quienes son encargadas de la planificación del menú y preparación de los alimentos; y que, a pesar de las intervenciones antes descritas, las preparaciones tienen un alto contenido de carbohidratos y grasas. En consecuencia, se podría inferir que la característica antes precisada de las preparaciones de los comedores populares estaría asociada a la falta de conocimiento y actitudes sobre alimentación saludable de madres socias. (20-21). Por consiguiente, se plante las siguientes preguntas de investigación.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es el nivel de conocimientos y actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias del Comedor Popular-AA. HH 28 de Julio Campoy, -Lima 2022?

### **1.2.2. Problemas específicos**

¿Cuál es el nivel de conocimientos sobre Alimentación Saludable de las madres socias del Comedor Popular-AA. HH 28 de Julio Campoy, -Lima 2022?

¿Cuáles son las actitudes sobre alimentación saludable de las madres socias del Comedor Popular- AA. HH 28 de Julio Campoy, Lima 2022?

### **1.3.Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar el nivel conocimientos y actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio. Campoy Lima -2022.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

Identificar el nivel de conocimiento sobre Alimentación Saludable de las madres socias del Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio Campoy Lima -2022

Evaluar las actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias del comedor popular. AA. HH 28 de Julio Campoy Lima-2022.

### **1.4. Justificación de la investigación**

#### **1.4.1. Justificación teórica**

Una alimentación inadecuada genera enfermedades por déficit o exceso como lo son la desnutrición o la obesidad, las cuales pueden repercutir en la salud de los niños y adultos, generando un impacto negativo en el país, siendo ello demostrado en la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES-2020) donde se verificó que el 12,1% de la población menor de cinco años de edad en el Perú sufrió desnutrición crónica, en el área urbana 7.2% y en el área rural al 24,7% de menores de 5 años de edad, sobre la prevalencia de anemia, se pudo conocer que a nivel nacional el 40.0% en la población de 6 a 35 meses

de edad padecía de esta enfermedad, registrándose mayor incidencia en el área rural (48,4%), que la urbana (36,7%).

En ese sentido, los comedores populares cumplen un rol importante, porque ayudan a mejorar las condiciones de acceso a la alimentación de personas y familias de bajos recursos económicos, que presentan, alto riesgo nutricional, en especial para niños, madres y adultos mayores (12,13). Esta población acude a los comedores populares por sus condiciones de pobreza y en algunos casos por abandono familiar, que los expone de por sí a situaciones de vulnerabilidad ya existentes.

Por lo expuesto, el desarrollo de la presente investigación es importante para recabar datos relevantes que va permitir conocer e identificar los conocimientos y actitudes de las madres socias del comedor popular sobre alimentación saludable y con ello poder inferir sobre la posible relación de estos con las preparaciones elaboradas y ofrecidas en los comedores populares. Por lo tanto, los hallazgos se esperan puedan servir como aporte para investigaciones futuras que busquen identificar los conocimientos y actitudes en cuanto a la alimentación saludable, así como también para implementar intervenciones para la gestión y mejoramiento informativo acerca de los alimentos complementarios que pueden contribuir a mejorar la salud de las personas.

#### **1.4.2. Justificación metodológica**

Para que la investigación cumpla con los objetivos planteados, se utilizará como instrumento una encuesta, la cual se escogió por la facilidad de poder obtener y procesar los datos de una manera rápida y exacta. La encuesta se aplicó a las madres socias de comedor popular 28 de Julio Campoy, y la misma fue adaptada al objetivo del estudio y validada por jueces expertos en tema.

### **1.4.3. Justificación práctica**

El propósito de desarrollar el siguiente trabajo de investigación es aportar información relevante e indispensable para que el gobierno nacional a través de MIDIS (Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social), gobiernos locales y los actores involucrados, pueden implementar estrategias eficaces y rápidas para el fortalecimiento de los conocimientos y actitudes de las madres socias del comedor popular sobre alimentación saludable, y con ello se ofrezcan preparaciones saludables y balanceadas a los usuarios de los comedores para reducir el riesgo de que los mismos padezcan malnutrición por déficit o exceso.

### **1.5.Limitaciones de la investigación**

Dentro de las limitaciones de la presente investigación se tiene que el tiempo brindado por parte de las madres del comedor fue reducido y en diferentes fechas, lo cual conllevó que pautara diferentes reuniones para la implementación de los instrumentos de investigación, lo que ocasionó más tiempo a la autora.

Aunado a lo anterior, algunas de las pertenecientes a la muestra no querían responder a los cuestionarios de investigación hasta no conocer las pautas relativas a los mismos, siendo ello de fundamental importancia para que la autora explicara los beneficios y la confidencialidad de los resultados a fin de disminuir la renuencia por parte de las madres quienes una vez fueron informadas aceptaron participar en el estudio.

## CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

#### 2.1.1. Antecedentes internacionales

**Victoria (2020)** en su estudio titulado *“Comedores comunitarios: acceso a los alimentos y preparaciones posibles. Experiencias colectivas en la provincia de Buenos Aires”*, el cual tenía como objetivo *“analizar las preparaciones alimentarias de los comedores comunitarios y su articulación con las prestaciones estatales destinadas a los mismos”*. Para ello, se realizaron entrevistas a mujeres responsables de comedores comunitarios, cuyos principales resultados encontraron que la implementación de políticas alimentarias modula una estructura de desigualdades ya que amplios sectores sociales acceden a una alimentación deficiente. Muestra de ello, es que se observó que las preparaciones son monótonas, solo con alimentos secos entregados, que no llevan verduras, frutas ni proteínas de origen animal.

**Catarino (2018)** realizó un estudio de tipo transversal, descriptivo, que tuvo como objetivo, *“analizar la distribución de grupos de alimentos y macronutrientes en los menús del comedor comunitario de Temamatla y el estado de nutrición de los usuarios”*. La población de estudio fue a partir de los registros de los menús y de las mediciones realizadas a los 38 personas usuarios del comedor; obteniendo como resultado que las preparaciones contienen un alto contenido de carbohidratos simples, por ende, no se están adquiriendo los nutrientes que realmente se requieren para lograr un estado de salud óptimo, si no que al contrario puede favorecer que los usuarios presenten sobrepeso y obesidad a futuro.

### 2.1.2. Antecedentes nacionales

Paredes y Bernabé (2018) realizaron un trabajo de investigación sobre “Asociación entre la participación en programas de asistencia alimentaria y patrones del perfil lipídico en Perú. La investigación tuvo como objetivo, *“determinar si la participación de programas de Comedores Populares y Vaso de Leche se asocia a patrones de perfil lipídico en la población consumidora”*. Para ello, estudio analizó los datos de la Encuesta Nacional de Indicadores Nutricionales, Bioquímicos, Socioeconómicos y Culturales Relacionados con las Enfermedades Crónicas Degenerativas; y obtuvo como resultado que: “Ser beneficiario del Comedor se asoció a un LDL-c elevado, ser beneficiario del Vaso de Leche aumentó la probabilidad de presentar HDL-c bajo, pero redujo la probabilidad de presentar hipertrigliceridemia” (18).

Leyva, (2017) realizó un estudio de tipo cuantitativo, no experimental, descriptivo y correlacional transversal en una población de 160 madres de familia de 40 comedores populares. El objetivo del presente estudio fue *“determinar en qué medida el conocimiento de las buenas prácticas de higiene en la manipulación de alimentos es aplicado en los comedores populares”*, para lo cual se aplicó dos instrumentos: una encuesta y una ficha técnica que sirvió para verificar la aplicación de las buenas prácticas de higiene. Se obtuvo **como resultado un nivel óptimo de conocimiento de higiene en la adquisición, almacenamiento y transporte, preparación y servido de los alimentos** (13)

Adam y Chirinos, (2017) realizaron un estudio observacional, transversal, en usuarios de 20 a 59 años. Dicha investigación tuvo como objetivo *“estimar la prevalencia e factores en riesgo para síndrome metabólico en usuarios de los comedores populares de Lima”*, y obtuvo como resultado que la prevalencia global de síndrome metabólico fue de 40,1%, donde las mujeres presentaron una prevalencia de 30,4% y los varones 24%. La

prevalencia de los componentes del síndrome metabólico fueron obesidad abdominal 51,6%, C-HDL bajo 42,2%, hipertrigliceridemia 35,3%, obesidad 43,3%, sobrepeso 35,8%, hipertensión arterial 21,0% e hiperglicemia 14,1%. Asimismo, el sedentarismo se presenta en el 86,1% de los participantes, y el sobrepeso, la obesidad abdominal y colesterol alto, fueron los factores de riesgo con mayor prevalencia en mujeres. No obstante, el componente de síndrome metabólico de mayor prevalencia en los usuarios de comedores populares del distrito de Lima es la obesidad abdominal (17).

Peña y Salas (2016) realizó un estudio titulado “*Relación entre el nivel de conocimiento de manipuladores de alimentos y las condiciones higiénico-sanitarias en comedores populares de Huaycán (Ate, Lima)*”, cuya población evaluada fue de 35 comedores populares con un total de 242 socias. El objetivo del trabajo fue “*determinar si son adecuados tanto las condiciones higiénicas sanitarias como el nivel de conocimiento de los manipuladores de los alimentos de los comedores populares de la zona de Huaycán (distrito de Ate, Lima)*”. Donde utilizó un cuestionario y una ficha de evaluación sanitaria, cuales arrojaron como resultado que el nivel de conocimiento más bajo fue en temas de las enfermedades de transmisión alimentaria y el más alto en preparación y distribución las condiciones higiénico-sanitarias, el nivel bajo es en sección relacionado con ambiente y enseres, pero el nivel más alto está relacionado con el de alimento, esto nos indica que si hay relación entre el nivel de conocimiento y las condiciones higiénicas sanitarias en la sección de alimentos.

Torres (2015) realizó un estudio del método descriptivo, correlacional de corte transversal, con una participación de 120 socias de comedores populares. El objetivo del estudio fue; “*determinar el conocimiento sobre higiene en la manipulación de alimentos y su relación en la carga microbiológica en manos de las socias de comedores populares en distrito de Juliaca*”. Para ello, el estudio emplea la encuesta con cuestionarios sobre

conocimiento de higiene en manipulación de alimentos y para ver la carga microbiológica fue utilizada la práctica de lavado de manos. Los resultados arrojaron que no hay relación entre el conocimiento y la carga microbiológica, debido que hay otros factores que favorecen al crecimiento de microorganismos entre ellas están la calidad de agua, infraestructura, utensilios, estado de salud de socias, por otra parte, el 70% de las socias conoce sobre medidas de higiene en manipulación de alimentos y el 30% no tienen conocimiento sobre las medidas, para prevenir la contaminación de los alimentos.

## **2.2. Bases teóricas**

La alimentación saludable contribuye a tener una calidad de vida óptima y saludable, por ello, una alimentación adecuada y balanceada proporciona al organismo todos los nutrientes para un buen funcionamiento, para prevenir enfermedades no transmisibles, como: Desnutrición, obesidad, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, algunos tipos de cáncer, osteoporosis, entre muchas otras. (1, 2, 32). En contraste a ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS), considera que una alimentación no saludable puede generar problemas de enfermedad por déficit o exceso de nutrientes, como: Desnutrición u obesidad y, además, la OMS considera que las causas de una inadecuada alimentación e inactividad física son las enfermedades no transmisibles.

