



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3
a 5 años de la Asociación Santa Inés- Carabayllo, 2022

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Enfermería

AUTOR(ES):

Br. Tolentino Quispe, Breica Jaira (orcid.org/0000-0001-7734-8708)

Br. Villanueva Goicochea, Geysli Marieth Belen (orcid.org/0000-0001-7714-9856)

ASESORA:

Mgtr. Oros Lobatón, Diocesana Eliana (orcid.org/0000-0001-6078-5135)

Línea de investigación:

Salud Perinatal e Infantil

Línea de responsabilidad social:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA NORTE – PERÚ

2022

DEDICATORIA

Está dedicado antes todo a Dios,
que nos permitió llegar hasta aquí,
a nuestros padres, que son el
motivo de seguir con la carrera y
por darnos todo el apoyo
incondicional para esta profesión,
también va dedicado a toda
nuestra familia.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a la Directiva de la Asociación donde nos dieron la confianza y facilidad del acceso al establecimiento para poder realizar nuestra investigación.

Agradecemos a nuestro asesor por brindarnos su tiempo y paciencia para poder terminar la investigación.

ÍNDICE

Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas.....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II.MARCO TEÓRICO.....	5
III.METODOLOGÍA.....	11
3.1 Tipo y diseño de investigación.....	12
3.2 Variables y operacionalización.....	12
3.3 Población, muestra, muestreo, unidad de análisis.....	13
3.4 Técnicas e instrumento de recolección de datos.....	14
3.5 Procedimientos.....	14
3.6 Método de análisis de datos.....	15
3.7 Aspectos éticos.....	16
IV.RESULTADOS.....	18
V.DISCUSIÓN.....	22
VI.CONCLUSIONES.....	26
VII.RECOMENDACIONES.....	27
REFERENCIAS.....	28
ANEXOS:.....	31

Índice de tablas

Tabla 1. Datos Demográficos de los niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés Carabayllo,2022.....	18
Tabla 2. Prueba de normalidad Shapiro-Wilk para la variable Hábitos alimenticios y Estado nutricional	
Tabla 3. Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés- Carabayllo, 2022.....	19
Tabla 4. Relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia del consumo de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés - Carabayllo,2022.....	21
Tabla 5. Relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión grupos de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la asociación Santa Inés Carabayllo,2022.....	22

RESUMEN

Según, la Fundación Española de Nutrición, los hábitos alimenticios son conductas rutinarias que llevan a seleccionar y añadir a la dieta, cierto tipo de alimentos como: frutas, verduras, proteínas y carbohidratos; cuyas actitudes son originalmente voluntarias ya que nuestros padres nos lo inculcan y que con el pasar de los años se convierten en involuntarias y son contraídas a lo largo de nuestra vida.

El presente estudio lleva por título: Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la asociación Santa Inés-Carabayllo ,2022, siendo su objetivo principal: Determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en los niños de 3 a 5 años de edad de la

Asociación "Santa Inés" en el distrito de Carabayllo 2022. El presente trabajo fue de tipo cuantitativo, de corte transversal y prospectivo. La población muestral estuvo conformada por 50 niños de 3 a 5 años, del comité del vaso de leche de la Asociación "Santa Inés", usando como instrumento el cuestionario y una ficha ,teniendo como resultados: Que, $p=0,614$ ($>0,05$) lo cual indica que no existe relación entre las variables hábitos alimenticios y estado nutricional, en cuanto a la relación entre hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia de consumo de alimentos y el estado nutricional se obtuvo $p=0,623$ ($<0,05$) concluyendo que no existe relación entre ambas variables, por último en cuanto a la relación de la variable hábitos alimenticios en su dimensión grupos de alimentos y el estado nutricional se obtuvo $p=0,873$ ($p<0,05$) concluyendo que no existe relación positiva.

Palabras clave: "hábitos alimenticios", "pre-escolar", "estado nutricional"

ABSTRACT

According to the Spanish Nutrition Foundation, eating habits are routine behaviors that lead to selecting and adding certain types of food to the diet, such as: fruits, vegetables, proteins and carbohydrates; whose attitudes are originally voluntary since our parents instilled it in us and that with the passing of the years become involuntary and are contracted throughout our lives.

The present study is entitled: Relationship between eating habits and nutritional status in children from 3 to 5 years of age from the Santa Inés-Carabayllo association, 2022

, being its main objective: To determine the relationship that exists between eating habits and nutritional status in children from 3 to 5 years of age of the "Santa Inés" Association in the district of Carabayllo 2022. The present work was quantitative, cross-sectional and prospective. The sample population consisted of 50 children from 3 to 5 years old, from the glass of milk committee of the "Santa Inés" Association, using the questionnaire and a file as an instrument, with the following results: What, $p=0.614$ (>0.05) which indicates that there is a relationship between the variables eating habits and nutritional status, in terms of the relationship between eating habits in its dimension frequency of food consumption and nutritional status, $p=0.623$ was obtained (<0.05) concluding that there is a relationship between both variables, finally regarding the relationship of the variable eating habits in its dimension of food groups and nutritional status, $p=0.873$ ($p<0.05$) was obtained conc showing that there is a very strong positive relationship.

Keywords: "Eating habits", "pre-school", "nutritional status"

I. INTRODUCCIÓN

Según, la Fundación Española de Nutrición, los hábitos alimenticios son conductas rutinarias que llevan a seleccionar y añadir a la dieta cierto tipo de alimentos como: frutas, verduras, proteínas y carbohidratos; cuyas actitudes son originalmente voluntarias ya que nuestros padres nos lo inculcan y que con el pasar de los años se convierten en involuntarias y son contraídas a lo largo de nuestra vida². Según, la OMS (Organización Mundial de la Salud) con relación al crecimiento y desarrollo de los niños, la desnutrición tiene una consecuencia negativa tanto en el desenvolvimiento económico como social. Por ello, podemos decir que una de las causas es la pobreza debido a las pérdidas directas en el rendimiento; asimismo las pérdidas indirectas son originadas por imperfecciones en la función cognoscitiva, la evolución en los niños es deficiente y existen fallas en la educación; como también pérdidas por el incremento de costos en la atención sanitaria. ¹

En este país, según la Organización Mundial de la Salud, la incidencia de desnutrición crónica infantil se da en niños < 5 años y ha aumentado un 28.0%, asimismo en el año 2007 y en el año 2016 dio un resultado 13.1%. Siendo así, las zonas agrícolas donde se encuentra el mayor incrementado de porcentaje en niños menores de cinco años con DCI.¹

Según SM Egoavil Méndez (2017), manifiesta que una excelente nutrición desde prematura edad, aprueba intensificar el sistema inmunológico que va a adquirir menos incidencias de enfermedades y va a favorecer el desarrollo y crecimiento en los niños de acuerdo a su edad. Por ello, los padres inculcan adecuados hábitos alimenticios en los niños con la finalidad de mantener un equilibrio nutricional. ⁴

Es por ello que, la ONU, expone que la niñez es la etapa en la cual se establece el sustento de todo el desarrollo siguiente del ser humano. Es una etapa muy importante, ya que sigue un proceso neurofisiológico que tiene una conexión y permite el funcionamiento del cerebro, asimismo determinan el desarrollo a través de la naturaleza y extensión de las capacidades en los adultos.

Asimismo, para adquirir los hábitos alimenticios en la niñez se interponen ante todo tres factores; primero, familia, después de la comunicación y por último el colegio.

En la familia, es donde tienen contacto con los hábitos alimenticios, ya que cada miembro de la familia ejerce un cierto predominio en dieta en sus niños y en sus comportamientos relacionado con la nutrición, y de acuerdo con los hábitos es consecuencia de la construcción social, cultural acordada por sus integrantes.

Es necesario mantener una adecuada nutrición que va a proporcionar un desarrollo óptimo de los niños, por ello es importante ingerir alimentos nutritivos para su organismo, en caso contrario va a causar un desequilibrio y esta puede traer como consecuencia una malnutrición, por ello depende de la proporción y cantidad de alimentos que consume, una adecuada alimentación afectará su crecimiento y desarrollo del niño, este no solo debe manejarse con el equipo multidisciplinario, si no también deben ser participativos la familia y comunidad.

