



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN GESTIÓN PÚBLICA

**Actitudes hacia la calidad de vida en madres de familia,
participantes de la iniciativa regional “Aprende saludable” en
Tumbes, 2022.**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Gestión Pública

AUTORA:

Zambrano Ladines, Digna Graciela (ORCID: 0000-0002-3317-7094)

ASESOR:

Dr. Arévalo Luna, Edmundo Eugenio (ORCID: 0000-0001-8948-7449)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Gestión de Políticas Públicas

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

PIURA — PERÚ

2022

Dedicatoria

A Dios, por su inmensa bondad, luz y esperanza, para el logro de mis metas.

A mi madre Olinda, por su amor y enseñanzas de vida, para ser feliz.

A mis amados hijos Solangge, Nathaly, Daniel y Josué, por su apoyo, cariño y comprensión en todo momento.

A mi nieta Athenas, porque es una bendición muy grande, que con su sonrisa me motiva a seguir adelante.

Digna.

Agradecimiento

A Dios por guiar mi camino y no desampararme en momentos difíciles.

A la Universidad Cesar Vallejo, por la oportunidad de crecer profesionalmente

Al asesor de tesis, Dr. Edmundo Eugenio Arévalo Luna por los conocimientos impartidos, su paciencia y apoyo.

A las directoras de Instituciones Educativas de la Región Tumbes, por su predisposición y apoyo para el desarrollo de investigación.

La autora.

Índice de Contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de Contenidos	iv
Resumen	vi
Abstract	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	16
3.1. Tipo y diseño de investigación	16
3.2. Categorías, Subcategorías y matriz de categorización:	17
3.3. Escenario de Investigación:	17
3.4. Participantes:	18
3.5. Técnicas e Instrumentos de recopilación de información:	18
3.6. Procedimiento:	19
3.7. Rigor Científico:	19
3.8. Método de análisis de Datos:	19
3.9. Aspectos Éticos:	20
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	21
V. CONCLUSIONES	30
VI. RECOMENDACIONES	31
REFERENCIAS	32
ANEXOS	38

Índice de tablas y figuras

Tabla 1: La matriz de categorización	17
Figura 1: La matriz de categorización	22
Figura 2: La matriz de categorización	23
Figura 3: La matriz de categorización	26

Resumen

Esta investigación cualitativa, tiene como objetivo conocer las actitudes sobre prácticas de higiene personal, alimentación, actividad física e higiene y limpieza de la casa y la comunidad, hacia la calidad de vida, en las madres de familia de estudiantes de instituciones educativas públicas del nivel inicial, en la Región Tumbes, 2022. Así mismo, identificar si el factor socioeconómico se vincula con la vida saludable. En este enfoque cualitativo se utilizó el método inductivo de nivel descriptivo. La técnica para la recolección de información fue la entrevista en profundidad; y como medios auxiliares se elaboraron guías de preguntas para conocer las actitudes y condiciones socioeconómicas de los sujetos de estudio. La muestra fue 50 mujeres participantes de la iniciativa regional “Aprende saludable” de la región Tumbes que fueron sensibilizadas para vivir de forma saludable. De los datos obtenidos se llegó a las siguientes conclusiones: Las actitudes cognitivas encontradas en la gran mayoría de mujeres es positiva en cuanto a conocimiento e importancia de la vida saludable; sin embargo, en cuanto a las actitudes conductuales se refleja que solo el cincuenta por ciento de mujeres tiene actitudes saludables, siendo un poco crítico lo que concierne a la actividad física e higiene bucal. Así mismo se identificó que determinados factores socioeconómicos como grado de instrucción, zona de residencia, servicios básicos, entre otros, están relativamente vinculados a la calidad de vida de las entrevistadas.

Palabras clave: factores socioeconómicos, calidad de vida, actitudes, familia, iniciativa regional aprende saludable.

Abstract

This qualitative research aims to know the attitudes about personal hygiene practices, nutrition, physical activity and hygiene and cleanliness of the house and the community, towards the quality of life, in the mothers of students of public educational institutions of the level initial, in the Tumbes Region, 2022. Likewise, identify if the socioeconomic factor is linked to healthy living. In this qualitative approach, the inductive method of descriptive level was used. The technique for collecting information was the in-depth interview; and as auxiliary means, question guides were elaborated to know the attitudes and socioeconomic conditions of the study subjects. The sample was 50 women participating in the regional initiative "Learn healthy" from the Tumbes region who were sensitized to live healthy. From the data obtained, the following conclusions were reached: The cognitive attitudes found in the vast majority of women are positive in terms of knowledge and importance of healthy living; however, in terms of behavioral attitudes, it is reflected that only fifty percent of women have healthy attitudes, with physical activity and oral hygiene being somewhat critical. Likewise, it was identified that certain socioeconomic factors such as level of education, area of residence, basic services, among others, are relatively linked to the quality of life of the interviewees.

Keywords: socioeconomic factors, quality of life, attitude, family, regional learn healthy initiative.

I. INTRODUCCIÓN

El actual trabajo tiene el propósito de conocer las actitudes de las madres de familia de estudiantes de instituciones educativas públicas del nivel inicial de la región Tumbes, que fueron sensibilizadas por la Iniciativa Regional Aprende Saludable, en temas de salud, para llevar una vida saludable; considerando que sus actitudes estarían relacionadas a factores socioeconómicos, que condicionarían el proceder de las personas, en su vida diaria.

Para la Organización Mundial de la Salud- OMS, el modo de vivir saludable es la pieza fundamental para aspirar a un mejor nivel de vitalidad, puesto que los individuos incluyen en su existencia posturas y actitudes para conservar el cuerpo y mente apropiadamente (Baughcum, 2015). Los individuos perciben formas de vida desde su posición en la vida, de acuerdo con el contexto social, económico, cultural, ambiental, en el cual viven, relacionado con sus propósitos, expectativas, reglas y zozobras. Hay que tener presente que el modo de vivir también se perjudica por la condición física y psicológica del ser humano, el grado de autonomía, las relaciones sociales, entre otros.

En consecuencia, la investigación actual pretende que el Estado considere además de programas de instrucción y/o sensibilización a las personas sobre temas para adopción de actitudes saludables, el hecho de elaborar, implementar y destinar mayor presupuesto a políticas públicas que permitan el mejoramiento de elementos económico-social y ambiental, sobre todo, apostando por restablecer las condiciones de vivir de las personas. (Sistema de Información de tendencias educativas en América Latina, 2018).

El mejoramiento de las condiciones de salud, alimentación y educación de las y los escolares, está directamente relacionado con su aprendizaje y bienestar integral; así como con la promoción de comportamientos y entornos saludables, para así permitirles ser mejores personas, más productivos e innovadores, así como ciudadanas y ciudadanos que puedan ejercer plenamente sus derechos. (Lehto, 2018) Por ello el Estado a través de los ministerios y gobiernos regionales vienen desarrollando diversos programas o estrategias de promoción de hábitos de vida y comportamientos saludables para beneficio de las poblaciones, incidiendo en

aquellas en situación de vulnerabilidad, así como que se promoció en familias que tienen niños, niñas y adolescentes; ya que los hábitos aparecen desde los primeros meses de vida y se van afianzando a lo largo de la infancia y de la adolescencia. (Secretaría de salud, 2016). Además, que en estas etapas las familias son más permeables a las recomendaciones referidas a la salud, por estar concientizadas e implicadas en el cuidado de los hijos e hijas.

Y en esa línea el Gobierno Regional de Tumbes a través de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, sensibiliza a las Familias de las y los estudiantes de instituciones públicas del nivel inicial y primario de la región Tumbes, en temas que permiten la adopción de comportamientos saludables.

Sin embargo, es preciso analizar y evaluar la adopción de actitudes saludables por las madres de familia sensibilizadas y la posible relación que hubiera entre la actitud y los factores socioeconómicos, puesto que el sector salud, en el Plan Regional de Cooperación Intersectorial de la Iniciativa Aprende Saludable 2021-2022 de Tumbes, indicó en el ítem 5, referido a la situación de la población escolar en el departamento de Tumbes, que aún hay cifras moderadas de niños y niñas y adolescentes con sobrepeso u obesidad (35,5%) por un lado y con anemia (35,2%) y desnutrición crónica (10,1%) por otro lado; y a ello se suman niños y niñas y adolescentes con diagnóstico de enfermedades no transmisibles en edad temprana a pesar de las capacitaciones recibidas, reflejando así estas estadísticas que las familias aún no cuentan con actitudes hacia una vida saludable. Así mismo hace referencia que no más del 10% de habitantes en el país, se ejercita para tener una buena salud (Sblog, H. 2017).

En correspondencia con lo mencionado, se aborda el subsecuente problema de estudio: ¿Cuáles son las actitudes hacia la calidad de vida, en las madres de familia, participantes de la Iniciativa Regional “Aprende Saludable” en Tumbes, 2022?

Por medio de este trabajo de investigación se pretende concretizar los siguientes objetivos:

El objetivo general: es conocer las actitudes hacia la calidad de vida, en las madres de familia, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable en Tumbes, 2022, así como la posible relación con los factores socioeconómicos.

En relación a los objetivos específicos, estos son: 1.-Conocer las actitudes hacia la calidad de vida en las madres de estudiantes del nivel inicial, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, en Tumbes, 2022 2.-Identificar si existe vinculación entre factores socioeconómicos y forma de vida de las madres de estudiantes del nivel inicial, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable en Tumbes, 2022.

El presente trabajo no tiene hipótesis porque es investigación descriptiva

Este trabajo se justifica en demostrar que las estrategias o programas de sensibilización o capacitación, logran cambios en las personas, pero no en todas y ello por una posible vinculación entre los factores socioeconómicos que condicionan la forma de vida de los individuos para una vida saludable. Ello permitirá al Estado realizar un análisis y evaluación más profunda de dicho fenómeno, priorizando el desarrollo de políticas públicas que consideren el mejoramiento de los factores socioeconómicos, que permiten una mejor calidad de vida, con la asignación de un mayor presupuesto; que sumado al desarrollo de planes para concientizar e instruir a los habitantes, encaminados a restablecer las actitudes hacia una vida saludable de la población en general, tendrá un gran impacto, en la salud pública, por cuanto se implementará una cultura de salud para prevenir las enfermedades y muerte temprana. Así mismo esta investigación tiene relevancia social al permitir que las familias-núcleo principal de la sociedad, adopten actitudes saludables, que serán transmitidos de generación en generación para restablecer el bienestar de los habitantes.