Según las cifras de la OMS, 1900 millones de personas adultos tienen Sobrepeso y Obesidad, mientras que, en el caso de niños menores de 5 años, la cifra es de aproximadamente 41 millones; y el porcentaje es 39% en varones y 40% en mujeres. Asimismo, según la FAO en la región de las Américas el 58 % de los habitantes vive con sobrepeso y obesidad (mayor riesgo para enfermedades no transmisibles), siendo Chile (63%), México (64 %) y las Bahamas (69%) los países que presentan mayor índice, con especial aumento de sobrepeso y obesidad en las mujeres (5-9).



En el Perú, de acuerdo con (ENDES-2020), el 39.9% de personas de 15 a más años tiene al menos una comorbilidad, como obesidad, diabetes o hipertensión arterial, siendo mayor incidencia en las mujeres (41.5%) que en los hombres (38.2%), y en la zona urbana (42 %) que, en el área rural (29.1%). La alimentación saludable tiene mayor relevancia para disminuir dichas enfermedades y permite que las personas mantengan un buen estado de salud y mejor calidad vida. Para tener una adecuada alimentación y nutrición se presenta los siguientes principios (30):

- ✓ Adecuada, la alimentación debe darse en relación con la edad, sexo, estado físico, según actividad física.
- ✓ Suficiente; debe garantizar los requerimientos del organismo, tanto en energía como en nutrientes.
- ✓ Variada, incluir variedad de alimentos, de todos los grupos y también en forma de la preparación.
- ✓ Completa; es decir que contiene todos los nutrientes necesarios para un buen funcionamiento del organismo.
- ✓ Equilibrada; debe tener una adecuada distribución de energía entre el gasto y el consumo.
- ✓ Inocuo; el alimento que no ponga en riesgo la salud del individuo que consume.

Ahora bien, los comedores populares en el Perú nacen a raíz de la crisis económica de los años 70 y 80, con los pobladores de zonas populares de Lima metropolitana, en su mayoría con los migrantes de zonas rurales con costumbres ancestrales de reciprocidad sin el apoyo del estado empiezan crear nuevas formas de organización para solucionar el problema de alimentación familiar. De diciembre de 1978 se registra la aparición de nuevos comedores populares en los distritos de Comas y Agustino, empezando con preparación y

distribución de desayunos infantiles, después se expandió a la preparación de almuerzos (29-30).

Los comedores populares son organizaciones sociales de base, aliadas estratégicas del Estado, dedicadas a la preparación de alimentos sanos, nutritivos y bajo costo, para personas y familias vulnerables que presentan alto riesgo nutricional, en especial para niños, madres y adultos mayores contribuyendo de esta forma a su seguridad alimentaria (12,13), una de sus características más importantes es que están constituidos por madres o mujeres de los sectores pobres, quienes formaron clubes de madres o también llamados comedores populares, quienes inicialmente lo enfrentan solas la ,inflación, el desempleo, el hambre y la enfermedad en sus primeros años de vida. En los años 80 ya empezó tener apoyo del estado, y ya en los años 90 se hace más extensivo y se convierte en el programa de comedores populares que sigue siendo hasta la actualidad (29-35).

Actualmente el Perú cuenta con 13,723 comedores populares que funciona con el apoyo del estado, durante la crisis de pandemia por Covid-19, esta organización social fue un factor fundamental para responder la etapa de crisis y emergencia declarada por gobierno en mes de marzo 2020 y las acciones emprendidas para combatir la propagación de Covid 19 (37). Otra tarea resaltante en la práctica de los comedores es que tienen casos sociales (personas exoneradas de pago por las raciones alimentarias). Estas exoneraciones se aplican principalmente a personas de extrema pobreza, personas incapacitadas a trabajar por enfermedad y adulto mayor. En mínimo proporción se exonera a madres solteras o abandonadas, personas con discapacidad y niños en abandono.

El financiamiento público viene del estado y el financiamiento privado está a cargo de comunidad, las integrantes de las Organizaciones Sociales de Base y los beneficiarios que consumen los menús del comedor popular, El programa de Comedores Populares se financia por cuatro fuentes:

1. El financiamiento público (transferencias, donaciones y recursos ordinarios que administra el programa de alimentación complementaria).
2. El pago que realizan las socias e intervenidos de los Comedores Populares.
3. El trabajo que realizan las socias y beneficiarios en la preparación de los menús y funcionamiento del comedor popular.
4. Las actividades que realizan las socias para cubrir la dieta de los llamados casos sociales (14).

La asistencia alimentaria se entrega mensual de alimentos crudos, el volumen es calculado en relación con el número de beneficiarios. La ración alimentaria conformada preferentemente por cereales, menestras, proteínas de origen animal, grasas, tubérculos y/ o raíces, cada ración debe cubrir 200g de productos y esto debe cubrir en promedio el 31% de calorías y 54% de proteínas de dieta al día, el programa de asistencia alimentaria brinda número de raciones, mínimo 50 y máximo 115 por 20 días al mes durante todo el año. (14,15).

Por otro lado, la desnutrición y obesidad coexisten en Perú y otros países de América Latina, pero las políticas públicas mediante las PAA (Programas de Asistencia Alimentaria) se encargan en atender, si bien es cierto estos programas han sido creados para erradicar la desnutrición y mejorar la salud, sin embargo, en países como México y Chile indica que los usuarios de programas sociales podrían tener más riesgo de sobrepeso y obesidad. En tanto en el Perú las madres que son usuarias frecuentes de programa de comedores populares tienen más probabilidad de tener obesidad que las no usuarias, pero esta se da más en mujeres (40%) que viven en hogares que no son considerados pobres, y es más frecuente en Lima metropolitana y en la región Costa (17). Según la FAO y el estudio realizado por el Dr. Ricardo Uauy, a lo largo de 19 países de Latinoamérica incluido Perú, se encontró que sólo el 12% de los beneficiarios por PAA (programas de asistencia alimentaria) en estos países

tenían problemas de desnutrición, mientras que el 88% tienen un peso normal o sobrepeso (8-16). Respecto en el Perú el programa Comedor Popular se asocia más del doble de probabilidad de presentar LDL-c elevado, lo cual podría estar relacionado a una ingesta elevada de carbohidratos en las raciones servidas, deficiente consumo de verduras y frutas, como consecuencia del desconocimiento y la falta de actitud de las madres socias ante la alimentación saludable.

En este sentido, para promover una alimentación saludable las madres socias, deben manejar información objetiva y tener actitudes favorables o positivas para brindar un servicio de calidad a los beneficiarios. Los conocimientos sobre alimentación saludable permiten tomar decisiones correctas y acertadas, aprender a tener nuevas habilidades y actitudes óptimas, para así adaptarse rápidamente a los nuevos cambios que se dan en la sociedad.

Es así que, los conocimientos se definen como un conjunto de ideas, conceptos, enunciados que pueden ser claros, precisos o inexactos. Así mismo, se considera como una capacidad o experiencia del ser humano para entender por medio de la razón la naturaleza, cualidades y relaciones de las cosas que se produce a través de nuestros sentidos y de la forma en cómo se observa la realidad. (34). Por otro lado, la actitud se define como voluntad, preferencia adquirida de una persona, conducta que lleva a un comportamiento, que puede ser modificado, generando un cambio favorable o desfavorable con uno mismo. (35)

Por consiguiente, las madres socias de los comedores populares bien informadas y/o capacitadas y con buenas actitudes, prepararían una alimentación adecuada, suficiente, variada, completa, equilibrada e inocua, para así en el momento del servido respeten el modelo del plato saludable, por ende, ello contribuiría a evitar la presencia de dislipidemia,

sobrepeso u obesidad en los usuarios de los comedores populares; previniendo futuras complicaciones que pueden resquebrajar su salud y mantener una mejor calidad de vida.

### **2.3. Formulación de hipótesis**

No aplica.

## CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

### 3.1. Método de la investigación

Deductivo, puesto que aplicó una encuesta que permitió conocer el nivel de conocimientos y las actitudes de la muestra estudiada en específico.

### 3.2. Enfoque investigativo

Fue de enfoque cuantitativo ya que permitió evaluar los niveles de conocimiento a través de recolección de datos y el análisis de datos numéricos.

### 3.3. Tipo de investigación

El estudio de investigación fue de tipo descriptivo, con un enfoque cuantitativo, de corte transversal, no experimental.



Donde:

M= Madres socias que preparan los alimentos.

O= Nivel de conocimiento y actitudes sobre alimentación saludable

### 3.4. Diseño de la investigación

El trabajo de investigación presentó un diseño no experimental de corte transversal debido a que el informe se realizó sin manipular las variables y se buscó la observación descriptiva en el momento determinado.

### **3.5. Población, muestra y muestreo**

#### **3.5.1. Población**

La población de estudio es finita y estuvo conformado por las madres socias de Comedor Popular de AA.HH. 28 de Julio Campoy- Lima.

#### **3.5.2. Muestra**

Estuvo conformada por un total de 40 madres socias de Comedor Popular de AA.HH. 28 de Julio Campoy – Lima, seleccionadas por muestreo no probabilístico, intencional.

#### **3.5.3. Criterio de inclusión**

- ✓ Madres socias con participación voluntaria en el estudio.
- ✓ Madres socias con participación continua en el comedor popular 28 de Julio Campoy, en el último año.

#### **3.5.4. Criterios de exclusión**

- ✓ Madres socias que no quieren participar en el estudio.
- ✓ Madres socias que no participan continuamente en el comedor popular 28 de Julio Campoy, en el último año.
- ✓ Madres socias de otros Comedores Populares cercanos a la jurisdicción.

### 3.6. Variables y operacionalización

VARIABLES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	ESCALA VALORATIVA
<p><b>V1</b></p> <p>Nivel de Conocimiento</p>	<p>Es la Información, noción o idea que tiene la madre sobre una situación basándose en principios científicos o teóricos.</p>	<p>Conocimiento</p>	<p>Conoce o desconoce sobre alimentación saludable</p>	<p>Ordinal</p>	<p>-Nivel Alto</p> <p>-Nivel Medio</p> <p>-Nivel Bajo</p>
<p><b>V2</b></p> <p>Tipo de Actitud</p>	<p>Es la preferencia de la madre al momento de preparar, combinar y servir los alimentos a los usuarios de manera adecuada, suficiente, variada, completa, equilibrada e inocua para cubrir los requerimientos nutricionales.</p>	<p>Actitud</p>	<p>Tiene una actitud negativa o positiva sobre alimentación saludable</p>	<p>Ordinal</p>	<p>Totalmente de acuerdo</p> <p>De acuerdo</p> <p>Indiferente</p> <p>En desacuerdo</p> <p>Totalmente en desacuerdo.</p>



### 3.7. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

#### 3.7.1. Técnica

La técnica empleada fue la encuesta que sirvió para la obtención de la información.

