



**Universidad
Norbert Wiener**

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Académico Profesional de Enfermería

Nivel de conocimientos y su relacion con las
practicass sobre alimentacion saludable en madres
de niños menores de 12 años del condominio
girasoless - Comas Lima 2022

**Tesis para optar el título profesional de Licenciada en
Enfermería**

Presentado por:

Chiroque Lescano Madi Deybi

Código ORCID: 0000-0003-2959-2954

Asesor: Dra. Gonzales Saldaña Susan Haydee

Código ORCID: 0000-0001-5001-4388

**Lima – Perú
2022**

DEDICATORIA:

A Dios por ser mi fuerza y mi guía en cada nuevo paso que doy. A mi esposo Agustín Chichipe Araujo por su motivación y su apoyo para poder lograrlo sin él no hubiera sido posible. A mi amada hija alysa valentina porque es mi inspiración de superación en cada logro de mi vida. A mis padres y hermanos que de donde estén siempre me desean lo mejor y bendicen mi vida.

AGRADECIMIENTO:

A la Doctora Susan Haydee Gonzáles Saldaña nuestra asesora de tesis, por su ayuda, paciencia y dedicación en cada asesoría.

ASESOR DE TESIS: GONZALES SALDAÑA Susan Haydee

JURADO

Presidente : Dra. María Hilda Cárdenas de Fernández
Secretario : Mg. Werther Fernando Fernández Rengifo
Vocal : Mg. María Angélica Fuentes Siles

ÍNDICE

1.	EL PROBLEMA	11
1.1.	Planteamiento del problema	11
1.2.	Formulación del problema	14
1.2.1.	Problema general	14
1.2.2.	Problemas específicos	14
1.3.	Objetivos de la investigación	15
1.3.1.	Objetivo general	15
1.3.2.	Objetivos específicos	15
1.4.	Justificación de la investigación	15
1.4.1.	Teórica	15
1.4.2.	Metodológica	16
1.4.3.	Práctica	16
1.5.	Delimitaciones de la investigación	17
1.5.1.	Temporal	17
1.5.2.	Espacial	17
1.5.3.	Población o unidad de análisis	17
2.	MARCO TEÓRICO	18
2.1.	Antecedentes	18
2.2.	Base Teórica	21
2.3.	Formulación de hipótesis	27
3.	METODOLOGÍA	29
3.1.	Método de la investigación	29
3.2.	Enfoque de la investigación	29
3.3.	Tipo de investigación	29
3.4.	Diseño de la investigación	30
3.5.	Población, muestra y muestreo	30
3.6.	Variables y operacionalización	31
3.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	34
3.7.1.	Técnica	34
3.7.2.	Descripción de instrumentos	34
3.7.3.	Validación	35
3.7.4.	Confiabilidad	35
3.8.	Plan de procesamiento y análisis de datos	36

3.9.	Aspectos éticos	36
4.	RESULTADOS	38
5.	DISCUSION	47
6.	CONCLUSIONES	49
7.	RECOMENDACIONES	50
8.	REFERENCIAS	51
	ANEXOS	59
	Matriz de consistencia	60

Resumen

Objetivo. Determinar la relación del nivel de conocimiento con la practica sobre alimentos saludables en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022. Materiales y métodos: El trabajo tiene enfoque cuantitativo, el diseño metodológico es descriptivo y de corte transversal. El estudio tiene muestreo no probabilístico, de forma censal, donde se tomaron 60 madres de familia que viven en condominio Los Girasoles Comas, seleccionados como muestra. Resultados. El nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en las madres tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos y una relación del 13%. El nivel de conocimientos según la dimensión aspectos específicos con las prácticas según sobre alimentación saludable en las madres tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos y una relación de ambos en 23%. El nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos y relación de ambos en 97%, mediante la correlación de Rho de Spearman.

Palabras clave: Nivel de conocimiento, practicas sobre alimentos saludables en madres.

Abstract

Objective. Goal. Determine the relationship between the level of knowledge and the practice of healthy foods in mothers of the Condominium Girasoles Comas Lima 2022. Materials and methods: The work has a quantitative approach; the methodological design is descriptive and cross-sectional. The study has non-probabilistic sampling, in a census form, where 60 mothers of families who live in the Comas Sunflowers condominium were taken, selected as a sample. Results. The level of knowledge according to the general aspects dimension with practices on healthy eating in mothers has inadequate practices and a medium level of knowledge and a relationship of 13%. The level of knowledge according to the specific aspects dimension with the practices according to healthy eating in mothers has inadequate practices and a medium level of knowledge and a relationship of both in 23%. The level of knowledge with the practices on healthy eating in mothers has inadequate practices and a medium level of knowledge and relationship of both in 97%. using Spearman's Rho correlation.

Keywords: Level of knowledge, practices on healthy foods in mothers.

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Ahora la obesidad y la desnutrición es dilema de salubridad pública, se evidencia a cualquier edad sin distinción, siendo vulnerable la niñez y adolescencia. Tener dieta saludable en la vida previene la desnutrición, obesidad y otros. Altos alimentos procesados y cambio de estilos de vida provocaron cambio en alimentación. Las personas consumen alimentos ricos en calorías, grasas, azúcares libres y sal, no comen frutas, verduras y fibras dietéticas (1).

Se conoce que, en el año 2016, la obesidad subió 9,5% en el Caribe, 8,2% en Mesoamérica y 7,2% en Sudamérica, el 2020, luego de mantenerse casi sin cambios durante cinco años la prevalencia de desnutrición dio un salto del 8,4% a casi un 9,9%, y ha puesto el peligro la meta de eliminar el hambre en el mundo para 2030 (2).

En América Latina, del 2016 al 2018, la inseguridad alimentaria fue 30% en mujeres y 25% para hombres. Debe haber estrategias para desnutrición, sobrepeso, obesidad, reforzar la economía y salud del país. Se en formas de malnutrición y lejos de garantizar nutrición saludable para la población, si se quiere acabar con el hambre y dar bienestar y vida saludable en la región, se debe transformar el sistema alimentario en dietas saludables para todos (3).

En Perú, la desnutrición urbana sufrió 7%, en rural 24%, con niveles altos de desnutrición crónica en Huancavelica (31%), Loreto (25%), Cajamarca (24%), Pasco (18), Huánuco (19%) y Ayacucho (18%). En 2013, se acordó meta mundial en prevención de enfermedad no transmisible, fue detener alta diabetes y obesidad, bajar 30% de ingesta de sal al 2025 (4).

El Plan de acción mundial de Organización Mundial de la Salud (OMS) en control de enfermedades no transmisibles 2013-2020 da orientaciones y opciones normativas al estado

miembro. En el país no se brinda apoyo en promover hábitos saludables en especial por parte del gobierno, que es el principal responsable de brindar un ambiente saludable (5).

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) dice que en 2020 el 12% de la población menor de cinco años sufrió desnutrición crónica, según patrón de OMS, en el 2017 el 37% de individuos de 15 años tienen sobrepeso, 19% están afectados por hipertensión arterial estos índices se incrementaron en 0.8% punto porcentual en últimos 3 años según encuesta demográfica de salud familiar que fue diseñada por ENDES 2017 (6).

En 2017, el 21% de personas con 15 años de vida tuvo obesidad con 3% comparado con el año anterior 18%; en 3 años aumento 2.5 %, con más riesgo mayor al 38% de los habitantes de 15 años a más de Moquegua, Arequipa, Madre de Dios, Ica, Región Lima, Piura y provincia constitucional del callao; Huancavelica adquiere el menor porcentaje 27% (7).

Por zona de residencia se da mayor incremento en zona urbanizada 23.6% que en la zona rustica 11.0%. En lima metropolitana hay 40 % de personas con exceso de peso y el 2019 desnutrición en niños de 6 a 35 meses de edad (30,4%). El Gobierno actualmente se encuentra en constante lucha por reducir indicen de anemia y desnutrición crónica en infantes, al asegurarse que en general los pequeños dispongan de diversos controles de salubridad e inmunizaciones integrales, así como obtener el bienestar propio y comunitario, incorporando la nutrición como factor importante para el crecimiento sostenible (8).

La anemia infantil impacta en la actualidad al 43% de infantes de 6 a 36 meses de vida con mayor prevalencia afectando en edades de 6 a 18 meses (6 de 10 de estos presentan anemia); por otro lado, la desnutrición infantil ha mostrado reducción estos últimos años y en el año 2016 afecto al 13.1% de niños de 5 años.La anemia en estos últimos tiempos causa inquietud en toda su extensión y niveles de salud. Como sabemos, causa en los menores efectos negativos en el desarrollo intelectual, motriz, afectivo y colectivo (9).

El conocimiento de madres sobre alimentación son vivencias durante toda su vida por colecta de datos acumulados sobre alimentación. según la OMS/OPS, el conocimiento lo determina el nivel de formación, practicas anteriores en atenciones y por parte de algunos profesionales de la salud. Las prácticas alimentarias son grupos de procesos influenciados por factores económicos y culturales de las madres, y consisten desde un orden, prácticas y preparación, hasta el consumo de los alimentos, disposición, selección, conservación, etc., (10).