II. MARCO TEÓRICO

Después de revisar diversos trabajos de investigación de carácter universal y del país, referidos al asunto de estudio del presente trabajo, se continúa con los antecedentes:

A nivel internacional.

Menor (2017), en la Universidad de Granada- España, investigó sobre la influencia de una participación pedagógica en aprobar costumbres saludables en estudiantes. El estudio tuvo un diseño cuasi experimental, con medidas pretest y posttest para establecer las semejanzas, relacionado al exceso de peso y el índice de masa corporal según fórmula peso/talla, en base a los estándares de la OMS; desarrollándose un estudio sobre hábitos de vida actual en 479 estudiantes; y que luego de 7 meses de implementada esta intervención se evaluaron los hábitos de vida. Siendo los resultados la manifestación de variación propicia en el consumo de alimentos por los estudiantes y la existencia de una conexión absoluta con los valores de IMC; lo que concuerda con la revisión bibliográfica que se realizó previo al presente estudio.

Moreno, et al. (2017), Argentina, averiguó sobre elementos que obran en el hábito alimentario de los estudiantes de la Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional de Córdoba- Argentina, en 100 estudiantes. El estudio es descriptivo, transversal, de método cuantitativo, basado en las teorías de Leininger y hechos relacionadas a la promoción y prevención, influenciadas por diversos elementos, concluyendo que determinantes de la salud como: dimensiones personales, ambientales, culturales y socioeconómicas predominan en la población estudiantil objetivo, ya que de acuerdo a las respuestas obtenidas, un porcentaje mayor está definido por factores ambientales y personales que influyen en sus hábitos alimentarios.; y en un menor porcentaje están los determinantes económicas y socioculturales.

Según Veliz (2017), en la Universidad de Barcelona- España, realizó un estudio cualitativo referido a los estilos de vida que tienen los universitarios, en relación con la salud. La metodología del estudio tuvo dos fases: Una documentada y otra

referida a las técnicas de discusión de grupo y entrevista individual que se aplicó a 30 jóvenes y luego de una revisión se concluyó que, según los diversos autores, los universitarios en general, no tienen buenos hábitos alimentarios, y el hábito de ejercitarse es bajo, a pesar de conocer que la buena alimentación y la práctica de ejercicios tienen resultados beneficiosos para la salud. Y a ello se añade el consumo alto de alcohol y tabaco. Así mismo el estudio, muestra que es posible aplicar medidas que restablezcan la forma de vida de las personas.

Hormazabal, et al (2022), Chile, analizó los niveles de actividad física, estilos de vida y estado nutricional en universitarios y sus familias, a través de una investigación no experimental/transversal –descriptiva, aplicada a 130 personas objetivo, siendo el resultado del estudio, que los niveles de actividad física de la muestra se encuentran en una categoría Vigoroso y estilos de vida, en una categoría adecuada.

A nivel nacional.

Como lo indica Jacobo y Torres (2017), en Arequipa, indagaron sobre la influencia que tienen los causantes económico social, en cuanto al proceder de la conducta beneficiosa de 165 familias que se inscribieron en el programa de personas con vínculo familiar y residencia conveniente de establecimiento de salud de Arequipa. Este estudio es tipo descriptivo, explicativo, de metodología cuantitativa, que considero un conversatorio con 165 madres de familia que integran el programa del centro de salud edificadores Misti, como instrumento para recoger información sobre factores socio económicos y comportamientos actuales de la población objetivo; concluyendo el estudio que la enseñanza, el estado de la morada y el beneficio económico total que presentó esta población, incide de modo relevante en la praxis de los comportamientos saludables.

Según Valdivia (2017), en Arequipa efectuó una investigación relacionada a las actitudes para fomentar la salubridad y el modo de vivir según guía de Pender, dirigido a personal de salud de Microred en Arequipa en el 2016. El diseño del estudio era descriptivo, correlacional, siendo sus variables: el proceder hacia el fomento de la salud y los modos de vivencia de 35 profesionales de salud a través de conversación para recolectar información y un formulario para descubrir la

postura para fomento de la salud, y conversatorio para reconocer la forma de vivir de estos individuos. El resultado es que la mayoría del personal, tienen un proceder impasible y modos de vida insalubres, por lo tanto, hay una relación entre la postura hacia el fomento de la salud con las formas de vida según Pender.

Según Cuenca (2017), en Lima, ejecutó la investigación sobre tácticas de enseñanza en cuanto a promoción de salud para poner en efecto capacidades cognitivas de forma de vida beneficiosa en escolares. El estudio es de tipo cuantitativa, con diseño de tipo cuasi experimental, en 38 niños, segmentados en grupos: uno experimental, aplicando planes instructivos para fomentar el buen proceder en salud y otro de control. Todos resolvieron cuestionarios al inicio y al final, concluyendo que el grupo experimental mostró cambios en sus conocimientos para consumir alimentos referidos a cantidades y frecuencias en cada comida; lavado de manos, antes y después de las comidas; uso de los servicios higiénicos; actividades a ejecutar en la asignatura de física, el recreo y en casa; así como los deportes, mientras que en la otra agrupación para control no hubo cambios importantes en la cognición.

Según Ruiz (2018), en Lima investigó sobre las actitudes, cognición y postura de alimentación saludable, en 170 estudiantes. Este estudio es descriptivo, transversal, que utilizó como instrumento un cuestionario, cuyos resultados fue que menos del 50% tienen un nivel alto de conocimiento y de buenas actitudes y hábitos de ejercitarse, y solo en caso de buenas prácticas alimentarias se observa más del 50%; concluyendo que es necesario incorporar en la currícula la educación alimentaria e incentivar la actividad física.

Como lo indica Ríos (2021), en Tarapoto hizo un trabajo sobre el comportamiento social teniendo en cuenta los procedimientos para una vida provechosa en Moyobamba. La metodología utilizada fue de tipo aplicada, de diseño correlacional dirigida a 40 jefes de familia, a quienes se aplicó un conversatorio sobre conducta y costumbres de higiene; y contó además con un plan de acción sobre pautas de cambio para una vida saludable y alianzas estratégicas, aplicando por segunda vez el cuestionario, para ver y analizar la variación en el proceder hacia una vida beneficiosa. Como resultado se obtuvo un p-valor menor que 0.05; cuyo significado

es que se acepta la Hipótesis del investigador, afirmando que el funcionamiento de procedimientos de vida saludable en el CC. PP El Laurel, son efectivos disminuir las brechas en la forma de vivir provechosa.

Dados los antecedentes recabados para el presente estudio, se vislumbra que los individuos que reciben capacitación por diversas estrategias y programas tienen conocimientos adecuados para llevar una vida saludable; sin embargo, no todos los individuos asumen actitudes conductuales saludables, observando que los factores socioeconómicos están vinculados con la calidad de vida de las personas.

Por las razones antes mencionadas, se indagó sobre términos importantes para el desarrollo del trabajo, como son: factores socioeconómicos, calidad de vida, actitud cognitiva, actitud conductual, familias, iniciativa regional Aprende Saludable.

Moreno, et al. (2017), en su investigación menciona que la impresión sobre salud del individuo está afectada por una serie de elementos, de índole ambiental, cultural y económico-social. Así mismo menciona que a mayor incremento de años en la persona, la percepción de disfrutar de buena salud es más baja.

Por consiguiente, se investigó también sobre los factores, que intervienen en la salud y en el modo de vivir de los seres humanos. Dichos factores son reales y que de acuerdo a su naturaleza son sustanciales porque contribuyen a producir consecuencias determinadas en el individuo (Chumbe, 2020). Y entre los factores que predominan en la actitud de las personas, según la investigación de Vidal et al. (2014, como se citó en Jacobo y Torres, 2017) afirma que los factores socioeconómicos y ambientales, son los que influyen más a personas, en un determinado espacio y lugar, como por ejemplo: la indigencia, la enseñanza, la ganancia económica, la desocupación, la inestabilidad laboral, el barrio de residencia, la clase social, el sexo, los años de vida, su estructura familiar, la vivienda, acceso a atención médica, entre otros.

De igual forma se escudriñó sobre el influjo de causantes del entorno en la salud, existiendo diversos modelos que a continuación se listan:

Veliz (2017), citó el Modelo “New Perspectives on the health of Canadians”, dado en 1974, resultante de un estudio sobre las razones de defunción y afección de la

salud en Canadá, considerado un pilar para la salubridad, convirtiéndose en un patrón que explica los elementos que influyen la salud, por el cual se menta a 4 determinantes de salud importantes como son: El hábitat, asociado a elementos del ambiente, químicos, psicológicos, de la sociedad y de la cultura; la forma de vida del ser humano, los modelos de conducta referidos a sus preferencias en alimentación, ejercicios, tiempo libre, adicción, costumbres tóxicas, etc.; la biología del ser humano, y su edad, origen y los procesos para su desarrollo. Corroborando así lo que planteó Glanz, Lewis y Rimer (2020), que las enfermedades por llevar un modo de vida insalubre, conllevan a generar gastos al Estado, priorizando así la salud pública, dirigida a esmero por prevenir en instrucción en salud.

Zapico (2020), en su investigación hizo mención del Modelo EVANS-STODDAR; por el cual en los años 90, los autores Evans y Stoddar sugieren otros factores como determinantes de la salud de los individuos, abordando el entorno socioeconómico que incluye el nivel de ingresos, el empleo, la posición social, las redes de apoyo social y la instrucción; la costumbre o rutina sobre temas de salubridad que considera la conducta para una buena salud; la capacidad individual que incluye a la aptitud particular, de acomodación, el sentido de control y dominio y las características genéticas y biológicas y finalmente los servicios de salud que abarca la capacidad de los servicios para promover, mantener y restablecer la salud.

Dahlgren y Whitehead (2006, como se citó en Paredes, 2014) afirma que del Modelo de capas de Dahlgren y Whitehead, el cual explica que los determinantes de la salud están posicionados en estratos, que van desde los causantes sistémicos (estrato exterior) hasta las conductas personales (estrato interior), conservando la parte céntrica para las cualidades que no se pueden modificar. Y que, según este modelo, arriba de la base está el primer estrato referente a la forma de vida; inmediatamente por encima de esa capa está la de redes sociales y comunitarias, enseguida en un nivel superior están los elementos que condicionan la vida de las personas y finalmente están los macro determinantes que se relacionan con elementos como política, economía, cultura y ambiente de la sociedad y que intervienen sobre los demás estratos.