- **Encuesta:** Es una técnica basada en preguntas la cual se aplicó a la muestra de estudio para recaudar datos o conocer la opinión de los mismos sobre un tema específico.

#### 3.7.2 Descripción de instrumentos

Se utilizó como instrumento, un Cuestionario relacionado al Nivel de Conocimiento y actitud de la población en estudio sobre Alimentación Saludable, elaborado por la responsable de la presente investigación.

El cuestionario estuvo conformado por 3 secciones: La primera sección corresponde a los datos generales de las participantes como: edad, grado de instrucción, estado civil, ocupación y religión. La segunda corresponde a las preguntas relacionadas con la evaluación de los conocimientos, la cual contiene 15 preguntas de opción múltiple, la cual estará clasificada de la siguiente manera:

NIVEL DE CONOCIMIENTO	PUNTAJE
ALTO	11-15pts
MEDIO	6-10pts
BAJO	0-5pts

La tercera está relacionado a la actitud la cual, tiene 10 ítems estimados según la escala de Likert. Cada enunciado será calificado con 5 opciones como respuestas posibles.

Según la escala: Totalmente de acuerdo, De Acuerdo, Indiferente, En Desacuerdo, Totalmente en Desacuerdo.

NIVEL DE ACTITUD	PUNTAJE
TOTALMENTE DE ACUERDO	5
DE ACUERDO	4
INDIFERENTE	3
EN DESACUERDO	2
TOTALMENTE EN DESACUERDO.	1

Para el análisis descriptivo de las variables conocimiento y actitudes sobre alimentación saludable de las madres, se utilizaron escalas valorativas (baremos), las mismas que se muestran en las tablas siguientes con los niveles de medición respectiva.

#### **Escala valorativa de las variables.**

En la siguiente tabla se detallan los niveles, rangos y los puntajes teóricos de la variable conocimiento sobre alimentación saludable de las madres, la cual alcanza 15 puntos.

**Tabla 1.** *Escala valorativa de la variable conocimiento sobre alimentación saludable*

Variable y dimensiones	Puntajes		Niveles		
	Mínimo	Máximo	Bajo	Medio	Alto
Conocimiento sobre alimentación saludable	0	15	0-5	6-10	11-15

Seguidamente, se muestran los puntajes teóricos, niveles y rangos de la variable actitud acerca de la alimentación saludable, la cual alcanza un puntaje de 50 con escalas que van de 0 para respuestas equivocadas y 10 para respuestas correctas.

**Tabla 2.** *Escala valorativa global de la variable actitud acerca de la alimentación saludable*

Variable y dimensiones	Puntajes		Niveles	
	Mínimo	Máximo	Negativa	Positiva
Actitud acerca de la alimentación saludable	10	50	10-30	31-50

### 7.3. Validación

El instrumento de recolección de los datos fue elaborado por la propia investigadora y fue validado por jueces expertos, 3 magísteres y licenciados en nutrición, los cuales presentan un alto manejo de la información contenida en los instrumentos quienes precisaron que el instrumento es válido para medir las variables (Ver anexo 3)

### 7.4. Confiabilidad

Para establecer la confiabilidad del instrumento, se llevó a cabo una prueba piloto de la encuesta, que fue aplicada a 30 madres socias de un comedor popular ubicado en la misma jurisdicción. Se aplicó la prueba de alfa de Cronbach, la cual arrojó los siguientes resultados:

**Tabla 3** *Confiabilidad del instrumento que mide el conocimiento sobre alimentación saludable*

Estadísticas de fiabilidad	
KR - 20	N de elementos
,828	15

El valor del KR - 20 es 0,828; esto indica que el instrumento tiene una muy buena confiabilidad.

**Tabla 4** *Confiabilidad del instrumento que mide las actitudes acerca de la alimentación saludable*

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,725	10

El valor del alfa de Cronbach es 0,725; esto indica que el instrumento tiene una buena confiabilidad

### **3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos**

Los datos obtenidos fueron codificados y tabulados en una hoja de cálculo de Excel para luego ser procesado por el programa estadístico SPSS versión 25 con los cuales se construyeron mediante gráficos y tablas que puedan ser interpretados.

### **3.9 Aspectos éticos**

El presente trabajo de investigación tomó en cuenta los principios éticos que rigen para el trabajo. Asimismo, los siguientes principios éticos que estuvieron acorde para el trabajo con personas.

**La Autonomía:** Se respetó la decisión de participar o retirarse del estudio cuando el participante así lo decida, sin causar perjuicio directo o indirecto siendo plasmado en el consentimiento informado que se entregó a las madres socias, antes de iniciar el trabajo de campo.

**No maleficencia:** Los datos recolectados no afectaron la integridad de las madres socias. Así mismo, se evitó realizar acciones que puedan causar daño o perjudicar a otros.

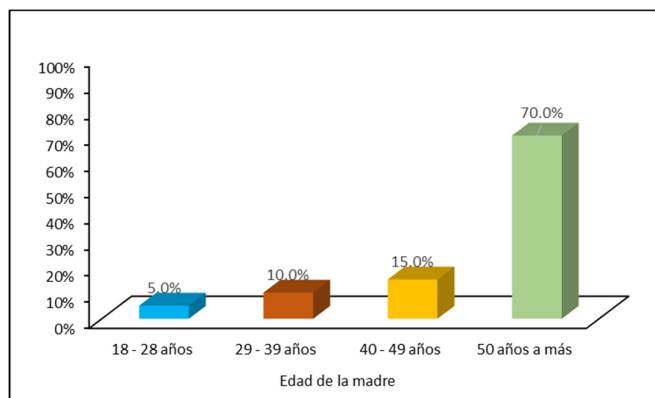
**Beneficencia:** Este trabajo permitió el desarrollo del área de nutrición en el tema abordado. Se actuó en beneficio de otros, promoviendo así sus intereses y suprimiendo prejuicios.

## CAPÍTULO IV. PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

### 4.1. Resultados

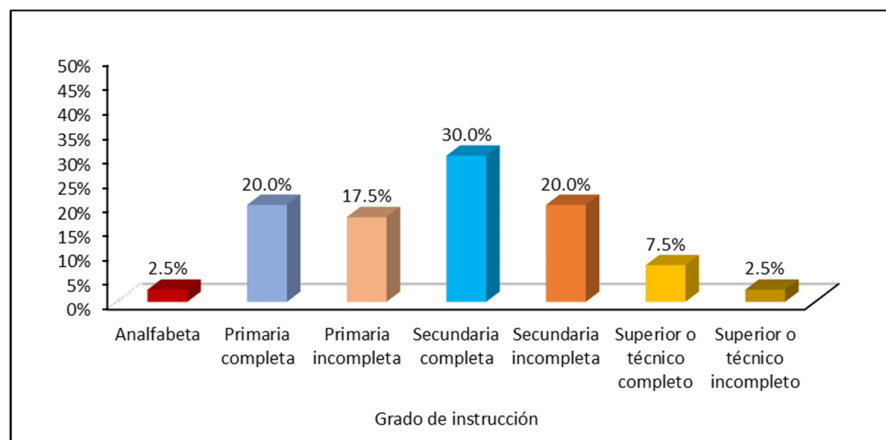
#### 4.1.1. Análisis descriptivo de los resultados

##### 4.1.1.1. Características de la muestra



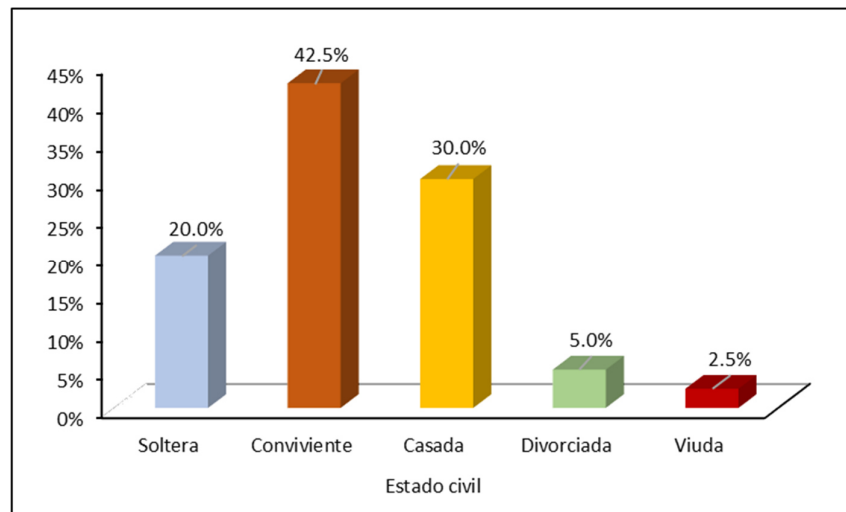
**Figura 1.** Edad de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

Se observa en la figura 1 que la mayoría de madres encuestadas (70%) tiene de 50 años a más y solo 5% tiene entre 18 a 28 años.



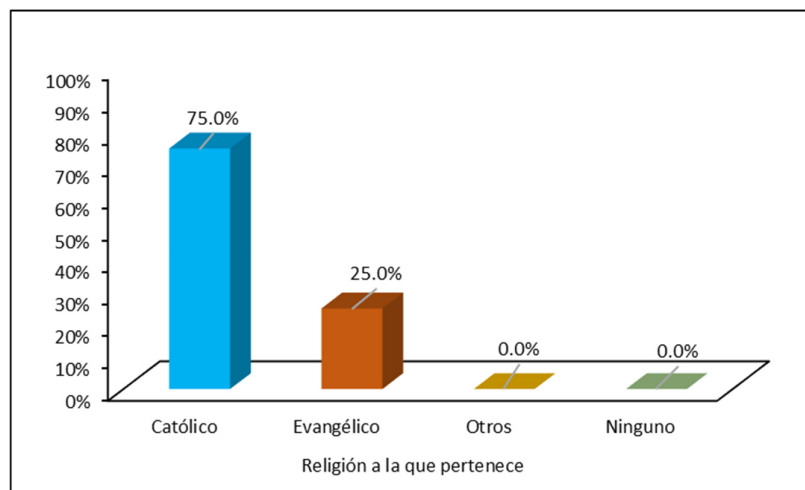
**Figura 2.** Grado de instrucción de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

En la figura 2, se observa que referente al grado de instrucción, el mayor porcentaje de madres encuestadas (30%) tiene secundaria completa y solamente el 2,5% es analfabeto.



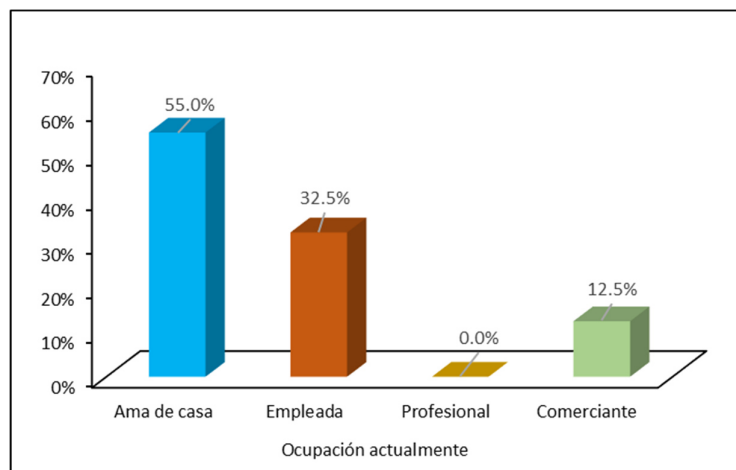
**Figura 3.** Estado civil de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

Se aprecia en la figura 3 que la mayoría de madres encuestadas (42%) tiene una relación de conviviente, y que solamente el 2,55 es viuda.