En el país, en 2015 el 7% de niños de 5 años tenía sobrepeso y 2% obesidad, fue por los alimentos con alto monosacáridos y lípidos malos, hay poca cognición para preparar alimentos, la calidad de lonchera depender del cuidador, hay alimentos alto en carbohidratos y falta de frutas y verduras cuando el conocimiento es bajo. Otros factores como economía, tiempo, incursión de madres en el ámbito laboral se vislumbran como posibles causas (11).

La investigación tiene por fin establecer el conocimiento y prácticas sobre alimentación saludable de madres durante su vida, con ello brindar orientación y así tomar interés en dar una nutrición saludable la cual es indispensable para preservar un óptimo estado de salud.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación del nivel de conocimiento con la practica sobre alimentos saludables en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022?

- ¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación del nivel de conocimiento con la practica sobre alimentos saludables en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022
- Determinar la relación entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

El estudio está enfocado en la necesidad de promover a la Salud Ocupacional, pendiente de prevenir algunas enfermedades que afecten a la población en general, ya que en cumplimiento de nuestro rol como enfermeras pondremos en práctica la teoría de enfermería de Nola pender, orientando a las madres del condominio los girasoles sobre temas de

promoción de salud y hábitos saludables, que son de gran importancia para preservar un buen estado de salud.

1.4.2. Metodológica

Este estudio tiene relevancia e importancia metodológica porque sus resultados servirán de referencias a otras instituciones, será un aporte de alto valor metodológico para la línea de investigación de salud y enfermedad, porque es necesario, ya que la mal nutrición es un problema de salubridad pública global, el cual afecta directamente a la población de todas las edades, con mayores consecuencias en niños en etapa escolar que sufren los efectos de los inadecuados niveles de conocimiento de las madres en temas de nutrición saludable, el resultado servirá de antecedente a otros trabajo y marcará el camino a otros investigadores.

1.4.3. Práctica

Es necesario investigar como aportar en mejorar la calidad de vida de las personas buscando la comprensión asegurándoles garantía de salud, seguridad física y seguridad mental, para poder brindar atención de forma segura buscando el bienestar de los pacientes; es la labor del profesional de la salud llegar a concientizar a toda la comunidad materna acerca del valor que tiene el practicar alimentación saludable; de esta forma, mediante la promoción del cuidado de la salud, se podrá bajar los altos índices de malnutrición que existen en nuestro país y prevenir afecciones. El presente trabajo contribuirá a ampliar el conocimiento científico de las variables nivel de conocimiento y prácticas sobre alimentación saludable, tomando en cuenta que estas variables no han sido estudiadas en los condominios girasoles, por lo cual los resultados que se obtendrán podrán optar una visión más amplia sobre tipo de alimentación que se debe de llevar día a día.

1.5. Delimitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal

La realización de esta investigación se hizo en los periodos de mayo a julio del 2022

1.5.2. Espacial

Para realizar el estudio de investigación al aplicar el instrumento con la población, por la Pandemia que estamos viviendo de la COVID 19. Se realizará en el Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

1.5.3. Población o unidad de análisis

Madres del Condómino Girasoles Comas Lima 202 madres del Condómino Girasoles Comas Lima 202

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

A nivel internacional:

Hidalgo y Carvajal (12) en el 2020, en Ecuador, con el objetivo “Determinar el nivel de conocimientos que tienen las madres sobre alimentación y nutrición en relación al estado nutricional de niños de 6 a 11 años. Estudio, tipo trasversal, observacional y correlacional. Muestra de 70 niños que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Método, se aplicó el instrumento mediante encuestas. Resultado, el nivel de conocimiento que tienen las madres sobre alimentación y nutrición en escolar es 87% de medio a alto, significativa en 13% de madres con nivel de conocimiento bajo, en estado nutricional de escolares hay porcentaje de mal nutrición de 34.28%., determinó que existe relación entre el nivel de conocimiento de madres sobre alimentación con estado nutricional de escolares en estudio.

Campos y Macarena (13) en el 2017, en Argentina, cuyo objetivo “Analizar la relación entre los hábitos alimentarios el estado nutricional y el entorno familiar de los niños de 3 a 5 años que asisten al jardín de infantes Egidio cerrito de Barrio de la ciudad de Córdoba”. Estudio observacional, correlacional simple de corte trasversal: Muestra de 110 niños de 3 a 5 años. Método, la recolección de datos se realizó mediante la encuesta y medición antropométrica de peso y talla. Resultados, observó que 68% de niños realizan 2 y 3 comidas por día, el 27% realiza 4 comidas, el 40% tiene consumo elevado de golosinas, respecto al estado nutricional el 60% es normal (eutrófico) y el 36% exceso de peso o malnutrición por exceso según talla para la edad el 4% de los niños presentan baja talla y el 96% presentan talla normal.

Coca (14) en el 2017, en Ecuador, con el objetivo “Determinar la relación del nivel de conocimiento de los padres sobre alimentación infantil y el estado nutricional en el grupo de

preescolares”. Estudio de tipo cuantitativo de diseño observacional, descriptivo y transversal. Muestra de 50 preescolares de 3 años a 4 años 9 meses. Método, usaron la encuesta para la toma de datos. Resultados, del total de 100% de padres el 76% tienen nivel de conocimiento alto, el 24% nivel de conocimiento bajo, en estado nutricional, el 84% tuvo diagnóstico nutricional normal, 6% de niños tienen desnutrición crónica o talla baja para la edad, el 2% desnutrición aguda o peso bajo para la talla y 8% con sobrepeso u obesidad.

A nivel nacional:

Alcántara (15) en el 2018, con el objetivo “Determinar el nivel de conocimiento, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en adolescentes entre 15 y 17 años”. Estudio, descriptivo, observacional, prospectivo y transversal. Muestra de 170 adolescentes. Método, la técnica utilizada fue la encuesta, instrumento y el cuestionario. Resultados, encontró que el 37.6% posee un nivel alto de conocimiento, el 23.5% buenas actitudes y el 54.7% buenas prácticas alimentarias. Concluye que requiere de educación alimentaria para jóvenes como el personal del kiosco ya que ellos refirieron que uno de los factores por los cuales no consumen alimentos más sanos es por el acceso a ellos, solo 29.4% realiza actividad física fuera del horario escolar por un periodo mínimo de 60 minutos al día.

Díaz (16) en el 2017, con el objetivo “Identificar el nivel de conocimientos sobre alimentación saludable en madres de escolares del 3º y 4º grado de nivel primario de la institución educativa Miguel de Cervantes, Puente Piedra”. Estudio, cuantitativo, descriptivo, no experimental. Muestra de 95 madres de estudiantes de ambos géneros. Método, la técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta. Resultados, el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de escolares dice que 47% tiene nivel medio de conocimiento, 32% tiene nivel de conocimiento elevado y el 21% bajo conocimiento. El 471

47% de madres de escolares del 3° y 4° de nivel primario tiene nivel de conocimiento alto y 21% tiene bajo nivel de conocimiento sobre alimentación saludable.

2.2. Base Teórica

2.2.1. Primera variable: Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable

Conocimiento

El conocimiento es la suma de hechos y principios que se adquieren y retienen lo largo de la vida como resultado de las experiencias y aprendizaje del sujeto. El aprendizaje tiene como característica principal por ser un proceso activo que se inicia con el nacimiento y continúa hasta la muerte, originando cambios en el proceso de pensamiento, acciones o actividades humanas. Estos cambios son observables en la conducta del individuo y se traducen en actitudes frente a problemas de la vida diaria (17).

Alimentación saludable

La OMS expone el concepto de alimentación saludable en consumo de varios alimentos que contengan los nutrientes ideales para mantenernos saludables, estar con buen ánimo y poseer energía. Dichos alimentos los conforman las proteínas, los glúcidos, los lípidos, el agua, las vitaminas y minerales, que permiten llevar buena calidad de vida en todas las etapas (18). La alimentación insalubre y el sedentarismo son las mayores causas que predisponen a una persona a adquirir hipertensión, hiperglucemia, hiperlipidemia, sobrepeso u obesidad; por ello es recomendable el consumo de frutas y vegetales 5 veces al día, tomar 2 litros de líquidos y como mínimo 30 minutos de actividad física diaria (19).

El Ministerio de Salud (Minsa) promueve la ingesta y nutrición saludable en todas las edades de existencia, en el marco de lineamientos de la política de promover buena salud, poco,

poco mejorando a si cada vez la alimentación saludable en todo nuestro país. En el Perú, Minsa tiene como lineamiento de política sectorial implementar la promoción de la salud a nivel nacional en coordinación con actores sociales estratégicos, siendo el sector educación el principal, que interviene en la formación de la niñez y adolescencia .En ese sentido, el Ministerio de Salud ,suscribió en 2002 el Convenio Marco de Cooperación técnica con el Ministerio de Educación (MINEDU),con el propósito de contribuir al mejoramiento de calidad de vida del estudiante y óptimo desarrollo de capacidades, fomentando el uso del espacio escolar como lugar estratégico para promover una cultura de salud (20).

