

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE
DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN
ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL
RÍMAC – 2023**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

AUTORES:

**ALAMO RAMOS, CAMILA ALEJANDRA
OSORIO SULLA, CHRISTIAN RUBEN**

ASESOR:

MG. BRAULIO PEDRO ESPINOZA FLORES

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PROMOCIÓN Y DESARROLLO DE
LA SALUD DEL NIÑO Y DEL ADOLESCENTE.**

Callao, 2023

PERÚ

Document Information

Analyzed document	INFORME FINAL SIMILITUD ALAMO - OSORIO.docx (D181068865)
Submitted	2023-12-07 00:03:00 UTC+01:00
Submitted by	
Submitter email	croorios@unac.edu.pe
Similarity	12%
Analysis address	fcs.investigacion.unac@analysis.arkund.com

Sources included in the report

SA	1A_Jauregui_Romero_Erika_Titulo_Profesional_2017.docx Document 1A_Jauregui_Romero_Erika_Titulo_Profesional_2017.docx (D35568757)	 2
SA	Universidad Nacional del Callao / SANDOVAL - MANRIQUE TESIS 2023.docx Document SANDOVAL - MANRIQUE TESIS 2023.docx (D175424595) Submitted by: pgsandovald@unac.edu.pe Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.arkund.com	 2
SA	ELIS NOEMI DIAZ SILVA Tesis Titulo Profesional Enfermeria UNC Chota.docx Document ELIS NOEMI DIAZ SILVA Tesis Titulo Profesional Enfermeria UNC Chota.docx (D136823164)	 6
SA	URKUM - NUÑEZ COSAR YARA 29 DE ABRIL.docx Document URKUM - NUÑEZ COSAR YARA 29 DE ABRIL.docx (D135187718)	 4
SA	1A_Palomino_Silva_Isabella_Saret_TituloProfesional_2022.docx Document 1A_Palomino_Silva_Isabella_Saret_TituloProfesional_2022.docx (D147733570)	 4
SA	Universidad Nacional del Callao / Tesis filtro arkund.docx Document Tesis filtro arkund.docx (D173798634) Submitted by: palacioscarmen1808@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.arkund.com	 1
SA	TESIS ELIS NOEMI DIAZ SILVA 12-05-2022.docx Document TESIS ELIS NOEMI DIAZ SILVA 12-05-2022.docx (D136392319)	 2
SA	Universidad Nacional del Callao / ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA callao tesis 22.5.23RUTH ATAO EULATE (3) (4).docx Document ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA callao tesis 22.5.23RUTH ATAO EULATE (3) (4).docx (D170529486) Submitted by: rataoe@unac.edu.pe Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.arkund.com	 3
SA	TESIS TORRES NUÑEZ (2) (1).docx Document TESIS TORRES NUÑEZ (2) (1).docx (D123817990)	 2

INFORMACIÓN BÁSICA

FACULTAD:

CIENCIAS DE LA SALUD

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN:

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

TÍTULO:

“CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL RÍMAC – 2023.”

AUTORES:

CAMILA ALEJANDRA ALAMO RAMOS

ORCID: 0000-0003-1947-2430

DNI: 76391541

CHRISTIAN RUBEN OSORIO SULLA

ORCID: 0000-0002-5747-9599

DNI: 72383923

ASESOR:

MG. BRAULIO PEDRO ESPINOZA FLORES

ORCID: 0000-0002-5855-9750

DNI: 15720103

LUGAR DE EJECUCIÓN

INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013 – RÍMAC, LIMA.

UNIDAD DE ANÁLISIS

MADRES E HIJOS DEL TERCER CICLO DE LA I.E. 3013 – RIMAC.

TIPO/ ENFOQUE/ DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

INVESTIGACIÓN DE TIPO DESCRIPTIVO CORRELACIONAL, ENFOQUE CUANTITATIVO, DE DISEÑO NO EXPERIMENTAL EXPLORATORIO Y CORTE TRANSVERSAL.

TEMA OCDE

LÍNEA: 3.03.03 ENFERMERÍA

HOJA DE REFERENCIA DEL JURADO Y APROBACIÓN

MIEMBROS DEL JURADO DE SUSTENTACIÓN:

LIC. ESP. YRENE ZENAIDA BLAS SANCHO	PRESIDENTA
DR. CESAR MIGUEL GUEVARA LLACZA	SECRETARIO
DR. MARÍA ELENA TEODOSIO YDRUGO	MIEMBRO
DRA. ANA ELVIRA LÓPEZ DE GÓMEZ	SUPLENTE

ASESOR:

MG. BRAULIO PEDRO ESPINOZA FLORES/ 0000-0002-5855-9750/ 15720103

N.º de Libro: 02

N.º de Folio: 35

N.º de Acta: 031/2023

Fecha de Aprobación de la tesis: 18 DE DICIEMBRE DEL 2023

Resolución de Sustentación: N° 448-2023-D/FCS



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**ACTA DE SUSTENTACIÓN PARA OBTENCIÓN DEL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

ACTA N° 31/2023

Siendo las 12:00 horas del día lunes 18 de diciembre del 2023, en las instalaciones del auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud, se inicia la sustentación de tesis en presencia de los miembros de Jurado de Sustentación de Tesis:

Lic. Esp. YRENE ZENAIDA BLAS SANCHO
Dr. CESAR MIGUEL GUEVARA LLACZA
Dra. MARÍA ELENA TEODOSIO YDRUGO

Presidente
Secretaria
Vocal

Previa lectura de la Resolución N° 448-2023-D/FCS de fecha 11 de diciembre de 2023 y de acuerdo al Reglamento de Grados y Títulos, Arts. 79° 80° y 81°, aprobado con Resolución de Consejo Universitario N° 150-2023-CU de fecha 15 de junio del 2021; se inicia el acta de sustentación, invitando a los bachilleres **ALAMO RAMOS CAMILA ALEJANDRA Y OSORIO SULLA CHRISTIAN RUBEN**, a la sustentación de la tesis, titulada "**CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL RIMAC - 2023**", finalizada la exposición los bachilleres absolvieron las preguntas y observaciones formuladas por el Jurado Examinador con relación a la tesis; luego de deliberar se acordó: APROBAR con la escala de calificación cualitativa *14.5000* y la calificación cuantitativa (*17*).

Por consiguiente, los miembros de jurado acordaron declarar APTO(A) para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería a los bachilleres: **ALAMO RAMOS CAMILA ALEJANDRA Y OSORIO SULLA CHRISTIAN RUBEN**, culminando la ceremonia de Sustentación de Tesis a las Horas del mismo día.

Como constancia del acto, firman los miembros presentes.

Bellavista, 18 de diciembre del 2023.


.....
Lic. Esp. YRENE ZENAIDA BLAS SANCHO
Presidente


.....
Dr. CESAR MIGUEL GUEVARA LLACZA
Secretaria


.....
Dra. MARÍA ELENA TEODOSIO YDRUGO
Vocal



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Callao, 18 de diciembre del 2023

Señora Doctora

ANA LUCY SICCHA MACASSI

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

Presente

ASUNTO: INFORME FAVORABLE DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo, y a la vez, hacer de conocimiento en mi calidad de Presidenta de Jurado de Sustentación de Tesis, designada mediante Resolución de Decanato N° 448-2023-D/FCS de fecha 11 de diciembre del 2023, la sustentación de la tesis titulada **CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL RIMAC - 2023**", presentado por los bachilleres: **ALAMO RAMOS CAMILA ALEJANDRA Y OSORIO SULLA CHRISTIAN RUBEN**; culminando la ceremonia de Sustentación de Tesis a las : 13 horas, realizado el lunes 18 de diciembre del 2023.

Finalizada la sustentación los miembros del jurado acuerdan por unanimidad aprobar la sustentación de tesis, dándose la respectiva conformidad que permite la continuidad del trámite para obtención del Título Profesional de Licenciados en Enfermería.

Agradeciendo su amable atención al presente, quedo de usted.

Muy atentamente,

Lic. Esp. YRENE ZENAIDA BLAS SANCHO

Presidente de Jurado

C.c.: Miembros de Jurado

Bachilleres

DEDICATORIA

A Dios, por llenarme de bendiciones y haberme guiado en todas las situaciones que se me presentaron a lo largo de mi vida y en especial de mi carrera profesional.

A mi persona, por el esfuerzo y perseverancia constante en el logro de mis objetivos.

A mis amados padres y familiares por el amor que me brindan día con día y la guía hacia el camino de la superación apoyándome en todo momento a culminar mi carrera, todo lo que soy ahora es gracias a ellos.

Y a la persona que estuvo presente y me apoyo vistiendo turquesa sin ejercerla, Martin.

Alamo Ramos Camila Alejandra

Dedico este trabajo de investigación con profundo agradecimiento y cariño. A mi madre, fuente inagotable de inspiración, cuyo apoyo y guía han sido fundamentales para mi desarrollo como profesional y como persona. A mis queridas hermanas, cuya orientación y aliento constante me han impulsado a perseverar en la búsqueda de mis objetivos.

Asimismo, dedico este trabajo a mi tío, figura ejemplar que ha buscado incansablemente oportunidades para mi crecimiento y ha velado por mi bienestar con inquebrantable dedicación. Sus consejos y apoyo han dejado una huella imborrable en mi trayectoria.

A todos ellos, mi gratitud eterna por ser pilares invaluable en mi camino, contribuyendo significativamente a la persona que soy en la actualidad.

Osorio Sulla Christian Ruben

AGRADECIMIENTO

A Dios, por la oportunidad y bendición de este gran logro de contar con un estudio superior.

A nuestros amados padres, por su arduo esfuerzo día con día para que nosotros podamos culminar la carrera y apoyarnos siempre en nuestros estudios.

A la prestigiosa Universidad Nacional del Callao y a la Escuela Profesional de Enfermería, por estarse innovando día con día para convertirnos en los mejores profesionales capacitados con excelencia.

A nuestros estimados docentes y asesor de este trabajo de investigación, por enseñarnos y transmitirnos sus conocimientos brindándonos una educación de calidad.

Finalmente, agradecemos a cada persona que hizo posible este trabajo de investigación.

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS DE CONTENIDO	3
ÍNDICE DE GRÁFICOS DE CONTENIDO.....	5
RESUMEN	6
ABSTRAC	7
INTRODUCCIÓN.....	8
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	9
1.1. Descripción de la situación problemática	9
1.2. Formulación del problema.....	11
1.2.1. Problema general	11
1.2.2. Problemas específicos.....	11
1.3. Objetivos	12
1.3.1. Objetivo general	12
1.3.2. Objetivos específicos	12
1.4. Justificación.....	13
1.5 Delimitantes de la investigación	13
II. MARCO TEÓRICO.....	15
2.1 Antecedentes	15
2.1.1 Antecedentes internacionales.....	15
2.1.2 Antecedentes nacionales.....	16
2.2. Bases teóricas.....	19
2.2.1. Modelo de promoción de la Salud.....	19
2.2.2 Teoría de la Salutogénesis.....	20
2.2.3 Teoría del conocimiento.....	21
2.3. Marco conceptual.....	24
2.3.1. Conocimiento sobre alimentación saludable.....	24
2.3.2. Estado nutricional	32
2.3.3 Índice de masa corporal	33
2.4. Definición de términos básicos	35
III. HIPOTESIS Y VARIABLES.....	39
3.1. Hipótesis	39
3.1.1. Operacionalización de variables	40
IV. METODOLOGÍA DEL PROYECTO.....	41
4.1. Diseño metodológico	41
4.1.1. Tipo de investigación	41

4.1.2. Diseño de la investigación	41
4.2. Método de investigación	42
4.3. Población y muestra	42
4.3.1. Población.....	42
4.3.2. Muestra	42
4.3.3. Criterios de inclusión	43
4.3.4. Criterios de exclusión	43
4.4. Lugar de estudio y periodo desarrollado	44
4.5. Técnica e instrumentos para la recolección de la información	44
4.5.1. Técnicas.....	44
4.5.2. Instrumentos.....	44
4.5.3. Validez y confiabilidad	46
4.6. Análisis y procesamiento de datos.....	46
4.7. Aspectos éticos en investigación	47
V. RESULTADOS	48
5.1 Resultados descriptivos.....	48
5.1 Resultados inferenciales.....	55
VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	59
6.1 Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados.....	59
6.2 Contrastación de los resultados con otros estudios	61
6.3 Responsabilidad ética de acuerdo a los reglamentos vigentes	64
VII. CONCLUSIONES	65
VIII. RECOMENDACIONES	66
IX. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	68
ANEXOS.....	80
- ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	81
- ANEXO 2: INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS	85
- ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO	91
- ANEXO 4: BASE DE DATOS.....	94

ÍNDICE DE TRABLAS DE CONTENIDO

TABLA 1: Conocimiento sobre alimentación saludable de las madres de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac - 2023.....	47
TABLA 2: Estado nutricional en los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac - 2023.	48
TABLA 3: Conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023	49
TABLA 4: Conocimiento sobre la dimensión aspectos generales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac - 2023.....	50
TABLA 5: Conocimiento sobre la dimensión requerimientos nutricionales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac - 2023.....	51
TABLA 6: Conocimiento sobre la dimensión cantidad y frecuencia de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac - 2023	52
TABLA 7: Correlación entre el conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023.....	53

TABLA 8: Correlación entre la dimensión aspectos generales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac - 2023.	54
TABLA 9: Correlación entre la dimensión requerimientos nutricionales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac - 2023.....	55
TABLA 10: Correlación entre la dimensión cantidad y frecuencia de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023	56

ÍNDICE DE GRÁFICOS DE CONTENIDO

GRÁFICO 1: Conocimiento sobre alimentación saludable de las madres de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023.....	47
GRÁFICO 2: Estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023	48
GRÁFICO 3: Conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023	49
GRÁFICO 4: Conocimiento sobre la dimensión aspectos generales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023.....	50
GRÁFICO 5: Conocimiento sobre la dimensión requerimiento nutricionales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023.....	51
GRÁFICO 6: Conocimiento sobre la dimensión cantidad y frecuencia de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023.....	52

RESUMEN

La presente investigación tiene un gran aporte para el interés científico y la comunidad ya que en el contexto actual se va incrementando cada vez más el índice de personas con enfermedades no transmisibles por no llevar principalmente una alimentación saludable, entre otros aspectos. **Objetivo:** Determinar el conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac - 2023. **Metodología:** Investigación descriptiva, correlacional, prospectiva, no experimental y cuantitativo. La población estuvo conformada por 71 madres y escolares del tercer ciclo, con una muestra de 60 madres y escolares entre 6 y 8 años de ambos sexos, la técnica fue la encuesta y los instrumentos fueron el cuestionario denominado NICOAS validado por juicio de experto, el cual la confiabilidad se determinó con una prueba piloto y la ficha de registro. Para el análisis de los resultados se realizó mediante la estadística descriptiva inferencial RHO – Spearman. **Resultados:** Los resultados obtenidos sobre la variable conocimiento sobre alimentación saludable fue 8.3% (5) alto, el 75% (45) medio y el 16.7% (10) bajo. Asimismo, respecto a la variable estado nutricional se identificó que el 15% (9) con obesidad, seguido de un 13.3% (8) con sobrepeso, 70% (42) con un estado normal y el 1.7% (1) con un estado de delgadez. **Conclusión:** Se determinó que el conocimiento sobre alimentación saludable de las madres es inadecuado y se encontró un considerable porcentaje de escolares con un estado nutricional de sobre peso, obesidad y delgadez. Además, se establece que el conocimiento se correlaciona con el estado nutricional de los escolares de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023; con el grado de significancia $p < 0.05$. (r Spearman = 0.476)

Palabras clave: conocimiento, alimentación, alimentación saludable, estado nutricional e índice de masa corporal (IMC)

ABSTRAC

The present research have a great contribution for scientific interest and the community since in the current context the rate of people with noncommunicable diseases is increasing more and more due tonot having a healthy diet, among other aspects. **Objetive:** Determine the knowledge about healthy eating of mothers and the nutritional status in schoolchildren in the third cycle of primary education at educational institution 3013, Rímac - 2023. **Methodology:** Descriptive, correlational, prospective, non-experimental and quantitative research. The population was made up of 71 mothers and third cycle schoolchildren, with a sample of 60 mothers and schoolchildren between 6 and 8 years of both sexes, the technique was the survey and the instruments were the questionnaire called NICOAS validated by expert judgment, the which reliability was determined with a pilot test and the recording sheet. To analyze the results, the inferential descriptive statistics RHO – Spearman were used. **Results:** The results obtained on the variable knowledge about healthy eating were 8.3% (5) high, 75% (45) medium and 16.7% (10) low. Likewise, regarding the nutritional status variable, it was identified that 15% (9) were obese, followed by 13.3% (8) were overweight, 70% (42) were in a normal state and 1.7% (1) were in a normal state. of thinness. **Conclusion:** It was determined that mothers' knowledge about healthy eating is inadequate and a considerable percentage of schoolchildren was found with a nutritional status of overweight, obesity and thinness. Furthermore, it is established that knowledge is correlated with the nutritional status of primary school students at Educational Institution 3013, Rímac – 2023; with the degree of significance $p < 0.05$. (Spearman $r = 0.476$)

Key words: Knowledge, feeding, healthy eating, nutricional status and body mass index (BMI).

INTRODUCCIÓN

La alimentación saludable es el consumo de comidas de forma equilibrada que aportan nutrientes y la energía necesaria para cubrir las necesidades nutricionales de un individuo. Por el contrario, la alimentación inadecuada está estrechamente relacionada con el desarrollo de patologías crónicas, caracterizado por una elevada morbimortalidad, por esta razón la alimentación saludable cumple con prevenir enfermedades tales como la osteoporosis, algunos tipos de cánceres, la desnutrición, la obesidad y la anemia.

Para alcanzar una alimentación saludable es importante conocer cuáles son los alimentos recomendados y adecuados para cada individuo, según su etapa de vida, como, por ejemplo, saber los tipos de alimentos, la cantidad, la proporción y la frecuencia con las que se debe consumir durante la etapa escolar.

El estado nutricional es un indicador para detectar problemas relacionados con el peso y la talla, principalmente durante la etapa escolar, debido a que los niños con sobrepeso u obesidad tienen más probabilidades de desarrollar enfermedades como hipertensión arterial y diabetes mellitus.

