



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN
NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS DE LA INSTITUCION
EDUCATIVA 6097 MATEO PUMACAHUA, SURCO-2023

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO
EN ENFERMERÍA

AUTORES:

Bach. Paniura Chalco Jessica
<https://orcid.org/my-orcid?orcid=0009-0009-3300-3228>

Bach. Ángeles Coronado Eliseo Joel
https://orcid.org/0009-0008-3001-0070_

ASESOR:

Dr. MATTA SOLIS EDUARDO PERCY
<https://orcid.org/009-00010965-2377>

LIMA – PERÚ

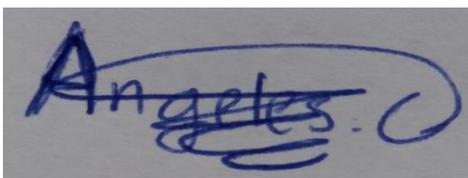
2023

AUTORIZACIÓN Y DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA Y ORIGINALIDAD

Yo, **ANGELES CORONADO ELISEO JOEL**, con DNI **74586406**; en nuestra condición de autora de la tesis/ trabajo de investigación/ trabajo académico presentada para optar el **TÍTULO PROFESIONAL** (licenciatura en enfermería) de título **"HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS DE LA INSTITUCION EDUCATIVA 6097MATEO PUMACAHUA, SURCO-2023"**, **AUTORIZO** a la Universidad María Auxiliadora (UMA) para reproducir y publicar de manera permanente e indefinida en su repositorio institucional, bajo la modalidad de acceso abierto, el archivo digital que estoy entregando, en cumplimiento a la Ley N°30035 que regula el Repositorio Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación de acceso abierto y su respectivo Reglamento.

Asimismo, **DECLARO BAJO JURAMENTO¹** que dicho documento es **ORIGINAL** con un porcentaje de similitud de CATORCE POR CIENTO (**12%**) y que se han respetado los derechos de autor en la elaboración del mismo. Además, recalcar que se está entregando la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado evaluador.

En señal de conformidad con lo autorizado y declarado, firmo el presente documento a los 27 días del mes de enero del 2024.



ANGELES CORONADO ELISEO JOEL
74586406



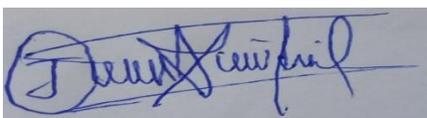
DR. MATTA SOLIS EDUARDO PERCY
42248126

AUTORIZACIÓN Y DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA Y ORIGINALIDAD

Yo, **PANIURA CHALCO JESSICA**, con DNI **73358187**; en nuestra condición de autora de la tesis/ trabajo de investigación/ trabajo académico presentada para optar el **TÍTULO PROFESIONAL** (licenciatura en enfermería) de título **"HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS DE LA INSTITUCION EDUCATIVA 6097 MATEO PUMACAHUA, SURCO-2023"**, **AUTORIZO** a la Universidad María Auxiliadora (UMA) para reproducir y publicar de manera permanente e indefinida en su repositorio institucional, bajo la modalidad de acceso abierto, el archivo digital que estoy entregando, en cumplimiento a la Ley N°30035 que regula el Repositorio Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación de acceso abierto y su respectivo Reglamento.

Asimismo, **DECLARO BAJO JURAMENTO¹** que dicho documento es **ORIGINAL** con un porcentaje de similitud de CATORCE POR CIENTO (**12%**) y que se han respetado los derechos de autor en la elaboración del mismo. Además, recalcar que se está entregando la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado evaluador.

En señal de conformidad con lo autorizado y declarado, firmo el presente documento a los 27 días del mes de enero del 2024.



PANIURA CHALCO JESSICA
73358187



DR. MATTA SOLIS EDUARDO PERCY
42248126

JESSICA ANGELES

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%

INDICE DE SIMILITUD

13%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

4%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uma.edu.pe Fuente de Internet	7%
2	Submitted to Universidad Maria Auxiliadora SAC Trabajo del estudiante	1%
3	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Inca Garcilaso de la Vega Trabajo del estudiante	1%
5	repositorio.unc.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.ucl.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	dspace.ucacue.edu.ec Fuente de Internet	1%

Índice general

Resumen.....	5
Abstract.....	6
I. INTRODUCCIÓN.....	7
II. MATERIALES Y METODOS.....	21
III. RESULTADOS.....	27
IV. DISCUSION.....	39
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	44
ANEXOS.....	56

Índice de Figuras

Tabla 1. Datos sociodemográficos de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86).....	27
Tabla 2. Datos sociodemográficos de las madres de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86).....	28
Figura 1. Estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86).....	30
Figura 2. Estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023, aula de 3 años “patitos” (N=28).....	31
Figura 3. Estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023, aula de 4 años “pollitos” (N=28).....	32
Figura 4. Estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023, aula de 5 años “ardillitas” (N=30).....	33
Figura 5. Hábitos alimenticios de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86).....	34
Figura 6. Hábitos alimenticios en su dimensión tipos de alimentos de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86).....	35
Figura 7. Hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia de alimentos de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86).....	36
Tabla 3. Prueba de normalidad Kolmogórov-Smirnov.....	37
Tabla 4. Prueba de Spearman para las variables estado nutricional y hábitos alimenticios en menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86).....	38
Tabla 5. Prueba de Chi cuadrado para las variables estado nutricional y hábitos alimenticios en menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86).....	39

Índice de Anexos

Anexo A. Operacionalización de la variable	Error! Bookmark not defined.	57
Anexo B. instrumento de recolección de datos.....		59
Anexo C. Consentimiento informado	Error! Bookmark not defined.	62
Anexo D. Resolución o dictamen del Comité de Ética.....		64
Anexo E. Validez del instrumento hábitos alimenticios	Error! Bookmark not defined.	65
Anexo F. Confiabilidad del instrumento hábitos alimenticios	Error! Bookmark not defined.	66
Anexo G. Evidencia del trabajo de campo (Fotos).....	Error! Bookmark not defined.	67
Anexo H. curvas de crecimiento infantil de la Organización Mundial de la Salud para niños menores de 5 años		68
Anexo H. formato de diagnóstico del estado nutricional en menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023.....		74

Resumen

Objetivo: determinar la relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023.

Materiales y métodos: investigación cuantitativa, correlacional, transversal y descriptiva. La población estuvo conformada por 86 alumnos menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua-Surco. La técnica de recolección para la variable hábitos alimenticios es la encuesta y el instrumento es un cuestionario debidamente validado el cual contiene 16 ítems agrupados en dos dimensiones. En la variable estado nutricional la técnica fue la observación y recolección de datos y el instrumento fue la curva de crecimiento en el carné de niño sano del Ministerio de Salud y la Organización Mundial de la Salud.

Resultados: de acuerdo a la prueba estadística de Rho de Spearman, se obtuvo un resultado de $-0,001$ por lo que se determinó que no existe relación entre las variables de estudio por lo que se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula. En cuanto a la variable estado nutricional, predominó el nivel adecuado con 56 (65%) alumnos, seguido de sobrepeso con 12 (13.9%) alumnos, 9 (10.7%) padecen obesidad, 7 alumnos (8.1%) padece desnutrición aguda y 2 (2.3%) desnutrición crónica. En la variable hábitos alimenticios 59 (68.6%) tienen hábitos saludables, 16 (18.6%) alumnos tienen hábitos poco saludables y 11 (12.8%) alumnos tienen hábitos no saludables. En cuanto a las dimensiones frecuencia de alimentos y tipo de alimentos predominó el nivel hábito saludables con 45 (52.3%) alumnos y 47 (57.7%) alumnos respectivamente.

Conclusiones: no existe relación entre las variables de estudios, en la variable estado nutricional predominó el nivel adecuado y en la variable hábitos alimenticios

como en sus dimensiones predomino el nivel hábitos saludables.

Palabras clave: estado nutricional, hábitos alimenticios, menores de 5 años.

Abstract

Objective: determine the relationship between eating habits and nutritional status in children under 5 years of age at the Mateo Pumacahua 6097 Educational Institution, Surco-2023.

Materials and methods: quantitative, correlational, transversal and descriptive research. The population was made up of 86 students under 5 years of age from the Mateo Pumacahua-Surco Educational Institution. The collection technique for the eating habits variable is the survey and the instrument is a duly validated questionnaire which contains 16 items grouped into two dimensions. In the nutritional status variable, the technique was observation and data collection and the instrument was the growth curve in the healthy child card of the Ministry of Health and the World Health Organization.

Results: according to Spearman's Rho statistical test, a result of $-.001$ was obtained, so it was determined that there is no relationship between the study variables, so the alternative hypothesis is rejected and the null hypothesis is accepted. Regarding the nutritional status variable, the adequate level predominated with 56 (65%) students, followed by overweight with 12 (13.9%) students, 9 (10.7%) suffer from obesity, 7 students (8.1%) suffer from acute malnutrition and 2 (2.3%) chronic malnutrition. In the eating habits variable, 59 (68.6%) have healthy habits, 16 (18.6%) students have unhealthy habits and 11 (12.8%) students have unhealthy habits. Regarding the dimension's food frequency and type of food, the healthy habit level predominated with 45 (52.3%) students and 47 (57.7%) students respectively.

Conclusions: there is no relationship between the study variables, in the nutritional status variable the adequate level predominates and in the eating habits variable, as in its dimensions, the healthy habits level predominates.

Keywords: nutritional status, eating habits, children under 5 years of age.

I. INTRODUCCIÓN

El organismo necesita diversos compuestos orgánicos para su homeostasis, normal crecimiento y desarrollo; de esto se deriva que el equilibrio entre el consumo y el desgaste es esencial, de lo contrario un déficit degenera en bajo peso o enfermedades como anemia, mientras que el exceso también deriva en sobrepeso u obesidad, en ambos casos las consecuencias son graves en la adultez (1).

En el caso de la anemia, se estima que más del 40% de la población mundial menor de 5 años padecía esta enfermedad en el 2019, considerándose un serio problema de salud pública de acuerdo a las precisiones de la Organización Mundial de la Salud (2). Esto tiene una consecuencia muy negativa en la mortalidad infantil ya que se estima que diariamente fallecen más de 7 mil menores de cinco años por causas relacionadas con la malnutrición o formas agravadas, tomando en cuenta que 149 millones de niños padecen anemia y 45 millones padecen de desnutrición aguda, en el mismo rango de edad (3).

Esta misma entidad mundial denota que más del 5% de la población mundial en el mismo rango etario padece de que malnutrición por exceso (obesidad/sobrepeso), lo que vendría a ser más de 40 millones de menores en el 2021 (4).

El Grupo de las Naciones Unidas para el Desarrollo Sostenible a través de su informe anual en el 2020 indica que la cantidad de infantes menores de cinco años que padecen desnutrición pasaron los 74 millones de afectados en la región Asia-Pacífico, de los cuales casi el 90% ya presente signos de retraso en el crecimiento y desarrollo (5).

Por otro lado, Las Naciones Unidas emite un informe en el 2023 indicando que uno de cada tres infante padece de obesidad o sobre peso en el continente europeo,

con una tendencia sostenida de hasta el 61% sobre las cifras actuales para el 2035, señala la organización (6).

En el medio oriente, las constantes convulsiones étnico-religiosas han contribuido al aumento de desnutrición infantil, en tal sentido, en Yemén el 45% de infantes padece desnutrición crónica, y el 86% déficit de hierro; en Sudán casi el 14% padece desnutrición aguda y más del 36% tiene desnutrición crónica; en el Líbano, más del 40% tiene anemia; por último, en Siria uno de cada cuatro menores tienen acceso a alimentos básicos necesarios; en todas estas ciudades las cifras se relacionan a menores de cinco años sin hallar evidencia de sobrepeso/obesidad en el 2022 (7).

Sin embargo, el continente africano es el más golpeado por la desnutrición al tener en el 2021 casi once millones de menores de cinco años padecen desnutrición aguda, teniendo la mayor concentración en países de extrema pobreza como El Congo, Nigeria y Kebbi; por otro lado países como Burkina Faso, Malí y Níger se encuentran actualmente en graves convulsiones sociales lo que desestabiliza la seguridad alimentaria en la región haciendo proclive a que más de cinco millones de niños preescolares no tengan acceso a alimentos adecuados (8).

Estos datos se ven afirmados por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), donde detalla que en el primer trimestre del 2023, casi 17 millones de niños menores al quinquenio de edad padecen de malnutrición aguda, siendo estos menores los principales afectados por la escasez de alimentos adecuados poniendo en riesgo su normal desarrollo (9).

Un caso proporcionalmente opuesto es el estadounidense, donde la incidencia de sobrepeso/obesidad en infantes ha ido en aumento de forma constante en la última década, evidenciándose que en el 2022 aproximadamente el 20% de esta población padece de obesidad lo que representa casi 15 millones de menores, teniendo a los hispanos, afrodescendientes y asiáticos como grupos étnicos con mayor incidencia; con la condición socioeconómica entre media y baja (10).

Otros tipos de estudios evidencian que en Estados Unidos, la tasa de obesidad en menores se incrementó hasta en un 33% en la última década, teniendo como principal factor de riesgo el ambiente familiar con costumbres alimentarias inadecuadas (malos hábitos alimenticios); considerándose que la población adulta

obesa alcanza hasta el 40% de la población total con un incremento del 30% en las dos últimas décadas hasta el 2023 (11).

Dentro de la región latinoamericana en el 2022 la desnutrición alcanza casi el 6% de la población pediátrica, mientras que en El Caribe la tasa casi llega al 17%, en ambos casos se evidencia un incremento con respecto al año anterior, siendo uno de los principales factores las consecuencias por la pandemia del COVID 19 que incrementó la canasta familiar básica (12).

Esta también se ve reflejado en la región a través del 21% de menores de 5 años que padecen de anemia, especialmente las poblaciones de pobreza y extrema pobreza durante el 2019, esta cifra evidencia cierta reducción de la tasa en comparación con años anteriores aunque aún se considere una tasa elevada por lo que la lucha contra la anemia infantil es un eje central dentro de las políticas de salud de los gobiernos en la región (13).

En contraste, también se evidencia una alta tasa de obesidad en la población infantil latinoamericana al alcanzar el 7.5% aproximadamente lo que sería casi 4 millones de menores en el 2020; este tipo de malnutrición también ha tenido un crecimiento sostenido teniendo como principales factores la facilidad de acceso a alimentos procesados y una cultura sobre nutrición familiar deficiente (14).

En ambos casos de malnutrición la principal consecuencia ha sido que casi el 12% de los menores de 5 años en Latinoamérica ha tenido deficiencias o retraso en el crecimiento y desarrollo durante el 2022, aumentando notablemente la incidencia de patologías asociadas a comorbilidades como la hiperglucemia o la hipertensión arterial ya que se ha demostrado que en la región latinoamericana es donde mayor costo económico existe al momento de acceder a una dieta adecuada (15).

Dentro de la realidad nacional se ha evidenciado que durante el 2021 el 24% de los niños menores de 5 años padecía de desnutrición crónica, es decir uno de cada cuatro niños, situación que se ve agravada por la pandemia del COVID 19, especialmente en zonas rurales donde la seguridad alimentaria es precaria y se tiene que recurrir a alternativas poco saludables para subsistir (16).

El Ministerio de Salud reportó que en el primer trimestre del 2023 se reportaron casi 300 mil casos nuevos de anemia ferropénica con Lima, Piura y Cajamarca con los

departamentos con mayor incidencia sumando entre los tres casi 60 mil casos, donde la anemia leve tiene mayor incidencia seguido de anemia moderada y finalmente anemia severa (17).

Especialmente en Lima, donde el Consejo Regional de Lima Metropolitana indica que al cierre del año 2022 se tenían informes sobre 10 mil casos de desnutrición aguda, mientras que la desnutrición crónica alcanzaba al 11.7% de la población infantil, donde los distritos de San Juan de Lurigancho, Puente Piedra y San Martín de Porres son los distritos más afectados por la anemia con casi 21 mil caso nuevos por esta patología (18).

En contraparte EsSalud informa que en el 2019 dos millones y medio de menores de cinco años padecía de sobrepeso/obesidad, dicha institución indica que la principal razón son los malos hábitos alimenticios adquiridos durante la pandemia, además del sedentarismo que implica la inmovilización social, advirtiendo del riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, metabólicas u hormonales sino se modifican estos malos hábitos alimenticios (19).

Por otro lado, también el Ministerio de Salud reporta que en el 2022 uno de cada diez menores de cinco años padece malnutrición por exceso; de tal forma que el 6.4% de la población en este rango etario padece de sobrepeso y el 2% padece de obesidad, siendo los principales factores de riesgo el sedentarismo derivado de las restricciones por el COVID 19 y la falta de buenos hábitos nutricionales (20).