A partir de dicho convenio el ministerio de salud, implemento el programa de promoción de la salud en las instituciones educativas, el cual tiene la intención de lograr un trabajo conjunto y articulado con el sector educación, ello se materializa con las tareas conjuntas que realizan la institución educativa y el centro de salud. Es importante entonces que una adecuada alimentación durante los primeros 5 años de vida es fundamental para asegurar el crecimiento y mantener la salud durante la etapa adulta .si el menor presenta algún grado de desnutrición, los efectos podrían reflejarse incluso en la etapa adulta. Principalmente en las graves repercusiones sobre el desarrollo de la persona en su edad temprana, si es que esta no es adecuada, por ello posibles daños ocasionados por una mala nutrición durante los primeros años de vida, pueden ser irreversibles (21).

Nutrición

Es el consumo de alimentos en relación con las exigencias dietéticas anatómicas. un adecuado mantenimiento es factor esencial para una buena salubridad. La malnutrición disminuye la inmunidad, incrementa la predisposición a diversos males, afecta el desarrollo físico y mental, etc. (22).

Tipos de grupos de alimentos

Los nutrientes son sustancias químicas útiles para que nuestro organismo cumpla diferentes funciones y se encuentran en los siguientes alimentos: **Macronutrientes**. Son sustancias que proveen energía al cuerpo para un ideal desenvolvimiento y diversos factores útiles para reparar o elaborar estructuras orgánicas, para favorecer el desarrollo y regular actividades metabólicas. Se encuentran en el agua, proteínas, lípidos o grasas y carbohidratos (23).

Micronutrientes. Sustancias que dan energía para el desenvolviendo del cuerpo, están en las vitaminas y minerales; una dieta equilibrada en el sistema las vitaminas y minerales para el normal funcionamiento; en la lactancia materna el niño tiene crecimiento triplica su peso y aumenta 50% su desarrollo, tiene necesidad nutricional y elevadas en desarrollo. En etapa escolar de 0 a 9 años el crecimiento y aumento de peso son pausados y equilibrados; el peso sube de 2.5 a 3,5 kg/año, la estatura en 5 a 8 cm/año hasta la pubescencia; la etapa es de preparación en crecimiento y desarrollo de adolescencia próxima; la edad adquiere hábitos alimentarios saludables y adecuada educación nutricional (24).

Hábitos alimenticios

Los hábitos se definen como las manifestaciones del comportamiento particular respecto a como, cuando, donde, con que para que se consumen los nutrientes como parte de práctica socioculturales. para esta adopción intervienen tres agentes: la consanguinidad, los recursos publicitarios y el colegio. La familia es el primer lazo con las prácticas alimentarias que tienen sus miembros, que a la vez influye en la dieta y conductas. Estos hábitos son reflejo de una construcción social y cultural. Se forman el núcleo familiar y se adiciona el costumbrismo, así como el aprendizaje al observar a las personas adultas, otra influencia será la preferencia o rechazo transmitido de padres a hijos en una edad en que están formando sus habitos san el momento de comer (25).

Los hábitos alimenticios también sufren modificaciones debido a diferentes dinámicas como es la situación económica, poco tiempo para preparar alimentos caseros optando por consumo de comida rápida. por otro lado, la publicidad promociona a alimentación insalubre, ya que los menores son fáciles de manipular al estar en formación de identidad, por lo que son manipulados y eligen consumir alimentos ultra procesados e insanos. La escuela es el ambiente donde el niño se enfrenta a nuevos hábitos alimentarios que mayormente no son saludables; es allí donde el niño tiene la potestad de decidir que consumirá. lo ideal es que estén supervisados por sus maestros y sea la escuela el lugar de promoción de alimentación y hábitos saludables (26).

Lonchera saludable

Es una comida intermedia importante para el niño, que brinda energía para desenvolvimiento físico y mental en horas de clase copando 10% de necesidades calóricas por día; la selección de los alimentos se da en casa por padres o adquiridos en el colegio expuestos en quioscos; es importante promover un buen estado nutricional en la población y promocionar los perjuicios de no tener buena información sobre la nutrición, lo que se consigue practicando costumbres nutricionales salubres en todas las edades. el quiosco estudiantil es punto ideal para la ingesta de alimentos sanos para los escolares de todos los centros educativos; se recomienda un listado de alimentos saludables para su venta en los centros educativos (27).

En nuestro país 41,3% de escolares no consume ningún alimento en el refrigerio, motivo al que se atribuye un bajo rendimiento escolar, a causa de insuficiente nutrición. El rol de los padres y educadores es decisivo, porque de una buena alimentación dependerán un adecuado rendimiento académico y una buena salud (28).

Requerimiento nutricional

Una dieta salubre debe ser suficiente y equitativa en cuanto a cantidad, calidad y seguridad. Cantidad. Energía dietética suficiente para preservar la vida, sostener la acción corporal y mantener un peso somático saludable evitando el consumo exagerado de energía alimentaria. Calidad. La dieta ha de estar compuesta por diversos alimentos ricos nutrientes de diversas categorías como verduras, frutas, cereales integrales, productos lácteos, proteínas de origen animal y vegetal, limitando comestibles y líquidos con alto componente de lípidos saturados tras glucosa y sodio. Seguridad. En este concepto están comprendidos alimentos libres de contaminantes biológicos, químicos y físicos que conducen a enfermedades transmitidas por alimentos. Sobre evidencia de la base científica disponible en cuanto al vínculo entre dieta, malnutrición y enfermedades, La OMS recomienda una dieta idónea para evitar la malnutrición en cada una de sus presentaciones (29).

Tipos de alimentos

Se dividen en tres tipos: **Alimentos Constructores**. Aquellos que, conformados por proteínas, tienen la función de proveer sustancias suficientes para construir los tejidos de nuestro organismo y regenerar los tejidos dañados. **Alimentos Protectores**. Llamados protectores o reguladores, cuya principal función es equilibrar un óptimo desenvolvimiento de nuestros sistemas y evitar las afecciones. principalmente se hallan en frutas, verduras y las hortalizas, que son fuentes de vitaminas y minerales. **Alimentos Energéticos**. Su función principal es brindar la energía necesaria para el esfuerzo físico y nuestras actividades (30).

Alimentación infantil

Según glosario de términos del fondo de Naciones Unidas define la alimentación del lactante y niño pequeño en describir la alimentación de lactantes (menos de 12 meses) y pequeños

de (12 a 23 meses). La alimentación infantil es obtención, preparación e ingesta de alimentos que madres realizan para nutrir a sus hijos. La Organización Panamericana de la Salud (OPS) en 2003 dice que alimentación infantil da buenas prácticas de higiene y manejo de alimentos en correcta preparación y almacenamiento seguro de alimentos como: lavado de manos de niños y de personas a cargos de niños, guardar alimentos y servir, luego de preparar, uso del utensilio limpio para preparar alimentos y evita biberones, es difícil mantener limpios (31).

2.2.2. Segunda variable: Práctica Alimentaria

Las practicas alimentarias son conjunto de actividades y comportamientos de padres respecto a alimentación de sus hijos que hacen antes y durante el alimento como la cantidad que se los dan, la reacción de los padres en la negativa o a probación del menor, etc. Las sugerencias y valoraciones de las interacciones en el momento de la alimentación con regularidad se enfocan en las praxis como, por ejemplo, cómo actuar si el niño no quiere comer (32).

Estrategias del entorno familiar en influenciar en prácticas alimentarias de preescolares, la instauración de rutinas relacionadas al momento de comer siempre en el mismo lugar y a la misma hora, el asegurarse que los niños estén cómodos y sin distracciones al momento de comer. Son importantes ya que pueden minimizar los problemas de alimentación (33).

Es la manera que las mujeres perciben, sienten y piensan sobre las practicas culinarias, la participación colectiva en la preparación y el consumo de alimentos, el conjunto de sistemas clasificadorios y formas de organización simbólica que define lo comestible y aquello que no lo es, que prescriben las posibilidades de combinación y los ritmos del consumo (34).

Los adultos son los responsables de alimentar y de enseñar a los menores las practicas relacionadas con la alimentación correcta, siendo la madre en particular y los cuidadores en general, quienes determinan las pautas conductuales que más tarde adoptara el infante, tanto

para su alimentación personal como para el cuidado de su salud, así, los adultos son responsables de facilitar o limitar este proceso. Las prácticas de alimentación infantil inadecuadas contribuyen a la falta de crecimiento y la desnutrición, dependen de la seguridad alimentaria en el hogar y también de las prácticas y contexto culturales de la población (35)

2.3. Formulación de hipótesis

Hipótesis general

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022

H0: No existe una relación significativa entre el nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022

Hipótesis específica

H1: Existe una la relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

H2: Existe una la relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

3. METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

La investigación que se está utilizando es de método hipotético deductivo; que es una estrategia de razonamiento empleada para deducir conclusiones lógicas a partir de una serie de premisa o principios. Esto consiste en extraer una conclusión en base a una premisa o una serie de proposiciones que se asumen como verdaderas (36).

