



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

**Nivel de conocimiento materno sobre la alimentación  
saludable para niños de la Institución Educativa  
Challhuayaco 2021**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
Licenciada en Enfermería**

**AUTORES (ES):**

Martel Llanos, Adela Celeste (ORCID: 0000-0002-0756-9676)  
Ramírez Medina, Constantina Gladiz (ORCID:0000-0002-5783-4423)

**ASESORA:**

Dra. Reyes Alfaro, Cecilia Elizabeth (ORCID:0000-0002-3528-546X)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**  
Políticas y Gestión En Salud

**TRUJILLO – PERÚ**

**2021**

## **DEDICATORIA**

Esta tesis la dedicamos con mucho amor y esmero a nuestros padres que son el motor y motivo de seguir de pie en el sendero de la vida ya que ellos son el mejor ejemplo para nosotras.

## **AGRADECIMIENTO**

Gracias a Dios por permitirnos tener y disfrutar a nuestras familias por apoyarnos en cada decisión de la tesis, gracias a la vida porque cada día nos demuestra lo hermoso y maravilloso que es la vida y lo justo que puede llegar a ser.

Gracias a nuestra familia que nos permiten seguir cumpliendo con excelencia en el desarrollo de nuestra tesis. Gracias por creer en nosotras e impulsarnos a ser unos profesionales de calidad y no defraudarles como hijas.

No ha sido fácil el camino hasta ahora, ha sido una lucha constante de largo trabajo de muchas traspasadas, pero seguimos de pie para dar lo mejor de nosotras y ser el orgullo de nuestros padres.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

Pág.

|   |     |
|---|-----|
| DEDICATORIA.....  | ii  |
| AGRADECIMIENTO.....                                     | iii |
| ÍNDICE DE CONTENIDOS.....                               | iv  |
| ÍNDICE DE TABLAS.....                                   | v   |
| RESUMEN .....   | vi  |
| ABSTRACT .....  | vii |
| I. INTRODUCCIÓN .....                                   | 1   |
| II. MARCO TEÓRICO .....                                 | 4   |
| III. METODOLOGÍA .....                                  | 10  |
| 3.1 Tipo y diseño de investigación .....                | 11  |
| 3.2 Variables y operacionalización.....                 | 11  |
| 3.3 Población, muestra y muestreo.....                  | 11  |
| 3.4 Técnicas e instrumento de recolección de datos..... | 12  |
| 3.5 Procedimientos .....                                | 13  |
| 3.6 Método de análisis de datos .....                   | 13  |
| 3.7 Aspectos éticos.....                                | 13  |
| IV. RESULTADOS.....                                     | 15  |
| V. DISCUSIÓN.....                                       | 19  |
| VI. CONCLUSIONES .....                                  | 23  |
| VII. RECOMENDACIONES .....                              | 25  |
| REFERENCIAS.....  | 26  |
| ANEXOS .....  | 28  |

## ÍNDICE DE TABLAS

Pág.

|   |    |
|---|----|
| <b>Tabla 1:</b> Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión aspectos generales en niños. Institución educativa Challhuayaco 2021.<br>.....        | 15 |
| <b>Tabla 2:</b> Distribución del nivel de conocimiento materno según la dimensión actitud hacia una alimentación saludable para niños. Institución educativa Challhuayaco 2021..... | 16 |
| <b>Tabla 3:</b> Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión actitudes en las madres. Institución educativa Challhuayaco 2021. .                   | 17 |
| <b>Tabla 4:</b> Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión Propiedades de los alimentos. Institución educativa Challhuayaco 2021. ....           | 18 |

## RESUMEN

El propósito fue determinar el nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable para niños. Institución educativa Challhuayaco 2021. El enfoque fue cuantitativo, diseño no experimental y descriptivo, tipo básico, población y muestra fue de 80 madres, el instrumento de 23 ítems, se realizó la valoración de expertos y el cálculo de confiabilidad de Alfa de Cronbach (0,902). Los resultados indicaron que, en relación a los aspectos generales de la alimentación saludable se evidenció que, el nivel alto 41%, el nivel medio 41% y el nivel bajo tiene un 18%, también relación a la actitud de las madres, el nivel medio un obtuvo 44% y el nivel bajo obtuvo un 36%, un alto porcentaje de las madres nivel alto sólo un 20%; de igual forma, de acuerdo a la dimensión propiedades de los alimentos de los niños, nivel medio fue de 69%, el alto sólo un 26% y el nivel bajo obtuvo un 5%. Se concluye que, el nivel de conocimiento materno sobre la alimentación saludable para niños de la institución educativa Challhuayaco 2021, el nivel medio 62 %, nivel alto de 23% y el nivel bajo fue de 15%, lo que indica que, el nivel que predominó fue el medio.

Palabras claves: Conocimiento, alimentación, alimentación saludable.

## ABSTRACT

The purpose was to determine the level of maternal knowledge about healthy eating for children. Challhuayaco 2021 educational institution. The approach was quantitative, non-experimental and descriptive design, basic type, population and sample of 80 mothers, the instrument of 23 items, the expert assessment and the reliability calculation of Cronbach's Alpha (0.902). The results indicated that, in relation to the general aspects of healthy eating, it was evidenced that the high level 41%, the medium level 41% and the low level has 18%, also related to the attitude of the mothers, the level medium one obtained 44% and the low level obtained 36%, a high percentage of mother's high level only 20%; Similarly, according to the dimension properties of children's food, the medium level was 69%, the high level only 26% and the low level obtained 5%. It is concluded that the level of maternal knowledge about healthy eating for children of the Challhuayaco 2021 educational institution, the medium level 62%, high level 23% and the low level was 15%, which indicates that, the level that predominated was the medium.

Keywords: Knowledge, nutrition, healthy eating.

## I. INTRODUCCIÓN

A nivel internacional, se estima que muchos países en el mundo son afectados por diversas formas de malnutrición, es por ello, que se debe afrontar todas las formas de malnutrición se convierta en una prioridad, por parte de los gobiernos y los centros sanitarios a nivel mundial. Debe resaltarse que, las cifras son alarmantes de acuerdo con Organización Mundial de la Salud, (OMS), 52 millones de menores de cinco años presentan delgadez, de igual forma, al menos 17 millones presentan emaciación considerada grave, 155 millones presentan problemas o retraso de crecimiento, por su parte 41 millones presentan sobrepeso y en algunos casos obesidad, adicionalmente 45% de los casos de muerte en menores de 5 años está relacionado con la desnutrición.<sup>1</sup>

Esta realidad se vincula directamente a la carencia de la alimentación saludable como medida preventiva de la malnutrición; es decir, una persona que se alimenta en forma saludable es menos propensa a sufrir de malnutrición. Sin embargo, hoy en día existen muchos factores que inciden en la alimentación, como la economía familiar, los precios de algunos alimentos, las preferencias, factores culturales, geográficos, hábitos individuales y en ocasiones la desinformación respecto al tema.<sup>2,3</sup>

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) en el año 2018 sostuvo que la malnutrición produce efectos negativos a nivel social y económico, también se estima que incrementa los niveles de pobreza y afecta directamente la productividad, existen otros efectos directos, los cuales se evidencian en el desarrollo tanto físico como mental de los niños.<sup>4</sup>

En el ámbito nacional, al referirse a la población infantil en los niños de 5 años o menores, en el 2019, se observó que de 854.184 casos al menos 262.185 estarían en riesgo de desnutrición crónica según OMS. De igual forma, se estima que, de 1.427.062 casos evaluados 85.758 de los niños tendrían sobrepeso, obesidad unos 21.745 niños obesidad.<sup>5</sup> En este mismo contexto, de acuerdo con el Ministerio de salud MINSA la población peruana presenta obesidad, sobrepeso y también puede presentar anemia. La cual afecta el desarrollo cognitivo, psicomotor y trae consecuencias en edad escolar que se extienden hasta la adultez.<sup>6</sup>

Teniendo como referencia lo planteado, se aborda la situación de la Institución



Educativa de inicial en Challhuayaco, la cual está ubicada en la región de Áncash, donde se observa, cifras que indican múltiples problemas vinculados con la alimentación no saludable o carencia de esta.

Según el ministerio de salud, un total de 71.583 evaluados, han resultado 14.835 con desnutrición crónica, mientras que 23. 637 niños están en riesgo de desnutrición. Asimismo 11.510 en riesgo de desnutrición crónica, también 793 padecen desnutrición aguda, 4.037 padecen de sobrepeso y 1.026 obesidad.5 Evidentemente, estas cifras de reciente data permiten comprender la carencia de información en la región, en relación a los correctos hábitos alimenticios, lo que implica que, se deban abordar dicha temática tan importante como es la alimentación saludable.

Por todo lo mencionado, se plantea el siguiente problema de investigación:

¿Cuál es el nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable para niños Institución educativa Challhuayaco 2021?

La investigación aborda un tema importante, como es el conocimiento materno sobre alimentación saludables en niños, entendiéndose que la alimentación saludable se ha convertido en un problema de salud pública. Esta investigación permitirá resaltar la importancia que tiene el conocimiento referido a la alimentación saludable, por parte de las madres, así como la necesidad de cumplir con los requerimientos nutricionales para garantizar la nutrición del niño. En el área de salud, se aborda un aspecto que genera a corto, mediano y largo plazo problemas de salud, por ejemplo, servirá para prevenir la obesidad infantil, la cual es uno de los problemas más evidente de salud; también abarca otros problemas relacionados como la malnutrición, obesidad, altos índices de anemia, etc. A nivel biológico, el niño está en la etapa del crecimiento, sus necesidades nutricionales y energéticas deben ser suplidas, en muchas ocasiones las madres se dejan llevar por la publicidad y el marketing de algunos productos, sin conocer los aportes nutricionales que su hijo necesita.