Estos datos se refuerzan con los resultados de organizaciones internacionales como el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) donde se señala que entre el 2022 y el 2023 casi el 9% de los menores de 5 años padecía sobrepeso en toda el territorio nacional, donde la proporción de incidencia entre áreas urbanas y áreas rurales es de 2 a 1 (21).

De acuerdo al Análisis de Situación de Salud (ASIS), en la Red Integrada de Salud que comprende los distritos de Barranco, Chorrillos y Surco; en el 2021 la anemia fue la segunda causa de consulta externa en menores de 0-11 años con 8.2%, desnutrición o deficiencias nutricionales fue la cuarta causa con 6.3% y la obesidad fue la novena causa con 3.5%; es decir del total de consultas durante el 2021, aproximadamente el 18% fueron por causas de problemas nutricionales (22).

A raíz de esta evidencia se hace de suma importancia el estudio del estado nutricional y su relación con los hábitos alimenticios ya que se pueden reconocer factores de riesgo relacionados con la malnutrición en menores, lo que podría derivar en enfermedades en las siguientes etapas del ciclo vital del menor.

La nutrición del menor se relaciona directamente con su estado de salud y nivel de desarrollo, por tal motivo es fundamental que su alimentación sea la más adecuada de acuerdo a los factores como edad, sexo, gasto energético y entorno para que pueda tener un estado de salud óptimo a través de una respuesta inmune adecuada y prevención de enfermedades no transmisibles (23).

De esto deriva el concepto de estado nutricional que corresponde a la equivalencia entre las necesidades nutricionales y los aportes alimenticios que tiene la persona para satisfacer estas necesidades lo cual se refleja a través de una condición física/mental adecuada para un normal desenvolvimiento y desarrollo del menor elevando la calidad de vida (24).

El estado nutricional se encuentra influenciado por factores como: educación, disponibilidad de alimentos, nivel económico familiar, saneamiento ambiental, prácticas de lactancia, aprovechamiento de los alimentos por el organismo, entre otros; los cuales interactúan entre sí, tomando en cuenta que muchos de estos factores se desarrollan dentro del seno familiar por lo que se debe considerar a la familia como fuente primaria para el estado nutricional del menor (25).

Para determinar el estado nutricional se hace uso del índice de masa corporal (IMC), que resulta del cálculo donde se toma en cuenta la talla, el peso y la edad del menor, para luego ubicar el resultado en las tablas de las curvas de crecimiento, esta herramienta fue creada por la OMS para determinar el estado nutricional del menor a través de los percentiles donde se ubica en la tabla (26).

De este modo al término el cálculo se identifica el estado nutricional: bajo peso es menor al percentil 5, peso adecuado es entre percentil 5 y percentil 85, sobrepeso es entre percentil 85 y percentil 95; por último obesidad es superior al percentil 95; cabe indicar que el Ministerio de Salud usa esta herramienta de la OMS para mantener una adecuada vigilancia de la salud infantil a través de los programas de crecimiento y desarrollo en los establecimientos de salud (27).

Por otro lado, los hábitos alimenticios son actitudes o comportamientos cíclicos sobre la calidad, cantidad y frecuencia de la alimentación lo que motiva a las personas a consumir determinados tipos de alimentos (dieta diaria), las cuales se encuentran influenciados por aspectos sociales y culturales de cada region (28).

En consecuencia son acciones intencionadas interiorizadas dentro de la actividad social común ya que son acciones destinadas a satisfacer las necesidades nutricionales de las personas siendo segestionada por las costumbres familiares y capacidad de proveer de los padres; entonces es en la familia donde los hábitos alimenticios toman forma de manera progresiva por lo que las costumbres, la religion y creencias son modeladores de estas hábitos (29).

Desde esta perspectiva la familia desempeña un rol fundamental en la modulacion de los hábitos alimenticios ya que es en el entorno familiar donde se cimienta la cultura nutricional, estilos de vida y selección de alimentos, sirviendo como base par que el menor proyecte lo aprendido en su etapa adulta por lo que las buenas constumbres derivan en adultos funcionales nutricionalmente hablando (30).

Los hábitos alimenticios tienen como fin mantener una poblacion sana mediante un balance óptimo del gasto calorico y el consumo energetico, esto permite al menor realizar sus actividades diarias con total normalidad mejorando su desarrollo y crecimiento a la par que previene enfermedades no transmisibles y por la manutencion de una respuesta inmune adecuada (31).

En especial en la etapa de la primera infancia donde se evidencia el mayor nivel de desarrollo psicomotor en el ciclo vital, por lo que se considera que necesita todos los grupos alimenticios disponibles, una hidratacion adecuada, actividad física y cuidados necesarios ya que también se considera que el menor aún se encuentra en proceso de adaptación a su entorno (32).

Sin embargo, malos hábitos nutricionales derivan en enfermedades dependiendo de la alteración de estos hábitos, de esta forma la malnutrición por déficit provoca primordialmente anemia, en especial del tipo ferropénica, que consiste en la disminucion de lo globulos rojos, en especial de la proteína hemoglobina, la cual limita los procesos metbolicos del menor, sobre todo en la respuesta inmune por lo que expone al menor a diversas enfermedades (33).

Dentro de la malnutrición por exceso se encuentra el sobrepeso y la obesidad que es entendido como acumulación de tejido adiposo (grasa corporal) que eleva el nivel de IMC, lo que resulta dañino para el menor, provocando reducción en la capacidad física y respiratoria, dolor por inflamación en las articulaciones y empeoramiento de la calidad de vida en general; además de la predisposición de padecer hipertensión arterial y/o diabetes mellitus (34).

En ambos casos, la aparición de estas enfermedades resulta de un proceso continuo de deterioro parental como malas costumbres en alimentación, falta de educación nutricional de los padres, pobreza que limita el consumo adecuado de alimentos; siendo este proceso constante pudiendo ser intencional (agresión familiar) o no intencional que denotaría negligencia en la crianza (35).

Así dentro de las dimensiones de los hábitos alimenticios se encuentra el tipo de alimento que necesita el menor, donde se dividen según grupos de alimentos, empezando por los alimentos energéticos los cuales proveen de azúcares y grasas para poder transformados en energía, siendo aprovechados por el menor en el desenvolvimiento de sus actividades diarias (36).

Este tipo de alimentos se componen esencialmente de almidones (cadenas de azúcar) que conforman los carbohidratos (glucosa) que son aprovechados a través de procesos celulares metabólicos para la liberación de energía; en el caso de los infantes, debido a la constante interacción que tiene éste con el entorno debido al proceso de descubrimiento y adaptación debe ser más del 40% de la dieta diaria, las cuales se encuentran en frutos sean frescos o secos, cereales y legumbres (37).

Se debe tener en cuenta que estos azúcares son de origen natural y de consumo directo, por lo que los productos azucarados como las bebidas gasificadas, zumos envasados o energizantes artificiales, representan un riesgo para el desarrollo de diabetes o parasitosis en primera instancia, pudiendo llegar a desarrollar enfermedades oncológicas o neurodegenerativas en la adultez (38).

Otro tipo de alimento nocivo son las golosinas las cuales tienen cantidades de azúcares añadidos, conservantes, colorantes y alto contenido calórico, las cuales predisponen al menor de padecer patologías estomacales como diarrea o parasitosis; siendo consumidos por los infantes debido al fácil acceso, saborizantes que lo

hacen de atractivo consumo y bajo costo (39)

Sin embargo el consumo de estos productos aumentó en más del 40% en estos últimos 10 años en el mundo, especialmente en la población infantil debido al facilismo de consumo y adquisición por parte de los padres quienes lo incluyen dentro de la dieta, especialmente en las loncheras escolares (40).

Otro grupo energético son los constructores, los cuales tiene como unidad esencial los aminoácidos que componen las proteínas, este tipo de nutriente es encargado del desarrollo muscular y crecimiento del menor a través de la formación de tejido, regulación de actividades metabólicas y composición del sistema inmune, teniendo en cuenta si la proteína es de origen animal o vegetal (41).

Al respecto se ha demostrado que la proteína de origen animal como las carnes y lácteos con sus derivados tienen mejor biodisponibilidad y aprovechamiento en el organismo que las proteínas de origen vegetal como en las menestras o vegetales; sin embargo, las proteínas de origen animal tienden a generar mayores problemas gástricos que las de origen vegetal (42).

El último grupo son los alimentos reguladores, los cuales controlan los procesos metabólicos del organismo, actuando como enzimas, transportadores o realizando funciones de modulación en el hipotálamo, también se encargan de la regeneración celular, del crecimiento y diferenciación sexual (43).

Dentro de este grupo destacan las vitaminas que son liposolubles o hidrosolubles, las cuales son componentes de hormonas, catalizadores y reguladores enzimáticos, siendo su síntesis exclusivamente a través de la alimentación ya que el organismo no puede generarlo a través de reacciones metabólicas internas (44).

Dentro de este conjunto de micronutrientes destacan los minerales que tienen función catalizadora y de coadyudantes enzimáticos, destacando el calcio y el hierro; los cuales son esenciales en el crecimiento cuyo déficit es causa de patologías osteoarticulares y anemia ferropénica respectivamente (45).

La última dimensión de los hábitos alimenticios corresponde a la frecuencia de alimentos que se debe tener, sobre el particular se recomienda tener cinco comidas al día, siendo tres principales: desayuno, almuerzo y cena; y dos intermedias lonchera o merienda y lonche para cubrir adecuadamente las necesidades calóricas

del menor de acuerdo a, desgaste que realiza a lo largo del día (46).

Debido al crecimiento de hasta 7 cm al año y una ganancia de peso en promedio de 3 kg anuales en el preescolar, se debe considerar una alimentación con un aporte energético de entre 1300 a 1800 Kcal/día, dependiendo de la actividad física que realiza, debiéndose distribuir en 20% al desayuno, 10% merienda de media mañana, 35% almuerzo, 10% lonche y 25% en la cena (47).

El gobierno nacional en un intento de combatir tanto la malnutrición por deficiencia como por exceso, emite las Guías Alimentarias para la Población Peruana-2019, la cual establece las directrices sobre una nutrición adecuada para la población en los diferentes ciclos vitales, en este documento se cimienta la predilección de alimentos naturales, preparación de los platillos con los alimentos oriundos nacionales y práctica de vida saludable (48).

Para el caso de los carbohidratos es recomendable una dieta donde este macronutriente alcance un poco más del 40% de la dieta diaria, teniendo en cuenta que este tipo de nutriente se encuentra principalmente en frutos dulces o secos, cereales de todo tipo y tubérculos, se debe añadir que esta recomendación implica un desgaste calórico considerable considerando las actividades diarias (49).

En el caso de las proteínas, en el menor preescolar la presencia de este nutriente puede ser de hasta un gramo por kilo de peso, por lo que su consumo debe ser entre 0.7 a 0.9 gr por kilo de peso, especialmente por el desarrollo osteo-muscular que experimenta el menor, encontrándose este nutriente en carnes de cualquier color y lácteos con sus derivados respectivamente (50).

Tanto los hábitos alimenticios como el estado nutricional se encuadra dentro de la educación en salud, el cual tiene como meta dirigir y estimular de forma positiva las costumbres de las personas, en este caso en específico se basa en el área de la nutrición por lo que direccionar y modificar las prácticas alimenticias de las personas o familiar en pro del bienestar nutricional de los menores es esencial para un normal desarrollo y crecimiento del menor (51).

Por ende la educación en salud se encuentra dentro de las estrategias de la promoción de la salud, el cual implementa recursos y acciones para mejorar la salud de la comunidad a través de la prevención, derivando en una comprensión correcta

de la comunidad de estas estrategias, las cuales toman las acciones necesarias, denominándose este resultado como alfabetización en salud (52).

Así mismo la promoción de la salud es parte fundamental de la salud pública la cual implemente políticas dentro de las actividades para la prevención de enfermedades mediante la modificación o eliminación de factores de riesgo, mejorando la calidad de vida de la comunidad, quienes son partícipes en la implementación de estas políticas, lo que deriva en la elevación de las personas o la comunidad de su autonomía en salud (53).

Es por eso que dentro de la presente investigación se considera la teoría de la promoción de la salud postulado por Nola Pender como teoría de enfermería central, ya que la autora enfatiza la importancia de la prevención de las enfermedades mediante la adquisición de conocimiento y posterior modificación de comportamientos nocivos para la salud en las personas, donde la decisión de modificación de los factores de riesgo nace de la asimilación y entendimiento de la información adquirida por la persona (54).

Para ello el rol de enfermería según la autora es la de educador (a), que sirve de guía para las personas donde imparte información detallada de los beneficios en el proceso de modificación de comportamientos no saludables y el impacto positivo que se tiene en la calidad de vida, por ende, el profesional de enfermería tiene el objetivo de mejorar la salud de las personas (55).

Para ello el personal de enfermería tiene que elaborar estrategias de motivación, adaptación y control de la información que se brinda ya que cada población tiene características específicas, por ello los procesos de asimilación y cambio son paulatinos y debe encontrarse bajo supervisión regular, este proceso debe ejecutarse en todos los niveles de atención (56).

Sotomayor (57), en Los Ríos-Ecuador, en el año 2019, realizó una investigación titulada: “hábitos alimentarios y su relación con el estado nutricional de los preescolares de la Unidad Educativa Darío C. Guevara ubicada en la Parroquia El Salto Cantón Babahoyo mayo-septiembre 2019”. El principal objetivo fue determinar la correlación entre las variables mencionadas. Tesis descriptivo, transversal y

correlacional. Se estudió una población constituida por 50 preescolares de la unidad educativa en mención. La técnica usada dentro de las variables estado nutricional fue la observación y en la otra variable fue la encuesta; mientras que el instrumento en la primera variable fue la escala de IMC de la OMS y en la segunda variable se aplicó un cuestionario debidamente validado a los padres de los menores. Los resultados indican que el 52% de los menores evaluados tienen un peso normal, 30% tiene sobrepeso, 10% bajo peso y 8% obesidad dentro de la variable estado nutricional, mientras que el 70% de los padres no conocen el contenido nutricional de los alimentos que consumen los menores, el 60% tienen una frecuencia de hasta 5 comidas al día, 32% más de 5 comidas al día y el 8% hasta 3 comidas al día; el 60% del total consume azúcares hasta 3 veces al día, 30% dos veces al día y 10% una vez al día. Por último, el 80% de los padres no tienen conocimiento sobre las enfermedades derivadas por malnutrición; estos resultados demuestran la relación existente entre las variables estado nutricional con hábitos alimentarios.

Qiumis (58), en Manabí, durante el año 2020 realizó una tesis titulada: “estado nutricional y hábitos alimentarios en niños menores de 3 años”. El objetivo principal fue determinar el nivel del estado nutricional y establecer los hábitos alimentarios dentro de la población diana. Tesis descriptiva, transversal, prospectiva y cuantitativa. La población fueron 53 menores del Centro de Desarrollo Infantil Nuestra Señora de la Merced. Para la variable estado nutricional se usó la cuantificación de datos reflejado dentro de las medidas antropométricas e indicadores de IMC, mientras que para la variable hábitos alimentarios se usó como técnica la encuesta y el instrumento una encuesta aplicados a los padres de los menores. Los resultados evidencian que el 63% del total tiene un IMC adecuado para la edad, 2% padece de sobrepeso, 2% padece de desnutrición, el 26% se encuentra dentro de riesgo de obesidad y sobrepeso, mientras que el 7% se encuentra en riesgo de desnutrición.

López (59) en Ecuador, en el año 2019, desarrolló una tesis titulada: “hábitos alimentarios y estado nutricional en niños/as menores de cinco años, del Centro de Desarrollo Integral (CDI) “Sara Espíndola de Burbano”, Tulcán, 2018”. determinar la relación entre ambas variables fue el objetivo central de la investigación. Tesis

cuantitativa, descriptiva y transversal. La población estuvo conformada por 63 menores de la institución mencionada. Para la variable hábitos alimentarios la técnica fue la encuesta mientras que el instrumento es un cuestionario debidamente validado y aplicado a los padres de los menores, en la variable estado nutricional se aplicó la medición antropométrica de acuerdo a los estándares determinados por la OMS. Los resultados evidencian que el 4.8% de los menores padecen de sobrepeso, el 3.2% presente bajo peso, el 15.9% evidencia retraso en la talla y el 4.7% presenta baja talla para la edad. Sobre los hábitos alimentarios, el 39.6% consume alimentos fritos y el 47.6% alimentos cocidos, el 71.4% tiene hasta 5 comidas al día, el 15.9% tiene tres comidas al día y el 12.7% tiene más de 6 comidas al día; sobre los horarios de alimentación, el 34.9% tiene horarios fijos casi siempre de comidas, 28.6% tiene horarios variables y el 14.3% siempre tiene horarios fijos de consumo. Sobre las actividades que se realiza mientras se alimenta, el 36.5% lo hace viendo televisión, 22.2% juega con le celular, 12.7% escucha musica, el 14.2% mira videos y el 19% juega con los juguetes.

