

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN  
MADRES DE PREESCOLARES QUE ACUDEN AL CRED  
CENTRO DE SALUD SAN GENARO DE VILLA  
CHORRILLOS DICIEMBRE 2022**

**TESIS**

**PRESENTADA POR BACHILLER**

**NATALI ALEJANDRA FERNANDEZ CONTRERAS**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**LIMA- PERÚ**

**2023**

**Asesora: Mg. Gledy Gulnara Tornero Tasayco**

**Código ORCID: 0000-0002-1158-8140**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: SALUD PÚBLICA**

## **AGRADECIMIENTO**

### **A Dios**

A dar gracias a Dios por haber dado un día más de vida y salud, también por haberme guiado en cada momento, cumplir todos mis objetivos y fortalecerme para vencer los obstáculos que se presentan en el transcurso de mi carrera.

### **A la Universidad Privada San Juan Bautista**

Por brindarme su apoyo en la investigación, por inculcar y fomentar nuevas experiencias en el ámbito de la salud.

### **Al Centro de salud San Genaro de Villa**

A los directores médicos por haber permitido realizar el proyecto dentro del establecimiento, sin su permiso no se hubiera podido realizar este trabajo de Investigación.

### **A mi asesora**

Mg. Gledy Gulnara Tornero Tasayco por su noble atención, enseñanza brindada para culminar mi proyecto y por brindarme las herramientas necesarias para poder realizar mi trabajo de investigación.

## **DEDICATORIA**

A mis padres por estar conmigo en todos los momentos y por haberme apoyado en mis estudios, sin su ayuda invaluable no hubiera sido posible la finalización de este estudio.

## RESUMEN

**Introducción:** El conocimiento de las madres sobre la alimentación Saludable es fundamental, teniendo ellas un rol cuidador en el crecimiento y desarrollo, acompañado con el personal de Enfermería impulsador de conductas adecuadas, además del control y seguimiento del proceso de alimentación. **Objetivo:** Determinar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludables en madres de preescolares que acuden al consultorio de Crecimiento y Desarrollo del centro de salud San Genaro de Villa Chorrillos. **Metodología:** Es un estudio cuantitativo, descriptivo de corte transversal, instrumento cuestionario con 16 preguntas, la población estuvo conformada por 60 madres de familia que acuden al consultorio de Crecimiento y Desarrollo. **Resultado:** Al aplicar el cuestionario se encontró que el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares, el 56% de las madres tienen un nivel medio de conocimientos sobre alimentación saludable, 36% tienen un conocimiento alto, 8% bajo. Según dimensión conceptos generales el 48% de las madres tienen un nivel de conocimiento alto, 40% medio, 12% bajo. Dimensión requerimiento nutricional el 8% de las madres tiene un nivel de conocimiento alto, 62% medio, 30% bajo. Dimensión frecuencia de consumo el 6% de las madres tiene un conocimiento alto, 66% medio, 28% bajo.

**Palabras clave:** conocimiento, madres, alimentación saludable, Enfermería.

## ABSTRACT

**Introduction:** The knowledge of mothers about healthy eating is essential, as they have a caring role in growth and development, accompanied by nursing staff who promote appropriate behaviors, as well as control and monitoring of the feeding process. **Objective:** It is a quantitative, descriptive cross-sectional study, a questionnaire instrument with 16 questions, the population consisted of 80 mothers who attend the Growth and Development office. **Methodology:** It is a quantitative, descriptive cross-sectional study, a questionnaire instrument with 16 questions, the population was made up of 80 mothers who attend the CRED. **Result:** When applying the questionnaire, it was found that the level of knowledge about healthy eating in mothers of preschoolers, 56% of mothers have a medium level of knowledge about healthy eating, 36% have high knowledge, 8% low. According to dimension general concepts, 48% of mothers have a high level of knowledge, 40% medium, 12% low. Nutritional requirement dimension 8% of mothers have a high level of knowledge, 62% medium, 30% low. Frequency of consumption dimension 6% of mothers have high knowledge, 66% medium, 28% low.

**Keywords:** knowledge, mothers, healthy eating, Nursing.

## **PRESENTACIÓN**

La Alimentación Saludable, es parte fundamental en el proceso vital del ser humano, que durante el proceso el organismo presentara cambios de aparición de nuevas características, cambios físicos o la adquisición de nuevas habilidades en los preescolares, que se generó una evaluación oportuna, periódica y sistemática detectando precozmente riesgos, alteraciones o trastornos del crecimiento y desarrollo.

El objetivo de la investigación fue determinar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al Crecimiento y Desarrollo del Centro de Salud San Genaro tiene como propósito brindar información que oriente a las madres de familia sobre la forma de como brindar los alimentos que favorezca al crecimiento y desarrollo de manera normal a sus menores hijos en edad preescolar.

El trabajo de investigación está distribuido en Capítulo I: El Problema, Capítulo II: Marco Teórico, Capítulo III: Metodología de la Investigación, Capítulo IV: Análisis de los Resultados, Capítulo V: Conclusiones y Recomendaciones, Referencias Bibliográficas, Bibliografía y Anexos.”



## ÍNDICE

	Pág.
<b>CARÁTULA</b>	i
<b>ASESORA</b>	ii
<b>LÍNEA DE INVESTIGACIÓN</b>	iii
<b>AGRADECIMIENTO</b>	iv
<b>DEDICATORIA</b>	v
<b>RESUMEN</b>	vi
<b>ABSTRACT</b>	vii
<b>PRESENTACIÓN</b>	viii
<b>INDICE</b>	ix
<b>INFORME DE ANTIPLAGIO</b>	xi
<b>LISTA DE TABLAS</b>	xiii
<b>LISTA DE GRÁFICOS</b>	xiv
<b>LISTA DE ANEXOS</b>	xv
<b>CAPÍTULO I: EL PROBLEMA</b>	
I.a. Planteamiento del problema	16
I.b. Formulación del problema	18
I.c. Objetivos	18
I.c.1. Objetivo General	18
I.c.2. Objetivos Específicos	18
I.d. Justificación	19
I.e. Propósito	20
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	
II.a. Antecedentes Bibliográficos	21

II.b. Base Teórica	24
II.c. Hipótesis	32
II.d. Variable	32
II.e. Definición operacional de términos	33
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	
III.a. Tipo de estudio	34
III.b. Área de estudio	34
III.c. Población y muestra	34
III.d. Técnica e instrumento de recolección de datos	35
III.e. Diseño de recolección de datos	36
III.f. Procesamiento y análisis de datos	37
<b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS</b>	
IV.a. Resultados	38
IV.b. Discusión	43
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
V.a. Conclusiones	46
V.b. Recomendaciones	47
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	50
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	56
<b>ANEXOS</b>	58

## INFORME DE ANTIPLAGIO

### TESIS FINAL NATALY

#### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>21</b> %	<b>22</b> %	<b>2</b> %	<b>4</b> %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.unc.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2</b> %
<b>2</b>	<b>www.scielo.cl</b> Fuente de Internet	<b>2</b> %
<b>3</b>	<b>iris.paho.org</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>4</b>	<b>revistaagora.com</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>5</b>	<b>www.semanticscholar.org</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>6</b>	<b>cybertesis.urp.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>7</b>	<b>renatiqa.sunedu.gob.pe</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>8</b>	<b>certezadiario.com</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>9</b>	<b>www.psicologia-online.com</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %



UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 13-07-2023

NOMBRE DEL AUTOR (A) / ASESOR (A):

NATALI ALEJANDRA FERNANDEZ CONTRERAS / MG. GLEDY TORNERO TASAYCO

TIPO DE PROINVESTIGACIÓN:

- PROYECTO ( )
- TRABAJO DE INVESTIGACIÓN ( )
- TESIS ( X )
- TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL ( )
- ARTICULO ( )
- OTROS ( )

INFORMO SER PROPIETARIO (A) DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO TURNITIN, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO: CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN MADRES DE PRE ESCOLARES QUE ACUDEN AL CRED-CENTRO DE SALUD SAN GENARO DE VILLA CHORRILLOS DICIEMBRE 2022.

CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 21...

Conformidad Autor:

Nombre: Natali Alejandra Fernandez Contreras  
DNI: 73061517

Huella:



GYT-FR-64

Conformidad de Asesor:

Nombre: Gledy Gledy Tornero Tasayco  
DNI: 95263301

V.1

14/02/2020

## LISTA DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>Tabla 1</b> Datos generales de las madres de Preescolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa Chorrillos diciembre 2022	<b>38</b>

## LISTA DE GRÁFICOS

	<b>Pág.</b>
<b>Gráfico 1</b> Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa Chorrillos diciembre 2022	<b>39</b>
<b>Gráfico 2</b> Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa según dimensión Conceptos Generales Chorrillos diciembre 2022	<b>40</b>
<b>Gráfico 3</b> Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa según dimensión Requerimiento nutricionales Chorrillos diciembre 2022	<b>41</b>
<b>Gráfico 4</b> Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa según dimensión frecuencia de consumo Chorrillos diciembre 2022	<b>42</b>

## LISTA DE ANEXOS

	<b>Pág.</b>
<b>Anexo 1</b> Operacionalizacion de variables	58
<b>Anexo 2</b> Instrumento	59
<b>Anexo 3</b> Validez del instrumento	64
<b>Anexo 4</b> Confiabilidad del instrumento	65
<b>Anexo 5</b> Escala de valoracion del instrumento	66
<b>Anexo 6</b> Consentimiento informado	67
<b>Anexo 7</b> Jueces de expertos	69

## CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

### I.a. Planteamiento del problema

Una de las necesidades principales del hombre consiste en alimentarse, se debe tener en cuenta que las sustancias nutritivas del cuerpo sufrirían un desgaste progresivo y morirían en el corto plazo. Para que exista una alimentación adecuada, además de carbohidratos, grasas y proteínas, el cuerpo necesita vitaminas, minerales y agua.

Según los datos actualizados de la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>1</sup> en el año 2020, la malnutrición y la obesidad infantil son parte de los problemas de la salud debido a una mala alimentación. El sobrepeso infantil sigue aumentando y afecta al 7.5% de los niños menores de 5 años, dato que sobre pasa al promedio mundial de 5.6%. además, en el 2019 la tasa de desnutrición crónica alcanzó al 9% debido a la ingesta insuficiente de calorías y nutrientes.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS)<sup>2</sup> las tendencias observadas en las ventas de alimentos y bebidas ultra procesadas del 2009 al 2019 en los siguientes siete países de América Latina: Argentina, Brasil, Chile, Colombia, México, Perú y Venezuela, que en el 2014 representaban el 80% de la población de América Latina. Evalúan el perfil nutricional de los productos ultra procesados los cuales presentan azúcares libres, grasa total, grasas saturadas y sodio.

La OPS<sup>3</sup>, presento que 190 millones de personas enfrentaban inseguridad alimentaria moderada o grave, uno de cada tres habitantes de los países de América Latina y el Caribe no tenía acceso a alimentos en cantidad, 41 millones vivían con hambre en América Latina y el Caribe. Esto implica que aproximadamente 7,4% de los habitantes de la región sufrían hambre, en los últimos cinco años se ha producido un incremento de más de 13 millones de personas subalimentadas.