**Figura 4.** Religión a las que pertenecen las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

En la figura 4 se observa que la mayoría de madres encuestadas equivalente al 75% profesa la religión católica.

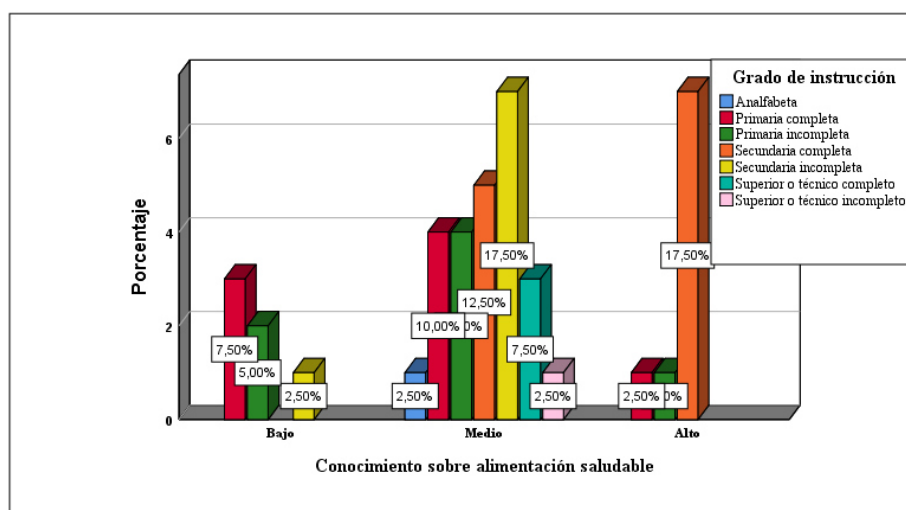


**Figura 5.** Ocupación a las que pertenecen las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

Se observa en la figura 5 que el 55% de madres encuestadas es ama de casa, 32,50% es empleada y el 12,50% es comerciante.

#### 4.1.2. Análisis descriptivos de los resultados

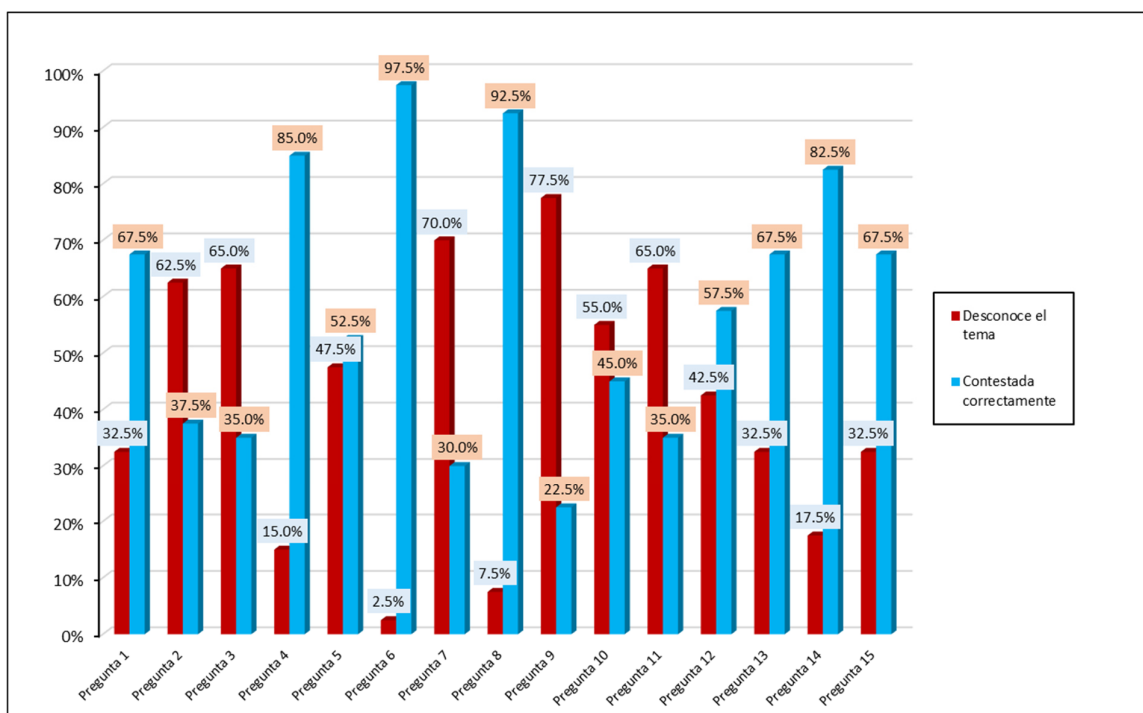
#### 4.1.3. Análisis descriptivos de los resultados de las variables conocimientos y actitudes



**Figura 6.** Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable por grado de instrucción de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

Según los resultados, la figura 6, se encontró que las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy reflejaron un nivel medio mayoritario de conocimiento sobre

alimentación saludable en un 62.5%, de los cuales un 17.5% posee secundaria incompleta, otro 12.5% que posee secundaria completa. Otro grupo de 22.5% posee un nivel alto de conocimientos sobre alimentación saludable, en la que el 17.5% posee secundaria completa y el nivel de conocimiento bajo se encuentra en las madres socias con grado de primaria completa e incompleta (7.50% e 5.0%).

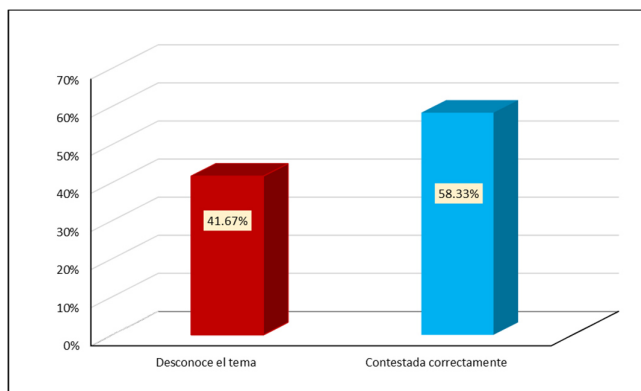


**Figura 7.** Descripción de resultados según preguntas de conocimiento sobre alimentación saludable en madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

Asimismo, de las 15 preguntas aplicadas en el cuestionario en mención a los conocimientos, en la pregunta N° 2 sobre el principal beneficio de una alimentación saludable, el 62.5% (n=25) contestaron que desconocían el tema y el 37.5%(n=15) contestaron correctamente. Seguidamente, según la pregunta N°3 sobre alimentos con mayor contenido de proteína, sólo fue contestada correctamente por el 35% (n=14), mientras que el 65%(n=26) desconocía del tema. Por el contrario, en la pregunta N° 4 sobre alimentos que contienen grasa saludable, el 85%(n=34) contestaron correctamente y el 15%(n=6) desconocía del tema. Igualmente, la pregunta número N° 9 sobre si conocían las adecuadas combinaciones de alimentos en una

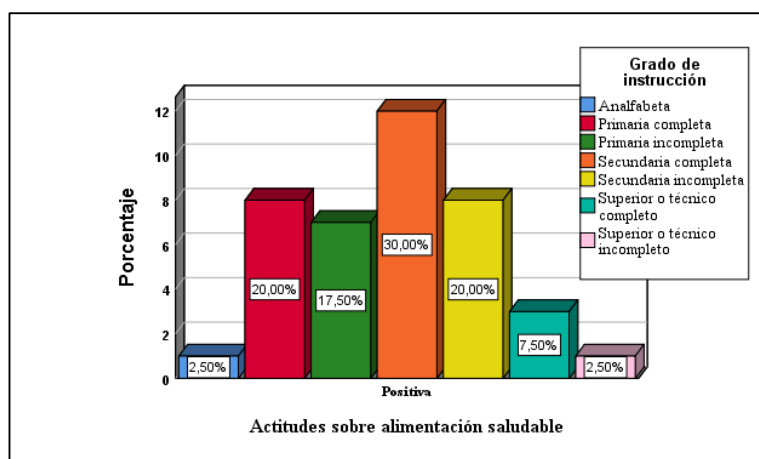


alimentación saludable, donde se observó que solo el 22.5% (n=9) contestaron correctamente y el 77.5%(n=31) desconocía el tema. Finalmente, la pregunta N° 11 sobre las combinaciones de un plato saludable, el 35% (n= 14) de las madres socias contestaron correctamente y el 65%(n=26) desconocía el tema.



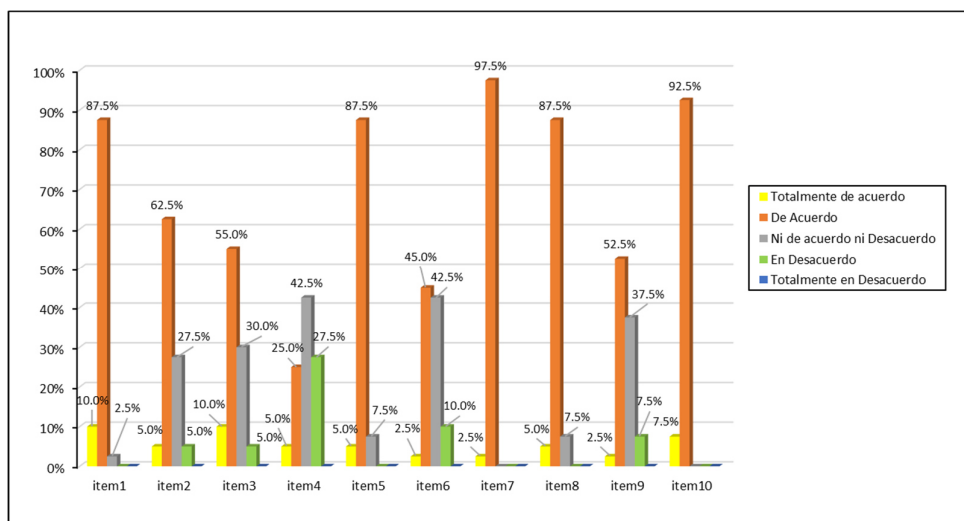
**Figura 8.** Resumen por tipo de respuesta de conocimiento sobre alimentación saludable en madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

Como se muestra en la figura 8, en resumen, el 58.33% (n=23) de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy contesto correctamente a las 15 preguntas sobre conocimiento sobre alimentación saludable, mientras el 41.67% (n=17) admitió desconocer del tema.