Idrogo (60) en Cajamarca, en el año 2022, realizó una tesis titulada: “hábitos alimentarios y estado nutricional en preescolares . Iglesia del Nazareno Cuyumalca-Chota, 2021”, cuyo objetivo principal fue definir la relación entre ambas variables. Tesis correlacional, no experimental y de corte transversal. La población estuvo conformada por 70 madres cuyos menores preescolares estudian en la mencionada institución educativa. La técnica usada en la variable estado nutricional fue la observacion y el instrumento fue la escala de desarrollo infantil propuesto por el MINSA, mientras que en la variable hábitos alimentarios se usó como técnica la encuesta virtual y como instrumento un cuestionario adecuadamente validado y aplicado a las madres de los preescolares. Dentro de la relacion entre variables peso/edad con la dimension poco saludable/no saludable existe una relacion “D” Somers de 0.519. dentro de la dimension peso talla con las dimensiones saludable y no saludable existe una relación “D” Somers de 0.389. para la relación talla/edad con las dimensiones saludable/no saludable existe una relacion “D” Somers de 0.400.

Morales (61) en Ayacucho, en el año 2023, realizó una investigación que llevó por

título: “Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños de 2 a 5 años del Puesto de Salud Yurucahuasi, Parinacochas-Ayacucho, 2022”. El objetivo central fue determinar la correlación existente entre ambas variables. Investigación no experimental, transversal y correlacional. La población fueron 30 menores que asisten al mencionado centro de salud. Como técnica se usó la encuesta en la variable estado nutricional fue la revisión documental de las historias clínicas de los menores mientras que para la variable hábitos alimentarios se utilizó la encuesta como técnica mientras que como instrumento se usó un cuestionario adecuadamente validado y aplicado a las madres de los menores. Los resultados evidencian que 70% de los menores tienen hábitos alimentarios adecuados mientras que el resto de la población presentan deficiencias asociadas principalmente a la situación económica de los padres. 33.3% presenta estado nutricional adecuado, mientras que el 66.7% presenta estado nutricional inadecuado comprendiendo 10% baja talla para la edad, 6.7% desnutrición, 30% bajo peso para la edad y 20% sobrepeso/obesidad; por lo que se determina la relación directa entre ambas variables.

Villa (62), en Ica, en el año 2020, realizó una tesis titulada: “Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Puesto de Salud Condorrillo Alto, Chincha 2020”. El objetivo fue determinar la relación que existe entre ambas variables. Tesis cuantitativa, descriptiva, no experimental-correlacional. La población estuvo conformada por 100 menores y sus respectivas madres que asisten al mencionado puesto de salud. La técnica usada fue la observación y el instrumento fue una ficha de evaluación de peso y talla en la variable estado nutricional, en el caso de la variable hábitos alimentarios, se empleó como técnica la encuesta, del mismo modo se usó como instrumento un cuestionario elaborado y validado por la misma tesista aplicándose a las madres de los menores en mención. Los resultados evidencian que el 95% presenta hábitos alimentarios adecuados mientras que el 5% tiene hábitos inadecuados. En la variable estado nutricional, el 84% presenta un estado adecuado, mientras que el 16% presenta alteraciones donde se comprenden que el 14% tiene inadecuado peso/talla, 10% inadecuado peso/edad y 6% inadecuado talla/edad. En la correlación entre ambas variables se

sometió a la prueba de Rho Spearman donde dio como resultado 0.401 evidenciando como correlacion moderada.

Dentro de la justificación teorica se destaca que la presente investigación actualiza los datos ya existentes con nuevos datos contrastables así como refuerza la linea de investigación sobre promoción de la salud dentro del espacio geografico seleccionado.

En la justificación práctica la investigación permite esquematizar las intervenciones de enfermeria sobre educación en salud de forma específica para el tipos de población, destacandose la adaptabilidad de las intervenciones de enfermería.

Dentro de la justificación social, la presente investigación refuerza el conocimiento de la población sobre nutrición dentro de los menores preescolares lo que puede hacerse extensivo hacia otro tipo de población, abriendo camino para mejorar la nutrición de la población en general.

Sobre la justificación metodológica, la investigación hace uso estricto de método científico para la obtención de resultados confiables, además se promueve el uso de un instrumento adecuado para llegar a un resultado fiable.

El objetivo principal es determinar la relacion entre hábitos alimenticios y estado nutricional en menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023

II. MATERIALES Y METODOS

2.1. ENFOQUE Y DISEÑO DE INVESTIGACION

La presente investigación es de cuantitativa ya que hace uso de herramientas estadísticas para la medición de la variable, del mismo modo es correlacional ya que establece la asociación (relación) que existe entre las variables (63). Sobre el diseño metodológico se considera no experimental ya que las variables no experimentan alteración en todo el proceso de investigación, se le considera transversal ya que el uso del instrumento (recolección de datos) se realiza en un momento específico, por último la investigación es descriptiva porque establece las propiedades de un fenómeno en específica como las variables (64).

2.2. POBLACION

En la presente investigación se considera como población de estudio a los menores de 5 años que asisten a la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, ubicado en la Av. Santa Rosa s/n en la Urbanización Mateo Pumacachua en el distrito de Surco. De acuerdo a la directora de la mencionada institución, al mes de noviembre del 2023 se cuenta con 86 alumnos menores de 5 años distribuidos de la siguiente manera: aula “patitos” de 3 años con 28 alumnos, aula “pollitos” de 4 años con 28 alumnos y aula “ardillitas” de 5 años con 30 alumnos. De acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión se realiza la investigación con el total de la población por lo que no se determina muestra alguna.

Criterio de inclusión

- Alumnos que asisten regularmente con registro de matrícula en la

mencionada institución educativa.

- Alumnos que se encuentren dentro del rango etario en el nivel educativo de preescolar.
- Padres que acepten participar en la presente investigación a través del correcto llenado del consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Padres que tengan más de un menor dentro de la población seleccionada (hermanos).
- Padres con menores con patología diagnosticada que conlleve alteraciones nutricionales.
- Alumnos que no se encuentren debidamente matriculados o que no tengan asistencia regular a la institución educativa: ejm. Alumnos libres.
- Alumnos mayores de cinco años o que no se encuentren en la nivel preescolar en la institución mencionada.
- Padres que no tengan intención de participar en la investigación negandose a firmar el consentimiento informado.

2.3. VARIABLES DE ESTUDIO

Variable dependiente: estado nutricional

Definición conceptual: se denomina estado nutricional a la equivalencia entre las necesidades nutricionales y los aportes alimenticios que tiene la persona para satisfacer estas necesidades lo cual se refleja a través de una condición física/mental adecuadas para un normal desenvolvimiento y desarrollo del menor elevando la calidad de vida (24).

Definición operacional: se denomina estado nutricional a la equivalencia entre las necesidades nutricionales y los aportes alimenticios que tienen los preescolares de la Institución Educativa Inicial Mateo Pumacahua, para satisfacer estas necesidades, lo cual se refleja a través del peso/talla, peso/edad y talla/edad adecuadas para un normal desenvolvimiento y desarrollo del menor elevando la

calidad de vida.

Variable independiente: hábitos alimenticios

Definición conceptual: son actitudes o comportamientos cíclicos sobre la calidad, cantidad y frecuencia de la alimentación lo que motiva a las personas a consumir determinados tipos de alimentos (dieta diaria), las cuales se encuentran influenciados por aspectos sociales y culturales de cada region (28).

Definición operacional: son actitudes o comportamientos de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua que son cíclicos sobre la calidad, cantidad y frecuencia de la alimentación lo que motiva a las personas a consumir determinados tipos de alimentos (dieta diaria), las cuales se encuentran influenciados por aspectos sociales y culturales de cada region; la cual será medido por un cuestionario validado adecuadamente.

Para la consecucion de los objetivos trazados se establecieron las siguientes hipotesis a demostrar:

Hipotesis alterna (Hi): existe relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023.

Hipótesis nula (Ho): no existe relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023.

2.4. TECNICA E INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

Como técnica se usó la recolección de datos en el caso de la variable estado nutricional y como instrumento fue la medicion antropométrica que figura en el carnet del niño sano en el periodo de noviembre-diciembre del 2023. Para el caso de la variable hábitos alimenticios,

como técnica se usó la encuesta y el instrumento fue el cuestionario sobre hábitos alimenticios creado por Romero (65) a través de su investigación titulada: “hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial, N° 049 “Mis Primeros Pasos”, Andrés Araujo Morán, Tumbes 2020”. Este instrumento consta de 16 ítems agrupados en dos dimensiones: tipos de alimentos y frecuencia de alimentos.

El cuestionario contiene preguntas cerradas de respuesta múltiple (3 alternativas) teniendo tres tipos de respuestas: 1 punto para hábitos alimentarios no saludables, 2 puntos para hábitos alimentarios poco saludables y 3 puntos para hábitos alimentarios saludables. El puntaje se realiza de acuerdo a la sumatoria de puntos obtenidos: 33-48 hábitos saludables, 17-32 puntos para hábitos poco saludables y 1-16 puntos para hábitos no saludables (65).

La validez del instrumento fue realizada a través de juicio de expertos demostrando un resultado entre “excelente” y “bueno” sobre la congruencia de ítems, amplitud de contenido, redacción de los ítems, claridad y precisión y pertinencia; demostrando una validez óptima para su uso. Al respecto de la confiabilidad, el instrumento fue sometido a la prueba de alfa de Cronbach obteniendo como resultado 0.917 lo que demuestra una alta confiabilidad para su aplicación (65).

2.5. PROCEDIMIENTO PARA LA RECOLECCION DE DATOS

2.5.1. Autorización y coordinaciones previas para la recolección de datos

Para el trabajo de campo se realizó la solicitud correspondiente a la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad María Auxiliadora ubicado en Av. Canto Bello s/n-paradero 2 de Av. Canto Grande para la respectiva acreditación como tesis. Posteriormente se realizó la solicitud respectiva a la dirección de la mencionad centro educativo para establecer un día y hora específica para proceder a realizar el trabajo de campo, del mismo modo, se realizó la solicitud verbal a cada profesora de cada aula para establecer el orden en la recolección de datos.

2.5.2. Recolección de datos

La recolección de datos se ejecutó durante el mes de noviembre del año 2023,

estableciéndose un día para cada aula en la recolección de datos para ambas variables por lo que se hizo la coordinación con las madres a través de los grupos de whatsapp de cada aula.

2.6. MÉTODOS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICOS

Para la realización del estudio analítico, descriptivo y estadístico de las variables de estudio en la investigación, se realizó la verificación y codificación de los datos usando base de datos en Excel y SPSS, los resultados obtenidos se encuentran visualizadas por frecuencias y porcentajes en tablas. Del mismo modo la establecer la correlación entre ambas variables se hizo uso de la prueba de Spearman.

Para ello se hizo la prueba de normalidad donde se demostró que los datos obtenidos no siguen una distribución normal usando la prueba de Kolmogórov-Smirnov debido al tamaño de la población, donde el nivel de significancia $\alpha=0.05$, con un margen de error de 0.5.

Hipótesis nula: los datos siguen una distribución normal

Hipótesis alterna: los datos no siguen una distribución normal

2.7. ASPECTO ETICOS

A las madres de los menores preescolares se les brindó una charla informativa donde se estableció diferentes aspectos de la investigación para posteriormente realizar el llenado del consentimiento informado dejando en claro su participación de forma voluntaria. Así mismo, se mantuvo total consideración de los principios bioéticos:

Principio de autonomía

Los investigadores tendrán no pueden intervenir sobre las decisiones en salud que tengan los participantes o sus apoderados (padres), del mismo modo, la libre participación se deja por escrito a través del correcto llenado del consentimiento informado, pudiendo retirarse de la investigación en cualquier momento si así lo

desea; por parte de los investigadores, no se ejerció ningún tipo de coacción u otros actos que direccionen las decisiones de las madres de los menores (66).

Principio de justicia

Los investigadores mantuvieron el respeto hacia las madres y menores participantes, no se permitió ningún tipo de acto discriminatorio o preferencial, del mismo modo, todo tipo de resultado, beneficios y/o recursos fueron distribuidos de forma igualitaria entre todos los participantes (67).

Principio de beneficencia

Los investigadores maximizaron los esfuerzos para alcanzar el mayor beneficio posibles a través de los resultados para los participantes, quienes también en todo momento tuvieron acceso a estos resultados (68).

Principio de no maleficencia

Las personas a cargo de la investigación tomaron todas las precauciones necesarias a fin de evitar cualquier riesgo y/o cualquier tipo de daño que puedan sufrir los participantes derivados de la investigación; para ello, se establecieron pautas seguras en la toma de las medidas antropométricas en el caso de los menores preescolares (69).

III. RESULTADOS

Tabla 2. Datos sociodemográficos de los menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86)

Información de los participantes	Total	
	N	%
Total	86	100
Sexo		
Femenino	44	51,2
Masculino	42	48,8
Grado		
3 años	28	32,6
4 años	28	32,6
5 años	30	34,8

En la tabla se aprecia los datos sociodemográficos fueron en total 86 alumnos los participantes. En cuanto al sexo, 44 participantes que representan el 51.2% corresponde al género femenino, mientras que el 48.8% son de género masculino. Sobre la edad de los participantes es de 32.6% para 3 y 4 años con 28 alumnos cada salón y 34.8% para 5 años que son 30 alumnos.

Tabla 2. Datos sociodemográficos de las madres de los menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86)

Información de los participantes	Total	
	N	%
Total	86	100
edad		
18-25 años	28	32,5
26-31 años	39	45,2
32-40 años	19	22,3
Estado civil		
soltera	23	26,7
conviviente	26	30,2
casada	21	24,5
Viuda	8	9,3
Divorciada	8	9,3
Nivel de instrucción		
Primaria incompleta	10	11,6
Secundaria incompleta	19	22
Secundaria completa	32	37,2
Superior incompleta	18	20,9
Superior completa	7	8,3
Ocupación		
Trabajo estable	16	18,6
Ama de casa	52	60,4
Trabajo eventual	11	12,7
Trabajo independiente	7	8,3

En la tabla 2 se tienen los datos sociodemográficos de las madres de los participantes que suman en total 86. La edad mínima fue de 18 años y la máxima fue 40 años. En cuanto al estado civil, 26 madres que representan el 30.2% son

convivientes, 23 madres que representan el 26.7% son madres solteras, 21 madres que son el 24.5% son casadas, y 8 madres que son el 9.3% son viudas y divorciadas respectivamente. En cuanto al nivel de instrucción, 32 madres que son el 37.2% tienen secundaria completa, 19 madres que el 22% tienen secundaria completa, 18 madres que son el 20.9% tienen superior incompleta, 10 madres que son el 11.6% tienen primaria incompleta y 7 madres que son el 8.3% tienen superior completa. En cuanto a la ocupación, 52 (60.4%) de las madres son amas de casa, 16 (18.6%) tienen trabajo estable, 11 (12.7%) tienen trabajo eventual y 7 (8.3%) tienen trabajos independientes.