Por esta razón, se realiza el presente trabajo de investigación titulado “Conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares de una institución educativa del Rímac – 2023”, el cual tiene como finalidad determinar el conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares. Además, consta de 8 apartados: I. Planteamiento del problema, contiene: la descripción de la realidad problemática, formulación del problema, objetivos, justificación y los delimitantes de la investigación. II. Marco Teórico, contiene: Antecedentes, base teórica, marco conceptual y definición de términos. III. Hipótesis y variables, contiene: Hipótesis y la operacionalización de variable. IV: Metodología del proyecto, contiene: Diseño metodológico, método de investigación, población y muestra, lugar de estudio, técnicas e instrumentos para la recolección de la información, análisis y procesamiento de datos y aspectos éticos en investigación. V: Resultados. VI. Discusión de los resultados. VII: Conclusiones. VII. Recomendaciones y por último VIII. Referencias bibliográficas.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la situación problemática

La alimentación saludable consiste en la ingesta de alimentos que brinden los nutrientes necesarios para mantener el gasto energético de un individuo aportando así en su crecimiento y desarrollo.

El estado nutricional permite conocer el aporte nutricional del organismo a través de los alimentos que el individuo consume según su demanda alimenticia, contribuyendo de esta manera al resultado del balance entre las necesidades y el gasto de energía alimentaria.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en el año 2020, los establecimientos públicos y las familias en los países de ingresos medianos-bajos como Bolivia, Honduras y Haití; en los primeros meses de la pandemia COVID-19, se estimó una reducción del 30% de la cobertura esencial de servicios de nutrición y una disminución del 75 al 100% en contextos de confinamiento. Según la Organización mundial de la salud (OMS) en el año 2021, refiere que es fundamental alimentarse de forma saludable para prevenir todas las formas de malnutrición y afecciones como la diabetes, el cáncer y otras enfermedades no transmisibles. (1)

Según la Organización panamericana de la salud (OPS) en el año 2023 en el Caribe el 52%, en Mesoamérica el 27,8% y en América del Sur el 18,4% las familias no cuentan con los medios suficientes para acceder a una dieta saludable, esto se asocia a diferentes indicadores socioeconómicos y nutricionales relacionados con la incidencia de pobreza y el nivel de desigualdad asociándolo a una mayor prevalencia de hambre y desnutrición crónica en niños y niñas, pues sufren una mayor inseguridad alimentaria que los adultos, además aclara que debido al contexto mundial este acontecimiento seguirá aumentando por la crisis de los precios de los alimentos y de los combustibles causada por el conflicto en Ucrania y las secuelas de la COVID 19. (2)

En el Perú, según la Vigilancia alimentaria nutricional por etapas de vida (VIANEV) en su informe técnico sobre los hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años en el año 2021, se concluyó que dos de cada diez niños disminuyeron el consumo de frutas y uno de cada cuatro niños disminuyó en el consumo de verduras, uno de cada cinco niños aumento su consumo en alimentos ultra procesados, la proporción de cuidadores que alguna vez escucho hablar de las guías alimentarias para la población peruana fue baja y de los que escucharon solo uno de cada cuatro recuerda alguno de los mensajes, por el contexto de la pandemia la actividad física disminuyó en tres de cada cuatro niños y una proporción similar aumento su tiempo frente a la pantalla de una computadora, televisor, tableta y/o teléfono, la proporción de obesidad en Lima Metropolitana fue el doble de la proporción de sobrepeso y casi dos tercios en exceso de peso encontrando un riesgo de enfermedad cardiovascular muy alto en uno de cada tres niños y alto en uno de cada cinco niños. (3)

El Ministerio de Salud (MINSA), considera que los niños y niñas en etapa escolar tienen un periodo de crecimiento continuo, si reciben aportes de energía y proteínas adecuadas e incluyen en sus tiempos de comida, alimentos variados y en cantidades apropiadas es poco probable que tengan deficiencias nutricionales. Pero si se tiene hábitos inadecuados en la alimentación, ya sea por déficit de alimentos o exceso de estos, puede conducir a la desnutrición, sobrepeso u obesidad, que en el curso de vida conlleva la presencia de enfermedades no transmisibles, como: la hipertensión arterial, diabetes mellitus, niveles elevados de colesterol, enfermedades cardiovasculares, problemas óseos y de articulaciones. (4)

En la visita a la Institución Educativa N°3013 se observó a escolares con apariencia robusta que al realizar la clase de educación física o incluso en los recreos se fatigan con mayor facilidad en un periodo corto de tiempo que los otros niños y niñas, impidiendo continuar la actividad física, por otro lado también se observó a escolares con una apariencia delgada o muy delgada y tez pálida los cuales en entrevista con los docentes refieren que son niños y niñas que muchas veces se duermen en clase o no terminan su lonchera.

Además, se evidencia la escasa oferta de puestos que vendan alimentos saludables, dentro y fuera del centro de estudios; por lo que muchas de las madres adquieren alimentos como golosinas, gaseosas, jugos artificiales, bebidas deportivas e hidratantes como parte de la lonchera escolar saludable. Al conversar con las madres de primero y segundo grado refieren: “es que a veces por el trabajo no tengo tiempo y por el apuro tengo que comprarle algo rápido”, “cada vez que le hago el desayuno ella no lo come, por eso algunas veces le mando lo que ella quiere, peor si no come nada”, Estas respuestas dan a entender que hay comportamientos inadecuados que podrían estar relacionados con el conocimiento de las madres en la alimentación de sus hijos que cursan el primer y segundo grado de primaria. A la entrevista los docentes refieren “no hemos recibido información relacionada a la alimentación saludable en escolares”, por lo cual al tener presente los objetivos de desarrollo sostenible (ODS) los cuales poseen una meta para la agenda 2030, se hace énfasis en el objetivo número 2 el cual propone terminar con todas las formas de hambre y desnutrición, como propuesta para el logro de esta meta se propone tomar en cuenta la integración de los centros educativos con el sector salud para el desarrollo de programas educativos sobre alimentación saludable.

Se presume que, si el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable es menor en las madres, puede haber un aumento de personas con inadecuado estado nutricional ya que los miembros de la familia no solo están conformados por el escolar y la madre en nuestra población, por lo tanto evidenciando lo anterior mencionado, si se incrementa la cantidad de personas con un estado nutricional inadecuado se incrementara la implicancia del personal de enfermería en estos individuos, la demanda en el primer nivel de atención en salud y el incremento en los índices de morbilidad en el Perú.

Por lo evidenciado se formula el siguiente problema:

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

- ¿Cómo es conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cómo es conocimiento sobre la dimensión aspectos generales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023?
- ¿Cómo es conocimiento sobre la dimensión requerimientos nutricionales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023?
- ¿Cómo es conocimiento sobre la dimensión cantidad y frecuencia de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

- Determinar el conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar el conocimiento sobre la dimensión aspectos generales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023
- Identificar el conocimiento sobre la dimensión requerimientos nutricionales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023.

- Identificar el conocimiento sobre la dimensión cantidad y frecuencia de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023.

1.4 Justificación

En nuestra realidad aún prevalecen los problemas nutricionales en escolares, y esto se deriva de la capacidad y criterios que tienen los padres para alimentar a sus hijos. Tales problemas pueden tener como consecuencia trastornos u otras enfermedades no transmisibles. Por tal motivo, el presente trabajo tiene como base teórica Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender, el cual sostiene que es necesario orientar y motivar a las personas para manejar, mejorar y mantener una buena nutrición. Esto conduce a la adopción de estilos de vida saludables. Para lograr los objetivos propuestos por este modelo, es fundamental el conocimiento sobre la alimentación que tienen las madres de los escolares. Estos resultados servirán como base para futuros estudios, y podrán compararse con otras investigaciones cuyo propósito sea llevar a cabo actividades preventivo - promocionales de la salud. Los beneficiarios primarios de estas iniciativas son los escolares, ya que una alimentación saludable contribuye al adecuado crecimiento, desarrollo y rendimiento académico. Además, los beneficiarios secundarios son las madres, ya que adquirir conocimientos sobre alimentación saludable les permite tomar decisiones informadas y adoptar prácticas alimenticias que beneficiaran la salud y el bienestar de sus hijos.

1.5 Delimitantes de la investigación

El presente estudio está delimitado de la siguiente manera:

Delimitante Teórica

La investigación tiene como base teórica al modelo de promoción de la salud de Nola Pender donde se relaciona el accionar de la madre a su hijo con la finalidad de mantener la salud de ambos en lo que respecta a su alimentación, la teoría de la salutogénesis de Aarón Antonovsky donde

define el origen y el mantenimiento de la salud a pesar de vivir en un entorno en lo que él denomina obesogénico y las teorías del conocimiento que desde sus inicios ha sido un debate en la esencia de su naturaleza.

Delimitante Temporal

La investigación se llevó a cabo en forma prospectiva en el mes de junio del año 2023.

Delimitante Espacial

La presente investigación se llevó a cabo en la Institución Educativa 3013 del distrito del Rímac, departamento de Lima.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes Internacionales

PINZÓN E., ZAPATA H., LESMES M., TORO D., PICO S., realizó un estudio en Colombia en el año 2021, titulado "Estado nutricional de escolares de 5 a 9 años del Valle del Cauca", cuyo **objetivo** fue determinar el estado nutricional. La **metodología** fue descriptiva de corte transversal. Utilizaron como herramienta el Índice de Masa Corporal (IMC), la muestra estuvo conformada por 4,770 niños. **Resultados**, el 13,2% de los escolares presentaron sobrepeso; 7,6% son obesos y el 5,6% tienen bajo peso. **Conclusiones**, En el Valle del Cauca coexiste la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad. (5)

LEMA V., AGUIRRE M., GODOY N., CORDERO N., realizó un estudio en Ecuador en el año 2021, titulado "Estado nutricional y estilo de vida en escolares. Una mirada desde unidades educativas públicas y privadas", cuyo **objetivo** fue analizar el estado nutricional y estilo de vida en escolares de 8 a 10 años de unidades educativas públicas y privadas del Cantón Azogues. La **metodología** fue cuantitativa, correlacional de corte transversal. Utilizaron como herramienta la prueba validada "CHVSAAF" y los indicadores antropométricos, la población estuvo conformado por 238 niños. **Resultados**, se destaca una prevalencia de malnutrición de 6,7% peso bajo, 16,4% baja talla, 17,2% sobrepeso y 4,6% obesidad. **Conclusiones**, no encontraron asociación significativa entre las variables de estudio. (6)

CARVAJAL M., HIDALGO G., realizó un estudio en Ecuador en el año 2020, titulado "Nivel de conocimiento que tienen las madres sobre alimentación y nutrición en relación al estado nutricional de los niños escolares", cuyo **objetivo** fue determinar la relación entre el nivel de conocimiento que tienen las madres sobre alimentación y nutrición con

el estado nutricional de niños de 6 a 11 años. La **metodología** fue de corte transversal y correlacional. Uso la encuesta y la muestra fue de 70 niños. **Resultados**, con edad de $8 \pm 1,82$ años e IMC de $18,09 \pm 3,56$ kg/m², se encuentra un 17,14% con sobrepeso, 14,28% con obesidad y 2,86% con bajo peso; la talla promedio es $131,33 \pm 10,76$ cm, talla/edad, con un 12,86% de talla inadecuado para la edad, la cual refleja una desnutrición crónica desde la etapa preescolar. **Conclusiones**, el nivel de conocimiento que tienen las madres sobre alimentación y nutrición en el escolar es en promedio 87% de medio a alto, con presencia significativa de un 13% de madres con nivel de conocimiento bajo. (7)

2.1.2 Antecedentes Nacionales

BOHORQUEZ Y. realizó un estudio titulado “Nivel de conocimiento sobre alimentación infantil y practicas alimentarias en madres de familia del Centro de Atención Primaria III del distrito de San Juan de Miraflores, Lima - 2020.”, cuyo **objetivo** fue establecer la relación que existe entre el nivel de conocimiento sobre alimentación infantil y prácticas alimentarias de las madres. La **metodología** fue de enfoque cuantitativo, correlacional y diseño no experimental. La muestra fue de 100 madres de familia, a las cuales aplico un instrumento de medición: con dos cuestionarios. **Resultados**, respecto a la frecuencia el 98% respondieron correctamente, sobre los alimentos proteicos el 88%, carbohidratos y grasas 93%, alimentos para la anemia 61% y conceptos sobre alimentación 70%. **Conclusión**, existe una correlación significativa entre conocimientos y practicas alimenticias de las madres. (8)

ORTEGA C. realizó un estudio titulado “Relación entre el nivel de conocimiento de las madres sobre la alimentación escolar y el estado nutricional en niños de una institución educativa primaria, San Juan Lurigancho – Lima, 2019.”, cuyo **objetivo** fue determinar la relación entre el nivel de conocimiento de las madres sobre alimentación escolar y el

estado nutricional en niños de dicha institución educativa. La **metodología** fue cuantitativa, con un diseño no experimental, transversal y correlacional. Su muestra total estuvo conformada por 190 estudiantes. El instrumento utilizado para medir el nivel de conocimiento de las madres sobre la alimentación escolar fue NICMAES. **Resultados**, el 92,1% tuvieron un nivel de conocimiento medio. En cuanto al estado nutricional; el 36.2%, normo peso y el 32.3% obesidad. **Conclusión**, existe relación entre el nivel de conocimiento de las madres sobre alimentación escolar y el estado nutricional de dicha institución educativa. (9)

CHOCO D. HUERTA N. realizó un estudio titulado “Comparación del nivel de conocimiento de las madres según el tipo de colegio sobre alimentación saludable y su relación con el estado nutricional de niños escolares del nivel primario del distrito de Cayma, Arequipa 2019.”, cuyo **objetivo** fue comparar el nivel de conocimiento de las madres según el tipo de colegio sobre alimentación saludable y su relación con el estado nutricional de niños escolares. La **metodología** fue descriptiva, correlacional y de corte trasversal, la muestra fue de 126 madres y uso la encuesta. **Resultados**, el 38.10% de las madres con nivel de conocimiento bajo tienen el 47,62% de hijos escolares con sobrepeso, el 22.22% de madres con alto nivel de conocimiento tienen el 30,16% de hijos escolares con estado nutricional normal. El 42.86% de las madres con nivel de conocimiento bajo tienen el 61,90% de hijos escolares con sobrepeso. **Conclusión**, el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable influye significativamente en el estado nutricional. (10)

TUPIA E. realizó un estudio titulado “Conocimientos, actitudes y practicas sobre alimentación saludable en cuidadores de escolares con exceso de peso del primer y segundo grado primaria, Carabayllo - Lima, 2019”, cuyo **objetivo** fue conocer el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en cuidadores de escolares con

exceso de peso del primer y segundo grado. La **metodología** fue descriptiva y transversal, realizado en 50 cuidadores de escolares con exceso de peso. Utilizó un cuestionario. **Resultados**, el 50% de los cuidadores de escolares con exceso de peso presentó un nivel alto sobre alimentación saludable, el 30% un nivel medio y el 20% un nivel bajo **Conclusión**, los resultados del estudio indican que los cuidadores de los escolares con exceso de peso poseen adecuados conocimientos además de buenas actitudes y prácticas sobre alimentación saludable. (11)

RUIZ J., TAFUR R. realizó un estudio titulado "Estado nutricional y anemia ferropénica de 6 a 12 años, de una institución educativa de la provincia de Rioja, San Martín, 2019", **objetivo** fue determinar la relación que existe entre el estado nutricional y la anemia ferropénica en niños de 6 a 12 años de una institución educativa. La **metodología** fue de enfoque cuantitativo con alcance correlacional y diseño de estudio no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 80 niños, para la recolección de datos se efectuó la medición la medición del peso y talla. **Resultados**, el 13 (16.3%) tiene una anemia moderada y su estado nutricional es moderado, 34 (42.5%) tienen un estado nutricional normal y no tienen anemia. **Conclusión**, existe asociación significativa entre el estado nutricional y la anemia ferropénica, lo que indica que se tiene que considerar dos características para diseñar e implementar condiciones que mejoren el estilo de vida de la niñez, tanto en el entorno familiar como en la institución educativa. (12)

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Modelo de promoción de la salud

Nola Pender propuso su modelo en función dos sustentos teóricos: la teoría de aprendizaje social de Albert Bandura y el modelo de valoración de expectativas de la motivación humana de Heather. Expone de forma amplia los aspectos relevantes que intervienen en la

modificación de la conducta de los seres humanos, sus actitudes y motivaciones hacia el accionar que promoverá la salud, es decir, como las características y experiencias individuales, así como los conocimientos y afectos específicos de la conducta llevan al individuo a participar o no en comportamientos de salud. (13)

Metaparadigmas

- Persona: Es el individuo en este caso la madre quien definirá según sus vivencias y experiencias adquiridas su accionar ante la elección de los alimentos de su menor hijo en cuanto a cantidad, frecuencia y calidad. (13)

- Enfermería: Es el bienestar de la madre y del menor hijo tanto físico como mental y social, ya que la madre hace frente a su responsabilidad en los cuidados necesarios de su hijo y la enfermera es quien se encarga de enseñar y sensibilizar a las madres para que mantengan la buena nutrición de sus hijos.

- Salud: Es el bienestar físico, social y mental de la madre y el niño. (13)

- Medio ambiente: Representa el entorno donde influyen los cambios de las conductas promotoras de la salud. (13)

Relacionado con la presente investigación se llega a la conclusión:

La madre toma decisiones sobre una buena alimentación según sus concepciones, creencias e ideas a lo largo del tiempo que inducen a conductas determinadas; por lo cual es necesario que la madre tenga un conocimiento correcto relacionado a ello, por ende, el personal de enfermería mediante diversas estrategias de promoción de la salud, como las charlas educativas, podrá brindar información que la madre requiera.

2.2.2. Teoría de la salutogénesis

Aarón Antonovsky propuso la teoría de la salutogénesis, el cual lo define como el origen de la salud desde el cual se desarrolla la vida cotidiana adquiriendo gran importancia para la salud pública, haciendo énfasis en los factores que fomenta la creación de la salud frente a la prevención de la enfermedad incrementando la capacidad de las personas en generar salud y bienestar en los estilos de vida para la salud positiva. (14)

Metaparadigmas

- Persona: se basa en como la madre transmite sus conocimientos a través de sus conductas sobre alimentación saludable creando de esta manera los hábitos alimentarios y estilo de vida para su hijo.
- Enfermería: es el bienestar de la madre y del menor hijo tanto físico como mental y social, ya que la madre hace frente a su responsabilidad en los cuidados necesarios de su hijo y la enfermera es quien se encarga de enseñar y sensibilizar a las madres para que mantengan la buena nutrición de sus hijos.
- Salud: es el origen de la salud que se proyecta a través de la promoción de la salud en relación al estilo de vida y hábitos alimentarios.
- Medio ambiente: se describe aquel ambiente que favorece el desarrollo de la obesidad o que estimula hábitos y comportamientos que conducen al exceso o déficit de peso en caso la madre tenga una carencia de recursos económicos.