El Fondo de las Naciones Unidas Para la Infancia (UNICEF)<sup>4</sup> calcula



que más de la mitad de los niños menores de 5 años con emaciación, unos 23 millones de niños son menores de 2 años, mientras que la prevalencia del retraso del crecimiento aumenta rápidamente entre los 6 meses y los 2 años, la alimentación de los niños no se ajusta a sus crecientes necesidades. En 2020, la proporción de niños alimentados con el número mínimo de grupos de alimentos recomendados era dos veces mayor en las zonas urbanas 39% que en las rurales 23%.

En Ecuador la malnutrición es causada por la práctica de hábitos alimentarios no saludables, factor principal que afecta la nutrición de los niños en la primera infancia. La incidencia de malnutrición incluye el 23.8%, siendo la desnutrición infantil que afecta a 1 de cada 4 niños menores de 3 años, mientras que el sobrepeso y obesidad infantil se da en 3 de cada 10 niños<sup>5</sup>.

Así mismo en este país, más de 4 millones de personas no tienen acceso a alimentos seguros, inocuos, suficientes y se prevé al menos un incremento del 30% de personas que sufren inseguridad alimentaria a causa de la pandemia. 1 de cada 4 niños menores de 5 años padecen desnutrición crónica, 6 de cada 10 adultos sufren de sobrepeso y obesidad<sup>6</sup>.

En Colombia, las muertes de niños son causadas principalmente por las deficiencias y anemias nutricionales. Además, el 3,4% de los menores de cinco años padecen de desnutrición global, el 30% tiene retraso del crecimiento y bajo peso para su estatura, el 5,2% tienen sobrepeso u obesidad y el 20,2% están en riesgo de sobrepeso<sup>7</sup>.

En Perú El Instituto Nacional de Salud (INS) <sup>8</sup>, indicó que el 17.8% de los niños menores de 5 años tienen una mala alimentación consecuencia de un manejo inadecuado de este proceso en el hogar y los departamentos más afectados son Huancavelica con 36.7%, Cajamarca 31% y Andahuaylas 29.3%. En la zona periférica de Lima se presentó este problema, evidenciando la presencia sobre todo de obesidad.

El contacto con las madres durante el proceso de prácticas preprofesionales en el establecimiento de salud San Genaro que brinda atención las 24 horas del día, en la interacción sobre el tema de la alimentación, generó dudas en relación con lo que conocen las madres de niños preescolares sobre el tema.

Las madres presentaban las siguientes expresiones: “sé que las vitaminas están en la fruta por eso, aunque sea platanito le doy”, “siempre le trato de dar una manzana”, “no le gusta las frutas solo quiere frituras”, “mejor que coma Srta.”, “come su arrozito, así como su papita”. Otras mamitas referían, “como trabajo comemos del comedor”, “De vez en cuando le doy su gustito”, “solo le doy galleta soda”.

#### **I.b. Formulación del problema**

Ante esta problemática surge la siguiente pregunta de investigación:

**¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de Preescolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa Chorrillos diciembre 2022?**

#### **I.c. Objetivos**

##### **I.c.1. Objetivo General**

- Determinar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa Chorrillos diciembre 2022.

##### **I.c.2. Objetivos Específicos**

- Identificar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al CRED según dimensiones:

- Conceptos generales.
- Requerimientos nutricionales
- Frecuencia de consumo

#### **I.d. Justificación**

##### **- Justificación Teórica.**

Este proyecto de tesis tiene como propósito medir el nivel de conocimiento de las madres sobre la alimentación saludable en los niños preescolares, para brindar y determinar estrategias y ampliar el conocimiento de las madres que acuden al consultorio del Crecimiento y Desarrollo en busca de conocer lo que diariamente deben de consumir sus menores hijos, convirtiéndose en factor fundamental para el estado de salud de los niños previniendo la obesidad y la desnutrición. Como finalidad, esta tesis ayudará a futuras investigaciones a través de las comparaciones de los resultados que se evaluó en el estudio.

##### **- Justificación Práctica.**

El profesional de Enfermería en el consultorio crecimiento y desarrollo es la persona indicada en orientar a las madres de mejorar y educar los hábitos alimenticios de los niños, siendo ellas las responsables de brindar sus alimentos de manera diaria en el hogar, de acuerdo con los recursos económicos con los que cuentan, promoviendo el cambio de alimentos procesados.

##### **- Justificación Metodológica.**

El trabajo de investigación servirá de base para futuras investigaciones sobre todo en relación con el manejo del instrumento, la metodología y comparación de los resultados e implementar estrategias de mejora que puedan ser compartidas con las madres de familia responsables de la alimentación de los

niños en el hogar.

### **I.e. Propósito**

La presente investigación tiene como propósito brindar información que oriente a las madres de familia sobre la forma de como brindar los alimentos a sus menores hijos en edad preescolar buscando que sea equilibrada y favorezca al desarrollo de su crecimiento de manera normal, evitando alteraciones que generen un desequilibrio de salud. Fomentando de esta manera desde pequeños estilos saludables en la alimentación de los preescolares.

## CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

### II.a. Antecedentes Bibliográficos

#### Internacionales

Wormald<sup>9</sup>, el año 2021 en Chile realizó estudio observacional, analítico, transversal con el objetivo de analizar si **ASPECTOS ALIMENTARIOS TEMPRANOS SE RELACIONAN CON EL ESTADO NUTRICIONAL Y CON ALGUNAS CARACTERÍSTICAS ALIMENTARIAS EN PREESCOLARES CHILENOS**. La muestra estuvo conformada por 150 niños de 3 a 5 años. Resultados: la lactancia materna exclusiva (LME) inferior a 6 meses se asoció con un bajo consumo de verduras en la edad preescolar, el azúcar antes de los 12 meses se asoció con el consumo de golosinas dulces y con mayor porcentaje de grasa corporal, mientras que la introducción temprana de sal se asoció con mayor consumo de golosinas saladas. La introducción de azúcar previa a los 12 meses podría determinar un mayor consumo de alimentos poco saludables en preescolares.

Ajete<sup>10</sup>, el 2018 en Cuba realizó un estudio descriptivo, transversal con el objetivo de determinar el **CONOCIMIENTO, ACTITUDES Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS DE MADRES CON NIÑOS**. La muestra estuvo constituida por 148 madres. Resultado: El desconocimiento nutritivo de las grasas 53,7. El 80% de las madres utilizaba el biberón para alimentar a sus hijos y el 71,6 ofrecía los alimentos mezclados.

#### Nacionales

Mendoza y Chávez<sup>11</sup>, en el año 2019 realizaron un estudio descriptivo, correlacional, cuantitativo, cuasi experimental con el

objetivo de determinar la **INFLUENCIA DEL PROGRAMA EDUCATIVO SOBRE EL NIVEL DE CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN MADRES DE NIÑOS PREESCOLARES DEL PUESTO DE SALUD LA PALMA, TUMBES**. La muestra estuvo conformada por 73 madres después de haber aplicado la fórmula de población finita. Resultados: Se obtuvieron que el conocimiento alto aumento de 28.8% a 63.0%, mientras que el bajo disminuyo de 35.6% a 5.5%.

Llanca<sup>12</sup>, en el 2019 realizó un estudio descriptivo observacional, transversal cuali-cuantitativo con el objetivo de determinar el **CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN DE LAS MADRES Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS PRE ESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA INTEGRADA N°20799 DANIEL ALCIDES CARRIÓN, CHANCAYLLO**. La muestra estuvo conformada en 46 madres voluntarias y sus respectivos hijos preescolares, Resultados: Se obtuvieron que el 65,2% de las madres presenta un nivel medio de conocimiento sobre alimentación y nutrición, la prevalencia de estado nutricional normal vario entre 76,1% a 97,8%.

Barrera<sup>13</sup>. el año 2019 en Chiclayo realizó un estudio descriptivo, cuantitativo, de corte transversal son el objetivo de **ASOCIAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO DE LAS MADRES SOBRE LA ALIMENTACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS EN LOS PRONOEI CON ALTA INCIDENCIA DE MAL ESTADO NUTRICIONAL EN LA PROVINCIA DE CHICLAYO**. Muestra: 245 madres y niños de edades entre 2 a 5 años de los distritos de José Leonardo Ortiz, Chiclayo, La Victoria y Monsefú, Resultados: El 16,8 % de madres tienen un nivel alto de conocimientos; 70,1 % un nivel medio y 13 % un nivel bajo. El 78,3

% de los niños presentó un peso normal para la edad actual, 17,9 % tiene sobrepeso para la edad actual y el 88,1 % tiene talla normal para la edad.

Tarazona<sup>14</sup> el año 2019 realizó un estudio observacional correlacional con el objetivo de determinar **LA RELACIÓN ENTRE CONOCIMIENTO MATERNO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA METROPOLITANA**. Muestra de 132 madres de niños preescolares, Resultados: El 47% de madres evidenciaron buen nivel de conocimientos sobre alimentación saludable. Entre los niños de 3 a 5 años, el 94,4% presentó peso para la edad (P/E) normal, el 88,2% peso para la talla (P/T) normal y el 94,4% talla para la edad (T/E) normal.

Los antecedentes de estudio tanto internacionales como nacionales demuestran que las madres de los preescolares cuentan con conocimientos en un nivel medio, sobre alimentación saludable reconociendo el valor nutritivo de los mismos en el entorno donde se desarrollan, brindándoles los cuidados en su alimentación para favorecer un adecuado proceso de crecimiento y desarrollo.

## **II.b. Base Teórica**

### **- Conocimiento**

Bunge<sup>15</sup>. El conocimiento fundamenta en una serie de ideas, conceptos claros, que se ordenan para tener un mejor entendimiento, que se puede clasificar en científico y ordinario. Las madres adquieren los conocimientos en su quehacer diario, por lo cual el alimentar a los miembros de la familia se convierte en un conocimiento ordinario que surge con el uso cotidiano en la sociedad en la cual se desarrolle.

Forero<sup>16</sup>. El aprender a lo largo de la vida se convierte en una experiencia basada en el aprendizaje como resultado de ellas, incluye la representación que se vive día con día en base a la percepción, pensamiento que incluye el entendimiento, los hábitos alimentarios se aprenden a lo largo de los años teniendo en cuenta la forma en que se enfrenta la vida.

### **Tipos de conocimiento**

#### **- Conocimiento Científico**

Es aquel que se obtiene a través del método científico. Para lograr este tipo de conocimiento se deben de seguir pasos, que destaquen las propiedades, características, que resalten el nuevo conocimiento, por lo cual deben seguir los pasos del método científico, como la observación, la inducción, hipótesis, experimentación, análisis y conclusión.

#### **- Conocimiento Empírico**

El conocimiento empírico depende principalmente de la experiencia: solo se puede conseguir entrando en contacto con el mundo y participando activamente en él. Construye un marco de reglas básicas que ayudan a entender mejor cómo funciona y



un ejemplo de conocimiento empírico es el conocimiento ligado a percepciones como la espacial y abstracta<sup>17</sup>.