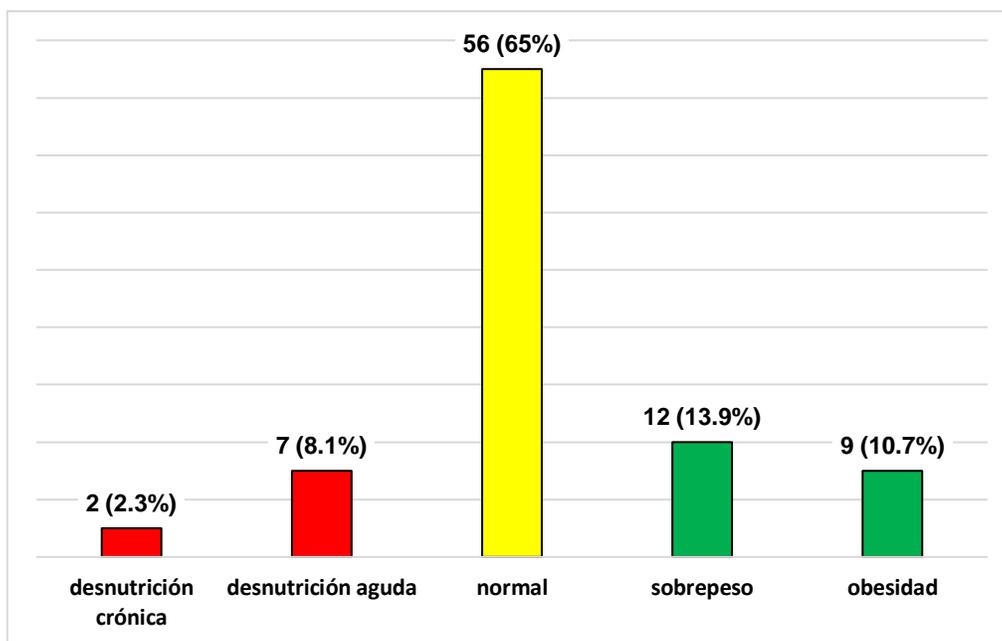


figura 1. Estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86)

En la figura 1 se observa que 56 alumnos que representan el 65% tienen un estado nutricional normal, 12 alumnos que representan el 13.9% tienen sobrepeso, 9 alumnos que representan el 10.7% tienen obesidad, 7 alumnos que representan el 8.1% tienen desnutrición aguda y 2 alumnos que son el 2.3% tienen desnutrición crónica.

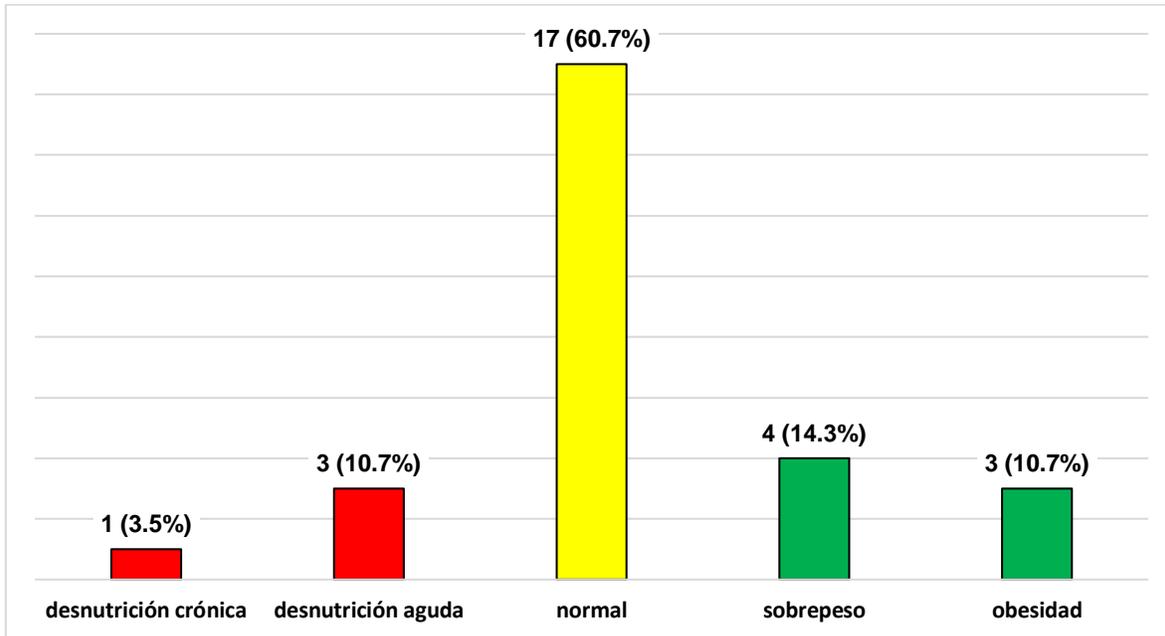


figura 2. Estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023, aula de 3 años “patitos” (N=28)

En la figura 2, dentro del aula de 3 años, 17 alumnos que representa el 60.7% tienen un estado nutricional normal, 4 alumnos que representan el 14.3% tienen sobrepeso, 3 alumnos que representa el 10.7% tienen desnutrición aguda, siendo igual cantidad de alumnos que tienen obesidad y 1 alumno que representa el 3.5% tiene desnutrición crónica.

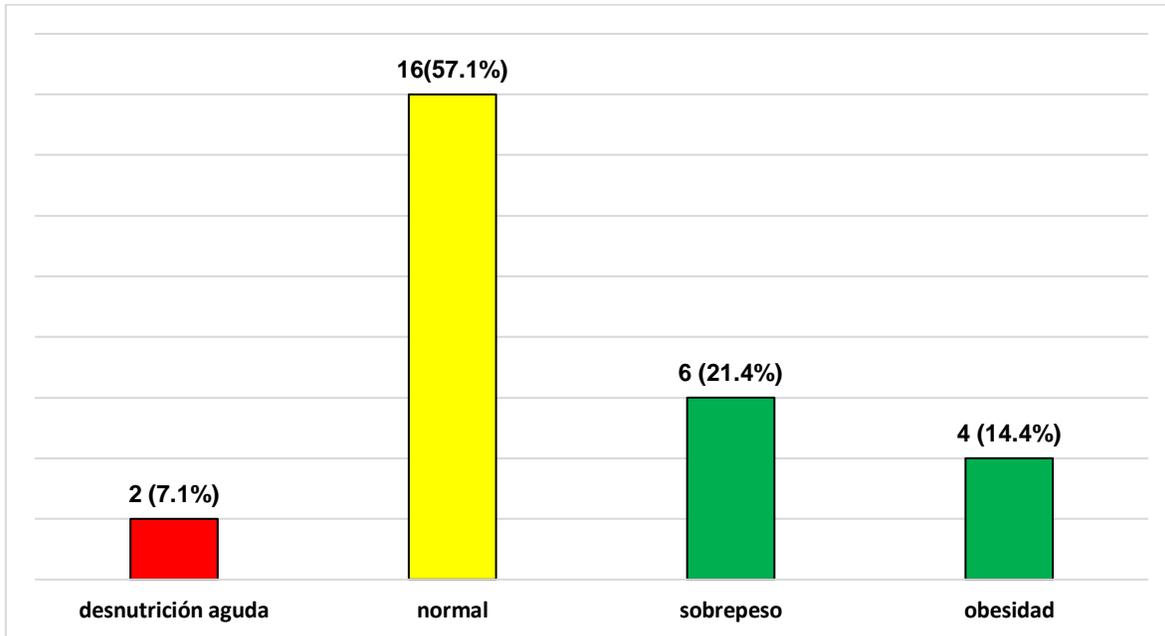


figura 3. Estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023, aula de 4 años “pollitos” (N=28)

En la figura 3, dentro del aula de 4 años, 16 alumnos que representan el 57.1% tienen un estado nutricional normal, 6 alumnos que representan el 21.4% tienen sobrepeso, 4 alumnos que representan el 14.4% tienen obesidad y 2 alumnos que representan el 7.1% tienen desnutrición aguda, no se registraron alumnos con desnutrición crónica.

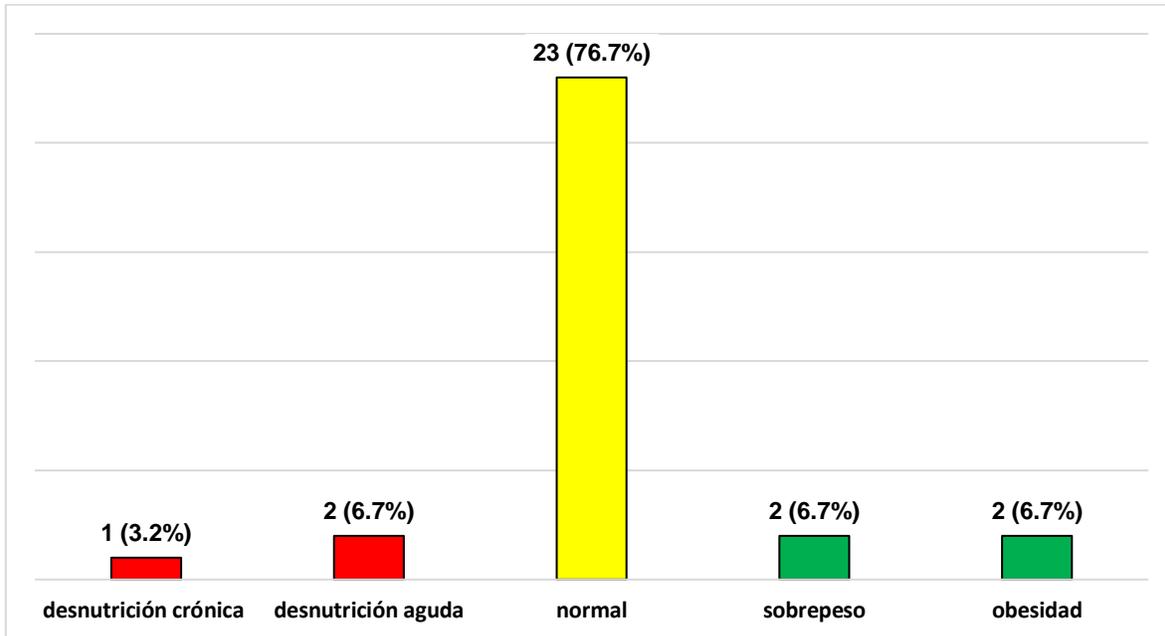


figura 4. Estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023, aula de 5 años “ardillitas” (N=30)

En la figura 4, dentro del aula de 5 años, se observa que 23 alumnos que representan el 76.7% tienen un estado nutricional normal, 2 alumnos que representan el 6.7% tienen desnutrición aguda, igual resultado tienen las categorías de sobrepeso y obesidad respectivamente, por último, 1 alumno que representa el 3.2% tiene desnutrición crónica.

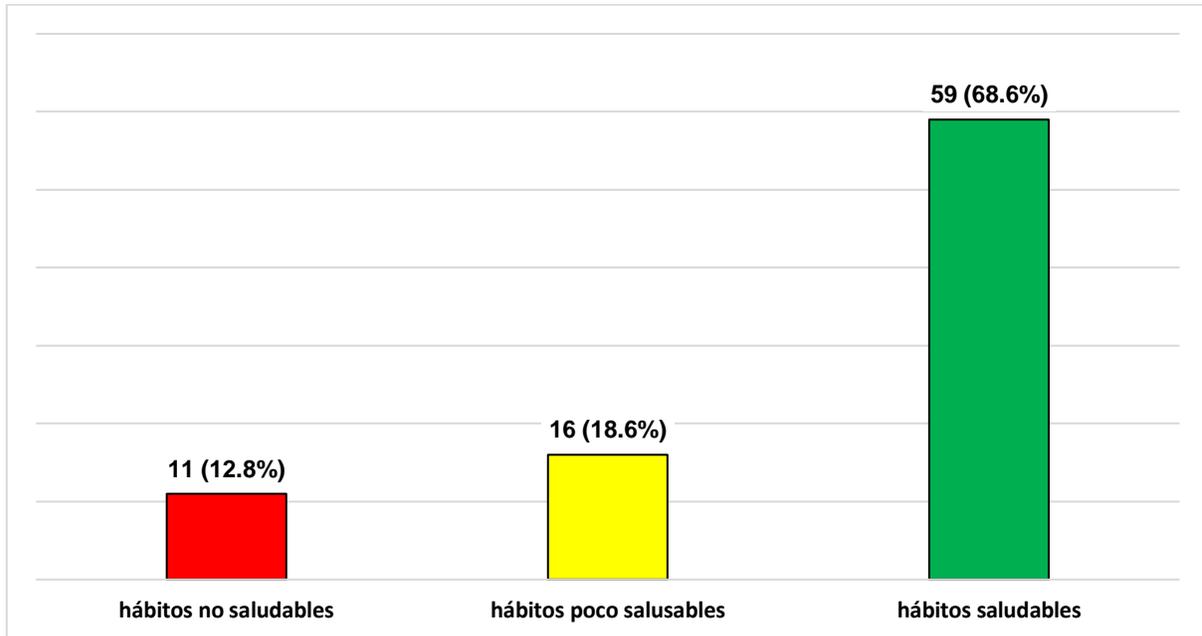


figura 5. Hábitos alimenticios de los menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86)

En la figura 5 se observa que 59 alumnos que representa el 68.6% tienen hábitos saludables, 16 alumnos que representa el 18.6% tienen hábitos poco saludables y 11 alumnos que representa el 12.8% tienen hábitos no saludables.

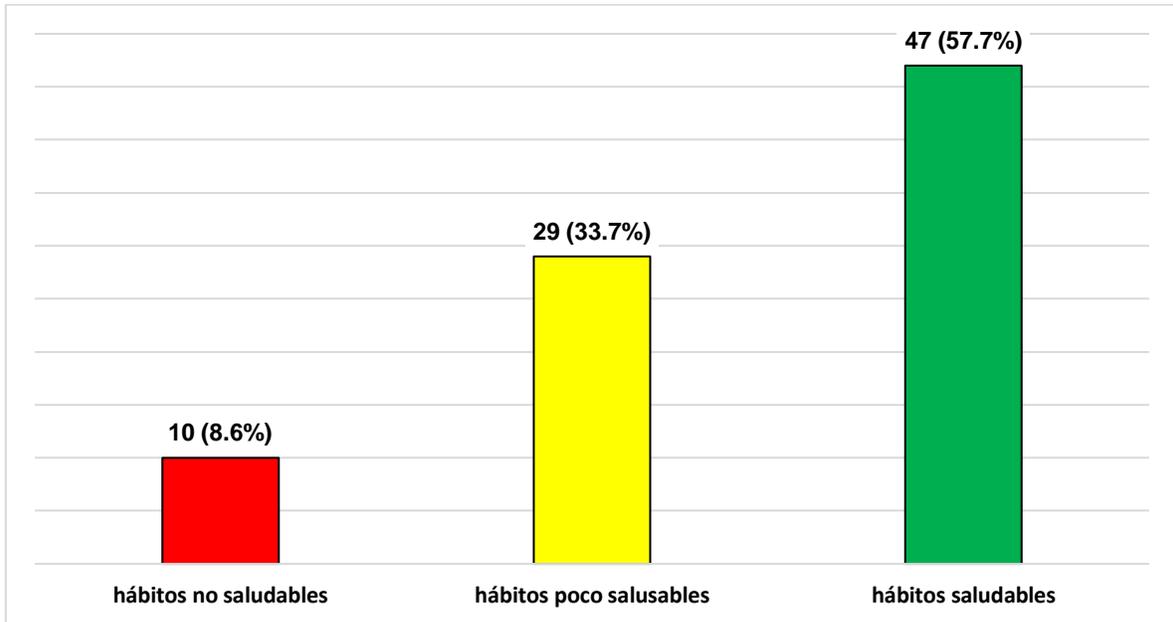


figura 6. Hábitos alimenticios en su dimensión tipos de alimentos de los menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86)

En la figura 6, en la dimensión tipos de alimentos, se observa que 47 alumnos que representa el 57.7% tienen hábitos saludables, 29 alumnos que representa el 33.7% tienen hábitos poco saludables y 10 alumnos que representa el 8.6% tienen hábitos no saludables.

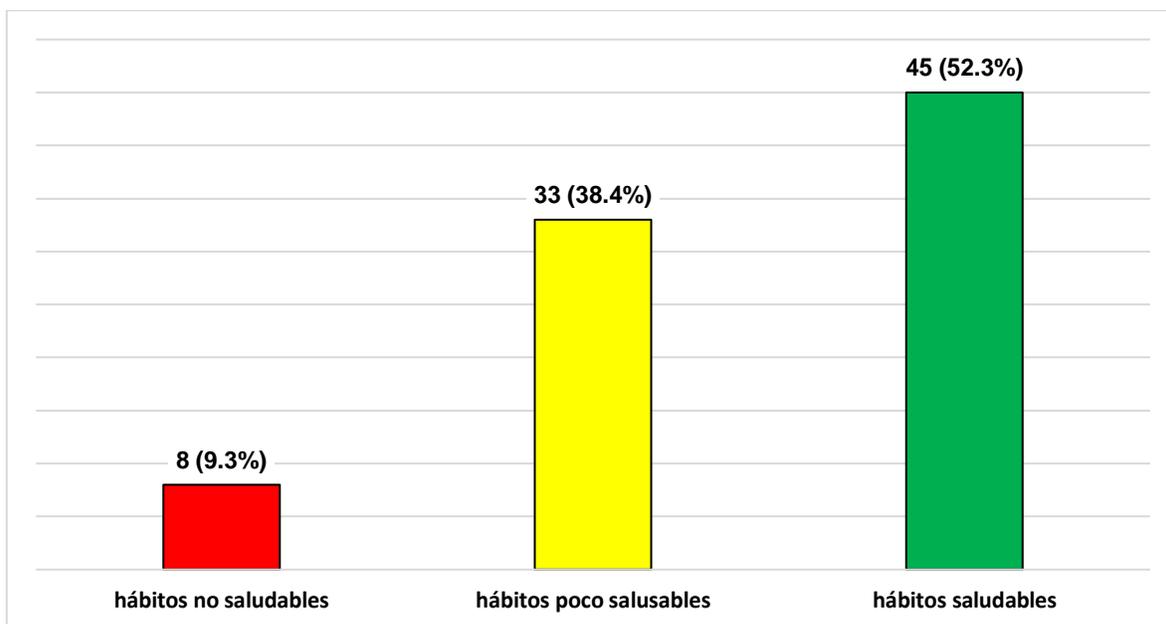


figura 7. Hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia de alimentos de los menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86)

En la figura 7, en la dimensión frecuencia de alimentos, se observa que 45 alumnos que representan el 52.3% tienen hábitos saludables, 33 alumnos que representan el 38.4% tienen hábitos poco saludables y 8 alumnos que representan el 9.3% tienen hábitos no saludables.