Como se puede advertir hay varios patrones que pretenden interpretar y explicar los elementos de las diferencias en salud, sin embargo, el patrón más reciente propuesto por la OMS observa que las desigualdades sociales en salud son resultado de los determinantes estructurales. (Fernández, 2020) Este patrón incorpora aspectos vinculados al entorno en general y que son los que forman la organización colectiva y su método de estratos, como son las políticas en general de la sociedad. La forma de vida del individuo, según patrón de conducta precisa, podrían tener un efecto acentuado en el bienestar del ser humano. (Corral, 2015). Por ello si la salud ha de mejorarse accediendo a cada persona para modificar su modo de vida, el actuar debe estar dirigida tanto a la persona, como a las condiciones sociales de vida que interactúan para producir y mantener el patrón de actitud (Callisaya, 2016).

Sin embargo, Hormazabal Francisca, et al. (2022), cita a Bennassar Veny (2011), que afirma que es fundamental tener presente que no existe una forma de vida perfecta que pueda adquirir el ser humano.

Mondragón (2020), en su investigación, refiere que la calidad de vida es la capacidad del individuo para experimentar situaciones según las valoraciones e interpretaciones que haga del entorno donde se encuentra, señalando una estrecha relación con el bienestar y este, siendo importante que los integrantes de la familia posean recursos para sostener diferentes necesidades, sean físicas o emocionales y tengan oportunidades para el logro de metas fundamentales para ellos. Así mismo en cuanto a la calidad de vida familiar, es importante identificar lo que implica la familia en diferentes clases de hogares, como son: familia nuclear, extensa y compuesta. Además, Ruidiaz (2021), hace mención que la calidad de vida es un estado de satisfacción general de la persona, que se logra al satisfacer sus necesidades tanto en el plano físico como emocional y económico.

Por lo tanto, se hace importante indagar sobre los estilos de vida, definidos por la OMS, como modo para vivir basada en pautas de conductas y actitudes reconocibles, definidos por la interacción entre las peculiaridades individuales, las interrelaciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales, siendo uno de los mayores condicionantes sobre el estado de salud de las

personas. (Uriarte, 2018). Tal es así que para Loayza y Muñoz (2017), la adopción generalizada de un estilo de vida saludable podría acortar la mortalidad global hasta en un 43%.

En cuanto a la definición de la palabra Actitud, para Ponce y La Rosa (2016), se refiere a la posición que denota valoraciones y sentimientos, considerándose así procesos claves para comprender las preferencias de los individuos respecto a objetos y valores del mundo externo; además se diría que hay predisposición individual a reaccionar, positiva o negativamente, a una situación dada.

Guzmán (2020), mencionó que la actitud en la sociología, es un sistema de valores y convicciones, con cierta firmeza en el tiempo, del individuo que se predispone a sentir y reaccionar de una forma concreta ante algunos estímulos. Dichas actitudes tienen algunas particularidades, como el hecho de ser adquiridas, de naturaleza acuciosa, propulsoras del comportamiento y transmisible.

Vásquez (2018) refirió que la actitud es la manifestación o el ánimo con que frecuenta un individuo o grupo de individuos una situación concreta, respondiendo con una actitud positiva o negativa.

Según la investigación de Briñol, et al. (2007, como se citó en Moreno, A., 2018) concluyen que la mayoría de actitudes tienen su origen en el aprendizaje y desarrollo social, aunque algunas puedan estar influenciadas por aspectos genéticos. Además, menciona que los procesos de formación de las actitudes, se pueden organizar a través de sus componentes, es decir a través de la información cognitiva, afectiva o conductual.

Mamani (2017), refiere que, el ser humano adopta actitudes basada en información cognitiva, que se relaciona con los pensamientos o creencias que el sujeto tiene sobre el objeto de la actitud; adopta también actitud afectiva en base a experiencias personales, asociando las emociones a objetos y situaciones, al margen de las creencias que tengan sobre el objeto de la actitud; las emociones se evidencian ante el objeto de la actitud y por último adopta actitudes conductuales, que están referidas a la manera en que se comportan las personas, afectando así sus actitudes; es decir que los procesos internos influyen la conducta.

El proceso para obtener comportamientos y actitudes saludables en niños escolares, como lo indica Cortés et al., y Murphy (2009 y 2005, como se citó en Moscoso, 2019), afirman que la acogida de comportamientos y actitudes en el individuo es un factor concluyente para la salud, ya que de ello dependen las decisiones y actitudes que las personas toman en relación con su entorno, afectándolas de forma positiva o negativa (Macedo, 2018).

Según Cárdenas (2016), la postura y actuación es crucial para el bienestar del ser humano, previniendo enfermedades a nivel mundial si se modifica la actitud hacia una vida sana.

Valdivia (2017), hace un análisis sobre el proceder de personal de salud respecto al fomento de la salud y manera de vivir modelo pender, citando que la familia es el primer ámbito de socialización que repercute en la aceptación de las costumbres, el estilete, la postura y la práctica del individuo sobre salud y bienestar.

En virtud a ello es imprescindible escudriñar también sobre el fomento de la salud, y entre dichas investigaciones se tiene que en la red de revistas científicas electrónicas según Coronel y Marzo, (2017) en su artículo referido al fomento de la salud y de ámbitos saludables en el continente americano, por medio de la difusión de estilos de vida saludables que comprende espacios acogedores y direccionamiento de la atención sanitaria. Así mismo expresan que en el continente americano se promueve poco la educación para la salud de manera permanente para la percepción positiva de conductas y estilos de vida; implicando también a las autoridades y funcionarios de las instituciones del Estado y privadas, para que difundan la salud con justicia y formulen políticas públicas y planes nacionales de salud con la colaboración de la sociedad civil.

Por lo tanto, Ramos (2017), hace alusión a la teoría del aprendizaje que plantea que el ser humano aprende copiando modelos, llegando a concluir que los hábitos y modo de vivir se transmite de padres a hijos; por consiguiente, para fomentar el bienestar de las personas, se pretende desarrollar y consolidar entendimiento, posturas, valores y destrezas importantes para beneficio del grupo familiar. Así mismo propone vivencias de instrucción dirigidas, valiéndose de fortalecimiento de

capacidades, priorizando la salubridad, prácticas alimentarias, ejercicios, destrezas para un buen vivir, entre otros.

Existen modelos para acoger conductas y disposición para llevar una forma de vida sana, entre los que se citan a:

Valdivia (2017), en su trabajo de investigación cita el patrón para promover la salubridad, expuesto por Nola Pender: que identifica en las personas causantes intelectuales-preceptuales que cambian por las particularidades según el momento, particulares, lo que conlleva a contribuir con conductas favorecedoras de salud. Esta teoría explica las relaciones entre los factores que probablemente inciden en los cambios de conductas, según la instrucción y cuidado de las personas para llevar una vida sana.

Según este patrón, los elementos que inciden en fomentar salubridad y calidad de vida, están desglosados en elementos intelectual perceptual, que condicionan a adquirir actitudes definidas, para asumir o no modos de vida beneficiosos. (Dexheimer, 2015).

según Pender (2011, como se citó en Valdivia, E. 2017) existen tres presunciones: a.-La de Actuación argumentada: que expone que el factor principal de la actitud, es la intención que tiene el ser humano para conseguir un proceder provechoso. b.- La Actuación propuesta: expresa que la variación del accionar del individuo, será más efectivo, si éste se siente seguro de sus acciones y toma de decisiones para mejorar su calidad de vida. c.-La Teoría Social-Cognitiva, propone que la autoeficacia es el elemento de mayor influencia para que el ser humano adquiera o aprenda conductas de salubridad.

Este Modelo retoma las características y experiencias individuales, así como la valoración de las creencias en salud, pues estas últimas son determinantes para decidir si consideran o no actitudes beneficiosas, debido a su alto nivel para asimilar y la forma de responder en el hábitat en que se encuentra. (Duncanson, 2016).

Díaz, J (2020), en su investigación, sobre la formación de un ser humano capaz de adherirse al ejercicio físico, hace mención de otro modelo a considerar que es el Modelo de procesamiento para el accionar en Salud (HAPA), trata sobre la

adopción y el mantenimiento de comportamientos saludables; que incluye explícitamente factores pos intencionales para resolver el problema de la brecha intención/comportamiento, que propone 2 fases: a.-Fase motivacional o pre intencional, Incluye una serie de procesos que conducen a una intención de comportamiento. Según Schwarzer (2016), menciona que en este modelo la persona desarrolla la intención de actuar, sin embargo, la percepción de riesgo, es insuficiente para desarrollar las intenciones del cambio comportamental; pero si el riesgo percibido, más bien, lo interioriza la persona, ya es proceso de contemplación y elaboración subsecuente de pensamientos sobre las consecuencias y las propias competencias y por lo tanto tienen un valor decisivo en esta fase, ya que la persona analiza los pros y contras de adoptar un comportamiento lo que conlleva a la persona a inclinarse hacia la adopción de un comportamiento de salud particular, la "buena intención" se transforma en instrucciones detalladas sobre cómo realizar la acción deseada y b.-Fase Volitiva o pos intencionales, que considera diversas técnicas que guían al proceder conveniente para su salud. En esta fase la consigna es mantener la actitud, lo que se logra no solo con disposición, sino que implica destreza y maniobras de retroacción. Es así que en esta fase incide en la auto eficiencia que plasma distintos desafíos durante el procedimiento para transformar la actitud (Messias,2015).

Teniendo en cuenta la importancia de la Familia, en este trabajo también se averiguó sobre ello; y luego de revisar diversos autores se concluyó que la familia viene a ser la agrupación de individuos con vinculo de sangre o legal y que forman un hogar, relacionado con el hábitat y sus componentes, y que buscan en todo momento lo mejor para ellos y sus descendientes (Garrido, 2015).

El fomento de la vida saludable en los individuos encausa al fortalecimiento de sus competencias y destrezas, que les permitan mejorar en temas de salubridad, modo de vida, proceder y postura provechosa para la autonomía del individuo (Cabana, 2017).

Es por ello que la salud familiar se basa en la teoría general de sistema y tiene muy en cuenta a la persona en su individualidad y en su integridad. También hace énfasis en el entorno, en las influencias psico-sociales-ambientales, biológicas, así

como del sistema nacional de salud y de modos o estilos de vida, cada vez más amplios en relación con el desarrollo acelerado de la sociedad. (Barufaldi, 2015).

Es necesario reconocer los elementos y el riesgo en el ser humano expuesto, así como los hechos que avizoran un resultado negativo (Vásquez, 2018). Es más difícil reconocer los elementos riesgosos en un individuo que en grupos. En el primer caso (una persona), hay que instaurar conexión con la familia; indagando en un inicio sobre causantes de riesgo en la población (Ministerio de salud, 2017).

