



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

**TESIS**

Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna Carabayllo - 2016

**PRESENTADO POR**

Serna Bravo, Jackeline Ivonne

**ASESOR**

Méndez Nina, Julio César

**Los Olivos, 2018**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN  
SALUDABLE EN MADRES DE NIÑOS DE PRIMER  
Y SEGUNDO GRADO DE PRIMARIA DE LA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA “SANTA MARÍA  
REYNA” CARABAYLLO - 2016**

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

**PRESENTADA POR:**

SERNA BRAVO, JACKELINE IVONNE.

**ASESOR:**

MÉNDEZ NINA, JULIO CÉSAR.

**LIMA - PERÚ**

**2018**

**SUSTENTADA Y APROBADA ANTE EL SIGUIENTE JURADO:**

---

**Mg. Millones Gómez, Segundo Germán**  
**Presidente**

---

**Mg. Sarmiento Bedoya, Elga Giovanna**  
**Secretario**

---

**Mg. Faustino Eufrazio Amelia Ines**  
**Vocal**

---

**Lic. Méndez Nina, Julio Cesar**  
**Asesor**

**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN  
SALUDABLE EN MADRES DE NIÑOS DE PRIMER  
Y SEGUNDO GRADO DE PRIMARIA DE LA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA “SANTA MARÍA  
REYNA” CARABAYLLO - 2016**

-

## **Dedicatoria**

Esta investigación está dedicada a Dios por brindarme sabiduría para alcanzar mis objetivos. El camino es arduo, la lucha es inmensa y la meta, me espera el esfuerzo brinda satisfacción cuando uno llega al final nunca me dejé vencer, me caí y me levanté gracias a mi madre.

## Resumen

La educación nutricional en los padres de familia es un aspecto fundamental para el conocimiento de una la alimentación equilibrada, que contribuya a la práctica de hábitos alimenticios saludables, con la finalidad de lograr un correcto crecimiento y desarrollo de sus hijos. El objetivo del estudio fue determinar el nivel de conocimiento de las madres sobre alimentación saludable en niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna. La Metodología empleada fue cuantitativa, de tipo descriptiva y de corte transversal, la población que participo de la investigación estuvo conformada por 52 madres. El instrumento utilizado fue un cuestionario que midió el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable, cuyas puntuaciones fueron entre 10 a 14, conocimiento alto; 6 a 9 conocimiento medio y 1 a 5 conocimiento bajo. La información obtenida fue procesada por medio del programa SPSS. En los resultados se encontraron que, del total de madres, el 44.2% presentaron un nivel de conocimiento alto, el 44.2% un conocimiento medio, y el 11.5% un conocimiento bajo. La principal conclusión fue que la mayoría de madres presento un conocimiento de medio a alto sobre la alimentación saludable.

**Palabras claves:** Nivel de conocimiento, alimentación saludable, madres de familia.

## **Abstract**

The nutrition education in the family parents is a fundamental aspect for the knowledge of one the balanced feeding, which he contributes to the practice of healthy nutritive habits, for the purpose of achieving a correct growth and development of its children. The target of the study was to determine the level of knowledge of the mothers on healthy feeding in children of the first and second grade of primary of the educational institution Santa Maria Reyna. The used Methodology was quantitative, of type descriptive and of cross section, the population who took part of the investigation was shaped by 52 mothers. The used instrument was a questionnaire that measured the knowledge level on healthy feeding, which punctuations went between 10 to 14, high knowledge; 6 to 9 average knowledge and 1 to 5 low knowledge. The obtained information was processed by means of the program SPSS. In the res

ults they were that, of the whole of mothers, 44.2% presented a level of high knowledge, 44.2% an average knowledge, and 11.5% a low knowledge. The main conclusion was that most of mothers presented a way knowledge to high place on the healthy feeding.

**Key words:** Level of knowledge, healthy supply, family mothers.

# Índice

**Resumen**

**Abstract**

**Introducción**

<b>CAPÍTULO I: EL PROBLEMA</b> .....	14
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	12
1.2. FORMULACION DEL PROBLEMA.....	16
1.3. OBJETIVOS .....	16
1.3.1. Objetivo General:.....	16
1.3.2. Objetivos Específicos:.....	17
1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....	17
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEORICO</b> .....	19
2.1. MARCO CONTEXTUAL HISTORICO SOCIAL DE LA REALIDAD ....	20
2.1.1. El Distrito de Carabaylo .....	20
2.1.2. Institución Educativa Santa María Reyna .....	22
2.2. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN .....	23
2.2.1 Internacional.....	23
2.2.2. Nacional .....	25
<b>2.3. MARCO TEÓRICO – CONCEPTUAL</b> .....	26
2.3.1. Alimentación saludable .....	26
2.3.2. El escolar.....	30
2.3.3. Conocimientos.....	34
2.3.4. Modelos y teorías de enfermería.....	35
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA</b> .....	36
3.1. TIPO - DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....	37
3.2. POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO.....	37
3.2.1. Criterios de inclusión .....	37
3.2.2. Criterios de exclusión .....	38
3.2.3. Muestra .....	38
3.3. VARIABLE .....	38
3.3.1 Definición conceptual.....	38
3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS ....	39
3.4.1. La técnica para recolección de datos.....	39
3.4.2. Instrumento de recolección de datos .....	39



3.4.3. Validez y confiabilidad del instrumento .....	40
3.5. PROCESO DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	41
3.7. ASPECTOS ÉTICOS .....	42
3.7.1. Principio de autonomía .....	42
3.7.2. Principio de beneficencia .....	42
3.7.3. Principio de no maleficencia .....	43
3.7.4. Principio de justicia .....	43
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....</b>	<b>44</b>
4.1. RESULTADOS .....	45
4.2. DISCUSIÓN .....	50
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>54</b>
5.1. CONCLUSIONES .....	55
5.2. RECOMENDACIONES .....	56
<b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>57</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>65</b>

## Índice Gráficos

**Gráfico 1:** Nivel de Conocimiento sobre alimentación saludable de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna – Carabayllo 2016 ..... 46

**Gráfico 2:** Nivel de Conocimiento sobre alimentación saludable en la dimensión constructores de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna – Carabayllo 2016 ..... 47

**Gráfico 3:** Nivel de Conocimiento sobre alimentación saludable en la dimensión energéticos de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna – Carabayllo 2016..... 48

**Gráfico 4:** Nivel de Conocimiento sobre alimentación saludable en la dimensión reguladores de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna – Carabayllo 2016. .... 49

## Índice tabla

<b>Tabla A:</b> Tabla de concordancia.....	76
<b>Tabla B:</b> Prueba Estadística para dar confiabilidad al instrumento conocimientos.....	77
<b>Tabla C:</b> Calculo para la medición de la variable.....	78
<b>Tabla D:</b> Puntos de corte análisis conglomerado de Clúster de K medidas ....	80
<b>Tabla E:</b> Confiabilidad .....	81
<b>Tabla F:</b> Características generales de los participantes .....	83
<b>Tabla G:</b> Los tipos de nutrientes.....	84
<b>Tabla H:</b> Indicadores específicos de la dimensión energéticos .....	85
<b>Tabla I :</b> Indicadores específicos de la dimensión constructores .....	86
<b>Tabla J:</b> Indicadores específicos de la dimensión reguladores.....	87

## Índice Anexos

<b>ANEXO A:</b> OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE.....	66
<b>ANEXO B:</b> INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN.....	71
<b>ANEXO C:</b> CONSENTIMIENTO INFORMADO .....	82
<b>ANEXO D:</b> CARTA RESPUESTA DEL COLEGIO.....	86
<b>ANEXO E:</b> RESOLUCIÓN .....	87
<b>ANEXO F:</b> EVIDENCIA FOTOGRÁFICA.....	89

## **Introducción**

La investigación titulada “Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de niños de primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa “Santa María Reyna” Carabayllo – 2016, se realizó, de acuerdo a la variable establecida que guarda relación con el nivel de conocimiento de madres de familias sobre alimentación saludable, para niños en edad escolar.

La investigación se encuentra inmersa en la problemática de la salud escolar y comunitaria, porque a nivel internacional y nacional, la falta de conocimiento de las madres de familia sobre alimentación saludable, traen consigo enfermedades a los niños por consecuencias de estas inadecuadas conductas alimentarias. Es importante que reconozcan el nutriente de cada alimento y de una ingesta equilibrada de nutrientes esenciales, en calidad y cantidad que el organismo debe recibir para desarrollarse plenamente, vivir con salud, aprender mejor y protegerse de las enfermedades para sus hijos en etapa escolar

En ese sentido, los conocimientos que adquieren las madres de familias en la educación y salud sobre la alimentación saludable, influyen positivamente en el aporte correcto al crecimiento y desarrollo del niño. Así como del conocimiento en suministrar al organismo los nutrientes y la energía que el cuerpo demanda para mantener todos los procesos metabólicos. Las buenas prácticas alimentarias se realizan correctamente si se tiene un alto nivel de conocimientos acerca de la alimentación saludable.

Como objetivo general del estudio se determinó el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de niños de primer y segundo grado del nivel primaria de EBR empleando técnicas de encuestas e instrumentos de cuestionarios para obtener mayor información del estudio planteado.

La investigación ha sido estructurado en **V Capítulos**: en el **Capítulo I**, Problema, se describe el planteamiento y formulación del problema, objetivos, justificación. En el **Capítulo II**, Marco teórico y se desarrolla el marco contextual histórico social de la realidad, antecedentes de la investigación y el marco teórico conceptual. En el **Capítulo III**, Metodología que enfoca el tipo y diseño de investigación, la población, muestra, muestreo a estudiar, variables, técnicas, instrumentos y procesos de recolección de datos, técnicas de procesamiento y métodos de análisis de datos, así como los aspectos éticos. En el **Capítulo IV**: los resultados y discusiones, en el que se describe los principales hallazgos de la investigación. **Capítulo V**, contiene las conclusiones y recomendaciones. Finalmente bibliografía y anexos respectivamente.

**La autora**

# **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA**

## 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En el mundo global la alimentación saludable, es la base fundamental para el correcto crecimiento y desarrollo del niño. Una alimentación sana y balanceada durante los primeros años de vida, es un elemento medular para lograr un buen estado físico y mental, que en consecuencia permite gozar de un buen estado de salud. Sin embargo, diversos factores y condiciones contribuyen a que grandes sectores de la población mundial sufran un déficit de nutrientes, vitaminas y minerales, o tengan problemas de obesidad y sobrepeso (1). En el mundo, el 75% de la población tienen una mala alimentación, lo que implica un riesgo para muchas personas, mientras que en algunos países apenas consiguen la alimentación necesaria llevando así una inadecuada alimentación. Estas malas dietas se relacionan con problemas cardiovasculares, diabetes, cáncer, y osteoartritis (2).

Así mismo la OMS recomienda que para mantener una buena salud, los nutrientes deben aportar la energía necesaria y suficiente para el mantenimiento de las funciones y las actividades que una persona realiza, es así que recomienda que, de un total de la energía ingerida, entre el 40 a 60% sea proporcionada por los carbohidratos, un 20 a 35% por los lípidos, y un 10 a 15% por las proteínas que son necesarias para mantenerse sano y tener así más oportunidades para desarrollarse plenamente durante la edad escolar (2).

En los hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación en la salud, se encontró la adopción de hábitos alimentarios que participan tres agentes: el hogar familiar, los medios de comunicación y el colegio, siendo la familia y su entorno, el principal elemento a considerar para el desarrollo de buenos hábitos alimenticios, es así que el asumir buenos hábitos de alimentación se aprenden en el plano familiar y se incorporan a los hábitos (3).

Según, Ruiz de La Puente et. al, refiere en su investigación sobre el estado nutricional de estudiantes y los conocimientos de alimentación de sus padres:



que un alto porcentaje de madres tuvo un nivel de conocimientos bajo con respecto a la alimentación saludable. En una de sus conclusiones indican que la “malnutrición por exceso es porcentualmente mayor cuando los conocimientos de las madres son insuficientes” (4).

El Perú no es ajeno a esta problemática, es así que Clavo en su estudio sobre conocimientos de las madres y su relación con el estado nutricional de escolares, encuentra que “la mayoría de las madres tienen conocimiento regular a deficiente y el estado nutricional de los niños es de desnutrición aguda, hasta obesidad” (5).

Por consiguiente, el Ministerio de Salud (MINSA), en su página web describe, la estrategia orientada a lograr una alimentación y nutrición saludable como una prioridad, y tiene la finalidad de reducir la morbi-mortalidad materna e infantil, así como a la reducción de los problemas nutricionales. El objetivo principal que expone es:

Mejorar el estado nutricional de la población peruana a través de las acciones integradas de salud y nutrición, priorizadas a los grupos vulnerables y en extrema pobreza y exclusión (6).

Así mismo en el Perú, existen programas que orientan la atención a una mejora del nivel nutricional de los niños. Por ejemplo, están los desayunos escolares que fortalecen la salud biológica de los niños para mejorar su capacidad de aprendizaje. Está demostrado que un estudiante con un desayuno balanceado incrementa los niveles de energía cerebral a corto plazo y, por tanto, mejora sus niveles de atención y concentración en el aula. Los niños de nuestro país que son atendidos por el programa “Vaso de Leche”, reciben su primer alimento del día, que aporta en parte los requerimientos nutricionales (7).