3.2. Enfoque de la investigación

La investigación fue del enfoque cuantitativo, pues se cumplirá, de forma sistémica y secuencial, pasos y actividades planificados que comprenderán, entre otros, la redacción del problema de investigación, los objetivos, un marco teórico, la hipótesis de investigación, la ejecución del trabajo de campo, y pruebas estadísticas para evaluación de las hipótesis, y dar respuesta al problema de investigación (37).

3.3. Tipo de investigación

La presente investigación corresponde a un estudio de nivel descriptivo y correlacional. Tiene carácter correlacional, ya que se medirá el grado de relación que existe entre dos variables como el nivel de conocimiento y prácticas sobre alimentación saludable de las madres de familia (38).

3.4. Diseño de la investigación

La presente investigación se trata de un diseño no experimental de corte trasversal, ya que se busca establecer la relación de variables medidas en una muestra en un único momento del tiempo (39).

3.5. Población, muestra y muestreo

En la investigación que se llevara a cabo, se tomara en cuenta la población total que es finita, la cual está constituida por 60 madres de familia que viven en condominio los girasoles comas. Dentro de los criterios de inclusión se tendrá en cuenta que las participantes sean propietarias del condominio y que deseen participar de forma voluntaria firmando el consentimiento informado.

Criterios inclusión: Madres que vivan en el condominio, Madres que se encarguen de la alimentación de sus hijos, Madres que rubriquen el consentimiento informado, Madres con disponibilidad a colaborar con el estudio, Madres que se encuentren presentes para el estudio.

Criterios de Exclusión: Madres que no habiten con sus hijos, Madres que por condición clínica requieran de alimentación especial, Madres que no rubriquen el consentimiento informado, Madres con negatividad a colaborar con dicho análisis, Madres ausentes para dicho estudio.

3.6. Variables y operacionalizacion

3.6.1. Variables de estudio

Variable 1. Nivel de conocimiento

Variable 2. Practica alimentaria

3.6.2. Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa (Niveles y rangos)
V1: Nivel de conocimiento	El conocimiento de madres sobre alimentación son vivencias que adquiere durante su vida mediante recolección de datos acumulados sobre alimentación (40)	Es la información sobre conocimientos de alimentación saludable obtenidos de las madres de familia a través de un instrumento que se aplicara.	Aspectos generales	Definición de alimentación saludable Funciones de los nutrientes Higiene de los alimentos	Ordinal	Nivel de conocimiento deficiente 0-10 Nivel conocimiento regular 11-15 Nivel conocimiento alto 16-20
			Aspectos específicos	Ración alimentaria en los niños Alimentos básicos Alimentos complementarios Alimentos equivalentes Menú tipo saludable Refrigerio del niño Hábitos saludables		
V2: Practica alimentaria	Conjunto de actividades y comportamientos de padres respecto a alimentación de sus hijos que hacen antes y durante el alimento como la cantidad que se los dan (41).	Es el conjunto de actividades sobre prácticas de alimentación saludables obtenida de las madres a través de un cuestionario.	Acciones para garantizar la calidad de la alimentación	Selección de alimentos en contenido ,cantidad y frecuencia adecuados para el niño	Ordinal	Inadecuadas 0-10 Parcialmente adecuadas 11-15 Adecuadas 16-20
				Forma de preparación de los alimentos que se brinda al niño		
			Aseguramiento de la inocuidad de los alimentos que se brindan al niño			
			Acciones para la prevención de anemias nutricionales	Medidas que utiliza para la prevención de la anemia		

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

La técnica que se utiliza para la recolección de datos es la encuesta, para las variables Nivel de conocimiento y Practicas alimentarias, que consiste en obtener información objetiva como el conocimiento o subjetiva como las acciones, la cual es proporcionada por el sujeto de estudio.

3.7.2. Descripción de instrumentos

Se aplicarán 02 instrumentos: a) cuestionario, para medir el nivel de conocimiento de las madres sobre alimentación del preescolar; y b) inventario, para medir las prácticas reportadas por las madres sobre alimentación saludable. El cuestionario denominado “Nivel de conocimientos maternos sobre alimentación del preescolar (CNCMAP)”(Anexo 1), fue elaborado por Gil y Morillo en el 2009 y modificado en el 2017 por Cruz y Villanueva Estructuralmente está compuesto por dos partes: la primera, Datos personales ,en la que se solicita información de la madre: edad, nivel educativo, religión ,estado civil y ocupación, así con la edad del niño; la segunda, Datos específicos, que incluyo 21 preguntas con alternativa múltiple, que midieron la variable conocimiento sobre alimentación del preescolar a través de dos dimensiones: a) conocimiento acerca de aspectos generales sobre alimentación saludable en los preescolares; ítems 1, 2, 4, 7, 11, 14: y b) conocimiento acerca de aspectos específicos sobre alimentación preescolar: ítems 3, 5, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21. Cada pregunta contestada correctamente tuvo la valoración de dos (2) puntos y las contestadas de manera incorrecta obtuvieron cero (0) puntos.

El inventario denominado “practicas alimentarias en madres de preescolares (Anexo 2), elaborado por Ferrel G., García M., Villanueva B. en el 2015, estuvo estructurado en dos

partes: la primera ,datos personales, en la que se solicita datos de la madre: edad, nivel educativo, religión ,estado civil y ocupación, así como la edad del niño; la segunda parte, Datos específicos, que incluye 20 enunciados sobre acciones reportadas por la madre que permitieron medir la variable “prácticas sobre alimentación del preescolar “a través de dos dimensiones: a) acciones para garantizar la calidad de la alimentación del preescolar: ítems 1, 2, 4, 9, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20 y b) acciones para la prevención de anemias nutricionales: ítems 3, 18, para el reporte de cada acción del enunciado, se utilizó la escala de siempre, muchas veces, algunas veces y nunca. La evaluación del reporte de cada enunciado tuvo una puntuación de 4, 3, 2, 1 respectivamente; sin embargo, a los enunciados 10 y 13, se le otorgo una puntuación inversa (1, 2, 3, 4), ya que son enunciados que contenían practicas alimentarias.

3.7.3. Validación

El cuestionario “Nivel de conocimientos maternos sobre alimentación del preescolar (CNCMAP)” que fue elaborado por Gil y Morillo en el 2009 y modificado en el 2017 por Cruz y Villanueva fue evaluada por juicio de cuatro profesionales de enfermería expertos en la misma investigación de donde se obtuvo dicho cuestionario, la prueba de concordancia de Kendall fue 0.119 con una significancia del 0.897, donde se indica que el instrumento tiene una validez óptima.

El instrumento de prácticas alimentarias en madres de preescolares (Anexo 2), que fue elaborado por Ferrel G., García M., Villanueva B., en el 2015, donde mediante juicio de cuatro expertos profesionales, el resultado de la prueba de V de Aiken dieron resultado de 0.98, el cual indica fuerte consistencia y congruencia entre opiniones de expertos, concluyendo que el instrumento es válido para ser aplicado.

3.7.4. Confiabilidad

Para el primer instrumento se hizo la prueba piloto de 20 personas, donde la fiabilidad por el análisis de Alfa de Cronbach fue de $\alpha=0.87$, indicando confiabilidad del instrumento como aceptable para medir el nivel de conocimiento. Para practicas alimentarias, la fiabilidad por el análisis de Alfa de Cronbach fue de $\alpha=0.91$. indicando confiabilidad del instrumento.

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

La recolección de datos fue de forma manual, el cual fue ingresada en base de datos Excel 2019, luego se exporó a una matriz de datos que han sido diseñadas en el programa estadístico SPSS V.25.0. Los análisis estadísticos incluyo, uso de la estadística descriptiva, quien nos facilitó identificar el nivel de conocimiento con las practicas alimentarias según sus diferentes dimensiones. Los resultados fueron presentados en tablas simples que se incluyeron las frecuencias absolutas y relativas; las interpretaciones y los análisis de los datos, se hicieron según los altos y relevantes porcentajes. La estadística inferencial, no ayudo a determinar la relación entre ambas variables, se empleó el coeficiente Rho de Spearman, con un intervalo de confianza IC=95, y un p-valor de 0.05. los resultados de interpreto según los datos relevantes. El coeficiente de correlación de Spearman (Rho), como prueba no paramétrica, tiene los valores van de -1 (correlación negativa) a +1 (correlación positiva).

