




Turnitin Turnitin

INV5E144

-  Quick Submit
-  Quick Submit
-  Canvas Plagiarism Framework

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::1:3124043809 C.6021

Fecha de entrega
3 ene 2025, 9:37 a.m. GMT-5

Fecha de descarga
3 ene 2025, 9:40 a.m. GMT-5

Nombre de archivo
TESIS_26-12-24_Okey.pdf

Tamaño de archivo
4.7 MB

117 Páginas




17,134 Palabras

93,265 Caracteres

25% Similitud general


El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Fuentes principales

- 24%  Fuentes de Internet
- 6%  Publicaciones
- 9%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alerta de integridad para revisión

-  **Texto oculto**
10 caracteres sospechosos en N.º de páginas
El texto es alterado para mezclarse con el fondo blanco del documento.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 24% Fuentes de Internet
- 6% Publicaciones
- 9% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.untumbes.edu.pe	5%
2	Internet	renati.sunedu.gob.pe	2%
3	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	2%
4	Internet	hdl.handle.net	1%
5	Internet	repositorio.unsa.edu.pe	1%
6	Internet	repositorio.unc.edu.pe	1%
7	Internet	repositorio.uma.edu.pe	1%
8	Trabajos del estudiante	Universidad San Ignacio de Loyola	1%
9	Internet	www.coursehero.com	1%
10	Internet	repositorio.ump.edu.pe	0%
11	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	0%

12	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	0%
13	Trabajos del estudiante	Universidad Tecnologica de los Andes	0%
14	Internet	eprints.ucm.es	0%
15	Trabajos del estudiante	Pontificia Universidad Catolica del Ecuador - PUCE	0%
16	Internet	repositorio.une.edu.pe	0%
17	Internet	repositorio.uncp.edu.pe	0%
18	Trabajos del estudiante	Universidad Tecnologica del Peru	0%
19	Trabajos del estudiante	Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez	0%
20	Internet	repositorio.unfv.edu.pe:8080	0%
21	Internet	dspace.ucuenca.edu.ec	0%
22	Internet	es.slideshare.net	0%
23	Trabajos del estudiante	Universidad Francisco de Vitoria	0%
24	Trabajos del estudiante	Lampasas High School	0%
25	Publicación	Elvio Tintaya Zegarra, Yony Farfan Robles, Antonio Coronel Molina, Rosa Evangeli...	0%

26	Internet	dspace.unitru.edu.pe	0%
27	Internet	repositorio.usmp.edu.pe	0%
28	Trabajos del estudiante	Universidad Internacional de la Rioja	0%
29	Internet	core.ac.uk	0%
30	Internet	repositorio.escuelamilitar.edu.pe	0%
31	Internet	revistas.iue.edu.co	0%
32	Internet	www.researchgate.net	0%
33	Internet	pesquisa.bvsalud.org	0%
34	Internet	repositorioacademico.upc.edu.pe	0%
35	Internet	tesis.pucp.edu.pe	0%
36	Internet	worldwidescience.org	0%
37	Trabajos del estudiante	Universidad Privada San Juan Bautista	0%
38	Trabajos del estudiante	Universidad Católica de Santa María	0%
39	Internet	produccioncientificaluz.org	0%

40	Trabajos del estudiante	Universidad Cesar Vallejo	0%
41	Internet	redi.ufasta.edu.ar	0%
42	Internet	dspace.espace.edu.ec	0%
43	Internet	moam.info	0%
44	Internet	repositorio.ug.edu.ec	0%
45	Trabajos del estudiante	Universidad Privada Antenor Orrego	0%
46	Internet	repositorio.unu.edu.pe	0%
47	Internet	repositorio.upt.edu.pe	0%
48	Internet	dspace.udla.edu.ec	0%
49	Internet	issuu.com	0%
50	Internet	repositorio.unsch.edu.pe	0%
51	Internet	repositorio.unh.edu.pe	0%
52	Trabajos del estudiante	uncedu	0%
53	Trabajos del estudiante	Universidad Alas Peruanas	0%

54	Internet	repositorio.espe.edu.ec	0%
55	Internet	vdocuments.mx	0%
56	Trabajos del estudiante	Universidad Tecnológica Indoamerica	0%
57	Internet	en.calameo.com	0%
58	Internet	pdfslide.tips	0%
59	Internet	repositorio.uap.edu.pe	0%
60	Internet	fdocuments.ec	0%
61	Internet	repositorio.unemi.edu.ec	0%
62	Internet	revistamedica.com	0%
63	Internet	www.theinsightpartners.com	0%
64	Trabajos del estudiante	Universidad TecMilenio	0%
65	Internet	repositorio.autonomaedica.edu.pe	0%
66	Internet	repositorio.unheval.edu.pe	0%
67	Internet	revistas.unlp.edu.ar	0%

68	Internet	udi.metabiblioteca.org	0%
69	Internet	www.consortio.org	0%
70	Internet	www.osti.gov	0%
71	Internet	repositorio.unap.edu.pe	0%
72	Internet	repository.uniminuto.edu	0%
73	Internet	46.210.197.104.bc.googleusercontent.com	0%
74	Trabajos del estudiante	Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco	0%
75	Trabajos del estudiante	Universidad Privada del Norte	0%
76	Internet	apirepositorio.unh.edu.pe	0%
77	Internet	aprendeconreyhan.org	0%
78	Internet	eresmama.com	0%
79	Internet	repositorio.uandina.edu.pe	0%
80	Internet	repositorio.uide.edu.ec	0%
81	Internet	repositorio.ujcm.edu.pe	0%

82	Internet	repositorio.upn.edu.pe	0%
83	Internet	revista.nutricion.org	0%
84	Internet	takey.com	0%
85	Internet	www.natursan.net	0%
86	Internet	www.nutricion.org	0%
87	Internet	accesoabierto.uh.cu	0%
88	Internet	desilusion.com	0%
89	Internet	editorial.inudi.edu.pe	0%
90	Internet	repositorio.ftpcl.edu.pe	0%
91	Internet	repositorio.puce.edu.ec	0%
92	Internet	repositorio.uladech.edu.pe	0%
93	Internet	repositorio.unprg.edu.pe	0%
94	Internet	repositorio.upao.edu.pe	0%
95	Internet	repositorio.urp.edu.pe	0%