Relacionado con la presente investigación se llega a la conclusión:

El estudio parte de un enfoque salutogénico ya que la alimentación es el resultado del conocimiento a través de los comportamientos que

favorecen o no las conductas alimentarias saludables, enfocado a aquellas personas que son capaces de mantener una dieta sana a través de sus factores sociales, económicos y psicológicos a pesar del ambiente obeso génico en el cual habitamos, es decir, la exploración de activos de salud para el bienestar y la buena salud.

2.2.3. Teoría del conocimiento

La palabra epistemología etimológicamente proviene del griego el cual consta de los vocablos episteme (conocimiento) y lógos (teoría), es la rama de la filosofía que estudia todos los elementos que procuran los principios, fundamentos, extensión, métodos y adquisición a la denominada teoría del conocimiento obtenido a través del método científico. Dada la comprensión holística, en la filosofía antigua encontramos múltiples reflexiones epistemológicas, especialmente en Platón y Aristóteles, aun así, existen diversos modelos y autores en cuanto a métodos y técnicas que conducen a maneras específicas de obtener conocimiento. (15)

David Hume refiere que la comprensión del conocimiento es parte de la naturaleza humana, reconoce 3 aspectos: el primer aspecto comprende la distancia del conocimiento de las ideas de sustancia e ideas generales abstractas, el segundo comprende al conocimiento como la asociación entre las impresiones e ideas y por último el tercero hace referencia a la asociación al conocimiento entre los hábitos y costumbres los cuales son reiterativos con el día a día. (16)

Por otro lado, Immanuel Kant considera que el conocimiento no se fundamenta en la costumbre por esa razón elaboró su manuscrito llamado "Crítica de la razón pura" acentuando que el origen del conocimiento está en el sujeto es decir este no encuentra al objeto como algo que ya es o está dado, sino que lo construye, el sujeto porta ya las formas y esquemas universales que ha obtenido a través de su origen al conocimiento, la experiencia.

Descartes refiere que la esencia de la naturaleza del conocimiento reside en el pensamiento y todas las cosas que podamos distinguir claramente con él son ciertas y que esta solo es alcanzable por intuición o deducción los cuales son los únicos medios válidos para construir un cuerpo de conocimientos basado en fundamentos firmes, de ello viene el "Pienso, por tanto, existo".

Por otro lado, Locke examina la naturaleza y los límites del conocimiento humano, sostiene que el conocer depende de la experiencia sensible por lo cual no existe una verdad innata o accesible solo por razonamiento del intelecto, sino que experiencia y sentido son fundamentales para lograr el conocimiento. (17)

Jacqueline Fawcett refiere que el proceso generador de conocimiento es el pensamiento abstracto debido a que facilitan el nacimiento de nuevas teorías al respecto y además permite la investigación, la cual se puede comprobar en la práctica, esta es la clave en enfermería dada la complejidad de la naturaleza de los conceptos meta paradigmáticos ya que presenta un alto nivel de complejidad debido a las diferentes respuestas del individuo, precisando múltiples intervenciones a través del abordaje holístico contemplando además todas las circunstancias y la intervención constante con el paciente, favoreciendo constantemente la planificación del cuidado, la predicción y la evaluación de los resultados. (18)

Metaparadigmas

- Persona: la madre es la persona que transmite sus conocimientos adquiridos por el aprendizaje, experiencia, hábitos o costumbres hacia su menor hijo relacionados con la alimentación y el hijo mediante los familiares o el entorno educativo donde interactúa.

- Enfermería: permanecer en constante aprendizaje logrando la obtención de nuevos conocimientos a través de uno de los 4 pilares de la enfermería denominada la investigación, además de igual forma cumpliría con el pilar de docencia debido a la trasmisión de dichos conocimientos a la comunidad para el logro y/o mantenimiento su salud.
- Salud: el conocimiento sobre alimentación saludable de la madre y del escolar ya que este tendrá efecto positivo o negativo en la salud de ambos.
- Medio ambiente: este actúa como el medio de adquisición de conocimientos ya sea mediante el aprendizaje, experiencia, hábitos o costumbres en el ámbito social en el cual se encuentra la madre y el escolar.

Relacionado con la presente investigación se llega a la conclusión:

Para que la madre sepa cómo alimentar adecuadamente a su menor hijo debe adquirir conocimiento y este conocimiento se basa en sus experiencias, costumbres, aprendizajes y/o hábitos que adquiere en el entorno familiar y de la comunidad, además de comprender si este conocimiento es positivo, negativo, idealista, racional, entre otros.

2.3 Marco Conceptual

2.3.1 Conocimiento sobre alimentación saludable

Conocimiento

Según García E. el conocimiento a es la acumulación de información, enunciados y conceptos. Además, hace referencia a conocimientos comunes que las personas tenemos sobre el mundo y utilizamos en nuestra vida cotidiana; conocimientos disciplinares sobre distintos

ámbitos de la realidad natural y sociocultural; y conocimientos sobre la sobre la identidad personal. (19)

Además, cada persona debe acumular una base de conocimientos rigurosos y estratégicos para saber qué pensar y cómo actuar frente a situaciones relevantes a lo largo de la vida; realizarlo desde criterios razonables, siendo sensible a los cambios de contexto y desarrollando el pensamiento reflexivo, crítico y creativo.

Características del conocimiento

Según Andreu y Sieber, las características del conocimiento son tres:

- Es personal, porque se origina y reside en las personas que lo asimilan como resultado de su propia experiencia y lo acopla a su acervo personal.
- Su utilización, es inagotable, porque puede consumirse sin que el conocimiento se consuma como ocurre con los bienes físicos. Además, permite entender los fenómenos que ocurren en nuestro entorno y juzgar la situación.
- Sirve de guía para el actuar de las personas, por el hecho de que gracias al conocimiento se puede decidir el hacer en cada situación o momento. (20)

Tipos de conocimiento

Molina G. refiere que, de manera general, el conocimiento se clasifica en dos tipos:

- Conocimiento popular o practico
Es el tipo de conocimiento no científico llamado vulgar, ordinario o de sentido común. Es un conocimiento aprendido en la vida diaria, por derivar de la experiencia, y se limita a la constancia de los hechos y a su descripción.

- Conocimiento científico

Se alcanza cuando se pretenden descubrir causas y principios, mediante el seguimiento de una metodología. Se obtiene mediante la apreciación de la realidad, a través de la observación realizada, mediante el uso de técnicas adecuadas. Se caracteriza por ser cierto o probable, formado por una gran cantidad de conocimientos demostrados o por demostrar. (21)

Alimentación

La alimentación es la actividad mediante la que tomamos del mundo exterior una serie de sustancias necesarias para poder nutrirnos resaltando así el consumo de toda la variedad en la preparación de los alimentos como los guisados, sancochados, fritos, etc. Estas sustancias están contenidas en los alimentos que componen nuestra dieta de una forma equilibrada. (22)

Importancia de la alimentación

La alimentación el periodo escolar es crucial para un máximo desarrollo intelectual y físico, por eso es importante que el niño incorpore unos hábitos alimenticios saludables en el entorno familiar y los colegios. Además, las rutinas adecuadas y un buen estilo de vida reducirán la posibilidad de que el niño pueda sufrir patologías como la anemia, diabetes, hipertensión arterial, gastritis y otras enfermedades en la edad adulta. (23)

De allí la razón que se deben realizar intervenciones educativas orientados a las madres de niños en edad escolar para que tempranamente la madre adquiera conocimientos y así brinde una alimentación saludable a sus hijos. No solo reforzar en el establecimiento de salud y el hogar de la familia, sino también en

las instituciones educativas y en los grupos organizados de la comunidad.

Alimentación saludable

Una alimentación saludable consiste en el consumo de alimentos nutritivos, variados y balanceados adecuados. Estos nutrientes incluyen las proteínas, los carbohidratos, las grasas, el agua, las vitaminas y los minerales, para sentirte bien y tener energía.

La alimentación saludable es importante ya que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales, en las diferentes etapas de vida, contribuyendo en los niños a la adecuada ganancia de peso y talla para su edad. (24)

Alimentación inadecuada

Es la ingesta de alimentos, provocada por una deficiencia o un exceso de los mismos o por mala combinación entre ellos (dieta no equilibrada). La primera presenta una deficiencia en la cantidad de alimentos necesarios que aporten los nutrientes imprescindibles para cubrir los requerimientos del organismo y la otra es el exceso de ellos provocando sobrepeso y obesidad, por lo cual no tendrá un crecimiento y desarrollo adecuado. (25)

Hábitos alimenticios

Son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales. (26)

Las cinco raciones de comida más importantes del día son:

- Desayuno: Es la primera comida que una persona ingiere diariamente, siendo el primer consumo de energías luego de pasar varias horas sin comer (luego del momento de dormir).

Una opción muy saludable es leche o un derivado como el yogur y acompañar al pan, cereales o tubérculos con una porción de alimentos de origen animal. (27)

- Media mañana: La media mañana, es la segunda comida para los escolares, en donde ellos pueden disfrutar de alimentos nutritivos llevados en la lonchera escolar los cuales no sustituyen al desayuno o el almuerzo.

- Almuerzo: Es la comida que se ingiere en la mitad del día o en el comienzo de la tarde, horas después del desayuno, como característica se define por ser el consumo más completo y abundante del día. Ofrecer primero el plato fuerte más conocido como segundo y mediante la ingesta con intervalo de cucharadas de almuerzo ofrézcale refresco, de preferencia natural, y después la sopa.

- Media tarde: Es la cuarta comida del día, también llamada merienda, esta no debe ser muy copiosa y se toma en la tarde o antes de la cena.

- Cena: Es la última comida del día dentro de la alimentación cotidiana de una persona. La cena representa el cierre del ciclo alimenticio y es la preparación para el periodo de ayuno que tiene lugar en las horas de sueño, hasta el próximo alimento del día siguiente denominado desayuno.

Requerimiento nutricional

Según la Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la agricultura (FAO), refiere que los alimentos son los productos con

los cuales nos podemos alimentar y nutrir adecuadamente, según su aporte en el organismo se clasifican en: (28)

Alimentos energéticos

Son los alimentos que proporcionan energía y fuerza para la actividad física. Los cereales como el maíz, el trigo, la avena, el centeno, el sorgo o maicillo, el arroz y los productos derivados de éstos como el pan, las tortillas, las galletas, las pastas y otros.

Las raíces y tubérculos como el camote, la yuca, la papa y algunas frutas como el plátano, zapote y el aguacate. Todos los azúcares, la miel y el dulce de rapadura. Todas las grasas animales como la mantequilla, la manteca y las grasas vegetales como los aceites y la margarina. Cabe resaltar que consumidos en exceso son los alimentos más propensos en causar sobrepeso y obesidad por su alto contenido de harinas (carbohidratos).

Alimentos constructores

Son los que aportan proteínas necesarias para la formación y reparación de los tejidos; así como otras funciones importantes dentro del organismo. Entre los alimentos que aportan principalmente proteínas se distinguen dos subgrupos: (28)

- Alimentos que proporcionan proteínas de origen vegetal
Las semillas de leguminosas que crecen en vainas como el frejol, las lentejas, el garbanzo, la soya y otras como el cacahuate, las nueces. También incluye a los cereales como el maíz, sorgo o maicillo, trigo, avena, arroz, cebada. Contienen, además minerales y vitaminas.

- Alimentos que proporcionan proteínas de origen animal
Comprenden la leche y sus derivados, los huevos y la carne de todo tipo de animales: de aves como pata, pollo y jolotes; de mamíferos como res, carnero, conejo y armadillo; de peces. Estos alimentos proporcionan hierro, además cantidades importantes de minerales, ayuda a formar y fortalecer los músculos y huesos.

Alimentos protectores

Las características más importantes de las frutas y verduras son, su alto contenido en agua, fibra y cantidades variables de vitaminas y minerales proporcionando así la eliminación de las impurezas de nuestro organismo; tienen menos proteínas y carbohidratos. (28)

Son los alimentos que suministran vitaminas y minerales necesarios para el aprovechamiento de otros alimentos y el buen funcionamiento del organismo. Los alimentos que proporcionan principalmente vitaminas y minerales, como las frutas y las verduras.

Cantidad de los alimentos

La porción es la cantidad de alimentos que una persona ingiere en un momento determinado, caracterizado por su tamaño y su nivel nutricional, energético y proteico.

Según el Ministerio de Salud (MINSA), la alimentación de la niña o niño de 6 a 9 años (escolar), el crecimiento y la ganancia de peso son lentos pero uniformes. El peso aumenta a un ritmo de 2.5 a 3.5 kg./año y la talla aumenta a razón de unos 5 a 8 cm/año hasta el inicio de la pubertad. Se trata de una etapa de preparación para el desarrollo y el crecimiento característicos de la adolescencia que sobrevendrá posteriormente. Una correcta educación nutricional resulta

fundamental, pues estas edades constituyen el comienzo de un periodo trascendental para la adquisición de hábitos alimentarios saludables. (29)

Thoulon Ch. refiere que la dieta alimenticia abarca el total de los alimentos consumidos en un día, estima que las necesidades reales del niño en edad escolar se den repartir en: el desayuno (25% de las calorías), la comida del mediodía (30% de las calorías), la merienda (15% – 20% de las calorías) y la cena (25% - 30% de las calorías). (30)

Frecuencia de los alimentos

La Frecuencia es la que permite identificar la ingesta usual en un tiempo determinado que puede ser variable, a través de diferentes categorías de frecuencia de ingesta, desde consumo diario, semanal y mensual. (31)

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) establece un estándar de los alimentos, frecuencia y cantidad que se deben consumir los alimentos en la etapa escolar. (32)

ALIMENTOS	FRECUENCIA	CANTIDAD
Lácteos bajos en grasa	Diaria	3 tazas
Verduras	Diaria	2 platos crudos o cocidos
Frutas	Diaria	3 unidades
Pescado	2 veces por semana	1 presa chica
Pollo, pavo o carnes sin grasa.	2 veces por semana	1 presa chica
Legumbres	2 veces por semana	1 plato chico
Huevos	2 a 3 veces por semana	1 unidad

Cereales, pastas o papas y cocidos.	4 a 5 veces por semana	1 plato chico
Panes	Diaria	Niños: 2 unidades Niñas: 1 ½ unidades
Aceites y otras grasas	Diaria	Poca cantidad
Azúcar	Diaria	Máximo 4 cucharaditas
Agua	Diaria	1,5 a 2 litros (6 a 8 vasos)
Aporte Calórico Aproximado: Niños: 1700; Niñas: 1550		

El Ministerio de Salud (MINSA) refiere que las personas en las diferentes etapas de vida deben priorizar el agua como bebida principal y la de mayor frecuencia para el buen funcionamiento del cuerpo, en los escolares durante las horas de clase y en la educación física, así se evitará cualquier cansancio e irritabilidad. (33)

2.3.2 Estado nutricional

Según la OMS define al estado nutricional como el resultado del balance entre las necesidades y el gasto de energía alimentaria y otros nutrientes esenciales, y secundariamente, el resultado de una gran cantidad de determinantes en un espacio dado representado por factores físicos, genéticos, biológicos, culturales, psico-socio- económicos y ambientales. (34)

Según el MINSA considera que el estado nutricional es la situación de salud de la persona como resultado de su nutrición, su salud, su régimen alimenticio y estilo de vida. (35)

Malnutrición

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (ONUAA), define la “malnutrición” como alteración en las etapas de la nutrición, tanto por déficit que conlleva a la desnutrición; como por exceso o hipernutrición que trae consigo la obesidad. Es el resultado de un desequilibrio entre las necesidades corporales y la ingesta de nutrientes. (36)

Es muy importante entender que es la malnutrición, dado que en la clasificación e interpretación del estado nutricional se contempla la malnutrición por déficit o por exceso.

Evaluación del estado nutricional

Es un conjunto de procedimientos que determinaran el estado nutricional de la persona, valorar las necesidades y requerimiento nutricionales y determinar los posibles riesgos de salud que puede presentar con relación a su estado nutricional. (37)

En el Perú para poder hacer una valoración del estado nutricional, primero se debe realizar una evaluación nutricional antropométrica, la cual se realiza mediante la toma de peso y la talla. (38)

Evaluación del estado nutricional antropométrico

Según las especificaciones técnicas del Manual de la Medición del peso y talla del Ministerio de Salud, la evaluación del estado nutricional se realiza mediante la medición del peso y la talla. Además, se debe considerar las condiciones para el uso de la balanza digital y el tallímetro de madera dadas por el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (CENAN). (39)

2.3.3 El índice de masa corporal

Según el MINSA el índice de masa corporal es la forma de determinar si la persona tiene un peso correcto en relación a su estatura, haciendo uso de una fórmula, donde el peso es dividido entre la estatura al cuadrado (kg/m^2). (36) Dependiendo de este resultado se emplean estándares de crecimiento otorgados por la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el que se clasifican como: sobrepeso, obesidad, delgadez y normal. (40)

Para los niños y adolescentes, el IMC es específico con respecto a la edad y el sexo, y con frecuencia se conoce como el IMC por edad. En los niños, el tener bajo peso o una gran cantidad de grasa corporal puede provocar enfermedades relacionadas con el peso y otros problemas de salud. (40)

Interpretación de los valores de índice de masa corporal

En la interpretación de los resultados del índice de masa corporal se tomó en cuenta los parámetros descritos en la guía técnica para la valoración nutricional y las tablas de valoración antropométrica, la cuales contemplan la siguiente clasificación: (43)

- $\text{IMC} < -2 \text{ DE}$ (Delgadez)

Las personas adolescentes con un $\text{IMC} < -2 \text{ DE}$, son clasificadas con valoración nutricional de “delgadez”, que es una malnutrición por déficit, y presentan un bajo riesgo de comorbilidad para enfermedades no transmisibles. Pero también, pueden presentar riesgos para desarrollar enfermedades digestivas y pulmonares. Los escolares con un $\text{IMC} < -3 \text{ DE}$ son clasificadas con valoración nutricional de “delgadez severa”.

- $\text{IMC} \geq -2 \text{ DE}$ y $\leq 1 \text{ DE}$ (normal)

Los escolares con un IMC ≥ -2 DE y < 1 DE, son clasificadas con valoración nutricional “normal”, y es el IMC que debe mantener esta población, de manera constante.