3.9. Aspectos éticos

El respeto hacia las personas se cuidó el anonimato de las participantes, la confidencialidad de la información y la aplicación del conocimiento informado, en el cual se les informo el objetivo de la investigación ,explicándoles que su participación era voluntaria, sin obligación que podrían retirarse del estudio en el momento que desearan, se aplicó el principio de

Justicia se trató con igualdad y respeto a las madres, y se aseguró el principio de beneficencia, maximizando los beneficios del proyecto en el que participaban, los resultados están orientados a contribuir con la creación de estrategias por parte de las autoridades competentes, que permitan un mayor conocimiento y una mejor aplicación en las prácticas de las madres en la alimentación del niño.

Principios bioéticos.

Las consideraciones éticas que se han tenido en cuenta en el desarrollo fueron:

Autonomía: Se han respetado la autonomía del entrevistado mediante el consentimiento informado para aceptar participar en el estudio. Los encuestados participaran de manera independiente o voluntario o se parte o renunciar las desconformidades de la investigación.

Justicia: según el principio del participante se han tratado con igual condición, sin tener que establecer alguna distinción con la finalidad de no tener que vulnerar sus derechos fundamentales.

Beneficencia: El estudio han tenido que buscar beneficios y aportar a las problemáticas donde se han desarrollado, con la finalidad de dar aportes en la mejora de las condiciones según su bienestar, procurando el mínimo riesgo y difundir conocimientos sobre las variables de estudio.

Principio de no maleficencia. En la presente investigación de contexto social, se respetó las privacidades tanto de la institución como de los participantes. Refiere a que no se perjudico a la integridad personal.

4. RESULTADOS

ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LOS RESULTADOS ESTADÍSTICOS

Para identificar la relación entre el nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022.

Tabla 1. Características sociodemográficas de los entrevistados de madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022

EDAD	FRECUENCIA	PORCENTAJE
De 20 a 30 años	20	31
De 31 a 40 años	35	54
De 41 a más años	10	15
RELIGION		
Evangélica	23	35,4
Católica	42	64,6
GRADO DE INSTRUCCIÓN		
Primaria	2	3,1
Secundaria	12	18,5
Técnico superior	32	49,2
Universitaria	19	29,2
ESTADO CIVIL		
Soltera	10	15,4
Casada	45	69,2
Divorciada	5	7,7
Conviviente	5	7,7
OCUPACION		
CASA	22	33,8
COMERCIANTE	1	1,5

FARMACIA	1	1,5
TECNICA	6	9,2
PROFESORA	4	6,2
ENFERMERA	6	9,2
CONTABILIDAD	12	18,5
SECRETARIA	4	6,2
ABOGADA	5	7,7
INDEPENDIENTE	4	6,2
EDAD DEL NIÑO		
3 AÑOS	4	6,2
4 AÑOS	10	15,4
5 AÑOS	10	15,4
6 AÑOS	9	13,8
7 AÑOS	4	6,2
8 AÑOS	14	21,5
9 AÑOS	4	6,2
10 AÑOS	7	10,8
11 AÑOS	2	3,1
12 AÑOS	1	1,5

Fuente: Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio

Girasoles Comas Lima 2022

En la Tabla 1, la edad de las madres que sobresale es de 31 a 40 años en 54%, el grado de instrucción es técnico superior en 49.2%, estado civil casada en 69.2%, ocupación es su casa en 33.8%, s 2, edad del niño es 8 años en 21.54%, en la Tabla 2, el nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres, donde el 67.7% inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales y con una relación de ambos en 13% (figura 1).

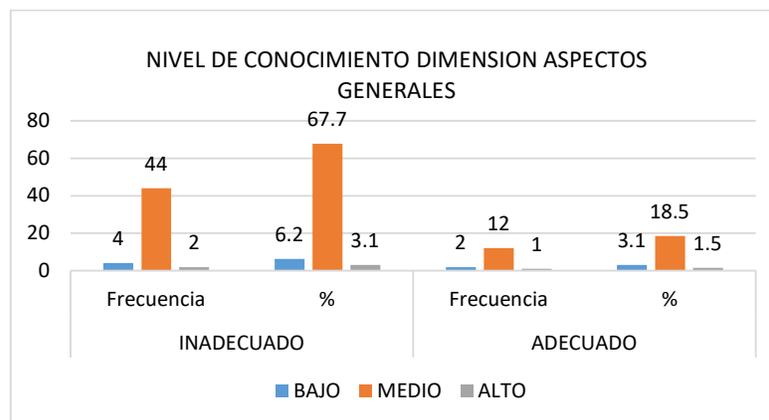
Tabla 2. Tablas cruzadas del nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022.

ASPECTOS GENERALES	PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION				TOTAL	
	INADECUADO		ADECUADO		Frecuencia	%
	Frecuencia	%	Frecuencia	%		
BAJO	4	6.2	2	3.1	6	9.2
MEDIO	44	67.7	12	18.5	56	86.2
ALTO	2	3.1	1	1.5	3	4.6
TOTAL	50	76.9	15	23.1	65	100,0

$$X^2_{\text{CRITICO}} = 5.99 < X^2_{\text{OBTENIDO}} (5\% \text{ ALFA}, 2\text{gl}) = 6.619$$

Fuente: Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022

Figura 1. Nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022



Fuente: Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022

Para identificar la relación entre nivel de conocimientos en su dimensión aspectos específicos con las prácticas según sobre alimentación saludable, en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022.

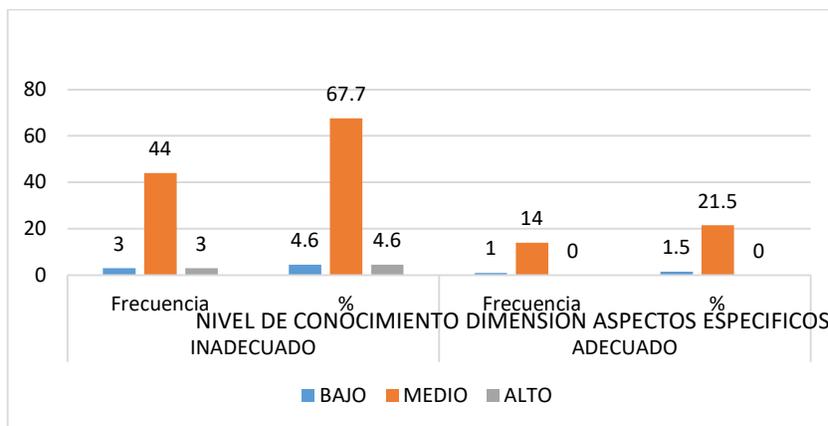
Tabla 3. Tablas cruzadas del nivel de conocimientos según la dimensión aspectos específicos con las prácticas según sobre alimentación saludable, en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022.

ASPECTOS ESPECIFICOS	PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION				TOTAL	
	INADECUADO		ADECUADO		Frecuencia	%
	Frecuencia	%	Frecuencia	%		
BAJO	3	4.6	1	1.5	4	6.2
MEDIO	44	67.7	14	21.5	58	89.2
ALTO	3	4.6	0	0.0	3	4.6
TOTAL	50	76.9	15	23.1	65	100,0

$$X^2_{\text{CRITICO}} = 5.99 < X^2_{\text{OBTENIDO}} (5\% \text{ ALFA}, 2\text{gl}) = 7.945$$

Fuente: Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022

Figura 2. Nivel de conocimientos según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022



Fuente: Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022

En la Tabla 3, mostramos el nivel de conocimientos según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres, donde el 67.7% tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales y con una relación de ambos en 23% (figura 2).

Sobre la relación entre nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022

Tabla 4. Tablas cruzadas del nivel de conocimientos con las prácticas según sobre alimentación saludable, en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022.

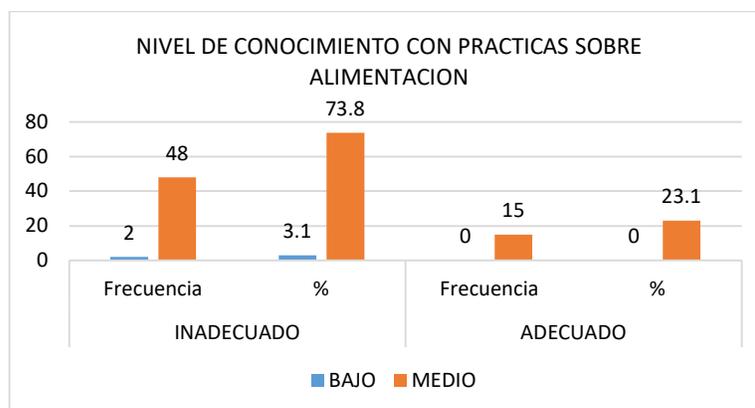
ASPECTOS ESPECIFICOS	PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION				TOTAL	
	INADECUADO		ADECUADO		Frecuencia	%
	Frecuencia	%	Frecuencia	%		
BAJO	2	3.1	0	0.0	2	3.1
MEDIO	48	73.8	15	23.1	63	96.9
TOTAL	50	76.9	15	23.1	65	100,0

$$X^2_{\text{CRITICO}} = 3.84 < X^2_{\text{OBTENIDO}} (5\% \text{ ALFA, 1gl}) = 6.619$$

Fuente: Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022

En la Tabla 4, mostramos el nivel de conocimientos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres, donde el 73.8% tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales y con una relación de ambos en 97% (figura 3).