96	Internet	repositorio.utc.edu.ec	0%
97	Internet	saber.ucv.ve	0%
98	Internet	ww1.essalud.gob.pe	0%
99	Internet	www.comondu.gob.mx	0%
100	Internet	www.slideshare.net	0%
101	Internet	www.uoh.cl	0%
102	Publicación	Dominguez Herrera, Marta Maria. "Responsabilidad Social de las Empresas en el s...	0%
103	Internet	archive.org	0%
104	Internet	cybertesis.unmsm.edu.pe	0%
105	Internet	de.slideshare.net	0%
106	Internet	dspace.unl.edu.ec	0%
107	Internet	repositorio.unae.edu.ec	0%
108	Internet	repositorio.unapiquitos.edu.pe	0%
109	Internet	repositorio.unjfsc.edu.pe	0%

110	Internet	revistadigital.uce.edu.ec	0%
111	Internet	revistaitsl.itslibertad.edu.ec	0%
112	Internet	tesis.unap.edu.pe	0%
113	Internet	uvadoc.uva.es	0%
114	Internet	www.bbc.com	0%
115	Internet	www.dspace.uce.edu.ec	0%
116	Internet	www.hispanichealth.org	0%
117	Internet	www.scilit.net	0%
118	Internet	livrosdeamor.com.br	0%
119	Publicación	Juan Carlos Cárdenas Valverde. "Rúbrica y Desempeño Docente en la Provincia de..."	0%
120	Publicación	Villagaray, Anahi Diaz. "Análisis del Programa Nacional de Alimentación Escolar Q..."	0%
121	Internet	zagan.unizar.es	0%

ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PRIVADA**“MARÍA MONTESSORI”****Estado Nutricional y Hábitos alimentarios en nivel inicial en la I.E. Santa Rita, Arequipa - 2022****Trabajo de investigación****Presentado por las alumnas:****Morales Rodriguez, Josefina Evelyn****Pacompia Pacompia, Soledad****Para optar el grado académico****de bachiller en educación****Asesora: Dra. Zulvi Madeleine Torres Ramos****0009-0002-5622-1550****AREQUIPA-PERU****2024**

DEDICATORIA

Este trabajo es dedicado de manera especial a Dios, mi padre por su apoyo moral y en memoria y honor a mi madre Judith y abuela Juana, quienes son mi inspiración y fuente de conocimiento. Aunque ya no estén presentes físicamente, su espíritu y amor siguen guiándome en cada paso de este camino.

Evelyn Morales Rodriguez

A mis queridos padres Andrea, Emilio y mi hermana Maribel que constituyen la fuerza y razón que me impulsan a seguir adelante para hacer realidad mis objetivos trazados.

Soledad Pacompia Pacompia

AGRADECIMIENTOS

70 Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a las siguientes personas e instituciones:

2 A la Dra. Zulvi Madeleine Torres Ramos, nuestra asesora, por su invaluable orientación a lo largo de la realización de este estudio.

A los miembros encargados y profesores de la I.E. Santa Rita, por facilitarnos las condiciones necesarias para llevar a cabo esta investigación.

2 A nuestros maestros de la Escuela Superior Pedagógico María Montessori, por educarnos con dedicación y entrega durante estos años.

A nuestros amigos y colegas, quienes han compartido experiencias y nos han brindado apoyo en momentos difíciles.

2 A la Escuela Superior Pedagógico María Montessori, por brindarnos la oportunidad de completar nuestros estudios profesionales de Educación. Su contribución ha sido fundamental en nuestro camino académico y profesional. Estamos profundamente agradecidos por su apoyo y colaboración.

RESUMEN

El objetivo del estudio fue explorar la conexión entre el bienestar nutricional de los estudiantes de cuatro años del centro educativo inicial "Santa Rita" en Tiabaya, Arequipa, durante el año 2022, y sus hábitos alimenticios. Se llevó a cabo un estudio transversal, descriptivo, no experimental, cuantitativo y retrospectivo. Participaron en la muestra 31 infantes junto con sus progenitoras, utilizando como herramientas para medir las variables de estudio un cuestionario y una hoja de evaluación nutricional, con los datos antropométricos analizados a través de las curvas de crecimiento de la OMS. Los descubrimientos revelaron que el 83,9% de los menores seguían una dieta equilibrada, el 12,9% mostraban tendencias alimenticias moderadamente insalubres y el 3,2% seguían dietas consideradas dañinas. En términos de estado nutricional en relación con sus dietas, el 80,6% de los infantes se encontraban dentro de un rango normal, el 6,5% sufrían de malnutrición tanto crónica como aguda, y un 3,2% mostraban signos de sobrepeso u obesidad. La hipótesis inicial fue confirmada y la hipótesis de investigación desestimada, ya que el análisis estadístico Chi-cuadrado arrojó un valor de $p = 0,994$, superior al umbral de $p = 0,05$, lo que sugiere que no hay una relación significativa entre los patrones alimenticios y el estado nutricional de los pequeños.

Palabras Clave: hábitos alimentarios, nutrición, estado nutricional, niños.

ABSTRACT

The aim of the study was to explore the connection between the nutritional well-being of four-year-old students at the "Santa Rita" early education centre in Tiabaya, Arequipa, during the year 2022, and their eating habits. A cross-sectional, descriptive, non-experimental, quantitative and retrospective study was carried out. Thirty-one infants and their parents participated in the sample, using a questionnaire and a nutritional assessment sheet as tools to measure the study variables, with anthropometric data analysed using WHO growth curves. The findings revealed that 83.9% of the children followed a balanced diet, 12.9% showed moderately unhealthy dietary trends and 3.2% followed diets considered harmful. In terms of nutritional status in relation to their diets, 80.6% of the infants were within the normal range, 6.5% suffered from both chronic and acute malnutrition, and 3.2% showed signs of overweight or obesity. The initial hypothesis was confirmed and the research hypothesis rejected, as the Chi-square statistical analysis yielded a value of $p = 0.994$, above the threshold of $p = 0.05$, suggesting that there is no significant relationship between dietary patterns and nutritional status of the infants.

Keywords: eating habits, nutrition, nutritional status, children.