**Figura 9.** Evaluación de la actitud acerca de las actitudes sobre alimentación saludable por grado de instrucción de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

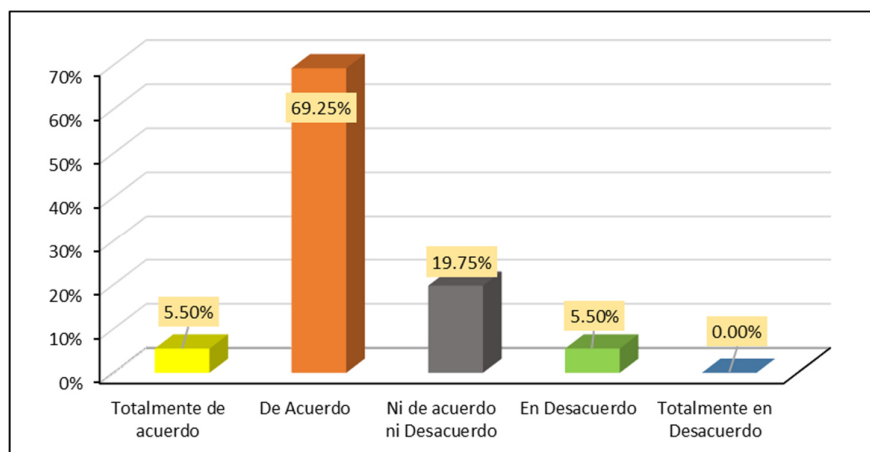
Según los resultados, la figura 9, se encontró que las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy reflejaron un nivel positivo mayoritario de actitudes sobre alimentación saludable, de los cuales un 30% posee secundaria completa, otro 20% que posee secundaria incompleta, seguido de un 20% que tiene primaria completa.



**Figura 10.** Descripción de resultados según preguntas de actitudes sobre alimentación saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

Asimismo, de las 10 preguntas aplicadas en el cuestionario en mención a las actitudes sobre alimentación saludable, la pregunta N°1 acerca de cómo considera que una alimentación saludable es importante para la salud, el 87.5% (n=35) eligió estar de acuerdo, por el contrario en la pregunta N°4 acerca de si considera que la alimentación saludable previene la desnutrición, sobrepeso, obesidad, hipertensión arterial, diabetes mellitus 2, entre otros, el 42.5%(n=17) admitió no estar de acuerdo ni en desacuerdo, y un 27.5% (n=11) manifestó estar en desacuerdo y el 25% (n=10) eligió estar de acuerdo. Por otra parte, en la pregunta N°5 acerca de si considera que es importante el consumo de frutas y verduras por su aporte de vitaminas, minerales y fibra, el 87.5% (n=35) eligió estar de acuerdo, en la afirmación N°8 de que las preparaciones como el guiso, sancochados, al horno y al vapor son más saludables, el 87.5% (n=35) eligió estar de acuerdo, luego otro 5% (n=2) que confeso estar totalmente de acuerdo. Y finalmente, la pregunta N°10 sobre si es importante conocer los

alimentos que contienen hierro, el 92.5% (n=37) eligió estar de acuerdo en su mayoría.



**Figura 11.** Resumen por tipo de respuesta de actitudes sobre alimentación saludable en madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy

Como se muestra en la figura 11, en resumen, el 69.25% (n=28) de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy manifestó estar de acuerdo en las 10 preguntas sobre las de actitudes sobre alimentación saludable, mientras 19.755 (n=8) eligió la opción de ni de acuerdo ni en desacuerdo, seguido de un 5.5% (n=2) que eligió estar totalmente de acuerdo, y de igual forma un 5.5% (n=2) manifestó estar en desacuerdo, para finalmente cerrar con un 0% que no eligió la opción de estar totalmente en desacuerdo.

#### 4.2. Discusión de resultados

Dentro del presente apartado serán debatidos los resultados que fueron obtenidos con aquellos encontrados en los antecedentes de investigación que se citaron de forma correspondiente, aunado a ello se tomarán las teorías del marco teórico que permitirán brindar un mejor entendimiento acerca de los hechos debatidos en el desarrollo del estudio en curso.

Con referencia al objetivo específico 1: se pudo precisar mediante el análisis correspondiente que del total de 40 madres socias de Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio

de Campoy, Lima 2022, se logró precisar que 25 de ellas, las cuales representan el 62.50% evidenciaron un nivel medio de conocimiento sobre alimentación saludable, seguido de un 22.5% con niveles altos y solo un 15% con niveles bajos. Que si bien no se encuentra estudios iguales, pero los hallazgos se asemejan a los encontrados por Leyva (2017) quien realizó un estudio semejante al de la presente investigación con el objetivo de *"determinar en qué medida el conocimiento de las buenas prácticas de higiene en la manipulación de alimentos es aplicado en los comedores populares"*, lo cual le permitió precisar la existencia de un nivel óptimo de conocimiento de higiene en la adquisición, almacenamiento y transporte, preparación y servido de los alimentos. Aunado a ello Peña y Salas (2016) realizaron un estudio con el objetivo de *"determinar si son adecuados tanto las condiciones higiénicas sanitarias como el nivel de conocimiento de los manipuladores de los alimentos de los comedores populares de la zona de Huaycán (distrito de Ate, Lima"* lo que permitió precisar que el nivel de conocimiento más bajo estuvo enfocado en las enfermedades de transmisión alimentaria y el más alto en preparación y distribución las condiciones higiénico-sanitarias. En este sentido, para lograr una adecuada promoción de una alimentación saludable las madres socias, deben manejar información objetiva y tener actitudes positivas para brindar un servicio de calidad a los beneficiarios, siendo para ello necesario tener altos niveles de conocimiento en cuanto a la importancia de la alimentación saludable, así como también una actitud favorable en torno a este aspecto. Cabe mencionar que los conocimientos se consideran como la capacidad del ser humano para entender por medio de la razón la naturaleza, cualidades y relaciones de las cosas que se produce y de la forma en cómo se observa la realidad. (34)

Con referencia al objetivo específico 2: mediante los análisis estadísticos correspondientes se pudo identificar que de la totalidad de las 40 madres socias de Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio de Campoy, Lima 2022, la cantidad de 30 madres que

representan el 75% tienen una valoración positiva al estar de acuerdo respecto a la alimentación saludable y 4% madres socias del comedor que constituyen el 10% dicen estar muy de acuerdo, mientras que 6 de ellas que representan solo un 15% tendrían una valoración neutra. Tales hallazgos se asemejan a los encontrados por Catarino (2018) quien realizó una investigación con el objetivo de “*analizar la distribución de grupos de alimentos y macronutrientes en los menús del comedor comunitario de Temamatla y el estado de nutrición de los usuarios*” lo cual conllevó a que se identificara que las preparaciones que realizan poseen un elevado contenido de carbohidratos simples, lo que puede favorecer que los usuarios presenten sobrepeso y obesidad a futuro, es decir que no se están tomando en consideración las actitudes favorables correspondientes para tener un resultado óptimo en el comedor, en tal sentido, la actitud se conoce como la voluntad de una persona que lleva a un comportamiento o un cambio favorable o desfavorable. (35) por lo tanto, las actitudes de las madres socias de un comedor pueden conllevar a tener resultados positivos para aquellos que acuden a sus servicios.

## CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 4.1. Conclusiones

**Primera:** mediante el análisis y procesamiento de datos correspondientes se pudo prever que el 62.50% (25) evidenciaron un nivel medio de conocimiento sobre alimentación saludable, mientras que un 22.55% (9) obtuvo niveles altos y solo un 15% (6) arrojó niveles bajos. Al mismo tiempo, se pudo observar que las madres socias de Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio de Campoy, Lima 2022 se encuentran con una actitud positiva sobre la alimentación saludable.

**Segunda:** mediante el análisis estadístico correspondiente se pudo observar que de la totalidad de las madres socias de Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio de Campoy, Lima 2022, el 58.33% (n=23) de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 de Julio. Campoy contestó correctamente a las 15 preguntas sobre conocimiento sobre alimentación saludable, mientras el 41.67% (n=17) admitió desconocer del tema. Sin embargo la mayoría de las madres socias desconocen sobre los beneficios de una alimentación saludable, sobre los alimentos con mayor contenido de proteína, así como las adecuadas combinaciones de alimentos en una alimentación saludable.

**Tercera:** mediante el análisis estadístico correspondiente se pudo prever que de la totalidad de las madres socias de Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio de Campoy, Lima 2022 el 69.25% (n=28) manifestó estar de acuerdo en las 10 preguntas sobre las de actitudes sobre alimentación saludable, mientras 19.755 (n=8) eligió la opción de ni de acuerdo ni en desacuerdo. Sin embargo la mayoría de las madres socias se muestran indiferentes sobre considerar que la alimentación saludable previene la Desnutrición, Sobrepeso, Obesidad,

Hipertensión arterial, Diabetes Mellitus 2, entre otros, así como considerar que el plato saludable debe tener la mitad de verduras, cuarta parte, carnes como pollo, pescado, etc. Y la otra cuarta parte, menestras o cereales.

#### **4.2 Recomendaciones**

**Primera:** se recomienda que el Estado Peruano implemente estrategias (capacitaciones, talleres) que permitan la mejora de los conocimientos y actitudes de las cocineras de los comedores populares a fin de incrementar la información relativa en el tema y el proceso alimentario que ofrecen.

**Segunda:** Fomentar la alimentación saludable y la prevención sobre las consecuencias de una mala alimentación en el Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio de Campoy, Lima 2022 a fin de propulsar los conocimientos sobre la alimentación saludable ya que ello contribuiría a mejorar los platos y ofrecer un mejor servicio a la población que acude a sus servicios y así reducir el riesgo de que los mismos padezcan malnutrición por déficit o exceso.

**Tercera:** se recomienda mejorar o a seguir con las actitudes favorables a las madres socias en el Comedor Popular. AA. HH 28 de Julio de Campoy, Lima 2022 puesto que la alimentación saludable garantiza un adecuado desarrollo de las personas y asegura que se encuentran en óptimas condiciones para realizar sus actividades.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Reyes S. Canto M. Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una Universidad Pública. Rev. 2020 Feb [citado 2022 Mar 26]; Disponible en: [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182020000100067](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000100067).
2. Churata E. Conocimiento y actitudes sobre alimentación saludable de los estudiantes adolescentes de la I.E.S. San Juan de Huata – 2018. Universidad Nacional del Altiplano. Puno - Perú 2018. Disponible en: [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/10361/Churata\\_Ramos\\_Erix\\_Paul.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/10361/Churata_Ramos_Erix_Paul.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
3. Vásquez V. Actitud De Las Madres Sobre Alimentación Saludable en Preescolares. Puesto De Salud el Verde. Chota. 2017. Universidad Nacional De Cajamarca. Perú 2017. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/unc/1817/tesis%20actitud%20de%20las%20madres%20sobre%20alimentaci%3%93n%20saludable%20en%20preescolares.%20puesto%20de%20salud%20el%20verd>.
4. Ortiz L. Saavedra S. Nivel De Conocimiento De Autocuidado Para La Prevención De La Obesidad En Mujeres Beneficiarias De Cuatro Comedores Populares De La Comunidad La Flor, Carabayllo Lima. 2016. Disponible en: <https://repositorio.uclima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/61/ortiz-loyola-flor.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
5. Malo M. Castillo M. Pajita D. La obesidad en el mundo. 2017. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-55832017000200011&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832017000200011&lng=es). <http://dx.doi.org/10.15381/anales.v78i2.13213>.



