



**ESCUELA DE POSTGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Prácticas de alimentación saludable y la prevención de  
anemia ferropénica en las gestantes del II trimestre de  
embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima,  
2014**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO PROFESIONAL DE MAGÍSTER  
EN GESTION DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD**

**AUTORES:**

**Br. Yasminda Fiorella, Cajacuri Sánchez**

**Br. Natalia Jennyfer, Sotero Angeles**

**ASESOR:**

**Dr. Roberto Marroquín Peña**

**SECCIÓN:**

**Ciencias médicas**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

**Gestión de los Servicios de Salud**

**PERÚ - 2015**

## **Dedicatoria**

A Dios, por haberme permitido lograr mis objetivos, además de su bondad infinita.

A mi madre por ser mi mayor fortaleza, mi hija Fabiana la razón de mi existir, y mi esposo el eterno compañero por estar presente en las cosas buenas y malas que trae consigo esta vida.

Yasminda

## **Dedicatoria**

A Dios, por ser mi guía, y darme fortaleza en la vida, porque sin él nada se habría logrado.

A mi madre por brindarme su apoyo moral y espiritual aunque no está conmigo desde el cielo ilumina mi camino.

Natalia

## **Agradecimiento**

El especial agradecimiento y gratitud a nuestra Universidad. Cesar Vallejo A los docentes quienes constituyeron a nuestra formación profesional, científica y humanística.

Agradecemos de forma especial a nuestro docente Roberto Marroquín Peña, por brindarnos Orientación y apoyo constante con sus acertadas enseñanzas.

Yasminda

## **Agradecimiento**

El especial agradecimiento y gratitud a nuestra Universidad. Cesar Vallejo A los docentes quienes constituyeron a nuestra formación profesional, científica y humanística.

Agradecemos de forma especial a nuestro docente Roberto Marroquín Peña, por brindarnos Orientación y apoyo constante con sus acertadas enseñanzas.

Natalia.

## DECLARACIÓN JURADA

Yo, Yasminda Fiorella Cajacuri Sánchez, estudiante del Programa Maestría en Gestión en los Servicios de Salud de la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, identificado con DNI N° 42867440, con la tesis titulada "Las prácticas de alimentación saludable y la prevención de anemia ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. materno infantil Santa Anita, Lima, 2014" declaro bajo juramento que:

1. El artículo pertenece a mi autoría compartida con la coautora Natalia Jennyfer Sotero Angeles.
2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
3. El artículo no ha sido autoplagiado; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para alguna tesis.
4. De identificarse el fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.
5. Si, la tesis fuese aprobada para su publicación en la Revista u otro documento de difusión, cedo mis derechos patrimoniales y autorizo a la Escuela de Postgrado, de la Universidad César Vallejo, la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga la Universidad.

Lima 28 de Febrero del 2015

Yasminda Fiorella Cajacuri Sánchez



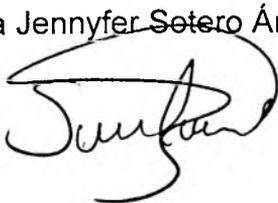
## DECLARACIÓN JURADA

Yo, Natalia Jennyfer Sotero Ángeles, estudiante del Programa Maestría en Gestión en los Servicios de Salud de la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, identificado con DNI N° 42165014, con la tesis titulada “Las prácticas de alimentación saludable y la prevención de anemia ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. materno infantil Santa Anita, Lima, 2014” declaro bajo juramento que:

1. El artículo pertenece a mi autoría compartida con la coautora Yasminda Fiorella Cajacuri Sánchez
2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
3. El artículo no ha sido autoplagiado; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para alguna tesis.
4. De identificarse el fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.
5. Si, la tesis fuese aprobada para su publicación en la Revista u otro documento de difusión, cedo mis derechos patrimoniales y autorizo a la Escuela de Postgrado, de la Universidad César Vallejo, la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga la Universidad.