ÍNDICE GENERAL

PORTADA.....	¡Error! Marcador no definido.
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
RESUMEN	iv
ABSTRACT	v
2 INTRODUCCIÓN	xii
CAPITULO I.....	1
1.1. Plan de investigación	1
2 1.1.1. Problema de investigación	1
1.1.2. Planteamiento del Problema	1
1.1.3. Formulación del problema	3
1.1.4. Justificación del Problema	3
1.1.5. Delimitación	4
1.1.6. Objetivos de la Investigación	4
1.1.7. Hipótesis de Investigación	5
1.1.8. Variables de Investigación	5
1.1.9. Matriz de Operacionalización De Variables	6
CAPITULO II.....	8
2.1. Marco teórico	8

2

2.1.1. Antecedentes de la investigación 8

2.1.2. Marco teórico – científico 18

2.1.3. Definición de términos básicos 25

CAPÍTULO III26

3.1. Marco metodológico26

3.1.1. Población y muestra 26

3.1.2. Unidad de análisis 26

3.1.3. Métodos de Investigación27

3.1.4. Tipo y diseño de investigación27

2

3.1.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos28

3.1.6. Validez y confiabilidad 29

3.1.7. Técnicas para el procesamiento de análisis de los datos29

3.1.8. Aspectos éticos de la investigación29

55

CAPITULO IV 30

4.1. Resultados 30

4.1.1. Variable Hábitos alimentarios 30

4.1.2. Niveles de Hábitos alimentarios según dimensiones 62

4.1.3. Variable Estado nutricional 63

4.1.4. Relación entre las variables 65

4.2. Discusión 67

CAPITULO V 69

46

5.1. Conclusiones	69
5.2. Recomendaciones	70
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	71
ANEXOS	77

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Matriz operacional	6
Tabla 2	Tabulación de respuesta para el ítem 1	30
Tabla 3	Tabulación de respuesta para el ítem 2	32
Tabla 4	Tabulación de respuesta para el ítem 3	34
Tabla 5	Tabulación de respuesta para el ítem 4	36
Tabla 6	Tabulación de respuesta para el ítem 5	38
Tabla 7	Tabulación de respuesta para el ítem 6	40
Tabla 8	Tabulación de respuesta para el ítem 7	42
Tabla 9	Tabulación de respuesta para el ítem 8	44
Tabla 10	Tabulación de respuesta para el ítem 9	46
Tabla 11	Tabulación de respuesta para el ítem 10	48
Tabla 12	Tabulación de respuesta para el ítem 11	50
Tabla 13	Tabulación de respuesta para el ítem 12	52
Tabla 14	Tabulación de respuesta para el ítem 13	54
Tabla 15	Tabulación de respuesta para el ítem 14	56
Tabla 16	Tabulación de respuesta para el ítem 15	58
Tabla 17	Tabulación de respuesta para el ítem 16	60
Tabla 18	Niveles de Hábitos alimentarios según dimensiones en niños de I.E.I. Santa Rita	62

Tabla 19 Niveles de estado nutricional 63

Tabla 20 Relación de frecuencias entre las variables hábitos alimentarios y estado nutricional 65

Tabla 21 Correlación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional 66

16

113

ÍNDICE DE FIGURAS

4

Figura 1 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 131

4

Figura 2 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 232

Figura 3 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 334

Figura 4 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 436

Figura 5 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 538

Figura 6 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 640

Figura 7 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 742

4

Figura 8 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 844

4

Figura 9 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 946

Figura 10 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 1048

Figura 11 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 1150

Figura 12 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 1252

Figura 13 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 1354

Figura 14 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 1456

Figura 15 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 1558

Figura 16 Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 1660

1

Figura 17 Diagrama comparativo de barras para los Niveles de Hábitos alimentarios en niños de I.E.I. Santa Rita 62

Figura 18 Diagrama comparativo de barra para los Niveles de estado nutricional 63

INTRODUCCIÓN

Hoy en día, el desequilibrio nutricional, ya sea por escasez o exceso de ingesta alimentaria, sigue siendo un tema crítico. Afecciones como la malnutrición, el exceso de peso u obesidad se perfilan como los desafíos más significativos del siglo XXI. Estos problemas son cada vez más prevalentes en naciones en vías de desarrollo, especialmente en zonas de urbe, y su aumento es alarmante. Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS 2020) ha destacado que África lidera las estadísticas de retraso en el crecimiento infantil con un 37%, seguida por Asia con un 34%. Se estima que el 45% de los fenecimientos de niños con menos de cinco años tienen su origen en la malnutrición. Además, se ha identificado que en niños son alrededor de 41 millones padecen de sobrepeso u obesidad a nivel mundo (OMS, 2020).

A pesar de los esfuerzos, en 2017, unos 151 millones de niños experimentaban retraso en el aumento de estatura, lo que indica una reducción mínima en su prevalencia. En 2018, se reportó una disminución de 149 millones en los casos de desnutrición y 40 millones menos en obesidad infantil. Sin embargo, la obesidad continúa siendo un grave problema, impulsado por el alto consumo calórico, sedentarismo y la escasez de la condición física (MINSa, 2020).

En Perú, el consumo de alimentos no saludables ha llevado a problemas similares. Según el Sistema de Información del Estado de la Nutrición (SIEN), en 2016, el 18,6% de los niños peruanos de cinco años o menos sufren de cronicidad malnutricional, con cifras superiores al 23% en regiones de bajos recursos (SIEN, 2016).

Por lo tanto, es esencial promover hábitos alimenticios saludables desde la infancia en lugar de intentar cambiar comportamientos alimentarios en la adultez. Es importante enseñar a los niños a preparar y consumir comidas equilibradas que

3 incorporen todas las categorías alimenticias. El incremento de alimentos procesados, producidos en masa por empresas globales, facilita el acceso a opciones ricas en calorías, grasas saturadas, azúcares, sal y pobres en frutas, verduras y fibra. Estos productos incrementan la prevalencia de complicaciones cardíacas, diabetes II, hipertensión y otros trastornos, lo que subraya lo necesario que es la implementación de medidas preventivas y de sensibilización en la población.

GENERALIDADES

Título del trabajo de investigación

4 Estado nutricional y Hábitos alimentarios en nivel inicial en la I.E. Santa Rita, Arequipa – 2022.

Autores

- Josefina Evelyn Morales Rodríguez
- Soledad Pacompia Pacompia

2 Asesor(a)

- Dra. Zulvi Madeleine Torres Ramos

Línea de investigación

- Practicas pedagógicas, interacciones didácticas.