#### **- Niveles de conocimiento**

Piaget<sup>18</sup> conceptualiza que el conocimiento es un requisito necesario para comprender el equilibrio con el entorno que rodea a la persona, a lo largo de la historia el hombre adquiere conocimientos, debido a las experiencias y las informaciones que pueden orientarlo para poner en práctica nuevas formas de hacer frente a las diversas situaciones a las que está expuesta en su diario vivir. Las madres sustentan el conocimiento que tienen en base a las experiencias vividas dentro de su hogar y de todas las informaciones que recibe del entorno.

Así mismo Policarpo<sup>19</sup> en su investigación presenta los diversos niveles de conocimiento que se debe tener en cuenta en el proceso de desarrollo de las diversas áreas sobre todo en los diversos entornos sociales enfocado en las poblaciones investigadas.

El conocimiento sensible se relaciona con la utilización de los sentidos con los cuales se obtiene la información de un objeto animado o inanimado en base a la observación, el gusto, tacto, con lo cual se almacena la información como si fueran fotografías, recordando su color, su forma, textura, detalles que la persona procesadora de dicha información guarda de manera celosa para ponerlo en práctica en el momento que lo requiera.

El conocimiento conceptual está basado en los saberes escritos de los cuales nos informamos mediante la lectura, la información escrita, aquella ya investigada que nos brinda indicios de los que deseamos realizar.

Conocimiento holístico: consiste en intuir un elemento, no tiene ni

forma ni estructura, por eso es necesario percibirlo como un todo<sup>19</sup>.

- **Niveles de conocimiento**

Alto: es cuando el individuo evidencia un nivel superior a lo esperado. Esto quiere decir que demuestra aprendizajes que van más allá del nivel promedio

Medio: cuando el individuo está próximo o cerca al nivel promedio, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.

Bajo: cuando el individuo presenta insuficientes conocimientos sobre alimentos. Evidenciando con frecuencia dificultades en el crecimiento y desarrollo de los preescolares, por lo que necesita mayor tiempo de intervención en enfermería <sup>20</sup>.

- **Alimentación saludable**

Izquierdo<sup>21</sup> sustenta que este tipo de proceso está orientado a realizar acciones voluntarias que aporten diversos nutrientes a las personas para estar favorables, esto mediante la acción de comer y elegir alimentos saludables de manera que favorezcan al desarrollo, crecimiento y sobre todo a mantener la salud de las personas teniendo en cuenta sus costumbres y productos al alcance de la economía de cada persona.

Toda persona que consume alimentos de manera saludable y balanceada tiene la opción de crecer, vivir, aprender, desarrollarse y estar protegido frente a las enfermedades que puedan afectar su salud como la obesidad, diabetes, enfermedades óseas y cardiovasculares<sup>21</sup>.

- **Alimentos energéticos:**

Este tipo de alimento cumple la función de proporcionar energía al organismo con la única función de ayudarlos a realizar las funciones diarias como son el correr, estudiar, trabajar, etc. Entre

los que se encuentran los almidones, las grasas, compuestos denominados terciarios que están compuestos por carbono, hidrogeno y oxígeno<sup>22</sup>.

Los carbohidratos tienen como función el almacenar energía, sirven de combustible e intermediarios metabólicos, los encontramos en los panes, arroz, pastas, debiendo consumirse de 3 a 6 raciones por día de 2 a 4 veces por semana<sup>22</sup>.

Quilca<sup>23</sup> sustenta que la responsabilidad de brindar una dieta balanceada, saludable, depende de los cuidadores a través de la selección de alimentos nutritivos que se brinda al niño en su lonchera, la cual debe aportar energía buscando un equilibrio en actividad física y su rendimiento mental en el contexto de la actividad que se realiza en las escuelas.

#### - **Alimentos protectores o constructores**

Ayudan y proporcionan al organismo materiales para la construcción de nuevos tejidos, función que cumplen las proteínas, los cuales son compuestos orgánicos cuaternarios, constituidos por oxígeno, carbono, hidrogeno, nitrogeno<sup>24</sup>.

El cuerpo humano contiene miles de proteínas que realizan diversas funciones, entre las cuales se pueden mencionar: el de servir como transportadores de oxígeno, vitaminas, CO<sub>2</sub>; así también, desempeñan funciones estructurales en diversos órganos y tejidos. Además, hay funciones como enzimas, que aceleran los procesos metabólicos y de señalamiento<sup>24</sup>.

Los preescolares requieren mayor número de proteínas para tener una adecuada nutrición para crecer y desarrollarse de la mejor manera en su núcleo familiar, por lo cual en sentido inverso a lo que se menciona que la necesidad para un niño es de 1.8 g. por kg de peso<sup>24</sup>.

- **Alimentos reguladores:** Contienen nutrientes que regulan el funcionamiento de todo el organismo y favorecen la utilización de proteínas, las grasas y los carbohidratos. A este grupo pertenecen las frutas y las hortalizas por su alto contenido de vitaminas y minerales<sup>22</sup>.

Karfopoulou<sup>25</sup> sustenta que las personas en sus requerimientos buscan consumir cereales, frutas, vegetales, aceites que mantengan su salud, así mismo se tratan de involucrar en la preparación de la comida que se consume teniendo en cuenta el equilibrio en su preparación.

Las vitaminas no pueden ser sintetizadas por el organismo por lo cual se requiere suplementar de manera frecuente a las personas en las diferentes edades. Durante la niñez, se debe proporcionar 400µg de vitamina D, tolerancia que fácilmente se cubre utilizando leche fortificada, esta vitamina es indispensable ya que ayuda a la absorción del calcio y fósforo para el adecuado crecimiento y desarrollo de los dientes y huesos del niño<sup>22</sup>.

Las localidades tienen una diversidad de productos en forma de frutas, verduras que aportan vitaminas y minerales fortaleciendo el crecimiento y desarrollo de los niños, los cuales generalmente consumen los alimentos teniendo en cuenta la forma de presentación, los colores invitando a las personas a que los consuman de manera frecuente, así por ejemplo la vitamina C y A se encuentran en los productos de color amarillo, naranja<sup>26</sup>.

La vitamina A, es esencial para el funcionamiento de la vista, se encuentra en las verduras verdes y amarillas, como también frutas, productos de origen animal, productos lácteos derivados y yema

de huevo; mientras que la vitamina C tiene la función protectora, previene y cura el escorbuto. Las necesidades diarias de vitamina C, aumentan progresivamente de 25 a 30 mg/día, la vitamina B, se encuentra en las carnes, leche, yema de huevo y verduras de hoja verde. Se debe consumir 3 raciones de frutas o vegetales por día<sup>24</sup>.

Los minerales son elementos químicos simples cuya presencia e intervención es necesario para la actividad de la célula. Su aporte a la contribución de la salud es fundamental. Se conoce más de veinte minerales para controlar el metabolismo del cuerpo, entre estos tenemos al Calcio, Fosforo, Hierro, Magnesio, Cobre, Yodo, Flúor, Azufre, Cobalto etc. La leche constituye en una buena fuente de Calcio, ya que el cacao y los cereales son de Magnesio<sup>23</sup>.

### **Características que debe tener una alimentación saludable**

La alimentación saludable debe aportar los nutrientes necesarios para una vida equilibrada, debe ser en cantidad suficiente, adecuada para mantener rangos de normalidad y lograr un crecimiento y desarrollo de acuerdo con su edad, lo cual se determinará por la talla y el peso del niño.

La alimentación que se reciba es de acuerdo con la edad, al sexo, a la actividad física a la cual se encuentre expuesto, a las características de vida y sobre todo el consumo de nutrientes dependerá del estado de salud y los alimentos que estén al alcance de la mano como son los lácteos, frutas, verduras, hortalizas, cereales, carnes, aves y pescados<sup>27</sup>.

**Alimentación adecuada y suficiente.** La alimentación saludable es correspondida con las tradiciones culturales de la población, que se abarca sobre opciones de alimentos y alternativas sobre

opciones de comida, así puedan mantener un estado de salud óptimo y saludable<sup>26</sup>.

**Evitar alimentos procesados.** Es recomendado que los ingredientes culinarios como el aceite, azúcar y sal sean usados con moderación. Así mismo, se recomienda emplear ingredientes culinarios de origen natural, como los ajíes, hierbas aromáticas, pimienta, cominos, ajos ente otros, permitiendo de esta manera cubrir las necesidades nutricionales del organismo, previniendo la desnutrición, obesidad/sobrepeso y enfermedades cardiovasculares, hipertensión y diabetes<sup>26</sup>.

**Alimentos Naturales.** La frutas y verduras contienen vitaminas, minerales y otros componentes esenciales para el buen funcionamiento de nuestro cuerpo y la prevención de enfermedades. La Organización Mundial de Salud (OMS) recomienda consumir diariamente un mínimo de 400 gramos de frutas y verduras<sup>19</sup>.

Resulta importante que toda la familia acompañe cada comida con una porción de fruta y verduras de colores variados<sup>26</sup>.

Los alimentos de origen animal ayudan a la formación, crecimiento y mantenimiento del cuerpo, pues contienen proteínas de alto valor biológico, que son esenciales para la construcción y reparación de los tejidos del organismo; y micronutrientes, como vitamina A, vitamina D y vitaminas del complejo B; y minerales como el hierro y el zinc, que previenen la anemia y contribuyen al desarrollo de nuestras defensas contra las enfermedades<sup>26</sup>.

El agua es indispensable para el buen funcionamiento de nuestro organismo y dado que no se almacena en el cuerpo, es preciso reponerla durante el día. Por ello, la Autoridad Europea de

Seguridad Alimentaria recomienda el consumo diario de 2 a 2.5 litros de agua, aproximadamente de 6 a 8 vasos. Esta puede provenir de tres fuentes: agua pura, infusiones o jugos de frutas sin azúcar, y los alimentos que consumimos durante el día<sup>26</sup>.

### **Nutrición en los preescolares**

Los niños en la etapa preescolares de 3 a 5 años deben de obtener una alimentación de 30% de energía total de lo contrario no proporciona suficientes calorías para el crecimiento. Una nutrición adecuada, sin exceder las grasas previene las enfermedades crónicas a futuras<sup>28</sup>.

### **Nola pender y el modelo de la Promoción de la Salud.**

Según el Modelo de la Promoción de la Salud (MPS). La enfermera desarrolla y orienta en conocimientos a las madres de preescolares sobre la alimentación saludable a través de la promoción, está motivada por el deseo de lograr el bienestar y el potencial humano. Asimismo, la teoría propone la creación de un modelo enfermero que dé respuestas a la forma como las personas toman decisiones acerca del cuidado de la salud.

Por lo tanto, el Modelo de la Promoción de la Salud, hace suponer que estas son acciones eficientes, en la modificación de la conducta y tienen un buen impacto sobre las personas y su estilo de vida.

Para diversas autoras el Modelo de la Promoción de la Salud ha contribuido en la última década a enfrentar diversas situaciones en el quehacer de la profesión de Enfermería, siendo su principal acción en la promoción de conductas saludables en las personas. En tal sentido, contribuye a comprender el rol de la enfermera en la orientación, promoción de una alimentación saludable<sup>29</sup>.