A pesar de estos esfuerzos por mejorar esta situación, en el contexto nacional, el problema de la desnutrición crónica infantil sigue siendo un problema a resolver, la malnutrición continúa siendo un problema a enfrentar y está

condicionado por diversos determinantes de la salud donde la situación de pobreza y el perfil socio demográfico, la baja escolaridad de la madre, prácticas de crianza inadecuada, la falta de acceso a servicios básicos de salud y relacionados con malos hábitos alimenticios, son elementos que influyen en agudizar esta situación (8).

Es importante destacar que los conocimientos, las actitudes, las practicas alimentarias de la madre influyen en el tipo de alimentación que consumen los niños, teniendo como finalidad la reducción de los problemas nutricionales, priorizando los grupos más vulnerables y los que viven en extrema pobreza. Frente a esta problemática existen programas como el vaso de leche y los desayunos escolares que ayudan a estos niños de extrema pobreza, pero no a todos les llega esta ayuda además, también influye la educación de la madre, su situación económica considerando que los malos hábitos alimentarios se aprenden según el tipo de crianza que se recibe en casa.

Por todo lo planteado, promover una alimentación saludable es importante y llevar a la práctica. Esta alimentación debe ser suficiente, equilibrada, variada y segura, que se adapte al estudiante y a su entorno. Para llevar a cabo un programa de alimentación equilibrada, hay que tener conocimientos sobre los diversos alimentos que podrían consumir los niños, así como, las cantidades que necesitan para cubrir sus demandas energéticas y de crecimiento. Una alimentación balanceada aporta nutrientes en calidad y cantidad a las necesidades de cada individuo (9).

Si consideramos dentro de los requerimientos nutricionales de un niño en edad escolar, se tiene que su alimentación debe incluir a los hidratos de carbono y grasas, como alimentos que le proporcionan energía. A las proteínas, como alimentos que contribuyen a su crecimiento y desarrollo. Y finalmente a las vitaminas y minerales, como alimentos reguladores y que contribuyen a la defensa de su organismo (10). Se debe considerar que la ingesta de alimentos en este periodo escolar es irregular, mientras que el crecimiento es lento, pero

constante, de allí la importancia de lograr una dieta balanceada durante este periodo (11). En base a lo planteado, la dieta de un niño en edad escolar debe incluir alimentos que incluyan los tres tipos de nutrientes: energéticos, constructores y reguladores, que son necesarios para un adecuado crecimiento y desarrollo del estudiante. Una mala alimentación en el estudiante trae consigo problemas en el rendimiento, dificultades de concentración y por lo tanto un bajo rendimiento (7). Según Black los niños entre 6 y 7 años necesitan 40 minutos para alimentarse esto incluye un primer plato un segundo y un postre, este tiempo se ve influenciado por procesos familiares, creencias, patrones culturales sobre comida y accesibilidad a los alimentos (12).

Por consiguiente, el distrito de Carabayllo no es ajeno a la vulnerabilidad de la desnutrición escolar, el mismo que está ubicado en el 4 ° puesto del ranking de los 43 distritos de Lima metropolitana, cuya población se halla en el Quintil 3 ponderado de la población del país más pobre. Esta situación de pobreza se refleja en datos que el 30% no cuenta con agua potable y desagüe, el 6% no cuenta con electricidad, el 4% son mujeres analfabetas y el 9 % de niños en edad escolar entre 6 a 9 años tienen un grado de desnutrición. Este problema ocurre principalmente en los asentamientos humanos como “El Progreso” o “Raúl Porras Barrenechea, donde falta resolver el problema de fondo social como el desempleo, pobre calidad de vida y pobreza que contribuiría a una mala alimentación de las familias afectadas (13).

Durante la visita a la Institución Educativa Santa María Reyna del distrito de Carabayllo, se pudo evidenciar las loncheras de los niños con alimentos no saludables y de alto contenido calórico como: chizítos, papitas, galletas, frugos, gaseosas. Esta inadecuada forma de alimentación es causada por un deficiente conocimiento de las madres, teniendo conceptos erróneos sobre la alimentación saludable y la importancia de la calidad de alimentos que deben consumir sus hijos. En consecuencia, se estableció charlas sobre alimentación saludable a las madres de familias del primer y segundo grado de primaria respectivamente a fin de mejorar el conocimiento de los mismos.

En base a los expuestos, se plantean algunas interrogantes que deberían investigarse: ¿Cuál será el nivel de conocimientos que presentan las madres en lo concerniente a una alimentación saludable?, ¿Qué problemas está ocasionando el consumo de alimentos no saludables en los estudiantes?, ¿Cómo puede contribuir el nivel de conocimiento de las madres sobre alimentación saludable en la salud de sus hijos? ¿Las madres sabrán qué cantidades y con qué frecuencia debe alimentar a su hijo en la etapa escolar? ¿Las madres conocen la importancia de una alimentación saludable y balanceada en la etapa escolar?

Frente a las interrogantes mencionadas y con la finalidad de contribuir a la problemática se planteó realizar la siguiente investigación: Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de niños de primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa Santa María Reyna, Carabayllo – 2016.

## **1.2. FORMULACION DEL PROBLEMA**

¿Cuál será el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de niños de primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa Santa María Reyna, Carabayllo - 2016?

## **1.3. OBJETIVOS**

### **1.3.1. Objetivo General:**

Determinar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de niños de primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa Santa María Reyna, Carabayllo - 2016.

### **1.3.2. Objetivos Específicos:**

- Identificar el nivel de conocimiento sobre los alimentos constructores en madres de niños del primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa Santa María Reyna, Carabayllo – 2016.
- Identificar el nivel de conocimiento sobre los alimentos energéticos en madres de niños del primer y segundo grado de primaria de la Institución educativa Santa María Reyna, Carabayllo – 2016.
- Identificar el nivel de conocimiento sobre los alimentos reguladores en madres de niños del primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa Santa María Reyna, Carabayllo – 2016.

### **1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO**

La alimentación es un tema muy importante en la actualidad, no solo por el déficit alimentario que se evidencia en muchos países, sino también por los problemas que se generan en la salud, debido a las malas prácticas en la dieta. Cuando este problema se analiza en la etapa escolar sus repercusiones van a influir en la salud y el desarrollo de los estudiantes.

Según lo manifiestan en sus documentos normativos la OMS y el Ministerio de Salud una alimentación saludable en la etapa escolar va a influir en el desarrollo de una persona adulta sana y contribuye a prevenir la aparición de diversas enfermedades crónicas degenerativas como la hipertensión arterial y diabetes mellitus, enfermedades que están en aumento y tienen gran impacto negativo en el desarrollo económico, social y cultural de la sociedad (8).

En esa línea de ideas, diversas investigaciones valoran el conocimiento de las madres sobre la alimentación de sus hijos contribuyendo a la salud y

prevención de enfermedades. Este conocimiento según lo plantea León y Montero en el 2003, es producto de diversos factores entre ellos se encuentran, el grado de instrucción, las experiencias adquiridas en el cuidado de los niños, los consejos de los familiares, las diversas creencias y mitos sobre la nutrición que están arraigadas en la población (14) (15).

Es así como el conocimiento adecuado sobre alimentación saludable que presentan las madres juega un papel importante en la dieta de sus hijos, contribuyendo a un desarrollo adecuado del crecimiento y prevención de enfermedades. En tal sentido, la presente investigación contribuyo a diagnosticar la situación actual del nivel de conocimiento de las madres considerando los principales grupos de alimentos que debe ser considerado en la dieta de los estudiantes.

Además de lo planteado la investigación es relevante porque se alinea al papel de la enfermera en su contribución en lo asistencial, educacional y promoción de la salud en asistir, informar y educar a la población vulnerable, ofreciendo propuestas y recomendaciones frente a la problemática identificada.

De todo lo mencionado, se creyó conveniente realizar la investigación sobre este problema de salud y poder conocer Nivel de Conocimiento sobre alimentación saludable en madres de niños de primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa Santa María Reyna, Carabayllo – 2016.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

## **2.1. MARCO CONTEXTUAL HISTORICO SOCIAL DE LA REALIDAD**

### **2.1.1. El Distrito de Carabayllo**

#### **A. Reseña Histórica**

La historia del distrito de Carabayllo, se inicia con las primeras civilizaciones que se instalaron en el Valle del Río Chillón, dejando numerosas zonas arqueológicas. El inicio del nombre Carabayllo y su fecha de creación, tomando como referencia al Historiador José Raúl Ramírez, indica que el nombre procede de dos palabras “Carhua” y “Ayllu” que significa “Criadero de Llamas”, mientras que su creación fue el 29 de junio de 1571 (Pueblo de Indígenas de San Pedro de Carabayllo). Asimismo, el historiador Edgar Quispe Pastrana, plantea que el origen del nombre viene de los vocablos “Kara” y “Huaylla” que significa “suelo con pasto verde” (16).

Con la creación del Pueblo Indígena de San Pedro de Carabayllo, en el gobierno del Virrey Toledo en el año de 1571, nace la historia del distrito, que se constituye por pobladores, que están listos a cooperar con el crecimiento del distrito (16).

#### **B. Ubicación**

Está ubicado en la zona baja en el Valle del río Chillón. Al noroeste de Lima Metropolitana, presentando una extensión de 346,88 km<sup>2</sup>. Es uno de los distritos que conforman el llamado cono Norte de Lima.

El distrito de Carabayllo de acuerdo con el mapa de la pobreza elaborado por FONCODES, se localiza en el puesto N°4 del ranking de los 43



distritos que existen en lima metropolitana siendo uno de los más pobres.  
(17)

### **C. Población**

Según el INEI, el año 2011 el distrito de Carabayllo presentaba una población de 257,325 habitantes. Siendo la tasa de crecimiento poblacional es de 3% anual (16).

### **D. Clima**

Carabayllo pertenece a la zona costera, el distrito goza de un clima más seco y saludable. Presenta un relieve agreste que está comprendido desde los 200 y 530 msnm. Tiene clima árido y semicálido y una temperatura promedio de 18° C; en la época de invierno hay presencia de densa neblina que cubren el valle la misma que desaparece y permiten el paso del brillo solar (17).

### **E. Hidrografía**

Su hidrografía está representada principalmente por el río chillón y los puquiales (18).

### **F. Lugares turísticos del distrito de Carabayllo**

Entre los lugares turísticos que resaltan en el distrito de Carabayllo tenemos:

- **Casa Hacienda y Capilla de Caballero**

Se encuentra en el kilómetro 31 de la carretera a Canta. Fue edificada en la época colonial, el edificio se levantó junto a un cerro, luego se fabricaron muros de contención, la casa se divide en dos partes, la primera es la residencia además se elaboró una capilla familiar bien construida (16).

- **Pueblo de San Pedro de Carabayllo**

Es un pueblo fundado el 29 de junio de 1571 como reducción de los indios, que conformaban a unos pueblos que existían antiguamente al señor de Colli, (en terrenos propios al curaca de Collique Hernando nacara) este pueblo es la capital del distrito de Carabayllo (19).

- **Iglesia de San Pedro de Carabayllo**

Está situada en el pueblo de San Pedro de Carabayllo, que se edificó en 1571 después de crearse el pueblo. El Arzobispo Toribio de Mogrovejo. La administración religiosa estaba a cargo de la Orden de la Merced, ya que se encargaron de predicar a los indígenas. El santo San Pedro se convirtió en patrón del pueblo y del valle de Carabayllo (19).

### **2.1.2. Institución Educativa Santa María Reyna**

Según manifestación de Rosa Gonzales Vega, promotora y directora de la institución educativa, manifiesta que:

Fue creado en el año 1993, por la necesidad de contar en esta jurisdicción de un centro educativo con los tres niveles de inicial, primaria y secundaria respectivamente, por ello con el fin de brindar una educación a niños y jóvenes con formación moral y académica. Así mismo contamos entre nuestros egresados que han estudiado en nuestro centro educativo que ahora son profesionales competitivos y eficientes insertados en el mundo de la innovación y el militarismo. Así mismo refiere que cuentan con 2 localidades en la actualidad, en Carabayllo - Tungasuca y en el Callao. Es una institución educativa

comprometido con la sociedad y su apoyo a la comunidad con la ejecución de talleres de formación de valores, los días jueves de 4 a 5 de la tarde en forma gratuita.

## **2.2. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

### **2.2.1 Internacional**

Según Ruiz de la Fuente M, et al., En el año 2017, en su investigación fue, determinar la relación existente entre el estado nutricional de escolares de 4 años de enseñanza básica con el nivel socioeconómico, conocimiento en alimentación saludable, nutrición y la percepción de sus madres en colegios particulares subvencionados de San Carlos, Chile. En base a una metodología de estudio analítico de corte transversal y usando una encuesta validada que se tomaron a una población de 108 madres, encontraron entre los resultados que el 83 % obtuvo un nivel de conocimientos insuficientes sobre alimentación saludable. En ese sentido, en su conclusión se destaca:

“No hay relación entre el estado nutricional de los niños y los conocimientos de las madres ( $p>0,05$ ). Sin embargo, la malnutrición por exceso es porcentualmente mayor cuando los conocimientos son insuficientes. Asimismo, el nivel de conocimiento de las madres sobre el estado nutricional es insuficiente” (4).