Figura 3. Nivel de conocimientos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022



Fuente: Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022.

CONTRASTACION DE HIPOTESIS

Hipótesis general

Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022

Tabla 5. Análisis de correlación de Spearman entre el nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

			Correlaciones		
			NIVEL DE CONOCIMIENTO	PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION	
Rho de Spearman	NIVEL DE CONOCIMIENTO	Coefficiente de correlación	1,000	,976	
		Sig. (bilateral)	.	,004	
		N	65	65	
	PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION	Coefficiente de correlación	,976	1,000	
		Sig. (bilateral)	,004	.	
		N	65	65	

*. La correlación es significativa en el nivel 0,04 (bilateral).

Fuente: Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022.

En la tabla 5, observamos que el resultado del alfa es 0.004, ello indica que es menor al alfa de 0.005, entonces se demuestra que se tiene que aceptar la hipótesis que fue planteada donde una relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

Hipótesis específica

H1: Existe una la relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

Tabla 6. Análisis de correlación de Spearman entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

Correlaciones				
			ASPECTOS GENERALES	PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION
Rho de Spearman	ASPECTOS GENERALES	Coefficiente de correlación	1,000	,137
		Sig. (bilateral)	.	,005
		N	127	127
	PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION	Coefficiente de correlación	,137	1,000
		Sig. (bilateral)	,005	.
		N	65	65

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022.

En la tabla 6, observamos que el resultado del alfa es 0.005, indicándonos que es menor al alfa de 0.005, entonces se demuestra que se tiene que aceptar la hipótesis que fue planteada donde existe una la relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

H2: Existe una la relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

Tabla 7. Análisis de correlación de Spearman entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del condómino girasoles comas -2022.

		Correlaciones		
			ASPECTOS ESPECIFICOS	PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION
Rho de Spearman	ASPECTOS ESPECIFICOS	Coeficiente de correlación	1,000	,234
		Sig. (bilateral)	.	,004
		N	127	127
	PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION	Coeficiente de correlación	,234	1,000
		Sig. (bilateral)	,004	.
		N	65	65

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Propio

En la tabla 7, observamos que el resultado del alfa es 0.004, ello indica que es menor al alfa de 0.005, entonces se demuestra que se tiene que aceptar la hipótesis planteada donde existe una la relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022.

5. DISCUSION

Para la discusión se podrán realizar de acuerdo a los antecedentes que fueron planteadas en el trabajo de investigación, con la finalidad de compararlas con los resultados que se han obtenido.

En nuestro primer objetivo, se identifico la relación entre el nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022, donde la edad de las madres que sobresale es de 31 a 40 años en 54%, el grado de instrucción es técnico superior en 49.2%, estado civil casada en 69.2%, ocupación es su casa en 33.8%, s 2, edad del niño es 8 años en 21.54%, en la Tabla 2, el nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres, el 67.7% inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales y con relación del 13%; Para Hidalgo y Carvajal en el 2020, en Ecuador dice que el nivel de conocimiento que tienen las madres sobre alimentación medio a alto de 87%, el 13% con nivel de conocimiento bajo; En cambio, Coca en el 2017, encontró que el 76 % de padres tienen nivel de conocimiento alto, el 24% con nivel de conocimiento bajo.

Para identificar la relación en el segundo objetivo entre el nivel de conocimientos según la dimensión aspectos específicos con las prácticas según sobre alimentación saludable, en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022, el 67.7% tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales y con una relación de ambos en 23%; Para Salazar en el 2018, dice que el 43.3% tienen bajo nivel de conocimiento, el 44,8% tiene medio o levemente alta en conocimiento.

Sobre la relación entre nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022, el 73.8% tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos y relación de ambos en 97%; Para Alcántara en el 2018, indica que el 37.6% tiene alto nivel de conocimiento, el 54.7% tiene buenas practicas alimentarias; Para Díaz en el 2017, nos muestra que el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de escolares, el 47% tiene un nivel de conocimiento medio, el 32% tiene nivel de conocimiento elevado y finalmente el 21% tiene bajo conocimiento. sobre alimentación saludable.

6. CONCLUSIONES

- El nivel de conocimientos según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en las madres tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos y una relación del 13%.
- El nivel de conocimientos según la dimensión aspectos específicos con las prácticas según sobre alimentación saludable en las madres tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos y una relación de ambos en 23%.
- El nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres tiene inadecuada prácticas y medio nivel de conocimientos y relación de ambos en 97%.

7. RECOMENDACIONES

- Se recomiendan hacer un fortalecimiento de las metodologías para desarrollar la capacidad con los abordajes multidisciplinarios que se orientan a las modificaciones del comportamiento, la actitud y la práctica de las madres del cuidador del niño menor de 2 años.
- Se recomiendan hacer monitoreos constantes de la actividad educativa que se ejecutan en el Condómino Girasoles Comas Lima y así se evita el trabajo rutinario basadas en el cumplimiento de metas, ello será trascendental y con impactos en la población.
- Se sugieren hacer estudios cualitativos con el fin de conocer los valores, creencias y sentimientos para tener que identificar las percepciones de madres y cuidadores con la finalidad de determinar ciertas causas de la práctica desfavorable en la alimentación del niño menor de dos años.

8. REFERENCIAS

1. Martínez A., Pedrón C. Conceptos básicos en alimentación [Internet]. 2016 [Citado 13 de junio del 2022]. Disponible desde: <https://www.seghnp.org/sites/default/files/2017-06/conceptos-alimentacion.pdf>
2. Wong D. Enfermería Pediátrica. 4ta ed. España: Mosby; 1994.
3. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. Guía metodológica para la enseñanza de la Alimentación y Nutrición [Internet]. Honduras: FAO; 2010 [Citado 13 junio 2022]. Disponible desde: <https://www.fao.org/3/am283s/am283s.pdf>
4. Moreno J., Galiano M. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. *Pediatr Integral* [Internet]. 2015 [Citado 15 mayo 2022]; 19(4): 268-276. Disponible desde: https://www.pediatriaintegral.es/wpcontent/uploads/2015/xix04/05/n4-268-276_Jose%20Moreno.pdf
5. Organización Mundial de la Salud. Malnutrición [Internet]. OMS;2021 [Citado 19 agosto del 2022]. Disponible desde: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/malnutrition>
6. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, Organización Panamericana de la Salud, Programa Mundial de Alimentos, Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe [Internet]. Santiago de Chile: FAO, OPS, WFP, UNICEF; c2020. [Citado 22 junio de 2022]. Disponible desde: <http://www.fao.org/3/cb2242es/cb2242es.pdf>

7. Comisión económica para América Latina y el Caribe. Malnutrición en niños y niñas en América Latina y el Caribe [Internet] CEPAL; 2018 [Citado 19 marzo del 2022]. Disponible desde: <https://www.cepal.org/es/enfoques/malnutricionninos-ninas-america-latina-caribe>
8. Merino B., Chunga J. Efectividad de un programa educativo en el conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional de preescolares. [tesis de Maestría]. Trujillo, Perú: Universidad Nacional de Trujillo; 2018. Disponible desde: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/3178/TESIS%20MAESTRIA%20BRIGITTE%20SANDRA%20LIZBETH%20MERINO%20VALLES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
9. Varela M., Tenorio A., Duarte C. Prácticas parentales para promover hábitos saludables de alimentación en la primera infancia en Cali, Colombia. Rev Esp Nutr Hum Diet [Internet]. 2018 [Citado 16 marzo del 2022]; 22(3):183-192. Disponible desde: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452018000300183
10. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta demográfica y de Salud familiar – ENDES [Internet]. Perú: INEI; c2020 [Citado 19 julio del 2022]. Disponible desde: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1795/
11. Ministerio de Salud. Informe Gerencial: Estado Nutricional de Niños y Gestantes que acceden a Establecimientos de Salud [Internet]. Perú: MINSA; 2020 [Citado 19 enero 2022]. Disponible desde:

https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2019/informe_gerencial_sien_his_2019.pdf