El estudio permite a través de sus resultados, aportar conocimiento a las madres, sirve de aporte para otras investigaciones, creando una línea de interés investigativo; asimismo, permite realizar una evaluación y seguimiento

hasta las variaciones nutricionales del niño. Es decir, se convierte en evidencia científica de una realidad social. Se pueden tomar medidas a futuro como

intervenciones, talleres, capacitaciones para las madres y docentes de esa institución educativa en Challhuayaco.

Desde la perspectiva profesional, el rol de profesional de la enfermería debe trascender las instituciones de salud, teniendo presente que las medidas preventivas permiten salvar vidas, crear condiciones saludables, disminuir gastos para el estado, y los padres, descongestionamiento de los establecimientos de salud, pues todo esto se podría evitar, si la población se educa en forma oportuna. Estas medidas, beneficiarán a los niños, fortalecerán su alimentación y por ende el estado nutricional, desarrollo cognitivo, social y psicológico, proporcionando así la posibilidad de crecer fuerte y sano, con un estado de salud que le permita hacer deportes, socializar y aprender de forma efectiva.<sup>7</sup>

Cabe mencionar que, los profesionales de la enfermería deben estar en sintonía con la educación, tanto de los hábitos alimenticios del niño como la orientación oportuna del padre, lo cual debe aplicarse en consultorios, escuelas, visitas de orientación y control en la casa del niño, para garantizar que la madre comprende lo importante de una alimentación saludable, así como los beneficios que puede obtener para la salud y bienestar del niño.<sup>7</sup>

Evidentemente, la investigación debe contar con un propósito, para tal fin, por lo que se plantea el siguiente objetivo general:

Determinar nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable para niños. Institución educativa Challhuayaco 2021, de igual forma, surgen los siguientes objetivos específicos:

El primero relacionado con identificar el nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión aspectos generales en niños de la Institución Educativa Challhuayaco 2021, el segundo referido a establecer el nivel de conocimiento materno según la dimensión actitud hacia una alimentación saludable para niños. Institución educativa Challhuayaco 2021 y el tercero identificar el nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión propiedades de los alimentos de los niños. Institución educativa Challhuayaco 2021. También es necesario plantearse una hipótesis la cual expresa lo siguiente, el nivel de conocimiento materno sobre la alimentación.

## II. MARCO TEÓRICO

En esta sección del trabajo el investigador realiza una revisión documental a nivel nacional e internacional haciendo referencia a investigaciones relacionadas con conocimiento materno sobre la alimentación saludable, los cuales se explican a continuación.

En el contexto internacional se cita a Martins, Verly y Dos Santos 2019 en su artículo referido a la alimentación que reciben los niños, los autores concluyeron que, los niños con dietas de alimentación no apropiadas se encontraban dentro de los percentiles más bajos; sin embargo, se observó que los niños recibían la cantidad correcta de proteínas 94%, verduras 62,3% y proteínas vegetales y pescado, otros como granos, lácteos vegetales totales se presentaron también valores considerados bajos.<sup>8</sup> Asimismo, Solano, 2018 en la tesis concerniente a los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de educación inicial en el Cantón el Triunfo en Ecuador. Dentro de sus conclusiones señaló que la mayoría de los niños se localizan en un rango de normalidad, por otro lado, una gran cantidad de niños practican hábitos alimenticios recomendados. Del mismo modo, se puede mencionar que en los niños son escasas las enfermedades asociadas con la alimentación; también se percibió que dentro de la frecuencia alimentaria existe un alto riesgo de malnutrición en el niño debido al alto consumo de productos procesados y/o industrializados.<sup>7</sup>

Igualmente, para Cumbicus 2017 en la tesis referida al conocimiento que poseen los padres sobre la importancia de la alimentación y la nutrición en Loja de Ecuador. Señaló dentro de sus conclusiones que, 70% de los padres posee un bajo conocimiento en relación a la alimentación, también se observó que los padres en un 61% ejercen prácticas alimentarias inadecuadas, a su vez mediante charla educativa se orientó y entregó un tríptico al 70% de los padres. Para finalizar se concluyó que las prácticas alimentarias son incorrectas, ya que el nivel de conocimiento referido a la alimentación saludable es bajo.<sup>9</sup>

En este mismo orden de ideas, Congacha y Pilicita 2017 menciona en su artículo centrado en el conocimiento relacionado con la alimentación saludable.

biológicos y sociales de las madres. Donde concluyeron que, no es satisfactorio el conocimiento sobre alimentación saludable en las madres; igualmente es significativo destacar que existe entre la ocupación y el conocimiento de las madres una relación significativa, asimismo se puede mencionar que es un aporte muy relevante para que las madres puedan aumentar su conocimiento a través de un diseño de estrategias educativas.<sup>10</sup>

Asimismo, Ruiz, et al, 2016 en el artículo alusivo al estado nutricional de niños en edad escolar y su relación con el conocimiento que poseen las madres de la alimentación. Dentro de sus conclusiones plantearon que, se evidencia una relación significativa entre el estado nutricional con un p valor de 0,0001 de acuerdo con la percepción de la madre y un p valor de un  $p < 0,05$  con respecto al sexo. De igual forma, se evidenció que la el conocimiento referido a la alimentación saludable en las madres es bajo estableciendo una relación significativa con el estado nutricional de los niños.<sup>11</sup>

Igualmente, Moreno y Galiano 2015 en el artículo concerniente a la alimentación en niños y adolescentes de Madrid. En su investigación evidenciaron que, durante la fase de crecimiento rápido entre la fase lactante y de infante, la alimentación está orientada por los padres y supervisada por su pediatra, de allí que, esta etapa se considera primordial, se estima que los niños que van mostrando un crecimiento normal, tiene buenos hábitos alimenticios, lo cual se verá reflejado hasta la adolescencia y la adultez. Es necesario resaltar, la importancia que tiene la alimentación saludable desde temprana edad.<sup>12</sup>

En el contexto nacional, Díaz 2019 en su tesis referida al conocimiento materno hábitos alimentarios saludables y malnutrición cuando se excede en niños de inicial en Surco, Lima. Señala dentro de sus resultados que, 66% de las madres posee un buen conocimiento, mientras 18% de los niños presentó malnutrición por exceso. Igualmente, se observó que existe una asociación entre el nivel de conocimiento y la malnutrición por exceso el valor de  $p = 0,069$ , también la asociación entre las prácticas nutricionales y la malnutrición tuvo un valor de  $p = 0,457$ . Finalmente, se menciona que las madres poseen conocimientos que en la práctica no aplican.<sup>13</sup>

Asimismo, Merino y Chunga 2018 en el artículo donde plantea evaluar la efectividad sobre alimentación saludable al aplicar un programa educativo en preescolares de Lima. Dentro de los resultados mencionan que, se observó en los resultados el nivel de conocimiento de las madres fue medio en un 65% sobre alimentación saludable y el estado nutricional; también hubo una clasificación normal del 50% para el indicador talla para la edad de preescolares. Por otro lado, luego de la implementación se alcanzó un nivel de conocimientos alto para las madres, así mismo se catalogó como normal en un 80% el indicador talla para la edad. Por último, se pudo evidenciar que fue efectiva la implementación del programa educativo ya que, se perfeccionó el conocimiento de las madres mejorando a su vez el estado nutricional de los niños.<sup>14</sup>

También Delgado 2016 en su tesis centrada en comprender las percepciones y los retos que enfrentan las madres de bajo nivel social y económico en Lima Metropolitana. El enfoque fue cualitativo y la teoría fundamentada, la muestra fue de 30 madres, se realizaron 11 entrevistas a profundidad y se seleccionaron 4 grupos focales. Se concluyó que, las percepciones referidas a la alimentación de los niños fueron diversas, se observó que sienten la necesidad de contar con niños saludables, se debe comprender mejor los aspectos culturales al momento de realizar una intervención para incrementar el conocimiento de la alimentación saludable y nutricional.<sup>15</sup>

Llanos 2016 en su tesis referida a identificar el conocimiento interno sobre los tipos de alimentación saludables y no saludables en Santa Anita, Lima. El enfoque fue cualitativo y la teoría fundamentada, la muestra fue de 20 madres. Los resultados indicaron que, las madres entienden la relación entre alimentación variada, balanceada y completa. Expresaron que algunos alimentos necesarios para la salud tienen un sabor desagradable, lo cual hace un poco difícil que los niños lo consuman, las madres utilizan diversas estrategias para que los niños las acepten. Explican que la alimentación no saludable incluye frituras golosinas en forma excesiva, mencionan que la alimentación no saludable por lo general tiene un sabor agradable para los niños.<sup>16</sup>