## **Virginia Henderson y las 14 necesidades.**

La alimentación saludable es una necesidad principal en niño o persona, según Virginia Henderson, que menciona en su teoría de las 14 necesidades básicas para los cuidados principales o fundamentales en Enfermería en cada etapa de la vida de la persona, desde la etapa preescolar hasta adulto Mayor, orientándoles a comer y beber adecuadamente con el fin de valorar las medidas Antropométricas de Peso y Talla<sup>29</sup>.

Las necesidades de las personas deben de estar cubiertas en base a intervenciones que se oriente a mantener de forma equilibrada la salud de los grupos poblacionales, en este caso los niños que acuden al establecimiento de salud, buscando de esta forma el equilibrio de las necesidades logrando de esta manera el cuidado de la salud<sup>29</sup>.

Promover los conocimientos y estilos de vida saludable a las madres de los preescolares, mejorar aquellos hábitos que a futuro debe de poner en práctica sobre alimentación saludable, enfocado sobre todo en el uso adecuados de aquellos nutrientes que beneficiaran al preescolar en su crecimiento y desarrollo<sup>29</sup>.

### **II.c. Hipótesis**

- No se requiere de hipótesis por tratarse de un estudio descriptivo y de una sola variable. Icart menciona que las hipótesis plantean una presunta relación entre las variables, en base a conjeturas o suposiciones que son aceptadas por los investigadores para la aceptación de los hechos que se desea investigar<sup>30</sup>.

### **II.d. Variable**



- Conocimiento sobre Alimentación saludable

## **II.e. Definición operacional de términos**

- **Conocimiento.** Es la información que adquiere la mente del individuo, ya sea objetiva y subjetiva, relacionada con acontecimientos, pensamientos, interpretaciones, observaciones, juicios y elementos que pueden ser o no beneficiosas u ordenadas para el individuo.
- **Alimentación saludable.** La alimentación saludable es aquella que aporta a los preescolares los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales, en las diferentes etapas de la vida (infancia, adolescencia, edad adulta y envejecimiento).
- **Madre de preescolar.**

La madre de un preescolar es el tutor que tiene un rol formador unido por un apego de Madre e hijo.

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **III.a. Tipo de estudio**

- El tipo de investigación es cuantitativo, porque la variable se puede medir y los resultados serán expresados en forma numérica y en base estadístico. Espinoza<sup>31</sup> sustenta un estudio descriptivo porque se describe la variable tal y cual como se presenta, recoge información de manera independiente y prospectivo porque se realizó de acuerdo como se van desarrollando los hechos transversales, porque los datos se recolectaron en un momento determinado.

### **III.b. Área de estudio**

- La investigación se desarrolló en el consultorio de crecimiento y desarrollo del Centro de Salud San Genaro de Villa que se encuentra ubicado en el distrito de Chorrillos Av. Principal s/n perteneciente a la Red Barranco, Surco, Chorrillos, brindando atención las 24 horas del día, a la población en general.

### **III.c. Población y muestra**

- La población de estudio estuvo constituida por 60 madres de preescolares que acuden al control de crecimiento y desarrollo en el Centro de Salud San Genaro de Chorrillos.
- La muestra estuvo constituida por 60 madres que acuden al establecimiento, se utilizó el muestreo de tipo censal trabajando con el total de los participantes, cuando se conoce el numero de la población estudiada. Hernández menciona que la muestra con la que trabajará el investigador lo elige de acuerdo con su conveniencia permitiéndole obtener resultados adecuados para el estudio<sup>32</sup>.

### **Criterios de inclusión:**

- Madres de los preescolares de edades entre 3 a 5 años.
- Madres que estén dispuestas a participar y firmen el consentimiento informado.
- Madres de familia con niños preescolares que acuden al consultorio crecimiento y desarrollo del centro de Salud San Genaro de Villa.

### **Criterios de exclusión:**

- Madres de familia que no deseen participar ni firmar el consentimiento informado.
- Madres con niños, menores de 3 años y mayores de 5 años.

### **III.d. Técnica e instrumento de recolección de datos**

La técnica que se utilizó en el trabajo de investigación es la encuesta, y el instrumento un cuestionario que contiene preguntas dirigidas a las madres de familia que se encuentran diseñadas para obtener datos necesarios y ayuden en la investigación sobre la variable planteada.

El instrumento consta de 2 partes, la primera parte corresponde a los datos generales con 5 ítems y la segunda corresponde a las dimensiones de estudio:

- Conceptos generales: 1,2,3,4,5,6,
- Requerimientos nutricionales: 7,8,9,10,11
- Frecuencia de los alimentos: 12,13,14,15,16.

A cada pregunta se le ha asignado un puntaje 0 para la respuesta incorrecta, 2 para la respuesta correcta, el instrumento fue sometido a juicio de jueces expertos en total un numero de cinco aplicando la prueba binomial obteniendo el valor de 0.044 la validez del instrumento y la confiabilidad mediante prueba piloto a una muestra similar a la general obteniendo el valor de 0.78 según prueba Kuder de Richardson 20 utilizada para instrumentos de opción dicotómica, obteniendo la confiabilidad Aceptable.

### **III.e. Diseño de recolección de datos**

Las coordinaciones para la recolección de los datos se iniciaron una vez obtenida la constancia de comité de ética de la Universidad san Juan Bautista, luego se presentó la carta de presentación con todos los requisitos a la DIRIS Lima Sur, donde fue sustentado el proyecto con la finalidad de que se brindé la autorización para la recolección de la información, una vez aprobada la presentación de los documentos de rigor y el proyecto en la DIRIS, pude acercarme al Centro de Salud San Genaro.

Se realizó la presentación de los documentos al director del establecimiento, brindando las facilidades para realizar la entrevista y encuesta, ah lo cual durante tres días intercalados tuve que acercarme a realizar dicho procedimiento hasta recolectar la totalidad de participantes quienes de manera voluntaria contestaron el instrumento teniendo en cuenta en todo momento las consideraciones éticas de la investigación.

### **Autonomía**

En todo momento se respetó la decisión de la madre a participar en la investigación tal como lo señala el informe Belmont, para lo cual se le explico que estuvo en cuenta su anonimato y que todo dato que nos brinde no será divulgado y será de uso exclusivo del investigador para su posterior análisis. Por lo cual se le hizo firmar el consentimiento informado.

### **Beneficencia**

Los datos que se obtuvieron en el proceso de la investigación beneficiaran a las madres de preescolares generando estrategias orientadas a elevar los conocimientos que tienen sobre alimentación saludable, orientando de esta manera a la realización de prácticas saludables que beneficiaran al niño en su proceso de crecimiento y desarrollo.

### **Justicia**

En el proyecto de investigación la enfermera cumple un rol importante que debe conocer aquellas debilidades que pueden mejorar las conductas de las madres de forma equitativamente de como alimentar a sus menores hijos, que cumple dicho rol educador en el contexto sanitario del área de crecimiento y desarrollo.

### **No maleficencia**

El proyecto de Investigación no ocasionará ningún daño a ningún participante directa e indirectamente a las madres, también será reservado de forma anónima respetando todos los derechos. La investigación fue elaborada con personas calificadas sobre el tema, recolectando una sola información en el proyecto.

### **III.f. Procesamiento y análisis de datos**

Una vez realizada la recolección de los datos estos fueron tabulados y codificados en un libro de códigos de uso exclusivo del investigador en el programa Microsoft Excel versión 2017 para su posterior análisis e interpretación.

Los resultados fueron analizados con la ayuda de la estadística descriptiva a través de las medidas de tendencia central como: el promedio, asimismo las medidas de dispersión como la varianza y desviación estándar, además pruebas paramétricas y no paramétricas.

## CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### IV.a. Resultados

Tabla 1

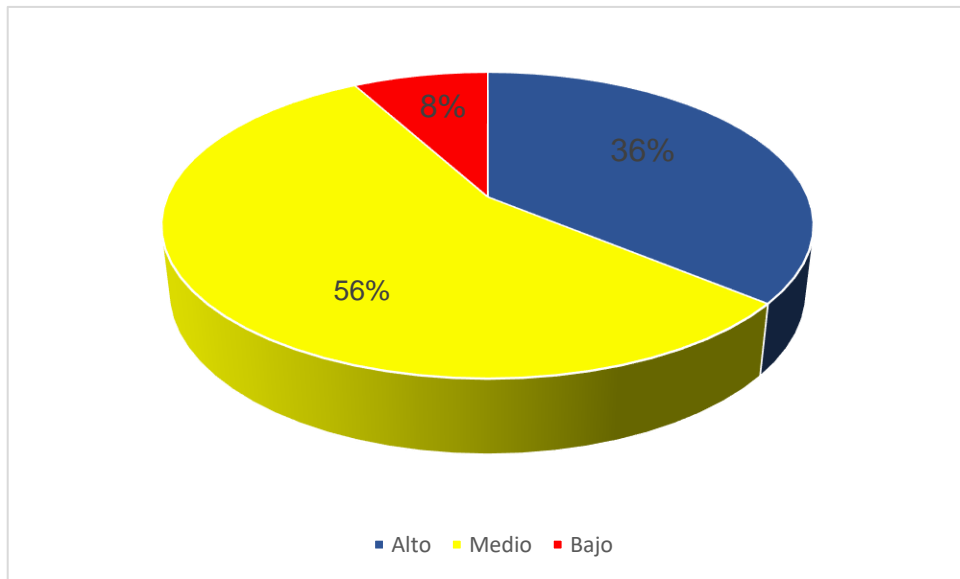
Datos generales de las madres de Preescolares que acuden al CRED  
Centro de Salud San Genaro de Villa Chorrillos diciembre 2022

Datos Generales	Categoría	n:60	100%
Edad	19 a 29	21	35
	<b>30 a 49</b>	<b>33</b>	<b>55</b>
	50 a mas	6	10
Estado Civil	Soltera	18	30
	Casada	20	33
	<b>Conviviente</b>	<b>22</b>	<b>37</b>
Ocupación	Dependiente	12	20
	Independiente	21	35
	<b>Ama de casa</b>	<b>27</b>	<b>45</b>
Grado de Instrucción	Superior	12	20
	<b>Secundaria</b>	<b>42</b>	<b>70</b>
	Primaria	6	10
Número de hijos	1	15	25
	<b>2</b>	<b>33</b>	<b>55</b>
	3 o mas	12	20

El 55% de las madres tienen entre 30 y 49 años, 37% (22) son convivientes, 45% (27) amas de casa, 70% (42) grado de instrucción secundaria, 55% (33) con dos hijos.