Tabla 3. Prueba de normalidad Kolmogórov-Smirnov

	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Hábitos alimenticios	,193	86	,000
Estado nutricional	,361	86	,000

En la tabla 3 se demuestra que el nivel de significancia de las variables de estudios es menor a 0.05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, determinándose una distribución no normal de datos por lo que se realiza pruebas no paramétricas (Spearman).

Tabla 4. Prueba de Spearman para las variables estado nutricional y hábitos alimenticios en menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023 (N=86)

			Hábitos alimenticios	Estado nutricional
Rho de Spearman	Hábitos alimenticios	Coeficiente de relación	1.000	-,001
		Sig. (bilateral)		,000
		N	86	86
	Estado nutricional	Coeficiente de relación	-,001	1.000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	86	86

En la tabla 4 se observa que, en la prueba estadística de Rho de Spearman se demuestra que no existe relación entre las variables de estudio al obtener un resultado de -,001, por lo que se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula.

IV. DISCUSIÓN

4.1. DISCUSIÓN

En la presente investigación se sugiere la relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023. Para ello se usó un cuestionario debidamente validado y usado de forma adecuada dentro de la variable hábitos alimenticios (65) y la curva de crecimiento y desarrollo para menores de cinco años usado en el carnet del niño sano usado por el Ministerio de Salud para la variable estado nutricional (27). En este apartado se confrontan los resultados obtenidos con la evidencia que se encuentra en la sección de introducción de la presente investigación.

En cuanto al objetivo principal se demostró a través de la Rho de Spearman que no existe relación entre las variables de estudio al obtener un resultado de $-.001$, por lo que se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula. Este resultado contrasta negativamente con los datos obtenidos por Villa (62), donde se demuestra una relación directa al obtener un Rho de Spearman de $.401$. Esta diferencia puede deberse a la medición de la variable hábitos alimenticios como patrón de predicción dentro de un grupo (población) ya que dentro de la presente investigación las dimensiones se enfocan en la frecuencia de alimentación y el tipo de alimentos que se consumen mientras que en el antecedente citado las dimensiones se centran en comportamientos como la preferencia y motivación alimenticia, lo que repercute en la medición correlacional (63). Esto se hace evidente al contrastar los resultados con la investigación de Morales (61), donde se evidencia que no existe relación entre las variables estudiadas al tener un patrón de comportamiento de su población de estudios dentro de la variable hábitos alimenticios con dimensiones similares a la de la presente investigación, donde se enfoca en los tiempos y calidad de los alimentos, obteniendo como resultado, -062 dentro del Rho de Spearman.

Al respecto de las variables, dentro de la variable estado nutricional se evidenció que el 76.7% tiene un estado nutricional adecuado, 6.7% padece de desnutrición aguda, sobrepeso y obesidad respectivamente, mientras que el 3.2% padece de desnutrición crónica. Todos estos tipos de malnutrición son indicadores de que los menores se encuentran en grave riesgo de retraso en un normal y crecimiento en las siguientes etapas de la vida, adaptación escolar, rendimiento académico y respuesta inmune inadecuada (70); estos resultados concuerdan con los resultados de Sotomayor (57), Qiumis (58) e Idrogo (60), donde se hallaron resultados similares teniendo a la mayoría de sus poblaciones dentro del rango adecuado dentro de los indicadores de talla/edad/peso; estas coincidencias evidencian que la mayoría de sus poblaciones se encuentran fuera de peligro de padecer posibles enfermedades derivadas de la malnutrición al cumplir con los estándares de indicadores de desarrollo establecidos en la Norma Técnica N°137-MINSA/2017/DGIESP (71). Por el contrario, los casos de malnutrición en sus diversas formas son comunicados al centro de salud más cercano para que sean atendidos de forma adecuada conforme se establece en la Norma Técnica 134-MINSA/2017/DGIESP, la cual encuadra el accionar del personal de enfermería para los casos de malnutrición (72).

Dentro de la variable hábitos alimenticios se evidencia que el 68.6% tienen hábitos saludables, 18.6% tienen hábitos pocos saludables y el 12.8% tienen hábitos no saludables. Los hábitos alimenticios son las actitudes que tienen las personas con respecto a su nutrición, en especial de los niños, donde es determinado por las costumbres familiares, sociales y hasta religiosos (73). Los resultados obtenidos son concordantes con los obtenidos por Sotomayor (57), Qiumis (58) y López (59), donde se evidencia que la mayoría de sus poblaciones de estudio tienen hábitos que se consideran adecuados o saludables; por el contrario, los resultados contrastan con los resultados de Idrogo (60) donde se evidencia que el 53% de su población de estudio tienen hábitos no saludables, fundamentándose en el consumo excesivo de carbohidratos y bebidas azucaradas; siendo este tipo de alimento uno de los principales factores para el desarrollo de morbilidades como la hipertensión arterial o la diabetes, alterando muy negativamente la calidad de vida (73).

En la variable hábitos alimenticios en su dimensión tipos de alimentos, el 57.7% tiene hábitos saludables, el 33.7% tienen hábitos poco saludables y el 8.6% tienen hábitos no saludables. Los alimentos deben tener un aporte adecuado de nutrientes para un normal desarrollo y crecimiento del menor, es por ello que el equilibrio entre el desgaste calórico y el consumo de alimentos deben ser adecuados, sobretodo en la etapa de la niñez donde los menores se encuentran en constante adaptación al medio donde se desenvuelven (74). Los resultados obtenidos son incongruentes con los resultados obtenidos por Sotomayor (57), quien en su población determinó que el 60% consume alimentos ultraprocesados como caramelos o jugos azucarados, lo que representa un peligro en dentro de la nutrición del menor ya que lo expone a padecer enfermedades parasitarias gástricas principalmente; además demostró que el 80% de los padres/madres no tienen conocimiento adecuado de los tipos de alimentos que necesitan sus menores hijos <5 años; esto representa un serio factor de riesgo en el normal desarrollo del menor ya que son los padres quienes modulan el comportamiento alimenticio del menor, llegando a crear malos hábitos como alimentación restrictiva, ejercer presión para comer, uso del alimento como control de emociones o alteraciones de los componentes alimenticios para ser de mayor agrado del menor (75). En contraste, los resultados guardan similitud con los resultados obtenidos por Villa (62), donde el 92% de su población de estudio tiene una preferencia alimentaria adecuada, es decir, existe un mayor consumo de alimentos adecuados para el menor; el autor refiere que si existe un conocimiento adecuado parental de los tipos de alimentos (pirámide alimenticia) tendrá un efecto positivo en los hábitos del menor, haciéndose una práctica intrínseca del menor el consumo de alimentos adecuados y el rechazo a alimentos inadecuados (62).

En cuanto a la variable hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia de alimentos, el 52.3% tiene hábitos saludables, el 38.4% tiene hábitos poco saludables y el 9.3% tiene hábitos no saludables. De acuerdo a las recomendaciones del Ministerio de Salud, la frecuencia de alimentación del menor es fundamental para asegurar un correcto aprovechamiento de los nutrientes que ofrecen los alimentos por lo que se debe ser en horarios fijos teniendo en cuenta el ritmo de vida de cada menor (71). Estos resultados concuerdan con los resultados

obtenidos por Villa (62), donde se demuestra que el 95% de su población de estudio tiene una frecuencia alimentaria adecuada, esto puede deberse a que los padres tienen adecuada información sobre las recomendaciones en salud sobre los tiempos de alimentación de los menores: cinco veces al día con tres comidas principales e hidratación a libre demanda mantiene al menor en óptimas condiciones de desarrollo (46). Por el contrario, los resultados obtenidos no guardan similitud con la evidencia de Qiumis (58) y López (59), donde se evidencia que la frecuencia de alimentos es menor a 5 comidas al día en un 55% con horarios muy variados a la hora de las comidas en un 87% para el primer antecedente, mientras que, en el segundo antecedente los horarios fijos de comida lo practica el 14.3% de su población de estudio; los autores coinciden que los alimentos consumidos de forma espontánea que son generalmente de poco aporte nutricional representan un riesgo que puede desencadenar sobrepeso/obesidad infantil, por otro lado, durante el consumo de alimentos es imprescindible la presencia parental como ejemplo ya que se ha demostrado la aversión a la comida si el menor realiza otras actividades como el uso de dispositivos electrónicos (59).

El rol de enfermería en esta etapa vital del menor se centra en la educación parental sobre la nutrición del menor, para asegurar un adecuado crecimiento y desarrollo, por lo que las intervenciones al respecto se centran dentro del marco de la prevención y educación en salud.

4.2. CONCLUSIONES

- No existe relación entre las variables estado nutricional y hábitos alimentarios por lo que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna (Rho de Spearman $-0,001$)
- En cuanto a la variable estado nutricional predominó el nivel adecuado seguido de sobrepeso, obesidad, desnutrición aguda y por último desnutrición crónica.
- En cuanto a la variable hábitos alimenticios, predominó el nivel saludable seguido de poco saludables y no saludable.

- En cuanto a los hábitos alimenticios en su dimensión tipos de alimentos predominó el nivel saludable seguido de poco saludable y no saludable.
- En cuanto a los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia de alimentos predominó el nivel saludable seguido de poco saludable y no saludable.

4.3. RECOMENDACIONES

- Al no existir relación entre las variables de estudio, se recomienda realizar estudios de correlación entre otras variables que puedan influir tanto en el estado nutricional como en los hábitos alimenticios de los menores los cuales puedan afectar negativamente el normal desarrollo del menor, de este modo, se pueden implementar estrategias de prevención y acción tempranas.
- A las instituciones educativas se recomienda la implementación de control de alimentos en sus instalaciones, así como de loncheras y en programas de control antropométricos de los menores.
- Se recomienda la capacitación de los profesores en temas de nutrición para una detección adecuada y coordinación con el personal o centro de salud más cercano.
- Del mismo modo, se recomienda la implementación de educación parental dentro de los programas de escuela de padres teniendo como objetivo mejorar el conocimiento sobre nutrición del menor.
- A los centros de salud y profesionales de enfermería, se les recomienda que la creación o refuerzo de estrategias de visitas programadas a las instituciones educativas para evaluación antropométrica, ya que en el caso de los menores con desnutrición crónica el centro de salud más cercano no los tenía mapeado debido al hermetismo de las madres teniendo que actuar los investigadores de oficio.
- También se recomienda hacer extensivos los programas de prevención de malnutrición en el menor abarcando localidades dentro de las visitas domiciliarias.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- (1) López T. fundamentos humanos e históricos de la nutrición clínica. Revista de Nutrición Clínica y Metabolismo [internet] 2020 [citado el 04 de octubre de 2023]; 3(2): 95-100. Disponible en: <https://revistanutricionclinicametabolismo.org/index.php/nutricionclinicametabolismo/article/view/160/339>
- (2) Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso [internet] Suiza: Organización Mundial de la Salud; 2021 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- (3) Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. La desnutrición infantil y el hambre en el mundo [internet]. Nueva York: Naciones Unidas; 2023 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.es/causas/desnutricion-infantil>
- (4) Banco Mundial. Prevalencia de Anemia en la Infancia [internet]. Washington: Banco Mundial; 2022 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: https://datos.bancomundial.org/indicador/SH.ANM.CHLD.ZS?end=2019&most_recent_year_desc=false&start=2000
- (5) Grupo de las Naciones Unidas para el Desarrollo Sostenible. Panorama regional 2020 de Asia y el Pacífico sobre la seguridad alimentaria y la nutrición: las dieta materno infantiles en el centro de la mejora de la nutrición [internet]. Nueva York: Grupo de las Naciones Unidas para el Desarrollo Sostenible; 2021 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://unsdg.un.org/es/resources/panorama-regional-2020-de-asia-y-el-pacifico-sobre-seguridad-alimentaria-y-nutricion-las>

- (6) Naciones Unidas. La obesidad infantil en Europa dibuja un panorama alarmante [internet]. Bruselas: Naciones Unidas; 2023 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2023/05/1520897>
- (7) Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Más desnutrición en Oriente Medio y Norte de África por la guerra en Ucrania [internet]. Nueva York: Naciones Unidas; 2022 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.es/noticia/mas-desnutricion-en-orient-medio-y-norte-de-africa-por-la-guerra-en-ucrania>
- (8) Naciones Unidas. Más de 10 millones de niños en África sufrirán malnutrición [internet]. Nueva York: Naciones Unidas; 2020 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2020/12/1486112>
- (9) Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. La inseguridad alimentaria y la malnutrición en África occidental y central se sitúan en su nivel más alto en 10 años a medida que la crisis se extiende a los Estados ribereños [internet]. Roma: Naciones Unidas; 2023 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.fao.org/newsroom/detail/food-insecurity-and-malnutrition-in-west-and-central-africa-at-10-year-high-as-crisis-spreads-to-coastal-countries/es>
- (10) Centros para el Control y la Prevención de enfermedades. Datos sobre la obesidad infantil [internet]. Washington: Departamento de Salud y Servicios Humanos de EEUU; 2022 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/obesity/data/childhood.html>
- (11) Trust for America's Health. Cerca del 40% de los adultos en Estados Unidos son obesos [internet]. Washington: Trust for America's Health; 2023 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.tfah.org/report-details/cerca-de-40-de-los-adultos-en-estados-unidos-son-obesos/>
- (12) Naciones Unidas. Más de 122 millones de personas se sumaron a las filas del hambre desde el 2019 [internet]. Nueva York: Naciones Unidas; 2023 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2023/07/1522662>
- (13) Banco Mundial. Prevalencia de anemia infantil [internet]. Washington: Banco

- Mundial; 2020 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://datos.bancomundial.org/indicador/SH.ANM.CHLD.ZS?end=2019&locations=ZJ&start=2000>
- (14) Oficina Regional para América Latina y El Caribe. El sobrepeso en la niñez: un llamado para la prevención en América Latina y El Caribe [internet]. Washington: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia; 2021 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/media/29006/file/Sobrepeso-en-la-ninez-reporte-2021.pdf>
- (15) Oficina Regional de la FAO para América Latina y El Caribe. Panorama 2022 [internet]. Washington: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura; 2023 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.fao.org/americas/publicaciones-audio-video/panorama-2022/es#:~:text=En%20la%20regi%C3%B3n%2C%20la%20anemia,%2C%20al%2014%2C6%25>.
- (16) Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Advierten que la falta de inversión en salud y nutrición obstaculiza el rendimiento escolar [internet]. Washington: Naciones Unidas; 2023 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/advierten-falta-inversion-salud-nutricion-obstaculiza-rendimiento-escolar-informe-data-unesco-wfp-unicef>
- (17) Instituto Nacional de Salud. Vigilancia del sistema de información del estado nutricional EESS [internet]. Lima: Ministerio de Salud; 2023 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/alimentacion-y-nutricion/vigilancia-alimentaria-y-nutricional/vigilancia-del-sistema-de-informacion-del-estado-nutricional-en-%20EESS>
- (18) Consejo Metropolitana de Lima. Situación de la prevalencia de anemia infantil [internet]. Lima: Consejo Metropolitana de Lima; 2022 [citado el 15 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.congreso.gob.pe/Docs/comisiones2021/CM-fiscalizacion-control-hambre->

- cer/files/situaci%C3%B3n de la prevalencia de anemia infantil %E2%80%93 colegio de nutricionistas de lima.pdf
- (19) EsSalud Niños. Obesidad infantil en tiempos de COVID 19 [internet]. Lima: EsSalud; 2019 [citado el 25 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://portal.essalud.gob.pe/index.php/2021/03/14/la-obesidad-infantil/>
- (20) Ministerio de Salud. Sobrepeso y obesidad en niñas y niños menores de 5 años de edad [internet]. Lima: Plataforma Digital Única del Estado Peruano; 2023 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/ins/informes-publicaciones/4274212-3-sobrepeso-y-obesidad-en-ninas-y-ninos-menores-de-5-anos-de-edad>
- (21) Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia-Perú. Análisis del panorama del sobrepeso y obesidad infantil y adolescente en el Perú [internet]. Lima: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia; 2023 [citado el 25 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/media/42516/file/Resumen-Ejecutivo-Obesidad-en-Per%C3%BA.pdf>
- (22) Dirección de las Redes Integradas de Salud Lima-Sur. Análisis de Situación de Salud: perfil socio-demográfico y de salud de la red integrada de salud Barranco-Chorrillos-Surco [internet]. Lima: Ministerio de Salud; 2022 [citado el 04 de octubre de 2023]. Disponible en: https://www.epidirisls.com/files/ugd/824dd5_c425cd3344d8410ea8f6c4821eb320ef.pdf
- (23) Organización Mundial de la Salud. Nutrición [internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2023 [citado el 25 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/health-topics/nutrition>
- (24) Orellana A. Rojas T. Mamani R. estado nutricional de estudiantes en el municipio de Colcapirhua. Revista Científica de Salud UNITEPC [internet] 2021 [citado el 25 de octubre de 2023]; 8(1): 35-44. Disponible en: <http://www.scielo.org.bo/pdf/rcsuni/v8n1/2520-9825-rcsuni-8-01-35.pdf>
- (25) Lema L. Aguirre M. Godoy D. Cordero Z. estado nutricional y estilo de vida en escolares. Una mirada desde unidades educativas públicas y privadas.

- Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica [internet] 2021 [citado el 25 de octubre de 2023]; 40(4): 344-352. Disponible en: https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_4_2021/3_estado_nutricional_estilo_de_vida.pdf
- (26) Organización Mundial de la Salud. Crecimiento infantil [internet]. Suiza: Organización Mundial de la Salud; 2023 [citado el 25 de octubre de 2023]. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/child-growth#tab=tab_1
- (27) Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Acerca del índice de masa corporal para niños y adolescentes [internet]. Nueva York: Departamento de Salud y Servicios Humanos; 2021 [citado el 25 de octubre de 2023]. Disponible en: https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/childrens_bmi/acerca_indice_masa_corporal_ninos_adolescentes.html
- (28) Maza A. Caneda B. Vivas C. hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura. Psicogente [internet] 2022 [citado el 25 de octubre de 2023]; 25(47): 1-31. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v25n47/0124-0137-psico-25-47-110.pdf>
- (29) Latham M. Nutrición Humana en el Mundo en Desarrollo. Roma: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación; 2002.
- (30) Reyes N. Oyola C. Conocimientos sobre Alimentación Saludable en Estudiantes de una Universidad Pública. Rev. Chil. Nutr. [internet] 2020 [citado el 25 de octubre de 2023]; 47(1): 67-72. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v47n1/0717-7518-rchnut-47-01-0067.pdf>
- (31) Díaz A. Leitas S. Caracterización de Hábitos Alimentarios y Estado Nutricional de Preescolares. Revista Cubana de Enfermería [internet] 2019 [citado el 25 de octubre de 2023]; 35(2): 1-16. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/enf/v35n2/1561-2961-enf-35-02-e1973.pdf>
- (32) Abadeano S. Mosquera G. Coello V. Coello V. alimentación saludable en preescolares: un tema de interés para la salud pública. Revista Eugenio Espejo [internet] 2019 [citado el 25 de octubre de 2023]; 13(1): 71-83. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/journal/5728/572860987008/572860987008.pdf>

- (33) Ortiz R. Ortiz M. Escobedo E. Neyra R. Jaimes V. análisis del modelo multicausal sobre el nivel de anemia en niños de 6 a 35 meses en Perú. *Enfermería Global* [internet] 2021 [citado el 25 octubre de 2023]; 64: 426-440. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v20n64/1695-6141-eg-20-64-426.pdf>
- (34) Kaufer H. Pérez H. la obesidad: aspectos fisiopatológicos y clínicos. *Interdisciplina* [internet] 2022 [citado el 15 de octubre de 2023]; 10(26): 147-175. Disponible en: <https://www.revistas.unam.mx/index.php/inter/article/view/80973>
- (35) Pajuelo R. Torres A. Agüero Z. Bernui L. el sobrepeso, la obesidad y la obesidad abdominal en la población adulta en Perú. *An. Fac. Med.* [internet] 2019 [citado el 25 de octubre de 2023]; 80(1): 21-27. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v80n1/a04v80n1.pdf>
- (36) García C. et al. Contribución de los alimentos a la ingesta total de energía en la dieta de los mexicanos mayores de cinco años. *Salud Pública de México* [internet] 2020 [citado el 25 de octubre de 2023]; 62(2): 166-180. Disponible en: <https://www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/10636/11841>
- (37) Samaniego V. et al. carbohidratos, almidón, azúcar total, consumo de fibra y fuentes de alimentos en niños españoles de 1 a <10 años: resultados del estudio EsNuPI. *Nutrientes* [internet] 2020 [citado el 25 de octubre de 2023]; 12(10): 1-24. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2072-6643/12/10/3171>
- (38) Cerdán E. Romero M. conocimientos y consumo de bebidas azucaradas en estudiantes de nivel secundario de un establecimiento educativo de Argentina. *Rev. Esp. Nutr. Comunitaria* [internet] 2020 [citado el 28 de octubre de 2023]; 26(3): 1-12. Disponible en: [https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2020_3_01._-RENC-D-20-0012\(1\).pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2020_3_01._-RENC-D-20-0012(1).pdf)
- (39) Marti A. Calvo C. Martínez A. consumo de alimentos ultraprocesados y obesidad: una revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria* [internet] 2021

- [citado el 28 de octubre de 2023]; 38(1): 177-185. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v38n1/0212-1611-nh-38-1-177.pdf>.
- (40) Departamento de Enfermedades no Transmisibles y Salud Mental. Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efectos sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas. Washington: Organización Panamericana de la Salud-Organización Mundial de la Salud; 2015.
- (41) Departamento de Nutrición. Sesión educativa a los brigadieres de nutrición [internet]. Lima: Municipalidad Distrital de Miraflores; 2022 [citado el 25 de octubre de 2023]. Disponible en: https://www.miraflores.gob.pe/Gestorw3b/files/pdf/6514-5752-sec_sesion1.pdf
- (42) Echenique Y. Espinoza B. niveles de hemoglobina y su relación con la ingesta de proteínas de alto valor biológico y hierro en gestantes. Duazary [internet] 2020 [citado el 25 de octubre de 2023]; 17(3): 43-53. Disponible en: <https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/3321/2648>
- (43) Novo Nordisk. Grupos de alimentos [internet]. España : Asociación Española de Fundaciones; 2020 [citado el 28 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.fundaciondiabetes.org/infantil/200/grupos-de-alimentos>
- (44) Facultad de Ciencias, Nutrición y Dietética. Guía de alimentación y salud [internet]. Madrid: Universidad Pública de Madrid; 2023 [citado el 28 de octubre de 2023]. Disponible en: https://www2.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-l/guia/guia_nutricion/compo_vitaminas.htm
- (45) Ferreres G. Pueyo A. Alonso O. Revisión y actualización de la importancia de los micronutrientes en la edad pediátrica, visión holística. Nutrición Hospitalaria [internet] 2022 [citado el 28 de octubre de 2023]; 39(3): 21-25. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v39nspe3/0212-1611-nh-39-nspe3-21.pdf>
- (46) Gonzáles C. Nena E. alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. Pediatría Integral [internet] 2020 [citado el 28 de octubre de

- 2023]; 24(2): 98-107. Disponible en: https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2020/xxiv02/04/n2-098-107_OlgaGlez.pdf
- (47) Gonzáles C. Expósito M. alimentación del niño preescolar, escolar y adolescente. *Pediatría Integral* [internet] 2020 [citado el 28 de octubre de 2023]; 24(2): 98-107. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2020-03/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente-2/>
- (48) Instituto Nacional de Salud. Guías Alimentarias para la Población Peruana [internet]. Lima: Ministerio de Salud; 2019 [citado el 05 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4832.pdf>
- (49) Dueñas M. Iriondo D. Castillo B. efecto de los compuestos fenólicos en el metabolismo de los carbohidratos. *Rev. Esp. Nutr. Comunitaria* [internet] 2018 [citado el 10 de noviembre de 2023]; 24(1): 1-12. Disponible en: [https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2018_1_5_MD_del_Castillo_Compuestos_fenolicos\(1\).pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2018_1_5_MD_del_Castillo_Compuestos_fenolicos(1).pdf)
- (50) Luengo P. tratamiento dietético-nutricional de la fenilcetonuria. *Nutrición Clínica en Medicina* [internet] 2022 [citado el 10 de noviembre de 2023]; 16(2): 94-104. Disponible en: <https://nutricionclinicaenmedicina.com/wp-content/uploads/2022/10/5111.pdf>
- (51) Hernández S. et al. La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención. *Archivos de Medicina* [internet] 2020 [citado el 12 de noviembre de 2023]; 20(2): 490-504. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/2738/273863770021/html/>
- (52) Vizoso L. la educación para la salud como recurso para afrontar la COVID 19. *Contextos Educ.* [internet] 2021 [citado el 12 de noviembre de 2023]; 28: 291-305. Disponible en: <https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/4830/3892>
- (53) Villa V. educación para la salud y justicia social basada en el enfoque de las capacidades: una oportunidad para el desarrollo de la salud pública. *Ciencia & Saúde Coletiva* [internet] 2020 [citado el 12 de noviembre de 2023]; 25(4):

1539-1546. Disponible en: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2020.v25n4/1539-1546/es>

- (54) Jara B. intervención educativa en el conocimiento del sobrepeso en padres con niños de 5 a 10 años en I.E. “Franco Peruano” Puente Piedra-2022 [tesis para licenciatura en enfermería]. Lima: Universidad San Juan Bautista; 2023 [internet]. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/4646/T-TPLE-JARA%20BLAS%20HAIDY%20ESBRIT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- (55) Núñez M. conocimiento y cumplimiento de las medidas de bioseguridad del personal de la salud para atención en paciente Covid 19 [tesis para Maestra en Gestión de los Servicios de Salud]. Lima: Universidad César Vallejo; 2020 [internet]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/53955/N%C3%BA%C3%B1ez_MMR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- (56) Coro T. Remache A. enfermería en la promoción de salud en el segundo nivel de atención [tesis para Licenciatura en Enfermería]. Ecuador: Universidad de Chimborazo; 2020 [internet]. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/6752/1/Enfermer%C3%ADa%20en%20la%20promocion%20de%20la%20salud%20en%20el%20segundo%20nivel%20de%20atenci%C3%B3n.%20%20CORO-REMACHE-ENF.pdf>
- (57) Sotomayor M. hábitos alimentarios y su relación con el estado nutricional de los preescolares de la Unidad Educativa Daría C Guevara ubicada en la parroquia El Salto Cantón Babahoyo mayo-septiembre 2019 [tesis para licenciatura en enfermería]. Ecuador: Universidad Técnica de Babahoyo; 2019 [internet]. Disponible en: <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/6648/P-UTB-FCS-ENF-000190.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- (58) Quimis V. estado nutricional y hábitos alimentarios en niños menores de 3 años [tesis para licenciatura en enfermería]. Ecuador: Universidad Estatal del Sur de Manabí; 2020 [internet]. Disponible en:

<https://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/2177/1/JENNIFER%20%20SELENA%20QUIMIS%20DELVALLE.pdf>

- (59) López T. hábitos alimentarios y estado nutricional en niños/as menores de cinco años, del Centro de Desarrollo Integral (CDI) “Sara Espíndola de Burbano”, Tulcán, 2018 [tesis para carrera de nutrición y salud comunitaria]. Tulcán-Ecuador: Universidad Técnica del Norte; 2019 [internet]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/9465/2/06%20NUT%20315%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
- (60) Idrogo B. Hábitos alimentarios y estado nutricional en preescolares. Iglesia del Nazareno Cuyumalca-Chota, 2021 [tesis para licenciatura en enfermería]. Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca; 2022 [internet]. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/4700/TESIS%20FINAL%20GILMER%20EMPASTAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- (61) Morales Y. hábitos alimentarios y estado nutricional en niños de 2 a 5 años del Puesto de Salud Yuracchuasi, Parinacochas-Ayacucho, 2022 [tesis para licenciatura en enfermería]. Ayacucho: Universidad César Vallejo; 2023 [internet]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/114226/Morales_YND-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- (62) Villa A. Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Puesto de Salud Condorillo Alto, Chíncha 2020 [tesis para licenciatura en enfermería]. Ica: Universidad Autónoma de Ica; 2020 [internet]. Disponible en: http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1071/1/VA_NESA%20CORAZON%20VILLA%20ANAMPA%20%28TESIS%29.pdf
- (63) Hernández S. Mendoza T. metodología de la investigación las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Ciudad de México: Mc Graw Hill Education. 6ta. edición; 2018.
- (64) Osada J. Salvador C. estudios “descriptivos correlacionales”: ¿término correcto?. Rev. Med. Chile [internet] 2021 [citado el 15 de noviembre de 2023];

- 149: 1382-1384. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/rmc/v149n9/0717-6163-rmc-149-09-1383.pdf>
- (65) Romero C. hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial, N° 049 “Mis Primeros Pasos”, Andrés Araujo Morán, Tumbes 2020 [tesis para licenciatura en nutrición y dietética]. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes; 2020 [internet]. Disponible en: <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2192/TESIS%20-%20ROMERO%20CAMPAC3%91A.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- (66) Aldana B. Tovar R. Vargas Y. Joya R. formación bioética en enfermería desde la perspectiva de los docentes. Revista Latinoamericana de Bioética [internet] 2020 [citado el 16 de abril de 2023]; 20(2): 121-141. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlb/v20n2/2462-859X-rlb-20-02-121.pdf>
- (67) Ontano M. Mejía A. Avilés M. principios bioéticos y su aplicación en las investigaciones médico-científicas. Ciencia Ecuador [internet] 2021 [citado el 16 de abril de 2023]; 3(3): 9-16. Disponible en: <http://www.cienciaecuador.com.ec/index.php/ojs/article/view/27/90>
- (68) Cruz J. Solis B. conocimiento y aplicación de los principios bioéticos en los enfermeros del Hospital Víctor Ramos Guardia-Huaraz, 2022 [tesis para licenciatura en enfermería]. Trujillo: Universidad César Vallejo; 2022 [internet]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/107256/Cruz_J_YD-Solis_BKN-SD.pdf?sequence=1
- (69) Borges G. García A. Leyva C. Corcho M. conocimientos sobre la aplicación de los principios de la bioética en licenciados de enfermería. EDUMECENTRO [internet] 2021 [citado el 15 de noviembre de 2023]; 13(3): 237-252. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v13n3/2077-2874-edu-13-03-237.pdf>
- (70) Organización Mundial de la Salud. Malnutrición [internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2023 [citado el 15 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/malnutrition>

- (71) Ministerio de Salud. Norma Técnica 137-MINSA/2017/DGIESP Norma Técnica de salud para el control del crecimiento y desarrollo de la niña y el niño menor de cinco años. Lima: Ministerio de Salud, 2017.
- (72) Ministerio de Salud. Norma Técnica 134-MINSA/2017/DGIESP manejo terapéutico y preventivo de la anemia en niños, adolescentes, mujeres gestantes y puérperas. Lima: Ministerio de Salud, 2017
- (73) Plaza T. Martínez S. Navarro S. hábitos alimenticios, estilos de vida y riesgos para la salud. Estudio en una población militar. Sanid. Mil. [internet] 2022 [citado el 15 de enero de 2024]; 78(2): 74-81. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/sm/v78n2/1887-8571-sm-78-02-74.pdf>
- (74) Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes. Recomendaciones para una alimentación adecuada en niñas, niños y adolescentes [internet]. Ciudad de México: Gobierno de México; 2021 [citado el 16 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.mx/sipinna/articulos/recomendaciones-para-una-alimentacion-adecuada-en-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>
- (75) Nazar G. et al. Actitudes y prácticas parentales de alimentación infantil: una revisión de la literatura. Rev. Chil. Nutr. [internet] 2020 [citado el 16 de enero de 2024]; 47(4): 669-676. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v47n4/0717-7518-rchnut-47-04-0669.pdf>