Por lo tanto, según el Ministerio de Salud (2018), una familia saludable trata de superar dificultades referidas a la salubridad de los miembros del hogar, aprobando conductas adecuadas, optando por una forma de vida beneficiosa.

Según Yáñez (2018), define la familia saludable como aquella que logra erigir un panorama provechoso para todos sus integrantes, protegiéndolos, para lograr fortaleza, respetando su grandeza.

El Ministerio de Salud (2021) a través de su área para fomento de salubridad, toma en cuenta pautas para determinar si una familia está orientada hacia una vida saludable:

- a) Los integrantes de la familia cubren necesidades beneficiosas.
- b) Los integrantes de la familia interiorizan conductas provechosas
- c) Hay relación positiva al interior de la familia, destacando la buena comunicación para el buen manejo de situaciones críticas.
- d) La morada y el hábitat de la familia, gozarían de espacios libres de riesgos, y que estén insertados en la comunidad, participando de las acciones comunales y difundiendo entre las otras familias los contenidos aprendidos y las prácticas saludables adquiridas.

Por ende, una familia saludable debe lograr adaptarse con éxito a los desafíos del desarrollo propio de cada etapa del ciclo de vida familiar, superando los problemas y dificultades que se presenten en la vida de la familia. (Martinez A., 2015).

Finalmente, es preciso abordar el sentido de la iniciativa Aprende Saludable. En efecto, esta iniciativa surge, en el año 2013, con Decreto Supremo 010-2013-SA,

se aprueba el Plan de Salud Escolar 2013-2016, con cargo al presupuesto institucional del ministerio de salud, del seguro integral de salud y de los demás pliegos involucrados. Es así, que los ministerios de Educación, de Salud y de Desarrollo e Inclusión Social implementaron la iniciativa intersectorial "Aprende Saludable", con el objetivo de generar oportunidades para el desarrollo de competencias y capacidades de los estudiantes de la educación básica en instituciones públicas, que les permitan el ejercicio pleno de los derechos ciudadanos. Sin embargo, por motivos de presupuesto no prosperó.

Por tal razón con Ordenanza Regional N° 012-2014-GOB.REG.Tumbes-CR, el Gobierno Regional Tumbes, declaró como prioridad regional la Iniciativa Intersectorial e Intergubernamental Aprende Saludable y la Alimentación Escolar en la Región Tumbes. Por lo tanto, en el año 2016, con Resolución Ejecutiva Regional N° 0465-2016/GOB.REG-Tumbes-GR, oficializó la conformación de la Comisión Intersectorial Regional de la Iniciativa Aprende Saludable y desde ese periodo a la fecha viene implementando un plan regional de cooperación intersectorial que se actualiza cada 2 años. Así mismo con Resolución Ejecutiva Regional N° 000237-2019/GOB.REG.Tumbes-GR, se modificó el artículo segundo de la Resolución Ejecutiva Regional N° 00000465-2016/GOB.REG.Tumbes-GR, por la que se incluye a nuevos miembros en la Comisión Intersectorial de la Iniciativa Aprende Saludable.

Es así que, la Iniciativa en mención, implementa la Estrategia de Sensibilización a familias, siendo el objetivo de ésta, el desarrollo de actividades educativas para el fortalecimiento de capacidades y habilidades de las familias de estudiantes de instituciones educativas públicas del nivel inicial y primario, en temas referidos a la promoción de comportamientos y entornos saludables, para la adopción de actitudes saludables y por ende mejorar la calidad de vida de las familias.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

El presente documento tuvo una perspectiva cualitativa, de tipo básico, puesto que el objetivo del presente proyecto fue conocer las actitudes hacia la calidad de vida, en las madres de familia de estudiantes de instituciones educativas públicas del nivel inicial, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, así como identificar la vinculación de los factores socioeconómicos con la actitud hacia la vida saludable. Asimismo, esta información será útil para la elaboración e implementación de políticas sociales que consideren estrategias para implementar una cultura de salud y por ende mejorar la calidad de vida de las personas.

Tipo de investigación:

Es de tipo básica, y fue eficaz para llevar a cabo esta investigación, denominada: “Actitudes hacia la calidad de vida en madres de familia, participantes de la iniciativa regional “Aprende saludable” en Tumbes,2022.”.

Además, prestigió el análisis juicioso de la connotación relativa que constituyen un fragmento de la existencia, estudiando el objeto en entornos naturales (Mata, 2019).

En la investigación se manejó un bosquejo sesgado, que analizó la recopilación de precedentes en un periodo de tiempo, cuya intensidad podría cambiar, es decir, se examinó niveles o particularidades de una o más categorías en determinado momento, de esta manera se busca valorar un fenómeno o contexto en un punto de tiempo determinado o en una ubicación que se encuentre relacionada con las categorías de la investigación en un momento exacto (Mata, 2019).

Diseño de investigación:

El diseño por emplear en la investigación fue el estudio de casos enfocado en las experiencias personales subjetivas de las madres participantes en el estudio, que nos ayuda a comprender profundamente el fenómeno y aprender de este (Baptista, 2014).

3.2. Categorías, Subcategorías y matriz de categorización:

Tabla 1

Matriz de categorización

Categorías	Subcategorías
Factores socioeconómicos	- Características socioeconómicas: Edad, grado de instrucción, estado civil, zona de residencia, Composición del hogar, características de la vivienda, servicios, ocupación e ingreso familiar económico
	- Conocimientos en relación al modo operativo de la Estrategia de Sensibilización hacia la calidad de vida
Actitud cognitiva	- Conocimientos en relación a temas para una vida saludable impartidos por la Estrategia de sensibilización
Actitud conductual	- Conoce las prácticas higiene personal
	- Conoce las prácticas de alimentación
	- Conoce las prácticas de actividad física.
	- Conoce las prácticas de limpieza y desinfección de la casa y la comunidad.

Fuente: elaboración propia

3.3. Escenario de Investigación:

La investigación vislumbrada en el presente trabajo, de acuerdo a las investigaciones realizadas sucede en el país, puesto que el Estado invierte en programas o estrategias de capacitación para que los individuos adopten actitudes cognitivas positivas de acuerdo a la información impartida en temas para una vida saludable, y que a su vez adopten actitudes conductuales saludables hacia la calidad de vida; sin embargo existen factores socioeconómicos que condicionan estas actitudes ya sea saludables o no.

3.4. Participantes:

En este estudio cualitativo, el público objetivo investigado fue 50 madres de estudiantes de instituciones educativas públicas, del nivel inicial participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable en la Región Tumbes.

Se tiene presente que en el presente estudio se entrevistó a madres que aceptaron participar de manera voluntaria en este trabajo, cuyas edades están comprendidas entre los 18 a 46 años de edad, con grado de instrucción sin nivel hasta superior completa, considerando los 4 tipos de estado civil, la ocupación actual y la zona de residencia.

3.5. Técnicas e Instrumentos de recopilación de información:

En el presente trabajo la técnica que se usó para el acopio de información fue la aplicación de una entrevista en profundidad, con el fin de obtener respuestas de las madres de estudiantes de instituciones educativas públicas del nivel inicial participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, para conocer las actitudes hacia la calidad de vida, así como identificar si existe vinculación entre los factores socioeconómicos y la actitud cognitiva y conductual de las mujeres del estudio. Por ello se tuvo muy presente la guía para aplicación de la entrevista en profundidad, la misma que fue elaborada con interrogantes precisas para el acopio de información y análisis de la misma.

La entrevista en profundidad en cuestión, constó de tres partes: Información sobre las características socioeconómicas de las madres, Preguntas en relación a la actitud cognitiva hacia la calidad de vida y Preguntas en relación a la actitud conductual hacia la calidad de vida.

Asimismo, se consideró una guía para la entrevista y un formulario en Excel para registrar y consolidar las respuestas de las madres entrevistadas, teniendo en cuenta criterios para las respuestas de estas.

3.6. Procedimiento:

El procedimiento fue identificar en primer lugar la situación problemática en campo, lo que se cotejó y complementó con la información brindada por la Dirección Regional de Salud, procediendo a la elaboración de una guía para entrevistar en profundidad a madres de familia participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable. Así mismo, se coordinó con las directoras de distintas instituciones educativas del nivel inicial para que convoquen a las madres que consintieron en participar del estudio, en horarios adecuados para ellas y poder aplicar la entrevista en profundidad de forma presencial, considerando los protocolos para prevención del COVID 19 y se tuvo como apoyo la guía antes mencionada, que permitió la recolección de datos en campo para un mejor desarrollo de la entrevista. Luego se vació y consolidó la información en un Excel, para su análisis y obtención de los resultados. Al final, se hizo la discusión referida al fenómeno investigado, con las conclusiones y recomendaciones pertinentes.

3.7. Rigor Científico:

La precisión de expertos se otorgó una vez que fue validada la información, que incluye desde las interrogantes de investigación, la finalidad y la elección de la metodología.

Así mismo permitió mejoras en el desarrollo de la investigación en este caso cualitativa, que incluye las categorizaciones para así consentir la validez total que es exigida en estos estudios.

3.8. Método de análisis de Datos:

Se desarrolló una evaluación del presente fenómeno, que busca conocer las actitudes de las madres de estudiantes del nivel inicial de instituciones educativas públicas, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, sobre la calidad vida, identificando además una posible vinculación entre los factores socioeconómicos y las actitudes saludables o no de la población objetivo; lo que fue recopilado a través de la entrevista en profundidad, según respuestas de las

madres; y que luego se registró y consolidó en un formato Excel, permitiendo los resultados y culminación del estudio planteado.

3.9. Aspectos Éticos:

El presente estudio se realizó, cumpliendo las exigencias de responsabilidad social en la investigación, siendo las preguntas de la entrevista en profundidad elaboradas, cumpliendo con las pautas establecidas, propias de un trabajo científico, además de haber empleado la bibliografía idónea que hizo factible el desarrollo teórico- conceptual. La investigación es auténtica, además los postulados y apartados de los autores mencionados en la presente investigación se respetarán citando la autoría correctamente y de acuerdo a las normas APA séptima edición. De igual modo los datos seleccionados fueron considerados en el proceso de la presente investigación.

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se detalla lo encontrado al realizar el análisis de la entrevista en profundidad a las madres de familia, participantes de la Iniciativa Aprende Saludable que consintieron en participar del presente estudio.

Respecto a los resultados, para ser recabados en esta investigación se obtuvo a través de las técnicas e instrumentos de recolección de datos utilizados, apoyándose en una guía de entrevista a madres de familia objetivo del estudio.