**Gráfico 1**

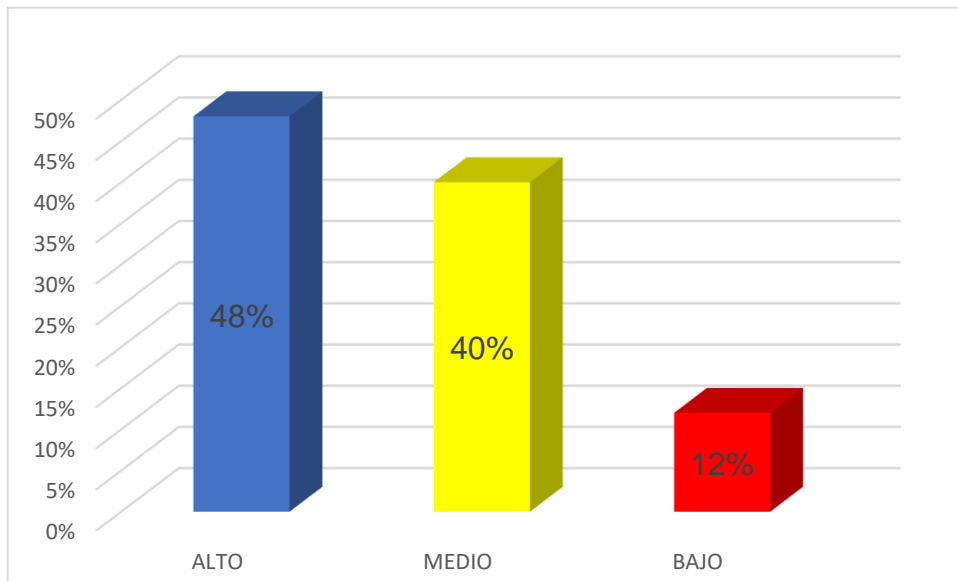
**Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de pre escolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa Chorrillos diciembre 2022**



El 56% (34) de las madres tienen un nivel medio de conocimientos sobre alimentación saludable, 36% (22) tienen un conocimiento alto, 8% (4) bajo.

**Gráfico 2**

**Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de pre escolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa según dimensión Conceptos Generales Chorrillos diciembre 2022**

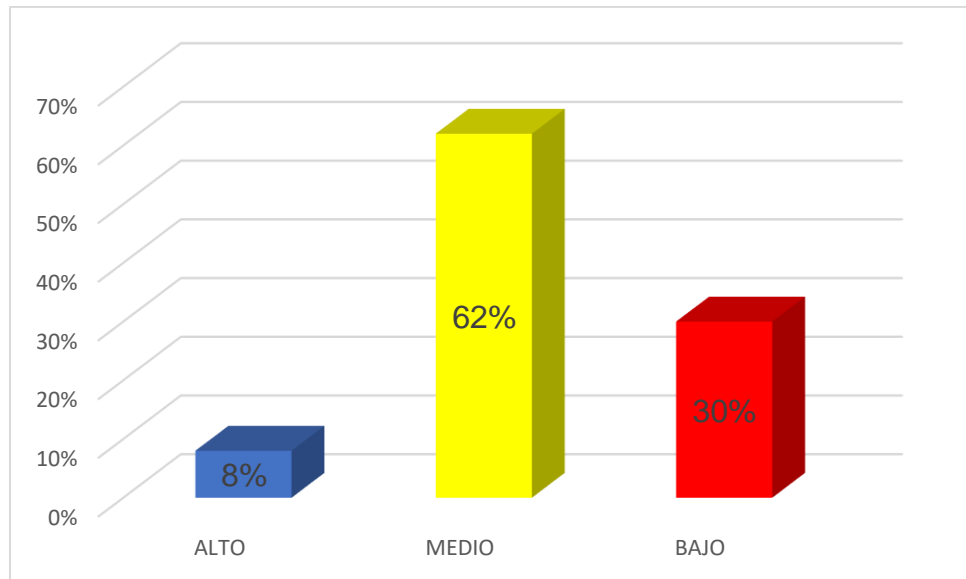


El 48% (29) de las madres tienen un nivel de conocimiento alto, 40% (24) medio, 12% (7) bajo.



**Gráfico 3**

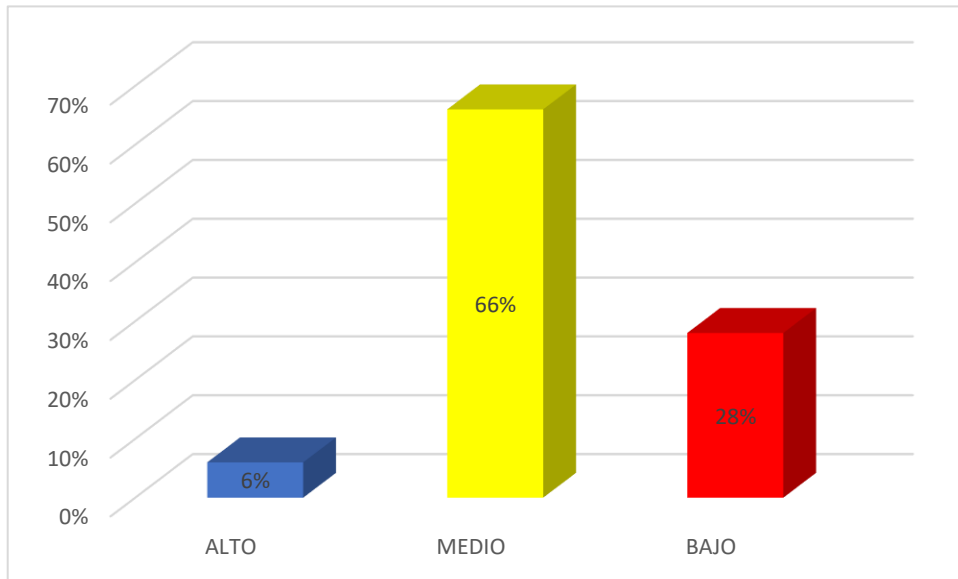
**Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de pre escolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa según dimensión requerimiento nutricionales Chorrillos diciembre 2022**



El 8% (5) de las madres tiene un nivel de conocimiento alto, 62% (37) medio, 30% (18) bajo acerca de los requerimientos nutricionales.

**Gráfico 4**

**Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de pre escolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro de Villa según dimensión frecuencia de consumo Chorrillos diciembre 2022**



El 6% (4) de las madres tiene un conocimiento alto, 66% (40) medio, 28% (.16) bajo según frecuencia de consumo de los alimentos.

#### **IV.b. Discusión**

La alimentación saludable se convierte en una necesidad enfocada en prevenir las enfermedades crónicas y diversas situaciones que pueda ocasionar las alteraciones en el desarrollo del ser humano enfocado generalmente en el incremento o disminución de peso, así como las alteraciones propias de una alimentación poco saludable causante de enfermedades a futuro.

Las madres que acuden al CRED buscan en todo momento que sus niños se mantengan saludables, por lo cual deben encontrarse orientadas del valor de los alimentos y la preparación saludable, que se convierte en una necesidad que busca proteger a su menor hijo.

Las madres que participan en el estudio de investigación cuentan con características individuales en el presente estudio el 55% tienen entre 30 y 49 años, 37% son convivientes, 45% amas de casa, 70% grado de instrucción secundaria, 55% con dos hijos. La etapa preescolar es la indicada para la creación de los hábitos alimenticios que se orienten a mantener conductas alimentarias en base a los patrones familiares y culturales en los cuales se desarrolla<sup>33</sup>.

Durante la investigación se evaluó los niveles de conocimientos, el en cual podemos concluir que sí coinciden en los resultados, obteniendo un mayor porcentaje con un 56% de las madres tienen un conocimiento de nivel medio, 36% tienen un conocimiento alto, 8% bajo, que podemos corroborar con los resultados de estudio de Wormald<sup>9</sup> que el consumo de azúcar previa a los 12 meses podría determinar un mayor consumo de alimentos poco saludables en preescolares. De la misma manera Llanca<sup>12</sup> se asemeja los resultados con Wormald<sup>9</sup> menciona que el 65,2% de las madres presenta un nivel medio de conocimiento sobre alimentación y nutrición.

La alimentación que se reciba es de acuerdo con la edad, al sexo, a la actividad física a la cual se encuentre expuesto, a las características de vida y sobre todo el consumo de nutrientes que estén al alcance de la

mano como los lácteos, frutas, verduras, hortalizas, cereales, carnes, aves y pescados<sup>27</sup>.

En la primera dimensión en los conceptos generales de la investigación, tuvo como resultado el 48% de las madres tienen un nivel de conocimiento alto, 40% medio, 12% bajo. Dicha investigación coincide con los resultados del estudio de Mendoza y Chávez<sup>11</sup> quienes en la investigación de intervención educativa obtuvieron que, el conocimiento alto aumento de 28.8% a 63.0%, mientras que el bajo conocimiento disminuyó de 35.6% a 5.5%, lo cual de la misma manera se refuerza con los resultados del estudio de Barrera<sup>13</sup> que presentó los resultados un 16,8 % de madres que tienen un nivel alto de conocimientos; 70,1 % un nivel medio y 13 % un nivel bajo.

Piaget<sup>18</sup> conceptualiza que el conocimiento es un requisito necesario para comprender el equilibrio con el entorno que rodea a la persona, a lo largo de la historia el hombre adquiere conocimientos debido a las experiencias y las informaciones. El Modelo de Promoción de la Salud (MPS), la cual la conducta está motivada por el deseo de lograr el bienestar y el potencial humano.

Respecto a la dimensión requerimientos nutricionales el 8% de las madres tiene un nivel de conocimiento alto, 62% medio y 30% bajo. Según la investigación concluyo que se discrepa dicho resultado con el estudio de Tarazona<sup>14</sup> donde 47% de madres evidenciaron buen nivel de conocimientos sobre alimentación saludable.

Dicha investigación se discrepa con el estudio de Quilca<sup>23</sup> que manifiesta que la responsabilidad de brindar una dieta balanceada, saludable, depende de los cuidadores a través de la selección de alimentos nutritivos que se brinda al niño en su lonchera, que presenta en los resultados antes de la Intervención Educativa (IE), el 52% de madres tuvieron un conocimiento bajo sobre la lonchera saludable después de la (IE) 100%, asimismo manifestó un 68% de conocimiento bajo de los tipos de alimentos,

después de IE el 96% obtuvieron alto.

En la tercera dimensión observamos la frecuencia de consumo, que el 6% de las madres tiene un conocimiento alto, 66% medio y 28% bajo, según las similitudes coinciden con la investigación de Wormald<sup>9</sup> quien presenta que los preescolares consumen golosinas dulces y con mayor porcentaje de grasa corporal, mientras que la introducción temprana de sal se asoció con mayor consumo de golosinas saladas. De la misma manera se discrepa con el estudio de Ajete<sup>10</sup> que presentan al 80% de las madres utilizaban el biberón para alimentar a sus hijos y el 71,6 ofrecía los alimentos mezclados.

Izquierdo<sup>21</sup> sustenta que este tipo de proceso está orientado a realizar acciones voluntarias que aportan diversos nutrientes a las personas para estar sano, esto mediante la acción de comer y elegir alimentos saludables. De la misma manera se asemeja en la investigación de Karfopoulou<sup>25</sup> menciona que las personas en sus requerimientos buscan consumir cereales, frutas, vegetales, aceites que mantengan su salud, así mismo se tratan de involucrar en la preparación de la comida que se consume teniendo en cuenta el equilibrio en su preparación.