ANEXOS

Anexo A. operacionalización de la variable

Variable	Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	ítems	Valor final	Criterios para asignar valores
Hábitos alimenticios	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa Escala de medición: Ordinal	son actitudes o comportamientos cíclicos sobre la calidad, cantidad y frecuencia de la alimentación lo que motiva a las personas a consumir determinados tipos de alimentos (dieta diaria), las cuales se encuentran influenciados por aspectos sociales y culturales de cada region (28).	son actitudes o comportamientos de los menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua que son cíclicos sobre la calidad, cantidad y frecuencia de la alimentación lo que motiva a las personas a consumir determinados tipos de alimentos (dieta diaria), las cuales se encuentran influenciados por aspectos sociales y culturales de cada region; la cual será medida por un cuestionario debidamente validado.	Tipos de alimentos	carnes y pescados	1 al 7	Hábitos saludables: 21 puntos	Hábitos saludables: 33-48 puntos Hábitos poco saludables: 17-32 puntos Hábitos no saludables: 1-16 puntos
					Cereales		Hábitos poco saludables: 14 puntos	
					aceites.		Hábitos no saludables: 7 puntos	
					Frutas y verduras		Hábitos saludables: 27 puntos	
				Frecuencia de alimentos	Numero de raciones al día	8 al 16	Hábitos poco saludables: 18 puntos	
					Numero de raciones a la semana		Hábitos no saludables: 9 puntos	
Cantidad al día								

Variable	Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Criterios para asignar valores
Estado nutricional	<p>Tipo de variable según su naturaleza:</p> <p>Cualitativa</p> <p>de</p> <p>Escala medición: nominal</p>	<p>se denomina estado nutricional a la equivalencia entre las necesidades nutricionales y los aportes alimenticios que tiene la persona para satisfacer estas necesidades lo cual se refleja a través de una condición física/mental adecuadas para un normal desenvolvimiento y desarrollo del menor elevando la calidad de vida (24).</p>	<p>se denomina estado nutricional a la equivalencia entre las necesidades nutricionales y los aportes alimenticios que tienen los preescolares de la Institución Educativa Inicial Mateo Pumacahua, para satisfacer estas necesidades, lo cual se refleja a través del peso/talla, peso/edad y talla/edad adecuadas para un normal desenvolvimiento y desarrollo del menor elevando la calidad de vida.</p>	Peso/talla	Peso, edad, talla, sexo.	Z >+ 3 Desviación Estándar Obesidad
						Z >+ 2 D.S Sobrepeso
						Z +2 a -2 Desviación Estándar Normal
						Z < -2 a -3 Desviación Estándar Desnutrición aguda
				Peso/edad	Peso, edad, talla, sexo.	Z < -3 Desviación Estándar Desnutrición severa
						Z >+2 Desviación Estándar Sobrepeso
						Z +2 a -2 Desviación Estándar Normal
						Z < -2 a -3 Desviación Estándar Bajo peso
				Talla/edad	Peso, edad, talla, sexo.	Z >+2 Desviación Estándar Talla alta
						Z +2 a -2 D Normal
						Z < -2 a -3 Desviación Estándar Talla baja o desnutrición crónica
						Z < -3 Desviación Estándar Talla baja severa

Anexo B. instrumento de recolección de datos: variable hábitos alimentarios

CUESTIONARIO SOBRE HABITOS ALIMENTARIOS

Buenos días, somos estudiantes de la Universidad María Auxiliadora, estamos realizando un estudio, cuyo objetivo es determinar las relaciones entre hábitos alimenticios y estado nutricional en menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023. Pido su colaboración para que nos facilite ciertos datos que nos permitirán llegar al objetivo de estudio ya mencionado.

Aspectos Sociodemográficos

Edad: ____ años

Estado civil: () Soltero(a) () Conviviente () Casado(a) () Separado(a)
() Divorciado(a) () Viudo(a) () Otros

Nivel de instrucción: () Sin instrucción () Inicial () Primaria completa
() Primaria Incompleta () Secundaria completa () Secundaria Incompleta () Superior completo () Superior Incompleto

Ocupación: () Trabajador estable () Eventual () independiente () ama de casa

II.- CUESTIONARIO

Instrucciones:

A continuación, aparecen frases que describen preguntas sobre hábitos alimenticios, se ruega que las lea muy atentamente y responda marcando la opción que más la identifica. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Tipos de alimentos

1. ¿Qué tipo de carnes consume su niño habitualmente en el almuerzo?
 - a) Res, cerdo, chivo, vísceras
 - b) Pollo, pavo, pato, vísceras
 - c) Pescado

2. ¿Qué bebidas consume habitualmente su niño en el desayuno?
 - a) Infusiones, té, café
 - b) Leche
 - c) Quinoa, avena, kiwicha

3. ¿Qué consume su niño en el desayuno?
 - a) Pan solo o galletas
 - b) Pan con pollo, huevo, queso
 - c) Pan con jamón, mortadela, mantequilla, mermelada

4. ¿Qué tipos de cereales consume habitualmente su niño en el almuerzo?
 - a) Arroz, trigo o quinoa
 - b) sémola
 - c) Fideos y otras pastas

5. ¿Su niño consume habitualmente margarina, mantequilla y embutidos?
 - a) Sí
 - b) No
 - c) A veces

6. ¿Su niño consume verduras en el almuerzo?
 - a) Sí
 - b) No
 - c) A veces

7. ¿Qué tipo de alimentos ingiere su niño a media mañana y media tarde?
 - a) Sándwich
 - b) Frutas o mazamorras
 - c) Galletas, postres, refrescos procesados o gaseosas

Frecuencia de alimentos

8. ¿Cuántas comidas al día consume su niño?
 - a) 1 a 2 veces al día
 - b) 3 veces al día
 - c) 4- 5 veces al día

9. ¿Durante la semana cuántas veces al día su niño consume verduras?
 - a) 1 a 3 veces
 - b) 4 a 6 veces
 - c) 7 a más veces

10. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume tubérculos (¿papa, camote, yuca, olluco)?
- a) 1 vez
 - b) 2 veces
 - c) 3 a más veces
11. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume pescado?
- a) ninguna
 - b) 1 a 2 veces
 - c) 3 a más veces
12. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño come carnes (pollo, res, pavo, vísceras)?
- a) 1 a 2 veces
 - b) 3 a 4 veces
 - c) 5 o más veces
13. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume menestras (frejoles, lentejas, arvejas, garbanzos, habas)?
- a) Nunca
 - b) 1 o 2 veces
 - c) 3 veces
14. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume leche y derivados (yogurt, queso)?
- a) Nunca
 - b) 1 a 2 veces
 - c) 3 a más veces
15. ¿Cuántas unidades de frutas consume su niño durante el día?
- a) 1 unidad
 - b) 2 unidades
 - c) 3 unidades
16. ¿Cuántos vasos de agua consume su niño durante el día?
- a) Ninguno
 - b) 1 a 3 vasos por día
 - c) 4 a 6 vasos por día

¡Gracias por tu participación!

Anexo C. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA

A usted se le está conminando a ser participe en este estudio de investigación en salud. Antes de elegir si participa o no, debe tener conocimiento y entendimiento de la información brindada a continuación:

Título del proyecto: HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN MENORES DE 5 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MATEO PUMACAHUA, SURCO-2023

Nombre de los investigadores principales: Jessica Paniura Chalco, Eliseo Ángeles Coronado

Propósito del estudio: determinar las determinar la relacion entre hábitos alimenticios y estado nutricional en menores de 5 años de la Institución Educativa Mateo Pumacahua, Surco-2023

Beneficios por participar: Tiene la probabilidad de tener acceso a los resultados de la investigación por vía más adecuada (de manera individual o grupal) que le pueda servir de utilidad en su actividad profesional.

Inconvenientes y riesgos: el presente estudio no presenta inconvenientes o riesgos; solo se le pedirá responder un cuestionario.

Costo por participar: ninguno.

Confidencialidad: Los datos que usted brinde estará debidamente guardados, solo los investigadores tendrán acceso. Fuera de los datos confidenciales, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

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

Consultas posteriores: Si usted tuviese cualquier tipo de duda durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a la investigadora en cuestión (teléfono móvil N° 927768715) o al correo electrónico: nursex100pre@gmail.com

Contacto con el Comité de Ética: Si usted tuviese preguntas sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse al _____, Presidente del Comité de Ética de la _____, ubicada en la _____, correo electrónico: _____

Participación voluntaria:

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

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

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

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

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

.....
Firma del participante

Anexo D. resolución o dictamen del comité de ética

Anexo E. validez del instrumento

JUICIO DE EXPERTOS SOBRE EL CUESTIONARIO QUE SERÁ APLICADO A LOS ELEMENTOS DE LA MUESTRA

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (sesgo)		Lenguaje adecuado con el nivel del participante		Mide lo que pretende		Observaciones (por favor indique si debe incluirse o eliminarse algún ítem)
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
1	✓		✓				✓		✓		
2	✓		✓				✓		✓		
3	✓		✓				✓		✓		
4	✓		✓				✓		✓		
5	✓		✓				✓		✓		
6	✓		✓				✓		✓		
7	✓		✓				✓		✓		
8	✓		✓				✓		✓		
9	✓		✓				✓		✓		
10	✓		✓				✓		✓		
11	✓		✓				✓		✓		
12	✓		✓				✓		✓		
13	✓		✓				✓		✓		
14	✓		✓				✓		✓		
15	✓		✓				✓		✓		
16	✓		✓				✓		✓		

Muchas gracias por su apoyo

Nombres y apellidos: Miguel Francisco Baruelo Gallego DNI: 44081631

Grado académico: licenciado Fecha: 24/10/19

Firma y sello del experto:

Miguel F. Baruelo Gallegos
Lic. Bromatología y Nutrición
CNP: 5458

Anexo F. confiabilidad del instrumento

Resumen de procesamiento de casos

	N	%
Casos Válido	9	100,0
Excluido ^a	0	,0
Total	9	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

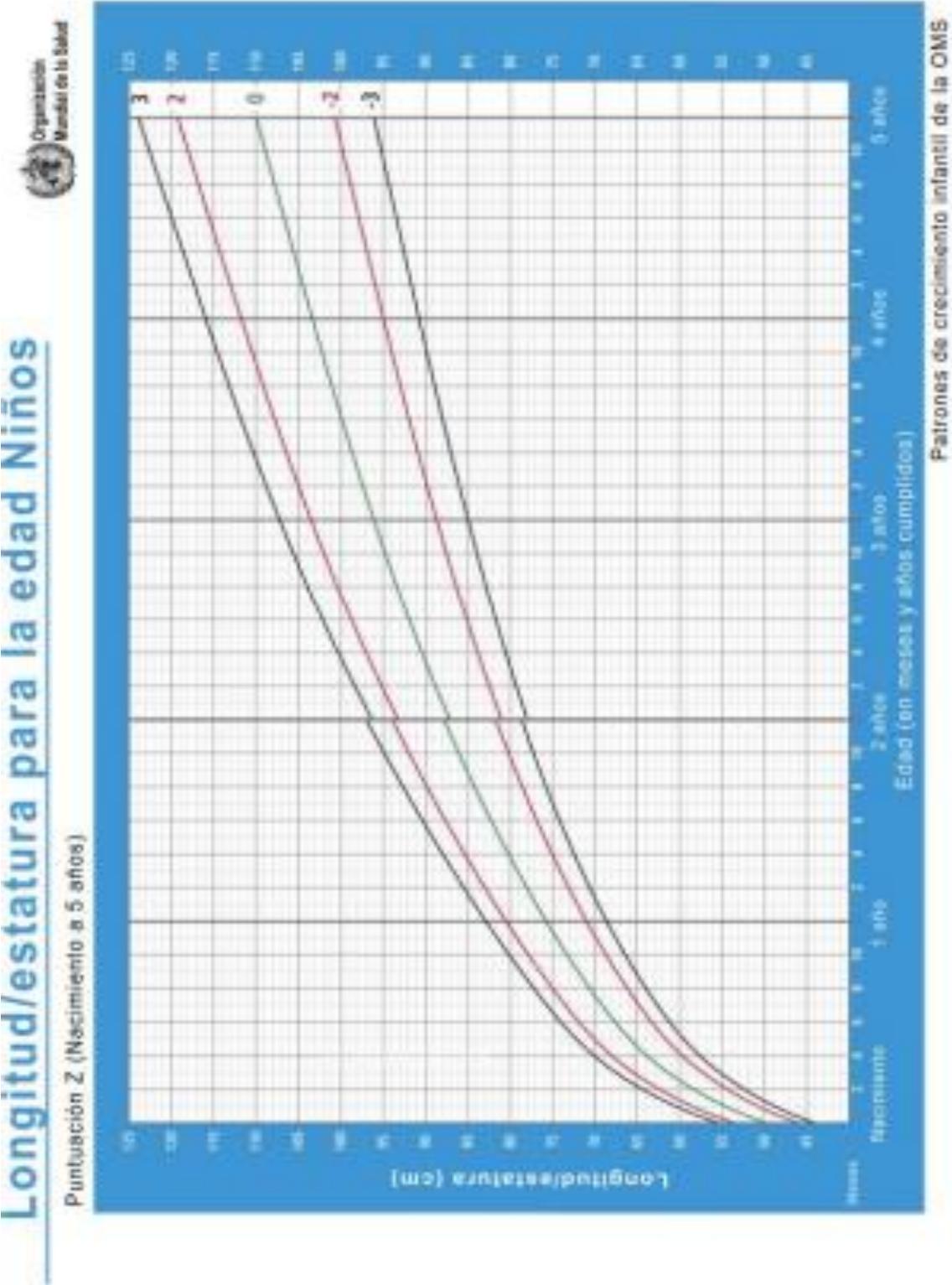
Alfa de Cronbach	N de elementos
,917	16

Anexo G. evidencia de campo



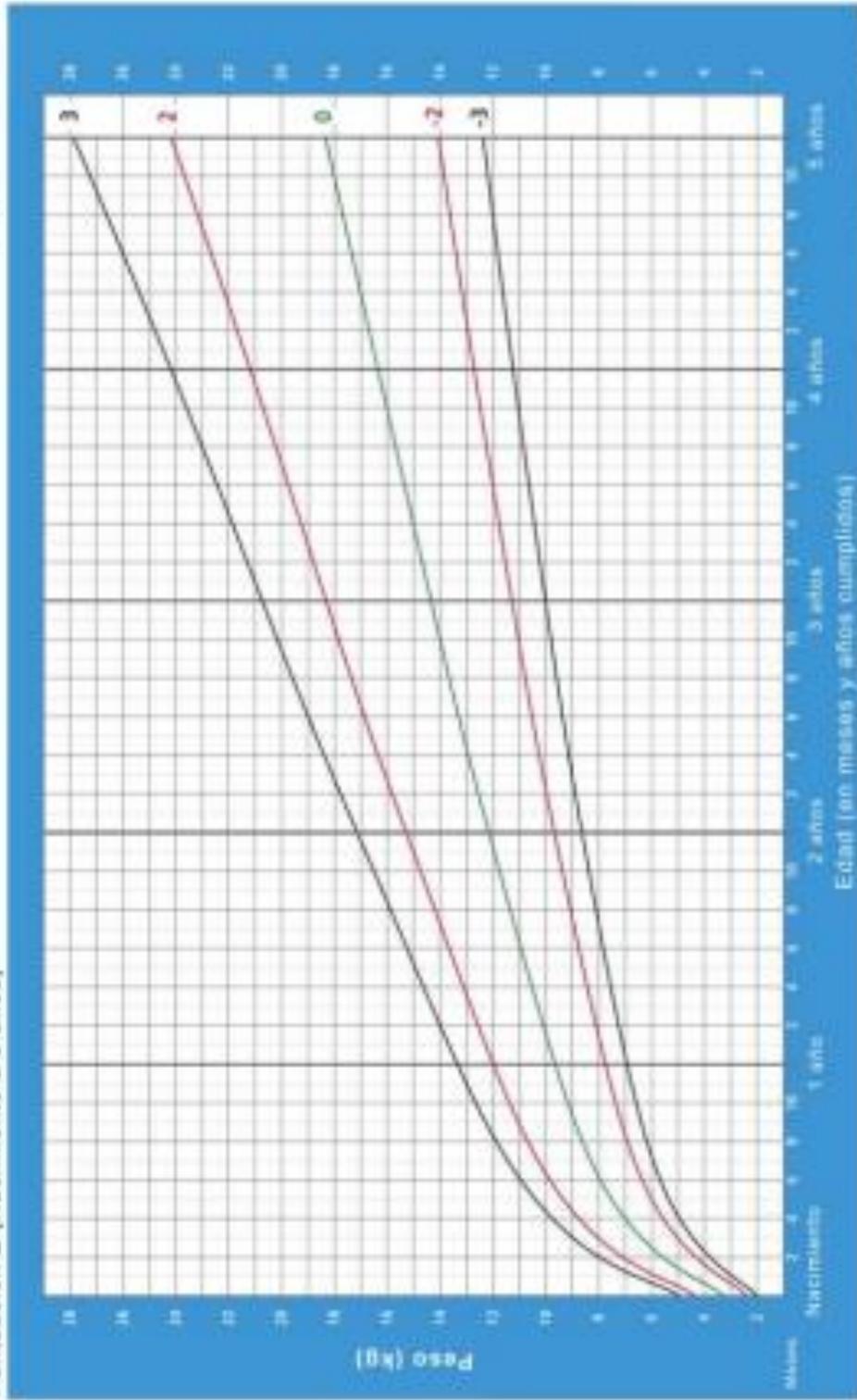


Anexo H. curvas de crecimiento infantil de la Organización Mundial de la Salud para niños menores de 5 años