2 Localidad/Institución donde se realizará el Trabajo de investigación

- I.E. I.E.I Santa Rita Tiabaya

2 Duración

El estudio tendrá una duración de 1 año

CAPITULO I

1.1. Plan de investigación

1.1.1. Problema de investigación

El estado nutricional y los hábitos alimenticios.

1.1.2. Planteamiento del Problema

A nivel mundial, España 2019, es fundamental consolidar en los niños sus primeras selecciones, ya que es el momento en que se fijan firmemente los hábitos alimentarios, entre el año y los tres años (estado nutricional y hábitos alimentarios)(Cano et al., 2019). Una de las principales sugerencias es seguir las señales de saciedad o hambre de los niños para que sólo coman cuando realmente tengan hambre y reciban comidas nutritivas. En general, debemos atenernos a las pautas fundamentales para cualquier edad en niños inactivos, pero teniendo en cuenta aspectos específicos como el peso, género, etario y las enfermedades. Del mismo modo que ofrecer una amplia variedad de comidas con diferentes presentaciones, sabores, colores y texturas ayudaría a los niños a seleccionar alimentos con alto valor nutricional y evitaría actitudes de rechazo hacia determinadas categorías, como frutas, verduras o pescado, señala (UNESCO, 2018) citado por (Sánchez y Nicolás 2018).

En América latina, Argentina (Buenos Aires, 2001) el tema sugerido por los organizadores es la contribución de América Latina a la nutrición y la alimentación mundiales. Conviene repasar el escenario europeo anterior al Descubrimiento de América para comprender la influencia que el área latinoamericana tuvo en Europa en materia de nutrición. Dado que nuestros conocimientos sólo se remontan a poco menos de dos siglos, digamos desde Lavoisier, no podemos recurrir para ello a los antecedentes de la investigación nutricional. Los tratados de historia de la alimentación son una gran fuente de conocimientos. Estos documentos revelan que Europa vivió momentos de verdadera hambruna en la época

del descubrimiento de América debido a una grave escasez de cereales. Hay varias alusiones al hambre en la Península Ibérica en la literatura de la época (Izquierdo et al., 2004)

36 A Nivel nacional en un estudio realizado en Lima, sobre patrones alimentarios y calidad nutricional de los estudiantes se realizó durante el primer año de su carrera 3 del programa de Ciencias de la Educación de la Universidad Mayor de San Marcos. Esta investigación tuvo como finalidad la determinación del calibre de las conductas alimentarias de los estudiantes y su coherencia con una alimentación saludable (Rodríguez 2016).

107 4 En el lugar elegido para el estudio I.E. Santa Rita, Arequipa – 2022. Se ha visto el problema Identificado: El estado nutricional y los hábitos alimenticios en el nivel inicial en I.E. Santa Rita, Arequipa – 2022.

Existen varias causas posibles para este problema, entre las que se incluyen las causas de que los niños no toman desayuno en casa, no comen lo indicado a sus horas, cuando la mamá no incluye menestras en la alimentación del niño, la docente no toma importancia en lo que incluyen los padres en la lonchera (dulces, gaseosas, galletas y frituras). Siendo la causa principal las comidas chatarra que envían los padres en su lonchera, el poco interés en la lonchera que envían los padres a sus niños donde no enseñan a sus mismos los buenos hábitos alimenticios para su salud.

Los efectos de dicha problemática son diversos, entre las cuales hemos considerado, Obesidad infantil, bajo de peso (anemia), gastritis infantil, pérdida de apetito, niños estresados, dolores abdominales (cólicos). Siendo el efecto principal Bajo de peso (Anemia), Cuando los papás no brindan una buena alimentación los niños se enferman, pierden peso y sus defensas bajan llegando a darles anemia.

-Por ello la presente investigación pretende solucionar el desinterés de los padres y docentes hacia sus niños en cuanto a su alimentación y hábito alimenticio.

2 1.1.3. *Formulación del problema*

59 ¿Cómo incide la alimentación saludable para fortalecer el rendimiento académico en los niños y niñas del nivel inicial en la I.E.I. Santa Rita Tiabaya - Arequipa-2022?

a). Preguntas General

1 ¿Cuál es la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en los niños de la I.E.I. Santa Rita Tiabaya - Arequipa-2022?

b). Preguntas específicas

¿Cuál es el estado nutricional inicialmente en la I.E.I. Santa Rita Tiabaya?

84 ¿Cuáles son hábitos alimenticios de los niños del nivel inicial LA I.E.I. Santa Rita Tiabaya - Arequipa-2022?

4 ¿Cuáles son los hábitos alimenticios según sus dimensiones en el nivel inicial En la I.E. Santa Rita Tiabaya- Arequipa- 2022?

2 1.1.4. *Justificación del Problema*

9 La investigación tiene como propósito abordar una problemática de gran relevancia en el ámbito de la salud y la educación infantil. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), persisten altos índices de desnutrición y deficiencias en la ingesta de micronutrientes esenciales como hierro, vitamina A, yodo, ácido fólico, zinc y calcio, factores que afectan negativamente el crecimiento y el desarrollo en los niños. Además, se observa un aumento preocupante en el consumo de alimentos con alto contenido calórico y bajo valor nutricional, lo que contribuye al sobrepeso y la obesidad.

21 En el contexto específico de la I.E. Santa Rita Tiabaya, la evaluación del estado nutricional y los hábitos alimenticios permitió identificar casos de desnutrición y anemia, los cuales influyen directamente en el desempeño físico y cognitivo de los estudiantes. Este

49

estudio se justifica no solo por su relevancia social, sino también por su viabilidad, ya que puede servir como base para implementar estrategias que involucren a docentes y padres de familia en la mejora de la dieta y los hábitos alimenticios de los niños.

A través de esta investigación, se busca generar un impacto positivo en la comunidad educativa, contribuyendo al bienestar y al desarrollo integral de los estudiantes. Asimismo, se espera que los hallazgos obtenidos sirvan como un punto de partida para futuros estudios y proyectos orientados a combatir las problemáticas nutricionales que afectan a la infancia en nuestra región y en el país.

1.1.5. Delimitación

Tema: Estado Nutricional y Hábitos Alimenticios

Problemática: El estado nutricional y los hábitos alimenticios en el nivel inicial I.E. Santa Rita Tiabaya- Arequipa- 2022.