- IMC > 1 DE a ≤ 2 DE (sobrepeso)

Los escolares con un IMC de ≥ 1 DE a < 2 DE, son clasificadas con valoración nutricional de “sobrepeso”, que es una malnutrición por exceso, caracterizado por la ingesta elevada de calorías, malos hábitos alimentarios y escasa actividad física. De la misma forma, puede significar que existe riesgo de comorbilidad, principalmente de las enfermedades crónicas no transmisibles como enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, etc.

- IMC ≥ 2 DE (obesidad)

Los escolares con un IMC ≥ 2 DE, son clasificadas con valoración nutricional de “obesidad”, que es una malnutrición por exceso, e indica que existe un alto riesgo de comorbilidad, principalmente de las enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, etc.

ÍNDICE DE MASA CORPORAL PARA (IMC) PARA EDAD

EDAD (años y meses)	CLASIFICACIÓN								
	Delgadez <-2 DE		NORMAL				Sobrepeso	Obesidad >2 DE	
	<-3DE	\geq -3DE	\geq -2DE	-1DE	Med	1DE	\leq 2DE	\leq 3DE	>3DE

2.4 Definición de términos básicos

- Alimentación

Consiste en la ingestión de una serie de sustancias que tomamos del mundo exterior y que forman de nuestra dieta. La alimentación es un acto voluntario y consciente que aprendemos a lo largo de nuestra

vida. La alimentación puede no ser la adecuada y está influenciada por diversos factores como los medios de comunicación. (44)

- Antropometría

Método que se aplica para evaluar el tamaño, composición y constitución del cuerpo a través de medidas de longitud y peso. (45)

- Ciclo III

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), en su informe sobre los principales resultados de la encuesta nacional a Instituciones Educativas de nivel inicial, primaria y secundaria en el año 2017, la definición y clasificación de la educación básica regular la cual está organizada en 7 ciclos, evidenciando al ciclo III el cual comprende el nivel primario conformados por primer y segundo grado. (46)

- Ciclo III: Comprende primer y segundo grado de primaria.
- Ciclo IV: Comprende tercer y cuarto grado de primaria.
- Ciclo V: Comprende quinto y sexto grado de primaria.

- Conocimiento

Es el avance del saber y representación del incremento con la que se explica o comprende la realidad. Para la presente investigación se considerará el nivel alto, medio y bajo. (47)

- Dieta

La dieta es más que la suma de nutrientes y alimentos consumidos o de los patrones alimentarios asociados a ellas, constituyen un estilo de vida que da forma, y a la vez está moldeado, por la manera en que se distribuyen, se comercializan, se eligen, se preparan y consumen los alimentos. (48)

- Energía

Es la combustión que se produce al interior del organismo al quemar los nutrientes para desarrollar las funciones vitales como mantener la temperatura corporal, la actividad metabólica, la actividad física, el crecimiento y la síntesis en las células de los tejidos. La unidad de expresión son las calorías o kilocalorías (kcal). La cantidad de energía que necesita una persona depende de su edad, sexo, estado fisiológico y actividad física que realiza. (49)

Según Tzafestas (2018), la energía es movimiento y capacidad de transformar algo, lo que le confiere su condición de ser indispensable y fundamental para todos los procesos de la vida y para todo tipo de biodiversidad existente en todos los niveles, desde el celular hasta la manifestación más compleja de los ecosistemas de los que forman parte el ser humano. (50)

- Estatura

Medida que se toma a niños mayores de 2 años, en posición vertical desde el vértice de la cabeza hasta los talones. (51)

- Lonchera escolar saludable

El Instituto Nacional de Salud (INS), refiere que la lonchera escolar saludable es cualquier alimento o grupo de alimentos (y/o preparaciones) consumidos por los niños durante el tiempo específico del descanso escolar o recreo. Incluye 3 tipos de alimentos: fruta, bebida natural y un alimento sólido (como cereales, tubérculos o leguminosas, sin añadido de sal, ni azúcar, ni aceite). (52)

- Nutrición

Es el conjunto de procesos fisiológicos por los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los

alimentos. Es un proceso involuntario e inconsciente que depende de procesos corporales como la digestión, la absorción y el transporte de los nutrientes de los alimentos hasta los tejidos. (53)

- Nutrientes

La ciencia de la clasificación de alimentos de acuerdo con su composición nutricional por razones relacionadas con la prevención de enfermedades y la promoción de la salud. (54)

- Peso

Medida de un cuerpo calculado como la cantidad de masa que contiene y se puede expresar en gramos o kilogramos. (51)

III. HIPOTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis

Hipótesis general

El conocimiento de las madres sobre alimentación saludable es bajo y se correlaciona con el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023.

Hipótesis específicas

HE1: El conocimiento de las madres sobre la dimensión aspectos generales es bajo y se correlaciona con el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023.

HE2: El conocimiento de las madres sobre la dimensión requerimientos nutricionales es bajo y se correlaciona con en el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023.

HE3: El conocimiento de las madres sobre la dimensión cantidad y frecuencia es bajo y se correlaciona con el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023.

3.1.1 Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	INDICES/ ITEMS	MÉTODO	TECNICA
V.1 Conocimiento sobre alimentación saludable	Es el acto consciente e intencional para aprehender las cualidades del objeto y primariamente es referido al sujeto (47), por lo tanto, es la acumulación de lo aprendido sobre la información y conceptos de las madres de los escolares respecto a la alimentación saludable.	Es el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable obtenido de las madres de la I.E. 3013, Rímac a través del cuestionario "NICOAS".	Aspectos generales Requerimiento nutricional Cantidad y frecuencia de alimentos	Alimentación Importancia Hábitos alimenticios Alimentos energéticos Alimentos constructores Alimentos protectores Porciones Número de veces	1(26) 11(37) 12(27) 18(26) 19(31) 23(25) 21(26) 10(27) 20(27) 2(28) 6(28) 7(28) 3(29) 5(29) 9(29) 4(29) 8(29) 22(30) 13(30) 15(30) 16(30) 17(30) 14(30)	Analítico Deductivo	Encuesta
V.2 Estado nutricional	Es el resultado entre el aporte nutricional que recibe un individuo y sus demandas nutritivas en aspectos fisiológicos, bioquímicos y metabólicos definiendo así la situación de salud y bienestar. (35)	Es el índice de masa corporal de obtenido de los escolares de la I.E. 3013, Rímac a través de la fórmula: $IMC = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Estatura}^2 \text{ (M)}}$		Índice de masa corporal	Peso Estatura	Analítico Deductivo	Observación

IV. METODOLOGÍA DEL PROYECTO

4.1. Diseño metodológico.

4.1.1. Tipo de Investigación

El presente estudio es de tipo:

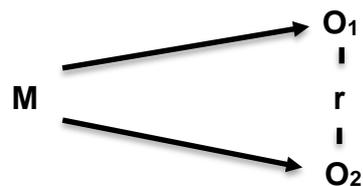
- **Descriptivo:** porque las variables del estudio, conocimiento sobre alimentación saludable y estado nutricional, son definidas y explicadas mediante la recopilación de información para que pueda ser analizada posteriormente. Hernández Sampieri en su libro metodología de la, refiere que los estudios descriptivos especifican propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice. (55)
- **Correlacional:** porque determina la relación del conocimiento sobre alimentación saludable y estado nutricional. Hernández Sampieri refiere que correlacional significa determinar el grado de relación directa o indirecta existente entre las variables, el conocimiento y el estado nutricional. (55)
- **Enfoque cuantitativo:** el estudio recolecto información a través de datos cuantificables, los cuales posteriormente fueron proyectados en tablas y gráficos mediante el uso de la estadística. Un trabajo es de enfoque cuantitativo cuando se utiliza la estadística descriptiva e inferencial para medir las variables y la contrastación de la hipótesis planteada en la investigación. (55)

4.1.2. Diseño de la investigación

La presente investigación es de corte transversal con un enfoque no experimental debido a que no se manipularán las variables,

conocimiento sobre alimentación saludable y estado nutricional, y serán intervenidas en un solo momento dado para describir y analizar la incidencia e interrelación de las variables en los estudiantes de la institución educativa 3013. (55)

Según el siguiente esquema:



Donde:

M = Muestra de madres de escolares del tercer ciclo.

O₁ = Variable conocimiento sobre la alimentación saludable en madres de escolares.

O₂ = Variable estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria.

R= Relación entre las dos variables.

4.2 Método de Investigación

Es un método deductivo, porque en la fase de diseño permitió plantear la situación problemática, luego la formulación los problemas y otras etapas de la investigación. Culminada la investigación se usó este método en las etapas de contrastación de hipótesis y discusión de resultados. (55)

4.3 Población y Muestra

4.3.1 Población

La población estuvo constituida por madres e hijos del ciclo III de la Institución Educativa 3013 – Rímac, esto comprende el primer y segundo grado de primaria esto debido a la accesibilidad de los sujetos participantes y por evidenciarse la problemática en estos

grados de estudio. Este año 2023, la población fue de 71 madres y estudiantes matriculados.

4.3.2 Muestra

La muestra obtenida fue de 60 madres y estudiantes. Para determinar el número total de la muestra se empleó la fórmula de muestreo probabilístico aleatorio simple.

$$n = \frac{N \times Z_{\alpha}^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_{\alpha}^2 \times p \times q}$$

Donde:

N (Tamaño de la muestra)	= 71
d (Error estándar)	= 0.05
Z (Nivel de confiabilidad)	= 1,96
p (Probabilidad de éxito)	= 0.5
q (Probabilidad de fracaso)	= 0.5
n (Tamaño de la población)	= 60

$$\frac{N \times Z^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z^2 \times p \times q}$$

$$\frac{71 \times 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}{0.05^2 \times (71-1) + 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$\frac{71 \times 3.8416 \times 0.5 \times 0.5}{0.0025 \times 70 + 3.8416 \times 0.5 \times 0.5}$$

68.1884

0.175 + 0.9604

60.056720098643 = 60

4.3.3 Criterios de inclusión

- Madres que firmen el consentimiento informado.
- Madres de escolares del tercer ciclo de educación primaria que estudien en la Institución Educativa 3013 Huascarán.
- Madres y niños que se encuentren en la Institución educativa durante la aplicación del instrumento.

4.3.4 Criterios de exclusión

- Madres que no firmen el consentimiento informado.
- Madres de escolares que no pertenezcan al tercer ciclo de educación primaria.
- Madres y niños inasistentes durante la aplicación del instrumento.

4.4 Lugar de estudio y periodo desarrollado

El lugar de estudio de la presente investigación fue en la Institución Educativa 3013, ubicada en el pueblo joven Huascarán del distrito del Rímac, provincia y departamento del Lima; perteneciente a la UGEL 02 Rímac (Los Olivos-Independencia), en el mes de junio del año 2023.

4.5 Técnica e instrumentos para la recolección de la información

4.5.1 Técnicas

La técnica que se usó para la primera variable fue la encuesta, mientras que el análisis documental para la segunda.

4.5.2 Instrumento

El primer instrumento mide el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en escolares el cual se denomina "NICOAS", es un cuestionario de preguntas cerradas, adaptada a la realidad del Perú. El cuestionario cuenta con 3 dimensiones, 8 indicadores y 23 preguntas. La primera dimensión de aspectos generales cuenta con 3 indicadores (alimentación saludable, importancia y hábitos alimenticios) y 10 preguntas; la segunda dimensión de requerimientos nutricionales cuenta con 3 indicadores (energéticos e importancia, constructores e importancia y protectores e importancia) y 8 preguntas y por último la dimensión de cantidad y frecuencia de alimentos cuenta con 2 indicadores (porciones y número de veces) y 5 preguntas. (Ver anexo 2).

Las categorías de análisis son:

- Alto: 17-23 puntos
- Medio: 9-16 puntos
- Bajo: 0-8 puntos

El segundo instrumento es una Ficha de Registro de datos, donde se consignó los valores antropométricos de los estudiantes. Esta ficha consta de datos como: número de estudiante, sexo, peso, talla, resultado del índice de masa corporal y el diagnóstico nutricional. El estado nutricional se determinó de acuerdo con el indicador del IMC (Ver anexo 3).

Las categorías de análisis son:

EDAD (años y meses)	CLASIFICACIÓN								
	Delgadez <-2 DE		NORMAL				Sobrepeso	Obesidad >2 DE	
	<-3DE	≥-3DE	≥-2DE	-1DE	Med	1DE	≤2DE	≤3DE	>3DE

4.5.3 Validez y confiabilidad

Teniendo como referencia el cuestionario NICMAES que fue adaptado, validado y aprobada su confiabilidad por la Lic. Salazar Gómez en el año 2016 (56) y la Lic. Ortega Vargas Carmen en el año 2019. (57) Se realizaron modificaciones y se diseñó un nuevo cuestionario denominado NICOAS conformado por 23 preguntas.

El instrumento tiene como objetivo medir el conocimiento que tienen las madres sobre alimentación saludable, el cual fue sometido a la prueba de validez del contenido y constructo mediante el juicio de 6 expertos y profesionales en la materia, es así que se obtuvo un p valor = 0.0156 inferior de 0.05, por lo cual se aseveró que existe una concordancia favorable entre las respuestas de los jueces expertos. Luego se realizó una prueba piloto en la Institución educativa 3013, la prueba estuvo conformada por 16 madres, las cuales no formaron parte del estudio, se obtuvo un valor de confiabilidad Kuder – Richardson = 0.74, nivel aceptable.

4.6 Análisis y procesamiento de datos

Para la revisión, corrección y codificación se realizó el procesamiento electrónico en una hoja de cálculo del programa Microsoft Excel 2021; así mismo, se generó una base de datos en el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 27,0 que sirvió además para la elaboración de tablas unidimensionales y bidimensionales; así como el cálculo de las pruebas de asociación utilizando la prueba estadística de Rho Spearman y para finalizar se realizó la interpretación y análisis de datos mediante el uso de frecuencias absolutas y relativas en tablas simples y de doble entrada. (58)

4.7. Aspectos éticos en investigación

El presente trabajo de investigación conto con los criterios éticos académicos, debido que se realizó las respectivas coordinaciones con el director de la institución educativa 3013 mediante una solicitud de autorización, tomando de población y muestra a las madres y a los escolares del tercer ciclo de primaria. Además, se cumplió con los siguientes principios bioéticos:

Beneficencia: Se brindo información completa y verosímil sobre el estudio mediante el consentimiento informado y se tuvo comunicación directa con las 60 madres de la institución educativa 3013 al momento de la realización del cuestionario para absolver cualquier duda que tengan con el estudio.

No maleficencia: Se realizó el estudio en la institución educativa 3013 para no exponer a las madres a algún traslado mayor o incapacidad de movilizarse.

Justicia: El presente trabajo de investigación no discrimina a ningún ser humano por diferencia social o cultural.

Autonomía: Las madres de la institución educativa 3013 respondieron el cuestionario de manera autónoma, pudiendo negarse a la realización del cuestionario al no firmar el consentimiento informado, donde además incluye la participación del escolar en la medición del peso y talla.

V. RESULTADOS

5.1. Resultados descriptivos

TABLA 1

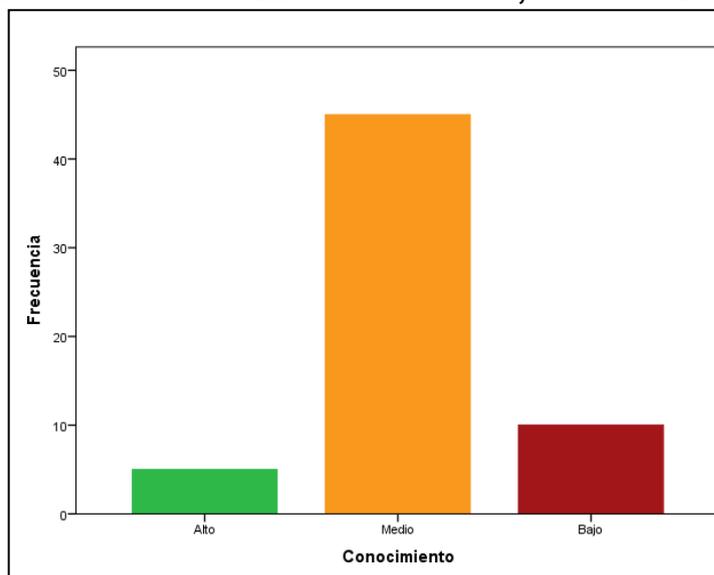
CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES DE LOS ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023

CONOCIMIENTO	N°	%
Alto	5	8.3
Medio	45	75
Bajo	10	16.7
TOTAL	60	100.00

Fuente: Elaboración propia con programa Excel

GRÁFICO 1

CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES DE LOS ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023



Fuente: Gráfico N°1 del Apéndice del paquete SPSS

En la tabla y gráfico 1, del total de 60 madres, el 75% (45) presenta un conocimiento medio y el 16.7% (10) presenta un conocimiento bajo.

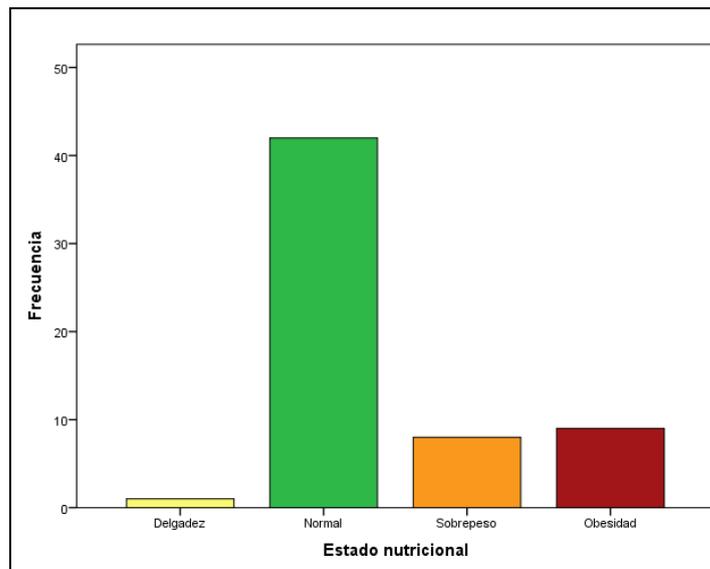
Un considerable porcentaje de madres presenta un bajo conocimiento sobre alimentación saludable, ya que muchas de ellas manifestaron no haber recibido charlas sobre este tema en relación a sus hijos en la escuela, y no disponer del tiempo suficiente para preparar una lonchera nutritiva para ellos.