Así mismo, Fernando Vio del R. et al., En Santiago de Chile, en el año 2015, realizaron una investigación titulada “Consumo, hábitos alimentarios y habilidades culinarias en alumnos de tercero a quinto año básico y sus padres”. Cuyo objetivo fue el describir los diversos hábitos alimenticios y factores que condicionan el consumo de alimentos en estudiantes de 3° a 5° grado de educación básica. Además, el estudio incorporó a los padres de familia. La metodología empleada fue

descriptiva y mixta (cualitativa y cuantitativa) de corte transversal. La población estuvo constituida por 90 niños con sus respectivos padres (24 hombres y 66 mujeres). Para investigar el conocimiento de los padres sobre el consumo, hábitos alimentarios y habilidades culinarios. Se empleó una encuesta validada. Entre los resultados hallados se indican que:

“Los fines de semana cambian los hábitos y familias que tienen malos hábitos durante la semana hacen un esfuerzo por mejorar los fines de semana, al tener más tiempo para cocinar. En cambio, otros se relajan y tienden a comer alimentos poco saludables el fin de semana” (20).

Finalmente, Gualpa B, Guapisaca J, Guamán L., en Cuenca – Ecuador, en el año 2015, en su investigación de tesis de pre grado sobre el conocimiento, actitudes y prácticas de las madres de familia sobre la alimentación de los escolares de la escuela Ángeles Rodríguez, Parroquia Racar. Identificaron los conocimientos de las madres y su relación con las actitudes y practicas alimenticias. El método utilizado fue un estudio descriptivo y de corte transversal, mientras que la población de estudio fueron 120 madres de estudiantes de 6 a 12 años de edad. El instrumento utilizado fue un cuestionario de preguntas. Entre los resultados sobre el conocimiento de las madres sobre la alimentación de sus hijos se destacan que:

“70 % tienen conocimientos sobre la nutrición. El 93 % conoce que el nutriente básico esencial que brinda energía en la edad escolar es el carbohidrato, y el 6 % indica que son las grasas. El 31 % responde que los alimentos que no se deben expender en el bar escolar son las frutas, verduras y lácteos, 68 % responden que los alimentos que no se deben expender en el bar son la comida chatarra y gaseosas” (21).

### 2.2.2. Nacional

Según Nestares Alva V., en su tesis de pos grado, realizada en el año 2017, sobre los conocimientos, percepciones y prácticas alimentarias de madres de escolares con sobrepeso en tres colegios del Cercado de Lima. Su objetivo fue el de determinar la relación entre los conocimientos, percepciones y prácticas alimentarias que tienen las madres y el exceso de peso de sus niños. El enfoque empleado fue cuantitativo y correlacional. La población de estudio estuvo constituida por 786 madres de niños escolares entre 6 a 8 años de edad de ambos sexos. El instrumento utilizado fue un cuestionario y la principal conclusión fue que:

“Existe una fuerza de correlación negativa y de moderada intensidad entre el nivel de conocimientos alimentarios de las madres y el exceso de peso de los niños; lo cual nos muestra que el exceso de peso en los niños tiende a aumentar a medida que disminuye el nivel de conocimientos alimentarios de las madres” (22).

Asimismo, Vásquez Marquina Y., en el año 2016, en una investigación de tesis de pre grado titulada “Efecto de una intervención educativa en el nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras en los niños de 6 a 7 años de la institución educativa Fe y Alegría n° 63 – Alto Trujillo. 2016”. Cuyo el objetivo fue medir la evaluación del efecto de una intervención educativa sobre el nivel de conocimientos de las madres de familia. El método fue un estudio de nivel aplicativo de diseño pre experimental. La población estuvo integrada por 99 estudiantes y sus respectivas madres. El instrumento empleado fue un cuestionario. En la investigación se evidencio que:

“La intervención educativa, mejoró en un nivel el conocimiento de las madres, pues antes de la intervención educativa el 51.5% de las

madres presentaba nivel de conocimiento bajo, seguido del 35.4% con nivel medio, y después de la intervención el 54.5% de madres presentó nivel de conocimiento medio, seguido del 40.4% con nivel alto” (23).

Por consiguiente, Ramírez Montaña M., en Lima el año 2017, hizo una investigación de tesis de pre grado titulado “Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una institución educativa”. El objetivo principal fue determinar “el nivel de conocimiento de las madres sobre la preparación y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una institución educativa”. La metodología empleada fue de tipo descriptiva y corte transversal. La población de estudio estuvo constituida por 99 madres y 80 niños de las edades de 6 a 7 años. Se utilizó como instrumento fue un cuestionario. Entre los resultados encontrados se mostró que:

“El nivel de conocimiento de las madres en cuanto al valor nutritivo de los componentes de las loncheras escolares, donde el 51.5% tiene un nivel de conocimiento medio, el 31.3% un nivel bajo y finalmente, el 17.2% un nivel alto” (24).

## **2.3. MARCO TEÓRICO – CONCEPTUAL**

### **2.3.1. Alimentación saludable**

#### **A. Definición**

La alimentación saludable comprende un conjunto de acciones voluntarias que aporta los nutrientes principales que cada individuo necesita para estar sano. Es importante indicar que la acción de comer y la elección de los alimentos está influenciada por el contexto en el que se vive y determinado,

en gran medida, por los hábitos alimentarios y los estilos de vida de cada persona. Por lo tanto, una persona con una alimentación balanceada tiene las condiciones de crecer, vivir con salud, aprender y estar protegido frente a diversas enfermedades como: obesidad, diabetes, enfermedades del sistema cardiovascular, osteoporosis (25).

## **B. Tipos de nutrientes**

- **Nutrientes plásticos o constructores**

Son grupos de sustancias formadoras de tejidos, llamados nutrientes plásticos, formando la estructura de nuestro organismo. Músculos, huesos vísceras equivalente a complejo edificio que es nuestro cuerpo, formando solidez y crecimiento (26).

Las proteínas son macromoléculas formadas por la polimerización de aminoácidos mediante enlaces peptídicos. El cuerpo humano contiene miles de proteínas que realizan diversas funciones, entre las cuales se pueden mencionar: el de servir como transportadores de oxígeno, vitaminas, CO<sub>2</sub>; así también, desempeñan funciones estructurales en diversos órganos y tejidos. Además, hay funciones como enzimas, en acelerar los procesos metabólicos y de señalamiento. En el campo de la alimentación el consumo de proteínas juega un papel importante en una adecuada nutrición de las personas, es así que los niños necesitan más proteína que los adultos, estos se deben consumir de manera inter diaria, un niño de 6 años necesita 0.87 g de proteína x kg/ día. Estas proteínas las podemos encontrar en los huevos, el pescado y los frutos secos se deben consumir dos raciones por día de 3 a 4 veces a la semana (27).

- **Nutrientes Energéticos**

El segundo grupo lo forman los nutrientes energéticos, al ingerirlos hacen que el organismo realice todas las actividades diarias como (correr, trabajar, estudiar, comer y responder frente al frío, etc.) equivalentes al combustible que permite que se mueva un auto y el funcionamiento de sus mecanismo (26).

Los carbohidratos o sacáridos son un grupo de biomolécula esenciales de los seres vivos, y son de hecho en las células, el grupo más abundante, después de las proteínas. Estos compuestos están constituidos por carbono, hidrógeno y oxígeno Durante el metabolismo se queman para producir energía, y liberan dióxido de carbono ( $\text{CO}_2$ ) y agua ( $\text{H}_2\text{O}$ ).

La unidad básica de los carbohidratos es la molécula denominada monosacárido, todos los carbohidratos están constituidos por estas unidades y los polímeros que contienen dos a seis unidades de monosacáridos son llamados oligosacáridos, y aquellos que tienen más de seis unidades de monosacáridos, reciben el nombre de polisacáridos. El almidón, la celulosa, el glucógeno son ejemplos de polisacáridos. En su función energética los carbohidratos sirven como almacén de energía, combustible e intermediarios metabólicos. En ese sentido el almidón y el glucógeno son dos polisacáridos que después de su hidrólisis sus unidades de monosacáridos pueden movilizarse para obtener glucosa, el combustible esencial para generar energía en forma de Adenosin Trifosfato (ATP). Las principales fuentes de carbohidratos en los alimentos lo encontramos en los panes el arroz y las pastas se deben consumir de 3 a 6 raciones por día de 2 a 4 veces por semana (28).

Al igual que las proteínas y los carbohidratos, los lípidos o grasas se encuentran en todos los organismos vivos y cumplen un papel esencial en



el mantenimiento de la vida. La grasa almacenada nos ofrece una reserva de energía para el cuerpo, mientras que la grasa estructural es parte del sistema intrínseco de las células como lo son la (membrana celular, mitocondrias). Las grasas de reserva en el cuerpo se almacenan en el tejido adiposo del organismo, siendo su principal función la de servir como reserva energética, siendo utilizada por medio de los procesos metabólicos de oxidación para producir energía en forma de ATP. El escolar promedio necesita de 66 gr/día, cantidad que debe ser ingerida diariamente. Las fuentes principales que la constituyen las carnes, los aceites vegetales que se deben consumir dos raciones por día de 3 a 4 veces por semana. Es importante no consumir en exceso alimentos que contengan una alta cantidad de lípidos (29).

- **Nutrientes Reguladores**

El tercer grupo, lo integran las sustancias que contribuyen al correcto funcionamiento del organismo, estas sustancias no tienen un valor energético, se les denomina nutrientes reguladores y lo constituyen las vitaminas y los minerales. Su necesidad es en cantidades pequeñas, pero muy esenciales para el metabolismo del organismo (26).

Las vitaminas son sustancias orgánicas presentes de forma natural en los alimentos que ingerimos en nuestra dieta, no pueden ser sintetizados por el organismo humano en cantidades adecuadas y que se requieren en pequeñas proporciones para un correcto mantenimiento de los procesos metabólicos de la mayoría de células. Durante la niñez, se debe proporcionar 400 mg de vitamina D tolerancia que fácilmente se cubre utilizando leche fortificada, esta vitamina es indispensable ya que ayuda a la absorción del calcio y fósforo para el adecuado crecimiento y desarrollo de los dientes y huesos del niño; la vitamina A, es esencial para el funcionamiento de la vista, se encuentra en las verduras verdes y amarillas como frutas, leche, productos lácteos derivados y yema de huevo; mientras que la vitamina C tiene la función protectora, previene y cura el escorbuto, Las necesidades diarias de vitamina C aumentan

progresivamente de 25 a 30 mg/día, la vitamina B, se encuentra en las carnes, leche, yema de huevo y verduras de hoja verde. Las vitaminas se deben consumir 3 raciones por día (30).

Los minerales son elementos químicos simples cuya presencia e intervención es necesario para la actividad de la célula. Su aporte a la contribución de la salud es fundamental. Se conoce más de veinte minerales para controlar el metabolismo del cuerpo, entre estos tenemos al Calcio, Fosforo, Hierro, Magnesio, Cobre, Yodo, Fluor, Azufre, Cobalto etc. La leche constituye en una buena fuente de Calcio, ya que el cacao y los cereales son de Magnesio. En conclusión, una bebida a base de leche y cacao es ideal por su contenido y magnesio, sin olvidar su aporte de hidratos de carbono, proteína y energía. Se estiman en 800 mg/día las necesidades de calcio en la etapa escolar los minerales que deben consumir es de 3 a 6 raciones por día alternando su consumo (31).

### **2.3.2 Etapa escolar**

#### **A. Definición**

Es la etapa en la que se inicia a partir de los 6 años de edad, en este periodo el niño continúa ampliando su contacto con la sociedad insertándose en la comunidad estudiantil. Se enfrenta a un ambiente nuevo haciendo grupos entre sus compañeros aprende y adquiere las herramientas que le ayudaran a desenvolverse en su contexto. El niño sale de su entorno familiar y entran en un mundo que no conocen. Sabemos que la familia es el elemento fundamental para transmitirle experiencias positivas al niño, sus triunfos o fracasos van a depender de las habilidades que haya adquirido y que le servirán para afrontar los obstáculos que se presentan en la etapa escolar. Hay que destacar que en el periodo de 6 a 7 años está marcado por el crecimiento de la madurez cerebral, sus capacidades intelectuales y el incremento de las exigencias

académicas. Sin embargo los padres no deben olvidar que los niños aún son niños y que el juego es una necesidad que complementara su desarrollo ya que el juego es una manera de aprender (32) (33) (34).

En conclusión, en esta etapa los niños van a necesitar cubrir sus demandas energéticas por las diversas actividades que realizan y por el proceso de crecimiento que se encuentran de allí que una buena alimentación sea un elemento clave para mantener la salud, el crecimiento y el aprendizaje del niño.

## **B. Características del escolar**

- **Físicos**

Entre los principales cambios que se producen en el periodo de 6 a 7 años de edad se tienen: se pierden los dientes de leche y aparecen los primeros molares permanentes, el control muscular es mejor y por lo tanto, tienen un buen equilibrio, comienzan a escribir, dibujar, copiar figuras, números, tienen mucha energía y son muy activos, les resulta agradable correr, saltar, dar vueltas, practicar deportes, entre otras actividades. En esta etapa el niño sigue creciendo, pero lentamente, las variaciones de peso y tallas no son tan marcadas como en la etapa preescolar. A partir de los 6 años incrementan de 2 a 3 kg y 5 a 6 cm por año y a los 7 años. Aumenta la longitud de las piernas. Su crecimiento ya está completo. Ocurre el desarrollo de habilidades motrices y de lenguaje. Tiene una madurez visual: 20/20. Asimismo su sistema de defensa comienza a ser más resistente a diversas enfermedades, aumentando el tamaño de los ganglios, que incluso se pueden palpar en un examen físico (32).