Muestra: 14 niñas y 17 niños

Población de estudio: 31 niños de 4 años

Lugar de estudio: I.E.I Santa Rita Tiabaya.

Año de estudio: 2022

Duración de la investigación: 1 año

1.1.6. Objetivos de la Investigación

a). Objetivo general

Determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en el primer nivel en la I.E. Santa Rita Tiabaya- Arequipa-2022.

b). Objetivos específicos:

- Determinar el estado nutricional en el nivel inicial en la I.E. Santa Rita Tiabaya- Arequipa-2021.

- 4 • Identificar los hábitos alimenticios de los niños del nivel inicial en la I.E. Santa Rita Tiabaya- Arequipa-2021.
- 4 • Establecer los hábitos alimenticios según sus dimensiones en el nivel inicial en la I.E. Santa Rita Tiabaya- Arequipa-2021,

1.1.7. Hipótesis de Investigación

12 H0: Los hábitos alimentarios no se relaciona con el estado nutricional en el primer nivel en la I.E. Santa Rita Tiabaya- Arequipa-2022.

22 H1: Los hábitos alimentarios se relaciona con el estado nutricional en el primer nivel en la I.E. Santa Rita Tiabaya- Arequipa-2022.

1.1.8. Variables de Investigación

Variable 1: hábitos alimentarios

Variable 2: Estado nutricional

1.1.9. Matriz de Operacionalización De Variables

Tabla 1

Matriz operacional

Variable independiente	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicador	Escala de medición	Escala de valoración
Hábitos alimentarios	Según (Reyes y Oyola 2020) refiere a las acciones y hábitos que una persona adopta en relación con la elección, preparación e ingesta de alimentos, ya sea de manera individual o mediante la repetición de estos comportamientos.	Se refiere a la caracterización descriptiva del consumo de alimentos tanto en su frecuencia, cantidad y calidad.	Tipos de alimentos	Consumo de carne y pescado	Ordinal	saludables: puntuación de 33 - 48 Poco saludables: puntuación de 17 - 32 No saludables: puntuación de 1-16
				Consumo de cereal		
				Consumo de Aceite		
				Consumo de Fruta y verdura		
			Frecuencia de alimentos	Número de raciones por día		
				Número de raciones por semana		
				Cantidad al día		

Variable dependiente	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicador	Escala de medición	Escala de valoración
Estado nutricional	El estado nutricional refleja el equilibrio entre la ingesta y el consumo de energía y nutrientes esenciales por parte del organismo. Este balance está influenciado no solo por la dieta y la actividad física, sino también por una variedad de factores que incluyen aspectos físicos, genéticos, biológicos, culturales, psicosociales, económicos y ambientales (Ravasco et al., 2010).	Se trata del estado de bienestar o enfermedad que las personas experimentan en función de su dieta, determinado a través del análisis de las curvas de crecimiento para niños y niñas menores de cuatro años.	Peso/talla	Peso Edad Talla Sexo	Nominal	Z>+3 D.S. Obesidad
						Z>+2 D.S. Sobrepeso
						Z+2 a -2 D.S. Normal
						Z<-2 a -3 D.S. Desnutrición aguda
						Z<-3 D.S. Desnutrición severa
						Z>+2 D.S. Sobrepeso
						Z+2 a -2 D.S. Normal
						Z<-2 a -3 D.S. Bajopeso
						Z>+2 D.S. Talla alta
						Z+2 a -2 D Normal
		Z<-2 a -3 D.S. Talla baja o desnutrición crónica				
		Z<-3 D.S. Talla baja Severa				

2

CAPITULO II

2.1. Marco teórico

2.1.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1.1. Internacionales

Díaz y Costa (2019), en su investigación sobre el estado nutricional y los patrones alimentarios de los preescolares. Tuvieron como objeto caracterizar los patrones de alimentación y nutricionales de los niños de un establecimiento educativo inicial. Utilizaron como metodología un análisis descriptivo correlacional, con una muestra 125 padres con niños de tres a cinco años. Se empleó la encuesta y la ficha de observación como instrumentos. Los resultados indicaron que existe deficiencia en la nutrición de los niños debido a que el consumo de proteínas de alto valor fue de 3,97%, y que consumían muchos alimentos de bajo valor nutricional (8,32%, 7,94% y 4,70%). Según las conclusiones del estudio, los patrones alimentarios de los preescolares se definen por una dieta rica en sodio, hipoproteica e hiperglucémica, carente de zinc y hierro y que demuestra un bajo contenido de nutrientes en los alimentos ingeridos.

Castillo et al., (2020), elaboraron una investigación para explorar las habituaciones alimentarias y la nutrición de los alumnos inscritos en un Instituto de Fútbol Mayor situado en Chillán. El objeto de este estudio fue analizar tanto el estado de nutrición como las prácticas alimenticias de los niños que frecuentan dichas escuelas. Adoptando un enfoque cuantitativo, el estudio incluyó evaluaciones antropométricas y encuestas sobre hábitos alimenticios para medir la ingesta de diferentes tipos de alimentos incluyendo frutas, vegetales, lácteos, agua, carne de cordero, pescado, frijoles, snacks dulces y salados, frituras, comida rápida y embutidos tanto diaria como semanal y mensualmente. Los hallazgos revelaron que la malnutrición por exceso es bastante prevalente, afectando al 58,7% de la

50

21

104 población estudiada. Respecto al seguimiento de las Guías Alimentarias para la población chilena (GABAS), solo el 59,2% de los adultos chilenos las cumple. En cuanto a los detalles específicos, el 71,4% de la muestra satisface con lo recomendado respecto a la ingesta de verduras, el 13,8% en el consumo de mariscos, el 39,3% en el consumo de legumbres y el 66,3% en el consumo de lácteos.