Esta investigación se encuentra la teoría de Ramona Mercer con la cual se centra en el rol maternal del profesional de la enfermería, considerando el entorno de la familia la escuela, la iglesia, el trabajo, etc., en el cual se incorpora a la madre para generar una transformación durante un periodo de tiempo incentivando la generación del rol maternal de la madre estableciendo un vínculo con su hijo, asumiendo los cuidados necesarios del niño como parte de su actividad diaria, velando por sus intereses cada día, es decir define su identidad materna.<sup>17</sup> Esta teoría permite comprender que, el rol de la enfermería debe trascender los centros de salud y establecer vínculos entre la madre y su hijo, el cuidado del niño incluye una alimentación saludable. Debe señalarse otra teoría que se vincula a la investigación, el modelo de promoción de la salud (mps) la autora del modelo fue Nola Pender de profesión enfermera, sus postulados se centran en la motivación de la persona para lograr el bienestar y el potencial humano. Esta teoría se centra en la experiencia como elemento importante que puede afectar la conducta del individuo, en segundo lugar, se tiene, la naturaleza humana, la interacción con el entorno sus características personales, experiencias, basadas en el conocimiento, creencias y otros aspectos que se vinculan al comportamiento o conductas dirigidas a la salud. Se resalta la importancia de los procesos cognitivos y el cambio de actitud, se incorporan aspectos como los psicológicos que inciden en la conducta de las personas. El tercer aspecto es el componente motivacional como factor clave para generar un cambio de actitud.<sup>18</sup>

Es importante mencionar que, deben señalarse algunos términos referidos a la variable en estudio, como la comprensión de término conocimiento, el cual implica diversos procesos internos del ser humano, para identificar y conocer cualidades de objetos o acciones, con la finalidad de crear una idea propia.<sup>19</sup> El conocimiento presenta varias dimensiones, los cuales hacen referencia a los tipos de conocimiento, el primero referido a la acumulación de experiencias propias del ser humano, permite o limita la imitación del conocimiento. El segundo, se obtiene desde el exterior, este no es fácil de expresar. También está el conocimiento personal, es cual es único y se interpreta diferente por cada ser humano, en principio se origina de experiencias personales

diarias en la vida, pasa de generación en generación y no es comprobable. Finalmente, el conocimiento científico, este puede ser comprobado y parte de la lógica, para determinarlo se aplican técnicas para solventar algún problema.<sup>20</sup>

Es importante señalar que, en la dimensión aspectos generales, referida a la comprensión de la madre en relación a la definición, importancia, consistencia, beneficios y consecuencias de una alimentación saludable, todos estos temas permiten comprender en forma general el conocimiento de la madre. Es preciso acotar que, el conocimiento referido a la alimentación saludable, es indispensable para producir un cambio de actitud en las madres, puede ayudar en gran medida a producir un cambio en la preparación y consumo de los alimentos, en función del poder adquisitivo de la persona.<sup>21</sup> Asimismo, el estilo de vida que llevan las personas, el conocimiento referido a la alimentación saludable que tengan los padres, docentes y otros entes relacionados con el niño son determinantes.<sup>22</sup>

Es importante que la madre tenga conocimientos de las consecuencias de una alimentación no saludable, en relación al tema existen muchos indicadores como la delgadez relacionada con la insuficiencia de peso motivada a una alimentación no saludable o problemas de salud que dan origen a diferentes enfermedades. También está el sobrepeso producto de la grasa que se acumula, se asocia a la inactividad física y una mala alimentación. La dimensión referida a la actitud de las madres, esta se centra en la capacidad de la madre de seleccionar y preparar los alimentos, teniendo presente que en ambos casos son factores determinantes para una buena alimentación. Las madres deben seleccionar los alimentos teniendo presente varios aspectos los requerimientos nutricionales del niño, la temporada y su presupuesto, para la preparación existen muchos aspectos como el tiempo de cocción para cada alimento y cuáles de estos deben ser suministrados sin cocción. Es importante para una buena alimentación saludable, los tipos de alimentos que selecciona para el niño se estima que dan importancia a las proteínas y menos atención a las azúcares.<sup>23</sup> La obesidad también es un problema de exceso de acumulación de grasas y tienen múltiples dentro de los cuales se encuentra la alimentación.<sup>24</sup>

La alimentación saludable, está relacionada con la buena nutrición, es decir, el consumo de una dieta adecuada y equilibrada que permita satisfacer las necesidades dietéticas y energéticas del cuerpo, se considera indispensable para la buena salud.<sup>25</sup>

Debe señalarse que, los padres son vistos como los guardianes de la alimentación de los niños, entonces depende de ellos, que los hijos disfruten de una alimentación saludable, en muchos casos se estima que los niños pueden aprender buenos hábitos alimenticios de sus padres o abuelos.<sup>26,27,28</sup>

Como dimensión propiedades de los alimentos, en esta parte se seleccionaron algunos grupos de alimentos considerados importantes para el crecimiento del niño en edad de 5 años, siendo estos determinantes para su crecimiento y desarrollo. Dentro de estos están los alimentos reguladores son aquellos que suministran y favorecen a las defensas de los niños y así poder afrontar las enfermedades como, por ejemplo, las verduras como el brócoli, la zanahoria, la lechuga además de otras y también las frutas como pera, naranja, manzana, etc. Dentro de los alimentos saludables que debe consumir un niño se encuentran las verduras y frutas, este tipo de iniciativas deben ser consideradas por las escuelas.<sup>29,30,31</sup>

Asimismo, se mencionan los alimentos energéticos, los cuales son aquellos que proporcionan las energías necesarias. Dentro de este grupo de alimentos se pueden mencionar a las grasas en general y a los carbohidratos. Es importante señalar que los carbohidratos complejos están compuestos por fibra como el maíz, la avena, las hojuelas de maíz, el pan blanco y/o integral, etc. Con respecto a las grasas se pueden destacar a las aceitunas, la palta, las pecanas, el maní, etc.<sup>30,32</sup>

Existen otros como los alimentos constructores, mismos que contribuyen en la formación de los tejidos como la masa ósea, los órganos, músculos y los fluidos como la sangre. Además, es importante señalar que se encuentran en este grupo las proteínas de origen vegetal y animal, es por ello que se debe destacar el consumo de proteínas de origen animal, debido a su calidad nutricional y al aprovechamiento de un organismo en crecimiento, así como las carnes, etc.<sup>30</sup>



De igual forma, líquidos son importantes el consumo de agua y a su vez la preparación natural de refrescos de frutas como naranjada, limonada, maracuyá, piña, manzana, etc., y así como también la cocción de cereales como quinua, avena, cebada, etc., además de infusiones de anís, manzanilla, etc., teniendo en cuenta un uso mínimo o nada de azúcar.<sup>30,33</sup>

El rol de los padres en relación a la alimentación saludable, el entorno de niño es determinante para el desarrollo del hábito de una buena alimentación, visto de esta forma debe ser orientado, pero también ejemplo para el niño, al preparar los alimentos, consumirlos y buscar estrategias de consumo en caso de rechazo.<sup>34</sup>

Es importante resaltar que, la madre tiene una gran responsabilidad en la alimentación del niño, motivado a es quien en la mayoría de los casos selecciona los alimentos basándose en su experiencia y presupuesto.<sup>35</sup> El consumo de alimentos poco indicados para el niño puede inducir una obesidad temprana, por tanto, de deben tomar medidas preventivas además de promocionales para orientar a los padres.<sup>36</sup>

Evidentemente, la alimentación también puede ser no saludable, la cual tiene gran publicidad en los medios de comunicación, alto contenido en azúcares y grasas; sin embargo, la población en algunos casos la percibe como satisfactoria, fácil de obtener y no requiere mucha preparación. Algunos padres las adquieren para que el niño la consuma dentro de su dieta diaria.<sup>37</sup> Se observa que, algunos padres no cumplen con los estándares nutricionales al alimentar a sus hijos, es importante intervenir para orientarlos de la forma correcta.<sup>38</sup>

Es importante destacar que, durante los primeros años de vida el niño adquiere los hábitos alimenticios, es entonces fundamental esta etapa para fomentar una buena educación alimentaria, la cual afecta en forma positiva si ha enseñado buenos hábitos, pero en caso contrario la salud se verá afectada.<sup>39,40</sup> Estudios realizados demostraron que, los niños que menos alimentos saludables consumían eran los que padecían de más enfermedades, incluyendo la obesidad.<sup>41</sup>

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo y diseño de investigación

El enfoque de la investigación es cuantitativo, se centra en la medición numérica y cálculos estadísticos con la finalidad de establecer patrones de comportamiento y en algunos casos teorías.<sup>42</sup>

**Tipo de Investigación:** Es básica teniendo presente que, no tiene propósitos aplicativos, busca profundizar un conocimiento de una realidad que ya existe.<sup>43</sup>

**Diseño de investigación:** Es no experimental, debido a que la investigadora no busca manipular las variables, se aborda el fenómeno después de haber ocurrido. Es también de nivel descriptivo, debido a que se centra en la comprensión y el análisis de la naturaleza de los hechos.<sup>43</sup>

#### 3.2 Variables y operacionalización

##### **Variable de estudio: Nivel de conocimiento materno**

Definición conceptual: El conocimiento implica diversos procesos internos del ser humano, para identificar y conocer cualidades de objetos o acciones, con la finalidad de crear una idea propia.

##### **Definición operacional:**

Midió de acuerdo a los niveles de conocimiento, las respuestas correctas valen (1) y las incorrectas (0), estableciendo los siguientes valores:

ALTO=23-18

MEDIO=17-12

BAJA=11-0

**Dimensiones:** Aspectos generales, actitud en las madres, propiedades de los alimentos.

**Escala de medición:** Ordinal, politómica.

#### 3.3 Población, muestra y muestreo

**Población:** Estuvo conformada por 80 madres de familia de la Institución Educativa Inicial 419 de Challhuayaco.

### **Criterios de inclusión**

- Madres de familia que sean representantes de niños de cinco años de la Institución Educativa Inicial 419 de Challhuayaco.
- Madres de familia con niños de tres, cuatro y cinco años.
- Madres de familia que deseen participar en el estudio y firmen el consentimiento informado.