Según UNICEF; manifiesta que el estado nutricional del niño va de acuerdo a los hábitos alimenticios que inculcan los padres, en la cual se ha identificado sobrepeso como también desnutrición debido a que consumen alimentos inadecuados como gaseosas, golosinas, etc., además está generando secuelas a corto y largo plazo, que tienen un mayor riesgo de percibir enfermedades infecciosas como a la vez enfermedades crónicas.³

Existen algunas investigaciones, como el de INNPARES, en la cual nos menciona que el Perú ocupa el 3er lugar a nivel de Latinoamérica con un porcentaje 6.4% de población preescolar que tienen sobrepeso, se considera que el 28% de niños en el Perú presentan sobrepeso y obesidad, problema que va en aumento.²

De esta forma nació la motivación de la investigación durante una visita de la Asociación "Santa Inés" del distrito de Carabayllo, está considerado en extrema pobreza según SISFOH, se observan condiciones precarias de vivienda y salubridad, pues en su mayoría no cuentan con desagüe y viven cerca de la sequía acompañado de malos olores, además se observó niños adelgazados, pálidos

cuyas madres refieren que no les alcanza el dinero para comprar los alimentos ya que no trabajan, asimismo manifiestan que sus hijos se encuentran cansados la mayor parte del tiempo y tienen dificultad para concentrarse en sus labores escolares.

La justificación teórica del presente trabajo se basa en la información que obtenga en el estudio, la cual va a promover estrategias de concientización sobre los hábitos alimenticios saludables.

Siendo la justificación práctica se plantea los puntos precisos para realizar la consejería, generando estrategias y medidas de intervención, con el fin de optimizar los buenos hábitos alimenticios y proporcionando una mejoría en su estado nutricional.

Considerando lo anteriormente mencionado, la justificación metodológica se utilizará un instrumento validado y confiable y la ficha de recolección de datos, la cual servirá como marco referencial en el futuro investigativo con varias temáticas que emplean la situación problemática, estudios previos, base teórica y la metodología.

Por lo anterior descrito se expone el siguiente problema de investigación: ¿Cuál es la relación que existe entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés- Carabayllo, 2022?

Asimismo, los problemas específicos son:

¿Cuál es la relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia del consumo de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés - Carabayllo, 2022?

¿Cuál relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión grupos de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés- Carabayllo, 2022?

El objetivo general del presente estudio es: Determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en los niños de 3 a 5 años de edad de la Asociación "Santa Inés" en el distrito de Carabayllo 2022.

El presente estudio tiene como objetivos específicos:

-Conocer la relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia del consumo de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés - Carabaylo, 2022.

- Identificar la relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión grupos de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés - Carabaylo, 2022.

Como hipótesis general:

H1=Existe relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés - Carabaylo, 2022. H0=No existe relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés - Carabaylo, 2022

II. MARCO TEÓRICO

Según Martínez y Cueva P. (2018) , realizaron una investigación en el país de Cartagena en la que se obtuvo como resultado que el 60% de niños presentan sobrepeso y el 20 % obesidad, este estudio tuvo una muestra de 152 menores de 5 años ,asimismo fue un estudio experimental en la cual se resaltó que existe una morbilidad y mortalidad en la infancia, debido a que no realizan el correcto higiene y unos de los factores es físico 20%, social 20%, cultural 10% y económico 50% de los habitantes que se encuentran en extrema pobreza.⁸

Según Amador y Silva C. (2019), realizaron un estudio experimental similar en el país de Ecuador con una población de 125 padres, en la cual se obtuvo un resultado de 53% son madres jóvenes, por ello se identificó que un 9 % consumían de vez en cuando las proteínas y el 10 % se demostró que ingieren alimentos de baja calidad. Por ello, se evidenció que las madres de 21 a 25 años, optan por el consumo de carbohidratos y grasas, lo que genera anemia, problemas de aprendizaje, deficiencia de zinc que produce un debilitamiento en sistema inmunológico. Además, el 70% se identificó que optan por el consumo de carnes rojas, por ello se recomendó no consumir frecuente alimento de baja calidad.⁹

Mora y Ramos (2021), realizó un estudio experimental en el país de Paraguay donde se obtuvo una población de 230 niños 213 casas en la cual, se presentó un dato estadístico de 58% que son niños mayores de 2 años, 52% son masculinos, por ello, en este estudio se identificó que el 60% de las madres son ama de casa, 47% reciben su sueldo mínimo. Asimismo, se presentó 4% de niños que presentan desnutrición aguda y 10% de riesgo de desnutrición. Este estudio dio a conocer que la gran mayoría de familias tienen ingresos bajos y el nivel de educación baja que influye en el estado nutricional debido a que reciben ingresos bajos que dificulta mantener unos hábitos alimenticios adecuados para sus hijos.¹⁰

Según Gallegos y Martínez (2019), realizaron un estudio experimental en el país de Chile, donde se obtuvo una población de 389 con una muestra de 270 niños, con una prevalencia de 49% que presenta desnutrición y 50 % de niños que presentan una disminución de hemoglobina debido al inadecuado consumo de

alimentos nutritivos, lo que provoca problemas de salud, en la que se evidencia un 30% que presentan enfermedades diarreicas, 20% presentan parásitos en el intestino, por ello se planteó estrategias para prevenir problemas de salud graves con el fin de evitar que afecte su desarrollo, calidad de vida y su rendimiento escolar .¹¹

Navarrete P., Villanueva V. Realizaron un artículo en el año 2016. Fue un estudio prospectivo, transversal y no experimental. El estudio fue hecho en Perú en el distrito de Villa el Salvador, V. María del Triunfo y San Juan de Lurigancho, obtuvieron una muestra de 1416 niños. Los resultados determinaron que los habitantes preescolares en el distrito de San Juan de Lurigancho presentaron una malnutrición crónica con un 8.6% y 11% con alto porcentaje de sobrepeso en Villa el Salvador, además en Villa María del Triunfo 1.3% con desnutrición aguda y por último 4.6% que presenta obesidad.²

No obstante, en la comunidad de la población infantil, los alimentos que consumen son ofrecidos por los padres de familia, por la cual escogen y cocinan e ingieren según sus preferencias y hábitos alimenticios; teniendo en cuenta el consumo, el tipo y la calidad de nutrientes de los niños va a influir un equilibrio nutricional, así como su crecimiento óptimo y desarrollo.

Arrunátegui y Correa V realizaron un artículo en el año 2017. Fue un estudio prospectivo, transversal y no experimental. Dicho estudio fue hecho en el distrito de San Marco del departamento de Ancash donde se obtuvo una muestra de 178 niños que fueron atendidos en mayo y diciembre, en la cual dieron resultados indicando la evidencia predominante de desnutrición moderada y grave en los niños que se realizó el estudio. El tema de alimentación tiene una gran iniciativa por parte del gobierno de este país mediante programas sociales que tienen estructurada un enfoque sobre determinantes que prioriza los tipos de alimentos, cuidado materno infantil y la calidad en su entorno de su salud, en la cual el enfoque tiene como finalidad abordar el problema y proporcionar un programa educativo para disminuir los porcentajes de malos hábitos alimenticios.²

Según Sánchez Garrido, (2022), analizó el estado nutricional donde se realizó el estudio en el colegio en el país de Ecuador a niños de 5 años. Fue un estudio experimental ya que se realizó a 571 estudiantes, en la cual obtuvo una muestra 110 niños, los resultados demostraron que 7% presentó delgadez, 17% riesgo de

delgadez, 18% sobrepeso y 7,1 % obesidad. Asimismo, el 1.3% presentó una talla baja para su edad debido a que las madres no le enseñan la importancia de consumir frutas y alimentos ricos en hierro.⁷

Según Eduardo ,se realizó un estudio técnico en el 2018 en el Perú, donde la investigación fue un estudio observacional y transversal , en la cual se realizó a los pobladores en el hogar una encuesta nacional donde se realizó una muestra probabilístico con un total de 3.000 personas , la cual 43% presentaron estos problemas , la cual fue 13,1 % de desnutrición que afectó a niños menores de 5 años que llevan una adecuada alimentación ,asimismo 12 % % de sobrepeso fueron de 5 a 9 años ,18.3 % de obesidad ,también se obtuvo un 12,7% llevan una dieta ,la cual presentaron enflaquecimiento , por ello se obtuvo un resultado 3 % no toman un buen desayuno .³

Los problemas nutricionales se han incrementado por defecto y por exceso de peso en el Perú, es así como el sobrepeso y la obesidad son considerados uno de los problemas de salud pública, asimismo existe un alto riesgo de que la población adulta enferme, por ello la anemia es uno de problemas que afecta en niños, mujeres en edad fértil y gestante que provoca mortalidad.