115 Valle-Flores et al., (2019), realizaron un artículo en relación a los patrones de alimentación y la nutrición de los jóvenes de las comunidades indígenas shuar. El objetivo fue establecer una base para futuras intervenciones de salud comunitaria mediante la evaluación de mediciones y pruebas bioquímicas en niños de 0 a 12 años para determinar su nutrición y hábitos alimenticios. El enfoque metodológico del estudio fue transversal-descriptivo, de no experimentación y de naturaleza cuantitativa. Se realizaron historias clínicas de la dieta, recuerdo de 24 horas, regularidad en el consumo de alimentos, comparación de datos antropométricos y análisis de muestras de sangre para la medición del hematocrito capilar. Los resultados indicaron que el 21,79% de los niños atendidos en los tres poblados indígenas presentaban bajo peso. En los tres asentamientos indígenas, el 6,41% de los alumnos en general tenían un peso inferior al normal. En las tres aldeas indígenas, hay un 1,92% de niños escolarizados con sobrepeso. Llegamos a la conclusión de que la desnutrición es causada por una variedad de variables, entre las que se ha identificado la ingesta de productos alimenticios de deficiente contenido nutricional, factores sociales y culturales, y la necesidad de viajar grandes distancias para acceder a una variedad de alimentos.

4 López (2019), estudió a las características alimentarias y la nutrición en niños menores de cinco años. El objeto de este estudio propuso conocer dichas características y la nutrición de niños de 5 años. El estudio utilizó una metodología con enfoque cuantitativo-descriptivo y transversal y contó con la participación de 63 niños menores de cinco años y sus respectivos representantes. Para recabar información sobre sociodemográfica antropometría y

hábitos alimentarios, se utilizó una encuesta. Los hallazgos primarios revelan que el 73,0% son padres, viven con tal compañero, ya sea en pareja prevalente o divorciados, 33,3% y 31,7%, respectivamente, y son 87,4% de etnia mestiza. También revelan que el 39,7% de los encuestados realizan tareas domésticas y el 28,6% culminaron el nivel secundario. El 4,8% de los niños evaluados tenían sobrepeso según la indicación peso/edad, el 4,7% tenían bajo peso según su estatura y el 15,9% presentaban retraso en el crecimiento, el 3,2% tenían bajo peso para su edad según la indicación peso/estatura y el 3,2% tenían sobrepeso según la indicación IMC/edad. En cuanto a los hábitos alimentarios, los niños comen todas las categorías de alimentos en cantidades diarias o con más frecuencia que los adultos. Sin embargo, se descubrió que los niños también ya que esto que realmente son fuentes de carbohidratos, azúcares y grasas.

Villagra (2020), realizaron una investigación sobre el programa de educación en hábitos alimentarios aplicado a niños de Asunción, Paraguay. El objetivo principal fue establecer el uso de intervenciones educativas y nutricionales, con énfasis en la mejora de las prácticas alimentarias, como método potencial para la prevención de enfermedades crónicas. La metodología de este estudio consistió en una intervención educativo-nutricional, y los participantes fueron 42 alumnos y sus padres. Se midieron el peso, la altura, la nutrición, el nivel habitualidad en su alimentación y el tipo de condición física aeróbica de dichos alumnos al comienzo y término de la intervención. Los hallazgos indicaron que el nivel de los hábitos alimentarios había mejorado significativamente. Los niños que al principio necesitaban cambiar sus hábitos alimentarios desarrollaron posteriormente los mejores hábitos dietéticos posibles, y similares características se hallaron en sus padres. Se concluye que los intervenidos tuvieron mejoras en cuanto a la calidad de los hábitos de alimentación de los padres, lo que permitió su inclusión en el programa nutricional de la escuela y la difusión de conocimientos sobre las características de vida en salud.

2.1.1.2. Nacionales

13 Ureta (2021), se realizó un estudio en la I.E. N°32306 Chunatahua Leoncio Prado con el fin de explorar la asociación entre los hábitos alimenticios y el estado de nutrición de los escolares. Este análisis se categorizó como un estudio de característica básica con enfoque correlacional y adoptó un diseño de no experimentación de correlación. La población estudiada comprendió a 47 alumnos de dicha institución, seleccionando intencionalmente una muestra no probabilística de 16 alumnos para la recaudación de información, mediante el uso de hojas de aplicación específicas. La validez de los instrumentos empleados fue verificada por expertos en el área, y la fiabilidad de los resultados se aseguró a través el coeficiente Alpha de Cronbach. Los hallazgos del estudio demostraron una correlación moderada pero significativa, con un valor $p = 0,006$, lo que llevó a rechazar la hipótesis nula. Este hallazgo confirma que existe una asociación de significancia entre los patrones alimenticios y el estado de nutrición de los alumnos de la I.E. N°32306. Este vínculo subraya lo fundamental de fomentar hábitos alimenticios saludables en los estudiantes para mejorar o mantener su estado nutricional.

27 Zumaeta (2021), en su tesis sobre la nutrición y los patrones de alimentación de los estudiantes de primaria, el objetivo se centró en descubrir la conexión entre dichas variables en los alumnos de 5to y 6to grado de una escuela en Lima durante el año 2021. Adoptando un enfoque metodológico cuantitativo y un diseño no experimental, el estudio abarcó a una población estimada de 120 niños de dichos grados escolares. Para recaudar la información necesaria, se optó por la técnica de la encuesta, empleando un cuestionario como herramienta principal. Los hallazgos obtenidos en cuanto al estado nutricional revelaron que un 15% de los estudiantes presentaba delgadez, mientras que la mayoría, un 60%, mostró un peso considerado normal. Además, un 15% de los niños se encontraba en la categoría de sobrepeso y un 10% fue clasificado con obesidad. En lo que atañe a los hábitos alimentarios, el 40% de

los escolares demostró seguir patrones no saludables, contrapuesto a un 60% que evidenció tener hábitos alimentarios saludables. La conclusión del estudio resalta una correlación con significancia, subrayando la importancia de promover prácticas alimentarias adecuadas para influir positivamente en el bienestar nutrimental de los estudiantes en la I.E. de Lima.