- **Emocionales**

Todos los niños tienen un amigo en especial y un enemigo. A la mayoría les agrada tener un compañero de juegos que sea de su mismo sexo, juegan mejor en grupos y a veces necesitan jugar solos. No les agrada que los critiquen o que pierdan es preferible que cada niño se desafíe a sí mismo en vez de competir con los demás. Es común que un niño culpe al otro y lo hacen por dos motivos para entender las reglas y poder llamar la atención de los adultos, creen en sí mismos más que en las demás personas hasta cumplir los 7 u 8 años. Pueden ayudar a realizar tareas sencillas. Tienen mucha necesidad de cariño y atención de sus padres y niñeras. En esta edad empieza a crecer sus valores éticos como la honestidad (35).

- **Mentales**

A esta edad es importante porque empiezan a hablar. Expresar sus ideas para tener éxito en la escuela, hablan entre si sobre ellos mismos y familias, tienen una viva imaginación, cuando hablan son muy realistas, cuentan sus historias como si fueran reales aumenta su capacidad de aprendizaje, hay mucha atención por aprender y obtener información descubrir el mundo, su concentración es mayor, conocen la hora, días de la semana. Gustándole las rimas, adivinanzas, chistes y pueden leer (35).

### **C. Alimentación en la etapa escolar**

La ingesta de alimentos y el aporte de sus nutrientes en la etapa escolar son de suma importancia, en ese sentido, los padres y cuidadores deben elegir las dietas de sus hijos para optimizar su crecimiento. El niño necesita los mismos nutrientes que un adulto para esto prima los aspectos sociales, emocionales y psicológicos, los nutrientes de un niño son iguales a un adulto. Solo cambia las cantidades, el ingreso de energía es relativo a su tamaño corporal. Él debe consumir cinco comidas al día, entre el desayuno, lonchera, el almuerzo y la cena (36).

Es así que diversos autores señalan que para mantener una nutrición balanceada en la etapa escolar se deben tener en consideración lo siguiente (37).

- El desayuno es el alimento más importante del día, además cubre el 25% de las necesidades corporales del niño en etapa escolar. Se recomienda que este primer alimento debe ser agradable al gusto del niño y de esta forma facilitar su ingesta. Aquellos niños que desayunan mal, a la hora del recreo consumen demasiadas golosinas, que no son alimentos y le quitan el apetito por eso el desayuno completo no debe ser sustituido, por otros alimentos.
- La lonchera es un refuerzo y el principal complemento del desayuno. Esta puede estar conformado por una fruta, un yogurt y un pan con queso.
- El almuerzo es el más consistente que debe cubrir el 35% al 40% de los nutrientes diarios del niño.
- La merienda no debe ser excesiva, los niños deben tener una dieta completa a base de alimentos nutricionales como lácteos, frutas naturales. El niño no debe comer en exceso para que mantenga el apetito y pueda consumir la cena.
- La cena no debe ser pesado para poder digerir los alimentos y digerir bien y así evitar que al momento del sueño, el niño no duerma bien.

### 2.3.3 Conocimientos

#### A. Definición:

Para Bunge, el conocimiento es un “conjunto de ideas, conceptos, que pueden ser claros y precisos, ordenados, vagos e inexactos, calificándolos en conocimiento científico y conocimiento ordinario”. Por lo tanto, lo primero es identificado como un conocimiento objetivo, sistemático y cuantificable por medio de la experiencia; mientras que el segundo, es un conocimiento vago, inexacto y limitado a la observación (38)

#### B. Niveles de conocimiento:

- **Conocimiento descriptivo:** consiste en captar un objeto por medio de los sentidos, en base a este tipo de conocimiento se puede guardar en la mente las imágenes de las cosas, con color, figura y dimensiones. Los órganos de los sentidos son los principales sentidos son usados por el ser humano. (38)
- **Conocimiento conceptual:** es el empírico, con el riesgo de muchas confusiones, dado que la palabra empirismo se ha empleado hasta para hablar de hallazgos a prueba de ensayo y error. Intuir un objeto representa captarlo dentro de un amplio contexto, como elemento de una totalidad, sin estructuras ni límites definidos con claridad. La palabra conceptual se describe a esa totalidad percibida en el momento de la intuición. (38)
- **Conocimiento teórico:** trata sobre representaciones invisibles, inmateriales, pero universales y esenciales. La diferencia entre el nivel descriptivo y el teórico reside en la singularidad y universalidad que califica, a estos dos tipos de conocimiento. El conocimiento descriptivo es singular y el teórico universal. (38)

#### **2.3.4. MODELO Y TEORÍAS DE ENFERMERÍA**

Nola Pender propuso el Modelo de Promoción de la Salud (MPS), la cual sostiene que la conducta está motivada por el deseo de lograr el bienestar y el potencial humano. Asimismo, la teoría propone la creación de un modelo enfermero que dé respuestas a la forma como las personas toman decisiones acerca del cuidado de su salud. Por lo tanto, el MPS hace suponer que estas son acciones eficientes, en la modificación de la conducta y tienen un buen impacto sobre las personas y su estilo de vida. Para diversas autoras el MPS ha contribuido en la última década a enfrentar diversas situaciones en el quehacer de la profesión de enfermería, siendo su principal acción en la promoción de conductas saludables en las personas. (39). En ese sentido, contribuye a comprender el rol de la enfermera en la orientación, promoción y prevención de una alimentación saludable.

- **ROL DE LA ENFERMERA**

El rol de enfermera como parte multidisciplinaria de un equipo de profesionales de la salud se encarga del cuidado integral de la salud, por medio de la promoción y prevención de la salud y enfrentar el cuidado de del enfermo considerando sus principios éticos y haciendo uso de los procedimientos en enfermería. Según el MPS propuesto por Nola Pender para el cuidado de cada persona la educación de cada persona juega un papel central y llevar una vida saludable en base a este modelo es identificar sus factores cognitivos perceptuales que son cambiados por las características situacionales personales e interpersonales que da como resultado la colaboración de conductas favorecedoras de la salud y así habrá menos gente enferma y gastan menos recursos y así se le da independencia a la gente y que se mejora hacia el futuro (39).

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA**



### **3.1. TIPO - DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

La investigación realizada tiene por título “Nivel de conocimiento sobre la alimentación saludable de las madres de los niños del primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna. Carabayllo”. Esta investigación presenta un enfoque cuantitativo y es de tipo descriptivo, de corte transversal. En ese sentido, para Sampieri, un estudio cuantitativo se estudia las medidas obtenidas, empleando métodos estadísticos. Además, es de tipo descriptivo porque investiga determinar las propiedades, características y el perfil de las personas, grupo, es decir que deseen medir o almacenar información de forma independiente. También es de tipo transversal porque los datos fueron recogidos en un solo instante, su propósito es describir a la variable en un determinado corte de tiempo (40).

### **3.2. POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO**

Diversos autores definen a la población como un conjunto de todos los casos de las unidades de análisis, mientras, que una muestra es un subgrupo de una población del cual se procede a limitar la población que será estudiada y que se procura generalizar los resultados. (40). Para la investigación se trabajó con la población total de madres de familia de los estudiantes de primer y segundo grado de primaria. La población estuvo constituida por el total de las madres de familia basándose en los criterios de inclusión y exclusión. Por eso, en la investigación se trabajó con 52 madres de los escolares del primer y segundo grado de primaria del colegio “Santa María Reina” del distrito de Carabayllo.

#### **3.2.1. Criterios de inclusión**

- Madres de los alumnos del primer y segundo grado de primaria de la institución educativa “Santa María Reina” que acepten por medio de su consentimiento informado su participación en la investigación.

- Madres de los alumnos del primer y segundo grado de primaria que asistieron el día de la encuesta.
- Madres que no tengan barreras de comunicación oral y escrita.

### **3.2.2. Criterios de exclusión**

- Madres que tengan barreras de comunicación oral, escrita.
- Madres que no deseen participar en el estudio.
- Madres de los niños de otros grados de educación primaria e inicial.

### **3.2.3. Muestra**

Por ser una población reducida de madres se consideró a todas para el estudio, por lo tanto, no habrá muestro.

## **3.3. VARIABLE**

Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable (**Anexo A**).

### **3.3.1 Definición conceptual**

La alimentación se define como hábitos, conceptos y un grupo de ideas. Para considerar una alimentación saludable, esta debe de ser balanceada y cubrir todos los requerimientos energéticos que demande una persona. En ese sentido, una alimentación saludable contribuye a que las personas se desarrollen plenamente y pueda estar protegidos frente a enfermedades (25;38).

### **3.3.2 Definición operacional**

Grado de información que presentan las madres en base a sus hábitos, estilo de vida, conceptos e ideas sobre una alimentación saludable y balanceada que requieren los niños en edad escolar (25; 38).

### **3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS**

#### **3.4.1. La técnica para recolección de datos**

En este trabajo se empleó como técnica a la encuesta, según diversos estudios del sector salud, es una de las más utilizadas. Esta técnica contempla un grupo de procedimientos estandarizados y sistematizados, el cual se reúne y se estudia la información obtenida de la muestra con la finalidad de investigar, explicar, predecir y determinar las características del problema a averiguar (41).

Asimismo, el instrumento empleado fue el cuestionario sobre alimentación saludable, que contiene preguntas dirigidas a las madres de familia con el objetivo de recoger la información sobre la variable planteada en la investigación.

#### **3.4.2. Instrumento de recolección de datos**

El cuestionario pertenece a la prueba elaborada por la peruana Diana Magaly Durand Pinedo en el año 2010. Que consiste de 14 preguntas y está estructurado por 3 dimensiones: la primera contiene datos generales establecida por 6 ítems, la segunda parte, sobre la alimentación en edad escolar.

El instrumento original presenta 14 preguntas y está estructurado en tres dimensiones. La primera dimensión contiene indicadores sobre el contenido de alimentos, la segunda dimensión contiene los indicadores sobre la frecuencia de alimentos y la tercera dimensión contempla los indicadores sobre la cantidad de alimentos constructores, energéticos y reguladores, que consume el niño en edad escolar. Además, el instrumento pasó por un

proceso de validación de jueces expertos, entre enfermeros y nutricionistas (**Tabla A**). Mientras que para la prueba de confiabilidad se corrieron dos estadísticos, el Kuder-Richarson y test de Pearson. (**Tabla B**). Ambos valores estadísticos encontrados y la validación de expertos dieron al instrumento la validez y confiabilidad para su empleo.

Para categorizar los sujetos de estudio en base al nivel de conocimientos se empleó la escala de Estanones y de esta forma se agrupó el nivel de conocimientos sobre la alimentación saludable, acerca del conocimiento alto el puntaje es de 10 – 14, conocimiento medio un puntaje de 6 – 9 y conocimiento bajo el puntaje de 1 – 5. (**Tabla C**)

Tomando en consideración el instrumento validado, la investigadora en base a los objetivos y la variable de estudio, se procedió a agrupar los ítems del cuestionario en base al conglomerado de Clúster (**Tabla D**), en las respectivas dimensiones de la investigación: dimensión sobre los conocimientos de alimentos energéticos, dimensión sobre alimentos constructores y dimensión sobre alimentos reguladores. En ese sentido, el análisis de Cluster o análisis de conglomerados, es una técnica cuyo objetivo fundamental consiste en ordenar y clasificar en grupos, objetos como personas, cosas, variables etc.

Los valores para el nivel de conocimientos alto, medio y bajo por cada dimensión se especifican en la (**Tabla C**).

### **3.4.3. Validez y confiabilidad del instrumento**

Debido al ordenamiento de ítems de la herramienta empleada, se realizó una validación por juicio de expertos y una prueba piloto con la colaboración de 17 madres pertenecientes al colegio donde se realizó la investigación de estudio; pero de un grado diferente. Es así, que, en la prueba de confiabilidad (**Tabla E**) de la prueba piloto, el alfa de Cronbach conseguido fue de 0.86 de coeficiente. Tomando en consideración la teoría sobre el uso de este

estadístico de confiabilidad cuando el coeficiente del alfa de Cronbach adopta un valor que varía entre -1 y +1, un valor de 0 indica que no existe relación entre los dos puntajes, por consiguiente, un valor cercano +1 una relación cercana a una confiabilidad del instrumento (42).

### **3.5. PROCESO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

#### **Fase 0: coordinaciones previas**

Para el desarrollo de la recolección de datos se hicieron las respectivas coordinaciones con las autoridades responsables de la facultad de ciencias de la salud de la universidad ciencias y humanidades.

Luego se realizó una visita previa a la directora de la institución educativa Santa María Reyna para informarle sobre el propósito de nuestra investigación luego se seleccionaría a las madres que vengan a dejarlos.

#### **Fase 1: autorización para la recolección de datos**

Se elaboró una carta de presentación a la escuela profesional de Enfermería enviado a la directora del colegio Santa María Reyna, luego se solicitó una carta de respuesta para empezar con las encuestas de la investigación. (anexo d)

#### **Fase 2: coordinaciones para la recolección de datos**

Se dieron los consentimientos informados a las madres de los alumnos del colegio, se propusieron los días para desarrollar la recolección de datos (anexo c).