Las madres de familia de los preescolares requieren de habilidades en base a conocimientos, que pueda compartir la Enfermera para ser la guía en lo concerniente al manejo de los alimentos de manera saludable al brindárselo de manera que el niño se sienta satisfecho y consuma de manera correcta los alimentos que se le brinda diariamente.

Henderson, nos orienta a la satisfacción de las necesidades de las personas en este caso los preescolares, el modelo de promoción de la salud de Pender nos guía en el proceso de mejorar las actitudes de las madres a sus menores hijos en base a brindar una alimentación saludable.

## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **V.a. Conclusiones**

- El nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al consultorio de crecimiento y desarrollo Centro de Salud San Genaro de Villa Chorrillos diciembre 2022, corresponde al 56% siendo un nivel medio.
- El nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al consultorio de crecimiento y desarrollo según dimensión conceptos generales es alto con un 48%.
- El nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al consultorio de crecimiento y desarrollo según dimensión Requerimientos nutricionales con un 62% medio y frecuencia de consumo con un 66% es medio.

## V.b. Recomendaciones

- Sobre conceptos generales de la alimentación saludable, se recomienda a las autoridades del establecimiento de salud a fortalecer e impulsar nuevos folletos y charlas, a fin de que estos puedan ser incluso extensivos no solo a las madres de familia sino a la ciudadanía en general y con mayor énfasis en los comerciantes de frutas, verduras y abarrotes.
- La información necesaria podrá brindar conocimientos tanto orales como escritos, en busca de generar el incremento de estrategias que orienten a fortalecer los conocimientos de las madres sobre la buena alimentación en busca de mantener una población infantil saludable libre de enfermedades crónicas que alteran al crecimiento y desarrollo.
- El consultorio de Crecimiento y Desarrollo debe capacitar al personal de Enfermería a adquirir nuevos métodos educativo para brindarles la promoción, reforzamiento a las madres de familia sobre la alimentación saludable y materiales de educación sanitaria, que se encuentra en el consultorio de crecimiento y desarrollo, dado que esto ayudara al consumo de nuevos alimentos y/o alimentos fortificados y la preparación de estos últimos para beneficiar el crecimiento adecuado.
- Las madres cumplen un rol fundamental en la vida del preescolar por lo que se les debe de pedir mayor compromiso con la alimentación saludable a fin de que ellas también puedan ser portavoces con sus círculos familiares y sociales, en estos tiempos en los cuales la información se divulga a través de las redes sociales se debe de brindar charlas y optar también por brindar campañas con las madres como sus portavoces y

educadoras.

- Como hemos podido observar en la segunda dimensión que es requerimientos nutricionales de la alimentación saludable, podemos aconsejar que se brinden en el consultorio de crecimiento y desarrollo información visual ya sea tipos como películas, cortos, animaciones, etcétera de los alimentos y su valor nutricional.
- El personal de Enfermería debe de interactuar con mayor prolijidad con las madres de familia teniendo en cuenta lo amplio y complejo del repertorio de información con la que se cuenta, se debe de dar mayor promoción y reforzamiento de esta última, a su vez se debe de fomentar la visitas inopinadas a las viviendas de las madres de los preescolares, a fin de poder corroborar la información que ellas brindan al personal de enfermería, también vigilar y controlar de manera adecuada de forma general.
- Teniendo en cuenta que las madres son las socias principales en el desarrollo del preescolar se les aconseja mayor compromiso a las citas que se les programa en el consultorio de crecimiento y desarrollo, así como también puedan ser más sinceras al momento de brindar la información con la que cuentan sobre alimentación saludable, que pierdan la vergüenza y/o cohibirse al momento de hacer preguntas o de pedir que las enfermeras puedan repetirles la información que se les ha brindado.
- En la tercera dimensión sobre frecuencias de consumo, a lo cual se sugiere al consultorio de crecimiento y desarrollo coordinación con las instituciones educativas teniendo en cuenta que son parte de los lugares donde los preescolares pasan un tiempo prolongado, a fin de poder hacer seguimiento junto con el personal de enfermería los alimentos que estos pudieran brindar



y identificar las frecuencias de consumo, orientarles al manual de alimentación saludable con el que cuenta el personal de enfermería en el consultorio de crecimiento y desarrollo.

- A las madres de familia orientarlas en el proceso de alimentación saludable de sus menores hijos, reduciendo gradualmente las frecuencias de consumo de la comida chatarra que no beneficia al niño en su desarrollo personal y reiterar a las madres en reemplazarlos por alimentos cuya preparación puedan ser de mejor agrado para el preescolar, favoreciendo a los alimentos energéticos, constructores y reguladores.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Diaz A, Toro A. Conocimiento y prácticas sobre alimentación del preescolar en madres de niños de una Institución Educativa Inicial. [tesis de licenciatura] Ciudad Eten. Universidad Pedro Ruiz Gallo. 2021.
2. Organización Panamericana de la salud. OPS. Alimentos y bebidas ultra procesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones [Home page en internet] [Acceso 12 de febrero del 2022; actualizado 12 de febrero del 2022] disponible en: [\[https://iris.paho.org/handle/10665.2/51523\]](https://iris.paho.org/handle/10665.2/51523)
3. Organización Panamericana de la Salud. OPS. Serie Derechos Humanos y Salud. 8. Alimentación saludable: un enfoque basado en los derechos humanos [Home page en internet][Acceso 14 de febrero del 2022;actualizado 14 de febrero del 2022]disponible en: [\[https://www.paho.org/es/documentos/serie-derechos-humanos-salud-8-alimentacion-saludable-enfoque-basado-derechos-humanos\]](https://www.paho.org/es/documentos/serie-derechos-humanos-salud-8-alimentacion-saludable-enfoque-basado-derechos-humanos)
4. Unicef. la alimentación de los niños pequeños no ha mejorado en la última década y podría empeorar aun muchos más.[Home page en internet][Acceso 14 de febrero del 2022; actualizado 14 de febrero del 2022]disponible en: [\[https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/alimentacion-ninos-pequenos-no-ha-mejorado-ultima-decada-podria-empeorar-covid19\]](https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/alimentacion-ninos-pequenos-no-ha-mejorado-ultima-decada-podria-empeorar-covid19)
5. Macias A, Quimis J. Estado nutricional y hábitos alimentarios en niños menores de 3 años [tesis de licenciatura]: [\[http://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/2177/1/JENNI%20%20SELENA%20QUIMIS%20DELVALLE.pdf\]](http://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/2177/1/JENNI%20%20SELENA%20QUIMIS%20DELVALLE.pdf) Ecuador. Universidad estatal del sur 2020.
6. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la

Agricultura. FAO. Las alianzas público- privadas se fortalecen para combatir la mal nutrición en Ecuador [Home page en internet] [Acceso 23 de febrero del 2022; actualizado 23 de febrero del 2022] Disponible en: [\[https://www.fao.org/about/es/#:~:text=La%20FAO%20es%20la%20agencia%20de%20las%20Naciones,calidad%20para%20llevar%20una%20vida%20activa%20y%20sana.\]](https://www.fao.org/about/es/#:~:text=La%20FAO%20es%20la%20agencia%20de%20las%20Naciones,calidad%20para%20llevar%20una%20vida%20activa%20y%20sana.)

7. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. FAO. Las alianzas público- privadas se fortalecen para combatir la mal nutrición en Ecuador [Home page en internet] [Acceso 23 de febrero del 2022; actualizado 23 de febrero del 2022] Disponible en: [\[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2174-51452018000300183\]](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2174-51452018000300183)
8. Egoavil S, Yataco A. Hábitos alimentarios, crecimiento y desarrollo de niños de 3 - 5 años que asisten a la i.e. “mi futuro” - Puente Piedra – 2017[tesis de licenciatura]Lima. Universidad Cayetano Heredia: 2018.
9. Piñuñuri R, Valenzuela C. Características de la alimentación temprana y actual de preescolares en la Región de Valparaíso, Chile. Rev. chil. nutr. [Internet]. 20 21 [citado 2022 Mar 18]; 48(3):366373.Disponible: [\[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182021000300366\]](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182021000300366)
10. Ajete I. Conocimiento, actitudes y prácticas alimentarias de madres con niños de 6 a 24 meses en cuba. Revista de Salud Pública y Nutrición [In ternet] 2017[Acceso 24 de febrero del 2022]16(4), 10-19. Disponible en: [\[https://doi.org/10.29105/respyn16.4-2\]](https://doi.org/10.29105/respyn16.4-2)
11. Mendoza M, Chávez R. Influencia del programa educativo sobre

el nivel de conocimientos y prácticas de alimentación saludable en madres de niños preescolares del puesto de salud La Palma, Tumbes – 2019. [tesis de licenciatura en enfermería]Tumbes. Universidad nacional de tumbes.2019.

- 12.Llanca C. 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, chancayllo. [tesis de licenciatura]. Huacho. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrion.2019.
- 13.Barrera J. Nivel de conocimiento de las madres sobre la alimentación y su asociación con el estado nutricional de los niños en los PRONOEI de los distritos con alta incidencia de mal estado nutricional en la provincia de Chiclayo 2019[Tesis de grado]Chiclayo. Universidad San Martin de Porres. 2019.
- 14.Tarazona G. Conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional en niños preescolares. AnFacmed [Internet]. 11 de enero de 2022 [citado 18 de marzo de 2022];82(4). Disponible en: [\[https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/anales/articl%20e/view/20130\]](https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/anales/articl%20e/view/20130)
- 15.Bunge M. La ciencia, su método y filosofía[Internet] [Acceso 12 de marzo del 2022]Disponible en:[\[https://books.google.com.pe/books?id=OgmMDwAAQBAJ&pg=PT120&hl=es&source=gbs\\_selected\\_pages&cad=2#v=onepage&q&f=false\]](https://books.google.com.pe/books?id=OgmMDwAAQBAJ&pg=PT120&hl=es&source=gbs_selected_pages&cad=2#v=onepage&q&f=false)
- 16.Forero I. LA SOCIEDAD DEL CONOCIMIENTO. Revista Científica General José María Córdova [Internet]. 2009[Acceso 18 de marzo del 2022];5(7):40- 44.Recuperado de: [\[https://www.redalyc.org/pdf/4762/476248849007.pdf\]](https://www.redalyc.org/pdf/4762/476248849007.pdf)
- 17.Centro Europeo de Post grado. México. Tipos [Internet] [Acceso

15 de marzo del 2022; actualizado 15 de marzo del 2022]  
Disponible en: [\[https://www.ceupe.mx/blog/tipos-de-conocimientos.html#%3A~%3Atext%3DEI%20conocimiento%20cient%C3%ADfico%20es%20aquel%20tienen%20otros%20tipos%20de%20conocimientos\]](https://www.ceupe.mx/blog/tipos-de-conocimientos.html#%3A~%3Atext%3DEI%20conocimiento%20cient%C3%ADfico%20es%20aquel%20tienen%20otros%20tipos%20de%20conocimientos)