12. Instituto nacional de estadística e informática. Encuesta demográfica y de Salud familiar – ENDES [Internet]. Perú: INEI; c2019 [Citado 22 de julio del 2022]. Disponible desde: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Endes2019/
13. Montenegro L., Arteaga S., Velásquez C. Saucedo S. Lambayeque a 30 años de la aprobación de la Convención sobre los Derechos del Niño: Balance y desafíos. Perú: Mesa de Concertación para la Lucha Contra la Pobreza- Región Lambayeque. [Internet]. Perú; 2019 [Citado 10 de agosto del 2022]. Disponible desde: <https://www.mesadeconcertacion.org.pe/storage/documentos/2020-01-16/informe-ninez-a-30anosconvencion-lambayequefinal.pdf>
14. Paredes D. Relación entre el nivel de conocimientos que tienen las madres sobre la alimentación infantil y el estado nutricional de los preescolares de la Institución Educativa Inicial 104-Amarilis-Huánuco 2017 [Tesis pregrado] Perú: Universidad de Huánuco; 2017. Disponible desde: <http://distancia.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/534/PAREDES%20VILLANUEVA%2C%20DANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
15. Llanca M. Conocimiento sobre alimentación y nutrición de las madres y su relación con el estado nutricional de los preescolares de la Institución Educativa Pública Integrada N°20799-Daniel Alcides Carrión, Chacayllo. [Tesis de pregrado]. Huacho, Perú: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2019. Disponible desde:

<http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/3142/LLANCA%20MENDOZA%20MIRIAM%20YESENIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

16. Cielo M. Nivel de conocimientos y prácticas alimentarias en madres y su relación con el estado nutricional de niños preescolares. Cambio Puente [Tesis de Maestría]. Nuevo Chimbote, Perú: Universidad Nacional del Santa; 2014. Disponible desde: <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/2908/46290.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Soto S. Conocimiento y actitud materna sobre alimentación asociados al estado nutricional del niño de 3 a 5 años, estudiante del CEI. Niño Jesús de Praga, Iquitos-2014 [Tesis de pregrado] Iquitos, Perú: Universidad Nacional de la Amazonía Peruana; 2014. Disponible desde: http://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12737/3315/Sheila_Tesis_Titulo_2014.pdf?sequence=5&isAllowed=y
18. Aldana J. Conocimientos, actitudes y prácticas referidas en madres, sobre alimentación de niños de 0 – 5 años, diagnosticados desnutridos crónicos en Microred Mórrope. [Tesis de pregrado] Chiclayo, Perú: Universidad de San Martín de Porres; 2018. Disponible desde: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2521/ALDANA_JR.pdf?sequence=1&isAllowed=y
19. Barragán J., Torres K. Cuidado cultural de las madres en la alimentación del niño preescolar con desnutrición-Salas,2014. [Tesis de pregrado]. Chiclayo, Perú: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo;2014. Disponible desde: http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/468/1/TL_BarraganPininJohana_TorresTorresKatia.pdf

20. Cieza C., Mendoza T. Creencias y costumbres en nutrición infantil en madres de niños menores de 5 años con desórdenes nutricionales en dos distritos con alta prevalencia de la provincia de Chiclayo-2015 [Tesis de pregrado.] Chiclayo, Perú: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2017. Disponible desde: http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/786/1/TL_CiezaRuizCinthya_MendozaSuxeTatiana.pdf
21. Cruz S., Cruz A. Nivel de conocimiento y prácticas maternas sobre alimentación y estado nutricional de preescolares [Tesis de pregrado] Trujillo, Perú: Universidad Nacional de Trujillo; 2019. Disponible desde: <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/11627/1857.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. Pérez J., Gardey A. Definición de Práctica [Internet]. 2010 [Citado 20 marzo del 2022]. Disponible desde: <https://definicion.de/practica/>
23. Ferrel C., García R. Nivel de conocimiento sobre alimentación y prácticas alimentarias en madres de preescolares [Tesis de pregrado] Trujillo, Perú: Universidad de Trujillo; 2016. Disponible desde: <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/11627>
24. Comisión Nacional para la protección de los sujetos humanos de investigación biomédica y comportamental. Informe Belmont [Internet]. Barcelona, España: Observatori de Bioètica i Dret; 1979. [Citado 29 abril 2019]. Disponible desde: <http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>

25. Polanco I. Alimentación del niño en edad preescolar y escolar. Rev. An. Pediatr, Monogr. [Internet]. 2005 [Citado 25 junio del 2022]; 3(1):54-63. Disponible desde: <https://www.analesdepediatria.org/es-pdf-13081721>
26. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Estado Mundial de la Infancia 2019. Niños, Alimentación y nutrición: crecer bien en un mundo en transformación. [Internet]. New York: UNICEF, 2019 [Citado 25 junio del 2022]. Disponible desde: <https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundialde-la-infancia-2019.pdf>
27. Ministerio de Salud. Norma técnica de salud para el control del crecimiento y desarrollo de la niña y el niño menor de cinco años [Internet]. Perú: MINSA; 2010 [Citado 30 de agosto del 2022]. Disponible desde: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/2197.pdf>
28. Núñez B., Meza E., Sanabria T., Agüero F. Asociación entre nivel de conocimiento y prácticas de cuidadores de niños de 2 a 5 años sobre la alimentación infantil. Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud [Internet].2020 [Citado 26 de mayo del 2022];18(1):47-54. Disponible desde: <http://scielo.iics.una.py/pdf/iics/v18n1/1812-9528-iics-18-01-47.pdf>
29. Stanford Children's Health. Nutrición para el niño en edad preescolar. [Internet]. San Francisco: 2021 [Citado 15 agosto 2021]. Disponible desde: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=preschooler-nutrition90-P05382>
30. Farias A., Costa M., Silva C., Da Silva C. Conhecimento, atitude e prática dos cuidadores de crianças e adolescentes em hemodiálise ou diálise peritoneal. Rev.

Eletr. Enf. [Internet]. 2016 [Citado 01 diciembre 2021]; 18 (1): 1-12. Disponible desde: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/34269>

31. Díaz M. Factores influyentes en el comportamiento alimentario infantil. Rev. Fac. Med. [Internet]. 2014 [Citado 01 de julio del 2022]; 62 (2):237-245. Disponible desde: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-00112014000200010&lng=es&nrm=iso&tlng=es

32. Gordillo M. El problema de la relación entre teoría y práctica en educación según el pensamiento alemán contemporáneo: consecuencias para la orientación educativa. Revista española de pedagogía [Internet].1985 [Citado 01 de agosto del 2022]; 167:18-33. Disponible desde: <https://revistadepedagogia.org/wpcontent/uploads/2018/04/2-El-Problema-de-la-Relaci%C3%B3n-entreTeor%C3%ADa.pdf>

33. Aybar E. Prácticas alimentarias de las madres y el estado nutricional de los preescolares de la Institución Educativa Inicial Comunal Delicias de Villa Chorrillos [Tesis de pregrado] Lima, Perú: Universidad Privada San Juan Bautista; 2017. Disponible desde: <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/1753/T-TPLE->

[Evelin%20Vanessa%20Aybar%20Casta%20c3%b1eda.pdf?sequence=1&isAllowed=1](http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/1753/T-TPLE-Evelin%20Vanessa%20Aybar%20Casta%20c3%b1eda.pdf?sequence=1&isAllowed=1)

34. Duran B. La ocupación de la madre como factor determinante del estado nutricio de niños menores de 7 años de Ciudad Juárez. [Tesis de pregrado]. México: Universidad Autónoma de Ciudad Juárez; 2009. Disponible desde: <http://www3.uacj.mx/ICB/redcib/Publicaciones/Tesis%20Licenciatura/Nutrici%C3%B3n/La%20ocupaci%C3%B3n%20de%20la%20madre%20como%20factor%20d>

[eterminante%20del%20estado%20nutricio%20de%20ni%C3%B1os%20menores%20de%207%20a%C3%B1os%20de%20Ciudad%20Ju%C3%A1rez.pdf](#)

35. Zapata M., Rovirosa A., Carmuega E. Urbano y rural: diferencias en la alimentación de los hogares argentinos según nivel de ingreso y área de residencia. Salud Colectiva [Internet]. 2019 [Citado 03 agosto del 2022]; 1-13. Disponible desde: <https://www.scielosp.org/pdf/scol/2019.v15/e2201/es>
36. Neill D., Suárez L. Procesos y Fundamentos de la Investigación Científica. 1º edición. Ecuador: Editorial UTMACH;2018. 127 p. ISBN: 978-9942-24-093-4.
37. Hernández R, Fernández C., Baptista P. Metodología de la investigación. Sexta ed. México: McGraw; 2014. 850 p. ISBN: 9789701057537
38. Técnicas de investigación. Investigación correlacional. [Internet]. [Consultado 11 Jul 2020]. Disponible en: <https://tecnicasdeinvestigacion.com/investigacion-correlacional/>
39. Hernández F. Metodología de la Investigación (Sexta ed.). (S. D. Interamericana Editores, Ed.) 2014 México: McGRAW-HILL.