### **Criterios de exclusión**

- Madres de familia que no sean representantes de la Institución Educativa Inicial 419 de Challhuayaco.
- Madres de familia con niños que no estén dentro de las edades requeridas para el estudio.
- Madres de familia que no deseen participar en el estudio.

### **Muestra:**

La muestra estuvo constituida por el 100% de de madres de la Institución Educativa Inicial 419 de Challhuayaco.

### **Muestreo:**

Se utilizó un muestreo no probabilístico, por conveniencia.

## **3.4 Técnicas e instrumento de recolección de datos**

Las técnicas de recolección de datos, son todas aquellas herramientas que el investigador utiliza con la finalidad de obtener información en relación a un tema en estudio. En este caso, se utilizará como técnica la encuesta, la cual es muy utilizada y consiste en obtener información en forma escrita de las personas en estudio. Como instrumento se aplicó el cuestionario, permitiendo recabar información de los encuestados.<sup>42,43</sup> Este cuestionario cuenta con 23 preguntas, dirigidas a determinar el nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable para niños. Institución educativa Challhuayaco 2021. El puntaje de cada pregunta se estableció con dos criterios, un (1) punto la respuesta correcta y la respuesta incorrecta (0).

### **Validez**

Estuvo a cargo de tres expertos en contenido y metodología, los cuales revisaron el instrumento en relación a la metodología, coherencia y pertinencia.

## **Confiabilidad**

Es preciso señalar, que se llevó a cabo a través de la aplicación del Alfa de Cronbach.<sup>43</sup> Se aplicó una prueba piloto a 10 personas con características similares a la muestra. El resultado de la confiabilidad del instrumento fue de 0.902 el cual es considerado confiable.

### **3.5 Procedimientos**

- En esta sección de trabajo el investigador establece los principales procesos que llevó a cabo para realizar la investigación, los cuales se explican a continuación.
- Se realizó una revisión extensa de tesis, libros, artículos y científicos, para comprender el conocimiento en relación al tema.
- Se desarrolló cada parte de la investigación seleccionando la información adecuada y contando con la orientación de la asesora.
- Se diseñó un instrumento para el recojo de los datos en función de la variable en estudio, se tomaron como referencia varias tesis con el mismo interés de investigación.
- Se coordinó con dirección de la institución educativa Challhuayaco donde se obtuvo el directorio telefónico de padres de los alumnos del nivel de inicial, donde se realizó una encuesta virtual, se creó un link que constó de 23 preguntas que fue enviado a sus WhatsApp para que puedan responder el cuestionario.

### **3.6 Método de análisis de datos**

Después del recojo de la información la investigadora procedió sistematizar y digitalizar la información, se utilizará la estadística descriptiva, representada en gráficos, es preciso acotar que utilizará Excel y el programa estadístico SPSS 25.

### **3.7 Aspectos éticos**

Los principios éticos que rigen esta investigación se centran en los establecidos en la guía para la elaboración de investigaciones de la Universidad César Vallejo, ellos son:

**Beneficencia:**

Esta investigación es un aporte para el sistema de salud, resalta el rol de los profesionales de la enfermería en relación a métodos y políticas preventivas, lo que implica ayudar, no sólo dentro del contexto de los hospitales, sino salir para ser agentes de cambio.

**No maleficencia:**

Los resultados no tienen como finalidad ser jueces de la conducta de las madres, respecto al conocimiento que poseen hacia la alimentación saludable, se centra en diagnosticar este conocimiento, para poder tomar las medidas pertinentes.

**Autonomía:**

Las investigadoras han realizado el trabajo con total independencia, siguiendo sus propios criterios y las orientaciones de la asesora. Se respeta a cada encuestado y se garantiza su anonimato, además la información aquí recabada sólo se utilizó con fines investigativos.

**Justicia:**

Hacen referencia al respeto por los autores citados, sus ideas y planteamientos, se utilizan normas de la Universidad para la correcta citación.

## IV.RESULTADOS

### Contrastación de hipótesis

H1= El nivel de conocimiento materno sobre la alimentación saludable para niños de inicial es alto.

H0= El nivel de conocimiento materno sobre la alimentación saludable para niños de inicial no es alto.

Basándose en los resultados se rechaza la hipótesis H1 y se acepta la H0= El nivel de conocimiento materno sobre la alimentación saludable para niños de inicial no es alto, debido a que el 62% obtuvo un valor medio (12 a 17).

**Tabla 1:** Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión aspectos generales en niños. Institución educativa Challhuayaco 2021.

| Escala de medición | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------|------------|------------|
| Bajo               | 12         | 15%        |
| Medio              | 50         | 62.50%     |
| Alto               | 18         | 22.50%     |
| Total              | 80         | 100%       |

Fuente: Instrumento de recolección de datos

**Interpretación:** De acuerdo con la tabla 1, el nivel alto de 22.50%, el nivel medio 62.50% y el nivel bajo fue de 15%, lo que indica que, el nivel que predominó fue el medio.

**Tabla 2:** Distribución del nivel de conocimiento materno según la dimensión actitud hacia una alimentación saludable para niños. Institución educativa Challhuayaco 2021.

| Escala de medición | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------|------------|------------|
| Bajo               | 14         | 18%        |
| Medio              | 33         | 41%        |
| Alto               | 33         | 41%        |
| Total              | 80         | 100%       |

**Fuente:** Instrumento de recolección de datos

**Interpretación:** De acuerdo con la tabla 2, referido a los aspectos generales del conocimiento de la alimentación saludable se tiene que, el nivel alto 41%, el nivel medio 41% y el nivel bajo tiene un 18%, al relacionar las respuestas de los 80 encuestados. Debe señalarse que, en forma individual los valores más altos se obtuvieron en importancia y beneficios lo que indica que las madres poseen conocimiento en relación a esos temas.

**Tabla 3:** Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión actitudes en las madres. Institución educativa Challhuayaco 2021.

| Escala de medición | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------|------------|------------|
| Bajo               | 29         | 36%        |
| Medio              | 35         | 44%        |
| Alto               | 16         | 20%        |
| Total              | 80         | 100%       |

Fuente: Instrumento de recolección de datos

**Interpretación:** De acuerdo con la tabla 3, al preguntar en relación a la selección de los alimentos saludables, el nivel alto sólo un 20%, el nivel medio un 44% y el nivel bajo obtuvo un 36%. Los resultados indican que, un alto porcentaje de las madres no seleccionan en la forma correcta los alimentos de sus hijos, también un alto porcentaje no prepara de la forma correcta los alimentos.



**Tabla 4:** Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión Propiedades de los alimentos. Institución educativa Challhuayaco 2021.

| Escala de medición | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------|------------|------------|
| Bajo               | 4          | 5%         |
| Medio              | 55         | 69%        |
| Alto               | 21         | 26%        |
| Total              | 80         | 100%       |

Fuente: Instrumento de recolección de datos

**Interpretación:** De acuerdo con la tabla 4, al preguntar en relación propiedades de los alimentos alto sólo un 26%, el nivel medio 69% y el nivel bajo obtuvo un 5%. En forma más específica se observan valores bajo en la frecuencia del consumo de azúcar y frutas.

## V. DISCUSIÓN

**Tabla 1:** Referido al nivel de conocimiento materno sobre la alimentación saludable, se observó que, el nivel medio obtuvo como resultado un 62%, mientras el nivel alto fue de 23%, y el nivel bajo fue de 15%, lo que indica que, el nivel que predominó fue el medio. Este resultado contrasta los encontrados por Cumbicus 2017 en la tesis referida al conocimiento que poseen los padres sobre la importancia de la alimentación y la nutrición en Loja de Ecuador. Los resultados de este estudio indicaron que, el 70% de los padres posee un bajo conocimiento en relación a la alimentación, también se observó que los padres en un 61% ejercen prácticas alimentarias inadecuadas. Para finalizar se concluyó que las prácticas alimentarias son incorrectas, ya que el nivel de conocimiento es bajo.<sup>9</sup>

Debe señalarse, también que la comprensión de término conocimiento, implica diversos procesos internos del ser humano, para identificar y conocer cualidades de objetos o acciones, con la finalidad de crear una idea propia.<sup>18</sup> De allí que, estos resultados estén acordes con la definición misma de conocimiento, en este caso, las madres pueden identificar y conocer ciertos aspectos de la alimentación saludable, sin embargo, no se observa un nivel alto, es decir, existen aspectos de la alimentación saludable que desconocen.

Asimismo, Congacha y Pilicita 2017 en su artículo centrado en el conocimiento relacionado con la alimentación saludable y aspectos biológicos y sociales de las madres. Concluyó que, no es satisfactorio el conocimiento sobre alimentación saludable en las madres; igualmente, es significativo destacar que existe una relación entre el conocimiento de las madres y la alimentación que reciben sus hijos; asimismo, se puede mencionar que, es un aporte muy relevante que las madres puedan aumentar su conocimiento a través de un diseño de estrategias educativas.<sup>10</sup> Es decir, desde las instituciones educativas se pueden crear campañas educativas e informativas dirigidas a las madres.