TABLA 2
ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023

ESTADO NUTRICIONAL	N°	%
Delgadez	1	1.7
Normal	42	70
Sobrepeso	8	13.3
Obesidad	9	15
TOTAL	60	100

Fuente: Elaboración propia con programa Excel

GRÁFICO 2
ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023



Fuente: Gráfico N°2 del Apéndice del paquete SPSS

En el tabla y gráfico 2, del total de 60 escolares del ciclo III de educación primaria, el 15% (9) tiene un estado nutricional de obesidad, el 13.3 (8) con un estado nutricional de sobrepeso y el 1.7% (1) presenta un estado nutricional de delgadez.

Además, es destacable que el 70% de los escolares presenta un estado nutricional considerado normal, lo cual indica que la mayoría de los niños están dentro de los rangos de peso saludables para su edad y estatura. Sin embargo, se observa que el 12% de los escolares presenta algún tipo de problema nutricional, ya sea obesidad, sobrepeso o delgadez. Esto sugiere la necesidad de abordar y promover prácticas alimenticias saludables entre los escolares, con el fin de mantener y mejorar su estado nutricional.

TABLA 3

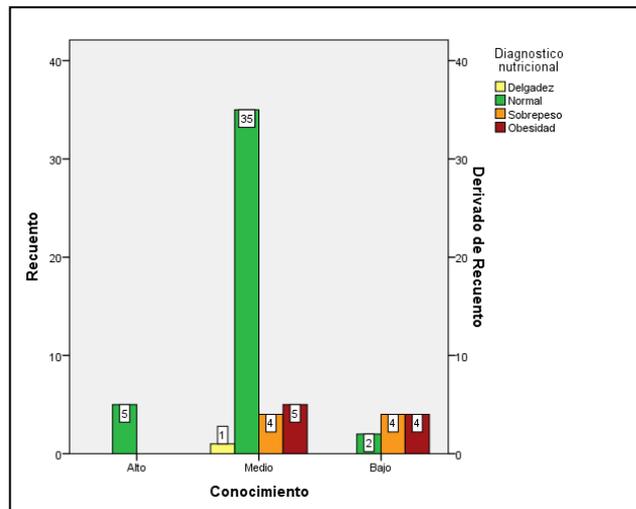
CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023

Conocimiento	Diagnostico nutricional								Total	
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Obesidad			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Alto	0	0	5	8.3	0	0	0	0	5	8.3
Medio	1	1.7	35	58.3	4	6.7	5	8.3	45	75
Bajo	0	0	2	3.3	4	6.7	4	6.7	10	16.7
Total	1	1.7	42	70	8	13.3	9	15	60	100

Fuente: Elaboración propia con programa Excel

GRÁFICO 3

CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023.



Fuente: Gráfico N°3 del Apéndice del paquete SPSS

En la tabla y gráfico 3, el 16.7% (10) de las madres presenta un conocimiento bajo en cuanto a alimentación saludable. Dentro de este grupo, el 6.7% (4) de los escolares tiene un estado nutricional de obesidad, y otro 6.7% (4) presenta sobrepeso. Por otro lado, el 75% (45) de las madres muestra un nivel de conocimiento medio. En este grupo, el 58.3% de los escolares tiene un estado nutricional considerado normal, mientras que un 8.3% (5) presenta obesidad, un 6.7% (4) tiene sobrepeso, y un 1.7% (1) muestra delgadez.

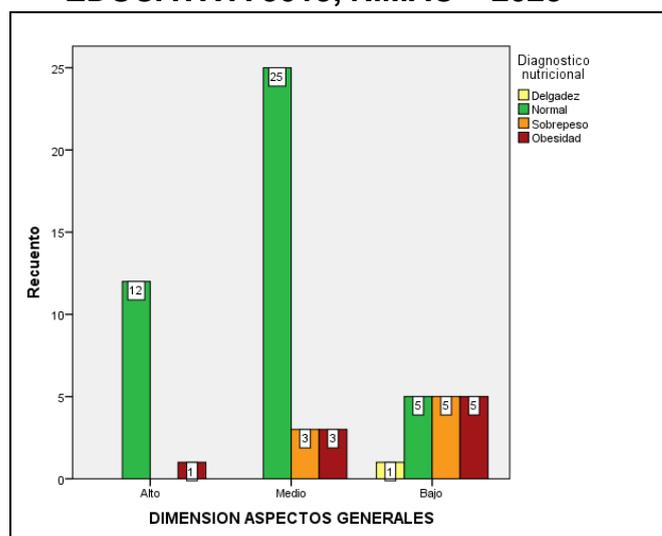
Es importante destacar que existe una relación considerablemente proporcional entre el nivel de conocimiento de las madres sobre alimentación saludable y el estado nutricional de los escolares. Este resultado evidencia la influencia directa que la primera variable tiene sobre la segunda. Es decir, a medida que el conocimiento de las madres aumenta, se observa una tendencia positiva hacia estados nutricionales más saludables en los escolares.

TABLA 4
CONOCIMIENTO SOBRE LA DIMENSIÓN ASPECTOS GENERALES DE
LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL
TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023

Conocimiento	Diagnostico nutricional								Total	
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Obesidad			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Alto	0	0	12	20	0	0	1	1.7	13	21.7
Medio	0	0	25	41.7	3	5	3	5	31	51.6
Bajo	1	1.7	5	8.3	5	8.3	5	8.3	16	26.7
Total	1	1.7	42	70	8	13.3	9	15	60	100

Fuente: Elaboración propia con programa Excel

GRÁFICO 4
CONOCIMIENTO SOBRE LA DIMENSIÓN ASPECTOS GENERALES DE
LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL
TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023



Fuente: Gráfico N°4 del Apéndice del paquete SPSS

En la tabla y gráfico 4, el 26.7% (16) de las madres presenta un conocimiento bajo en relación a la alimentación saludable. De este grupo, el 8.3% (5) de los escolares muestra un estado nutricional de obesidad, el 8.3% (5) presenta sobrepeso, y un 1.7% (1) delgadez. Por otro lado, el 51.6% (45) de las madres posee un conocimiento medio. Dentro de este grupo, el 41.7% (25) de los escolares tiene un estado nutricional considerado normal, mientras que un 5% (3) presenta obesidad y otro 5% (3) sobrepeso.

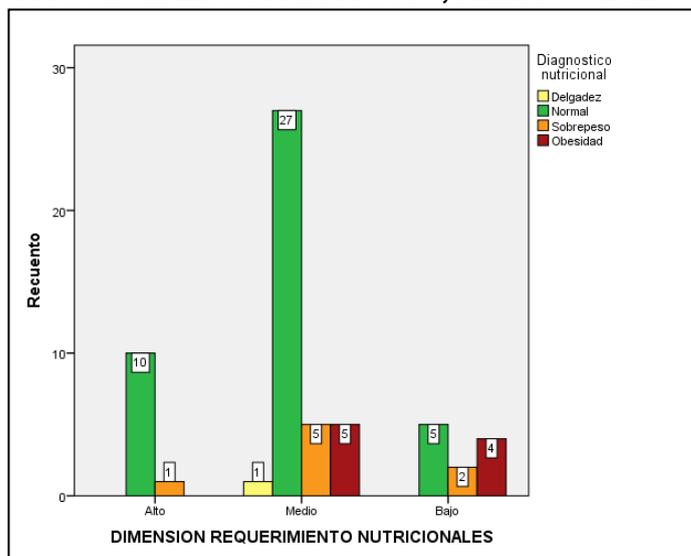
En cuanto a los indicadores, se observa que en el indicador 'Alimentación', el promedio de respuestas correctas es del 62.5%, con un 37.5% de respuestas incorrectas. En el indicador 'Importancia', el 70% de las respuestas fueron correctas y el 30% incorrectas. Por último, en el indicador 'Hábitos alimenticios', se registró un alto porcentaje de respuestas correctas, alcanzando el 53.9%, con solo un 46.1% de respuestas incorrectas. (Ver anexo 5)

TABLA 5
CONOCIMIENTO SOBRE LA DIMENSIÓN REQUERIMIENTOS
NUTRICIONALES DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN
ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023

Conocimiento	Diagnostico nutricional								Total	
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Obesidad			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Alto	0	0	10	16.7	1	1.7	0	0	11	18.3
Medio	1	1.7	27	45	5	8.3	5	8.3	38	63.3
Bajo	0	0	5	8.3	2	3.3	4	6.7	11	18.3
Total	1	1.7	42	70	8	13.3	9	15	60	100

Fuente: Elaboración propia con programa Excel

GRÁFICO 5
CONOCIMIENTO SOBRE LA DIMENSIÓN REQUERIMIENTOS
NUTRICIONALES DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN
ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023



Fuente: Gráfico N°5 del Apéndice del paquete SPSS

En la tabla y gráfico 5, el 18.3% (11) de las madres presenta un conocimiento bajo respecto a la alimentación saludable. De este grupo, el 6.7% (4) de los escolares presenta un estado nutricional de obesidad, un 3.3% (2) sobrepeso, y un 8.3% (5) normal. Por otro lado, el 63.3% (38) de las madres muestra un conocimiento medio. Dentro de este grupo, el 45% (27) de los escolares tiene un estado nutricional considerado normal, mientras que un 8.3% (5) presenta obesidad, otro 8.3% (5) sobrepeso, y un 1.7% (1) evidencia delgadez.

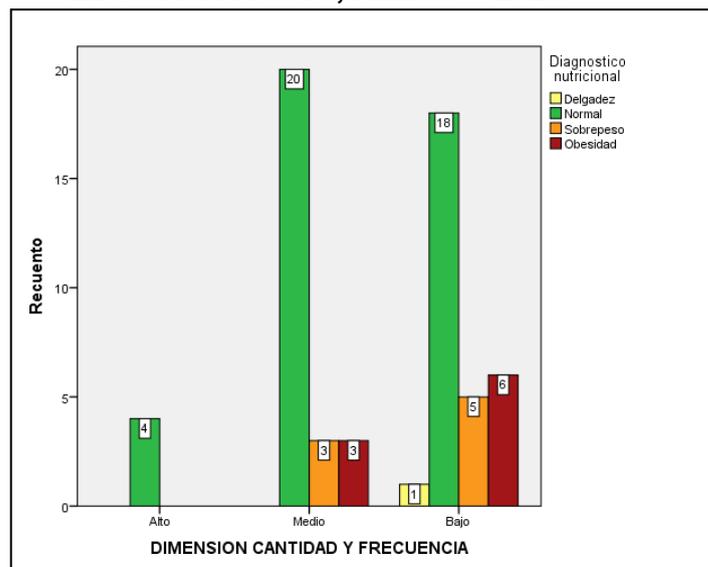
En relación a los indicadores, se observa que en el indicador 'Alimentos energéticos', el promedio de respuestas correctas es del 55.6%, con un 44.4% de respuestas incorrectas. En el indicador 'Alimentos constructores', el 65.6% fueron respuestas correctas y el 34.4% incorrectas. Por último, en el indicador 'Alimentos protectores', el 60% de las respuestas fueron correctas y el 40% incorrectas. (Ver anexo 5)

TABLA 6
CONOCIMIENTO SOBRE LA DIMENSIÓN CANTIDAD Y FRECUENCIA DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023

Conocimiento	Diagnostico nutricional								Total	
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Obesidad			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Alto	0	0	4	6.7	0	0	0	0	4	6.7
Medio	0	0	20	33.3	3	5	3	5	26	43.3
Bajo	1	1.7	18	30	5	8.3	6	10	30	50
Total	1	1.7	42	70	8	13.3	9	15	60	100

Fuente: Elaboración propia con programa Excel

GRÁFICO 6
CONOCIMIENTO SOBRE LA DIMENSIÓN CANTIDAD Y FRECUENCIA DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023



Fuente: Gráfico N°6 del Apéndice del paquete SPSS

En la tabla y gráfico 6, el 50% (30) de las madres presenta un conocimiento bajo en cuanto a alimentación saludable. Dentro de este grupo, el 10% (6) de los escolares tiene un estado nutricional de obesidad, un 8.3% (5) sobrepeso, un 30% (18) normal, y un 1.7% (1) presenta delgadez. Por otro lado, el 43.3% (26) de las madres posee un conocimiento medio. Dentro de este grupo, el 33.3% (20) de los escolares tiene un estado nutricional considerado normal, mientras que un 5% (3) presenta obesidad y otro 5% (3) muestra sobrepeso. En relación a los indicadores, se destaca que en el indicador 'Porciones', el promedio de respuestas correctas es del 36.3%, con un 63.7% de respuestas incorrectas. En el indicador 'Número de veces', el 31.7% de las respuestas fueron correctas, mientras que el 68.3% fueron incorrectas. (Ver anexo 5)

5.2. Resultados inferenciales

TABLA 7

CORRELACIÓN ENTRE EL CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023

CORRELACIÓN		Conocimiento	Estado nutricional
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	1,000	,476**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	60	60
	Coeficiente de correlación	,476**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	60	60

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Tabla 5.2.1 del Apéndice del paquete SPSS

En la tabla 7, el nivel de significancia de p es 0,000 el cual es menor a 0.05, por lo que hay relación entre las variables conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en los escolares de la institución educativa 3013, dando como resultado al coeficiente de correlación de Rho Spearman, 0.476. Por lo cual, en la interpretación del coeficiente de correlación de Spearman existe correlación positiva.

TABLA 8

CORRELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN ASPECTOS GENERALES DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023

CORRELACIÓN			Estado nutricional	Dimensión aspectos generales
Rho de Spearman	Estado nutricional	Coefficiente de correlación	1,000	,370**
		Sig. (bilateral)	.	,004
		N	60	60
	Dimensión Aspectos generales	Coefficiente de correlación	,370**	1,000
		Sig. (bilateral)	,004	.
		N	60	60

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Tabla 6 del Apéndice del paquete SPSS

En la tabla 8, el nivel de significancia de p es 0.004 el cual es menor a 0.05, por lo que hay relación entre la variable estado nutricional sobre la dimensión aspectos generales de la variable conocimiento sobre alimentación saludable, dando como resultado al coeficiente de correlación de Rho Spearman, 0.370. Por lo cual, en la interpretación del coeficiente de correlación de Spearman existe correlación positiva.

TABLA 9
CORRELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN REQUERIMIENTOS
NUTRICIONALES DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL
EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023.

CORRELACIÓN		Estado nutricional	Dimensión requerimiento nutricionales
Rho de Spearman	Estado nutricional	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,313**
		N	60
	Dimensión requerimiento nutricionales	Coeficiente de correlación	,313**
		Sig. (bilateral)	,015
		N	60

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Tabla 5.2.3 del Apéndice del paquete SPSS

En la tabla 9, el nivel de significancia de p es 0.015 el cual es menor a 0.05, por lo que hay una relación entre la variable estado nutricional sobre la dimensión requerimientos nutricionales de la variable conocimiento sobre alimentación saludable, obteniendo como resultado al coeficiente de correlación de Rho Spearman, 0.313. Por lo cual, en la interpretación del coeficiente de correlación de Spearman existe correlación positiva.

TABLA 10
CORRELACIÓN ENTRE LA DIMENSION CANTIDAD Y FRECUENCIA DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023.

CORRELACIÓN		Estado nutricional	Dimensión cantidad y frecuencia
Rho de Spearman	Estado nutricional	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,177**
		N	60
Dimensión cantidad y frecuencia		Coeficiente de correlación	,177**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	60

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Tabla 5.2.4 del Apéndice del paquete SPSS

En la tabla 10, el nivel de significancia de p es 0.117 el cual es mayor a 0.05, por lo que no hay una relación significativa entre la variable estado nutricional sobre la dimensión cantidad y frecuencia de la variable conocimiento sobre alimentación saludable. Además, al interpretar el resultado del coeficiente de correlación de Rho Spearman el cual es 0.177, existe correlación positiva débil.

VI. DISCUSION DE RESULTADOS

6.1. **Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados**

Pasos para la prueba de hipótesis Rho de Spearman

Paso 1. Se elabora la tabla de clasificación de los resultados de las variables conocimiento sobre alimentación saludable y estado nutricional. (Anexo 7)

Paso 2. Formulación de la hipótesis general

Hipótesis general

El conocimiento sobre alimentación saludable de las madres es inadecuado y se correlaciona con el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023.

Paso 3. Estadística de prueba

La estadística de prueba es:

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

Rho Spearman

Paso 4: Coeficiente de correlación por jerarquías de Spearman (Rho de Spearman)

El coeficiente de correlación de rangos de Spearman puede puntuar desde -1.0 hasta +1.0, y se interpreta así: los valores cercanos a +1.0, indican que existe una fuerte asociación entre las clasificaciones, o sea que a medida

que aumenta un rango el otro también aumenta; los valores cercanos a -1.0 señalan que hay una fuerte asociación negativa entre las clasificaciones, es decir que, al aumentar un rango, el otro decrece. Cuando el valor es 0.0, no hay correlación. Además, se considera que si el valor de p es menor que 0.05 se puede concluir que la correlación es significativa, lo que indica una relación real y no debida al azar. La interpretación de los valores se ha expresado por diversos autores en escalas, siendo una de las más utilizadas la que se presenta a continuación: (59)

GRADO DE RELACIÓN SEGÚN COEFICIENTE DE CORRELACIÓN

RANGO	RELACIÓN
-0.91 a -1.00	Correlación negativa perfecta
-0.76 a 0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.51 a -0.75	Correlación negativa considerable
-0.11 a -0.50	Correlación negativa media
-0.01 a -0.10	Correlación negativa débil
0	No existe correlación
+0.01 a +0.10	Correlación positiva débil
+0.11 a +0.50	Correlación positiva media
+0.51 a +0.75	Correlación positiva considerable
+0.76 a +0.90	Correlación positiva muy fuerte
+0.91 a +1.00	Correlación positiva perfecta

Fuente: Elaboración propia, basada en Hernández Sampieri y Fernández Collado, 1998.

Paso 5: cálculo de la estadística de prueba

Haciendo uso de la tabla de clasificación de los resultados de las variables conocimiento sobre alimentación saludable y estado nutricional y su procesamiento de los datos con el paquete estadístico SPSS, se obtuvo Rho de Spearman = 0.476. (Tabla 7)

Paso 6: Decisión estadística

Dado que el valor de Rho Spearman = 0.476 se procede a rechazar que no existe relación entre las variables. Según el coeficiente de correlación de Spearman 0.476 se encuentra dentro del intervalo [0.11; 0.50], por lo que existe correlación positiva media entre las 2 variables, conocimiento sobre alimentación saludable en las madres y estado nutricional en los escolares de la institución educativa 3013.