### **Fase 3: aplicación del instrumento**

Se entregó un cuestionario para cada madre y que se complete en ese momento el cuestionario sería anónimo y para marcar realizándose en las horas donde las madres dejaban a sus hijos y los recogían en dicha institución obteniendo como resultados un total de 53 madres de familia encuestadas en las fechas programadas (anexo c).

### **3.6. TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y MÉTODOS DE ANÁLISIS DE DATOS**

El análisis estadístico se haría a través del programa Excel y el SPSS tomando en cuenta los resultados serán presentados en tablas y gráficos para su respectivo análisis.

### **3.7. ASPECTOS ÉTICOS**

Los principios éticos que se han considerado en la investigación fueron cuatro.

#### **3.7.1. Principio de autonomía**

La autonomía es una responsabilidad personal de cada persona informándoles a las madres el trabajo de investigación informándoles de participar o no en el proceso dándoles un Consentimiento Informado (43)

#### **3.7.2. Principio de beneficencia**

Significa que al promover y aplicar el conocimiento científico se tiene como objetivo hacer el bien, que abarca la totalidad de la persona en su integridad y su situación familiar y social. Durante el uso del cuestionario fue anónimo (43).

### **3.7.3. Principio de no maleficencia**

Significa que al aplicar el conocimiento científico se tuvo como objetivo hacer el bien, por lo tanto, no se ocasionará ningún daño a su integridad ni en su situación familiar. Durante la aplicación de la encuesta los resultados no serán publicados y serán anónimos (43).

### **3.7.4. Principio de justicia**

Todas las personas tienen los mismos derechos, sin afectar los derechos de los demás. Este principio se basa en ser equitativo, justo, se respetó la decisión de cada integrante, asimismo como sus respuestas que dio cada una (43).

# **CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN**



## **4.1.RESULTADOS**

En base a la aplicación del instrumento de investigación se presentan los principales hallazgos en gráficos y tablas estadísticas para su respectivo análisis e interpretación.

### **4.1.1. Descripción de los datos sociodemográficos**

De la población que participó en la investigación, el 13,5% de las madres son menores de 18 años, 32,7% tiene entre 19 a 29 años, mientras que el 53,8 % tienen 30 a 59 años.

Respecto al estado civil de las madres el 34,7% son solteras, el 34,7% son casadas, el 5,7% son viudas, el 11,5% divorciados y el 13,4% son convivientes.

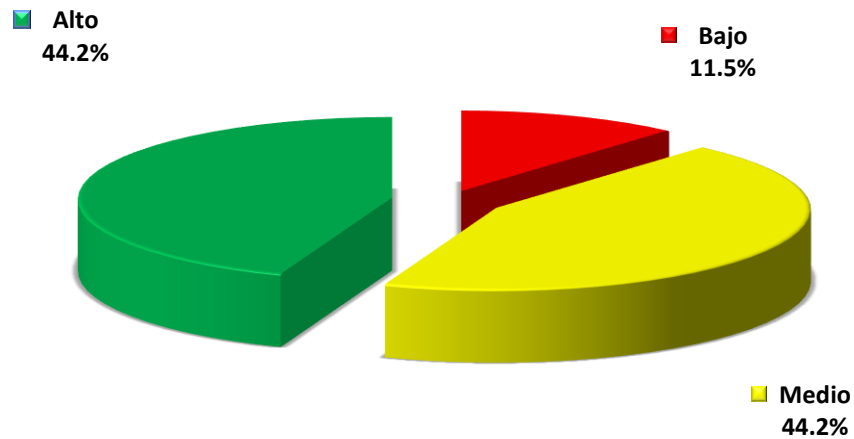
En relación al grado de instrucción de los encuestados el 15,3% tiene educación primaria, el 65,3 % educación secundaria, el 9,6% superior técnico y por último, el 9,6% superior universitario.

En relación a los ingresos económicos se observa que el 32,6% tiene ingresos menores de 499 soles, el 32,6% percibe entre 500 a 1000 soles, 25% entre 1000 a 1500 soles, 5,8% entre 1500 a 2000 soles y 3,8% tiene ingresos mayores de 2000 soles.

Respecto de la ocupación se observa que 36,5% son dependientes, 30,7% son independientes, 13,4 % son amas de casa y 19,3% son estudiantes.

Estos resultados se pueden visualizar en la tabla F.

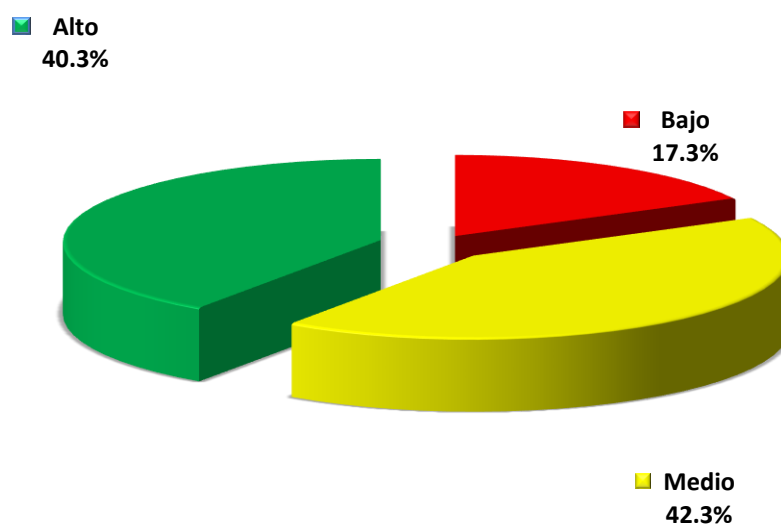
**Gráfico 1: Nivel de Conocimiento sobre alimentación saludable de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna – Carabayllo 2016**



*Fuente: Encuesta realizado por la investigadora EPE – UCH*

En base al gráfico, respecto al nivel de conocimientos de las madres sobre alimentación saludable se observa que el 11,5% de las madres encuestadas tienen un nivel conocimiento bajo, mientras que el 44,2% de las madres tienen un nivel de conocimiento medio y el 44,2% tienen un conocimiento alto.

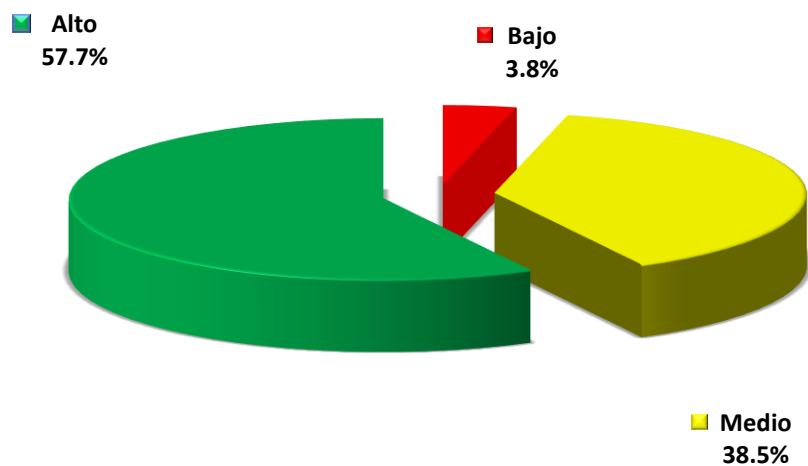
**Gráfico 2: Nivel de Conocimiento sobre alimentación saludable en la dimensión constructores de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna – Carabaylo 2016**



*Fuente: Encuesta realizado por la investigadora EPE – UCH*

Del gráfico anterior se puede evidenciar respecto al nivel de conocimientos de las madres sobre los alimentos constructores que el 40,3% tienen un conocimiento alto, seguido del 42,3% tienen un nivel de conocimiento medio y el 17,3% de las madres tienen un nivel conocimiento bajo.

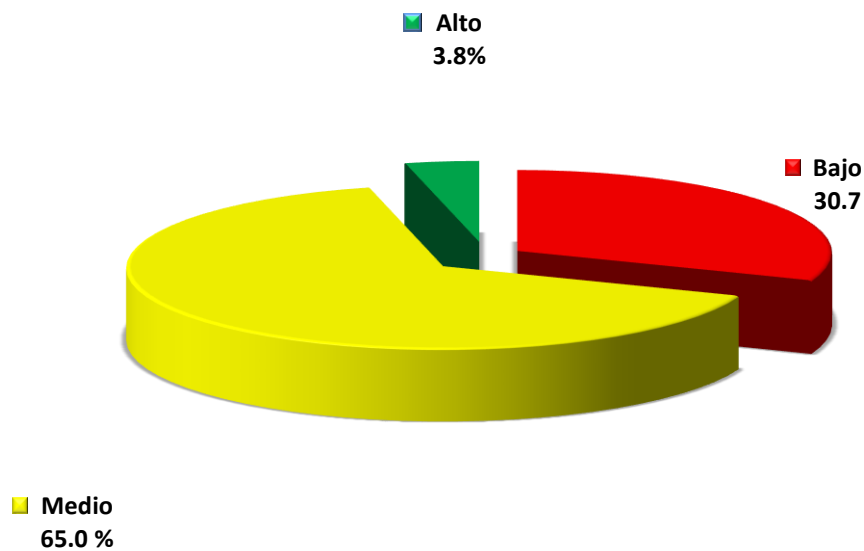
**Gráfico 3: Nivel de Conocimiento sobre alimentación saludable en la dimensión energéticos de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna – Carabaylo 2016**



*Fuente: encuesta realizado por la investigadora EPE – UCH*

En el gráfico, se observa que el nivel de conocimientos de las madres sobre los alimentos energéticos el 57,7% tienen un conocimiento alto, seguido del 38,5% que tienen un nivel de conocimiento medio mientras que el 3,8% de las madres tienen un nivel conocimiento bajo.

**Gráfico 4: Nivel de Conocimiento sobre alimentación saludable en la dimensión reguladores de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna – Carabaylo 2016**



*Fuente: Encuesta realizado por la investigadora – UCH*

Finalmente, se observa en el gráfico respecto al nivel de conocimiento de las madres sobre los alimentos reguladores que el 3,8% tienen un conocimiento alto, seguido del 66% que tienen un nivel de conocimiento medio y el 30,2% de las madres tienen un nivel conocimiento bajo.

## 4.2. DISCUSIÓN

Siendo la alimentación un tema importante en la salud, se realiza este estudio con una población conformada por 52 madres de niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa Santa María Reyna de Carabaylo – 2016. Los resultados encontrados se analizaron y discutieron en base a los objetivos de la investigación; siendo el objetivo general el determinar el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable.

Así mismo con relación al nivel de conocimiento de las madres sobre alimentación saludable los resultados hallados indican que el 44.2% presento un conocimiento alto y el 44.2% un conocimiento medio, mientras que el 11.5 % de madres tiene un conocimiento bajo. Estos hallazgos muestran coincidencias con los resultados encontrados en la tesis realizada por Guallpa B, Guapisaca J, Guamán L., cuando analizan el nivel de conocimientos de las madres de familia sobre alimentación saludable de sus hijos en edad escolar. Se encontró que el 70,83% presento un nivel de conocimientos adecuado sobre una nutrición suficiente y equilibrada para sus hijos. En la investigación presentada solo el 11.5 % de madres presento conocimientos bajos, siendo el 88.4% de las madres encuestadas con conocimientos altos y medios, que podemos calificar como adecuados (21).

Por consiguiente, los resultados encontrados por la autora son complementados con el estudio realizado por Marquina Y., que después de realizar una intervención educativa sobre alimentación saludable encontró que se incrementaba el nivel de conocimientos de las madres, es así que de un 35% de conocimiento medio pasaban a un 54% y de un 13% de conocimiento alto subían al 40% En ese sentido, se comprueba la importancia que tienen las capacitaciones para mejorar el nivel de

conocimientos de las madres sobre los alimentos que ingieren sus hijos (23).

De acuerdo a la investigación los resultados hallados indicaron que la mayoría de madres presenta un nivel de conocimiento alto y medio. Sin embargo, estos hallazgos son discordantes a los encontrados por Ruiz M, et. al. en la investigación sobre el estado nutricional de escolares de 4. ° Año de enseñanza básica y su relación con el ingreso económico, conocimiento en alimentación saludable, nutrición y percepción de sus madres, encuentran que el 83% de las madres obtuvo un nivel de conocimiento insuficiente con respecto a la alimentación saludable de sus hijos (4).

De acuerdo al análisis de la investigación del nivel de conocimientos de las madres en base a cada una de las dimensiones propuestas, se tiene que en la dimensión de alimentos constructores más del 82.6% de las madres encuestadas presento un conocimiento alto y medio. Este hallazgo se complementa la investigación realizado por Alva V. sobre los conocimientos, percepciones y prácticas alimentarias de madres de escolares con exceso de peso en tres colegios del Cercado de Lima. En los resultados encontrados por Alva, sobre el conocimiento de alimentos que tienen las madres de niños de peso normal y de sobrepeso, más del 70% indico que conocía la importancia de los alimentos proteicos en dieta de sus hijos. Asimismo, la investigación realizada por Alva V., evidencio que, si bien la mayoría de madres conoce los alimentos constructores o proteicos, este conocimiento en si no es un indicativo de una buena alimentación ya que muchas veces los conocimientos están dissociados de la práctica, de allí que ambos grupos de madres (madres con niños de peso normal y madres de niños con sobrepeso) tienen un buen conocimiento sobre los alimentos proteicos, a pesar que existe sobrepeso en sus hijos (22).