18. Meneses M, Monge M, El juego en los niños: enfoque teórico. Revista Educación [Internet]. 2001;25(2):113-124. Recuperado de: [\[https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44025210\]](https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44025210)
19. Policarpo A. La génesis del conocimiento: de la sensación a la razón[Internet]2017[Acceso 23 de febrero del 2022];21(69):241-251.Disponible en: [\[https://www.redalyc.org/jatsRepo/356/35655222002/35655222002.pdf\]](https://www.redalyc.org/jatsRepo/356/35655222002/35655222002.pdf)
20. Cerón A. Cuatro niveles de conocimiento en relación a la ciencia. Una propuesta taxonómica. Ciencia Ergo Sum [Internet].2017 [Acceso 23 de febrero del 2022]; 24(1)83-90. Disponible en: [\[https://www.redalyc.org/jatsRepo/104/10449880009/html/index.html\]](https://www.redalyc.org/jatsRepo/104/10449880009/html/index.html)
21. Izquierdo A, Armenteros M, Lancés L, Martín I. Alimentación saludable. Rev Cubana Enfermer [Internet]. 2004 Abr [citado 2022 Mar 18];20(1):1-1.Disponible en: [\[http://www.scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192004000100012#Resumen\]](http://www.scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192004000100012#Resumen)
22. González E., Schmidt J. Regulación de la ingesta alimentaria y del balance energético: factores y mecanismos implicados. Nutr. Hosp. [Internet]. 2012 Dic [citado 2022 Mar 19] ; 27( 6 ): 1850-1859. Disponible en: [\[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112012000600009\]](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112012000600009)

23. Quilca G, Ramírez R, Gómez W. “Efectividad de una intervención educativa en el conocimiento de loncheras saludables y su contenido en las madres de preescolares”. *Ágora* [Internet]. 23 de junio de 2016 [citado 5 de abril de 2022];3(1):320-8. Disponible en: [\[https://www.revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/view/45/45\]](https://www.revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/view/45/45)
24. Araya L Héctor, Lutz R Mariane. Alimentos funcionales y saludables. *Rev. chil. nutrición* [Internet]. 2003 Abr [citado 2022 Abr 05]; 30(1):8-14. Disponible en: [\[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182003000100001&lng=en&nrm=iso&tlng=en\]](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182003000100001&lng=en&nrm=iso&tlng=en)
25. Paredes G, Ruiz L, González N. Hábitos saludables y estado nutricional en el entorno laboral. *Rev. chil. nutrición* [Internet]. 2018 [citado 2022 Abr 05] ; 45(2): 119-127. Disponible en: [\[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182018000300119\]](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182018000300119)
26. Cuadros C, Vichido M, Montijo E, Zárate F, Cadena J, Cervantes R, Toro E, Ramírez J. Actualidades en alimentación complementaria. *Act. Ped. Mex* [Internet], 2018 [Accesado 8 de julio 2022] 38(3), 182- 201. Disponible en: [\[https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2017/apm173f.pdf\]](https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2017/apm173f.pdf)
27. Ministerio de Salud Colombiano. Alimentación saludable [Home page en internet] [Acceso 12 de enero del 2022; actualizado 12 de enero del 2022] Disponible en: [\[https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SNA/abc-alimentacion-saludable.pdf\]](https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SNA/abc-alimentacion-saludable.pdf)
28. Ministerio de la Salud. MINSA. Nutrición por etapa de Vida [Home page en internet] [Acceso 5 de marzo del 2007; actualizado 5 de marzo del 2007] disponible en: [\[file:///C:/Users/Nati/AppData/Local/\]](file:///C:/Users/Nati/AppData/Local/)

[Microsoft/Windows/INetCache/IE/4BX0E0TN/Alimenta Escolar de 3 a 5\[2\].pdf](https://www.microsoft.com/windows/INetCache/IE/4BX0E0TN/Alimenta_Escolar_de_3_a_5[2].pdf)

29. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. 2011 Dic [citado 2022 Mar 19] ; 8(4): 16-23. Disponible en: [\[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003\]](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003)
30. Icart M, Canela J. El uso de hipótesis en la investigación científica. *Atencion primaria* [Internet]. 1998 [Acceso 04 de febrero del 2023]; 21(3):171-178. Disponible en: [\[https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-el-uso-hipotesis-investigacion-cientifica-15038\]](https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-el-uso-hipotesis-investigacion-cientifica-15038)
31. Espinoza E. La hipótesis en la investigación. *Mendive. Revista de Educación* [Internet], 2018 [Accesado 12 de julio del 2019]; 16(1), 122-139. Recuperado en 17 de diciembre de 2022, de [\[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1815-76962018000100122&lng=es&nrm=iso&tlng=es\]](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-76962018000100122&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
32. Hernández O. Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Rev Cubana Med Gen Integr* [Internet]. 2021 Sep [citado 2023 Feb 05]; 37(3): e1442. Disponible en: [\[http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v37n3/1561-3038-mgi-37-03-e1442.pdf\]](http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v37n3/1561-3038-mgi-37-03-e1442.pdf)
33. Aliño M, Navarro R, Lopez J, Perez I. La edad preescolar como momento singular del desarrollo humano. *Rev Cubana Pediatr* [Internet]. 2007 [Acceso 05 de febrero del 2023]; 79(4):1-10. Disponible en: [\[http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v79n4/ped10407.pdf\]](http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v79n4/ped10407.pdf)

## **BIBLIOGRAFÍA**

Hassink M, *Obesidad Infantil: Prevención, Intervenciones y Tratamiento en Atención Primaria*. 1° ed. Madrid: Editorial Medica Panamericana; 2007.

Hernández R, Fernández C, Baptista P. *Metodología de la Investigación* 4ta ed. México DF: Mac Graw Hill; 2018.

Sánchez H. *Metodología y diseños en la investigación científica*. 1° ed. Lima: San Marcos; 2020.



# **ANEXOS**

**ANEXO 1: OPERACIONALIZACION DE VARIABLES**

<b>VARIABLE</b>	<b>DEFINICION CONCEPTUAL</b>	<b>DEFINICION OPERACIONAL</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>VALOR FINAL</b>
Conocimiento sobre Alimentación saludable	Saberes adquiridos por las madres en el contexto de la vida diaria orientada a brindar los nutrientes necesarios de los niños en edad preescolar.	Grado de información que presentan las madres en base a sus hábitos, estilo de vida, conceptos e ideas sobre una alimentación balanceada y saludable que requieren los niños en edad preescolar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceptos generales</li> <li>• Requerimientos nutricionales</li> <li>• Frecuencia de consumo</li> </ul>	Alimentos Tipos de alimentos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alto 21 a 32</li> <li>• Medio 11 a 20</li> <li>• Bajo 0 a 10</li> </ul>
				Macronutrientes Micronutrientes	
				Proteínas Carbohidratos Vitaminas	

## **ANEXO 2 INSTRUMENTO**

### **Cuestionario**

**Introducción:** Buenos días, estimadas madres de familia soy la egresada de Enfermería Fernández Contreras Natali Alejandra, estoy realizando un estudio para determinar el conocimiento de las madres sobre alimentación saludable por lo cual solicito su colaboración.

Por favor a continuación le presento una serie de preguntas solicito su respuesta marcando con una X donde usted considere prudente. Su participación es libre, voluntaria. Usted no recibirá ningún beneficio de tipo económico por parte del investigador.

#### **Instrumento**

Datos generales de la madre:

##### **1. Edad:**

- a) Menos de 18
- b) 19- 29
- c) 30- 49
- d) Mayor de 50

##### **2. Estado civil:**

- a) Soltera
- b) Casada
- c) Divorciada
- d) Conviviente

##### **3. Grado de instrucción**

- a) Primaria
- b) Secundaria
- c) Superior

#### 4. Ocupación:

- a) Dependiente
- b) Independiente
- c) Ama de casa
- d) Estudiante

#### 5. Número

de Hijos

1 ( )

2 ( )

3 o más ( )

Datos específicos: contesté las siguientes interrogantes sobre la alimentación desus hijos marcando con X la opción que decida.

#### Conceptos Generales:

##### 1. La alimentación es

- a) Comer cualquier alimento para llenar el estómago.
- b) Dar de comer a su niño carnes y frutas para un buen desarrollo.
- c) Dar nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo del niño.
- d) Consumo solo de leche y papillas para un buen crecimiento.

##### 2. ¿Cuál es el alimento(s) más importante Durante el día para su niño?

- a) Desayuno, Almuerzo y Cena
- b) Almuerzo, Merienda
- c) Desayuno y Almuerzo
- d) Almuerzo y Cena

##### 3. De la siguiente lista. ¿Qué alimentos contiene mayor cantidad de proteína?

- a) Leche
- b) Carnes
- c) Frutas y verduras
- d) Caramelos y galletas.

**4. ¿Para qué sirven los alimentos que tienen proteína?**

- a) Para el crecimiento normal del niño
- b) Dan energía al cuerpo
- c) Brinda defensas al organismo
- d) Mantiene los huesos y dientes sanos

**5. De la siguiente lista ¿Qué alimentos pertenecen a las menestras?**

- a) Frutas y verduras.
- b) Lentejas y frejol.
- c) Arroz y quinua.
- d) Leche y huevos.

**6. ¿Para qué sirven las menestras?**

- a) Fortalecen los huesos
- b) Favorecen la digestión de los alimentos.
- c) Dan fuerza y energía al cuerpo.
- d) Previenen enfermedades.

#### **Requerimientos nutricionales**

**7. De la siguiente lista ¿Qué alimentos contienen mayor cantidad de grasas?**

- a) Frutas
- b) Mantequilla
- c) Pan y camote
- d) Arroz

**8. ¿Cuál de estos alimentos aporta mayor cantidad de energía y fuerzas al niño?**

- a) frutas y carnes.
- b) Papa, arroz, trigo.
- c) Verduras y lácteos.
- d) Fortalece los huesos

**9. ¿para qué sirven los alimentos que contienen grasas?**

- a) Engordan al niño
- b) Repara los tejidos del cuerpo
- c) Proporciona energía al niño
- d) Fortalece los huesos.

**10. De la siguiente lista ¿Qué alimentos contienen mayor cantidad de VITAMINAS?**

- a) Frutas y verduras.
- b) Carnes y verduras.
- c) Carnes y frutas.
- d) Harinas y cereales.

**11. ¿Para qué sirven los alimentos que contienen VITAMINAS?**

- a) Fortalece los huesos.
- b) Dan energía al organismo.
- c) Ayuda a la digestión.
- d) Previenen ciertas enfermedades.

**Frecuencia de los alimentos**

**12. ¿Cuántas veces por semana su niño toma LECHE?**

- a) 1 vez por semana.
- b) De 2 a 3 veces por semana.
- c) De 4 a 5 veces por semana.
- d) Todos los días.

**13. ¿Cuántas veces por semana debe comer (carne, pollo, pescado, menudencias, etc.) ¿Un niño?**

- a) 1 vez por semana.
- b) De 2 a 3 veces por semana.
- c) De 4 a 5 veces por semana.
- d) Todos los días.

**14. ¿Cuántas veces por semana su niño come menestras?**

- a) 1 vez por semana.