22 Idrogo (2022), la investigación abordó la dinámica entre los patrones de alimentación y el bienestar nutricional en niños en edad preescolar, con el propósito de esclarecer cómo

27 estos dos factores se interrelacionan. Utilizando un método cuantitativo de naturaleza descriptiva y correlacional, con un diseño de estudio transversal y no experimental, se analizó una muestra constituida por 70 madres de preescolares. Los hallazgos revelaron que un 53% de los hábitos alimenticios evaluados resultaron ser deficientes, frente a un 47% que se clasificaron como adecuados. Las madres involucradas en el estudio eran predominantemente

44 jóvenes, con edades comprendidas entre los 18 y 29 años, con un nivel educativo de primaria y un 96% dedicadas exclusivamente al hogar. En cuanto a la condición nutricional vinculada a los comportamientos alimentarios, se observó que entre los niños con una dieta deficiente, el 19% tenía bajo peso y el 3% presentaba sobrepeso, mientras que el 81% y el 97%,

6 respectivamente, mostraban un peso corporal normal. Esto reflejó una asociación moderada y notablemente significativa, con un coeficiente "D" de Somers de 0,519 y una significancia de 0,001. Respecto a la proporción peso/altura, el 38% de los niños con una alimentación

11 deficiente sufría de desnutrición aguda y el 3% de obesidad, en contraste con un 59% y un 94% con un peso normal, respectivamente, indicando una conexión significativa, aunque de menor intensidad, con un "D" de Somers de 0,389 y una significancia de 0,002. En el caso del indicador talla/edad, el 3% y el 16% de los niños con dietas inadecuadas eran,

9 respectivamente, más altos o más bajos de lo esperado, en comparación con un 81% y un 94% que se encontraban dentro del rango de altura normal, evidenciando nuevamente una relación significativa pero débil, con un "D" de Somers de 0,400 y una significancia de 0,011.

17 Conclusivamente, el estudio determinó que existe una conexión directa y moderadamente
4 significativa entre los hábitos alimenticios y el indicador peso/edad, y una relación más tenue
112 con respecto a los indicadores peso/talla y talla/edad, subrayando la influencia directa que
9 tienen los patrones de alimentación en el estado nutricional de los preescolares.

32 Gonzales y Dueñas (2021), la investigación exploró el impacto de la cultura
4 alimentaria familiar sobre los patrones de consumo de los estudiantes de primaria en Tacna,
2018, con el objetivo de identificar cómo esta influencia modela los hábitos alimenticios de
los alumnos. La metodología aplicada fue de naturaleza básica, transversal y no experimental,
36 centrándose en una muestra de 144 estudiantes de sexto grado de diferentes instituciones
32 educativas de Tacna, seleccionados a través de un muestreo no probabilístico. Para la
recopilación de datos se empleó una encuesta, utilizando un cuestionario como herramienta.
Los hallazgos del estudio resaltaron que, dentro de la cultura alimentaria familiar, la
disponibilidad y accesibilidad a los alimentos destacó como el factor predominante,
representando un 61,8%. Respecto a la variable dependiente, se observó una tendencia
significativa en la omisión de tiempos de comida, especialmente en el almuerzo. La
conclusión del estudio subraya una influencia considerable de la cultura alimentaria familiar
17 en los hábitos alimenticios de los estudiantes de sexto grado de las I.E. de Tacna,
12 evidenciando que las prácticas y accesibilidad alimentarias en el ámbito familiar juegan un
papel crucial en la configuración de los patrones de consumo alimenticio de los niños en edad
escolar.

103 Girón (2022), la investigación se enfocó en evaluar el impacto del Programar Qali
Warma en la nutrición de niños preescolares en la región norte de Perú, específicamente
durante el año 2019. El propósito principal fue analizar los efectos post intervención del
86 programa en el Índice de Masa Corporal (IMC) por edad y los cambios observados en el
estado nutricional de esta población infantil. Utilizando un enfoque analítico y retrospectivo,

94 se recopilaron datos de nueve Instituciones Educativas que fueron beneficiadas por Qali Warma en Piura durante el año escolar mencionado. Los resultados del estudio mostraron que el IMC promedio inicial de los niños fue de 0.66, aumentando a un promedio final de 2.23 después de la intervención, lo cual indica una recuperación significativa de los niños que inicialmente presentaban desnutrición. Sin embargo, se observó un incremento en el riesgo de sobrepeso del 34.8%, en sobrepeso del 30.3% y en obesidad del 22.5%. En cuanto a la hemoglobina, el nivel medio basal fue de 11.9 g/dL, con un 24% de los niños presentando anemia, siendo la mayoría de los casos leves (17%). A los 9 meses de la intervención del programa, la prevalencia de anemia leve disminuyó en un 5.5%, y los casos moderados se redujeron en un 2.1%. Todos estos cambios resultaron ser estadísticamente significativos ($p=0.00$). Mediante un análisis multivariado que utilizó la regresión lineal múltiple, el modelo aplicado logró explicar 73,9% de la diferencia entre el IMC y la edad. El peso fue identificado como la magnitud con más incidencia en la previsión del patrón de IMC para la edad, manteniéndose iguales todas las demás variables ($p<0,000$). A modo de conclusiones, el estudio determinó que la aplicación del Programa Qali Warma ha tenido un efecto positivo al aumentar el IMC por edad Z score y al modificar el estado nutricional de los preescolares en el norte de Perú, resaltando la eficacia de dicha intervención alimentaria.

2.1.1.3. Locales

6 Mamani (2018), en su investigación sobre la conexión entre los hábitos alimentarios, el estado nutricional y la composición corporal de los alumnos de 1ro de primaria. El objetivo general fue la evaluación de la conexión entre la constitución corporal, el estado nutricional y los hábitos alimentarios de los alumnos de primer grado de la I.E. N° 40199 de la zona de Socabaya. Se utilizó una encuesta estandarizada llamada Índice de Alimentación Saludable (IAS). El enfoque del estudio fue descriptivo, analítico y transversal. La muestra estaba formada por 184 niños que se sometieron a una evaluación antropométrica de su peso,

estatura y pliegues tricípital (TR) y subescapular (SB). Los resultados muestran que el 67% de los participantes tenía una composición corporal eutrófica, el 20% era obeso y el 13% tenía sobrepeso; el 68% tenía un estado nutricional normal, el 18% tenía sobrepeso, el 12% era obeso, el 1% corría el riesgo de adelgazar y otro 1% era delgado; y el 72% necesitaba hacer cambios en la dieta, el 20% tenía una ingesta poco saludable y el 9% llevaba una dieta saludable. Se demostró que la relación entre la composición corporal, los hábitos dietéticos y el estado nutricional era sustancial. El estudio llegó a la conclusión de que unos malos hábitos alimentarios afectarían al porcentaje de grasa corporal y al estado nutricional.