Los resultados de la investigación con respecto a la segunda dimensión correspondiente al nivel de conocimientos de las madres sobre los alimentos energéticos se encontraron que más del 57% de las madres tiene un conocimiento alto, seguido del 38.5% con conocimiento medio. Estos resultados coinciden con los hallazgos encontrados en la investigación realizada por Gualpa B, Guapisaca J, Guamán L., quienes encontraron que, de una población de 120 madres, el 93% conoce los nutrientes esenciales que dan energía en la etapa escolar, reconociendo al grupo de alimentos que contienen a los carbohidratos como principal fuente de energía (21).

En esa misma línea, la investigación realizada por Alva V., reafirma los resultados obtenidos en la investigación. Entre los resultados encontrados por Alva el nivel de conocimientos que presentan las madres que presentan niños con peso normal, el 89.2% de ellas reconocen que los alimentos que producen energía se encuentran en los cereales, tubérculos y grasas (22). Sin embargo, en la investigación realizada por Ramírez M., de nombre “Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutricional de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa” encontró que el conocimiento de las madres sobre la preparación de un lonchera saludable en lo concerniente a los alimentos energéticos como los cereales, granos y tubérculos el 60% de las madres desconocen los alimentos que aportan energía (24).

Finalmente, en la investigación realizada por Nestares V., sobre los conocimientos de las madres de escolares de tres colegios públicos del Cercado de Lima, observan que el 70% de las madres que tienen hijos con sobrepeso responde correctamente sobre la importancia de las frutas y verduras por su contenido de fibras y antioxidantes para el bienestar de la salud de sus hijos. Este resultado coincide con los hallazgos de la tesis donde el nivel de conocimiento de las madres en la dimensión de los alimentos reguladores, que incluyen a las frutas y verduras, para los



conocimientos altos y medios alcanzan un 68.8% (24). Sin embargo, estos hallazgos son discordantes con los encontrados por encuentran que el 68% de madres Gualpa B, Guapisaca J, Guamán L., de los escolares de un colegio de educación primaria responden que no se debería vender en los colegios frutas, verduras y lácteos por considerarlas que no contienen nutrientes (21).

# **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## 5.1. CONCLUSIONES

Luego de realizado el estudio se llegó a las siguientes conclusiones:

- Se determinó que existe un aceptable nivel de conocimiento de las madres sobre alimentación saludable de sus hijos, que se evidencia en un alto porcentaje de madres en los conocimientos altos y medios.
- En cuanto al nivel de conocimiento sobre la dimensión de alimentos constructores, se determinó que la mayoría de madres tiene un nivel de conocimiento alto y medio.
- En cuanto al nivel de conocimiento sobre la dimensión de alimentos energéticos, se determinó que la mayoría de las madres encuestadas tiene un nivel de conocimiento alto.
- En cuanto al nivel de conocimiento sobre la dimensión de alimentos reguladores, se determinó que un bajo porcentaje de madres tienen un nivel de conocimiento malo. Por consiguiente, la mayoría tiene buen nivel de conocimiento del papel de las verduras y frutas en la nutrición de sus hijos.

## 5.2. RECOMENDACIONES

Luego de realizar la investigación se llegó a las siguientes recomendaciones:

- Desarrollar talleres de alimentación saludable dirigida a padres de familia con la finalidad de promover un estilo de vida saludable.
- Establecer un sistema de monitoreo y vigilancia nutricional, con el apoyo del centro de salud más cercano al colegio para un buen sistema de funcionamiento de los quioscos que funcionan dentro del colegio.
- Se recomienda complementar la investigación con estudios sobre las actitudes y prácticas de las madres de familia, debido a que muchas veces los conocimientos suelen encontrarse disociados de las prácticas concernientes a una buena alimentación.
- Continuar con la investigación desde una perspectiva diferente por medio del enfoque cualitativo que indague sobre los significados y las percepciones que tiene para los padres de familia una alimentación saludable.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Plan de aplicación integral sobre nutrición materna, del lactante y del niño pequeño [Internet]. OMS. Ginebra-Suiza: ediciones OMS; 2014 [citado el 20 de marzo 2018]. 22 p. Disponible en: [http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/130456/WHO\\_NMH\\_NHD\\_14.1\\_spa.pdf;jsessionid=FEC0CBA4AA287F581735BD84279E6883?sequence=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/130456/WHO_NMH_NHD_14.1_spa.pdf;jsessionid=FEC0CBA4AA287F581735BD84279E6883?sequence=1)
2. Organización Mundial de la Salud. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud [Internet] ,2018 [actualizado en Septiembre 2018; acceso 30 abril 2018] Disponible en: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/goals/es/>
3. Macías AI, Gordillo LG, Camacho EJ. Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2012 Sep. [citado 2018 Sep. 24]; 39(3): 40-43. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182012000300006&lng=es](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182012000300006&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182012000300006>.
4. Ruiz-de-la-Fuente M, Torres Caro A, Lara Quezada C, Torres Muñoz F, Rodríguez Fernández A, Parra-Flores J. Estado nutricional de escolares de 4.º año de enseñanza básica y su relación con el ingreso económico, conocimiento en alimentación saludable, nutrición y percepción de sus madres. Perspect Nut Hum [Internet]. 2016 Dic [citado 2018 Sep 24]; 18(2): 143-153. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-41082016000200143&lng=en](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-41082016000200143&lng=en). <http://dx.doi.org/10.17533/udea.penh.v18n2a02>.

5. Clavo J. Conocimientos alimentarios en madres y su relación con el estado nutricional del escolar. Institución educativa Augusto Salazar Bondy – Chiclayo-2015[Tesis licenciatura]. Lambayeque-Perú: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo: 2015. Disponible en: <https://unprgenfermeria.files.wordpress.com/2014/07/tesis-janina-clavo.pdf>
6. Ministerio de Salud. Estrategia sanitaria nacional de alimentación y nutrición. [Internet].Lima- Perú: MINSA; 2016. [actualizado en enero 2016; acceso 20 de marzo de 2018. Disponible en: [https://www.minsa.gob.pe/portalweb/06prevencion/prevencion\\_2.asp?sub5=2](https://www.minsa.gob.pe/portalweb/06prevencion/prevencion_2.asp?sub5=2).
7. Arzapalo Salvador F, Pantoja Villalobos K, Romero López J, y Farro Peña, G. Estado nutricional y rendimiento escolar de los niños de 6 a 9 años del Asentamiento Humano Villa Rica - Carabayllo. Revista Enfermería Herediana [Internet]. 2011 Ene-Jun [acceso 24 setiembre de 2018]; 4(1), 20–26. Disponible en: <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/lil-706391>
8. Fao.com, Buenos hábitos alimentarios contra la malnutrición y las enfermedades relacionadas con la dieta [Internet]. Roma: fao.org; 2007 [actualizado el 09 octubre 2007, acceso 09 de octubre 2018]. Disponible en: <http://www.fao.org/Newsroom/es/news/2007/1000673/index.html>
9. Who.com, Alimentación sana [Internet]. Suiza: who.int; [actualizado 24 de agosto 2017, acceso 09 octubre 2018]. Disponible en : <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
10. Moreno Villares J, Galiano Segovia M. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. Revista de pediatría integral [Internet] 2015 [acceso 20 de abril 2018]; XIX(4): 268-276 . Disponible

en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-05/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente/>

11. Polanco Allue I. Alimentación de un niño en edad preescolar y escolar. Revista anales de pediatría [Internet] 2005 [acceso 21 de marzo 2018] 3(S1): 1-63. Disponible en : <http://www.analesdepediatria.org/es-alimentacion-del-nino-edad-preescolar-articulo-13081721>
12. Black Maureen M, Creed-Kanashiro H. ¿Cómo alimentar a los niños?: La práctica de conductas alimentarias saludables desde la infancia. Rev. Perú. med. exp. salud pública [Internet]. 2012 Jul [citado 2018 Sep 24]; 29(3): 373-378. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-46342012000300013&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342012000300013&lng=es).
13. Lovera D, Chilon R, Huallpa W, Quispe N, Valencia D, Marreros G, Arana K, et al. Diagnostico socio ambiental participativo en el centro poblado de Huarangal, distrito de Carabayllo, región Lima. Rev. del Instituto de Investigación (RIIGEO), FIGMMG-UNMSM [Internet]. 2015 Ene-Jun [acceso 18 marzo 2018]; 18 (35): 49-56. Disponible en: <file:///C:/Users/User/Downloads/11710-40867-1-PB.pdf>
14. León Orfelio G, Montero I. Métodos de investigación en psicología y educación. 3a ed. España: McGraw-Hill; 2003. 545 p.
15. Organización Panamericana de la Salud. Investigaciones operativas en salud y nutrición de la niñez en el Perú [Internet]. Lima-Perú: OPS; 2008 [citado el 15 de mayo de 2018]. 320 p. Disponible desde: <http://www.bvsde.paho.org/texcom/AIEPI/InvesOperativas.pdf?ua=1>
16. Tagle Príncipe, N. Factores asociados e inicio de relaciones sexuales en adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Privada Manuel Scorza Torres, Carabayllo – 2015 [Tesis licenciatura]

Lima-Perú: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2017. Disponible en: <http://repositorio.uch.edu.pe/handle/uch/131>

17. Plácido Oscoco M, Oré Huanca N. Prácticas de autocuidado en personas afectadas de tuberculosis pulmonar en cuatro establecimientos de salud de la Microred Carabayllo, 2014 [Tesis licenciatura]. Lima-Perú: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2016. Disponible en: <http://repositorio.uch.edu.pe/handle/uch/87>
18. Ciprode.es. Centro de Investigación para la producción y desarrollo. [Internet]. Perú: ciprode.es.tripod;2002. [actualizada el 5 julio de 2009; acceso 13 de febrero de 2018]. Disponible en: <http://ciprode.es.tripod.com/id1.html>.
19. Municicarabayllo.gob. Misión y visión. [Internet] Perú: municicarabayllo.gob.pe; 2018. [ actualizada 10 enero 2018; acceso 30 marzo de 2018]. Disponible en <http://www.municicarabayllo.gob.pe/Municipalidad/MisionVision>
20. Vio del R F, Lera ML, González CG, Yáñez M, Fretes G, Montenegro E et al. Consumo, hábitos alimentarios y habilidades culinarias en alumnos de tercero a quinto año básico y sus padres. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2015 Dic [citado 2018 Jun 10] ; 42( 4 ): 374-382. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182015000400009&lng=es](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182015000400009&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182015000400009>.
21. Guallpa Abad NB, Guapisaca Jara JM, Guamán Guerrero LP. Conocimientos actitudes y prácticas de las madres de familia sobre la alimentación de los escolares de la Escuela Ángeles Rodríguez, parroquia Racar [tesis licenciatura]. Cuenca: Universidad de Cuenca, Facultad de Ciencias Médicas Escuela de Enfermería; 2015. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/23214>



22. Alva Nestares VC. Conocimientos, percepciones y prácticas alimentarias de madres de escolares con exceso de peso de 6 a 8 años de edad de tres colegios públicos del Cercado de Lima agosto - setiembre 2014 [tesis licenciatura]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, EP de Enfermería; 2014. Disponible en: <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/6716>
23. Vásquez Marquina KY. Efecto de una Intervención Educativa en el nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras en los niños de 6 a 7 años de la Institución Educativa “Fe y Alegría n°63” – Alto Trujillo. 2016 [tesis licenciatura]. Lima: Universidad César Vallejo, EP de Enfermería; 2016. Disponible en : [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/634/vasquez\\_mk.pdf?sequence=1](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/634/vasquez_mk.pdf?sequence=1)
24. Ramírez Montaña MR. Nivel de conocimiento de las madres y el valor nutritivo de las loncheras escolares de niños de nivel primaria de una Institución Educativa, 2016 [tesis licenciatura]. Lima: Universidad Peruana La Unión, EP de Enfermería; 2016. Disponible en: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/395>
25. Ministerio de educación. Educación alimentaria y nutricional: libro para el docente [Internet]. Argentina: FAO/ME; 2009 [citado el 30 de marzo de 2018]. 130 p. Disponible en: <http://www.fao.org/ag/humannutrition/18911-0e9d667b8f44311838da9796b52996b86.pdf>
26. Nutriciónydietetica.blogspot. Nutrientes y clasificación [Internet]. Perú: nutricinydietetica.blogspot.pe; 2009 [actualizada 11 de abril de 2009; acceso el 30 marzo de 2018]. Disponible en: <http://nutricinydietetica-unefapc-glicedis.blogspot.com/2009/04/nutrientes-y-clasificacion.html>

27. Melo Ruiz V, Cuamatzi Tapia O. Bioquímica de los procesos metabólicos. 2ª ed. México: Reverte; 2008. 340 p.
28. Murray R.K, Mayes P.A., Granner D.K., Rodwell V.W. Bioquímica de Harper. 14ª ed. México: Manual Moderno; 2011.
29. Collen s. Bioquímica básica de Marks. Un enfoque clínico. 2ª ed. España: Mc Graw Hill-Interamericana: 2005
30. Ciudad Reynaud, A. Requerimiento de micronutrientes y oligoelementos. Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia [Internet]. 2014;60(2):161-170. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=323431582010>
31. Alimentación sana.com. Dieta balanceada y básicos sanos para tus hijos [Internet]. Perú: ligadealimentacion.com; 2018 [actualizada 14 enero del 2015, acceso 30 marzo 2018]. Disponible en <http://www.ligadealimentacion.com/elabora-una-dieta-balanceada-y-saludable-para-tus-hijos/>
32. Campo Ternera LA. Características del desarrollo adaptativo en niños de 3 a 7 años de la ciudad de Barranquilla. Psychologia. Avances de la disciplina [Internet]. 2011;5(2):95-104. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224105008>
33. Duek C. Infancia, desarrollo y conocimiento: los niños y niñas y su socialización. Rev.latinoam.cienc.soc.niñez juv [Internet]. 2010 Julio [cited 2018 Oct 09]; 8(2): 799-808. Disponible de : [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1692-715X2010000200002&lng=en](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2010000200002&lng=en).