Paso 8: Conclusión

Existe una correlación positiva moderada entre el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa, Rímac – 2023.

6.2. Contrastación de los resultados con otros estudios

El presente estudio conto con la participación de 60 estudiantes del tercer ciclo del nivel primario de la Institución educativa 3013, en relación a la variable conocimiento sobre alimentación saludable de las madres se observó que el 8.3% (5) posee un nivel de conocimiento alto, el 75% (45) poseen un nivel de conocimiento medio y el 10% (10) un conocimiento bajo. Asimismo, respecto a la variable estado nutricional se identificó que el 15% (9) de estudiantes tiene obesidad, seguido de un 13.3% (8) con sobrepeso, 70% (42) con un estado normal y el 1% (1.7) con un estado de delgadez.

En cuanto a trabajos similares Carvajal M. e Hidalgo G., con el trabajo de investigación realizado en Ecuador en el año 2020, titulada "Nivel de conocimiento que tienen las madres sobre alimentación y nutrición en relación al estado nutricional de los niños escolares en la zona urbano

marginal”. Llego a la conclusión de que la mayor parte de los escolares tiene un estado nutricional normal, seguido de escolares con sobrepeso, obesidad y bajo peso, lo cual concuerda con los hallazgos del presente estudio, el mayor porcentaje es 70% de los escolares con un estado nutricional normal, seguido del 13.3% tiene sobrepeso, 15% obesidad y 1% delgadez. Respecto a la variable nivel conocimiento de las madres, concluyeron que el mayor porcentaje de las madres tiene un nivel alto, difiriendo con lo hallado en el estudio, siendo el mayor porcentaje de madres con un conocimiento medio de 75%.

Otro estudio similar es el de Choco D. Huerta N. con su trabajo titulado “Comparación del nivel de conocimiento de las madres según el tipo de colegio sobre alimentación saludable y su relación con el estado nutricional de niños escolares del nivel primario del distrito de Cayma, Arequipa 2019.” Llego a la conclusión de que el nivel de conocimiento de las madres sobre alimentación saludable influye significativamente en el estado nutricional de los niños del nivel primario. Hallazgos que concuerdan con lo obtenido, el 16.7% de las madres de escolares con nivel de conocimiento bajo tienen el 40% de hijos escolares con sobrepeso y 40 % con obesidad, mientras que el 75% de madres con nivel de conocimiento medio tienen el 77,7% de hijos escolares con estado nutricional normal.

Entre trabajos similares que difieren con el estudio, está el del autor Tupia E. titulado “Conocimientos, actitudes y practicas sobre alimentación saludable en cuidadores de escolares con exceso de peso del primer y segundo grado primaria, Carabayllo - Lima, 2019”. Quien tuvo como resultado que el 50% de los cuidadores de escolares con exceso de peso presentó un nivel alto de conocimiento sobre alimentación saludable, indican que los cuidadores de los escolares con exceso de peso poseen adecuados conocimientos. Asimismo, los resultados de la variable estado nutricional fue de 67% normal, 28% sobrepeso y 5% obesidad. (11) Esta investigación tiene un gran porcentaje de nivel alto en conocimiento, lo opuesto al presente estudio, que solo tiene 8.3%. Por otro lado, el

porcentaje de escolares con sobrepeso y obesidad es proporcional con los resultados obtenidos nuestra investigación.

Entre los trabajos similares, respecto a la variable estado nutricional, encontramos a Lema V., Aguirre M., Godoy N., Cordero N. trabajo de investigación realizado en Ecuador en el año 2021, titulado "Estado nutricional y estilo de vida en escolares. Una mirada desde unidades educativas públicas y privadas." Quien tuvo en mayor proporción un estado nutricional del 76,5% normal, seguido de un 17,2% sobrepeso y 4,6% obesidad(6); Por otro lado, Pinzón E., Zapata H., Lesmes M, Toro D, Pico S , en el año 2021 - Colombia, con su trabajo titulado "Estado nutricional de escolares de 5 a 9 años del Valle del Cauca"; donde refieren que el estado nutricional del 59.6% es normal, 14% tiene riesgo de delgadez, 5.6% delgadez, 13.3% sobrepeso y 7.6 obesidad.(5) también se halló resultados que difieren con el presente estudio, como el de Ruiz J., Tafur R, trabajo realizado en el 2019, titulado "Estado nutricional y anemia ferropénica de 6 a 12 años, de una institución educativa de la provincia de Rioja, San Martín", los autores refieren sobre su primera dimensión, estado nutricional, la presencia de un significativo 26.25% desnutrición moderada y 18.75 sobrepeso, resaltando la no presencia de obesidad. (12)

6.3 Responsabilidad ética de acuerdo a los reglamentos vigentes

El presente trabajo de investigación se realizó de acuerdo a las normas vigentes de responsabilidad ética de la UNAC. Aprobado por resolución del consejo universitario N° 260 – 2019 – CU. - 16 de Julio de 2019.

Se hizo uso de un consentimiento informado en las madres y el permiso correspondiente del director de la institución educativa. Teniendo en cuenta los principios éticos y deontológicos de la carrera profesional de enfermería del Perú: beneficencia, autonomía, no maleficencia y justicia.

VII. CONCLUSIONES

1. Se determina que el conocimiento de las madres sobre alimentación saludable es de medio a bajo. Este hallazgo se relaciona con la presencia de escolares que presentan desequilibrios en su estado nutricional de sobre peso, obesidad y delgadez. Además, se establece que el conocimiento se correlaciona con el estado nutricional de los escolares de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023; con el grado de significancia $p < 0.05$. (r Spearman = 0.476)
2. Se identifica que el conocimiento de las madres sobre la dimensión aspectos generales es de medio a bajo. Esto evidencia el desconocimiento de las madres sobre la alimentación, su importancia y los hábitos alimenticios. Así mismo, se establece que el conocimiento se correlaciona con el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023; con el grado de significancia $p < 0.05$. (r Spearman = 0.370)
3. Se identifica que el conocimiento de las madres sobre la dimensión requerimientos nutricionales es de medio a bajo. Esto evidencia el desconocimiento de las madres sobre alimentos energéticos, constructores y protectores. Así mismo, se establece que el conocimiento se correlaciona con el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023; con el grado de significancia $p < 0.05$. (r Spearman = 0.313)
4. Se identifica que el conocimiento de las madres sobre la dimensión cantidad y frecuencia es bajo. Esto evidencia el desconocimiento de las madres sobre el número de veces y porciones de alimentos que deben brindarle a sus hijos. Así mismo, se establece que el conocimiento se correlaciona con el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023; con el grado de significancia $p > 0.05$. (r Spearman = 0.177).

VIII. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a las enfermeras del centro de salud de la jurisdicción coordinar y guiar a la comunidad educativa de la Institución Educativa 3013 la elaboración y ejecución de programas de enseñanza específico para madres y escolares, con el fin de fortalecer sus conocimientos sobre alimentación saludable y su conexión directa con el estado nutricional de los niños. Estos programas deben ser inclusivos y adaptados a los recursos de las madres, empoderándolas en la toma de decisiones nutricionales.
2. Se recomienda al director de la institución educativa coordinar con el centro de salud más cercano para que un equipo multidisciplinario realice estrategias educativas donde se aborden de manera integral los vacíos identificados en el conocimiento materno sobre los aspectos generales de la alimentación saludable, estas sesiones deben enfocarse en proporcionar información detallada como los conceptos básicos sobre alimentación, importancia y hábitos alimentarios saludables específicas para la edad, además de prácticas que fomenten un entorno alimentario favorable en el hogar.
3. Se recomienda a los padres de los escolares con un estado nutricional inadecuado acudir al centro de salud de la jurisdicción para que se realicen evaluaciones para identificar su diagnóstico nutricional y descartar cualquier riesgo de desarrollo o comorbilidad.
4. Se recomienda a los docentes de la institución educativa brindar material educativo detallado semanal o mensual, como folletos informativos, guías visuales y carteles, que aborden específicamente las cantidades y frecuencias recomendadas para la alimentación de los hijos a lo largo de su etapa escolar. Este material proporcionará orientación clara sobre las porciones adecuadas de alimentos constructores, protectores y

energéticos, adaptándose a las distintas etapas de crecimiento y desarrollo. Además, se fomentará el uso de estos materiales como herramientas prácticas para planificar y preparar comidas balanceadas, asegurando así que los niños reciban los nutrientes necesarios para un desarrollo saludable.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización mundial de la salud. OMS: La OMS insta a los gobiernos a fomentar la alimentación saludable en los establecimientos públicos. [internet]. Ginebra: OMS; 2021. [Consultado el 21 junio de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities>
2. Organización panamericana de la salud. OPS: Informe ONU: 131 millones de personas en América Latina y el Caribe no pueden acceder a una dieta saludable. [internet]. Santiago de Chile: OPS; 2023 [Consultado el 21 junio de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/19-1-2023-informe-onu-131-millones-personas-america-latina-caribe-no-pueden-acceder-dieta>
3. Vigilancia alimentaria y nutricional por etapas de vida. VIANEV: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años [internet]. Lima: VIANEV; 2021 [Consultado el 21 junio de 2023]. Disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/vigilancia_poblacion/Informe%20Tecnico%20H%C3%A1bitos%20y%20consumo%20de%20alimentos%20saludables%20ni%C3%B1os%20de%205%20a%2011%20a%C3%B1os%20VIANEV%202021_0.pdf
4. Sandoval L. Salvatierra R. Caballero E. Módulo Educativo para la Promoción de la Alimentación y Nutrición Saludable dirigido al Personal de Salud. 2da. Ed. Lima-Perú: MINSA; 2014 [citado el 16 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3007.pdf>
5. Pinzón E., Zapata H., Lesmes M., Toro D., Pico S. Estado nutricional de escolares de 5 a 9 años del Valle del Cauca - Colombia. Rev Esp Nutr Comunitaria. [internet] 2021. [Consultado el 22 de enero de 2023]; 27(4). Disponible en:

https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2021_4_02.RENC-D-21-0017.pdf

6. Lema V., Aguirre M., Godoy M., Cordero M. Estado nutricional y estilo de vida en escolares. Una mirada desde unidades educativas públicas y privadas. Rev Arch Ven Farm Terapéutica [internet]. 2021. [Consultado el 22 de enero de 2023]. 40(4): 344 - 352. Disponible en: https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_4_2021/3_estado_nutricional_estilo_de_vida.pdf
7. Carvajal M. Hidalgo G. Nivel de conocimiento que tienen las madres sobre alimentación y nutrición en relación al estado nutricional de los niños escolares en la zona urbano marginal (San Eduardo) – Guayaquil en el período 2019 – 2020. [tesis licenciatura]. Guayaquil – Ecuador: Universidad católica de Santiago de Guayaquil; 2020. [Internet]. [Citado 31 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/14339/1/T-UCSG-PRE-MED-NUTRI-394.pdf>
8. Bohórquez Y. Nivel del conocimiento sobre alimentación infantil y prácticas alimentarias en madres de familia del Centro de Atención Primaria III del distrito de San Juan de Miraflores, Lima - 2020. [Tesis maestría]. Lima – Perú: Universidad San Martín de Porres [Internet] 2020. [Citado 31 de mayo de 2022]. Disponible en: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/6894/bohorquez_sy.pdf?sequence=1&isAllowed=y
9. Ortega C. Relación entre el nivel de conocimiento de las madres sobre la alimentación escolar y el estado nutricional en niños de una institución educativa primaria, San Juan Lurigancho – 2019. [tesis licenciatura]. Lima – Perú: Universidad Norbert Wiener. [Internet] 2019. [Consultado 31 de mayo de 2022]. Disponible en:

<http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3109/TESIS%20Ortega%20Carmen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

10. Choco Rey DS, Huerta Apaza NJ. Comparación del nivel de conocimiento de las madres según el tipo de colegio sobre alimentación saludable y su relación con el estado nutricional de niños escolares del nivel primario del distrito de Cayma, Arequipa 2019. [tesis licenciatura]. Arequipa – Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa [Internet]. 2021 [citado 20 de enero de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/13202>
11. Tupia E. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en cuidadores de escolares con exceso de peso del primer y segundo grado de primaria, Carabayllo. [tesis licenciatura]. Lima – Perú: Universidad Nacional Federico Villareal [Internet] 2019. [Consultado 31 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/4014/TUPIA%20VARGAS%20ELVIS%20MIGUEL%20-%20TITULO%20PROFESIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
12. Ruiz J., Tafur R. Estado nutricional y anemia ferropénica de 6 a 12 años, de una institución educativa de la provincia de Rioja, San Martín, 2019. [tesis licenciatura]. Rioja – Perú: Universidad católica sedes sapientiae [internet] 2022. [Consultado 23 de abril de 2023]. Disponible en: https://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14095/1593/Ruiz_Tafur_tesis_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y
13. Aristizábal G., Marlene D., Sánchez A., Ostiguin R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Rev Scielo. [Internet]. 2011. [Consultado el 19 de mayo del 2022]. 8(4): 16 - 23. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>

14. Rivera E. Camino salutogénico: estilos de vida saludable. Rev Digit Postgrado [internet]. 2019. [Consultado el 21 de junio del 2023]. 8(1): 159. Disponible en: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/101/101599007/html/>
15. Arias M., Navarro M. Epistemología, Ciencia y Educación científica: premisas, cuestionamientos y reflexiones para pensar la cultura científica. Rev Actual Investig Educación [internet]. 2017. [Consultado el 11 de junio del 2023]. 17(3), 1409 - 4703. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/aie/v17n3/1409-4703-aie-17-03-00774.pdf>
16. Martínez J. El conocimiento como sistema en el tratado de la naturaleza de David Hume. Rev. Filosofía [internet]. 2019. [Consultado el 11 de junio del 2023]. 76, 93-110. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/rfilosof/v76/0718-4360-rfilosof-76-00093.pdf>
17. Ramírez A. La teoría del conocimiento en investigación científica: una visión actual. Rev An Fac Medica [internet]. 2009. [Consultado el 11 de junio del 2023]. 70(3), 217-224. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/rfilosof/v76/0718-4360-rfilosof-76-00093.pdf>
18. Gallardo A. Evolución del conocimiento en enfermería. Rev Medwave [internet]. 2011. [Consultado el 11 de junio del 2023]. 11(4), 1-5. Disponible en: <https://www.medwave.cl/medios/medwave/Abril2011/1/medwave.2011.04.5001.pdf>
19. López A. Matesanz M. Las plataformas de aprendizaje. Del mito a la realidad. [Internet] Madrid - España: Biblioteca Nueva; 2009. [Revisado en 2009; consultado el 19 de junio de 2022]. Disponible en:

https://eprints.ucm.es/id/eprint/9973/1/APRENDIZAJE_Y_CONSTRUCCION_DEL_CONOCIMIENTO.pdf

20. Vidal M., Araña A. Gestión de la información y el conocimiento. Rev Scielo. [internet]. 2012. [Consultado el 21 de junio del 2023]. 26(3): 474 – 484. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412012000300013
21. Molina G., Mousalli-Kayat G. Bases de la investigación científica [Internet]. Lima - Perú: UPEU; 2015. [Consultado el 19 de junio de 2022]. Disponible en http://www.saber.ula.ve/bitstream/handle/123456789/41851/bases_investigacion_cientifica.pdf;jsessionid=ED60E4A8E40B0A3A128CE4AD9241C0B4?sequence=1
22. Martínez A. Pedrón C. Conceptos básicos en alimentación. [Internet]. Madrid – España: Nutricia; 2016. [Revisado en 2016; consultado el 19 de junio del 2022]. Disponible en: <https://www.seghnp.org/sites/default/files/2017-06/conceptos-alimentacion.pdf>
23. Villares J., Galiano M. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. Rev Pediatr Integral [internet]. 2012 [consultado el 19 de junio del 2022]; XIX (4): 268 – 276. Disponible en: https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2015/xix04/05/n4-268-276_Jose%20Moreno.pdf
24. Mariño G., Nuñez V., Gámez B. Alimentación saludable. Rev Act Médica [internet] 2015. [consultado el 19 de junio del 2022]; 17(1). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/actamedica/acm-2016/acm161e.pdf>
25. Palafox M. Ledesma J. Manual de fórmulas y tablas para la intervención nutricional. [Internet]. México D. F: Mc Graw Hill; 2021. [Revisado en 2021;

- consultado el 19 de junio del 2022]. Disponible en:
<https://www.mheducation.es/bcv/guide/capitulo/8448198867.pdf>
26. Fundación española de la nutrición. FEN: Hábitos alimentarios. [Internado]. España: FEN; 2014. [Consultado el 19 de junio del 2022]. Disponible en:
<https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>
27. López S, Cuadrado S, Peral S, Aránzazu A, Ortega R. Importancia del desayuno en la mejora nutricional y sanitaria de la población. Rev Scielo [internet] 2009. [consultado el 19 de junio del 2022]. 35 (6): 3-6. Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112018001200002&lng=es.
28. Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la agricultura. FAO: Contenidos de alimentación y nutrición complementarios a la guía metodológica. [Internet] FAO; 2017 [Revisado en 2017; consultado el 19 de junio del 2022]. Disponible en:
<http://www.fao.org/3/am283s/am283s04a.pdf>
29. Ministerio de Salud. MINSA: Modelo de promoción de la Salud: Acciones a desarrollar en el eje temático de Alimentación y Nutrición saludable. [Internet]. Lima-Perú: MINSA; 2012. [Consultado el 19 de junio del 2022]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3465.pdf>
30. Burgos N. Alimentación y nutrición en edad escolar. Rev Digit Universitaria. [Internet] 2007. [Consultado el 19 de junio del 2022]. 8(4): 1067 – 6079. Disponible en:
https://www.revista.unam.mx/vol.8/num4/art23/abril_art23.pdf
31. Monsalve J. González L. Diseño de un cuestionario de frecuencia para evaluar ingesta alimentaria en la Universidad de Antioquía, Colombia. Rev Scielo [Internet] 2011. [Consultado el 19 de junio del 2021]. 26(6): 1333 – 1344. Disponible

en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112011000600021

32. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación/Organización Mundial de la Salud. FAO/OMS: Conferencia Internacional sobre Nutrición: Nutrición y desarrollo - una evaluación mundial. [Internet]. Roma: FAO y OMS; 1992 [Consultado el 31 de enero del 2023]. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/202894/WHA46_6_spa.pdf?sequence=1
33. Ministerio de salud. MINSA: Una buena hidratación contribuye al rendimiento óptimo de los escolares. [Internet]. Lima: MINSA; 2017 [Consultado el 21 de junio del 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/14163-minsa-una-buena-hidratacion-contribuye-al-rendimiento-optimo-de-los-escolares>
34. Organización mundial de la salud. OMS: Evaluación del estado de nutrición de la comunidad. [internet] Ginebra: OMS; 1968 [Consultado el 31 de enero del 2023]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/41408/9243400533_spa_part1.pdf?sequence=2&isAllo
35. Contreras R. CENAN: La Medición de la Talla y el Peso. Guía para el personal de salud del primer nivel de atención. [Internet]. Lima: MINSA, INS, UNICEF; 2004 [consultado el 31 de enero del 2023]. Disponible en: https://bvs.ins.gob.pe/insprint/CENAN/medicion_talla_peso.pdf
36. Organización de las naciones unidas para la alimentación y la agricultura. ONUAA: Segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición. [Internet]. Roma: ONUAA; 2014 [Consultado el 31 de enero del 2023]. Disponible en: <https://www.fao.org/3/as603s/as603s.pdf>