Según Gonzáles y Jiménez R. En el año 2017, realizaron una investigación, de estudio cualitativo que se basa mediante entrevistas a 18 padres y madres en un colegio inicial de la provincia de Chachapoyas en el Perú , por ello se obtuvieron resultados sobre los hábitos alimenticios en la cual , son factores socioeconómico como la disponibilidad en la preparación de alimentos teniendo en cuenta los horarios, el trabajo de los padres, además se identificó que hay padres que dan de tomar café a sus niños como una rutina debido a la falta recursos económicos y la falta de conocimientos, debido a eso, consumen alimentos a su alcance.⁶

Según el Informe Técnico de Vigilancia Alimentaria (2018) realizó un estudio de base poblacional, observacional transversal descriptivo. En la cual, la población estuvo constituida por los niños de 3 a 5 años, en el Perú. Los resultados determinaron el 0.7% presenta delgadez. Asimismo se identificó que 6 de cada

10 niños presentaron IMC dentro de los valores normales de acuerdo a su edad y sexo, además el 38.4% presento exceso de peso.⁵

Según el autor Hidalgo K., manifiesta que los hábitos alimenticios son procesos que se adquiere a lo largo de los años para mantener un adecuada alimentación , además las personas fomentan los tipos de alimentación que permite mantener una buena salud ya que optan por distintos grupos de alimentos, teniendo en cuenta la calidad, los horarios y los tiempos en la comida y la cantidad, por la cual permite y favorece el crecimiento de sus niños, ya que los nutrientes permite la formación de los tejidos y energía que favorece el funcionamiento de los órganos, además previene de enfermedades que son causadas por el inadecuado estilo de vida en exceso de consumo de alimentos que no contiene proteínas.⁷

A nuestro punto de vista, Hidalgo está en lo correcto, ya que los hábitos van a depender mucho de lo que nuestros padres nos enseñan día a día y depende a ellos tendremos un estado de nutrición ya sea estable o con deficiencia.

Por otro lado, según OMS sostiene, que “mantener una alimentación sana a lo largo de la vida va ayudar a prevenir la malnutrición, enfermedades no transmisibles y trastornos”. De acuerdo con la OMS, es importante consumir alimentos nutritivos que favorezca un estilo de vida saludable para evitar enfermedades debido a la desnutrición que afecta al desarrollo, por ello el estilo de vida ayuda a mantener un estado equilibrado, además se recomienda comer 400g de frutas y verduras para evitar el riesgo de enfermedades no

transmisibles en la cual va a garantizar una ingesta suficiente.¹²

Según Figueroa Pedraza manifestó que el estado nutricional es un resultado de todo el balance de las necesidades alimentarias, como también el gasto de energía y otros nutrientes, también demostró que existía una gran cantidad de determinantes estos factores pueden ser físicos, biológicos, genéticos, culturales, económicos y ambientales. Además, puede traer como consecuencia una ingestión insuficiente o excesiva de nutrientes.

Los problemas nutricionales tienen tres principales causas y éstas son desnutrición proteica, carencias de micronutrientes y enfermedades no transmisibles.⁹

De acuerdo con Reyes (2019), la desnutrición en el Perú es un hecho que repercute sobre los niños, acerca de su salud, bienestar y su futuro; ya que la gran mayoría de niños viven en zonas afectadas por la pobreza, la exclusión, etc. Es obligación de los padres que enseñen hábitos alimenticios a sus niños con la finalidad que permanezcan sanos y bien alimentados, asimismo es importante tener servicios básicos (agua, saneamiento e higiene) que fortalezcan el acceso a la educación. Por ello, se debe reforzar el sistema de salud, alimentos ricos en hierro y vitaminas, educación sobre el lavado de manos, la higiene en los alimentos, la importancia de hervir el agua y el correcto desecho de basura .¹³

Por otro lado, Hooper (2020), manifiesta que es de suma importancia que se realicen controles con el fin de evaluar el peso y talla del niño, pudiendo así verificar el correspondiente crecimiento y fortalecer sus habilidades según la edad que le corresponda, así mismo, es importante realizar el descarte de anemia, esta enfermedad se presenta por niveles bajos de los glóbulos rojos ,por ello es necesario el consumo de alimentos ricos en hierro como : el bazo, sangrecita, hígado y pescado .¹

Los niños deben consumir frecuentemente los alimentos que se encuentran en la pirámide nutricional, y estos son: los cereales, las carnes, el pescado, las frutas y verduras, las legumbres, los carbohidratos, el huevo, la leche y sus derivados, etc.

Asimismo, los niños deben consumir con muy poca frecuencia alimentos procesados, dulces, embutidos, entre otros, ya que estos contienen altas cantidades de sales, grasas y azúcares. Por tal motivo, estos alimentos no tiene aportación de los nutrientes que requiere nuestro organismo, es por ello que es necesario mantener una alimentación equilibrada.³²

Los hábitos alimentarios adecuados satisfacen nuestras necesidades nutricionales, de esta manera podemos mantener un buen estado de salud. Asimismo, debemos tener una alimentación sana, con una dieta que se ajuste a los requerimientos de cada individuo. Además, es importante que los alimentos sean seleccionados y consumidos en cantidades adecuadas. Entre los hábitos de alimentación adecuados incluye el establecer horarios para consumir

los alimentos y respetar dichos tiempos, así como incluir distintos grupos nutricionales en la dieta, como también mantenerse bien hidratado durante todo el día y seleccionar métodos para ser cocinado los alimentos, evitando las frituras.²⁷

Los hábitos alimentarios inadecuados son conductas que se han adoptado por largo tiempo, y que se basan en el exceso o déficit de consumo de nutrientes, así como comer fuera de casa con demasiada frecuencia o comprar alimentos pocos saludables, a su vez, dejar de comer por muchas horas, como también comer demasiado rápido y si no se modifican se corre el riesgo de una malnutrición.²⁸

El índice de masa corporal (IMC) es el peso de un ser humano en kilogramos dividido por la estatura al cuadrado en metros. Este es un método de evaluación fácil y económica para la categorización de peso: bajo peso, peso saludable, sobrepeso, y obesidad. También se usa como una herramienta de detección, pero no diagnóstica¹⁰. Para determinar si el exceso de peso es un riesgo para la salud, un proveedor de atención médica necesitará realizar evaluaciones adicionales.²⁹

Teniendo en cuenta:

Peso: Va a medir la masa corporal total, en la cual se deberá se realizará con menor cantidad de ropa para una adecuada medida de peso.

Talla: Mide el tamaño desde de la cabeza hasta los pies, asimismo se medirá al niño parado.

La teoría déficit de autocuidado de Dorotea Oren se basa en examinar los factores como edad, sexo, estado de salud, la disponibilidad de recursos, nivel educativo, sistema familiar y la orientación sociocultural, en la cual influye en el individuo y su entorno, por ello manifiesta la importancia de mantener la ingesta de alimentos saludables e ingerir agua con la finalidad que la persona mejore su calidad de vida conservando su salud. Asimismo, la teorista conceptualiza que enfermería brinda ayuda a la persona a llevar a cabo y mantener por sí mismo con el fin de conservar su salud y la vida.³⁰

La teoría de la 14 necesidades de Virginia Henderson se basa que una enfermera debe de ayudar al individuo tanto enfermo, como sano, por la cual se propuso a

realizar actividades que ayuda a mantener un adecuado estado de salud , además dentro de las 14 necesidades se identifica beber y comer adecuadamente: en la cual consiste la importancia de beber y comer, masticar y deglutir , que favorecerá absorber suficientes nutrientes para mantener la energía necesaria y desarrollar actividades.³¹

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

3.1.1 Tipo de investigación

El presente trabajo de investigación es cuantitativo porque se inicia con ideas determinadas y se basa en describir, explicar y predecir con datos numéricos, como también cuantificar la recopilación y el análisis de los datos obtenido. ¹⁵