Lima 28 de Febrero del 2015

Natalia Jennyfer Sotero Ángeles



## Presentación

Señores miembros del jurado:

Dando cumplimiento a las normas del Reglamento de la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, para elaborar la tesis de Maestría en Gestión en los Servicios de Salud, presentamos la tesis denominada: titulada "Las prácticas de alimentación saludable y la prevención de anemia ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. materno infantil Santa Anita, Lima, 2014", que es requisito indispensable para obtener el grado de Magister en Gestión de los Servicios de la Salud.

La presente investigación es de diseño no experimental correlacional está elaborado para identificar y mejorar el grado de conocimientos y prácticas de alimentación saludable para la prevención de anemia ferropénica en las gestantes que forman parte del estudio, los resultados esperados demostraran que la intervención desde el primer nivel de atención es fundamental para prevenir las enfermedades.

Señores miembros del jurado, esperamos que esta investigación sea evaluada y merezca su aprobación.

Las autoras

## Índice

Página del Jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vii
Índice	viii
Índice de tablas	x
Índice de figuras	xii
RESUMEN	xiii
ABSTRACT	xiv
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>1</b>
1.1 Antecedentes	3
1.2 Marco Teórico	8
1.3 Justificación	33
1.4 Realidad problemática	34
1.5 Problema	36
1.6 Hipótesis	36
1.7 Objetivos	37
<b>II. MARCO METODOLÓGICO</b>	<b>39</b>
2.1. Variables	39
2.2. Operacionalización de variables	42
2.3. Metodología	44
2.4. Método de estudio	44
2.5. Diseño de investigación	45
2.6. Población, muestra y muestreo	46
2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	49
2.8. Métodos de análisis de datos	54
<b>III. RESULTADOS</b>	<b>55</b>
<b>IV. DISCUSIÓN</b>	<b>73</b>
<b>V. CONCLUSIONES</b>	<b>75</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES</b>	<b>76</b>

VII.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	78
VIII	ANEXOS	81

## Índice de tablas

Tabla 1 Operacionalización de la variable Prácticas de alimentación saludable	42
Tabla 2 Operacionalización de la variable Prevención de Anemia Ferropénica	43
Tabla 3 Población de Estudio	47
Tabla 4 Muestra de Estudio	48
Tabla 5 Baremos de la variable Prácticas de alimentación saludable	50
Tabla 6 Baremos de la variable Prevención de anemia Ferropénica	50
Tabla 7 Validez de los instrumentos	51
Tabla 8 Criterio de confiabilidad valores	53
Tabla 9 Estadísticos de fiabilidad variable Prácticas de alimentación saludable	53
Tabla 10 Distribución de frecuencias de la variable Prácticas de alimentación saludable en gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima.	55
Tabla 11 Distribución de frecuencias de la dimensión Sesiones educativas en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	56
Tabla 12 Distribución de frecuencias de la dimensión Sesiones demostrativas en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	57
Tabla 13 Distribución de frecuencias de la variable prevención de la anemia Ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	58
Tabla 14 Distribución de frecuencias de la dimensión prevención de anemia Ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	59
Tabla 15 Distribución de frecuencias de la prevención en la disminución del aporte de hierro en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	60
Tabla 16 Distribución de frecuencias de la prevención en la disminución de absorción de hierro en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	61
Tabla 17 Distribución de frecuencias de la prevención en el incremento de pérdidas de hierro en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	62

Tabla 18	Tabla de contingencia Prácticas de alimentación saludable * Prevención de Anemia Ferropénica	64
Tabla 19	Tabla de contingencia Sesiones educativas * Prevención Anemia Ferropénica	65
Tabla 20	Tabla de contingencia Sesiones demostrativas * Prevención Anemia Ferropénica	66
Tabla 21	Prueba de Kolmogorov-Smirnov(a) para una muestra	68
Tabla 22	Coeficiente de correlación de Rho de Spearman de las variables: Prácticas de alimentación saludable * Prevención Anemia Ferropénica	69
Tabla 23	Coeficiente de correlación Rho de Spearman de las variables: Sesiones educativas * Prevención Anemia Ferropénica	70
Tabla 24	Coeficiente de correlación de r de Pearson de las variables: Sesiones demostrativas * Prevención Anemia Ferropénica	72