37. Vigilancia alimentaria y nutricional por etapas de vida. VIANEV: Estado nutricional en niños de 6 a 13 años 2017 – 2018 [Internet]. Lima: VIANEV; 2018 [consultado el 31 de enero del 2023]. Disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/sala_nutricion/sala_3/Informe%20Tecnico%20Estado%20Nutricional%20en%20ni%C3%B1os%20de%206%20a%2013%20a%C3%B1os%202017-2018.pdf
38. Aguilar L. Contreras M. Canto J. Vílchez W. Guía técnica para la elaboración nutricional antropométrica de la persona adulta. [Internet]. Lima: MINSA, INS; 2012 [consultado el 31 de enero del 2023]. Disponible en: <https://alimentacionsaludable.ins.gob.pe/sites/default/files/2017-02/GuiaAntropometricaAdulto.pdf>
39. Contreras R. Tabla de valoración nutricional antropométrica mujeres de 5 a 17 años de mujeres. [Internet]. Lima - Perú: MINSA, INS, CENAN; 2015. [consultado el 31 de enero del 2023]. Disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/depydan/herramientasEducativas/1_preencion%20riesgo.pdf.
40. Ministerio de salud. MINSA: Modelo de abordaje de promoción de la salud acciones a desarrollar en el eje temático de alimentación y nutrición saludable. [internet]. Lima – Perú: MINSA; 2012. [Consultado el 23 de abril del 2023]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3465.pdf>
41. Organización mundial de la salud. OMS: Obesidad y sobrepeso. [internet]. Roma: OMS; 2021. [Consultado el 21 de junio del 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
42. Instituto nacional de estadística e informática. INEI: Resultados de la encuesta nacional a instituciones educativas de nivel inicial, primaria y secundaria, 2014. [Internet]. Lima-Perú: INEI; 2015. [Consultado el 12 de

febrero del 2023]. Disponible en:
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1257/cap04.pdf

43. Instituto nacional de salud. INS: La medición de la talla y peso. [internet]. Lima – Perú: INS; 2004. [Consultado el 23 de abril del 2023]. Disponible en:
https://bvs.ins.gob.pe/insprint/CENAN/medicion_talla_peso.pdf

44. Ministerio de salud. MINSA: Modelo de abordaje de promoción de la salud acciones a desarrollar en el eje temático de alimentación y nutrición saludable. [internet]. Lima – Perú: MINSA; 2012. [Consultado el 23 de abril del 2023]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3465.pdf>

45. Instituto nacional de salud. INS: La medición de la talla y peso. [internet]. Lima – Perú: INS; 2004. [Consultado el 23 de abril del 2023]. Disponible en:
https://bvs.ins.gob.pe/insprint/CENAN/medicion_talla_peso.pdf

46. Instituto nacional de salud. INEI: Principales resultados de la encuesta nacional a instituciones educativas de nivel inicial, primaria y secundaria, 2016. [internet]. Lima – Perú: INS; 2016
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1466/cap04.pdf

47. González J. Los niveles de conocimiento. El Aleph en la innovación curricular. Rev Scielo [internet]. 2014. [Consultado el 21 de junio del 2023]. Disponible en:
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-26732014000200009

48. Organización de las naciones unidas para la agricultura y la alimentación, Organización mundial de la Salud. FAO/OMS: Dietas saludables sostenibles. [internet]. Roma – Italia: FAO y OMS; 2020. [Consultado el 23

de abril del 2023]. Disponible en:
<https://www.fao.org/3/ca6640es/CA6640ES.pdf>

49. Ministerio de salud. MINSA: Guías alimentarias para la educación nutricional en Costa Rica. [internet] San José - Costa Rica: MINSA; 1997 [Consultado el 23 de abril del 2023]. Disponible en:
<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/biblioteca-de-archivos-left/documentos-ministerio-de-salud/redes-interinstitucionales/comision-intersectorial-de-guias-alimentarias-ciga/documentos-1/5778-guias-alimentarias-para-la-educacion-nutricional-en-costa-rica/file>
50. Castaingts J., Vértiz J., Díaz E. Organización, energía, salud y trabajo. Revista administración y Organizaciones. [internet] 2022. [Consultado el 23 de abril del 2023]; 25 (48): 65 – 87. Disponible en:
<file:///C:/Users/Camila%20Alamo/Downloads/Organizaci%C3%B3n,+energ%C3%ADa,+salud+y+trabajo.pdf>
51. Instituto nacional de salud. INS: La medición de la talla y peso. [internet]. Lima – Perú: INS; 2004. [Consultado el 23 de abril del 2023]. Disponible en:
https://bvs.ins.gob.pe/insprint/CENAN/medicion_talla_peso.pdf
52. Instituto nacional de salud. INS: Presentó las loncheras escolares saludables para prevenir la anemia. [internet]. Lima – Perú: INS; 2019. [Consultado el 21 de junio del 2023]. Disponible en:
<https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/ins-presento-las-loncheras-escolares-saludables-para-prevenir-la-anemia>
53. Ministerio de salud. MINSA: Modelo de abordaje de promoción de la salud, acciones a desarrollar en el eje temático de alimentación y nutrición saludable. [internet]. Lima – Perú: MINSA; 2012. [Consultado el 23 de abril del 2023]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3465.pdf>

54. Instituto nacional de salud. INS: La medición de la talla y peso. [internet]. Lima – Perú: INS; 2004. [Consultado el 23 de abril del 2023]. Disponible en: https://bvs.ins.gob.pe/insprint/CENAN/medicion_talla_peso.pdf
55. Hernández R. Fernando C. Baptista P. Metodología de la investigación. [internet] México D. F.: Mc Graw Hill; 2014. [Revisado en 2014, Consultado el 21 de junio del 2023]. Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
56. Salazar G. Nivel de conocimientos que tienen las madres sobre alimentación en la etapa escolar de primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa Enrique Milla Ochoa, Los Olivos - 2016. [tesis licenciatura] Lima – Perú: Universidad de ciencia y humanidades. [Internet]. 2018 [consultado el 20 de enero del 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uch.edu.pe/handle/20.500.12872/197>
57. Ortega V. Relación entre el Nivel de Conocimiento de las madres sobre la Alimentación Escolar y el Estado Nutricional en niños de una Institución Educativa Primaria, San Juan de Lurigancho -2019. [tesis licenciatura]. Lima – Perú: Universidad privada Norbert Wiener. [Internet]. 2019 [consultado el 20 de enero del 2023]; Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3149618>
58. Tamayo M. El proceso de la investigación científica. [Internet] México D. F.: Limusa; 2003 [Revisado en 2006; consultado el 19 de Julio de 2022]. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf
59. Mondragón M. Uso de la correlación de Spearman en un estudio de intervención en fisioterapia. Rev Mov. Científico [internet]. 2014. [Consultado el 14 de noviembre del 2023]. 8(1): 98- 104. Disponible en: <https://revmovimientocientifico.iberro.edu.co/article/view/mct.08111/645>

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

“CONOCIMIENTO DE LAS MADRES SOBRE ALIMENTACION SALUDABLE Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL RIMAC – 2023.”

Problema de investigación	Objetivos de investigación	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>General ¿Cómo es el conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023?</p> <p>Específicos ¿Cómo es el conocimiento sobre la dimensión aspectos generales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación</p>	<p>General Determinar el conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023</p> <p>Específicos Identificar el conocimiento sobre la dimensión aspectos generales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación</p>	<p>General El conocimiento de las madres sobre alimentación saludable es bajo y se correlaciona con el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023.</p> <p>Específicas El conocimiento de las madres sobre la dimensión aspectos generales es bajo y se correlaciona con el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación</p>	<p>Variable 1: Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de escolares.</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aspectos generales • Requerimientos Nutricional • Cantidad frecuencia y de alimentos <p>Variable 2: Estado nutricional en escolares del tercer ciclo.</p>	<p>Tipo de investigación: El estudio es de tipo cuantitativo, método descriptivo y correlacional.</p> <p>Diseño de investigación: El diseño es no experimental debido a que no se manipula la variable de investigación y de corte transversal al encontrarse en un determinado tiempo y espacio.</p> <p>Según el esquema:</p> <div style="text-align: center;"> <pre> graph LR M --> O1 M --> O2 O1 --- r --- O2 </pre> </div>

<p>primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023?</p> <p>¿Cómo es el conocimiento sobre la dimensión requerimientos nutricionales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023?</p> <p>¿Cómo es el conocimiento sobre la dimensión cantidad y frecuencia de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023?</p>	<p>primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023</p> <p>Identificar el conocimiento sobre la dimensión requerimientos nutricionales de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023.</p> <p>Identificar el conocimiento sobre la dimensión cantidad y frecuencia de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023.</p>	<p>primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023</p> <p>El conocimiento de las madres sobre la dimensión requerimientos nutricionales es bajo y se correlaciona con el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023.</p> <p>El conocimiento de las madres sobre la dimensión cantidad y frecuencia es bajo y se correlaciona con el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la Institución Educativa 3013, Rímac – 2023.</p>		<p>Población: La población estuvo constituida por 70 madres y escolares del tercer ciclo de la I.E. 3013 – Rímac.</p> <p>N = 71</p> <p>Muestra: Para determinar el número total de la muestra se empleó la fórmula de muestreo probabilístico aleatorio simple:</p> $n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$ <p>n=60</p> <p>Técnicas e Instrumentos de recolección de datos:</p> <p>La técnica que se utilizará será la encuesta y la observación.</p> <p>Instrumentos:</p> <ol style="list-style-type: none"> Cuestionario: El cual estará compuesto por preguntas de tipo cerradas con alternativas múltiples. (NICOAS) (Ver anexo 2) Ficha de registro: Para determinar el estado nutricional de los escolares del tercer ciclo de educación primaria de la I.E. 3013. (Ver anexo 3)
--	---	---	--	--

ANEXO 2

INSTRUMENTO QUE MIDE EL CONOCIMIENTO SOBRE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES (NICOAS)

Introducción: Somos Bachilleres de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Nacional del Callao, el presente estudio tiene como objetivo principal determinar el conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023.

Instrucciones: En el siguiente cuestionario contiene preguntas que se le pide responder en su totalidad. Las preguntas serán contestadas marcando al lado izquierdo de la respuesta que crea correcta.

I. DATOS GENERALES

Edad de la madre: ____ años.

Ocupación:

- a) Ama de casa.
- b) Empleada.
- c) Trabajo independiente.

Grado de instrucción:

- a) Sin estudios.
- b) Primaria incompleta.
- c) Primaria completa.
- d) Secundaria incompleta.
- e) Secundaria completa.
- f) Técnico
- g) Superior.

II. DATOS ESPECÍFICOS

1. ¿Qué es la alimentación saludable?

- a) Es aquella que solo aumenta de peso.
- b) Es el consumo de alimentos nutritivos, variados y balanceados adecuados.
- c) Es aquella que solo es agradable.
- d) Es aquella que solo nos protege de las enfermedades.

2. ¿Qué alimentos consumidos en exceso podría ser causante de sobrepeso y obesidad?

- a) Carne, leche y fideos.
- b) Frutas y verduras.
- c) Arroz, fideos, mantequilla, aceite y papa.
- d) Palta, limón y lechuga.

3. ¿Qué alimentos contiene alto porcentaje de proteína?

- a) Carne, leche, huevo, queso, pescado y menestras.
- b) Naranja, papaya, brócoli, espinaca y zanahoria.
- c) Papa, yuca, camote, arroz y fideos.
- d) Aceituna, palta, hot dog, salchicha y mantequilla.

4. ¿Qué alimentos contiene alto contenido de vitaminas y minerales?

- a) Hamburguesas, papas fritas, hot dog y mantequilla.
- b) Naranja, plátano, brócoli, pepino, zanahoria y uva.
- c) Yuca, camote, arroz, papa y pan.
- d) Carnes, yogur, huevo y pescado.

5. ¿Qué alimentos poseen alto contenido de hierro?

- a) Camote, papa, yuca, arroz y trigo.
- b) Huevo, yogur, queso, palta y pollo.
- c) Zanahoria, betarraga, manzana, naranja y plátano.
- d) Bazo, sangrecita de pollo, hígado, pescado oscuro, conejo y res.

6. ¿Qué alimentos poseen alto contenido de harinas (carbohidratos)?

- a) Huevo, leche, carne, pescado y queso.
- b) Mantequilla, palta, aceituna, chorizo y hamburguesa.
- c) Papa, yuca, pan, fideos, arroz y trigo.
- d) Naranja, piña, papaya, lechuga y espinaca.

7. ¿Por qué es importante consumir arroz, quinua, trigo, etc.?

- a) Ayudar a crecer.
- b) Hace subir de peso.
- c) Protege de las enfermedades.
- d) Da energía y fuerza.

8. ¿Por qué es importante consumir frutas y verduras?

- a) No eliminan las impurezas de nuestro organismo.
- b) Protegen de las enfermedades.
- c) Ayuda a incrementar el peso.
- d) Ayuda a bajar de peso.

9. ¿Por qué es importante el consumo de leche, carnes, huevos y queso?

- a) Ayuda a formar y fortalecer los músculos y huesos.
- b) Porque son agradables.
- c) Ayudan a incrementar el peso corporal.
- d) Ayuda a la digestión de los alimentos.

10. ¿Qué tipo de preparados deben comer los niños en el almuerzo?

- a) Segundo, sopa y refresco natural.
- b) Segundo, refresco y frutas.
- c) Segundo, sopas y ensalada.
- d) Segundo más sopa.

11. Marque la opción que contiene más alimentos saludables para una lonchera escolar.

- a) Frugos, queque, chocolate y chizito.
- b) Galleta, queque, gaseosa y hamburguesa.
- c) Bebida natural, huevo sancochado y fruta.
- d) Galleta, refresco y pan con tortilla.

12. ¿Cuál de las siguientes opciones contiene la mayor cantidad de alimentos nutritivos para el desayuno?

- a) Una taza de café y un pan con mantequilla.
- b) Una taza de leche y un pan con tortilla.
- c) Una taza de avena y un paquete de galleta.
- d) Un vaso de jugo y una porción de queque.

13. ¿Cuántas tazas de lácteos o derivados (leche, yogurt, etc.) al día deben consumir los niños?

1 taza = 200cc (240mg de calcio)

- a) 2 tazas.
- b) 3 tazas.
- c) 5 tazas.
- d) 7 tazas.

14. ¿Cuántas veces por semana deben consumir pescado los niños?

- a) 2 veces.
- b) 3 veces.
- c) 4 veces.
- d) 5 veces.

15. ¿Cuántas comidas al día deben consumir los niños?

- a) 2 comidas.
- b) 3 comidas.
- c) 4 comidas.
- d) 5 comidas.

16. ¿Cuántas unidades de fruta al día deben consumir los niños?

- a) 1 unidad.
- b) 2 unidades.
- c) 3 unidades.
- d) 4 unidades.

17. ¿Cuántos vasos de agua al día deben consumir los niños?

- a) 1-2 vasos.
- b) 3-5 vasos.
- c) 4-7 vasos.
- d) 6-8 vasos.

18. ¿Cómo se encontraría el niño que no consume alimentos saludables?

- a) Desarrollará solo sobrepeso u obesidad.
- b) Se encontrará alto y fuerte.
- c) No le ocasionará nada.
- d) No tendrá un crecimiento y desarrollo adecuado.

19. ¿Qué tipo de bebida deben consumir con mayor prioridad los niños?

- a) Refrescos e infusiones.
- b) Jugos.
- c) Bebidas gasificadas (gaseosas).
- d) Agua.

20. ¿Qué tipos de preparados son más importantes?

- a) Frituras.
- b) Sancochados.
- c) Guisados y horneados.
- d) Toda variedad.

21. ¿Por qué es importante la alimentación saludable?

- a) Porque es aquella que solo aumenta de peso.
- b) Porque es aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales.
- c) Porque es aquella que permite que la persona solo se sienta bien físicamente.
- d) Porque es aquella que solo ayuda a la ganancia de masa muscular.

22. ¿Cuántas porciones de verdura al día deben consumir los niños?

- a) 1 porciones.
- b) 2 porciones.
- c) 3 porciones.
- d) 4 porciones.

23. ¿Cómo se encontraría el niño que consume alimentos saludables?

- a) Alto y débil.
- b) Gordo y fuerte.
- c) Con adecuada ganancia de peso y talla para su edad.
- d) Robusto y con mucha energía.

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

ANEXO 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

“CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RIMAC– 2023”

Nombre de los Investigadores:

- Alamo Ramos, Camila Alejandra
- Osorio Sullá, Christian Rubén

El presente documento contiene toda la información requerida para que usted decida si desea participar en esta investigación.

Se me ha informado e invitado a participar del estudio titulado “Conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares de una institución educativa 3013, Rímac– 2023” cuyo objetivo es: Determinar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable de las madres y el estado nutricional en escolares del tercer ciclo de educación primaria de la institución educativa 3013, Rímac – 2023. El estudio será realizado por egresados de la carrera profesional de enfermería pertenecientes a la Universidad Nacional del Callao.

Garantizo que:

Se me ha informado que en el estudio mi participación consiste en elaborar un cuestionario y autorizarla medición del peso y la talla de mi hijo/a. De esta forma, al participar de la investigación no expongo a mi hijo ni a mí a ningún riesgo ni costo económico. Por otro lado, se me ha hecho saber que por la participación del estudio no existirá beneficio directo ni compensación o retribución de algún tipo.