6. 6, Malnutrición. Organización Mundial de la Salud. Junio.2021.  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition#:~:text=El%20t%C3%A9rmino%20%C2%ABmalnutrici%C3%B3n%C2%BB%20se%20refiere,de%20nutrientes%20de%20una%20persona>.
7. Arias S. Valencia J. Actitudes, Conocimientos y Prácticas de Madres de Niños en edad Preescolar Frente a la Alimentación de sus Hijos. Revista de investigaciones de la Universidad de Quindío. Vol 29. 2017. Disponible en:  
<https://ojs.uniquindio.edu.co/ojs/index.php/riuq/article/view/9/17>.
8. Diez Francis S. García L. Programas Sociales y Reducción del Obesidad en el Perú: Reflexiones Desde La Investigación, Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública, vol. 34, núm. 1, 2017. pp. Instituto Nacional de Salud Lima. Perú. 2017. <file:///C:/Users/Ilda/Downloads/36350144015.pdf>.
9. Obesidad y Sobrepeso, Organización Mundial de la Salud, 2021 disponible en:  
[https://www.who.int/es/health-topics/obesity#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/obesity#tab=tab_1).
10. Observatorio de Nutrición y Estudio de Sobrepeso y Obesidad, reducen el PIB de los países OCDE en un 3,3 %, Instituto Nacional de Salud – Centro Nacional de Alimentación y Nutrición, , [Citado 2022 Abril 2], disponible en:  
<https://observateperu.ins.gob.pe/noticias/315-el-sobrepeso-y-la-obesidad-reducen-el-pib-de-los-paises-ocde-en-un-3-3#>.
11. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Prevalencia de Obesidad en Perú. Mayo.2021. Disponible en:<https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-399-de-peruanos-de-15-y-mas-anos-de-edad-tiene-al-menos-una-comorbilidad-12903/>.

12. Diario Oficial El Peruano, Ley que Promueve a los Comedores Populares como Unidades de Emprendimiento para la Producción. Junio del 2018. Disponible en: <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/ley-que-promueve-a-los-comedores-populares-como-unidades-de-ley-n-30790-1658141-2/>.
13. Leyva G. Conocimiento Y Aplicación de las Buenas Prácticas de Higiene en la Manipulación de Alimentos de los Comedores Populares del Club de Madres de Huaycán. Universidad Inca Garcilaso De La Vega, 21 de setiembre del 2017. disponible en: [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1693/TESIS\\_GIULIA\\_NNA%20LEYVA%20CORONADO.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1693/TESIS_GIULIA_NNA%20LEYVA%20CORONADO.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
14. Sanabria C. Financiamiento de Programas Sociales, el caso del Programa de Comedores Populares en Perú, Pensamiento Crítico No. 7, pág. 21 – 33. 2020. disponible en: <file:///C:/Users/Ilda/Downloads/0.pdf>.
15. Importante rol que cumplen las socias de cocina en los comedores populares, “Alimenta su fuerza” de CARE Perú Diciembre 14 2020. Disponible en: <https://www.care.org.pe/descubre-el-importante-rol-que-cumplen-las-socias-de-cocina-en-los-comedores-populares/>.
16. Chaparro P. Ortiz A. Harrison G. Association between food assistance program participation and overweight, Rev Saúde Pública 2014 (6):889-898. <https://www.scielosp.org/pdf/rsp/2014.v48n6/889-898/en>.
17. Adams y Chirinos, Prevalencia de factores de riesgo para síndrome metabólico y sus componentes en usuarios de comedores populares en un distrito de Lima, Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública Perú 2018. Disponible en

<https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/40-de-usuarios-de-comedores-populares-sufren-obesidad-abdominal>.

18. Paredes A. y Bernabé A. Asociación entre la participación en programas de asistencia alimentaria y patrones del perfil lipídico en Perú. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2018. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182018000300135&lng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182018000300135&lng=es).
19. Superintendencia de Banca y Seguros y Finanzas para Socias de Comedores Populares. Agosto. 2019. Disponible en: <https://www.sbs.gob.pe/boletin/detalleboletin/idbulletin/51?title=Finanzas%20para%20socias%20de%20comedores%20populares>.
20. CARE Perú. Conoce las Capacitaciones de los Comedores Populares. Diciembre 2020. Disponible en: <https://www.care.org.pe/conoce-las-capacitaciones-que-empoderan-a-las-socias-de-cocina-de-los-comedores-populares/>.
21. Maldonado E. Gestión municipal de Comedores Populares en el distrito de Villa el Salvador: una realidad de Seguridad Alimentaria, 2020. Disponible: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/76983/Maldonado\\_D EE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/76983/Maldonado_D EE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
22. Mendoza E. Percepción de La Calidad de Vida del Adulto Mayor en el Comedor Popular “Madre del Amor Hermoso” Manchay. Lima 2019. Disponible en: [https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1986/T030\\_06421383\\_T%20MENDOZA%20RIOS%20ESTELA%20NORMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1986/T030_06421383_T%20MENDOZA%20RIOS%20ESTELA%20NORMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
23. Katia torres, Conocimiento Sobre Higiene en la Manipulación de Alimentos en Relación con la Carga Microbiológica en Manos de las Socias que Manipulan

Alimentos en los Comedores Populares del Distrito de Juliaca, Puno. 2015.  
Disponible

en:[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/2194/Torres\\_Pacompa\\_Katia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/2194/Torres_Pacompa_Katia.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

24. Asmat I. Mamani J. Conocimientos Y Actitudes De Las Madres Sobre Alimentación Saludable En Preescolares De La Institución “Ayni Educativo”, Perú.2020.  
disponible en:

[https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/458/CONOCIMIEA\\_LIMENTAER%c3%9a%20%e2%80%93%202020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/458/CONOCIMIEA_LIMENTAER%c3%9a%20%e2%80%93%202020.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

25. Castro F. Análisis Socio-Crítico Del Programa “Comedores Comunitarios” De La Zona Oriente Del Estado De México. Junio. 2020. Disponible en:

<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/109021/Tesis.%2009%20Junio.%20Fernand%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

26. gob.pe plataforma digital única del Estado. 2020. Disponible en:

<https://www.gob.pe/institucion/midis/noticias/304643-midis-el-73-de-los-comedores-populares-del-ambito-del-programa-de-complementacion-alimentaria-se-ha-reactivado-en-todo-el-pais>.

27. Sordin M. Comedores comunitarios: acceso a los alimentos y preparaciones posibles. Experiencias colectivas en la provincia de Buenos Aires. Argentina. 2020.  
Disponible en:

[https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/148818/CONICET\\_Digital\\_Nro.6f358349-4835-4c10-94b3-3bd401f513d3\\_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/148818/CONICET_Digital_Nro.6f358349-4835-4c10-94b3-3bd401f513d3_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

28. Huanca A. y Pacha M. Influencia De La Organización De Los Comedores Populares Del Distrito José Luis Bustamante Y Rivero En La Resiliencia Frente A La Situación

Económica Y La Violencia Intrafamiliar En Tiempos De Pandemia, Arequipa. 2021.

Disponible en:

[http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/13935/TSzapaym\\_huara.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/13935/TSzapaym_huara.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

29. Walde J. “Conocimientos Y Prácticas Sobre Higiene En La Manipulación De Alimentos Que Tienen Las Socias De Comedores Populares, Distrito De Comas.

2014. Disponible en:

[file:///c:/users/ilda/downloads/universidad\\_nacional\\_mayor\\_de\\_san\\_marcos%20\(1\).pdf](file:///c:/users/ilda/downloads/universidad_nacional_mayor_de_san_marcos%20(1).pdf).

30. Angulo V. y Cubas Y. Hábitos alimenticios y obesidad en los usuarios del Comedor Popular Nueva Jerusalén de San Juan de Lurigancho, 2021. Disponible en:

[http://repositorio.unid.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/unid/194/T117\\_25718860\\_T%20%20T117\\_41054667\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unid.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/unid/194/T117_25718860_T%20%20T117_41054667_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

31. Catarino J. Análisis de la Distribución de Grupos de Alimentos y Macronutrientes en los Menús del Comedor Comunitario de Temamatla en el Estado. México, Estado de Nutrición de los Usuarios. 2018. Disponible en:

<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/94716/tesis%20javier%20catarino%20granados%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

32. Quiroz A. Alimentación saludable: definición, principios, objetivos, alimentos recomendados, formulación de acuerdo con los requerimientos. Lima 2019.

Disponible en:

<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/5147/MONOGRAFIA%20-%20Alvan%20Quiroz%20Milagros%20Stael%20-%20FAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

33. Verdugo M., Tereso M. Carrillo. J.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/53672/Bazan\\_SRM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/53672/Bazan_SRM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
34. Mario Bunge La ciencia. Su método y su filosofía. Disponible en:  
[https://users.dcc.uchile.cl/~cguierr/cursos/INV/bunge\\_ciencia.pdf](https://users.dcc.uchile.cl/~cguierr/cursos/INV/bunge_ciencia.pdf)
35. Sánchez D. El concepto de audiencia y colaboración entre iguales en la revisión de textos escritos. Voces Hispanas 6. 2016. Disponible en:  
[file:///C:/Users/Ilda/Downloads/El\\_concepto\\_de\\_audiencia\\_y\\_la\\_colaboraci.pdf](file:///C:/Users/Ilda/Downloads/El_concepto_de_audiencia_y_la_colaboraci.pdf).
36. Blondet C. y Montero C. Hoy Menú Popular comedores de Lima. Instituto de Estudios peruano, Unicef. COMEDORES POPULARES/Participación de la mujer / desarrollo de la comunidad /Organizaciones Populares /Organizaciones Femeninas/Mujeres/Genero/Política Social / ONGS / Alimentación /LIMA/PERU. Disponible en: <http://lanic.utexas.edu/project/laoap/iep/ddtlibro46.pdf>.
37. Agencia Peruana de Noticias, 2020. Disponible en: <https://andina.pe/agencia/noticia-un-ano-pandemia-los-comedores-populares-atenuaron-impacto-de-emergencia-837187.aspx#:~:text=En%20total%2C%20en%20el%20Per%C3%BA,pandemia%20habr%C3%ADa%20sido%20today%C3%ADa%20mayor>.
38. Angulo N. Comedores Populares: Seguridad Alimentaria Y Ejercicio De Ciudadanía En El Perú. Disponible en:  
[https://base.socioeco.org/docs/comedores\\_populares\\_seguridad\\_alimentaria\\_y\\_ejercicio\\_de\\_ciudadania\\_en\\_el\\_peru.pdf](https://base.socioeco.org/docs/comedores_populares_seguridad_alimentaria_y_ejercicio_de_ciudadania_en_el_peru.pdf).