Anexos

Anexo A. Matriz de consistencia

FORMULACION DE PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DISEÑO METODOLOGICO
<p>Problema general ¿Cuál es la relación del nivel de conocimiento con la practica sobre alimentos saludables en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022?</p> <p>Problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> •¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022? •¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022? 	<p>Objetivo general Determinar la relación del nivel de conocimiento con la practica sobre alimentos saludables en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos generales con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022 • Determinar la relación entre el nivel de conocimiento según la dimensión aspectos específicos con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022 	<p>Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022</p> <p>H0: No existe una relación significativa entre el nivel de conocimiento con las prácticas sobre alimentación saludable en madres del Condómino Girasoles Comas Lima 2022</p>	<p>Variable 1. Nivel de conocimiento</p> <p>Variable 2. Practica alimentaria</p>	<p>Tipo de investigación correlacional</p> <p>Método y diseño de investigación es sin intervención descriptiva</p> <p>En la investigación que se llevara a cabo, se tomara en cuenta la población total que es finita, la cual está constituida por 60 madres de familia que viven en condominio los girasoles comas. Dentro de los criterios de inclusión se tendrá en cuenta que las participantes sean propietarias del condominio y que deseen participar de forma voluntaria firmando el consentimiento informado</p>

Anexo B. Instrumentos de recolección de datos

Universidad Privada Norbert Wiener

Facultad de Enfermería

Cuestionario

Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable

INTRODUCCIÓN

Buenos días madre de familia, la presente encuesta es de carácter anónimo y confidencial, su finalidad es obtener datos para su estudio de investigación que tiene como objetivo identificar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres del Condominio Girasoles comas 2022. Por lo que se solicita responder con sinceridad a fin de obtener información veraz, agradecemos anticipadamente su participación.

I. DATOS PERSONALES:

Edad: _____ Estado Civil: _____
Religión _____ Edad de su niño: _____
Grado de instrucción: _____ Ocupación: _____

II. DATOS ESPECIFICOS

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

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

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

2. Alimentación saludable es:

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

b) Brindarle al niño alimentos que satisfaga su apetito

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

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

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

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

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

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

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

6. ¿con cuál de los siguientes alimentos se complementarían el desayuno de un niño?

a) Maca y quinua b) café c) chocolate en polvo

7 ¿Para qué le sirve la avena, pan y fideos al niño?

a) Darle energía y fuerza b) Formar los huesos y músculos para el crecimiento

c) intervenir en los procesos del organismo

8 ¿cuál de los siguientes menús es saludable para el niño?

a) Arroz + papa+ habas+ sopa+ cancha b) Papa frita+ arroz+ huevo frito+ refresco de sobre+ fruta c) Arroz de trigo+ menestra+ pescado+ ensalada+ limonada+ 1 fruta

9. ¿Con que se debe complementar el almuerzo del niño?

a) Frutas y verduras b) Frijoles, lentejas c) Avena, Maíz

10. ¿Con que otro alimento se debe reemplazar las carnes?

a) Papas y alverjas verdes b) Plátano frito y frijoles c) Sangrecita, hígado y bazo

11) ¿En qué alimentos se encuentra el hierro

a) sangrecita, hígado, bazo y menestras b) pan, arroz y bizcochos c) Agua, Yogurt y leche

12) ¿Para qué sirven los refrigerios entre comidas a los niños?

a) Para hacer sus actividades y juegos b) Para aportar nutrientes al organismo c) Para desarrollar un máximo potencial

13. ¿Qué alimentos se elegiría como parte de refrigerio del niño?

a) Frutas b) Galletas c) Chifles

14. ¿Porque es importante el consumo de los frutos secos como pasas, guindones, maní, nueces en el niño?

a) Para proporcionar agua al organismo b) a y c c) Aportan fibra y nutrientes

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

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

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

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

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

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

18. ¿Cuántos panes debe comer un niño?

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

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

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

20 ¿Cuántas frutas diarias debe comer un niño?

a) 1 fruta b) 2 frutas c) Ninguna

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

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

Respuestas correctas del cuestionario

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

UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER

FACULTAD DE ENFERMERIA

INVENTARIO

PRACTICAS ALIMENTARIAS EN MADRES DE PREESCOLARES

Buenos días madre de familia, la presente encuesta es de carácter anónimo y confidencial, su finalidad es obtener datos para un estudio de investigación que tiene como objetivo identificar las practicas sobre alimentación saludable en madres del condominio Girasoles –comas 2022. Por lo que se le solicita responder con sinceridad a fin de tener información veraz, agradecemos anticipadamente su participación.

1. DATOS PERSONALES

Edad _____ **Estado civil** _____

Religión _____ **Edad de su niño** _____

Grado de instrucción _____ **Ocupación** _____

II.DATOS ESPECIFICOS

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

Enunciados	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Nunca
1.Brindo diariamente frutas				

y verduras a mi niño(a)				
2. Incluyo pescados por lo menos dos veces por semana en la alimentación de mi niño(a)				
3. Incluyo en la alimentación de mi niño (a): hígado, Bazo o sangrecita.				

Enunciados	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Nunca
4. Brindo menestras tres veces por semana a mi niño(a)				
5. Proporciono de 5 a 6 vasos de agua diariamente a mi niño(a)				

6. Diariamente brindo de 2 a 3 tazas de leche a mi niño (a)				
7. Brindo a mi niño (a) cereales papas cocidas 4 a 5 veces por día.				
8. Proporciono 2 a 3 huevos por semana a mi niño(a)				
9. La frecuencia de la alimentación de mi niño(a) es: Desayuno-refrigerio-almuerzo-lonche-cena.				
10. Proporciono golosinas a mi niño en su lonchera escolar a diario.				
11. Preparo los alimentos con cantidad adecuada de sal.				
12. Utilizo aceite vegetal diariamente en la				

preparación de mis comidas.				
13. Prefiero dar a mi niño (a) más alimentos fritos que sancochados.				
14. Al comprar alimentos envasado observo la fecha de vencimiento e ingredientes				
15. Uso preparaciones sencillas que aporten poca grasa como alimentos sancochados, asados, a la plancha, al horno, al vapor y con poca sal.				
16. Me lavo las manos antes de preparar alimentos.				

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

PUNTAJE OTORGADO A LAS RESPUESTAS DEL ENUNCIADO

Practicas alimentarias en madres

Enunciados	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Nunca
4. Brindo menestras tres veces por semana a mi niño(a)	4	3	2	1
5. Proporciono de 5 a 6 vasos de agua diariamente a mi niño(a)	4	3	2	1
6. Diariamente brindo de 2 a 3 tazas de leche a mi niño (a)	4	3	2	1
7. Brindo a mi niño (a) cereales papas cocidas 4 a 5 veces por día.	4	3	2	1
8. Proporciono 2 a 3 huevos por semana a mi niño(a)	4	3	2	1

9. La frecuencia de la alimentacion de mi niño(a) es: Desayuno-refrigerio-almuerzo-lonche-cena.	4	3	2	1
10. Proporciono golosinas a mi niño en su lonchera escolar a diario.	1	2	3	4
11. Preparo los alimentos con cantidad adecuada de sal.	4	3	2	1
12. Utilizo aceite vegetal diariamente en la preparación de mis comidas.	4	3	2	1
13. Prefiero dar a mi niño (a) más alimentos fritos que sancochados.	1	2	3	4

14. Al comprar alimentos envasado observo la fecha de vencimiento e ingredientes	4	3	2	1
15. Uso preparaciones sencillas que aporten poca grasa como alimentos sancochados, asados, a la plancha, al horno, al vapor y con poca sal.	4	3	2	1

Enunciados	Siempre	Muchas veces	Algunas veces	Nunca
16. Me lavo las manos antes de preparar los alimentos	4	3	2	1
17. Lavo las manos de mi niño(a) con jabón y agua a chorro antes de cada comida.	4	3	2	1

18. Realizo descarte de anemia a mi niño (a) una vez al año en el centro de salud más cercano.	4	3	2	1
19. Lavo las frutas y verduras con abundante agua antes de consumirlos o prepararlos.	4	3	2	1
20. Los desperdicios y basura se encuentran en depósitos cerrados y tapados, ubicados lejos de los alimentos.	4	3	2	1

¡Gracias por tu colaboración!

ANEXO A. CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN MÉDICA

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

Título del proyecto: NIVEL DE CONOCIMIENTOS Y SU RELACION CON LAS PRACTICAS SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE EN MADRES DEL CONDOMINIO GIRASOLES - COMAS LIMA 2022

Nombre de los investigadores principales:
Bach. CHIROQUE LESCANO Madi Deybi

Propósito del estudio: Determinar la relación del nivel de conocimiento con la practica sobre alimentos saludables en madres del Condominio Girasoles Comas Lima 2022

Inconvenientes y riesgos: Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

Costo por participar: Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

Confidencialidad: La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

Renuncia: Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

Consultas posteriores: Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a CHIROQUE LESCANO Madi Deybi

Participación voluntaria:

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

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en el estudio.

Nombres y apellidos del participante o apoderado	Firma o huella digital
Nº de DNI:	
Nº de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp	
Correo electrónico	
Nombre y apellidos del investigador	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono móvil	
Nombre y apellidos del responsable de encuestadores	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono	
Datos del testigo para los casos de participantes iletrados	Firma o huella digital
Nombre y apellido:	
DNI:	
Teléfono:	

Lima, septiembre del 2022

***Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.**

.....
Firma del participante