Los beneficios esperados del estudio consideran un aporte al conocimiento científico y clínico, esperando promover a través de los resultados del presente

estudio mejoras en la atención de las madres durante la hospitalización en la unidad de cuidado intensivos de su menor hijo/a.

Se me ha explicado que la participación en la investigación es libre y voluntaria, pudiendo negarme a participar o retirarme del estudio en cualquier momento, sin exponer causa alguna.

Se me ha hecho saber que toda información obtenida durante la fase de recolección de datos será analizada de manera confidencial y anónima, solo por integrantes del grupo de investigación. Al finalizar el estudio, los resultados serán incorporados en un informe escrito y potencialmente difundidos en jornadas científicas o publicaciones, siempre velando por el anonimato de la información de los participantes.

Afirmo que he obtenido la oportunidad y libertad de realizar todas las preguntas pertinentes sobre mi participación en este estudio las cuales han sido verbalmente explicadas.

FIRMA

Fecha:



Camila Alejandra Alamo Ramos
Investigadora



Christian Rubén Osorio Sulla
Investigador

ANEXO 4

BASE DE DATOS

ENCUESTA ADD	EDAD	OCCUP	GRAD_IN ST	PREGUNTAS e ITEM2																			PUNTAJE TOTAL	NIV_CON	NIV_ASP	NIV_REQ	NIV_CVF	ZDAD_ESC	PESO	TALLA	IMC	DX_N	SEX_ESC		
				P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19												P20	P21
1	1	3	6	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	6	28.00	116	20.81	Obesidad	Masculino	
2	1	3	7	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	16	Medio	Alto	Alto	Bajo	6	20.00	116	14.86	Normal	Femenino	
3	2	1	6	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	14	Medio	Medio	Alto	Medio	6	22.00	122	14.78	Normal	Femenino	
4	5	1	5	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	8	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	6	26.00	122	17.47	Sobrepeso	Femenino
5	5	1	7	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	16	Medio	Alto	Alto	Bajo	6	19.00	112	15.15	Normal	Femenino	
6	5	3	4	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	12	Medio	Medio	Medio	Bajo	6	21.00	117	15.24	Normal	Masculino	
7	5	1	5	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	15	Medio	Medio	Alto	Alto	6	20.00	120	13.89	Normal	Masculino	
8	5	3	7	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	11	Medio	Medio	Medio	Bajo	6	19.50	115	14.74	Normal	Femenino	
9	5	1	5	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	14	Medio	Medio	Medio	Alto	6	18.50	118	13.29	Normal	Femenino	
10	4	3	6	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	16	Medio	Medio	Alto	Medio	6	24.50	116	17.21	Sobrepeso	Masculino	
11	4	2	7	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	12	Medio	Medio	Medio	Bajo	6	21.00	116	15.61	Normal	Masculino	
12	3	5	5	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	12	Medio	Medio	Medio	Bajo	6	25.00	121	18.28	Normal	Femenino	
13	3	3	6	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	10	Medio	Medio	Medio	Bajo	6	31.00	119	21.89	Obesidad	Femenino	
14	2	1	4	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	3	Medio	Bajo	Medio	Bajo	6	17.00	117	12.42	Delgadot	Femenino	
15	4	3	5	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	13	Medio	Medio	Medio	Bajo	7	27.00	126	17.01	Normal	Femenino	
16	5	1	5	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	13	Medio	Medio	Medio	Medio	6	19.00	114	13.95	Normal	Masculino	
17	5	3	2	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	16	Medio	Alto	Medio	Medio	7	27.00	126	20.07	Obesidad	Femenino	
18	1	2	5	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	13	Medio	Medio	Medio	Medio	7	17.50	112	13.95	Normal	Masculino	
19	1	1	5	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	13	Medio	Medio	Medio	Bajo	7	22.00	117	16.07	Normal	Masculino	
20	1	1	2	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	8	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	7	20.00	118	14.36	Normal	Femenino	
21	5	3	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	15	Medio	Alto	Alto	Bajo	7	24.00	119	16.95	Normal	Masculino	
22	1	1	4	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	8	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	7	33.00	123	21.81	Obesidad	Femenino	
23	4	3	5	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	10	Medio	Medio	Medio	Bajo	7	32.00	122	21.50	Obesidad	Femenino	
24	3	3	5	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	16	Medio	Alto	Medio	Medio	7	185.00	112	14.75	Normal	Masculino	
25	3	3	5	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	11	Medio	Medio	Medio	Bajo	7	21.00	117	15.24	Normal	Femenino
26	3	1	2	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	8	23.00	119	16.24	Normal	Masculino	
27	3	3	7	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	14	Medio	Alto	Medio	Bajo	7	21.50	120	14.93	Normal	Femenino	
28	2	1	4	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	13	Medio	Medio	Medio	Medio	7	26.00	122	17.47	Sobrepeso	Masculino	
29	2	3	7	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	Alto	Alto	Medio	Medio	7	21.00	115	15.88	Normal	Femenino	
30	3	3	5	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	18	Alto	Alto	Medio	Medio	7	24.00	120	16.67	Normal	Femenino	
31	5	1	5	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	11	Medio	Medio	Bajo	Bajo	7	23.00	121	15.71	Normal	Masculino	
32	5	3	5	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	14	Medio	Medio	Medio	Medio	7	21.00	113	16.45	Normal	Femenino
33	5	1	5	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	14	Medio	Medio	Medio	Medio	7	23.50	127	14.57	Normal	Femenino	
34	5	1	5	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	12	Medio	Medio	Medio	Bajo	7	21.00	114	16.16	Normal	Masculino
35	4	1	3	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	9	Medio	Bajo	Medio	Bajo	7	36.50	130	21.60	Obesidad	Femenino	
36	3	3	5	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	11	Medio	Medio	Medio	Bajo	7	25.00	120	17.26	Normal	Masculino	
37	3	1	5	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	12	Medio	Bajo	Alto	Medio	7	28.00	120	16.67	Normal	Masculino	
38	4	1	5	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	12	Medio	Medio	Medio	Medio	7	24.00	120	16.67	Normal	Masculino
39	2	3	4	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	17	Alto	Alto	Medio	Medio	7	22.00	122	14.78	Normal	Femenino	
40	2	3	5	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	13	Medio	Alto	Bajo	Medio	7	20.00	116	14.86	Normal	Masculino	
41	1	3	3	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	11	Medio	Bajo	Medio	Medio	7	32.00	130	18.93	Sobrepeso	Femenino
42	1	3	4	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	13	Medio	Medio	Medio	Bajo	7	28.00	130	16.57	Normal	Masculino	
43	3	1	5	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	13	Medio	Medio	Medio	Bajo	7	24.70	117	18.04	Sobrepeso	Masculino	
44	2	1	4	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	13	Medio	Medio	Medio	Medio	7	24.00	128	14.65	Normal	Masculino
45	2	3	2	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	7	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	7	34.00	134	18.94	Sobrepeso	Masculino	
46	2	2	7	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	15	Medio	Medio	Alto	Bajo	7	24.50	120	17.01	Normal	Masculino	
47	3	3	5	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	15	Medio	Medio	Medio	Medio	6	20.00	110	16.53	Normal	Femenino
48	3	1	4	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	11	Medio	Medio	Bajo	Medio	6	20.00	120	13.89	Normal	Femenino
49	3	3	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	6	22.00	112	17.64	Sobrepeso	Femenino	
50	3	1	5	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	17	Alto	Alto	Alto	Medio	7	23.00	130	13.61	Normal	Femenino	
51	3	3	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	11	Medio	Medio	Bajo	Medio	6	34.00	123	22.47	Obesidad	Femenino
52	3	3																																	

ANEXO 5

DIMENSIONES / INDICADORES	Incorrecto		Correcto	
	N	%	N	%
ASPECTOS GENERALES				
Alimentación				
1. ¿Qué es la alimentación saludable?	16	26.7%	44	73.3%
11. Marque la opción que contiene más alimentos saludables para una lonchera escolar.	7	11.7%	53	88.3%
12. ¿Cuál de las siguientes opciones contiene la mayor cantidad de alimentos nutritivos para el desayuno?	27	45.0%	33	55.0%
18. ¿Cómo se encontraría el niño que no consume alimentos saludables?	30	50.0%	30	50.0%
19. ¿Qué tipo de bebida deben consumir con mayor prioridad los niños?	31	51.7%	29	48.3%
23. ¿Cómo se encontraría el niño que consume alimentos saludables?	24	40.0%	36	60.0%
SUB TOTAL	135	37.5%	225	62.5%
Importancia				
21. ¿Por qué es importante la alimentación saludable?	18	30.0%	42	70.0%
SUB TOTAL	18	30.0%	42	70.0%
Hábitos alimenticios				
10. ¿Qué tipo de preparados deben comer los niños en el almuerzo?	26	43.3%	34	56.7%
20. ¿Qué tipos de preparados son más importantes?	39	65.0%	21	35.0%
SUB TOTAL	83	46.1%	97	53.9%
TOTAL	236	39.3%	364	60.7%
REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES				
Alimentos energéticos				
2. ¿Qué alimentos cree que consumidos en exceso podría ser causante de sobrepeso y obesidad?	28	46.7%	32	53.3%
6. ¿Qué alimentos poseen alto contenido de harinas (carbohidratos)?	19	31.7%	41	68.3%
7. ¿Por qué es importante consumir arroz, quinua, trigo, etc.?	33	55.0%	27	45.0%
SUB TOTAL	80	44.4%	100	55.6%
Alimentos constructores				
3. ¿Qué alimentos contiene alto porcentaje de proteína?	21	35.0%	39	65.0%
5. ¿Qué alimentos poseen alto contenido de hierro?	18	30.0%	42	70.0%
9. ¿Por qué es importante el consumo de leche, carnes, huevos y queso?	23	38.3%	37	61.7%
SUB TOTAL	62	34.4%	118	65.6%
Alimentos protectores				
4. ¿Qué alimentos contiene alto contenido de vitaminas y minerales?	20	33.3%	40	66.7%
8. ¿por qué es importante consumir frutas y verduras?	28	46.7%	32	53.3%
SUB TOTAL	48	40.0%	72	60.0%
TOTAL	190	39.6%	290	60.4%
CANTIDAD Y FRECUENCIA				
Porciones				
22. ¿Cuántas porciones de verdura al día deben consumir los niños?	35	58.3%	25	41.7%
13. ¿Cuántas tazas de lácteos o derivados (leche, yogurt, etc.) al día deben consumir los niños?	32	53.3%	28	46.7%
15. ¿¿Cuántas comidas al día deben consumir los niños?	47	78.3%	13	21.7%
16. ¿Cuántas unidades de fruta al día deben consumir los niños?	34	56.7%	26	43.3%
17. ¿Cuántos vasos de agua considera que debe consumir su hijo al día?	43	71.7%	17	28.3%
Sub total	191	63.7%	109	36.3%
Número de veces				
14. ¿Cuántas veces por semana deben consumir pescado los niños?	41	68.3%	19	31.7%
Sub total	41	68.3%	19	31.7%
TOTAL	232	64.4%	128	35.6%

ÍNDICE DE MASA CORPORAL EN NIÑAS DE 5 AÑOS HASTA LOS 8 AÑOS Y 9 MESES

EDAD (años y meses)	IMC = Peso (Kg) / Talla (m) / Talla (m)								
	Delgadez < -2 DE		NORMAL				Sobrepeso	Obesidad > 2 DE	
	* <-3DE	≥ -3DE	** ≥-2 DE	-1DE	Med	*** 1DE	≤2DE	≤3DE	>3 DE
5a		11,8	12,7	13,9	15,2	16,9	18,9	21,3	
5a 3m		11,8	12,7	13,9	15,2	16,9	18,9	21,5	
5a 6m		11,7	12,7	13,9	15,2	16,9	19,0	21,7	
5a 9m		11,7	12,7	13,9	15,3	17,0	19,1	21,9	
6a		11,7	12,7	13,9	15,3	17,0	19,2	22,1	
6a 3m		11,7	12,7	13,9	15,3	17,1	19,3	22,4	
6a 6m		11,7	12,7	13,9	15,3	17,1	19,5	22,7	
6a 9m		11,7	12,7	13,9	15,4	17,2	19,6	23,0	
7a		11,8	12,7	13,9	15,4	17,3	19,8	23,3	
7a 3m		11,8	12,8	14,0	15,5	17,4	20,0	23,6	
7a 6m		11,8	12,8	14,0	15,5	17,5	20,1	24,0	
7a 9m		11,8	12,8	14,1	15,6	17,6	20,3	24,4	
8a		11,9	12,9	14,1	15,7	17,7	20,6	24,8	
8a 3m		11,9	12,9	14,2	15,8	17,9	20,8	25,2	
8a 6m		12,0	13,0	14,3	15,9	18,0	21,0	25,6	
8a 9m		12,0	13,1	14,3	16,0	18,2	21,3	26,1	

Fuente: Instituto nacional de salud (INS)

ÍNDICE DE MASA CORPORAL EN NIÑOS DE 5 AÑOS HASTA LOS 8 AÑOS Y 9 MESES

ÍNDICE DE MASA CORPORAL PARA EDAD									
EDAD (años y meses)	IMC = Peso (Kg) / Talla (m) / Talla (m)								
	Delgadez < -2 DE		NORMAL				Sobrepeso	Obesidad > 2 DE	
	* <-3DE	≥ -3DE	** ≥-2 DE	-1DE	Med	*** 1DE	≤2DE	≤3DE	>3 DE
5a		12,1	13,0	14,1	15,3	16,6	18,3	20,2	
5a 3m		12,1	13,0	14,1	15,3	16,7	18,3	20,2	
5a 6m		12,1	13,0	14,1	15,3	16,7	18,4	20,4	
5a 9m		12,1	13,0	14,1	15,3	16,7	18,4	20,5	
6a		12,1	13,0	14,1	15,3	16,8	18,5	20,7	
6a 3m		12,2	13,1	14,1	15,3	16,8	18,6	20,9	
6a 6m		12,2	13,1	14,1	15,4	16,9	18,7	21,1	
6a 9m		12,2	13,1	14,2	15,4	17,0	18,9	21,3	
7a		12,3	13,1	14,2	15,5	17,0	19,0	21,6	
7a 3m		12,3	13,2	14,3	15,5	17,1	19,2	21,9	
7a 6m		12,3	13,2	14,3	15,6	17,2	19,3	22,1	
7a 9m		12,4	13,3	14,3	15,7	17,3	19,5	22,5	
8a		12,4	13,3	14,4	15,7	17,4	19,7	22,8	
8a 3m		12,4	13,3	14,4	15,8	17,5	19,9	23,1	
8a 6m		12,5	13,4	14,5	15,9	17,7	20,1	23,5	
8a 9m		12,5	13,4	14,6	16,0	17,8	20,3	23,9	

Fuente: Instituto nacional de salud (INS)

CARACTERÍSTICAS PERSONALES DE LAS MADRES DE LOS ESCOLARES DEL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 3013, RÍMAC – 2023

CARACTERÍSTICAS PERSONALES DE LAS MADRES	N=60	
	N°	%
EDAD		
21 a 25 años	9	15%
26 a 30 años	9	15%
31 a 35 años	17	28.3%
36 a 40 años	11	18.3%
41 a 50 años	14	23.3%
OCUPACIÓN		
Ama de casa	24	40%
Empleada	6	10%
Trabajo eventual o comerciante menor	30	50%
GRADO DE INSTRUCCIÓN		
Sin estudios	0	0%
Primaria incompleta	6	10%
Primaria completa	1	1.7%
Secundaria incompleta	11	18.3%
Secundaria completa	28	46.7%
Técnico	4	6.7%
Superior	10	16.7%

Fuente: Elaboración propia con programa Excel

En la tabla, se puede observar que hay un total de 60 madres de escolares de la institución educativa 3013, donde el 28.3% (17) se encuentran en un rango de 31 a 35 años de edad, el 23.3% (14) se encuentran en un rango de 41 a 50 años de edad, el 18.3% (11) se encuentran en un rango de 36 a 40 años de edad, el 15% (9) se encuentran en un rango de 21 a 25 años de edad y en similitud el 15% (9) se encuentran en el rango de 26 a 30 años de edad. El 50% (30) son trabajadoras eventuales o comerciantes menores, el 40% (24) son ama de casa y el 10% (6) son empleadas. El 46.7% (28) tienen secundaria completa, el 18.3% (11) tienen secundaria incompleta, el 16.7% (10) tienen estudios superiores, el 10% (6) tienen primaria incompleta, el 6.7% (4) tienen estudios técnicos, el 1.7% (1) tiene primaria completa y el 0% (0) no tienen estudios. De lo mencionado anteriormente se encontró que en su mayoría las madres poseen un grado de instrucción de secundaria completa, sin embargo, muchas de ellas presentaron un conocimiento medio.

CLASIFICACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LAS VARIABLES CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y ESTADO NUTRICIONAL

	NV_COM	DX_N		NV_COM	DX_N
1	Bajo	Obesidad	31	Medio	Normal
2	Medio	Normal	32	Medio	Normal
3	Medio	Normal	33	Medio	Normal
4	Bajo	Sobrepeso	34	Medio	Normal
5	Medio	Normal	35	Medio	Obesidad
6	Medio	Normal	36	Medio	Normal
7	Medio	Normal	37	Medio	Normal
8	Medio	Normal	38	Medio	Normal
9	Medio	Normal	39	Alto	Normal
10	Medio	Sobrepeso	40	Medio	Normal
11	Medio	Normal	41	Medio	Sobrepeso
12	Medio	Normal	42	Medio	Normal
13	Medio	Obesidad	43	Medio	Sobrepeso
14	Medio	Delgadez	44	Medio	Normal
15	Medio	Normal	45	Bajo	Sobrepeso
16	Medio	Normal	46	Medio	Normal
17	Medio	Obesidad	47	Medio	Normal
18	Medio	Normal	48	Medio	Normal
19	Medio	Normal	49	Bajo	Sobrepeso
20	Bajo	Normal	50	Alto	Normal
21	Medio	Normal	51	Medio	Obesidad
22	Bajo	Obesidad	52	Medio	Normal
23	Medio	Obesidad	53	Bajo	Obesidad
24	Medio	Normal	54	Alto	Normal
25	Medio	Normal	55	Bajo	Obesidad
26	Bajo	Normal	56	Medio	Normal
27	Medio	Normal	57	Bajo	Sobrepeso
28	Medio	Sobrepeso	58	Medio	Normal
29	Alto	Normal	59	Medio	Normal
30	Normal	Alto	60	Normal	Medio

Fuente: Elaboración propia con programa Excel