Es una investigación básica porque, según Rodríguez, manifiesta que se basa en una investigación básica en la que se orienta por la acumulación de información o a través de la formulación de una teoría. Asimismo, esta investigación no resuelve problemas inmediatos si no por la base de conocimiento a través de una disciplina y comprensión. ¹⁶

3.1.2 Diseño de investigación

El diseño de la investigación es, no experimental ya que se basa en categorías, variables, conceptos, y sucesos que se va a dar sin la intervención directa es decir sin que el investigador altere el objeto de investigación, por ello, se observan acontecimientos de manera que se va a analizar, asimismo en este diseño no existe la manipulación de variables ya que solo se establece la relación de dos variables, para que luego sean analizadas. ¹⁷

Es una investigación transversal porque es un estudio observacional y descriptivo que determina la condición o el estado de salud que existe en una muestra de población el que se define a través de un tiempo determinado. ¹⁸

La investigación correlacional mide dos variables y evalúa la relación estadística, sin relación a ninguna variables extraña, en el que establece posibles causas, además se utiliza cálculos estadísticos realizando mediciones de los factores con el fin de relacionar ,esta investigación

permite hacer pronósticos si existe correlación entre ambos pero sin que las variables sean manipuladas empíricamente.

3.2 Variables y operacionalización

Variable 1: Hábitos alimenticios Dimensiones:

- Frecuencia de consumo de alimentos
- Grupo de alimentos

Variable 2: Estado nutricional (ver anexo 1) Dimensión:

- IMC

3.3 Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población

La población de estudio estuvo conformada por 50 niños de 3 a 5 años, registrados en el padrón de vaso de leche de la Asociación "Santa Inés" del distrito de Carabayllo en el año 2022.

Criterio de Inclusión:

- Niños y niñas de 3 a 5 años que residen en la Asociación "Santa Inés" en el distrito de Carabayllo y cuyo apoderado acepta llenar la encuesta y que se les controle el peso y talla.

Criterio de exclusión:

- Niños y niñas de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" que se encuentran solos en casa.
- Niños y niñas de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" con alguna deficiencia cognitiva
- Niños y niñas de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" con alguna enfermedad metabólica
- Niños y niñas de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" con alguna enfermedad crónica (cardiopatías)

- Niños y niñas de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" con algún síndrome que afecte su crecimiento (Down, Tuner, etc)

3.3.2 Muestra

La muestra estuvo conformada por el total de la población censal de 50 niños de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" en el distrito de Carabaylo en el año 2022. Por ser una población pequeña.

3.3.3 Muestreo

El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, puesto que se eligió a los 50 niños de la Asociación "Santa Inés" en el distrito de Carabaylo, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión.

3.3.4 Unidad de análisis

Niños de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" en el distrito de Carabaylo en el año 2022.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos (encuesta)

Instrumento 1: La técnica empleada fue la encuesta y el instrumento es el cuestionario, para lo cual se utilizó el cuestionario titulado: "Cuestionario de hábitos alimentarios en el preescolar" que consta de 20 preguntas, distribuido en dos partes: en la primera el llenado de datos de filiación y en la segunda la frecuencia de con la que el preescolar consume los alimentos según grupo; la puntuación del test está basado en la escala de Likert dónde para los ítems positivos: Siempre (5), Casi siempre (4), Algunas veces (3), Casi nunca (2) y Nunca (1) y para los ítems Negativos: Siempre (1), Casi siempre (2), Algunas veces (3), Casi nunca (4) y Nunca (5) .La pregunta tiene un escalamiento de cuatro valores categoriales. Nunca (1) de 1 a 2 veces a la semana (2), de 3 a 5 veces a la semana (3) y Todos los días (4). (Anexo 2).

La evaluación final de los hábitos alimenticios se determina accediendo un puntaje:

- Malo: 20 - 46
- Regular: 47 – 73
- Bueno: 74 - 100

Asimismo la dimensión frecuencia del consumo de alimentos de la variable hábitos alimenticios se determinara con el puntaje:

- Malo: 20 - 46
- Regular: 47 – 73
- Bueno: 74 – 100

Además la dimensión grupo de alimentos de la variable hábitos alimenticios se determinara con el puntaje:

- Malo: 0- 46
- Bueno: 46 -100

Instrumento que fue validado por: Carolyne Sulca Orihuela que realizó su investigación en Lima-Perú, en el 2020, obteniendo una confiabilidad de 0,87, esto quiere decir, que existe una excelente confiabilidad ya que está dentro del rango 0.72 a 0.99.

Así mismo, se obtuvo la confiabilidad del cuestionario aplicando una prueba piloto en 20 niños de condiciones similares a nuestra población, obteniéndose un alfa de Cronbach de 0,740 el cual es categorizado como confiable y apto para su aplicación. (Anexo 6) y para su validez se solicitó la aprobación por 5 expertos. (Anexo 5)

Instrumento 2: Para el instrumento que mide la variable “estado nutricional” se utilizó una ficha donde se registraron la talla y el peso de cada niño, para que de esta manera se pueda hallar el IMC, para esto se utilizó el peso en kilogramos y este será dividido por la estatura en metros al cuadrado.

La interpretación del IMC se basará en las tablas de clasificación de IMC brindada por el Ministerio de Salud. (Anexo 4.)

No se realizó la validez ni confiabilidad por ser un instrumento aplicado por el MINSA y validado por la OMS.

3.5 Procedimiento

Nos comunicamos y reunimos con el comité encargado del vaso de leche de la Asociación "Santa Inés" – Carabayllo, en donde se realizó el presente trabajo, para que nos dé la información del número de las familias que viven en la Asociación "Santa Inés" - Carabayllo, después se recolecto la información del número y ubicación de las familias, la cual visitamos casa por casa durante 10 días, de 3pm a 5pm, dónde los apoderados firmaron el consentimiento, dónde se autorizó el llenado de datos de peso y talla que se llevó a cabo utilizando la balanza y el tallímetro; y la obtención de información sobre la motivación, preferencia y frecuencia alimenticia de los niños y niñas de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" del distrito de Carabayllo,

Se hallará el IMC, aquí se emplea la tabla de clasificación del IMC que es uso reglamentario por el MINSA y OMS.

3.6 Método de análisis de datos

Se realizó después de haber recogido las respuestas del instrumento aplicado, fueron procesadas en Spss 25, de esta forma obtuvimos las tablas de frecuencia, las cuales nos ayudaron a describir y analizar las inferencias estadísticas.

3.7 Aspectos Éticos

El principio de autonomía: Se les aclara a los apoderados de los niños, que ellos pueden decidir si desean que sus hijos formen parte o no del trabajo de investigación, se les comunicará a los apoderados de los niños que por lo tanto podrán responder las preguntas que crean conveniente, así como de la información que nos pueden brindar.

El principio de justicia: Tanto los apoderados y los niños del AAHH "Santa Inés" - Carabayllo, serán tratados de la misma manera sin excepción, es decir, tendrán igualdad de oportunidad para participar en el estudio.

El principio de beneficencia: Todos los niños van a tener su evaluación, su diagnóstico nutricional, también se hará difusión a los buenos hábitos alimenticios, de esta manera, los apoderados de los niños tomarán estrategias para mejorar el estado nutricional y los hábitos alimenticios de los escolares.

El principio de no maleficencia: La presente investigación no pretende perjudicar a los apoderados de los niños y niñas de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" Carabayllo-2022.

El principio de veracidad: Se informará de manera clara y precisa el presente trabajo de investigación a los apoderados de los niños y niñas de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés" Carabayllo-2022.

IV.RESULTADOS

Tabla N°1: Datos Demográficos de los niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés- Carabayllo, 2022

SEXO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
FEMENINO	22	44%
MASCULINO	28	56%
EDAD		
3 AÑOS	14	28%
4 AÑOS	16	32%
5 AÑOS	20	40%

Fuente: Autor propio.

Interpretación. Se observó que el 56% del total de la población fueron niños y el 44% fueron niñas, asimismo, la edad predominante fue de 5 años con un 40%, y la edad menos frecuente fue de 3 años con 28%.