34. Martínez JW. Desarrollo infantil: una revisión. Investigaciones Andina [Internet]. 2014;16(29):1118-1137. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=239031678009>
35. Henao López GC, García Vesga MC. Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. Rev.latinoam.cienc.soc.niñez juv [Internet]. 2009 July [cited 2018 Oct 09]; 7(2): 785-802. Available from: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1692-715X2009000200009&lng=en](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2009000200009&lng=en)
36. Minsa.gob. Nutrición por etapa de vida [Internet]. Perú: Minsa.gob.pe;2007 [actualizada el 21 de enero 2007; acceso 20 de abril de 2018]. Disponible en: <https://www.minsa.gob.pe/portada/Especiales/2007/nutricion/escolar.asp#>.
37. Ministerio de sanidad, política social e igualdad. La alimentación de tus niños y niñas [Internet]. Madrid-España: Agencia Española de seguridad alimentaria y nutrición; 2010 [ citado el 30 de marzo de 2018]. 28 p. Disponible desde: [http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/educanaos/alimentacion\\_ninos.pdf](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/educanaos/alimentacion_ninos.pdf)
38. Aranda Onofre A, Huallpa Santa Cruz M, Vicente Agama, N. Nivel de conocimientos sobre métodos anticonceptivos en adolescentes de educación secundaria de la Institución Educativa Privada Bertrand Russell, Los Olivos – 2015 [Tesis licenciatura]. Lima-Perú: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2017. Disponible en: <http://repositorio.uch.edu.pe/handle/uch/145>

39. Aristizábal Hoyos GP, Blanco Borjas DM, Sánchez Ramos A., Ostiguín Meléndez RM. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. 2011 Dic [citado 2018 Oct 09]; 8(4 ): 16-23. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es).
40. Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio M. *Metodología de la investigación*. 6a ed. México: Mc Graw Hill Educación; 2014.
41. Casas Anguita J, Repullo Labrador JR, Donado Campos J. La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de datos. *Rev. Aten Primaria*. [Internet] 2003 mes [acceso 22 mayo 2018]. 31(8): 527-538. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-pdf-13047738>
42. Oviedo Heidi C, Campo-Arias A. Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Rev.Colomb.Psiquiatr.* [Internet]. 2005 Dec [citado 2018 Sep 24]; 34( 4 ): 572-580. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-74502005000400009&lng=en](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502005000400009&lng=en).
43. Mora Guillart L. Los principios éticos y bioéticos aplicados a la calidad de la atención en enfermería. *Rev Cubana Oftalmol* [Internet]. 2015 Jun [citado 2018 Oct 10] ; 28( 2 ): 228-233. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21762015000200009&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21762015000200009&lng=es)

# **ANEXOS**

## ANEXO A: OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

<b>Título de la investigación:</b> Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en madres de niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa” Santa María Reyna” Carabayllo - 2016									
<b>VARIABLE</b>	<b>DEFINICIÓN CONCEPTUAL</b>	<b>DEFINICIÓN OPERACIONAL</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>NUMERO DE ÍTEMS</b>	<b>CRITERIO PARA ASIGNAR VALOR</b>	<b>VALOR FINAL</b>		
Nivel de conocimiento sobre alimentación saludable.	Se define como el conjunto de ideas, conceptos y hábitos que se tienen sobre una alimentación saludable. Para considerar una alimentación saludable, esta debe de ser balanceada y cubrir todos los requerimientos energéticos que demande una persona.	Grado de información que presentan las madres en base a sus hábitos, estilo de vida, conceptos e ideas sobre una alimentación balanceada y saludable que requieren los niños en edad escolar	Conocimientos sobre alimentos Constructores	Frecuencia	13	Conocimiento Alto	0		
				Contenido	4,5,6		1		
				Cantidad	3		2-3		
			Conocimientos sobre alimentos energéticos	Frecuencia	12		Conocimiento Medio	0-1	
				Contenido	8			2-3	
				Cantidad	7			4-5	
			Conocimientos sobre alimentos reguladores	Frecuencia	11,14			Conocimiento Bajo	0
				Contenido	10				1
				Cantidad	9				2

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Nivel de conocimiento sobre la alimentación saludable de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa Santa María Reyna- Carabaylo - 2016

Autores: JACKELINE SERNA BRAVO

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES
<p><b>PROBLEMAS GENERAL</b> ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre la alimentación saludable de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa “SANTA MARÍA REYNA” Carabaylo – 2016?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECIFICOS:</b></p>	<p><b>OBJETIVO GENERAL:</b> Determinar el nivel de conocimiento sobre la alimentación saludable de las madres de los niños de primer y segundo grado de primaria de la institución educativa santa María Reyna Carabaylo – 2016</p> <p><b>OBJETIVO ESPECIFICO:</b> Identificar el nivel de conocimiento de las madres</p>	<p>El conocimiento de las madres de familia sobre la alimentación saludable.</p>	<p>Alimentación saludable</p>	<p>Constructores Energéticos Reguladores</p>

<p>¿Cuál es el nivel de conocimiento de las madres sobre los alimentos energéticos?</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimiento de las madres sobre los alimentos reguladores?</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimiento de las madres sobre los alimentos constructores?</p> <p>.</p>	<p>sobre los alimentos constructores.</p> <p>Identificar el nivel de conocimiento de las madres sobre los alimentos_energéticos.</p> <p>identificar el nivel de conocimiento de las madres sobre los alimentos reguladores.</p>			
--	---	--	--	--



## ANEXO B: INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

### CUESTIONARIO

#### INTRODUCCIÓN

Tenga Ud. buen día, soy la alumna Jackeline Serna el presente cuestionario tiene como objetivo conocer el Nivel de conocimiento sobre la alimentación saludable de las madres de los niños que acuden a la escuela. La información es de carácter confidencial y anónimo, ya que los resultados serán manejados solo con fines de estudio por lo que solicitamos su participación, desarrollando cada pregunta de manera objetiva y veraz. Se le agradece su valiosa participación.

#### I DATOS GENERALES:

##### 1. EDAD:

- Menor de 18
- 19 -29
- 30 -59
- Mayor de 60

##### 2. ESTADO CIVIL:

- Soltera
- Casada
- Viuda
- Divorciada
- Conviviente

##### 3 GRADO DE INSTRUCCIÓN:

- Analfabeto
- Primaria:  completa  Incompleta
- Secundaria:  completa  incompleta
- Superior técnico:  completo  Incompleto

- Superior universitario:            completa     Incompleta

4 OCUPACION:

- Dependiente
- Independiente
- Ama de casa
- Estudiante

5 SEXO: M ( )      F ( )

6 NIVEL DE INGRESO:

- Menos de 500
- 500 a 1000
- 1000 a 1500
- 1500 a 2000
- Mayor de 2000

**II DATOS ESPECIFICOS:**

Conteste las siguientes preguntas sobre la alimentación de sus hijos marcando con una X la opción elegida:

1. La palabra "ALIMENTACIÓN" es:

- a) Comer cualquier alimento para crecer sanos.
- b) Dar de comer al niño carnes y frutas para un buen desarrollo.
- c) Dar nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo del niño.
- d) Consumo sólo de leche y papillas para un buen crecimiento.

2. ¿Cuál es el alimento(s) más importante durante el día para su Niño?

- a) Sopa.
- b) Segundo.
- c) Segundo y sopa.

d) Postre y agua.

3. De la siguiente lista ¿Qué alimento(s) contiene más PROTEÍNAS?

a) Leche.

b) Carnes.

c) Frutas y verduras.

d) Caramelos y galletas.

4. ¿Para qué sirven los alimentos que tienen PROTEÍNAS?

a) Para el crecimiento normal del niño.

b) Dan energía al cuerpo.

c) Brinda defensas al organismo.

d) Mantiene los huesos y dientes sanos.

5. De la siguiente lista ¿Qué alimento(s) pertenecen a las MENESTRAS?

a) Frutas y verduras.

b) Lentejas y fréjol.

c) Arroz y quinua.

d) Leche y huevos.

6. ¿Para qué sirven las MENESTRAS?

a) Fortalecen los huesos.

b) Favorecen la digestión de los alimentos.

c) Dan fuerza y energía al cuerpo.

d) Previenen enfermedades.

7. De la siguiente lista ¿Qué alimento(s) contienen más GRASAS?

a) Frutas.

b) Mantequilla.

c) Papa y camote.

d) Arroz.

8. ¿Para qué sirven los alimentos que contienen GRASAS?

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

9. De la siguiente lista ¿Qué alimentos contienen más VITAMINAS?

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

10. ¿Para qué sirven los alimentos que contienen VITAMINAS?

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

11. ¿Cuántas veces por semana su niño toma LECHE?

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

12. ¿Cuántas veces por semana debe comer CARNE (pollo, pescado, menudencias, etc.) Un niño?

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

13. ¿Cuántas veces por semana su niño come MENESTRAS?

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

14. ¿Cuántas veces por semana su niño come FRUTAS?

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

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**

**Tabla A: Tabla de Concordancia**

**JUICIO DE EXPERTOS**

ITEM	JUECES								TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	
1	1	1	1	1	1	1	1	0	0.035
2	1	1	1	1	1	1	1	0	0.035
3	1	1	1	1	1	1	1	1	0.004
4	1	1	1	1	1	1	1	1	0.004
5	1	1	1	1	1	1	1	1	0.004
6	1	1	1	1	1	0	1	1	0.035
7	1	1	1	1	1	1	0	1	0.035

*Fuente: cuadro realizado por la autora Diana Magaly Durand Pinedo*

Si  $p < 0.05$  la concordancia es significativa

Favorable = 1 (si)

Desfavorable = 0 (no)

**Tabla B: Prueba Estadística para dar confiabilidad al instrumento conocimientos**

**R DE KUDER – RICHARSON**

$$r_{K-R} = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum p_i q_i}{S_T^2} \right] \quad r \geq 0.5$$

$K = N^\circ$  de items

$S_T^2 =$  Varianza del total

$p_i =$  Proporción de éxito

$q_i = 1 - p_i$

Reemplazando:

$$K - R = \frac{15}{14} \times \left[ 1 - \frac{1,65}{5,1} \right] = 1,071 \times 0,68$$

$$K - R = 0,728$$

*Fuente: cuadro realizado por la autora Diana Magaly Durand Pinedo*

### Tabla C: Calculo para la medición de la variable

Numero de preguntas: 14

1. Se determinó el promedio(x):

2. Se calculó la desviación estándar (D.E.):

$$DE = \sqrt{S^2}$$

Se calcula el valor de la varianza, obteniéndose:

$$S^2 = 5.43$$

Entonces, el valor de la desviación estándar es:

$$DE = 2.33$$

Luego se aplicó:

#### **Escala de Estanones**

3. Se estableció los valores de a y b respectivamente:

$$a = X - 0.75 (DE)$$

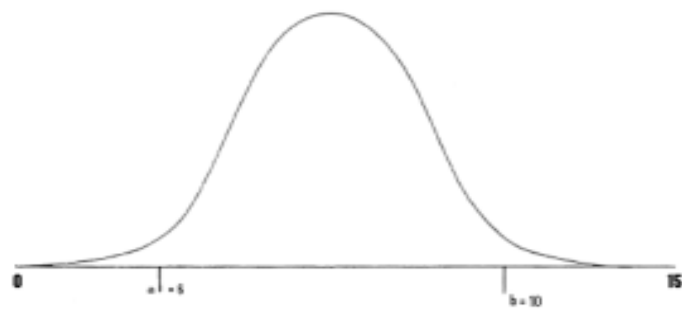
$$b = X + 0.75 (DE)$$

$$a = 8.23 - 0.75 (2.33) = 6.48$$

$$b = 8.23 + 0.75 (2.33) = 9.97$$



**Categorización:**



- 1 – 5 conocimiento bajo
- 6 – 9 conocimiento medio
- 10 – 14 conocimiento alto

***Fuente: cuadro realizado por la autora Diana Magaly Durand Pinedo***

## Tabla D: Puntos de corte análisis conglomerado de Clúster de K medidas

El procedimiento de cluster es un proceso iterativo computacional que ubica centroides de agrupamiento y permite optimizar la clasificación de grupos.

```

1. Initialize cluster centroids  $\mu_1, \mu_2, \dots, \mu_k \in \mathbb{R}^n$  randomly.
2. Repeat until convergence: {
    For every  $i$ , set
        
$$c^{(i)} := \arg \min_j \|x^{(i)} - \mu_j\|^2.$$

    For each  $j$ , set
        
$$\mu_j := \frac{\sum_{i=1}^m 1\{c^{(i)} = j\}x^{(i)}}{\sum_{i=1}^m 1\{c^{(i)} = j\}}.$$

}