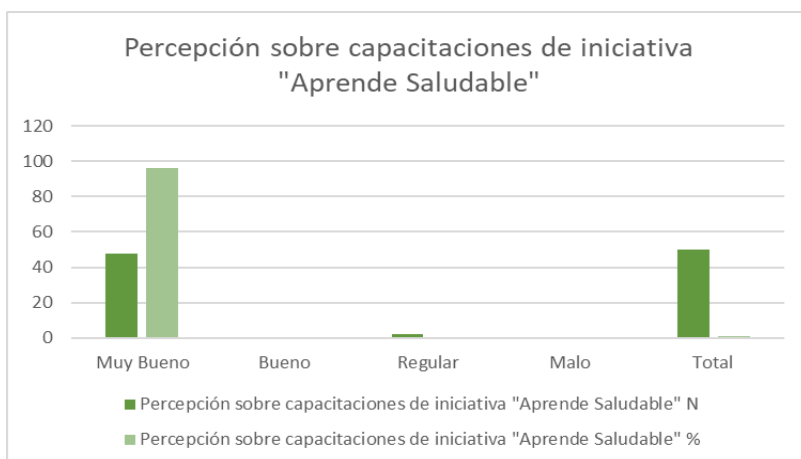
Por ende se realizó una entrevista en profundidad a 50 madres de familia, para conocer las actitudes cognitivas y conductuales posterior a su capacitación por la Iniciativa Regional Aprende Saludable, así como identificar posible vinculación de la forma de vida de las madres objetivo y los factores socioeconómicos.

Es así que se realizó una transcripción de las entrevistas grabadas, a partir de las cuales se procedió a la redacción del conjunto de datos, en donde manifestaron lo siguiente:

Las participantes manifestaron que la Iniciativa Regional Aprende Saludable, es una estrategia muy buena y acertada, pues incluye capacitaciones en temáticas hacia la calidad de vida, que permite a las familias adoptar actitudes saludables. Así mismo manifestaron que las capacitaciones impartidas fueron muy buenas y útiles para el desarrollo de una vida saludable; las mismas que tuvieron un abordaje de impacto por los capacitadores, quienes tuvieron un óptimo desempeño, debido a que la capacitación fue dinámica, de mucha interacción entre el capacitador y las participantes, que generó un clima de confianza, utilizó material educativo ilustrativo, transmitió mensajes e ideas fuerza, respecto a los temas tratados y los tiempos de capacitación fueron apropiados. Por ello las entrevistadas, consideraron que la Iniciativa en mención debería continuar; preferentemente de manera presencial, pues de manera virtual, como existe brecha de telefonía y conectividad de internet no permite escuchar completo y claro los mensajes transmitidos, además que la interacción del capacitador y participantes es menor.

Figura 1

En la figura se ilustra la percepción de las madres, sobre las capacitaciones impartidas por la Iniciativa Aprende Saludable



Fuente: Elaboración propia.

De las entrevistadas, respecto a la pregunta de conocimiento sobre temas hacia la calidad de vida impartidos por la Iniciativa Aprende Saludable, como las prácticas de higiene personal, se tiene que las madres de familia, casi en su totalidad tienen un adecuado conocimiento, pues conocen los momentos en que se deben lavar las manos, así como la técnica correcta en el tiempo apropiado; también conocen la importancia y las pautas para un adecuado aseo personal, que comprende el baño diario, vestido y calzado limpio, uñas limpias y recortadas y el cabello ordenado; así mismo conocen la importancia, los momentos y la técnica correcta de la higiene bucal.

Respecto a la pregunta de conocimiento sobre el tema de buenas prácticas de alimentación, las madres entrevistadas en su mayoría, tienen un adecuado conocimiento, pues conocen los grupos de alimentos que deben consumir para una vida saludable, así como el aporte nutricional y como beneficia la vida y la salud de los integrantes de la familia.

Referente a la pregunta de conocimiento sobre el tema de buenas prácticas de higiene en la casa y la comunidad se obtuvo que poco más de la mitad de madres

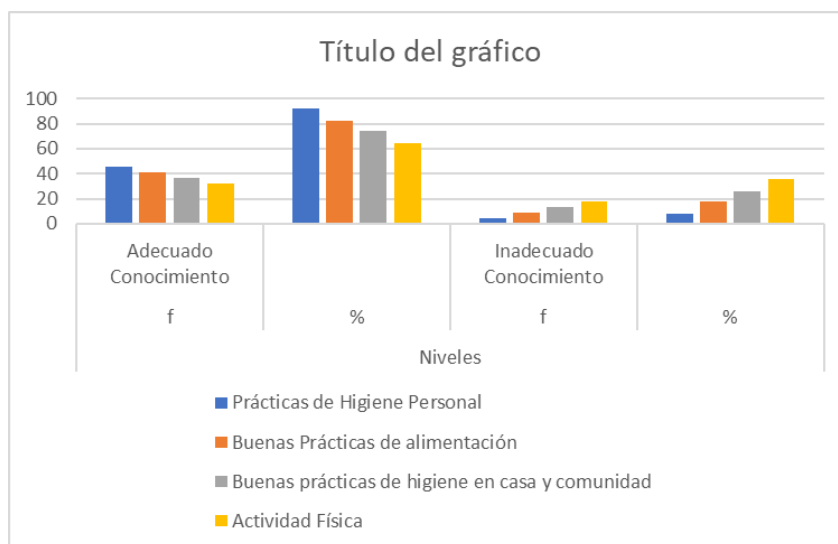
entrevistadas tienen un adecuado conocimiento de las pautas para la limpieza y desinfección de ambientes tanto internos como externos.

Por otro lado, cuando se le pregunta sobre sus conocimientos respecto al tema de actividad física se obtuvo que poco más de la mitad de madres, tienen adecuado conocimiento de la importancia de practicar actividad física y deporte de manera constante y disciplinada, para una vida saludable.

Por lo que al análisis de las actitudes cognitivas se observa que las participantes tienen mayor conocimiento en los temas de buenas prácticas de alimentación y prácticas de higiene personal, seguido de las buenas prácticas para la higiene de la casa y la comunidad; sin embargo, se observa un menor conocimiento de la temática actividad física; pero en todos los casos la actitud cognitiva es positiva.

Figura 2

En la figura se ilustra la actitud cognitiva de las madres, sobre temas impartidos por Iniciativa Regional "Aprende Saludable"



Fuente: Elaboración propia.

En lo que respecta a las preguntas para conocer las actitudes conductuales hacia la calidad de vida de las madres entrevistadas, se obtuvieron los siguientes resultados:

Cuando se les pregunta a las entrevistadas, sobre los procedimientos que tienen en cuenta para la higiene personal, se tiene que poco más de la mitad de madres

tienen actitud saludable, porque refieren poner en práctica el correcto lavado de manos en los momentos apropiados, además de bañarse de forma diaria, usan toalla, ropa y calzado limpio, tienen las uñas recortadas y limpias y el cabello ordenado. Pero, por otro lado, se obtuvo que solo 18 madres practican la técnica correcta del cepillado de dientes, antes de las comidas, al levantarse y al acostarse, usan pasta fluorada en la cantidad apropiada, cambian de cepillo cada tres meses y acuden al odontólogo 1 a 2 veces al año.

Cuando se entrevistó a las madres sobre la alimentación familiar, se obtuvo que, en más de la mitad de las participantes, el número de comidas promedio al día, está entre 3 a 5 comidas por día; que, en el desayuno, generalmente consumen cereales y derivados, huevos, lácteos y derivados y tubérculos, y en menor proporción consumen grasas, carnes y menestras. En caso del almuerzo mayormente consumen alimentos en el siguiente orden de prioridad: cereales y derivados, carnes, menestras, tubérculos y frutas y en menor proporción grasas, huevos, lácteos y derivados, verduras y vísceras.

De manera más detallada la mayoría de las madres, refirió que consumen carnes 4 a 6 veces por semana, siendo la carne de elección el pollo, por ser de fácil preparación y en menor tiempo, además que pueden preparar diversas presentaciones y es del agrado de la familia. El consumo de pescado es de 1 a 3 veces por semana, siendo la principal preparación en ceviche y frito; pero por otro lado se observa muy poco consumo de la carne de res y las vísceras, la primera porque es cara y tienen conocimiento que no deben consumirla tan seguido y la segunda porque hay poca oferta de la misma, no tienen experiencia en preparar diversas presentaciones y no es del agrado de la familia. Cuando se preguntó por el consumo de lácteos y derivados, éste es diario, sobre todo en los hijos, entre 1 a 3 veces por día; mientras que en el caso de los adultos el consumo es menor, porque tienen el concepto que los niños necesitan este alimento para el crecimiento y la fortaleza. En el caso de las frutas, su consumo está entre 5 a 7 días a la semana y entre 1 a 3 veces por día, siendo las frutas de elección la mandarina, el plátano, la naranja, el maracuyá y la manzana. En lo que respecta a las verduras, éstas son consumidas 2 a 4 veces por semana, mayormente cocidas. El consumo de las menestras es de 4 a 5 veces por semana, siendo las más preparadas la lenteja y

la arveja. Respecto al consumo de los cereales, el de mayor consumo es el arroz, siendo como una costumbre que en el plato la porción de arroz sea mayor y se acompañe de tubérculos o leguminosas.

Al análisis, de los alimentos consumidos por las familias, se tiene que poco más de la mitad de madres entrevistadas, consumen entre 1 a 5 grupos de alimentos y poco menos de la mitad consumen entre 6 a 9 grupos de alimentos

En cuanto al consumo de la comida chatarra se apreció que 30 madres evitan el consumo de alimentos procesados y ultra procesados, consumiendo en su dieta mínimo 1 vez por mes, mientras que las otras madres, consumen la comida chatarra 1 vez por semana o 2 a 3 veces por mes.

Referente al consumo de agua segura casi en su totalidad, consumen agua embotellada o hervida.

Cuando se hizo la pregunta sobre la percepción de su peso corporal, se tuvo que 28 madres refirieron tener sobre peso, 21 madres peso adecuado y 1 madre bajo peso.