Tabla N°2

Prueba de normalidad Shapiro-Wilk para las variables Hábitos alimenticios y Estado nutricional

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadísti	Gl	Sig.	Estadísti	gl	Sig.
	co			co		
Hábitos alimenticios	,350	50	,000	,742	50	,000
Estado nutricional	,490	50	,000	,490	50	,000

Fuente: Autor propio.

En primer lugar, se realizó la prueba de normalidad mediante Shapiro (por ser una muestra de 50 niños) encontrándose un nivel de significancia de 0,000 ($p > 0.05$) por lo tanto, se hará uso de la prueba no paramétrica (Rho de Spearman).

Tabla N°3: *Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés- Carabayllo, 2022*

H1 = Existe correlación significativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés – Carabayllo, 2022.

			Hábitos alimenticios	Estado nutricional
Rho de Spearman	Hábitos alimenticios	Coefficiente de correlación	de 1,000	,073
		Sig. (bilateral)	.	,614
		N	50	50
	Estado nutricional	Coefficiente de correlación	de ,073	1,000
		Sig. (bilateral)	,614	.
		N	50	50

Fuente: Autor propia.

Interpretación:

Luego de haberse formulado la hipótesis general, se aplicó la prueba de correlación de Rho de Spearman para comprobar la correlación entre las variables hábitos alimenticios y estado nutricional. El resultado muestra un $p: 0,614 (>0,05)$, por lo tanto, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, concluyendo que no existe relación significativa entre las variables hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés – Carabayllo.

Tabla N°4: *Relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia del consumo de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la asociación Santa Inés - Carabayllo, 2022.*

			Frecuencia del consumo de alimentos	Estado nutricional
Rho de Spearman	Frecuencia del consumo de alimentos	Coefficiente de correlación	1,000	,071
		Sig. (bilateral)	.	,623
		N	50	50
	Estado nutricional	Coefficiente de correlación	,071	1,000
		Sig. (bilateral)	,623	.
		N	50	50

Fuente: *Autor propio.*

En relación al objetivo específico N°1, se aplicó la prueba de correlación de Rho de Spearman para comprobar la correlación entre la dimensión frecuencia del consumo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional. El resultado muestra un p: 0,623 (>0.05). Concluyendo que no existe relación positiva considerable entre la dimensión frecuencia del consumo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional en los niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés – Carabayllo, 2022.

Tabla N°5 : *Relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión grupos de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la asociación Santa Inés - Carabayllo, 2022.*

Correlaciones

		Grupos de alimen tos	Estado nutricio nal
Rho de Spearman	Grupo de alimentos	de 1,000	-,023
		Sig. (bilateral)	,873
		N	50
	Estado nutricional	de -,023	1,000
		Sig. (bilateral)	,873
		N	50

Fuente: Autor propio.

En relación al objetivo específico N°2, se aplicó la prueba de correlación de Rho de Spearman para comprobar la correlación entre la dimensión grupo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional. El resultado muestra un $p: 0,873 (>0.05)$. Concluyendo que no existe relación positiva entre la dimensión grupo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional en los niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés – Carabayllo, 2022.

V.DISCUSIÓN

La alimentación es muy importante, se sabe a través de los años, los seres humanos con buenos hábitos alimenticios tienen una vida mucho más saludable y viven por más años, además de esto el personal de salud de los centros de primera atención sugieren practicar buenos hábitos alimenticios con el fin de prevenir la desnutrición en los niños, y de esta manera amenorizar la incidencia de malnutrición y sobrepeso, ya que éste último puede tener como consecuencia alguna enfermedad metabólica de nuestra actualidad.³⁵

De acuerdo al objetivo general; Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés- Carabayllo, 2022, y a partir de los resultados encontrados mediante la prueba de Rho de Spearman, se acepta la hipótesis nula, la cual indica que no existe una relación significativa entre las variables hábito alimenticios y estado nutricional lo que no guarda relación con el estudio de Díaz, en Ecuador en el año 2019, obtuvo un resultado que el 53 % de preescolares consumía proteínas, el 9% algunas veces lo hacía y el 10% presenta una baja calidad en el consumo de alimentos, en la cual que influye en el hábito alimenticio y el estado nutricional en los niños y uno de los factores de riesgo fueron HTA 10,40 %, bajo peso y el 3.2% diabetes. Lo cual, se observó que el 60% de los padres de familia ingieren alcohol y 16,8 %, tabaco. Asimismo se presentó casos de sobrepeso y obesidad, en la cual se evidenció un mayor riesgo en los niños que no desayunan diariamente y no consumen frecuentemente alimentos ricos en vitaminas, proteínas, etc. Sino ricos en grasas saturadas y demás, por lo tanto realizan un desayuno de mala calidad.¹²

Según Álvarez R., Cordero G. (2017) en su estudio obtuvo la relación del estado nutricional y la calidad de hábitos alimenticios, donde se evidenció una calidad media 66.5% y baja 34.4% de hábitos alimenticios en la población con sobrepeso, en el caso de los individuos obesos dieron como resultado niveles medio (57.1 %) y bajo (42.9 %), mientras que, los individuos con delgadez expusieron una baja calidad (100 %). Los individuos que se encontraron con un estado nutricional normal

manifestaron una calidad alta (13.6 %), media (70.7 %) y baja (15.7 %) de hábitos alimentarios.³⁵

Así mismo en este estudio, en relación al objetivo específico N°1. El resultado muestra un $p: 0,623 (>0.05)$. Concluyendo que no existe relación positiva considerable entre la dimensión frecuencia del consumo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional en los niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés – Carabayllo, 2022.

Es decir, uno de los hábitos alimentarios es la frecuencia de consumo de alimentos en la población, por lo tanto este estudio según los resultados afirma que el estado nutricional va depender de la calidad de hábitos alimentarios, por ende, la frecuencia de consumo y según grupo de alimentos definirá la calidad de uno de los hábitos alimenticios.

Por lo tanto, un mal hábito alimenticio puede generar daños en la salud, por ello es importante consumir una dieta balanceada que contengan nutrientes tal y como el cuerpo necesita para el desarrollo de sus niños, así también sumado a este factor, como falta de alimentos y de atención sanitaria, el sistema de agua y saneamiento insalubres son factores que afectan el estado de salud en los niños.

Por otro lado, la relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia del consumo de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la asociación santa Inés - Carabayllo, 2022., respecto a la frecuencia el consumo de alimentos se ha encontrado que el 80% (40 niños) maneja un regular hábito alimenticio, el 20% (10 niños) presenta un buen hábito de alimentación.

Asimismo, se realizó a través de Spearman para comprobar la correlación entre la dimensión frecuencia del consumo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional, en la cual dio un resultado $p: 0,623 (>0.05)$ concluyendo una relación negativa, no guardando relación con el estudio de

Arrunátegui-Correa

Donde se realizó el estudio el 46.0% de los niños, la cual el 62.0% presento una mala alimentación por la frecuencia de consumo de carbohidratos con un 30%, el 15% optaban por las golosinas y el 20 % consumían alimentos ricos en vitaminas,

asimismo observaron malas condiciones higiénicas y el 10% un deterioro estado nutricional asimismo, el 60% presento desnutrición. ²

El consumo y frecuencia de alimentos es importante que contengan vitaminas, proteínas, la cual disminuye los riesgo que padezca enfermedades cardiovasculares, altos niveles de colesterol, triglicéridos, hipertensión arterial y anemia, por ello, es importante ingerir alimentos nutritivos que proporcione un equilibrio nutricional.