## Índice de figuras

Figura 1. Niveles de la variable Prácticas de alimentación saludable en gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	56
Figura 2. Niveles de la dimensión Sesiones educativas en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	57
Figura 3. Niveles de la dimensión Sesiones demostrativas en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	58
Figura 4. Niveles de la variable prevención de la anemia ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	59
Figura 5. Niveles de la dimensión Prevención anemia ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	60
Figura 6. Niveles de la prevención en el aporte de hierro en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	61
Figura 7. Niveles de la prevención en la disminución de absorción de hierro en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	62
Figura 8. Niveles de la prevención en el incremento de pérdidas de hierro en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014.	63
Figura 9: Gráfico de burbujas prácticas de alimentación saludable * Prevención de Anemia Ferropénica.	64
Figura 10: Gráfico de la relación de las variables: Sesiones educativas * Prevención de Anemia Ferropénica	65
Figura 11: Gráfico de la relación de las variables: Sesiones demostrativas *Prevención de Anemia Ferropénica.	66

## RESUMEN

Este estudio se denominó “Las prácticas de alimentación saludable y la prevención de anemia ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014”, fue desarrollado para alcanzar el grado académico de Magister en Salud con Mención en Gestión en los Servicios de Salud, siendo la problemática concebida en la siguiente formulación ¿En qué medida las prácticas de alimentación saludable se relacionan con la prevención de anemia ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo en el C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014?, por lo que se formuló el objetivo de establecer la relación que existe entre las prácticas de alimentación saludable y la prevención de anemia ferropénica durante el II trimestre de gestación.

Este estudio utilizó la metodología aplicada de tipo descriptivo con un diseño correlacional que con una muestra de 150 gestantes del II trimestre de gestación, se aplicó el cuestionario de prácticas de alimentación saludable para la variable 1 y prevención de anemia ferropénica para la variable 2.

Por medio del análisis, observación y descripción de las variables se estableció la relación entre la variable prácticas de alimentación saludable y prevención de anemia ferropénica. Los principales resultados muestran que el 68.7% consideran que las prácticas de alimentación saludable son adecuadas y el 58.7% realizan una prevención eficiente de la anemia ferropénica, en cuanto a la prueba de hipótesis, se logró afirmar que existe relación significativa entre las prácticas de alimentación saludable para la prevención de anemia ferropénica en las gestantes del II trimestre de embarazo del C.S. Materno Infantil Santa Anita, Lima, 2014

(Con un nivel de significancia de 0,05 y Rho de Spearman =0.826 y p-valor= 0,000 < 0,05)

### **Palabras claves:**

Prácticas – Alimentación – Saludable – Prevención - Anemia – Ferropénica –

## ABSTRACT

This study was called "healthy eating practices and prevention of iron deficiency anemia in pregnant the second trimester of CS Maternal and Child Santa Anita, Lima, 2014 ", was developed to achieve the degree of Master of Health with specialization in Management in Health Services being the problem conceived in the following formulation what extent the healthy eating practices relate prevention of iron deficiency anemia during the second trimester of pregnancy in CS Maternal and Child Santa Anita, Lima, 2014 ?, so the aim of establishing the relationship between healthy eating practices and prevention of iron deficiency anemia during the second trimester was formulated.

This study used the basic methodology of descriptive correlational design with a sample of 150 pregnant women in the second trimester of pregnancy, the questionnaire healthy eating practices for variable 1 and iron deficiency anemia prevention for variable 2 was applied.

Through analysis, observation and description of the variables the relationship between the variable healthy eating practices and prevention of iron deficiency anemia was established. The main results show that 68.7% consider healthy eating practices are adequate and 58.7% perform an efficient prevention of iron deficiency anemia, in terms of the hypothesis test, we were able to state that there is significant relationship between feeding practices healthy for the prevention of iron deficiency anemia in pregnant the second trimester of CS Maternal and Child Santa Anita, Lima, 2014 (with a significance level of 0.05 and Spearman Rho = 0.826 and p-value = 0,000 < 0, 05)

Keywords:

Practice - Food - Healthy – Prevention - Anemia - iron deficiency