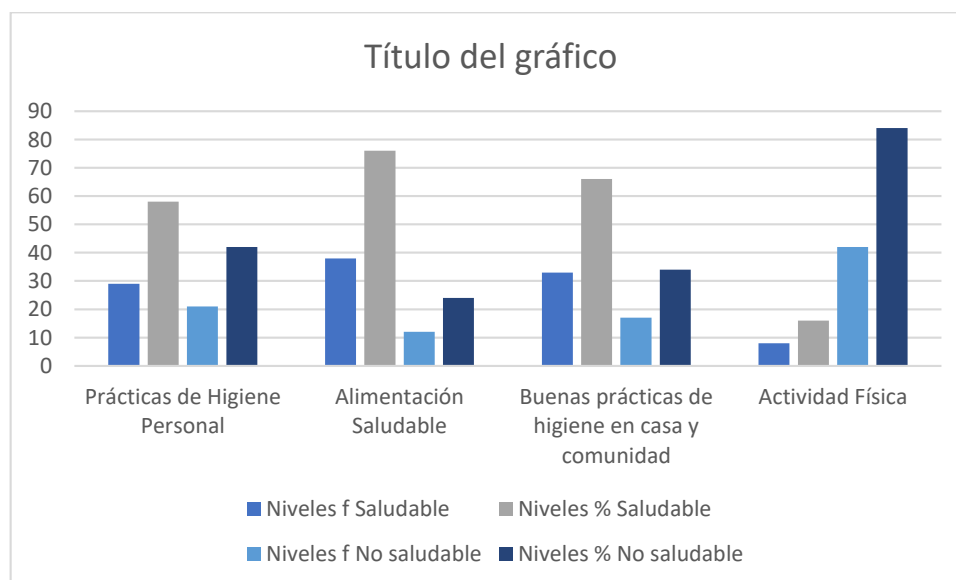
Las madres entrevistadas también fueron consultadas sobre la práctica de actividad física, y se obtuvo que solo 8 madres realizan actividad física, como: trotar, correr y manejar bicicleta; por otro lado, los deportes practicados por estas madres son vóley y fútbol; apreciando desinterés en este tema, a pesar de conocer la importancia del mismo, para prevenir enfermedades, pues tienen la idea que para practicar actividad física o deporte hay que tener dinero y tiempo para dedicarse a ello.

Al análisis, se tiene que hay un gran número de madres con sobrepeso, independientemente de la edad, y ello porque no practican actividades físicas o deportes.

Las narraciones de las madres, con relación a la pregunta sobre sus hábitos de higiene en la casa y la comunidad, se tiene que 33 madres aplican procedimientos correctos para la limpieza y desinfección de los ambientes del hogar, en la frecuencia propuesta por el sector salud, además refieren que participan en actividades de limpieza e higiene de la comunidad donde viven.

Figura 3

En la figura se ilustra el Nivel de actitudes conductuales hacia la calidad de vida, de las madres del estudio



Fuente: Elaboración propia.

Con respecto a los resultados del presente estudio, en el marco del segundo objetivo, se hizo un análisis de las características de las madres entrevistadas y la posible relación entre factores socioeconómicos y la forma de vida de las madres, encontrando que existe una estrecha relación; ya que las madres con actitud saludable en prácticas de higiene personal, en su mayoría cursaron superior completa e incompleta y secundaria, generalmente residen en zona urbano y en menor proporción rural, cuentan con los principales servicios, en su mayoría son profesionales intelectuales, técnicos y vendedoras de comercios y mercados, su familia está compuesta por 4 integrantes promedio y el ingreso económico familiar promedio es mayor de s/1,500 soles.

En lo que concierne a las prácticas de alimentación las madres de familia que tuvieron actitudes saludables, en su mayoría cursaron superior completa e incompleta y secundaria, generalmente residen en zona urbana, cuentan con los servicios básicos principales, en su mayoría son profesionales intelectuales,

técnicos y vendedoras de comercios y mercados, tienen entre 3 a 4 integrantes de la familia y el ingreso económico familiar promedio es mayor de s/1,800 soles.

En cuanto a las prácticas de actividad física las 8 madres de familia que tuvieron actitudes saludables, en su mayoría tienen grado de instrucción superior completa e incompleta y secundaria, generalmente residen en zona urbana, y muy poca proporción en zona rural, cuentan con los servicios básicos y en su mayoría son personal administrativo y vendedoras de comercios y mercados, tienen entre 3 a 6 integrantes de la familia y el ingreso económico familiar está entre s/1,000 a s/1,800 soles.

Para promover calidad de vida en las madres de familia de estudiantes de nivel inicial y primaria de instituciones públicas, el Gobierno Regional de Tumbes, implementó la Iniciativa Regional Aprende Saludable del 2016 a la fecha, y que en el año 2020 creó la Estrategia de sensibilización a las madres de familia en mención, con el apoyo de actores de la región en temas para una vida saludable.

En esta perspectiva, en el presente trabajo, se pretende conocer las actitudes tanto cognitivas y conductuales de las madres participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable; así como identificar si existe o no vinculación entre factores socioeconómicos y la forma de vida actual de las madres, para poder llegar a claras conclusiones.

Esta investigación cualitativa se enmarcó en el análisis de las narraciones de las madres participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, entrevistadas para conocer cuáles son sus actitudes tanto cognitivas y conductuales hacia la calidad de vida, posterior a las capacitaciones impartidas por la Iniciativa, con el fin de conocer el impacto y los resultados de programas de capacitación dirigidos a la población. Así mismo se busca identificar la determinación de factores socioeconómicos en la vida saludable de las participantes.

Las entrevistadas dieron sus diferentes apreciaciones, que al realizar el análisis correspondiente se puede deducir que tienen actitudes cognitivas positivas sobre la Iniciativa Regional y las capacitaciones que vienen impartiendo en cuatro temas muy importantes porque contribuyen a mejorar su calidad de vida, lo cual indica que tienen una apreciación favorable, recomendando que se opte por las

capacitaciones presenciales porque permiten mayor interiorización de los conocimientos aprendidos.

Por otro lado, al análisis, se deduce que los conocimientos adquiridos para tener calidad de vida, solo han logrado que la mitad de la población entrevistada tenga actitudes saludables; sobre todo en lo que concierne a las buenas prácticas de alimentación e higiene personal, debiendo trabajar con mayor ahínco en la higiene de la casa y la comunidad y en la práctica de la actividad física, pues la falta de la misma está resultando en sobre peso de más de la mitad de participantes.

Así mismo, al análisis de los hallazgos se deduce que hay una estrecha relación entre determinadas características socioeconómicas de las entrevistadas y la vida saludable o no, como son: El grado de instrucción, la zona de residencia, la composición familiar, el contar con los servicios básicos, el tener trabajo y el ingreso económico familiar; por lo que resulta prioritario que el Gobierno nacional, regional y local, apuesten por una mayor inversión para mejora de factores socioeconómicos como la educación, salud, vivienda, saneamiento y fuentes de trabajo para que las personas en general tengan calidad de vida.

Se analiza entonces que no solo las estrategias o programas de capacitación permitirán cambios en la forma de vida de las personas, sino que también hay que implementar políticas públicas, proyectos o estrategias que permitan mejorar los factores socioeconómicos, para lograr que las personas tengan calidad de vida.

Estos hallazgos se respaldan en los trabajos de investigación desarrollados por Telma Veliz Estrada en el año 2017, determinando que los universitarios en general, no tienen buenos hábitos alimentarios, y el hábito de ejercitarse es bajo, a pesar de conocer que la buena alimentación y la práctica de ejercicios tienen resultados beneficiosos para la salud. Así mismo el estudio, muestra que es posible aplicar medidas que restablezcan la forma de vida de las personas.

Así mismo, Milagros Ruiz, en el año 2019, investigó sobre actitudes, cognición y postura de alimentación saludable, en 170 estudiantes, encontrando que más del 50% tienen un nivel alto de conocimiento en buenas prácticas alimentarias y menos del 50% tienen buenas actitudes y hábitos de ejercitarse, concluyendo que es

necesario incorporar en la currícula la educación alimentaria e incentivar la actividad física.

Así mismo Moreno, Gutiérrez, Luna y Rojas, en el año 2017, establecieron que determinantes de la salud como: dimensiones personales, ambientales, culturales y socioeconómicas predominan en la forma de vida de la población estudiantil objetivo, respecto a sus hábitos alimentarios.

Similares resultados se encuentran en la investigación de Jacobo y Torres en el año 2017, que consideraron un conversatorio con 165 madres de familia que integraban un programa de capacitación, para recoger información sobre factores socio económicos y comportamientos actuales, señalando que la enseñanza, vivienda y el beneficio económico familiar, incide de modo relevante en la praxis de los comportamientos saludables.

Así mismo al investigar sobre las actitudes que tienen las madres participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, el resultado de la entrevista en profundidad nos narra que ellas tienen actitud cognitiva positiva casi en su totalidad, mientras que su actitud es saludable en la mitad de las madres entrevistadas, debiendo incidir en la práctica de actividad física, buenas prácticas de higiene en la casa y la comunidad y en la higiene bucal.

Así mismo se determina que los factores socioeconómicos inciden de modo relevante en las actitudes hacia la calidad de vida de las madres objetivo del estudio.

V. CONCLUSIONES

Los resultados mostrados en las entrevistas en profundidad aplicadas a madres de familia, relacionada a las actitudes hacia la calidad de vida en las madres de estudio, evidencia las siguientes conclusiones:

1. En la investigación realizada a las madres de familia, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, se encontró que la mayoría, tienen adecuado conocimiento sobre temas hacia la calidad de vida, siendo de mayor conocimiento las prácticas de higiene personal y la alimentación saludable y en menor proporción las buenas prácticas de higiene en casa y comunidad y la actividad física; concluyendo que la estrategia de capacitación implementada permitió fortalecer las capacidades de las madres de familia, para aplicar lo aprendido con la familia.
2. En la investigación realizada a las madres de familia, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, se encontró que la mitad de las madres entrevistadas tienen actitudes saludables para tener calidad de vida, siendo los hábitos más destacados las buenas prácticas de alimentación e higiene personal, seguido de la higiene en casa y comunidad y en muy poca proporción se practica la actividad física; concluyendo que las actitudes conductuales de las madres difieren de las actitudes cognitivas. Así mismo se observa que la Iniciativa debe trabajar un poco más en la temática de actividad física, higiene bucal y en las buenas prácticas de higiene en la casa y la comunidad.
3. En el presente trabajo se llegó a la conclusión que existe vinculación entre los factores socioeconómicos y la forma de vida de las madres entrevistadas.

VI. RECOMENDACIONES

Vistos los resultados y conclusiones de la investigación, se recomienda:

1. Que la Iniciativa Regional Aprende Saludable continúe capacitando de manera presencial a las madres de familia de las instituciones educativas públicas del nivel inicial y primaria en Tumbes, sobre temas que permitan calidad de vida, debiendo considerar el abordaje igualitario en todos los temas impartidos, con énfasis en la actividad física, la higiene bucal y la higiene de la casa y la comunidad.
2. Que los Gobiernos Nacional, Regional y Locales e instituciones públicas, apuesten por programas y estrategias de capacitación que permitan mayor interacción, involucramiento y compromiso por parte de los capacitados para poner en práctica lo aprendido, y que los medios de comunicación y demás instituciones públicas y privadas de manera articulada, trabajen planes y campañas de comunicación para difusión de temas hacia la calidad de vida.
3. Que el Estado apueste por políticas públicas, proyectos y estrategias que permitan mejorar las condiciones de vida de la población, con énfasis en la Educación, Vivienda, Composición Familiar, Servicios Básicos y Trabajo.