Asimismo, la relación que existe entre los hábitos alimenticios en su dimensión grupos de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la asociación santa Inés - Carabayllo, 2022. se evidenció que no hay correlación que existe, la cual se observó 100% (50 niños), el 98% (49 niños) consumen alimentos buenos y el 2% (1 niño) consumen alimentos malos y , el 64% (32 niños) tienen delgadez, el 22% (11 niños) presenta estado nutricional normal, el 10% (5 niños) presentan sobrepeso y un 4% (2 niños) presenta obesidad , por ello , se utilizó a través de Spearman para comprobar la correlación , en la que se obtuvo un resultado p: 0,873 concluyendo que no hay relación positiva. Mientras tanto, Heredia y Daza J. obtuvo un resultado que el 7% presentó delgadez, 18% sobrepeso y 7.1%obesidad, la cual se determinó que el 1.3% de niños de 3 a 5 años se encuentran en una talla baja para su edad. ⁷

Por otro lado, el estudio Devan ,el 1.4 % presento desnutrición debido al inadecuado consumo de grupos de alimentos como los cereales, carbohidratos, frutas ,verduras, carnes, pescado, huevos y los lácteos y derivados, la cual el 6.4 % se encuentra en sobrepeso y 18.3 % con obesidad . ²

Por ello, es importante un buen hábito alimenticio, teniendo en cuenta los grupos de alimentos para favorecer un adecuado índice de masa corporal de acuerdo a la edad, además se debe tomar en cuenta que según Virginia Henderson que considera las 14 necesidades se enfatiza en la alimentación y nutrición, que se logrará un adecuado desarrollo y crecimiento. ³

Según Figueroa Pedraza en el año 2017 manifestó que el estado nutricional es un resultado de todo el balance de las necesidades alimentarias, como también el gasto de energía y otros nutrientes, también demostró que existía una gran cantidad de determinantes estos factores pueden ser físicos, biológicos , genéticos , culturales, económicos y ambientales. Además, puede traer como consecuencia una ingestión insuficiente o excesiva de nutrientes.⁹

También Hidalgo K., manifiesta que los hábitos alimenticios son procesos que se adquiere a lo largo de los años para mantener un adecuada alimentación , además las personas fomentan los tipos de alimentación que permite mantener una buena salud ya que optan por distintos grupos de alimentos, teniendo en cuenta la calidad, los horarios y los tiempos en la comida y la cantidad, por la cual permite y favorece el crecimiento de sus niños, ya que los nutrientes permite la formación de los tejidos y energía que favorece el funcionamiento de los órganos, además previene de enfermedades que son causadas por el inadecuado estilo de vida en exceso de consumo de alimentos que no contiene proteínas.

Hidalgo repercute en que los hábitos van a depender mucho de lo que nuestros padres nos enseñan día a día y depende a ellos tendremos un estado de nutrición ya sea estable o con deficiencia.⁸

Se realizó la prueba de normalidad mediante Shapiro (por ser una muestra de 50 niños,) donde 28 eran niñas menores de 5 años y 22 niños menores de 5 años de la Asociación Santa Inés - Carabayllo, encontrándose un nivel de significancia de 0,000 ($p < 0.05$) por lo tanto, se hizo uso de la prueba no paramétrica (Rho de Spearman).

VI. CONCLUSIONES

1. No existe relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en los niños de 3 a 5 años de edad de la Asociación "Santa Inés" en el distrito de Carabaylo 2022, según la prueba estadística Rho de Spearman que obtuvo un coeficiente de correlación negativa entre ambas variables 0,073 y significancia 0,614.
2. No existe relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia del consumo de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés - Carabaylo, 2022, según la prueba estadística Rho de Spearman que obtuvo un coeficiente de correlación de 0,071 y significancia de 0,623.
3. No existe relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión grupos de alimentos y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés - Carabaylo, 2022, según la prueba estadística Rho de Spearman que obtuvo un coeficiente de correlación negativa de -0,023 y significancia de 0,873.

VII. RECOMENDACIONES

1. Recomendamos realizar sesiones educativas dirigidos a los padres en los colegios de inicial donde se priorizará temas relacionados, a la alimentación saludable y el estado nutricional que forma parte de los hábitos alimenticios sobre todo en niños menores de 5 años , ya que es una etapa fundamental para poder prevenir enfermedades crónicas más adelante.
2. Se recomienda al centro de salud San Pedro de Carabayllo, que eduque a los padres de familia para que practiquen los buenos hábitos alimenticios en el hogar, reemplazando la frecuencia de consumo de dulces y grasas, por alimentos nutritivos que favorezca un buen crecimiento.
3. Se recomienda al personal del al centro de salud San Pedro de Carabayllo realizar visitas domiciliarias a la asociación Santa Inés, para efectuar las evaluaciones nutricionales periódicos de los niños menores de 5 años.
4. Coordinación del centro de salud San Pedro de Carabayllo ,con la autoridad competente del comité del vaso de leche de la asociación Santa Inés, para sensibilizar a los padres de familia sobre la importancia de una alimentación saludable en los niños menores de 5 años, a través del consumo de alimentos nutritivos según su clasificación por grupos y de estación.
5. Se recomienda también a las enfermeras realizar visitas domiciliarias y hacer seguimiento, para detectar posible riesgo que afecte su salud, mediante el seguimiento se logrará una adecuada calidad de vida.

REFERENCIAS:

1. Calixto RP. Nutrición [En línea]. Pan American Health Organization / World Health Organization. 2018 [citado el 22 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://bit.ly/3Nvq3v0>
2. OMS.Nutrición [En línea]. Paho.org. [citado el 22 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://bit.ly/3PukWx0>
3. Navarrete Mejía PJ. Situación nutricional de niños de tres a cinco años de edad en tres distritos de Lima Metropolitana. Perú,. Horiz méd [En línea]. 2022 [citado el 24 de mayo de 2022];16(4):55–9. Disponible en: <https://bit.ly/3PI1vkD>
4. Arrunátegui-Correa V. Estado nutricional en niños menores DE 5 años Del distrito DE San Marcos, ancash, Perú. Rev Chil Nutr [En línea]. [citado el 24 de mayo de 2022];43(2):7–. Disponible en: <https://bikkjk39TdH1a>
5. Vigilancia del Estado Nutricional en Población . (s/f). INSTITUTO NACIONAL DE SALUD. Recuperado el 15 de diciembre de 2022, de <https://web.ins.gob.pe/es/alimentacion-y-nutricion/vigilancia-alimentaria-y-nutricional/vigilancia-del-estado-nutricional-en-poblacion>
6. González, E. (2018, 12 de septiembre). V Estudio CinfaSalud en torno a la nutrición infantil | CinfaSalud . Cinfasalud.
7. Sánchez Garrido, A., Peñafiel Salazar, AJ, & Montes de Oca Navas, CA (2022). Influencia de los factores socioculturales en el estado nutricional en niños y niñas de tres a diez años, usuarios de los centros de desarrollo infantil del municipio de Ambato. Revista Universidad y Sociedad , 14 (2), 175–179. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202022000200175&script=sci_arttext&tlng=es
8. Hidalgo K. NPdE. Hábitos alimentarios saludables. [Online]. Costa Rica: Ministerio de Educación Pública; 2020. Disponible en: <https://bit.ly/3NxEte5>
9. Amador YD, da Silva LL da CL. Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares. Rev Cubana Enferm [Internet]. 2019 [citado el 15 de diciembre de 2022];35(2). Disponible en:

- <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/1973/439>
10. Heredia, M; Mosquera, M y Brito, Y.EY. Estado nutricional y hábitos alimenticios en el colegio público Valledupar.Colombia .Rev médica [En línea] .Junio,2017.Disponible en :<https://hig/pnf6m>
 11. Salamé ,R.Estado nutricional y Hábitos alimenticios en menores de 5 años.Cartagena ,2018.Tesis [En línea].Disponible en:<https://n9.cl/nqwer>
 12. Diaz,Y. Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares.Rev Cubana [En línea].Ecuador, Junio 2019.Disponible en :<https://n9.cl/6v9s1>
 13. Mora,F,Ramos,L.Determinantes sociales de la salud y el estado nutricional en niños menores de 5 años .Fac, Ciencia Medic.Paraguay,2021.vol 54.Disponible en :<https://n9.cl/yhf6l>
 14. Gallegos,D.Comparación de la conducta alimentaria en niños de diferentes establecimientos educacionales
 .Rev,chil.Chile,2019.vol,46.Disponible en:<https://n9.cl/uuoxh>
 15. OMS.Alimentación sana.Agosto,2018[En línea] .Disponible en:<https://n9.cl/rgezi>
 16. Reyes, S,Contreras Anay Oyola ,S. Anemia y desnutrición infantil en zonas rurales: impacto de una intervención integral a nivel comunitario. Rev. investig. Altoandin. [Internet]. 2019 jul [citado 2022 Jun 05]; 21(3): 205-214. Disponible en: <https://n9.cl/ax441x>
 17. Hooper, Alimentación sana. Acta médica (Perú).2020;.Disponible en : <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
 18. Rodríguez C, Iñiga M, Cabrera P. Los maestros escriben [Internet]. Redalyc.org. [citado el 21 de junio de 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358741821004.pdf>
 19. Monje Álvarez CA. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN CUANTITATIVA Y CUALITATIVA Guía didáctica [Internet]. Www.uv.mx. [citado el 21 de junio de 2022]. Disponible:<https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didacticametodologia-de-la-investigacion.pdf>