Peso para la edad Niños

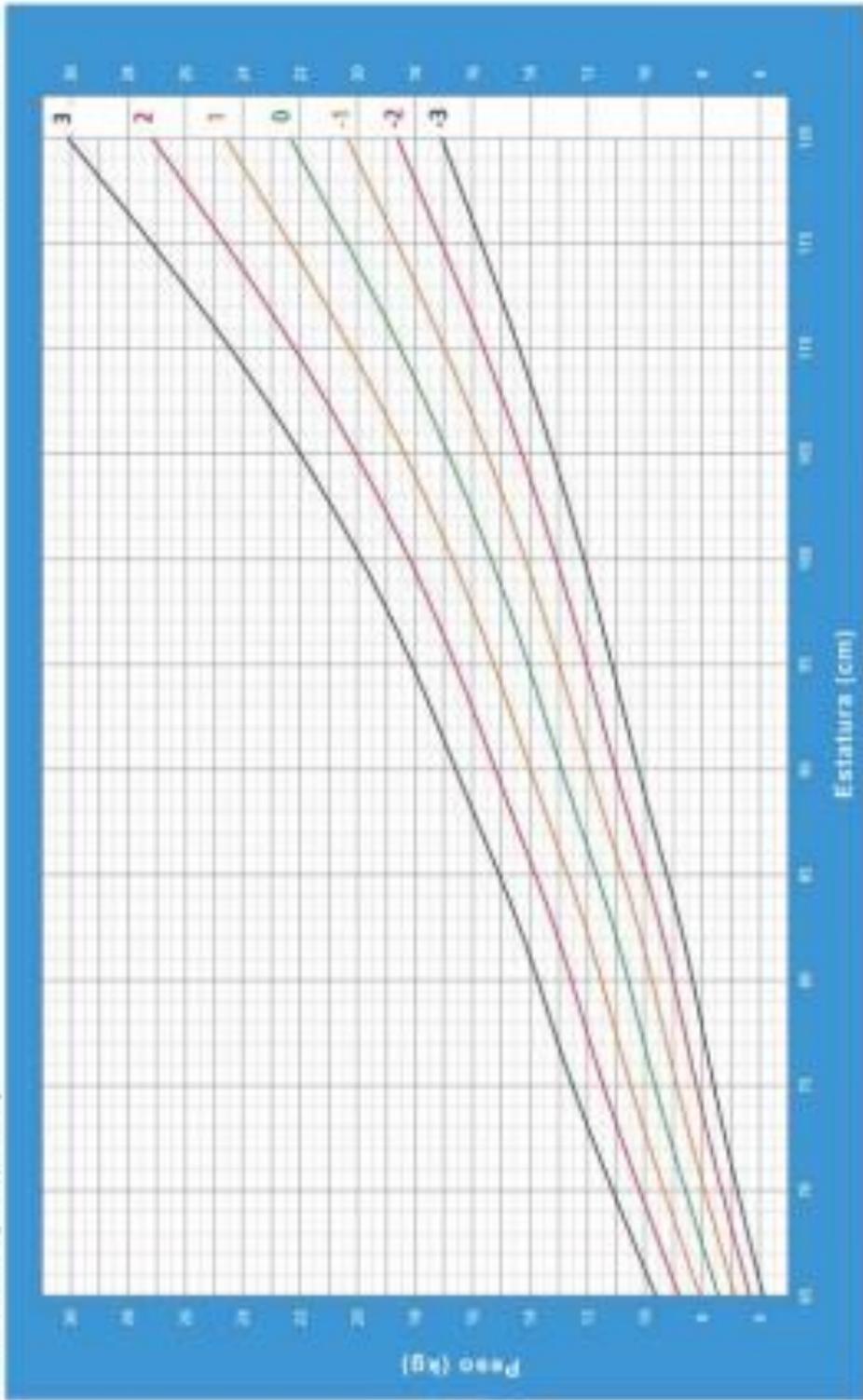
Puntuación Z (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Peso para la estatura Niños

Puntuación Z (2 a 5 años)

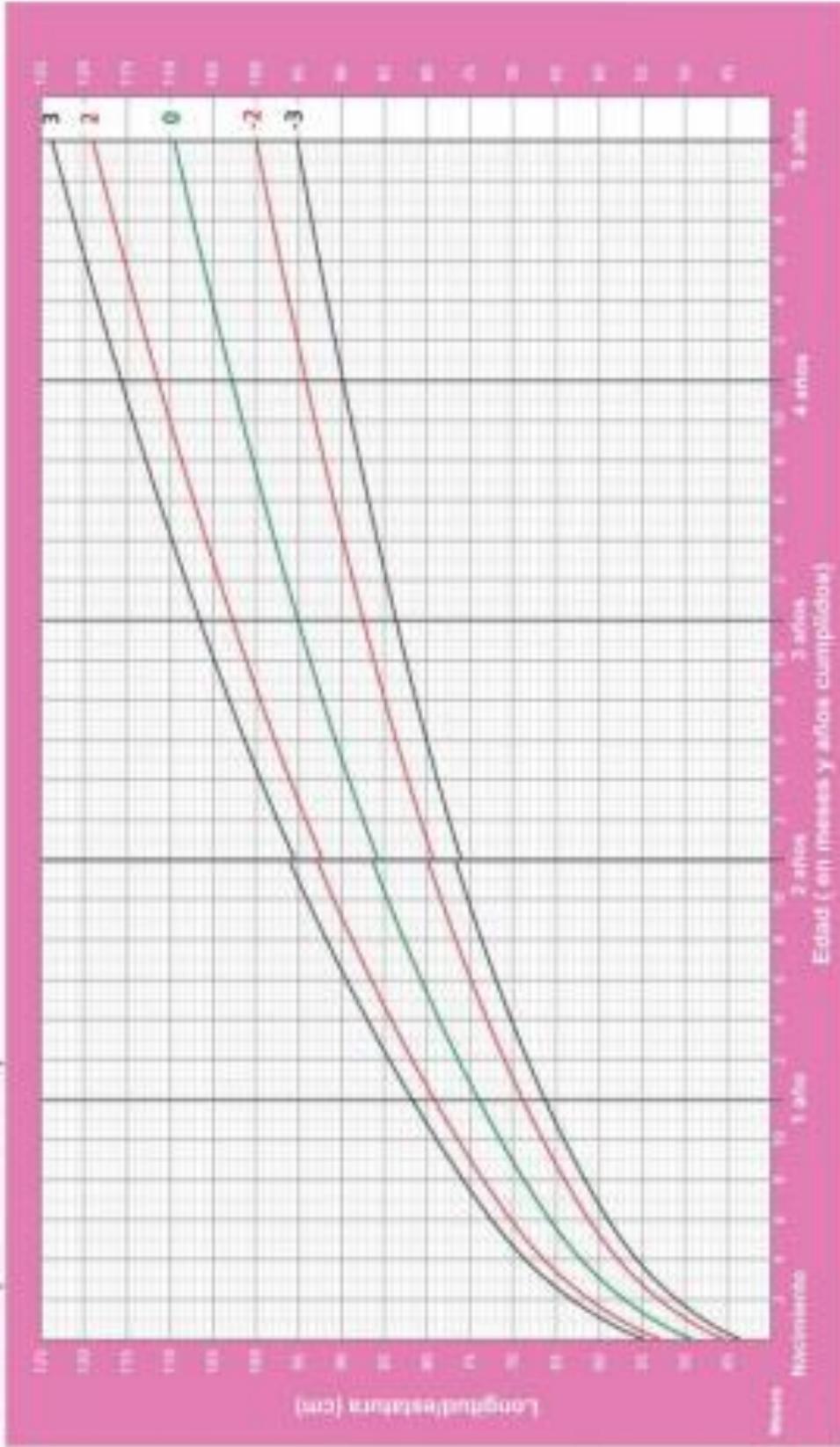


Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Longitud/estatura para la edad Niñas



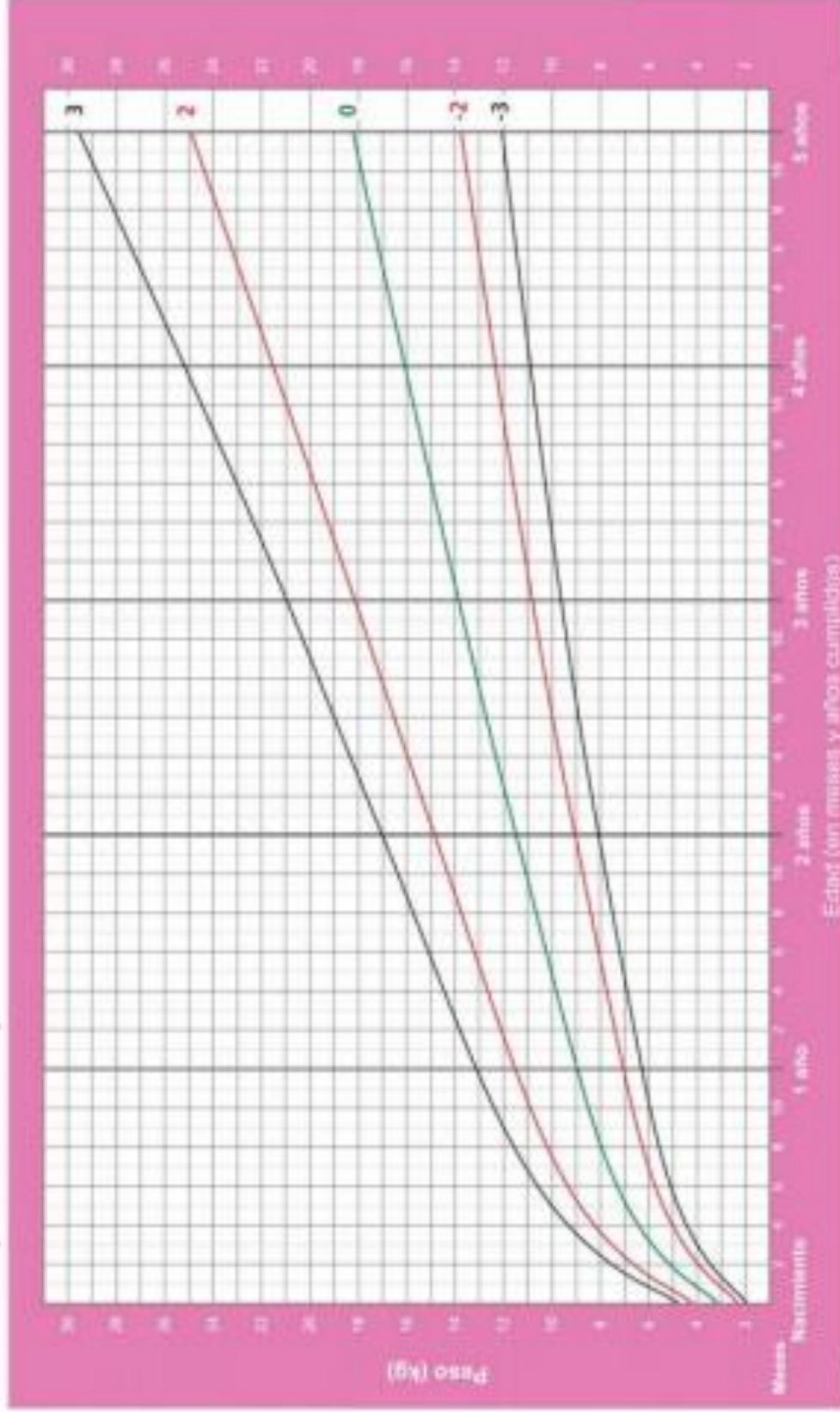
Puntuación Z (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Peso para la edad Niñas

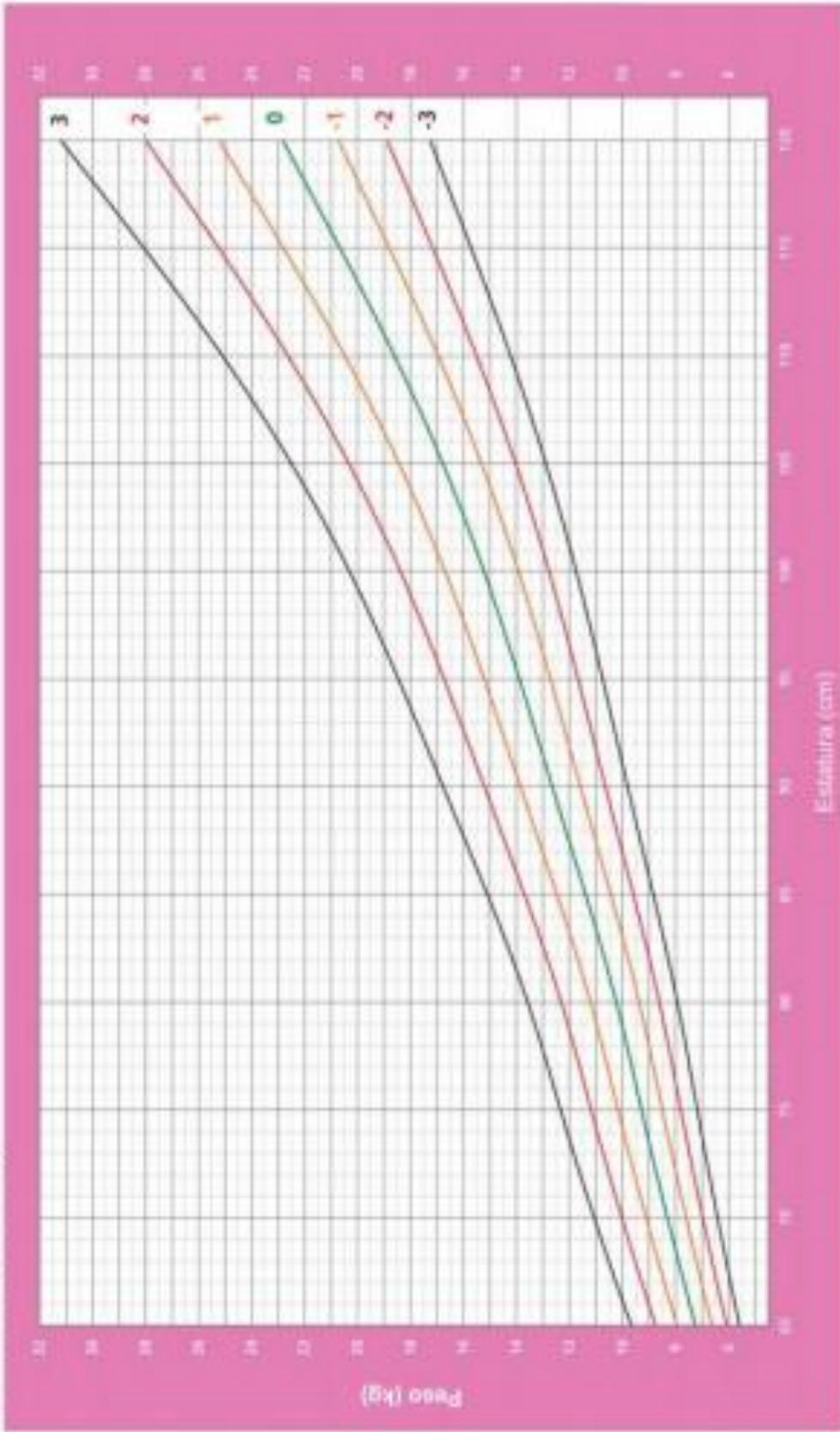
Puntuación Z (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Peso para la estatura Niñas

Puntuación Z (2 a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