Igualmente, Merino y Chunga en el 2018 en el artículo donde plantea evaluar la efectividad sobre alimentación saludable al aplicar un programa educativo en preescolares de Lima. Menciona que, se pudo observar en los resultados que el nivel de conocimiento de las madres fue medio en un 65% sobre alimentación

saludable y el estado nutricional; también hubo una clasificación normal del 50% para el indicador talla para la edad de preescolares. Deben señalarse, algunos aspectos significativos de la investigación, como por ejemplo que, luego de la implementación se alcanzó un nivel de conocimientos alto por las madres, así mismo se catalogó como normal en un 80% el indicador talla para la edad. Por último, se pudo evidenciar que fue efectiva la implementación del programa educativo ya que, se perfeccionó el conocimiento de las madres mejorando a su vez el estado nutricional de los niños.<sup>14</sup>

Desde esta visión la teoría de Ramona Mercer con la cual se centra en el rol maternal del profesional de enfermería, considerando el entorno de la familia la escuela, la iglesia, el trabajo, etc., tiene mayor relevancia, se requiere que los profesionales de la enfermería generen investigaciones que permitan abordar temas importantes como es la salud preventiva, surge la necesidad de determinar el problema y a futuro crear alternativas de solución.<sup>17</sup>

De igual forma, el modelo de promoción de la salud (mps) de Nola Pender donde se enfatiza que, la experiencia de la persona, la motivación y la interacción con el entorno tiene un rol significativo en la por am de actuar de las personas. Resalta También la relevancia de los procesos cognitivos como determinante para cambiar una actitud hacia el cuidado y preservación de su bienestar y salud. 18

En síntesis, la mayoría de los resultados indican que las madres tienen un nivel bajo de conocimiento al referirse a la alimentación saludable, lo que indica que estos contrastan o difieren de los resultados encontrados. Sin embargo, en alguna evidencia un nivel medio, estos estarían coincidiendo. De igual forma se mencionan algunos aportes de investigaciones y aspectos teóricos que permiten profundizar el tema.

**Tabla 2:** Relacionado con el nivel de conocimiento materno sobre la alimentación saludable según la dimensión aspectos generales, se observó que el nivel alto obtuvo 41%, mientras el nivel medio 41% y el nivel bajo tiene un 18%, al relacionar las respuestas de los 80 encuestados. Debe señalarse que, en forma individual los valores más altos se obtuvieron en importancia y beneficios, lo que indica que las madres poseen conocimiento en relación a esos temas.

Es importante comprender que, estos resultados concuerdan con Llanos 2016 en su tesis referida a identificar el conocimiento interno sobre los tipos de alimentación saludables y no saludables en Santa Anita, Lima. Donde se concluyó que, las madres entienden la relación entre alimentación variada, balanceada y completa. Explican que la alimentación no saludable incluye frituras golosinas en forma excesiva, mencionan que la alimentación no saludable por lo general tiene un sabor agradable para los niños.<sup>16</sup> Las encuestadas en esta investigación obtuvieron puntajes altos en importancia y beneficios, es decir reconocen estos dos elementos tan importantes para la alimentación saludable, es decir tienen un conocimiento medio en algunos aspectos y altos en otros.

Es preciso acotar que, los aspectos generales de la alimentación saludable son determinantes para el conocimiento de las madres, los antecedentes concuerdan con los resultados debido a que, explican que las madres comprenden la importancia y beneficios de una alimentación saludable, al igual que puede identificar cuando una alimentación no es saludable.

**Tabla 3:** Relacionado con el nivel de conocimiento materno según la dimensión actitud hacia una alimentación saludable, el nivel medio un 44% y el nivel bajo obtuvo un 36% el nivel alto sólo un 20%. Se debe resaltar que, la madre tiene una gran responsabilidad en la alimentación del niño, motivado a que, es quien decide cuales alimentos comprar, para lo cual utiliza su experiencia y presupuesto. Esto también involucra la selección de los alimentos y la preparación de los mismos. Para lograr una selección y preparación adecuada la madre debe poseer conocimientos basados en su experiencia, pero también en función de los requerimientos nutricionales del niño. Desde el punto de vista teórico, el conocimiento referido a la alimentación saludable, es indispensable para producir un cambio de actitud en las madres, puede ayudar en gran medida a producir un cambio en la preparación y consumo de los alimentos, en función del poder adquisitivo de la persona. Debe resaltarse, el conocimiento referido a la alimentación saludable que tengan los padres, docentes y otros entes relacionados con el niño son determinantes. Es importante resaltar que, los resultados indican que, la existencia de un alto porcentaje de las madres, que no seleccionan en la forma correcta los alimentos de sus hijos, también un alto porcentaje no prepara de la forma correcta los alimentos.

**Tabla 4:** Referido al nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión propiedades de los alimentos, se observó que, el nivel medio 69%, mientras el nivel alto obtuvo un 26% y el nivel bajo un 5%. En forma más específica, se observan valores bajo en la frecuencia del consumo de azúcar y frutas. Estos resultados coinciden con Martins, Verly y Dos Santos 2019, en su artículo referido a la alimentación que reciben los niños, concluyendo que, los niños con peores dietas se encontraban dentro de los percentiles más bajos; sin embargo, se observó que los niños recibían la cantidad correcta de proteínas 94%, verduras 62,3% y proteínas vegetales y pescado, otros como granos, lácteos vegetales totales se presentaron con valores considerados bajos.<sup>8</sup> Es decir, las madres en este estudio le suministraban en su mayoría la cantidad correcta de proteína a sus hijos.

Para Solano 2018 en la tesis concerniente a los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de educación inicial en el Cantón el Triunfo en Ecuador. Sus resultados evidenciaron que, dentro de la frecuencia alimentaria existe un alto riesgo de malnutrición en el niño debido al alto consumo de productos procesados y/o industrializados.<sup>7</sup> Es decir, no sólo se trata de suministrar los alimentos indicado para una alimentación saludable, además se debe estar atentos a la cantidad necesaria para el organismo en función de la edad. Esta actitud de la madre demuestra que tienen un conocimiento bajo en relación a la alimentación adecuada que deben recibir sus hijos.

Evidentemente, la alimentación saludable implica mucho más que suministrar los alimentos, las madres deben comprender que exceder la cantidad adecuada puede traer efectos negativos para la salud del niño. Algunos antecedentes explican que una deficiente alimentación produce efectos negativos en el peso y aspecto del niño, en algunos casos puede terminar en una malnutrición.

Es importante mencionar que, las fortalezas de la investigación se centran en utilizar un enfoque cuantitativo, con un método deductivo, un instrumento validado y con alta confiabilidad. Las debilidades pueden centrarse en la utilización de una sola variable, permitiendo evidenciar un problema, pero no los factores que dan origen al mismo. Esta investigación es relevante teniendo presente que la alimentación saludable es un tema de salud pública, Es importante determinar el conocimiento que poseen las

madres para poder establecer un diagnóstico y abordar el tema como salud preventiva, lo cual es responsabilidad de todos los involucrados en la salud pública.

## VI. CONCLUSIONES

- 1) Se logró determinar que el mayor porcentaje de madres obtuvieron un nivel de conocimiento sobre alimentación saludable medio con 62%, seguido el nivel alto de 23%, y el nivel bajo identificado fue de 15%, lo que indica que, el nivel que predominó fue el medio. Igualmente, basándose en los resultados se rechaza la hipótesis H1 y se acepta la H0= El nivel de conocimiento materno sobre la alimentación saludable para niños de inicial no es alto, debido a que el 62% obtuvo un valor medio.
- 2) Se evidenció un mayor porcentaje el nivel alto (41%) y obtuvieron un nivel medio (41%), de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión aspectos generales en niños institución educativa Challhuayaco 2021 y obtuvieron el nivel de conocimiento bajo el (18%) al relacionar las respuestas de los 80 encuestados.
- 3) Se evidencio un mayor porcentaje el nivel medio un (44%,) seguido el nivel bajo obtuvo el (36%), de conocimiento materno sobre alimentación saludable según la dimensión actitud hacia una alimentación saludable para niños institución educativa Challhuayaco 2021 y en menor porcentaje tuvo el nivel alto con solo el (20%). Los resultados indican que un alto porcentaje de las madres no seleccionan en la forma correcta los alimentos de sus hijos, también un alto porcentaje no prepara de la forma correcta los alimentos.
- 4) Se evidencio un mayor porcentaje nivel medio obtuvo el (69%), el nivel alto sólo el (26%), de conocimiento materno sobre alimentación saludable según dimensión propiedades de los alimentos de los niños institución educativa Challhuayaco 2021 y en menor porcentaje el nivel bajo obtuvo solo el (5%).

## VII. RECOMENDACIONES

- 1) Planificar talleres para las madres y docentes referidos a la alimentación saludable para niños de 5 años, enfatizando el valor nutricional que requieren y fortalecer el conocimiento que estas posean en la aplicación de hábitos alimentarios asertivos.
- 2) Elaborar guías nutricionales que sirvan de referencia para una alimentación saludable del niño para incrementar el conocimiento teórico de las madres y trabajar en equipo con el personal de salud.
- 3) Realizar trabajos de investigación que profundicen los estudios la alimentación saludable en niños y otros que combinen la variable conocimiento de las madres en relación a la alimentación saludables con otros temas relacionados.



## REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Malnutrición 2020. [citado 28 diciembre de 2020 diciembre 28]. Disponible en:  
<https://www.who.int/es/newsroom/factsheets/detail/malnutrition#:~:text=Se%20calcula%20que%20en%202016,de%20ingresos%20bajos%20y%20medios.>
2. Secretaría de la Organización Mundial de la Salud. 62.<sup>a</sup> Asamblea Mundial de la salud. [Online].; 2009 [cited 2020 diciembre16]. Available from:  
[https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/WHA62-REC1/A62\\_REC1-sp.pdf?ua=1.](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA62-REC1/A62_REC1-sp.pdf?ua=1)
3. Priego H. Rivera M. Córdova J. Programa educativo de alimentación y nutrición en una comunidad del Estado de Tabasco. Horizonte Sanitario. 2014; 9(3). 7-15. Disponible en:  
<https://revistas.ujat.mx/index.php/horizonte/article/view/143>
4. Organización Panamericana de la Salud. Nutrición. [Online].; 2019 [cited 2020 noviembre 20]. Available from:  
[https://www.paho.org/per/index.php?option=com\\_joomlabook&view=topic&id=233.](https://www.paho.org/per/index.php?option=com_joomlabook&view=topic&id=233)
5. Ministerio de Salud. Estado Nutricional de Niños y Gestantes que acceden a Establecimientos de Salud. [Online].; 2019 [cited 2020 noviembre 25]. Available from:  
[https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2019/Informe%20Gerencial%20SIEN%20HIS%20I%20Semestre%202019-c.pdf.](https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2019/Informe%20Gerencial%20SIEN%20HIS%20I%20Semestre%202019-c.pdf)
6. Ministerio de Salud. Alimentación y nutrición. [Online].; 2019 [cited 2020 diciembre 12]. Available from:  
[https://web.ins.gob.pe/index.php/es/prensa/noticia/ins-presento-las-loncheras-escolares-saludables-para-prevenir-la-anemia.](https://web.ins.gob.pe/index.php/es/prensa/noticia/ins-presento-las-loncheras-escolares-saludables-para-prevenir-la-anemia)
7. Solano A. Hábitos alimentarios y su relación con el estado nutricional de los niños en edad preescolar que asisten a la Unidad Educativa “Vicente Rocafuerte” del Cantón el Triunfo- Guayas e del 2018. (Tesis pregrado). 2018. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. [Citado: 2020 octubre 20] Disponible en <http://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/10256>

8. Martins P. Verly E. Dos S. Usual diet quality among 8- to 12-year-old. *Cad. Saúde Pública*. vol 35(4). 2019 [Citado: 2020 octubre 20] 1-10. Disponible en <https://www.scielo.br/pdf/csp/v35n2/1678-4464-csp-35-02-e00044418.pdf>.
9. Cumbicus T. Conocimiento de los padres de familia sobre alimentación y hábitos nutricionales de los niños de 1 a 3 años que acuden a los centros infantiles municipales de la ciudad de Loja. (Tesis pregrado).2017. Universidad Nacional de Loja. [Citado: 2020 octubre 20] Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19622/1/TESIS%20THALIA%20CUMBICUS.pdf>
10. Congacha I. Pilicita E. Conocimiento sobre alimentación saludable y factores biosociales de madres con niños menores de 5 años. *Revista Científica CSSN "La Ciencia al Servicio de la Salud y Nutrición"*. 2017 [Citado: 2020 noviembre 25] 8(1): p. 1-9. Disponible en <http://revistas.esPOCH.edu.ec/index.php/cssn/article/view/2>
11. Ruiz M. et al. Estado nutricional de escolares de 4° año de enseñanza básica y su relación con el ingreso económico, conocimiento en alimentación saludable, nutrición y percepción de sus madres. *Perspectivas en Nutrición Humana*. 2016; [Citado: 2020 noviembre 25] 18(2): p. 143-153. Disponible en <https://revistas.udea.edu.co/index.php/nutricion/article/view/325718>
12. Moreno J. Galiano M. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. *Pediatra Integral*. 2015; [Citado: 2020 noviembre 29]19(4): p. 268-276. Disponible en: [https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2015/xix04/05/n4-268-276\\_Jose%20Moreno.pdf](https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2015/xix04/05/n4-268-276_Jose%20Moreno.pdf)
13. Díaz G. Conocimiento materno sobre hábitos alimentarios saludables y malnutrición por exceso en preescolares de una institución educativa de surco 2017. [Tesis, Universidad San Ignacio de Loyola]. 2019. [Citado: 2020 noviembre 29] Repositorio Institucional: [http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/8711/3/2019\\_Diaz-Centeno.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/8711/3/2019_Diaz-Centeno.pdf).
14. Merino B. Chunga J. Efectividad de un programa educativo en el conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional de preescolares. *Sciéndo*. 2018; [Citado: 2020 noviembre 30] 21(1): p. 23-32. <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/3178>.

15. Delgado D. Percepciones, aspiraciones y retos sobre alimentación saludable que tienen las madres de bajo nivel socioeconómico con hijos preescolares de un distrito de Lima Metropolitana. [Tesis, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. 2016. [Citado: 2020 noviembre 26] Repositorio Institucional: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/4959>.
16. Llanos C. Percepciones sobre alimentación saludable y no saludable en madres y escolares del nivel primario de una institución educativa, Santa Anita Lima. [Tesis, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. 2016. [Citado: 2020 diciembre 26] Repositorio Institucional: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/5805>.
17. Alvarado L. Guarín L. Cañón W. Adopción del rol maternal de la teórica Ramona Mercer al cuidado de enfermería binomio madre-hijo: reporte de caso en la unidad materno infantil. Cuidarte. Escuela de Enfermería UDES. 2011; [Citado: 2020 diciembre 10] 12(1). Disponible en: [https://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S221609732011000100015&script=sci\\_abstract&tlng=en](https://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S221609732011000100015&script=sci_abstract&tlng=en).
18. Aristizábal G. Blanco D. Sánchez A. Ostigüín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. 2011; [cited 2021 marzo 16] Disponible en: <http://revistaenfermeria.unam.mx/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/articulo/view/248/242>
19. Martínez A. Ríos F. Los conceptos de conocimiento, epistemología y paradigma, como base diferencial en la orientación metodológica del trabajo de grado. Cinta moebio 25. 2006; [cited 2020 diciembre 28]. 25(1). Disponible en <https://revistateoriadelarte.uchile.cl/index.php/CDM/article/view/25960>.
20. Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. Introducción a la investigación. [Online].; 2018 [cited 2020 diciembre 28]. Disponible en: [https://virtual.uptc.edu.co/ova/cursos/introInv/Unidad\\_1/pdf.pdf](https://virtual.uptc.edu.co/ova/cursos/introInv/Unidad_1/pdf.pdf).
21. Castro K. Conocimientos sobre alimentación complementaria y su relación con el estado nutricional del niño menor de 2 años. Programa CRED de un C.S SJ.M 2015. [Tesis, Universidad Mayor de San Marcos]. 2016. [cited 2020 diciembre 10]. Repositorio Institucional: [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/4699/Castro\\_sk.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/4699/Castro_sk.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

22. Cosme R. School-based obesity prevention interventions in Latin America: A systematic review. *Saúde Pública*. 2020; 54. [Citado: 2020 diciembre 12] 1-10. Disponible en <https://www.scielosp.org/article/rsp/2020.v54/110/>.
23. Evans C, Greenwood D, Thomas J, Cade J. A cross-sectional survey of children's packed lunches in the UK: food- and nutrient-based results. *J Epidemiol Community Health*. Vol 64 (12). 2010; [cited 2020 diciembre 10]. Disponible en <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20089755/>.
24. Ministerio de Salud. Estado Nutricional en el Perú. [Online].; 2011 [cited 2020 noviembre 20]. Available from: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MiNSA/1843.pdf>.
25. Organización Mundial de Salud - WHO. Fact Sheet Food and Nutrition. [Online].; 2018 [cited 2020 diciembre 20]. Disponible en [https://www.euro.who.int/data/assets/pdf\\_file/0006/257919/Fact-sheet-2014-Food-and-Nutrition-Eng.pdf?ua=1](https://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0006/257919/Fact-sheet-2014-Food-and-Nutrition-Eng.pdf?ua=1).
26. Nepper M, y Chai W. Parents' barriers and strategies to promote healthy eating among school-age children. *Appetite*. 2016; 103(1). [cited 2020 diciembre 12]. 1-10. Disponible en <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666316301337>.
27. Haines H, et al. Nurturing Children's healthy eating: Position statement. *Appetite*; 18(2). [cited 2020 diciembre 28]. 124-133. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666318313412>.
28. Hughes O, Power G. Parenting Influences on Appetite. [Online].; 2018. [cited 2020 diciembre 28]. 165-182 Available from: <https://www.ars.usda.gov/research/publications/publication/?seqNo115=363283>
29. Loewenstein G, Price J, Volpp K. Habit formation in children: Evidence from incentives for healthy eating. *Journal of Health Economics*. 2016; 54(1). [cited 2020 diciembre 28]. 47-54. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0167629615001368>
30. Valdivia G, et al. Manual de kiosco y lonchera escolar saludable Li: Municipalidad de Miraflores; 2012. [cited 2020 setiembre 28]. Disponible en <https://www.yumpu.com/es/document/view/6786135/manual-del-kiosco-y-lonchera-escolar-saludable-municipalidad>.
31. Organización Mundial de la Salud. Alimentación del lactante y del niño pequeño. [Online].; 2018 [cited 2019 abril 8]. Available from:

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>.