20. Ayala M. Investigación transversal [Internet]. Lifeder. 2021 [citado el 21 de junio de 2022]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/investigaciontransversal/>
21. Westreicher G. Variable independiente [Internet]. Economipedia. 2021 [citado el 21 de junio de 2022]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/variable-independiente.html> 22.
- Módulo 3: Elementos de la investigación - sección 1 [Internet]. Hhs.gov. [citado el 21 de junio de 2022]. Disponible en: <https://ori.hhs.gov/m%C3%B3dulo-3-elementos-de-la-investigaci%C3%B3n-secci%C3%B3n-1>
23. Muestra estadística, Muestreo en poblaciones finitas, Error muestral, Estrategias de muestreo y Muestreo estratificado [Internet]. Aiu.edu. [citado el 22 de junio de 2022].
Disponible: <https://cursos.aiu.edu/METODOS%20CUANTITATIVOS%20DE%20INVESTIGACION/8/Sesi%C3%B3n%208.pd>
24. Ortega C. Muestreo probabilístico: Qué es y cómo utilizarlo en tu investigación [Internet]. QuestionPro. 2018 [citado el 22 de junio de 2022]. Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/como-realizar-unmuestreo-probabilistico/>
25. Aytojaen.es. [citado el 22 de junio de 2022]. Disponible en: http://www.aytojaen.es/portal/RecursosWeb/DOCUMENTOS/1/0_1163_1.pdf
26. Ravasco P, Anderson H, Mardones F. Métodos de valoración del estado nutricional. Nutr Hosp [Internet]. 2010 [citado el 22 de junio de 2022];25:57–66. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900009
27. De la Salud E de E en C. Malos hábitos alimenticios: cuáles son y cómo corregirlos [Internet]. VIU. 2018 [citado el 22 de junio de 2022]. Disponible en: <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/5malos-habitos-alimenticios-que-la-mayoria-tenemos>

28. González E. Habits for a balanced diet | CinfaHealth. Cinfasalud; 2018. Available at: <https://app.bibguru.com/p/8f6f3eaa-a8f5-48d5-95928ec6a51f9d59>
29. CDC. About body mass index for adults [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. 2021 [cited 2022 Jun 22]. Available in: https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/adult_bmi/index.html
30. Bellido, J., Lendinez, J. Nursing Process from the care model of Virginia Henderson and the Languages NNN.Index-f.com. [cited 2022 Aug 12]. Available in: <http://index-f.com/lascasas/documentos/lc0714.pdf>
31. Quintana L., Santana D., Gonzales R. Preschool and school feeding. [Online article]. [Access date February 27, 2019]. Available at: https://www.accion_escolar.pdf
32. Berta E, Fugas A, Walz F, Martinelli I. Estado nutricional de escolares y su relación con el hábito y calidad del desayuno. Rev Chil Nutr [Internet]. 2017;42(1):45–52. Disponible en: <https://bit.ly/398zout>
33. Egoavil M, Yataco C,. Hábitos alimentarios, crecimiento y desarrollo de niños de 3 - 5 años que asisten a la I.E. “Mi Futuro” - Puente Piedra - 2017. Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2017. Disponible en: <https://bit.ly/3tq82qr>
34. Álvarez I, Cordero R, Vásquez M. Hábitos alimentarios, su relación con el estado nutricional en escolares de la ciudad de Azogues. Rev cienc médicas Pinar Río [Internet]. 2017 [citado diciembre de 2022];21(6):88–95. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S156131942017000600011
35. Palomino E, Chipana R,. Oral health and oral hygiene conditions and nutritional status in children attending a health facility in the Huánuco Region, Peru. Rev Peru Med Exp Salud Publica [Internet]. 2019 [citado el 15 de diciembre de 2022];36(4):653–7. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/rpmesp/2019.v36n4/653-657/>

36. Hernández J, Arteaga I, Zapata F, Cadena Chala MC. Estado nutricional y neurodesarrollo en la primera infancia. Rev Cub Salud Publica [Internet]. 2018 [citado el 15 de diciembre de 2022];44(4):169–85. Disponible en: <https://www.scielosp.org>
- Guamialamá Martínez J, Salazar Duque D, Portugal Morejón C, Lala Gualotuña K. Estado nutricional de niños menores de cinco años en la parroquia de Pífo. Hosp dietético Nutr Clín [Internet]. 2020 [citado el 15 de diciembre de 2022];90–9. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalu>
37. Bernabeu ,M. Asociación entre los factores demográficos y socioeconómicos con el estado nutricional en niños menores de 5 años en poblaciones rurales de Colima, México. Rev esp nutr humana diet [Internet]. 2019 [citado el 15 de diciembre de 2022];23(2):48–55. Disponible en: <https://scielo>
38. Estado nutricional en niños. Edu.co. [citado el 15 de diciembre de 2022]. Disponible en: <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/innovacionsalud/article/download>
39. Tarazona ,R. Conocimiento materno sobre alimentación saludable y estado nutricional en niños preescolares. An Fac Med (Lima Perú: 1990) [Internet]. 2022 [citado el 15 de diciembre de 2022];82(4):269–74. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1025->
40. Arévalo L, Cuenca K, Vélez E,. Estado nutricional y caries de infancia temprana en niños de 0 a 3 años: Revisión de la literatura. deporte [Internet]. 2021 [citado el 15 de diciembre de 2022];20(1):49–59. Disponible en: <http://www.op.spo /article/view/161>

ANEXO1 Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
HÁBITOS ALIMENTARIOS (variable1)	Según Aytojaen manifiesta, que son hábitos que influye en la alimentación que tiene como finalidad llevar una dieta equilibrada, variada, suficiente que forma parte del estilo de vida . ²⁴	Se elaboró una encuesta sencilla de aplicación que identifica la frecuencia del consumo de alimentos y grupos alimentarios que partir de una serie de manifestaciones de alimentación. Se identificará: Malos 20-46 Regulares 47-73 Buenos 74-100	Frecuencia del consumo de alimentos	<ul style="list-style-type: none"> ● Frecuencia del consumo de lácteos. (4) ● Frecuencia del consumo de carnes, pescado y huevos.(7, 8, 9) ● Frecuencia del consumo Tubérculos, legumbres y frutos secos.(3) ● Frecuencia del consumo de harina y carbohidratos(1, 10) ● Frecuencia del consumo de frutas y verduras.(5, 6) ● Frecuencia del consumo de grasas y aceites(14, 16, 17) ● Frecuencia del consumo 	Escala ordinal

				<p>de Cereales y azúcar. (2, 11, 12)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Frecuencia del consumo de agua (15) ● Frecuencia del consumo de comidas al día(20) ● Cantidad de comida(19) 	
				<ul style="list-style-type: none"> ● Leche y derivados.(4) ● Carnes, pescado y huevos. (7, 8, 9) ● Tubérculos, legumbres y frutos secos. (3) ● Frutas, verduras y hortalizas.(5, 6, ● Cereales y azúcar.(2, 11, 12) 	

			Grupos de alimentos	<ul style="list-style-type: none">• Grasas, aceite y embutidos. (13, 14, 16, 17)• Harinas y carbohidratos.(1, 10) • Sales (18)	
--	--	--	---------------------	---	--

Anexo 2

ESCALA DE LIKERT

Hábitos alimentarios

ALTERNATIVAS	ITEMS POSITIVOS	ITEMS NEGATIVOS
Siempre	5	1
Casi siempre	4	2
Algunas veces	3	3
Casi nunca	2	4
nunca	1	5

ITEMS POSITIVOS	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 15, 16, 17, 18,20.
ITEMS NEGATIVOS	11, 12, 13,14, 19.