- b) De 2 a 3 veces por semana.
- c) De 4 a 5 veces por semana.
- d) Todos los días.

**15. ¿Cuántas veces por semana su niño come FRUTAS?**

- a) 1 vez por semana.
- b) De 2 a 3 veces por semana.
- c) De 4 a 5 veces por semana.
- d) Todos los días.

**16. ¿Cuáles son las ventajas de una alimentación saludable?**

- a) Calma su hambre.
- b) Ayuda a la inteligencia del niño.
- c) Favorece Su crecimiento y desarrollo adecuado.
- d) Para que se nutra.

**Gracias**

**ANEXO 3  
VALIDEZ DEL INSTRUMENTO**

**Prueba Binomial**

Preguntas	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	Suma	P
1	1	1	1	1	1	5	0.03125
2	1	1	1	1	1	5	0.03125
3	1	1	1	1	1	5	0.03125
4	1	1	1	1	1	5	0.03125
5	1	1	1	1	1	5	0.03125
6	1	1	1	1	1	5	0.03125
7	1	1	1	1	1	5	0.03125
8	1	1	1	1	1	5	0.03125
9	1	1	1	1	1	5	0.03125
10	1	1	1	1	0	4	0.15625
							<b>0.4375</b>

**Se ha considerado:**

- 0= Si la respuesta es negativa.
- 1= Si la respuesta es positiva.

Excepto en las preguntas 7 y 8 que es lo contrario.

n=10

Formula: **P = 0,4375 = 0,044**

**10**

Si "P" es menor de 0.05 entonces la prueba es significativa: por lo tanto, el grado de concordancia es significativo. Siendo el instrumento válido según la prueba binomial aplicada al juicio de expertos **p = 0,044**



**ANEXO 4**  
**CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO**

Variable	N	Kuder de Richardson Kr20	Confiabilidad
<b>Conocimiento sobre alimentación saludable</b>	16	0,78	Aceptable

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

El valor del Kr20 debe tener un coeficiente mayor de 0.5 y menor de 1 considerando por lo tanto al instrumento confiable.

**ANEXO 5**  
**ESCALA DE VALORACION DEL INSTRUMENTO**

**GENERAL**

Conocimiento Bajo	<b>0 a 10</b>
Conocimiento Medio	<b>11 a 20</b>
Conocimiento Alto	<b>21 a 32</b>

**POR DIMENSIONES CONCEPTOS GENERALES**

Conocimiento Bajo	<b>0 a 5</b>
Conocimiento Medio	<b>6 a 9</b>
Conocimiento Alto	<b>10 a 12</b>

**DIMENSIONES REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES Y FRECUENCIA**

Conocimiento Bajo	<b>0 a 5</b>
Conocimiento Medio	<b>6 a 8</b>
Conocimiento Alto	<b>9 a 10</b>

## ANEXO 6

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Buenos días estimadas participantes, me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado: **CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN MADRES DE PRE ESCOLARES QUE ACUDEN AL CRED CENTRO DE SALUD SAN GENARO CHORRILLOS 2022** Espero que usted acepte participar en el estudio, se le ha tenido que explicar lo siguiente: Propósito del estudio, riesgos, beneficios, confidencialidad. Usted pueda aceptar la participación de manera libre y voluntaria.

#### **Propósito del estudio:**

El estudio de investigación tiene como propósito determinar el conocimiento sobre alimentación saludable en madres de preescolares que acuden al CRED Centro de Salud San Genaro Chorrillos 2022 .

#### **Riesgos:**

El estudio de investigación se trabajará con cuestionarios debidamente identificados, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por lo tanto, se considera que el estudio no representa ningún riesgo para el participante, cualquier consulta puede realizarla a la bachiller **Fernandez Contreras Natali Alejandra, (987218658).**  
**natali.fernandez@upsjb.edu.pe**

De la misma manera debo de informarle que el trabajo de investigación ha sido aprobado por el Comité de Ética de investigación de la Universidad Privada San Juan Bautista, si usted tiene alguna duda puede comunicarse a través del número telefónico 2142500 en el horario de 8 am a 4pm.

Beneficios:

El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información brindada de manera veraz ofrecerá datos que pueden utilizarse para gestionar soluciones acordes a la realidad estudiada, brindando a las madres de familia material informativo que las oriente en el proceso de alimentación de sus menores hijos en el hogar, lo cual beneficiara al pre escolar en su crecimiento y desarrollo.

### **Confidencialidad**

Para efectos de la investigación, la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora, para efectos posteriores se procederá a colocar Código de Identificación (ID) que consistirá en un número correlativo, lo que permitirá la elaboración de la base de datos, para el posterior análisis estadístico, la cual será conservada de manera confidencial.

Por lo tanto, yo \_\_\_\_\_, manifestó que he sido informado (a) sobre el estudio y doy mi conformidad para participar en el estudio.

Nombre y Apellidos del participante      Firma

Nombre y Apellidos del investigador      Firma

Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante en la investigación; puede contactarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la UPSJB que se encarga de la protección de las personas en los estudios de investigación. Allí puede contactarse con el Mg. Antonio Flores, Presidente del Comité Institucional de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista al teléfono (01) 2142500 anexo147 o al correo [ciei@upsjb.edu.pe](mailto:ciei@upsjb.edu.pe)

## ANEXO 7

### JUECES DE EXPERTOS

#### FICHA DE EVALUACIÓN DE EXPERTOS

Licenciada, magister o doctor (a): *Lic. Jenny Gutierrez Lallana*

Título de la investigación: *Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de pre escolares que acceden al CRED.*

A continuación, presento a Ud., la lista de cotejo, con los criterios para el análisis de los ítems del/los instrumentos de recolección de los datos que se adjuntan.

Crterios	Si	No	Observaciones /sugerencias
1. ¿Los ítems del instrumento de recolección de datos están orientados al problema de investigación?	X		
2. ¿En el instrumento los ítems están referidos a la variable de investigación?	X		
3. ¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X		
4. ¿El instrumento de recolección de datos presenta la cantidad de ítems apropiados?	X		
5. ¿Existe coherencia en el orden de presentación de los ítems en el instrumento de recolección de datos?	X		
6. ¿El diseño del instrumento de recolección de datos facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X		
7. ¿Eliminaría algún ítem del instrumento de recolección de datos?		X	
8. ¿Agregaría algún ítem del instrumento de recolección de datos?		X	
9. ¿El diseño del instrumento de recolección de datos será accesible a la población sujeto de estudio?	X		
10. ¿La redacción de los ítems del instrumento de datos es clara, sencilla y precisa para la investigación?	X		

Otros comentarios y/o sugerencias:

.....

.....

Atentamente

*Jenny Gutierrez Lallana*

*08/09/22*

FIRMA

FECHA

**FICHA DE EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

Licenciada, magister o doctor (a): *Lic. Gina Nataly Contreras Quispe*

Título de la investigación: *Conocimiento sobre Alimentación saludable en madres de PAB escolares que asisten al CEPD.*

A continuación, presento a Ud., la lista de cotejo, con los criterios para el análisis de los ítems del/los instrumentos de recolección de los datos que se adjuntan.

Crterios	Si	No	Observaciones /sugerencias
1. ¿Los ítems del instrumento de recolección de datos están orientados al problema de investigación?	X		
2. ¿En el instrumento los ítems están referidos a la variable de investigación?	X		
3. ¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X		
4. ¿El instrumento de recolección de datos presenta la cantidad de ítems apropiados?	X		
5. ¿Existe coherencia en el orden de presentación de los ítems en el instrumento de recolección de datos?		X	
6. ¿El diseño del instrumento de recolección de datos facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X		
7. ¿Eliminaría algún ítem del instrumento de recolección de datos?		X	
8. ¿Agregaría algún ítem del instrumento de recolección de datos?		X	
9. ¿El diseño del instrumento de recolección de datos será accesible a la población sujeto de estudio?	X		
10. ¿La redacción de los ítems del instrumento de datos es clara, sencilla y precisa para la investigación?	X		

Otros comentarios y/o sugerencias:

.....

.....

Atentamente

  
 MINISTERIO DE SALUD  
 C.M.I. SAN GERARDO DE VILLA  
 Lic. Gina Nataly Contreras Quispe  
 Esp. Emergencias y Desastres  
 CEP 61810 RNE 13331

FIRMA

FECHA

*14/09/22*

**FICHA DE EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

Licenciada, magister o doctor (a): *Lic. Carmen Paula Tello Semanoz.*

Título de la investigación: *Conocimiento sobre Alimentación Saludable en madres de preescolares que acuden al C.P.S.D.*

A continuación, presento a Ud., la lista de cotejo, con los criterios para el análisis de los ítems del/los instrumentos de recolección de los datos que se adjuntan.

Crterios	Si	No	Observaciones /sugerencias
1. ¿Los ítems del instrumento de recolección de datos están orientados al problema de investigación?	X		
2. ¿En el instrumento los ítems están referidos a la variable de investigación?	X		
3. ¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X		
4. ¿El instrumento de recolección de datos presenta la cantidad de ítems apropiados?	X		
5. ¿Existe coherencia en el orden de presentación de los ítems en el instrumento de recolección de datos?	X		
6. ¿El diseño del instrumento de recolección de datos facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X		
7. ¿Eliminaría algún ítem del instrumento de recolección de datos?	X		
8. ¿Agregaría algún ítem del instrumento de recolección de datos?	X		
9. ¿El diseño del instrumento de recolección de datos será accesible a la población sujeto de estudio?	X		
10. ¿La redacción de los ítems del instrumento de datos es clara, sencilla y precisa para la investigación?	X		

Otros comentarios y/o sugerencias:

.....  
 .....

Atentamente

FIRMA

FECHA

*10/09/22*

**FICHA DE EVALUACIÓN DE EXPERTOS**

Licenciada, magister o doctor (a): *Lic. Nancy Alfaro Ortiz.*

Título de la investigación: *Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de Puzo escuelas que acuden al CEG*

A continuación, presento a Ud., la lista de cotejo, con los criterios para el análisis de los ítems del/los instrumentos de recolección de los datos que se adjuntan.

Crterios	Si	No	Observaciones /sugerencias
1. ¿Los ítems del instrumento de recolección de datos están orientados al problema de investigación?	X		
2. ¿En el instrumento los ítems están referidos a la variable de investigación?	X		
3. ¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X		
4. ¿El instrumento de recolección de datos presenta la cantidad de ítems apropiados?	X		
5. ¿Existe coherencia en el orden de presentación de los ítems en el instrumento de recolección de datos?	X		
6. ¿El diseño del instrumento de recolección de datos facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X		
7. ¿Eliminaría algún ítem del instrumento de recolección de datos?	X		
8. ¿Agregaría algún ítem del instrumento de recolección de datos?	X		
9. ¿El diseño del instrumento de recolección de datos será accesible a la población sujeto de estudio?	X		
10. ¿La redacción de los ítems del instrumento de datos es clara, sencilla y precisa para la investigación?	X		

Otros comentarios y/o sugerencias:

.....

.....

Atentamente

  
 FIRMA 17/09/22  
 FECHA