32. Lázaro M. y Domínguez C. Guías alimentarias para la población peruana Lima: Ministerio de Salud; 2019. [cited 2020 diciembre 8]. Disponible en: <https://repositorio.ins.gob.pe/handle/INS/1247>.
33. Macías A. Gordillo L. Camachi E. Eating habits in school-age children and the health education paper. *Chil. nutr*, vol.39, (3). 2012; [cited 2020 diciembre 8]. 40-43. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182012000300006](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182012000300006).
34. Hart L. Damiano S. Cornell C. y Paxton S. What parents know and want to learn about healthy eating and body image in preschool children: a triangulated qualitative study with parents and Early Childhood Professionals. Hart et al. *BMC Public Health*. 2015; [cited 2020 diciembre 9]. 15(596). Disponible en: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-015-1865-4>.
35. Scaglioni S. Salvioni M. Galimberti C. Influence of parental attitudes in the development of children eating behaviour. *British Journal of Nutrition*. 2008; 99(1). [cited 2020 diciembre 8]. S22-S25. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18257948/>.
36. Bevans K. et al. Children's Eating Behavior: The Importance of Nutrition Standards for Foods in Schools. *Rev Journal of School Health* Vol. 81(7). 2011; [cited 2020 diciembre 8]. 424-429. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/51215103\\_Children's\\_Eating\\_Behavior\\_The\\_Importance\\_of\\_Nutrition\\_Standards\\_for\\_Foods\\_in\\_Schools](https://www.researchgate.net/publication/51215103_Children's_Eating_Behavior_The_Importance_of_Nutrition_Standards_for_Foods_in_Schools).
37. Suligoy M. Percepción materna del estado nutricional de sus hijos en edad Pre- escolar. [Tesis, Universidad Abierta interamericana]. 2012. [cited 2021 enero 8]. Repositorio Institucional: Disponible en: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC111979.pdf>.
38. Roberts C. et al. Efficacy of the Lunch is in the Bag intervention to increase
39. parents' packing of healthy bag lunches for young children: a cluster - randomized trial in early care and education centers. 2016; [cited 2021 enero 8]. 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0326-x>.

40. Gil A. Uauy R. Dalmau J. Bases para una alimentación complementaria adecuada de los lactantes y los niños de corta edad. *An Pediatr (Barc)*. 2006; 65(5). [cited 2021 enero 18]. 1-16. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1695403306702314>.
41. Blake H. Patterson J. Paediatric nurses' attitudes towards the promotion of healthy eating. [Online].; 2015. [cited 2020 diciembre 8]. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25615996/>.
42. Vargas L. Jiménez C. Bacardí G. Unhealthy and healthy food consumption inside and outside of the school by pre-school and elementary school Mexican children in Tijuana, México. *Journal of Community Health*. 38(6). 2013; [cited 2021 enero 18]. 1166-1174. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23864428/>
43. Hernández R, Fernández C, Batista L. *Metodología de la investigación México*: Mc Graw Hill; 2014.
44. Carrasco S. *Metodología de la investigación Lima - Perú*: San Marcos; 2017.

**ANEXOS**

**ANEXO 01:**

**MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

| <b>VARIABLES</b>  | <b>Definición conceptual</b>   | <b>Definición operacional</b>  | <b>Dimensiones</b>                  | <b>Indicadores</b>                               | <b>Escala de medición</b>   |
|---|--|--|-------------------------------------|--|---|
| <p>Nivel de conocimiento materno sobre alimentación saludable</p> | <p>El conocimiento implica diversos procesos internos del ser humano, para identificar y conocer cualidades de objetos o acciones, con la finalidad de crear una idea propia.<sup>17</sup></p> | <p>El nivel de conocimiento se mide de acuerdo al conocimiento que la madre posea relacionado con aspectos holísticos de la alimentación saludable.<br/>Se medirá de acuerdo a los niveles de conocimiento.</p> <p>Nivel alto<br/>Medio<br/>Bajo</p> | <p>Aspectos generales</p>           | Definición (ítems 1)                             | <p>Ordinal</p> <p>Escala politómica</p> <p>Las respuestas correctas valen (1) y las incorrectas (0)<br/>23-18= Alto<br/>17-12= Medio<br/>11-0= Baja</p> |
|   |  |  |                                     | Importancia (ítems 2-3)                          |   |
|   |  |  |                                     | Consistencia (ítems 4)                           |   |
|   |  |  |                                     | Beneficios (ítems 5)                             |   |
|   |  |  |                                     | Consecuencias (ítems 8)                          |   |
|   |  |  | <p>Actitud en las madres</p>        | Selección (ítems 6)                              |   |
|   |  |  |                                     | Preparación (ítems 7)                            |   |
|   |  |  | <p>Propiedades de los Alimentos</p> | Grasas en general (ítems 9)                      |   |
|   |  |  |                                     | Carbohidratos (ítems 10-11-12)                   |   |
|   |  |  |                                     | Proteínas de origen vegetal. (ítems 13-14-15-16) |   |
|   |  |  |                                     | Proteínas de origen animal. (ítems 17-18-19-20)  |   |
|   |  |  |                                     | Vitaminas (ítems 21)                             |   |
|   |  |  |                                     | Minerales (ítems 22)                             |   |

## ANEXO 2:

### RESULTADO DE LA VALIDACIÓN Y CONFIABILIDAD

#### Resultado del Alfa de Cronbach Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | Nº de elementos |
|------------------|-----------------|
| ,902             | 23              |

Fuente: SPSS 25

El resultado del Alfa de Cronbach para los 23 ítems evaluados fue de 0,902 el cual se considera con alta confiabilidad.

#### Estadísticas de total de elemento

| Media de escala si el elemento se ha suprimido |       | Varianza de escala si el elemento se ha suprimido | Correlación total de elementos corregida | Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido |
|--|-------|---|--|---|
| Items1   | 12,90 | 35,656  | ,432                                     | ,900  |
| Items2   | 13,00 | 33,778  | ,712                                     | ,893  |
| Items3   | 12,80 | 36,178  | ,456                                     | ,900  |
| Items4   | 13,40 | 36,044  | ,299                                     | ,903  |
| Items5   | 13,00 | 33,778  | ,712                                     | ,893  |
| Items6   | 13,00 | 33,778  | ,712                                     | ,893  |
| Items7   | 13,20 | 32,178  | ,929                                     | ,887  |
| Items8   | 13,10 | 35,878  | ,302                                     | ,903  |
| Items9   | 13,00 | 33,778  | ,712                                     | ,893  |
| Items 10                                       | 13,20 | 32,178  | ,929                                     | ,887  |
| Items 11                                       | 13,30 | 32,900  | ,818                                     | ,890  |
| Items 12                                       | 13,20 | 33,733  | ,653                                     | ,894  |
| Items 13                                       | 13,10 | 35,878  | ,302                                     | ,903  |
| Items 14                                       | 13,20 | 32,178  | ,929                                     | ,887  |
| Items 15                                       | 13,00 | 33,778  | ,712                                     | ,893  |
| Items 16                                       | 13,60 | 37,378  | ,138                                     | ,904  |
| Items 17                                       | 13,10 | 35,878  | ,302                                     | ,903  |
| Items 18                                       | 13,30 | 37,344  | ,063                                     | ,909  |
| Items 19                                       | 12,70 | 38,011  | ,000                                     | ,904  |
| Items 20                                       | 13,10 | 35,433  | ,376                                     | ,901  |
| Items 21                                       | 13,20 | 36,622  | ,174                                     | ,906  |
| Items 22                                       | 13,10 | 35,433  | ,376                                     | ,901  |
| Items 23                                       | 12,90 | 35,656  | ,432                                     | ,900  |



## Base de datos

| E<br>n<br>c<br>u<br>e<br>s<br>t<br>a<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s | Ít<br>e<br>m<br>s |    |
|---|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|----|
|   | 1                 | 2                 | 3                 | 4                 | 5                 | 6                 | 7                 | 8                 | 9                 | 10                | 11                | 12                | 13                | 14                | 15                | 16                | 17                | 18                | 19                | 20                | 21                | 22                | 23 |
| 1   | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1  |
| 2   | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1  |
| 3   | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1  |
| 4   | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1  |
| 5   | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 0  |
| 6   | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 1  |
| 7   | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1  |
| 8   | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 0  |
| 9   | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1                 | 1  |
| 10  | 1                 | 1                 | 1                 | 0                 | 1                 | 1                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1                 | 0                 | 0                 | 0                 | 1  |

Fuente: Excel.

**ANEXO 03:**  
**INSTRUMENTO**  
**CUESTIONARIO DE RECOLECCION DE DATOS**

**INTRODUCCION:**

El presente cuestionario es el instrumento de medición del trabajo de investigación: “Nivel de conocimiento materno sobre la alimentación saludable para niños de la Institución Educativa Challhuayaco 2021”. Por lo que solicito su colaboración para el llenado del presente cuestionario, que es de carácter anónimo. Agradezco su colaboración.

**I. DATOS GENERALES**

**1. Edad de la Madre:**

- a) Entre 20 a 30 años
- b) Entre 31 a 40 años
- c) Entre 41 a 50 años
- d) Más de 51

**2. Grado de Instrucción:**

- a) Primaria Completa
- b) Primaria Incompleta
- c) Secundaria Completa
- d) Secundaria Incompleta
- e) Técnico o Superior

**3. Número de hijos**

- a) 1 hijo
- b) 2 hijos
- c) 3 hijos
- d) 4 a más

## II. CONOCIMIENTOS SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE

Conteste el cuestionario marcando las respuestas que usted considere la correcta con un aspa (X)

### 1) ¿Qué es la alimentación?

- a) Brindar todos los alimentos para que crezcan sanos los niños.
- b) Brindar todo nutriente para un adecuado crecimiento y desarrollo del niño.
- c) Consumir alimentos sanos y equilibrados que nos aportan la suficiente cantidad de alimentos para satisfacer las necesidades.
- d) B y c

### 2) ¿En qué ayuda una buena alimentación?

- a) Crecer adecuadamente en relación al peso y talla.
- b) Desarrolla sus capacidades intelectuales y sociales.
- c) Crecer gorditos.
- d) A y b

### 3) ¿Cuál de las siguientes combinaciones de alimentos, Usted no recomendaría para una alimentación saludable?:

- a) Huevo, torreja de verduras
- b) Mantequilla, aceitunas
- c) Sangrecita, yogurt natural
- d) Hot dog, mayonesa

### 4) ¿Cuáles son los alimentos que contienen la mayor consistencia de nutrientes para su niño?

- a) Sopa.
- b) Segundo.
- c) Postre.
- d) Sopa, segundos y postre.