Anexo 3

“CUESTIONARIO DE HABITOS ALIMENTARIOS EN EL PREESCOLAR”

Buenos días Sr(a), somos estudiantes de 9no ciclo en la carrera de Enfermería de la Universidad Cesar Vallejo, en esta oportunidad queremos solicitar su valiosa colaboración en el presente estudio de investigación que tiene por objetivo: Identificar los hábitos alimentarios del preescolar en la Asociación "Santa Inés " Carabayllo - 2022. A continuación, se le presenta una serie de preguntas para lo cual le pido a Ud. responder con sinceridad.

Las respuestas son anónimas y la información brindada es confidencial. Muchas gracias por su colaboración.

INSTRUCTIVO:

- La encuesta es anónima y confidencial.
- El cuestionario consta de 2 partes: en la primera parte, usted llenará sus datos de filiación;

y en la segunda parte usted completará el cuadro marcando con una (X) la frecuencia en la que consume los alimentos su niño en el último mes de acuerdo al grupo alimentario, en

Donde:

- Nunca = 0 días a la semana
- Casi nunca = 1 o 2 veces a la semana
- Algunas veces = 3 o 4 veces a la semana
- Casi siempre = 5 o 6 veces a la semana
- Siempre = Todos los días de la semana

NOTA: si usted tiene alguna duda o inquietud, consulte a las investigadoras. I.

DATOS DE FILIACIÓN O SOCIODEMOGRÁFICOS:

- **DATOS DEL APODERADO:**

- Fecha: / / 2022 -

Edad:

- Sexo: (F) (M)

□ Relación con el niño evaluado:

- Padre ()
- Madre ()
- Apoderado ()
- Otro especificar:.....

ITEMS	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	ALGUNAS VECES	CASI NUNCA	NUNCA
1. Su hijo(a) consume pan en el desayuno.					
2. Su hijo(a) consume alimentos ricos en fibra como los cereales (salvado de trigo, avena, pan integral).					
3. Su hijo(a) consume legumbres (lentejas, garbanzos, pallares, frejoles, etc.)					
4. Su hijo(a) consume lácteos (leche, queso, yogurt, etc.).					
5. Su hijo(a) consume verduras.					

etc.)					
6. Su hijo(a) consume frutas variadas					
7. Su hijo(a) consume carnes(pollo, ternera, cerdo)					
8. Su hijo(a) consume pescado.					
9. Su hijo(a) come las carnes a la plancha o al horno					
10. Su hijo(a) consume pastas (fideos, macarrones, lasaña, etc.)					
11. Su hijo(a) consume alimentos con alto contenido de azúcar (galletas, pasteles, golosinas, etc.)					
12. Su hijo(a) consume bebidas azucaradas (gaseosas, batidos,					

13. Su hijo(a) consume alimentos procesados o embutidos (salchicha, jamón, hot-dog, chorizo, etc.)					
14. Su hijo(a) consume alimentos fritos.					
15. Su hijo(a) toma agua natural regularmente.					
16. Usted revisa las etiquetas de los alimentos que le brinda a su hijo(a) para saber el aporte de grasa, proteínas, azúcares, etc. que contiene.					
17. Usted cocina los alimentos de su hijo(a) con poca cantidad de aceite.					
18. Usted controla la cantidad de sal que usa en las comidas de su hijo(a).					

19. Usted le sirve a su hijo(a) la cantidad de comida que él quiera, sin importar si es mucho o poco.					
20. Usted le brinda a su hijo(a) 3 comidas principales (desayuno , almuerzo y cena)					

FICHA 1

FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Sexo: edad:

MEDIDAS ANTROPOMETRICAS:

Peso:

Talla:

IMC:

- < 18.5 = Delgadez()
- Entre 18.5 y 24.9 = Normal()
- Entre 25.0 y 29.9 = ()
Sobrepeso
- > 30.0 = obesidad ()

Anexo 4

TABLA DE CLASIFICACIÓN DEL IMC

IMC	DIAGNÓSTICO
BAJO PESO	<18.5
PESO NORMAL	18.5-24.9
SOBREPESO	25-29.9
OBESIDAD TIPO 1	30-34.9
OBESIDAD TIPO 2	35-39.9
OBESIDAD TIPO 3	≥40

Fuente: MINISTERIO DE SALUD

ANEXO 5

(Validez)

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mori Rabanal Jhoys DNI: 09590005

Especialidad del validador: Mg. en enfermería con mención en gestión administrativa

- Especialidad en centro quirúrgico
- Especialidad en materno infantil

Fecha: 05/10/2022

Nº de años de Experiencia profesional: 22 años

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante.

Especialidad

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Muñoz Lozano, Esther Eva DNI: 07754583

Especialidad del validador: Salud Pública

Fecha: 05/10/2022

Nº de años de Experiencia profesional: 30 años

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante.

Especialidad

Observaciones: Ninguna

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [x]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador: NATALI RUTH DAMAS HORNA **DNI: 47228090**

Especialidad del validador: Lic. En Enfermería **Fecha: 20/10/22**

N° de años de Experiencia profesional: 5 años

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante.
Especialidad

ANEXO 6
(Confiabilidad)

FIABILIDAD

Resumen de procedimiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100.0
	Excluido ^a	0	.0
	Total	20	100.0

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

Reliability Statistics



Cronbach's Alpha	N of Items
,740	20

ANEXO 7

AUTORIZACIÓN

Lima, Octubre 14 de 2022

Mgtr. Lucy Tani Becerra Medina

Coordinadora del Área de Investigación Escuela Profesional de Enfermería

Universidad César Vallejo

Presente. -

Tengo el agrado de dirigirme a Usted, con la finalidad de hacer de su conocimiento que las señoritas Tolentino Quispe Breica ,Jaira y Villanueva Goicochea Belen , Estudiantes de la Escuela de Enfermería de la Institución Universitaria que Usted Representa, ha sido admitidos para aplicar instrumento de investigación, teniendo como fecha de inicio el 14 de Octubre del 2022 y como fecha de culminación 30 de Noviembre del 2022. Aprovecho la oportunidad para expresarle mi consideración y estima personal.

Atentamente.



Julca Navarro, Rosana

Presidenta del Programa de vaso de leche de la Asociación Santa Inés de Carabayllo.

ANEXO 8

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TITULO: "Relación de los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años en Santa Inés- Carabayllo, 2022"

Señora madre de familia, somos las investigadoras Breica Tolentino Quispe y Belen Villanueva Goicochea del presente trabajo, estudiantes de enfermería de la Universidad Cesar Vallejo, estamos realizando un estudio el cuestionario sobre

"Relación de los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años en Santa Inés- Carabayllo, 2022", para obtener el título de licenciadas en enfermería, con el propósito de establecer relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación "Santa Inés"- Carabayllo, 2022".

Si usted accede a participar en este estudio, será en forma voluntaria, anónima y confidencial, por lo que, usted tiene todo el derecho de aceptar o negarse a participar del estudio.

Los datos obtenidos se analizarán en forma personal luego del procesamiento de los datos obtenidos, mediante la aplicación de un cuestionario para la madre de familia o apoderado y el tallado y peso del menor niño de 3 a 5 años, los instrumentos utilizados para la recolección de datos serán destruidos con el fin de proteger la integridad física y moral de los participantes del estudio.

Los resultados de este proyecto serán de conocimiento solo los datos personales de usted y de su menor niño será tratado de forma confidencial que realiza el trabajo.

Si sintiera que los derechos de usted y niños sean vulnerables se puede comunicar con el comité de ética de la universidad al número (01) 2024342 con el anexo 01

Si tuviese cualquier duda consulta sobre la encuesta se puede comunicar con las investigadoras:

Breica Tolentino Quispe - 965038767

Belen Villanueva Goicochea - 990297653

Se dará una copia del consentimiento al padre de familia o al apoderado.

Investigadoras:

Breica Tolentino Quispe

Belen Villanueva Goicochea

FIRMA:

Padree / apoderado







UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, DIOCESANA ELIANA OROS LOBATON, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Asociación Santa Inés-Carabaylo, 2022", cuyos autores son TOLENTINO QUISPE BREICA JAIRA, VILLANUEVA GOICOCHEA GEYSLI MARIETH BELEN, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 25.00%, 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 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.

LIMA, 01 de Diciembre del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
DIOCESANA ELIANA OROS LOBATON DNI: 04648728 ORCID: 0000-0001-6078-5135	Firmado electrónicamente por: OROSLD el 15-12- 2022 21:32:32

Código documento Trilce: TRI - 0466199