```

Puntos de Corte Análisis de Cluster en conocimientos y dimensiones

		Inferior	Superior
Total	Bajo	2	4
	Medio	5	7
	Alto	8	10
Energéticos	Bajo	0	1
	Medio	2	3
	Alto	4	5
Reguladores	Bajo	0	0
	Medio	1	2
	Alto	3	3
Constructores	Bajo	0	0
	Medio	1	1
	Alto	2	3

### Tabla E: Confiabilidad

Se empleó el equivalente de Q de Richardson con una piloto con 17 participantes para la consistencia interna, y el test de confiabilidad alfa de cronbach fue 0,86 la validez del contenido de los ítems se determinó por la evaluación de 2 jueces expertos en el tema. La puntuación de confiabilidad es la siguiente: 0.86 por el coeficiente de Alfa Cronbach.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
0,86	14

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
a3	6,12	4,610	,280	,470
a4	6,24	5,316	-,035	,550
a11	6,53	5,640	-,163	,552
a12	6,53	5,390	-,005	,528
p1	5,94	4,184	,566	,396
p2	6,00	5,500	-,108	,565
b5	5,82	4,404	,566	,414
b6	6,12	4,235	,469	,416
b7	5,76	4,441	,672	,409
b8	6,29	4,721	,247	,479
c9	6,06	5,434	-,084	,561
c10	6,47	4,765	,334	,465
b13	6,18	5,404	-,074	,560
c14	6,35	4,743	,259	,477

## ANEXO C: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título: “nivel de conocimiento sobre la alimentación saludable de las madres de niños de primer y segundo de primaria de la institución educativa SANTA MARIA REYNA Carabayllo 2016

Introducción:

Se le está invitando a participar junto a otras madres de familia, en este proyecto de investigación, con el objeto de comprender los significados que Ud. Debe comprender respecto a la palabra alimentación saludable.

Se decidió realizar el estudio porque la falta de una buena alimentación saludable es uno de los principales problemas más comunes en la actualidad y aunque las estadísticas presentan tendencia a disminuir todavía constituye un gran problema para la salud pública.

En tal sentido se hace necesario reflexionar sobre como las madres perciben el significado de una alimentación saludable por ser palabra clave en el proceso de poner en práctica para cuidar su propia salud alimentaria.

Desarrollo:

El estudio consta de una encuesta, la cual será fotografiada para favorecer la privacidad de cada persona.

Luego de conocer la importancia del presente estudio, expreso mi voluntad de participar en la investigación titulada: “significado de la alimentación saludable” en madres de familia de los niños de primer y segundo grado de primaria y manifiesto que:

He recibido suficiente información sobre el estudio.

He comprendido que la investigación es de carácter confidencial.

Hago mención que autorizo la fotografía de la encuesta pero solo para favorecer la privacidad de cada persona y que la información será confidencial solo con las madres directamente vinculadas en el estudio.

Así mismo comprendo que puedo retirarme del estudio:

Cuando quiera

Sin tener que dar explicaciones.

Por lo antes expuesto, doy libremente mi conformidad para participar de este estudio de investigación.

---

Nombre de la participante

---

firma del participante

---

fecha

---

Nombre y apellido del encuestador

**Tabla F: Características generales de los participantes**

	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Grupo de Edad</b>		
<=18	7	13,5
19 – 29	17	32,7
30 – 59	28	53,8
<b>Estado civil</b>		
Soltera	18	34,7
Casada	18	34,7
Viuda	3	5,7
Divorciada	6	11,5
Conviviente	7	13,4
<b>Grado de Instrucción</b>		
Primaria	8	15,3
Secundaria	34	65,3
Superior técnico	5	9,6
Superior universitario	5	9,6
<b>Ocupación</b>		
Dependiente	19	36,5
Independiente	16	30,7
Ama de casa	7	13,4
Estudiante	10	19,3
<b>Ingreso</b>		
<= 500	17	32,6
500 -1000	17	32,6
1000 – 1500	13	25
1500 – 2000	3	5,8
>= 2000	2	3,8
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

**Tabla G: Los tipos de nutrientes**

		Inferior	Superior
Total	Bajo	2	4
	Medio	5	7
	Alto	8	10
Energéticos	Bajo	0	1
	Medio	2	3
	Alto	4	5
Reguladores	Bajo	0	0
	Medio	1	2
	Alto	3	3
Constructores	Bajo	0	0
	Medio	1	1
	Alto	2	3

**Tabla H: Indicadores específicos de la dimensión energéticos**

Indicadores específicos de la dimensión energéticos de las madres de los niños del primer y segundo grado de primaria de la institución educativa santa maría Reyna Carabayllo - 2016

	PREGUNTAS	ITEMS					
		SI	%	NO	%	TOTAL	
7	de la siguiente lista ¿Qué alimentos contienen grasas?	49	92.45%	4	7.54%	53	100%
8	¿para qué sirven los alimentos que contienen grasas?	27	50.94%	26	49.05%	53	100%
12	¿cuantas veces por semana debe comer carne ( pollo, pescado)?	10	18.86%	43	81.13%	53	100%

**Tabla I: Indicadores específicos de la dimensión constructores**

Indicadores específicos de la dimensión constructores de las madres de los niños del primer y segundo grado de primaria de la institución educativa santa maría Reyna Carabayllo - 2016

	PREGUNTAS	ITEMS					
		SI	%	no	%	TOTAL	
3	de la siguiente lista ¿Qué alimentos contienen más proteínas?	29	54.71%	24	45.28%	53	100%
4	¿ para qué sirven los alimentos que tienen proteínas?	17	32.07%	36	67.92%	53	100%
5	¿De la siguiente lista ¿Qué alimentos pertenecen a las menestras ?	47	88.67%	6	11.32%	53	100%
6	¿para qué sirven las menestras ?	37	69.81%	16	30.18%	53	100%
13	¿Cuántas veces por semana su niño come menestras?	33	62.26%	20	37.73%	53	100%



**Tabla J: Indicadores específicos de la dimensión reguladores**

Indicadores específicos de la dimensión reguladores de las madres de los niños del primer y segundo grado de primaria de la institución educativa santa maría Reyna Carabayllo - 2016

	PREGUNTAS	ITEMS					
		SI	%	NO	%	TOTAL	
9	de la siguiente lista que alimentos contienen más vitaminas?	30	56.60%	23	43.39%	53	100%
10	¿ para qué sirven los alimentos que contienen vitaminas?	7	13.20%	46	86.79%	53	100%
11	¿ cuantas veces por semana su niño toma leche?	14	26.41%	39	73.58%	53	100%
14	¿ cuantas veces por semana su niño come frutas ?	19	35.84%	34	64.15%	53	100%

## ANEXO D: CARTA RESPUESTA DEL COLEGIO



**CARTA N° 066-2015-FCS - UCH**

Los Olivos, 15 de diciembre de 2015

Señora:  
**Rosa Gonzales**  
Directora  
Santa María Reina - Carabayllo

Presente.-

**Asunto:** Facilidades para recolección de información para trabajo de Investigación.

Es grato dirigirme a Usted para saludarlo cordialmente en nombre de la Universidad de Ciencias y Humanidades y el mío propio, a la vez comunicarle que nuestra estudiante:

SERNA BRAVO JACKELINE IVONNE

Código N° 11202093

Se encuentra desarrollando la tesis que lleva por título **NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES DE LOS NIÑOS DEL PRIMER Y SEGUNDO GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA MARIA REYNA CARABAYLLO - 2016** para obtener el título de licenciado en enfermería por lo que solicitamos a usted tenga a bien darnos su aprobación y las facilidades correspondientes para recolectar la información necesaria para el desarrollo de la tesis, comprometiéndonos a hacerle llegar el informe final de dicho levantamiento de información.

Sin otro en particular hago propicia la ocasión para manifestarle mi estima personal,  
Atentamente,



**César Abraham Suárez Oré**  
DIRECTOR

Universidad de Ciencias y Humanidades  
Escuela Académico Profesional de Enfermería



www.uch.edu.pe

Av. Universitaria 5175 Los Olivos Telf.: 528-0948

## ANEXO E: RESOLUCIÓN



Resolución N° 411-2006-CONAFU  
Resolución N° 178-2007-CONAFU

### RESOLUCIÓN N° 976-2015-R-UCH

Lima, 30 de diciembre de 2015

VISTA; la solicitud N°411 de fecha 03 de diciembre de 2015, presentado por Jackeline Ivonne SERNA BRAVO alumna de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académico Profesional de Enfermería, con código de matrícula N° 11202093 quien solicita la Inscripción del Proyecto de Tesis, y;

#### CONSIDERANDO:

Que, por Resolución N° 411-2006-CONAFU del 15 de diciembre de 2006, se autorizó el funcionamiento provisional de la Universidad Julio C. Tello y posteriormente con Resolución N° 178-2007-CONAFU del 18 de junio de 2007, se autorizó el cambio de su denominación original por la de "Universidad de Ciencias y Humanidades";

Que, el artículo 100° del Estatuto establece que "dentro de las tareas formativas del estudiante de pregrado, el ejercicio introductorio en las actividades de investigación es parte de su quehacer académico y preparación profesional...";

Que, con Resolución N° 468-2014-R-UCH se modificó la conformación de la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académico Profesional de Enfermería de esta Universidad, integrada por: César Abraham Suárez Oré como Presidente, Nélida Luzmila Hilario Huapaya como Secretaria y Yurik Anatoli Suárez Valderrama como Vocal;

Que, de acuerdo a los reglamentos internos de la Universidad los alumnos que cursan el octavo y noveno ciclo de estudios y de acuerdo a su avance curricular, deben contar con sus proyectos aprobados para poder desarrollarlos en los cursos de Seminario de Tesis I y II, siendo este un requisito indispensable para concluir el Plan de Estudios y acceder al Bachillerato;

Que, con fecha 03 de diciembre de 2015, la alumna Jackeline Ivonne SERNA BRAVO, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académico Profesional de Enfermería, han presentado el Proyecto de Tesis denominado "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES DE LOS NIÑOS DEL PRIMER Y SEGUNDO GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "SANTA MARIA REYNA" CARABAYLLO - 2016";

Que, con Oficio N° 227-2015-VA-ACAD-UCH de fecha 14 de diciembre de 2015 el Vicerrector Académico de la Universidad de Ciencias y Humanidades, informa que el proyecto de investigación descrito en el párrafo anterior ha sido aprobado, habiéndose designado como Asesor de Tesis a la Docente Lic. Rosa Casimira TUSE MEDINA, lo cual pone a conocimiento del Rectorado para la emisión de la resolución correspondiente;

Por lo expuesto, el Rector, autoriza APROBAR el proyecto de Tesis titulado "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES DE LOS NIÑOS DEL PRIMER Y SEGUNDO GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "SANTA MARIA REYNA" CARABAYLLO - 2016", de autoría de la alumna Jackeline Ivonne SERNA BRAVO, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académico Profesional de Enfermería e INSCRIBIR en el Registro respectivo a la autora y título del proyecto de Tesis que se aprueba, a fin de cuidar el derecho de autoría. DESIGNAR como Asesor de Tesis para el presente proyecto a la Docente Lic. Rosa Casimira TUSE MEDINA.

RESOLUCIÓN N° 976-2015-R-UCH

1/2

[www.uch.edu.pe](http://www.uch.edu.pe)

Av. Universitaria 5175 Los Olivos Telf.: 528-0948

Por las consideraciones expuestas y en uso de las atribuciones que confiere el inciso e) del artículo 66° y el inciso f) del artículo 79° del Estatuto de la Universidad.

**SE RESUELVE:**

**Artículo 1°:** AUTORIZAR la inscripción del proyecto de tesis titulado "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE LAS MADRES DE LOS NIÑOS DEL PRIMER Y SEGUNDO GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "SANTA MARIA REYNA" CARABAYLLO - 2016", de autoría de la alumna Jackeline Ivonne SERNA BRAVO, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académico Profesional de Enfermería, con código de matrícula N° 11202093 respectivamente.

**Artículo 2°:** INSCRIBIR en el Registro respectivo a la autora y título del proyecto de Tesis que se aprueba.

**Artículo 3°:** DESIGNAR a la Docente Lic. Rosa Casimira TUSE MEDINA como Asesora de la alumna mencionada en el 1er. Artículo de la presente resolución;

**Artículo 4°:** DAR a conocer a las dependencias académicas y administrativas los alcances de la presente Resolución.

Regístrese, comuníquese y archívese.



*Hugo Mattá Solís*  
D. Hernán Hugo Mattá Solís  
SECRETARIO GENERAL



*Cesar Augusto Angeles Caballero*  
D. Cesar Augusto Angeles Caballero  
RECTOR



## ANEXO F: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



INVESTIGADORA Y LA DIRECTORA DEL COLEGIO SANTA MARIA REYNA



Investigadora y los hijos de las madres encuestadas



Llegando al colegio el primer día para hacer las encuestas

Coordinando con la profesora del aula Santa María Reyna