## ANEXOS

## ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN MADRES SOCIAS DEL COMEDOR - POPULAR DEL AA.HH. 28 DE JULIO-CAMPOY -2022			
FORMULACIÓN DE PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p><b>Problema general</b></p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimientos y actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias del Comedor Popular-AA.HH 28 de Julio. Campoy, -Lima .2022?</p> <p><b>Problemas específicos</b></p> <p><b>P.E.1.</b> ¿Cuál es el nivel de conocimientos sobre Alimentación Saludable de las madres socias del Comedor Popular-AA.HH 28 de Julio. Campoy, -Lima .2022?</p> <p><b>P.E.2.</b> ¿Cuáles son las actitudes sobre alimentación saludable de las madres socias del Comedor Popular-</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <p>Determinar el nivel conocimientos y actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH 28 de Julio .Campoy, Lima 2022.</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <p><b>O.E.1.</b>Identificar el nivel de conocimiento sobre Alimentación Saludable de las madres socias del Comedor Popular. AA.HH 28 de Julio. Campoy Lima -2022.</p> <p><b>O.E.2.</b>Evaluar las actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres</p>	<p>Variable 1</p> <p><b>Variable independiente:</b> nivel de conocimientos de las socias, acerca de la alimentación saludable en comedor popular.</p> <p>Variable 2</p> <p><b>Variable dependiente:</b> tipo de actitud de las socias sobre la alimentación saludable en el comedor popular.</p>	<p><b>Método De La Investigación</b></p> <p>El presente estudio es de tipo deductivo, puesto que aplicará una encuesta que permitirá conocer el nivel de conocimientos y las actitudes de la muestra estudiada en específico con enfoque cuantitativo, ya que permite evaluar sus niveles de conocimiento a través de recolección de datos, análisis de datos numéricos.</p> <p><b>Tipo De Investigación</b></p> <p>El estudio de investigación es de tipo descriptivo, con un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de corte transversal por que el proyecto se realizará sin manipular las variables y se busca la observación descriptiva en el momento determinado.</p> <p><b>Población, Muestra y Muestreo</b></p> <p>La población de estudio comprende de 40 madres socias que acuden al comedor popular AA.H 28</p>

AA.HH 28 de Julio. Campoy, Lima 2022?	socias del comedor popular. AA.HH 28 de Julio. Campoy Lima-2022.		de Julio. Campoy, Lima 2022, que cumplen con los criterios de inclusión.  <b>Técnica e instrumento de recolección de datos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Técnica: La encuesta.</li><li>- Instrumento: El cuestionario</li></ul>
---------------------------------------	--	--	--



## ANEXO 2: CUESTIONARIO

### CUESTIONARIO SOBRE CONOCIMIENTO Y ACTITUDES DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

#### I. PRESENTACIÓN

Sra. o Srta.: Buenos días soy estudiante de la Escuela Académica Profesional de Nutrición Humana de la Universidad Norbert Wiener, la cual me encuentro realizando un estudio, cuyo objetivo es Determinar el nivel conocimientos sobre Alimentación Saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH 28 de Julio .Campoy, Lima 2022. El siguiente cuestionario tiene por finalidad conocer sus conocimientos sobre alimentación saludable, con la intención de identificar problemas de salud y tratar adaptar cambios positivos para la protección de su salud en general y las de más que la rodea, promoviendo así en su beneficio. Por ello le pedimos su colaboración respondiendo las siguientes preguntas con mucha sinceridad con fines de lograr los objetivos planteados en el estudio.

#### II. INSTRUCCIÓN GENERAL

Por favor responda con absoluta sinceridad, Además, tenga en cuenta que sus datos se mantendrán completamente en confidencialidad. Si tiene alguna pregunta, consulte a la persona a cargo.

#### I. PRIMERA SECCIÓN: DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

##### PRIMERA SECCIÓN: DATOS GENERALES

Complete y seleccione sus datos a continuación.

##### A. EDAD DE LA MADRE

- a) 18- 28
- b) 29- 39
- c) 40- 49
- d) 50 a más

##### B. GRADO DE INSTRUCCIÓN

- a) Analfabeta
- b) Primaria completa
- c) Primaria incompleta
- d) Secundaria completa
- e) Secundaria incompleta
- f) Superior o técnico completo
- g) Superior o técnico incompleto

##### C. ESTADO CIVIL

- a) Soltera
- b) conviviente
- c) Casada
- d) Divorciada
- e) Viuda

##### D. RELIGIÓN ALA PERTENECE

- a) Católico
- b) Evangélico
- c) Otros
- d) Ninguno

##### E. OCUPACIÓN ACTUALMENTE

- a) Ama de casa
- b) Empleada
- c) Profesional
- d) Comerciante

#### SEGUNDA SECCIÓN: CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTO

Seleccione la respuesta que a usted le parezca correcta.

1. **¿Qué es para usted una alimentación saludable?**
  - a) Comer cualquier alimento para estar sano.
  - b) Consumir alimentos variados para mantener una salud óptima.
  - c) Comer frutas y verduras para crecer más.
  - d) Consumir sólo leche y cereales para estar bien.
2. **¿Cuál cree usted, que es el principal beneficio de una alimentación saludable?**
  - a) Favorece el buen estado de salud
  - b) Predispone a adquirir enfermedades en el tiempo
  - c) Mantiene siempre su peso normal
  - d) Ninguna de las anteriores
3. **¿Qué tipo de alimentos tiene mayor contenido de proteína?**
  - a) frejol, carne y espinaca.
  - b) Brócoli, plátano y tomate.
  - c) Huevo, pescado y pollo.
  - d) Papa, trigo y maíz.
4. **¿Qué alimentos contiene grasa saludable?**
  - a) Chorizo, galleta y queque.
  - b) Hotdog, queso y margarina.
  - c) Mayonesa, aceituna y maní.
  - d) Aceite de oliva, palta y aceituna.
5. **¿Qué tipo de alimentos tiene mayor contenido de carbohidratos?**
  - a) Huevo, camote y trigo.
  - b) Maicena, pescado y oca.
  - c) Arroz, avena y fideos.
  - d) Ninguna de las anteriores.
6. **¿Con que frecuencia se debería preparar menestras?**
  - a) Una vez en la semana
  - b) Dos veces en la semana.
  - c) Tres veces en la semana.
  - d) Todos los días.
7. **¿Qué función cumple en el cuerpo los carbohidratos?**
  - a) Proporciona energía al cuerpo.
  - b) Ayuda en el crecimiento.
  - c) Mantiene los huesos y dientes sanos.
  - d) Disminuye el riesgo de enfermarse.
8. **¿Con que frecuencia se debería consumir verduras y frutas?**
  - a) Una vez a la semana.
  - b) Cuatro veces a la semana.
  - c) Dos veces a la semana.
  - d) Todos los días.
9. **¿Qué combinaciones de alimentos son las más adecuadas en una alimentación saludable?**
  - a) Arroz, papa, lenteja y pescado.
  - b) pallar, pepinillo, carne de pollo y mandarina.
  - c) Chirimoya, arroz y camote.
  - d) Papa, garbanzo y carne de cerdo.
10. **¿Qué combinaciones de alimentos prepara más en el almuerzo?**
  - a) Frejol con arroz y carne de pollo.
  - b) Papa con pescado frito y lechuga.

c) Arroz con lenteja y pescado frito más ensalada de verduras.

d) Arroz con estofado de carne.

**11. ¿cuál de las combinaciones pertenece al modelo de un plato saludable?**

a) Cuarta parte: carnes, cuarta parte: cereales y la mitad: verduras.

b) La mitad: arroz, cuarta parte: pollo y la cuarta parte: verduras.

c) La mitad: menestras y la otra mitad: pescado.

d) Ninguna de las anteriores.

**12. ¿Cuál de las siguientes preparaciones contiene mayor cantidad de calcio?**

a) Un vaso de yogurt, pan con mantequilla.

b) Una taza de leche, pan con queso.

c) Una taza de café, pan con mermelada.

d) Ninguna de las anteriores.

**13. ¿Qué tipo de preparaciones son más saludables?**

a) Sancochados, al vapor y guisos.

b) Frituras, guisos y adobados.

c) Al vapor, parrilladas y al horno.

d) Ninguna de las anteriores.

**14. ¿Cuál de las siguientes preparaciones sería la mejor opción para un bajo contenido de grasa?**

a) Ensalada de frutas con yogurt.

b) Papas fritas con huevo sancochado.

c) Una taza de café y una tajada de queque.

d) Todas las anteriores.

**15. ¿Con que frecuencia se debería preparar pescado en el almuerzo?**

a) Una vez a la semana.

b) Dos veces a la semana.

c) Cuatro veces a la semana.

d) Todos los días.

**TERCERA SECCIÓN: TEST DE ACTITUD SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE**

Escoja la alternativa que crea que se acomoda más, a su realidad que va desde TOTALMENTE DE ACUERDO a TOTALMENTE EN DESACUERDO.

- **TA:** Totalmente de acuerdo
- **DA:** De Acuerdo
- **I:** (Ni de acuerdo ni Desacuerdo)
- **ED:** En Desacuerdo
- **TD:** Totalmente en Desacuerdo.

N°	ITEMS	ALTERNATIVAS				
		TA	DA	I	ED	TD
1	Considero que una alimentación saludable es importante para mi salud					
2	Considero que es necesario combinar los alimentos adecuadamente como: arroz más pollo más ensalada de verduras, fruta y líquidos.					
3	Es muy importante preparar alimentos de todos los grupos como: lácteos, carnes, menestras, cereales, tubérculos, frutas y verduras.					
4	Considero que la alimentación saludable previene la Desnutrición, Sobrepeso, Obesidad, Hipertensión arterial, Diabetes Mellitus 2, entre otros.					

5	Considero que es importante el consumo de frutas y verduras por su aporte de vitaminas, minerales y fibra.					
6	Considero que el plato saludable debe tener la mitad de verduras, cuarta parte, carnes como pollo, pescado, etc. Y la otra cuarta parte, menestras o cereales.					
7	Considero que es importante conocer los alimentos que contienen calcio.					
8	Las preparaciones como el guiso, sancochados, al horno y al vapor son más saludables.					
9	Consumir carbohidratos adecuadamente como el pan, arroz, papa, camote, etc. es importante por el aporte de energía.					
10	Es importante conocer los alimentos que contienen hierro.					

Lugar y fecha:.....