REFERENCIAS

Baptista, L. (2014) Metodología De La Investigación

Barufaldi, L., Ferreira, M., Azevedo, G., Vergetti, K. (2015) Desayuno: vinculado a consumo y comportamientos alimenticios en adolescentes. Brasil: *Adolesc Saude*, 12(2): 7-16. Recuperado de http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=497&idioma=Espaol

Baughcum, A., Gramling, K., & Eneli, I. (2015). Severely Obese Preschoolers in a Tertiary Care Obesity Program: Characteristics and Management. *Clinical Pediatrics*, 54(4), 346–352. <https://doi.org/10.1177/0009922814555975>

Cabana, E. (2017). "Hábitos alimentarios, patrón de alimentación y estilos de vida, de estudiantes de la universidad nacional del altiplano de puno, 2016" Perú: Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

Callisaya, L. (2016). "Hábitos alimentarios de riesgo nutricional en estudiantes de primer año de la carrera ciencias de la educación en la universidad Mayor de San Andrés de la Ciudad de la Paz". La Paz, Bolivia: Universidad Mayor de San Andrés.

Cárdenas, M. et al. (2016). "Percepción de la mujer ejecutiva sobre su trabajo y vida familiar". Lima, Perú: Pontificia Universidad Católica del Perú.

Chumbe, C. (2020) "Factores que influyen en el comportamiento del consumidor de comidas rápidas post pandemia en Iquitos, 2020". Iquitos-Perú: Universidad Privada de la Selva Peruana.

Coronel, J., & Marzo, N. (2017). La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. *MEDISAN*, 21(7), 926-932. <https://cutt.ly/CZukEtq>.

- Corral, J. (2015). Actividad física, estilos de vida y adherencia de la práctica de actividad física de la población adulta de Sevilla. Facultad de Educación, Departamento de Educación Física y Deporte, Universidad de Sevilla. Sevilla. Tomado de: <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/34706/TESIS%20COMPLETA%20JUAN%20CORRAL.pdf;jsessionid=48A5376501C61D296875A38AC2AFB7DF>
- Cuenca, V. (2017). “Estrategias de enseñanza desde la promoción de la salud para el desarrollo de capacidades cognitivas de estilos de vida saludables en estudiantes de primaria”. Lima-Perú: Universidad San Martín de Porres.
- Dexheimer Pharris, M. (2015). Margaret Newman’s Theory of Health as Expanding Consciousness. En M. C. Smith & M. E. Parker (Eds.), *Nursing theories & nursing practice* (Fourth edition, pp. 279–302). Philadelphia, PA: F.A. Davis Company.
- Díaz, J. (2020) “Formación de un ser humano con la capacidad de adherencia al ejercicio físico en pro de la calidad de vida”. Bogotá-Colombia: Universidad Pedagógica Nacional.
- Duncanson, K., Burrows, T., & Collins, C. (2016). Child Feeding and Parenting Style Outcomes and Composite Score Measurement in the ‘Feeding Healthy Food to Kids Randomised Controlled Trial’. *Children*, 3(4), 28. <https://doi.org/10.3390/children3040028>
- Fernández-Lázaro, D. (2020). *Revista Internacional de Investigaciones Ambientales y Salud Pública*, 17.
- Garrido, N., Gallegos, A. & Hernández, H. (2015). Executive Women and Work-Family. Interaction: Evidence in Mexico. *Revista Global de Negocios*, 3(2),

83-101. Recuperado de <http://www.theibfr.com/ARCHIVE/RGN-V3N2-2015.pdf>

Glanz, K., Lewis, F., & K. Rimer, B. (2020). STUDOC. Obtenido de Cómo superar comportamientos que comprometen la salud: <https://www.studocu.com/es>.

Gotzone Sagardui. Página del Departamento de Salud del Gobierno Vasco, ¿Qué son las conductas saludables? <https://www.euskadi.eus/conductas-saludables/>.

Guzmán Enrique. (2020). La Actividad Física en tiempos de pandemia (COVID19). 2020, de UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN Sitio web: <http://www.une.edu.pe/bienestar/deportes/lineamientos%20de%20la%20actividad%20fisica%20en%20tiempos%20de%20pandemia.pdf>

Hormazabal, et al. (2022). "Actividad, física, estilos de vida y estado nutricional en estudiantes universitarios y familia en tiempos de pandemia". Chile: Universidad Católica de la Santísima Concepción.

Jacobo, B., & Torres, B. (2017). "Influencia de los factores socio-económicos en la práctica de comportamientos saludables de las madres de familia integrantes del programa de familias y viviendas saludables en el centro de salud edificadores Misti. Arequipa, 2017". Arequipa - Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.

Lehto, E., Ray, C., te Velde, S., Petrova, S., Duleva, V., Krawinkel, M, Roos, E. (2015). Mediation of parental educational level on fruit and vegetable intake among schoolchildren in ten European countries. *Public Health Nutrition*, 18(01), 89–99. <https://doi.org/10.1017/S136898001300339X>

- Loayza, D., & Muñoz, J. (2017). "Estilos de vida y estado nutricional en los estudiantes de la institución educativa américa huancavelica-2017". Huancavelica, Perú: Universidad Nacional de Huancavelica.
- Macedo, E. (2018). "Conductas de estilo de vida relacionadas con la salud en estudiantes de pregrado de la facultad de bromatología y nutrición de la universidad nacional "José Faustino Sánchez Carrión" en el año 2014". Huacho, Perú; Universidad José Faustino Sánchez Carrión
- Mamani, Y. (2017) "Conocimientos, actitud y prácticas de las madres sobre la prevención de la anemia ferropénica en niños menores de 5 años de edad que asisten a la micro red Jae-Puno". Perú: Universidad Nacional del Altiplano.
- Martínez A, Calet N. Intervención en Atención Temprana: Enfoque Desde el Ámbito Familiar. Escritos de Psicología - Psychological Writings [Revista en Internet]. 2015 [Acceso el 19 de julio del 2018]; 8(2): 33-42. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2710/271041134006.pdf>
- Mata, L. (2019). El enfoque cualitativo de investigación. Revista científica. Editorial Investigalia. (citado el 18 de marzo del 2021)
- Menor, M. (2017) "Influencia de una intervención educativa para fomentar hábitos de vida saludables en escolares: Estudio Multicéntrico". Granada, España: Universidad de Granada.
- Messias, C., Mendes, M., Santos, C., Silva E. y Martim, W (2015). Consumo de frutas, legumbres y verduras por adolescentes de una escuela pública de Petrolina–Pernambuco. Brasil: Adolesc Saude, 13(4), 81-88. Recuperado de http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=623&idioma=Espanhol

- Ministerio de Salud (2021). Informe: Estado Nutricional de niños menores de cinco años y gestantes que acceden a los establecimientos de salud del Ministerio de Salud. Informe Gerencial Nacional. 2021 – I Semestre. PERU: MINSA.
- Ministerio de Salud del Perú. (2018). Documento Técnico “Guías alimentarias para la población peruana”. Recuperado de https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/274420/RM_1353-2018-MINSA.PD
- Ministerio de Salud (2017). (2012 citado el 12 de junio de 2017). Un gordo problema: sobrepeso y obesidad en el Perú. PERU: MINSA.
- Mondragón, Karla (2020) “Calidad de vida familiar de los niños en situación de discapacidad del programa de intervención temprana “María Montessori” – UGEL 03 – Cercado de Lima 2019” Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos”.
- Moreno, et al. (2017). "Determinantes de la salud que intervienen en el hábito alimentario de los Estudiantes de la Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional de Córdoba en el año 2017". Argentina: Universidad Nacional de Córdoba.
- Moscoso, L. (2019) “Proceso de adopción de comportamientos saludables en niños escolarizados de 8 a 12 años de edad”. Bogotá-Colombia: Universidad Nacional de Colombia.
- Paredes, Y. (2014), “Propuesta de abordaje sobre determinantes sociales de la salud y cambio climático en comunidades dependientes de los desechos sólidos en Managua, Nicaragua”. Barcelona-España: Universidad Autónoma de Barcelona.

Plan Regional de Cooperación Intersectorial de la Iniciativa Aprende Saludable 2021 2022 R.G.G.R. N127-2021GRT-GGR_21May2021.pdf - Gobierno (2021): <https://regiontumbes.gob.pe> › Resoluciones › Mayo.

Ponce A, La Rosa L. Escala para medir actitudes hacia la sexualidad en jóvenes. [Internet]. [Citado 23 diciembre 2016]. Disponible en: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/debatesensociologia/article/viewFile/6953/7108>.

Ramos, G. (2017). "Estilos de vida y su influencia sobre el estado nutricional en escolares adolescentes de la institución educativa técnico industrial San Miguel Achaya – 2017". Puno - Perú: Universidad Nacional del Altiplano.

Ríos, J. (2021) "Comportamiento social mediante la implementación de estrategias de vida saludable centro poblado El Laurel – distrito de Jepelacio provincia Moyobamba". Tarapoto-Perú: Universidad Nacional de San Martín.

Ruidíaz, K y Cacante, J (2021). Desenvolvimento histórico do conceito de Qualidade de Vida: uma revisão da literatura. Rev. cienc. ciudad. pp 86-99. <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/2539/3376>

Ruiz, M. (2019). "Conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en adolescentes de la institución educativa Juan Ingunza Valdivia, Callao 2018". Lima-Perú: Universidad Nacional Federico Villareal.

Sblog, Harol. (12 de junio de 2017). Perfil Peruano Sedentario. Obtenido de HAROLSBLOG: <http://www.harolsblog.com>.