### 5) ¿Cuáles son los alimentos fundamentales en la alimentación de su niño?

- a) Carnes, frejoles, lenteja
- b) Fruta, lenteja, verduras
- c) Leche, carnes, verduras, arroz, lentejas
- d) Todas son correctas.

**6) ¿Qué alimentos selecciona para dar una alimentación saludable al niño?**

- a) Sólo de temporada.
- b) Combino de temporada con otros más nutritivos.
- c) Sólo aquellos que considero saludables.
- d) Otros:

**7) ¿Cómo considera que se deben preparar los alimentos?**

- a) Bien cocidos.
- b) Término medio.
- c) Otras formas.

**8) ¿Cuáles serían las consecuencias de una alimentación no saludable?**

- a) Delgadez.
- b) Sobrepeso.
- c) Obesidad.
- d) Todas las anteriores.

**9) ¿Para qué sirven los alimentos que contienen grasas?**

- a) Reservar energía en el cuerpo
- b) Prevenir enfermedades
- c) Favorecer el crecimiento
- d) Mantener el peso

**10) ¿Qué proporcionan los carbohidratos?**

- a) Ayudan a regular el peso.
- b) Proporcionan energía para realizar las actividades diarias.
- c) Mantienen al niño activo.
- d) Forman y renuevan los órganos.

**11) ¿Para qué sirven los alimentos que contienen carbohidratos?**

- a) Engordar a su niño
- b) Prevenir enfermedades
- c) Dar energía a nuestro cuerpo
- d) Todas son correctas

**12) ¿Con qué frecuencia consume su hijo/a azúcar en casa al día?**

- a) Nunca.
- b) 1 vez.
- c) 2 veces.
- d) 3 veces o más.

**13) ¿Con que frecuencia come su hijo/a frutas en casa al día?**

- a) Nunca
- b) 1 vez.
- c) 2 veces
- d) 3 veces o más.

**14) ¿Con que frecuencia come su hijo/a verduras en casa al día?**

- a) Nunca.
- b) 1 vez.
- c) 2 veces.
- d) 3 veces o más.

**15) ¿Con que frecuencia consume su hijo/a harinas en casa al día?**

- a) Nunca
- b) 1 vez.
- c) 2 veces.
- d) 3 veces o más.

**16) Selecciones la opción que contenga dos alimentos que proporcionen energía al niño:**

- a) Plátano y manzana
- b) Leche y pan
- c) Choclo y pollo
- d) Brócoli y zanahoria

**17) ¿Con que frecuencia come su hijo/a proteínas/carne en casa a la semana?**

- a) Nunca.
- b) 1 vez.
- c) 2 veces.
- d) 3 veces

**18) ¿Con que frecuencia consume su hijo/a lácteos en casa al día?**

- a) Nunca.
- b) 1 vez.
- c) 2 veces
- d) 3 veces o más.

**19) ¿Con que frecuencia consume su hijo/a pescado en casa a la semana?**

- a) Nunca.
- b) 1 vez.
- c) 2 veces.
- d) 3 veces.

**20) Para usted: ¿Qué alimentos contienen hierro?**

- a) Huevo sancochado, leche
- b) Sangrecita, hígado
- c) Pan con queso, leche
- d) Queso, papa

**21) ¿Para qué sirven los alimentos que contienen vitaminas?**

- a) Ayudar al crecimiento de los músculos
- b) Prevenir enfermedades como: anemia, falta de visión, etc.
- c) Reparar tejidos del cuerpo
- d) Todas son correctas.

**22) ¿Para qué sirven los alimentos que contienen minerales?**

- a) Prevenir enfermedades
- b) Reparar tejidos
- c) Contribuir a la formación y construcción de huesos y dientes
- d) Ayudar en el conocimiento

**23) ¿Qué tipo de líquidos ofrece a su hijo/a al día en casa?**

- a) Agua embotellada.
- b) Agua hervida y jugo de frutas.
- c) Bebidas gaseosas.
- d) Agua del caño.

## ANEXO 04:

### ACTAS DE VALIDACIÓN DE EXPERTOS

UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA DE ENFERMERÍA

#### I. VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

##### A. DATOS INFORMATIVOS DEL PARTICIPANTE

1. Nombre Veronica Picon Chavez
2. Sexo: Masculino ( ) Femenino (X)
3. Edad: 42 años
4. Nivel académico:
  - a) Licenciado
  - b) Especialista en Pediatría
  - c) Maestría en Ciencias de Enfermería
  - d) Doctorado en \_\_\_\_\_
  - e) Post-doctorado - Docente de Primaria
5. Tiempo de actuación profesional: 13 años
6. Área de actuación: \_\_\_\_\_
7. Actúa en la docencia: si (X) no ( )
8. Cual institución: I.E.P Inicial Estrellitas de Ingenio
9. Cual área:
  - a) Instituto: Juana Moreno de Hata
  - b) Pre-grado: \_\_\_\_\_
  - c) Especialización: \_\_\_\_\_
  - d) Post-grado: /



*[Handwritten Signature]*  
31934917

I. VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

**A. DATOS INFORMATIVOS DEL PARTICIPANTE**

1. Nombre Francisco Antonio Jimenez
2. Sexo: Masculino (  ) Femenino (  )
3. Edad: 415
4. DNI : 31 a-8°38°S2-
5. Nivel académico:
  - a) Licenciado/a
  - b) Especialista en \_\_\_\_\_
  - c) Maestría en: EBI
  - d) Doctorado en \_\_\_\_\_
  - e) Post-doctorado \_\_\_\_\_
  - f) Docente nivel inicial
  - g) Docente nivel primaria
6. Tiempo de actuación profesional: Doc.enfe
7. Área de actuación: Psicología
8. Actúa en la docencia: si (  ) no (  )
9. Cual institución: Escuela Normal de B.G.350 - J.Rcf/Ac.
10. Cual área:
  - a) Instituto: \_\_\_\_\_
  - b) Pre-grado: \_\_\_\_\_
  - c) Especialización: \_\_\_\_\_
  - d) Post-grado: \_\_\_\_\_
  - e) Institución educativa J.&. N!:. B.G350 [1a c-l] A(.



FIRMA Y SELLO

DNI: 3 1 8 38' 5':Z...



## I. VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

### A. DATOS INFORMATIVOS DEL PARTICIPANTE

1. Nombre Liridon ;a esp,,024 Bias
2. Sexo: Masculino ( ) Femenino (X)
3. Edad: .51 Años
4. ONI: 32, z, Z5 o ""fS
5. Nivel académico:
  - a) Licenciado/a
  - b) Especialista en \_\_\_\_\_
  - c) Maestría en \_\_\_\_\_
  - d) Doctorado en \_\_\_\_\_
  - e) Post-doctorado \_\_\_\_\_

( ) Docente nivel inicial  
( ) Docente nivel primaria
6. Tiempo de actuación profesional: 2,0 años
7. Área de actuación: -----
8. Actúa en la docencia: si (X) no ( )
9. Cual institución: J. 6 .i /f<sup>9</sup> je j c boi/huattod ú
10. Cual área:
  - a) Instituto: \_\_\_\_\_
  - b) Pre-grado: \_\_\_\_\_
  - c) Especialización: \_\_\_\_\_
  - d) Post-grado: \_\_\_\_\_
  - e) Institución educativa I. E. I N° 419 Challhuayaco



**IRUAYSELLO**

DNI 32-2'6 So l s .

## ANEXO 05: CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN PARA LA EJECUCIÓN DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN



**"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"**



Challhuayaco, 16 de febrero del 2021

### OFICIO N°004-2021- ME/GRA/DREA-UGEL-HI-D.I.E. N°419-Ch.

**DOCTORA:** María E. Gamarra Sánchez.  
Coordinadora de la Escuela de Enfermería  
Universidad César Vallejo- Filial Trujillo.

**PRESENTE:**

**Asunto:** Otorga Autorización para la ejecución del trabajo de investigación de enfermería.

**Ref. :** Solicitud presentada por las estudiantes.

Es grato dirigirme a usted para saludarle muy cordialmente en representación de esta casa de estudios del nivel inicial N°419 de Challhuayaco, a continuación, debo de manifestar que, de conformidad al documento de la referencia, Otorgo Autorización para la ejecución de sus trabajos de investigación a las alumnas, Martel Llanos Adela Celeste y Ramírez Medina Constantina Gladiz, de la escuela profesional de enfermería de la Universidad César Vallejo, dicho trabajo es titulada **"NIVEL DE CONOCIMIENTO MATERNO SOBRE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA NIÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CHALLHUAYACO 2021"**. Así mismo, declaro tener conocimiento de todo el proceso a realizar en dicha Institución Educativa en beneficio de los niños.

Sea propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente.



*Kaliope G. Marín B*

Marín Broncano Kaliope Guadalupe.  
Directo