**FICHA TÉCNICA DEL CUESTIONARIO SOBRE CONOCIMIENTO Y ACTITUDES DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES SOCIAS DEL COMEDOR POPULAR AA.HH. 28 DE JULIO, CAMPOY, LIMA, 2022.**

FICHA TÉCNICA		
NOMBRE DEL CUESTIONARIO	Cuestionario de Conocimiento y Actitud sobre Alimentación Saludable	
AUTOR	Epifania Esquivel Borja	
VALIDACIÓN DE ENCUESTA	El instrumento de recolección de los datos fue elaborado por la propia investigadora y será validado por jueces expertos, 3 magísteres y licenciados en nutrición y por prueba piloto aplicada a las socias del comedor popular	
CONFIABILIDAD	Se llevará a cabo una prueba piloto de la encuesta, que será aplicada a 30 madres socias de otro comedor popular ubicado en la misma jurisdicción. Se aplicará la prueba de alfa de cronbach, cuyos resultados serán analizados para conocer el valor de las variables de estudio.	
OBJETIVO DE ENCUESTA	Determinar El Nivel Conocimientos y Actitudes sobre Alimentación Saludable de las Madres Socias de Comedor Popular. AA.HH. 28 De Julio .Campoy, Lima 2022.	
ADMINISTRACIÓN	Individual	
TIEMPO DE APLICACIÓN	10 minutos aproximadamente	
AREA DE COBERTURA	AA.HH. 28 de Julio Campoy, Lima.	
AMBITO DE APLICACIÓN	Madres Socias del Comedor Popular	
NÚMERO DE PREGUNTAS	25	
DIMENSIONES	2	
	CONOCIMIENTO 15 PREGUNTAS	
	Nivel De Conocimiento	Puntaje
	Alto	14-20
	Medio	7- 13
	Bajo	0- 6
	ACTITUD 10 PREGUNTAS	
TIPO DE ESCALA	Escala Tipo Likert	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Totalmente De Acuerdo 5</li> <li>• De Acuerdo 4</li> <li>• Indiferente 3</li> <li>• En Desacuerdo 2</li> <li>• Totalmente En Desacuerdo. 1</li> </ul>	

## ANEXO 3: VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

### CARTA DE PRESENTACIÓN

**Mg/:** Aurelia Ticona Sanka

**Presente**

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo egresada de la Escuela Académica Profesional de Nutrición Humana de la Universidad Norbert Wiener requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para desarrollar mi investigación con la cual optaré el grado de licenciatura.

El título de nombre de proyecto de investigación es "CONOCIMIENTO Y ACTITUDES SOBRE ALIMENTACIÓN EN MADRES SOCIAS DEL COMEDOR POPULAR DEL AA.HH. 28 DE JULIO-CAMPOY, LIMA 2022" y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia en temas de investigación.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.



*Epifania Esquivel Borja*

D.N.I: 41500633

**Observaciones (precisar si hay suficiencia):**

**Opinión de aplicabilidad:** Aplicable  Aplicable después de corregir  No aplicable

**Apellidos y nombres del juez validador. Mg: Aurelia Ticona Sanka**

**DNI:** 40027694

**Especialidad del validador:** Gestión Pública

09 de junio del 2022

<sup>1</sup>*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.*

<sup>2</sup>*Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo*

<sup>3</sup>*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo*

*Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión*



Mg. Aurelia Ticona Sanka

-----  
Firma del Experto Informante

## CARTA DE PRESENTACIÓN

**Mg/:** Chávez Escudero Martin Máximo

**Presente**

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo egresada de la Escuela Académica Profesional de Nutrición Humana de la Universidad Norbert Wiener requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para desarrollar mi investigación con la cual optaré el grado de licenciatura.

El título de nombre de proyecto de investigación es "CONOCIMIENTO Y ACTITUDES SOBRE ALIMENTACIÓN EN MADRES SOCIAS DEL COMEDOR POPULAR DEL AA.HH. 28 DE JULIO-CAMPOY, LIMA 2022" y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia en temas de investigación.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validación de contenido de instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.



*Epifania Esquivel Borja*

D.N.I: 41500633

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable  Aplicable después de corregir  No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Mg. Martin Chávez Escudero.

DNI: 09904316

Especialidad del validador: Magister en Docencia Universitaria e Investigación Científica

<sup>1</sup>*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.*

<sup>2</sup>*Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo*

<sup>3</sup>*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo*

*Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión*

07 de Junio del 2022



CNP 2448

Nutricionista

## CARTA DE PRESENTACIÓN

Mg: Jose Manuel Dora Moscoso

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo egresada de la Escuela Académica Profesional de Nutrición Humana de la Universidad Norbert Wiener requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para desarrollar mi investigación con la cual optaré el grado de licenciatura.

El título de nombre de proyecto de investigación es "CONOCIMIENTO Y ACTITUDES SOBRE ALIMENTACIÓN EN MADRES SOCIAS DEL COMEDOR POPULAR DEL AA.HH. 28 DE JULIO-CAMPOY, LIMA 2022" y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia en temas de investigación.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validación de contenido de instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.



*Epifania Esquvel Borja*

D.N.I: 41500633

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable  Aplicable después de corregir  No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Mg. Dora Moscoso Jose Manuel

DNI: 45457404

Especialidad del validador: Magister en Gestión en servicios de Salud

07 de Junio del 2022

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión





## ANEXO 5: APROBACIÓN DEL COMITÉ DE ÉTICA



### COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA PARA LA INVESTIGACIÓN

Lima, 25 de julio de 2022

Investigador(a):  
Epifania Esquivel Borja  
Exp. N° 1936-2022

Cordiales saludos, en conformidad con el proyecto presentado al Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener, titulado: **“CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN MADRES SOCIAS DEL COMEDOR - POPULAR DEAA.HIL 28 DE JULIO- CAMPOV -2022” - versión 2**, el cual tiene como investigadora principal a Epifania Esquivel Borja.

Al respecto se informa lo siguiente:

El Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener, en sesión virtual ha acordado la **APROBACIÓN DEL PROYECTO** de investigación, para lo cual se indica lo siguiente:

1. La vigencia de esta aprobación es de un año a partir de la emisión de este documento.
2. Toda enmienda o adenda que requiera el Protocolo debe ser presentado al CIEI y no podrá implementarla sin la debida aprobación.
3. Debe presentar 01 informe de avance cumplidos los 6 meses y el informe final debe ser presentado al año de aprobación.
4. Los trámites para su renovación deberán iniciarse 30 días antes de su vencimiento juntamente con el informe de avance correspondiente.

Sin otro particular, quedo de Ud.,

Atentamente



Yenny Marisol Bellido Fuentes  
Presidenta del CIEI- UPNW

## ANEXO 6: CARTA DE APROBACIÓN DE LA INSTITUCIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS



Universidad  
Norbert Wiener

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Lima, 22 de junio de 2022

**OFICIO N° 026-2022-EAPNH/FCS/UPNW**

Sra. Dionisia Castillo Hurtado  
Presidenta del Comedor Popular 28 de Julio Campoy  
PRESENTE

**Asunto:** Solicito autorización para el desarrollo de actividades de Investigación

De mi especial consideración:

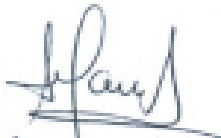
Mediante la presente, reciba un cordial saludo a nombre de nuestra Universidad Privada Norbert Wiener y el mío propio, aprovecho la oportunidad para comunicarle que, entre las actividades desarrolladas por nuestra institución, se encuentra las destinadas a la investigación, enmarcadas en los ejes transversales de Responsabilidad Social Universitaria y de Investigación.

Por ello, presentarles a nuestra egresada de la Escuela Académica de Nutrición Humana Sra. Epifanía Esquivel Berja, quien se proyecta a desarrollar la investigación titulada: "CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN MADRES SOCIAS DEL COMEDOR - POPULAR DEL A.A.HH. 28 DE JULIO-CAMPOY -2022" que incluye la aplicación del cuestionario a cada una de las madres socias que acuden al dicho comedor que usted preside, con el objetivo de conocer sus conocimientos y actitudes sobre alimentación saludable, lo cual es de suma importancia en la salud y mejor calidad de vida de los usuarios.

Agradeciendo la atención a la presente, quedo de usted.

Atentamente,



  
Dra. Saaby Mauricio Alza  
Directora  
E.A.P. NUTRICIÓN HUMANA



Universidad  
Norbert Wiener

Dra. Saaby Mauricio Alza  
Directora  
E.A.P. NUTRICIÓN HUMANA

## ANEXO 7: FORMATO DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO

□

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Este documento de consentimiento informado tiene información que lo ayudara a decidir si desea participar en este estudio de investigación en salud: "nivel conocimientos y actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH 28 de Julio .Campoy, Lima 2022"

Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados, tómese el tiempo necesario y lea con detenimiento la información proporcionada líneas abajo, si a pesar de ello persisten sus dudas, comuníquese con la investigadora al teléfono celular o correo electrónico que figuran en el documento. No debe dar su consentimiento hasta que entienda la información y todas sus dudas hubiesen sido resueltas.

**Título del proyecto:** "nivel conocimientos y actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH 28 de Julio .Campoy, Lima 2022"

**Nombre del investigador principal:** Esquivel Borja, Epifania.

**Propósito del estudio:** Determinar el nivel conocimientos y actitudes sobre Alimentación Saludable de las madres socias de Comedor Popular. AA.HH 28 de Julio .Campoy, Lima 2022.

**Participantes:** Madres socias del comedor popular AA.HH. 28 de Julio, Campoy, Lima.

**Participación:** La investigación consiste en una encuesta dirigida a las madres socias del comedor popular, la cual tiene 15 preguntas sobre conocimientos sobre alimentación saludable anemia y un test para la medición de actitudes sobre alimentación saludable.

**Participación voluntaria:** La participación para la realización del estudio es de forma voluntaria.

**Beneficios por participar:** Ud. se beneficiará con la información que le brindará el investigador encargado del proyecto sobre alimentación saludable. Se le brindara la información sobre su conocimiento si así lo requiere.

**Inconvenientes y riesgos:** No se presentan riesgo alguno por participar en este estudio

**Costo por participar:** Ud. no tendrá gasto alguno por participar

**Remuneración por participar:** Ud. no tendrá incentivo alguno por participar

**Confidencialidad:** Las encuestas no serán mostradas a ninguna persona ajena al proyecto de investigación.

**Renuncia:** Ud. tendrá el derecho de retirar su consentimiento cuando lo desee.

**Consultas posteriores:** Bach. Epifania Esquivel Borja Celular: 959415035 Correo Electrónico: [epifaniaesquivelborja@gmail.com](mailto:epifaniaesquivelborja@gmail.com)

**Contacto con el Comité de Ética:** [comité.etica@uwiener.edu.pe](mailto:comité.etica@uwiener.edu.pe)

### DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido la información proporcionada, se me ofreció la oportunidad de hacer preguntas y responderlas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente el hecho de responder la encuesta expresa mi aceptación a participar voluntariamente en el estudio. En merito a ello proporciono la información siguiente:

Documento Nacional de Identidad: .....

Correo electrónico personal o institucional: .....



\_\_\_\_\_  
FIRMA DEL PARTICIPANTE

\_\_\_\_\_  
FIRMA DEL INVESTIGADOR

**ANEXO 8: PORTAFOLIO FOTOGRÁFICO DEL TRABAJO DE CAMPO**

Aquí se coloca todas las fotos del trabajo de campo, de manera ordenada y secuencial.

**ANEXO 9: INFORME DEL ASESOR DE TURNITIN**

Aquí se coloca en formato imagen o escaneado el informe Turnitin que emite el asesor de la tesis.

El asesor debe solicitar al Coordinador de Titulaciones el informe de turnitin y anexar la hoja que reporta el porcentaje del turnitin que NO debe sobrepasar el 20%.