- Schwarzer, R. (2016). DIALNET. Obtenido de Health Action Process Approach (HAPA) as a Theoretical Framework to Understand Behavior Change: <https://dialnet.unirioja.es/>.
- Secretaría de Salud. (2016). "Guía de estilos de vida saludables". Honduras: Gobierno de la Republica de Honduras.
- Sistema de Información de tendencias educativas en América Latina (2018). "Decreto Supremo 010-2013-SA, se aprueba el Plan de Salud Escolar 2013-2016, con cargo al presupuesto institucional del ministerio de salud, del seguro integral de salud y de los demás pliegos involucrados". Buenos Aires-Argentina: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la ciencia y la cultura- Instituto Internacional de planeamiento de la educación IIPÉ UNESCO.
- Uriarte, Y. & Vargas, A. (2018) "Estilos de vida de los estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Norbert Wiener". Lima-Perú: Universidad Norbert Wiener
- Valdivia, E. (2017), "Actitudes hacia la promoción de la salud y estilos de vida modelo pender, profesionales del equipo de salud, micro red Mariscal Castilla. Arequipa 2016", Arequipa-Perú: Universidad Nacional San Agustín.
- Vásquez, V. (2018) "Actitud de las madres sobre alimentación saludable en preescolares. puesto de salud el verde - chota – 2017" Cajamarca-Perú- Universidad Nacional de Cajamarca.
- Veliz, T. (2017). "Estilos de vida y salud: Estudio del caso de los estudiantes de la facultad de ciencias médicas, Universidad de San Carlos de Guatemala". Barcelona-España: Universidad de Barcelona.

Yáñez, L. (2018) "Funcionamiento familiar y su relación con la autoestima de adolescentes". Ambato-Ecuador: Universidad Técnica de Ambato.

Zapico, et al. (2020). Ocronos - Editorial Científico Técnica. Obtenido de Determinantes de la salud. Modelos: <https://revistamedica.com>

ANEXOS

Anexo 01. Matriz de categorización

ANEXO N.º 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA			
TÍTULO: Actitudes hacia la calidad de vida en madres de familia, participantes de la iniciativa regional "Aprende saludable" en Tumbes-2022			
FORM. PROBLEMA	OBJETIVOS	CATEGORÍAS Y SUBCATEGORÍAS	
PROBLEMA GENERAL:	OBJETIVO GENERAL:		
		Categorías	subcategorías
¿Cuáles son las actitudes hacia la calidad de vida, en las madres de familia, participantes de la Iniciativa Regional "Aprende Saludable" en Tumbes, 2022?	Conocer las actitudes hacia la calidad de vida, en las madres de familia, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable en Tumbes, 2022, así como la posible relación con los factores socioeconómico	Factores Socioeconómicos	Características Socioeconómicas Edad Estado Civil Grado de Instrucción Zona de Residencia Tipo y Composición del hogar
	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	Actitudes hacia una vida saludable	Actitud cognitiva Opinión de las sensibilizaciones que realiza el PNAE QaliWarma

	<p>las madres de estudiantes del nivel inicial, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable, en Tumbes, 2022 2.- Identificar si existe vinculación entre factores socioeconómicos y forma de vida de las madres de estudiantes del nivel inicial, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable en Tumbes, 2022.</p>		<p>Opinión e importancia de los temas recibidos por el PNAE QualiWarma Opinión del capacitador Opinión de las modalidades de sensibilización que utiliza el PNAE QualiWarma Opinión sobre temas a incorporar en las sensibilizaciones</p> <p>Actitud conductual</p> <p>Práctica de hábitos de Higiene Personal Práctica de hábitos de alimentación Actividad física Práctica de hábitos de higiene y limpieza en la casa y comunidad</p>
--	--	--	--

Anexo 02.

Instrumento de recolección de datos-

Guía de entrevista

ENTREVISTA SOBRE ACTITUDES HACIA LA CALIDAD DE VIDA DE LAS MADRES DE FAMILIA, PARTICIPANTE DE LA INICATIVA REGIONAL APRENDE SALUDABLE

I. INFORMACIÓN SOCIOECONÓMICA

- 1.- ¿Cuál es su edad?
- 2.- ¿Cuál es su estado civil?
3. ¿Cuál es el grado de Instrucción?
- 4.- ¿Lugar de residencia?
- 5.- Composición del hogar y número de miembros:
- 6.- Condiciones de la vivienda
 - A) Su vivienda es: a) Propia b) Alquilada c) Cedida
 - B) Tipo de casa: a) Casa independiente b) Departamento
 - C) Niveles: a) Un piso b) Dos pisos c) Tres pisos
 - D) Número de ambientes: a) Uno b) 2 a 3 c) 4 a más
 - E) Número de dormitorios: a) Uno b) Dos c) Tres a más
 - F) Servicios: a) Agua b) Desagüe c) Luz d) Teléfono e) Cable f. Internet
- 7.- ¿Realiza alguna actividad ocupacional

8. ¿A cuánto asciende el ingreso familiar mensual?

II. ACTITUD COGNITIVA DE LAS MADRES DE FAMILIA

9.- ¿Qué opinión le merece las capacitaciones que imparte la iniciativa “Aprende Saludable”?

10.- ¿Podría mencionar lo que aprendió de los temas impartidos: alimentación saludable, prácticas de higiene, actividad física e higiene y limpieza en la casa y comunidad? ¿Le fue útil la información?

11.- ¿Qué opinión tiene sobre el capacitador?

12.- ¿Por qué modalidad de capacitación aprendió y cuál es la modalidad de su elección?

- a) Sensibilización presencial
- b) Sensibilización virtual por zoom
- c) sensibilización por llamada telefónica

13.- ¿En qué otro tema le gustaría ser sensibilizado y por qué?

III. ACTITUD CONDUCTUAL DE LAS MADRES DE FAMILIA

14. PRÁCTICA DE HÁBITOS DE HIGIENE PERSONAL

A) ¿Podría explicar el procedimiento para lavarse las manos usted y su familia? Detallar

B) ¿Podría explicar en qué consiste el aseo personal de usted y su familia? Detallar

B) ¿Cuál es el procedimiento para realizar la higiene bucal usted y su familia? Detallar

E) ¿Qué hábitos de higiene pone en práctica para preparar los alimentos?

15. PRACTICA DE HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN

A) ¿Cuántas veces en el día comen los integrantes de la familia?

B) ¿Detalle en qué consiste mayormente la alimentación de la familia?

C) ¿Podría mencionar los alimentos que consume en el desayuno y si considera que son nutritivos?

D) ¿Podría mencionar los alimentos que consume en el almuerzo y si

considera que son nutritivos?

- E) ¿Podría mencionar si en su alimentación consumen verduras, el tipo de preparación y la frecuencia de consumo en la semana?
- F) ¿Podría mencionar si en su alimentación consumen frutas y con qué frecuencia en la semana?
- G) ¿En su familia consumen comida chatarra (hamburguesas, dulces, gaseosas, etc.) y con qué frecuencia en la semana/mes?

H) ¿En su familia consumen agua segura (hervida en recipientes limpios y desinfectados)? Y si no fuera así describir el tipo de agua que consumen.

I) En cuanto a su peso corporal, considera usted que tiene:

- a) Bajo peso
- b) Adecuado peso
- c) Sobre peso

16.- ACTIVIDAD FÍSICA

- A) ¿Qué actividades físicas realiza la familia y con qué frecuencia en la semana/mes?
- B) ¿Qué deportes practica la familia y con qué frecuencia en la semana/mes?

17.- PRACTICA DE HABITOS HIGIENE Y LIMPIEZA EN LA CASA Y LA COMUNIDAD

- A) ¿Qué procedimiento pone en práctica para la limpieza y desinfección de su vivienda? ¿Y con qué frecuencia lo realiza?
- B) ¿Cómo participa en la comunidad para asegurar un entorno saludable para el disfrute de su familia?

Gracias por su colaboración

Anexo 03

Validación de Instrumentos

Experto 01

EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento: Entrevista sobre actitudes hacia la calidad de vida de las madres de estudiantes del nivel inicial, que forma parte de la investigación denominada "Actitud hacia la calidad de vida de las madres de familia, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable en la Región Tumbes, 2022".

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al área investigativa de Gestión Pública como a sus aplicaciones. Agradezco su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	GLADYS FARFÁN GARCÍA
Grado profesional:	Maestría () Doctor (X)
Área de Formación académica:	Educación (X) Ciencias () Social () Ingeniería () Psicología () Administrativas
Áreas de experiencia profesional:	DOCENTE UNIVERSITARIA
Institución donde labora:	UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (X)
Experiencia en Investigación:	Asesoría de tesis, publicación de libros.



Dra. Gladys Farfán García
DNI 00250892

Experto 02

EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento: Entrevista sobre actitudes hacia la calidad de vida de las madres de estudiantes del nivel inicial, que forma parte de la investigación denominada "Actitud hacia la calidad de vida de madres de familia, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable en la Región Tumbes, 2022".

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al área investigativa de Gestión Pública como a sus aplicaciones. Agradezco su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Victor Francisco Cruz Cisneros
Grado profesional:	Maestría () Doctor (X)
Área de Formación académica:	Educación (X) Ciencias () Social () Ingeniería () Psicología () Administrativas
Áreas de experiencia profesional:	Docencia e Investigación.
Institución donde labora:	Universidad César Vallejo.
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (X)
Experiencia en Investigación:	Asesoría de tesis, publicación de libros y artículos científicos.



Dr. Victor Francisco Cruz Cisneros
DNI: 00244802

Experto 03

EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento: Entrevista sobre actitudes hacia la calidad de vida de las madres de estudiantes del nivel inicial, que forma parte de la investigación denominada "Actitud hacia la calidad de vida de las madres de familia, participantes de la Iniciativa Regional Aprende Saludable en la Región Tumbes, 2022".

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al área investigativa de Gestión Pública como a sus aplicaciones. Agradezco su valiosa colaboración

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Eddy Rosario Salinas La Torre
Grado profesional:	Maestría () Doctor (x)
Área de Formación académica:	Educación (x) Ciencias () Social () Ingeniería () Psicología () Administrativas
Áreas de experiencia profesional:	Docencia administrativa e investigación
Institución donde labora:	Institución Educativa Túpac Amaru
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación:	Asesoría de tesis, publicación de libros y artículos científicos.



Eddy Rosario Salinas La Torre
44748558

Anexo 03

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS







UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN GESTIÓN PÚBLICA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, AREVALO LUNA EDMUNDO EUGENIO, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN GESTIÓN PÚBLICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, asesor de Tesis Completa titulada: "Actitudes hacia la calidad de vida en madres de familia, participantes de la iniciativa regional "Aprende saludable" en Tumbes,2022.", cuyo autor es ZAMBRANO LADINES DIGNA GRACIELA, constato que la investigación cumple con el índice de similitud establecido, y verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis Completa cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

PIURA, 06 de Agosto del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
AREVALO LUNA EDMUNDO EUGENIO DNI: 10472445 ORCID https://orcid.org/0000-0001-8948-7449	Firmado digitalmente por: EAREVALO el 07-08- 2022 15:37:52

Código documento Trilce: TRI - 0395256