Aragón y Villafuerte (2021), investigaron la conexión entre las conductas alimentarias de los escolares y el estado nutricional. El objetivo fue evaluar la conexión entre dichas variables en los escolares del Colegio Científico San Andrés del barrio Hunter de Arequipa. La metodología del estudio ha sido descriptiva correlacional y transversal, y su muestra estuvo conformada por 86 escolares que completaron la encuesta estructurada Índice de Alimentación Saludable (IAS) para categorizar sus hábitos alimentarios. Para determinar su estado nutricional, los investigadores midieron el peso, la altura y la circunferencia abdominal de los participantes, y utilizaron el método de bioimpedancia para calcular su porcentaje de grasa corporal. Según los resultados, el 50% de las personas tiene una dieta más sana, el 43% tiene malos hábitos y el 7% tiene malos hábitos; el 50% de las personas tiene un estado nutricional adecuado según su IMC, el 43% tiene sobrepeso y el 7% es obeso; en cuanto a la estatura para la edad, el 96% de las personas ha sido normal, el 4% tenía un peso inferior al normal y el 0% tenía sobrepeso. En cuanto al perímetro abdominal, el 48% de las personas eran normales, el 39% tenían un riesgo elevado y el 13% eran obesas. Por último, se estimó que el 45% de las personas con porcentaje de grasa corporal por bioimpedancia han sido eutróficas (densas en nutrientes), el 45% eran obesas, y el 7% tenían bajo peso. Además del indicador de altura para la edad, se observa que existe una asociación significativa entre la

5 ingesta de alimentos y el estado nutricional ($p < 0,05$) cuando se tienen en cuenta los indicadores de IMC, perímetro abdominal y % de grasa.

57 Lazo (2019) en Arequipa, en su estudio de los niveles nutricionales y sus efectos en el proceso de aprendizaje de los niños de 5 años de los programas socios de la región de Paucarpata - Arequipa – 2019. El objetivo principal era averiguar cómo la alimentación afectaba al performance escolar de los niños de cinco años de Paucarpata matriculados en educación básica extraescolar. Como parte de su metodología, se proporciona una muestra de 52 niños y se utilizan las siguientes técnicas para medir las variables: Gráficos antropométricos de los pequeños en la economía general del hospital. A partir de una muestra de 52 niños, se constata que una nutrición adecuada es la piedra angular del desarrollo integral del niño, ya que le proporciona la energía que necesita para un crecimiento y un desarrollo óptimos. Además, las estimaciones de nutrición de los niños de 5 años de la zona de Paucarpata.

52 Huerta y Choco (2021), en su estudio sobre el grado de conocimiento de las madres sobre la buena alimentación y su vinculación con el estado nutricional de los escolares según el tipo de colegio. Tuvieron el objetivo de comparar los conocimientos de las mamás respecto a la buena alimentación y su vinculación con el estado nutricional de los escolares de primaria de la zona de Cayma en Arequipa en el año 2019. La muestra para el estudio descriptivo, correlacional y transversal incluyó a 126 mamás y sus respectivos alumnos de primaria entre 8 y 12 años. El método utilizado para cuantificar el nivel de conocimientos de las mamás fue una encuesta. Los resultados sugieren una asociación estadísticamente significativa entre el grado de conocimientos de las mamás sobre la buena nutrición y la nutrición de los niños en ambos institutos de enseñanza superior. En el Colegio Público José Trinidad Morán, el 38,10% de las mamás con bajo nivel educativo tienen un 47,62% de sus alumnos con sobrepeso, frente al 22,22% de las mamás con alto nivel educativo que tienen un

30,16% de sus alumnos con un estado nutricional adecuado. De igual forma, se ha demostrado que el 12,70% de los alumnos de la I.E. Privada Nido Magistral que tienen madres con niveles altos de educación tienen el 12,70% de alumnos con estado nutricional normal, frente al 42,86% de las madres con niveles bajos de educación que tienen el 61,90% de alumnos con sobrepeso. Por lo tanto, el estudio concluye que, dado que se ha establecido que el conocimiento de las mamás sobre alimentación saludable, determinado por el tipo de escuela a la que asisten, tiene una influencia importante en el estado nutricional de los escolares de los grados elementales.

Guerra (2019), Arequipa en su estudio de los hábitos alimentarios y su grado de asociación con la nutrición de los alumnos de ciencias de la educación de la UNSA– 2018. El objetivo general de esta investigación cuantitativa, descriptiva y correlacional fue conocer las conductas alimentarias y su vinculación con la nutrición de universitarios. Un total de 125 individuos de la Facultad de Educación fueron incluidos en la población y muestra. Los resultados del estudio mostraron la capacidad de identificar una relación entre los factores de las variables en estudio. En segundo lugar, en el tercer día, los estudiantes tenían un grado de hábitos alimentarios normales que oscilaba entre el 85 y el 132 y el 94%, según mostraron los resultados del cuestionario estandarizado sobre hábitos alimentarios. Cuando se examinó el estado nutricional de los universitarios, se descubrió que el 96% de los estudiantes tenían un IMC normal y el 4% tenían sobrepeso final, lo que indica que existe una correlación entre ambos factores.

2.1.2. Marco teórico – científico

2.1.2.1. Bases teóricas que sustentan la investigación

Las bases teóricas educativas de la presente radican en el reconocimiento de que el aprender y el crecimiento cognitivo se encuentran profundamente influenciados por el bienestar físico y nutricional de los estudiantes.

2.1.2.1.1. Teoría del Aprendizaje Social de Bandura

Propuesta por Bandura (1977), sugiere que el aprendizaje se da mediante el observar, imitar y el modelado. En el contexto de la nutrición infantil, esta teoría subraya la importancia de los modelos a seguir, incluidos padres, maestros y compañeros, en el desarrollo de hábitos alimentarios. La observación de comportamientos alimentarios saludables en el entorno inmediato puede influir significativamente en la adopción de patrones de alimentación similares por parte de los niños. Este enfoque resalta el rol crítico de estrategias educativas en nutrición en la escuela y en el hogar, donde los comportamientos positivos relacionados con la alimentación pueden ser enseñados y reforzados.

2.1.2.1.2. Teoría del Desarrollo Cognitivo de Piaget

Piaget (1952), ofrece una base en la comprensión en relación al procesamiento de información por parte de los niños y hábitos a lo largo de diferentes etapas de su crecimiento. Según Piaget, los niños en el nivel inicial están en la etapa preoperacional, donde comienzan a formar conceptos, incluyendo la comprensión de la nutrición y la salud. Un predominio de hábitos saludables y un estado nutricional generalmente normal en los niños pueden reflejar el éxito de estrategias educativas que fomentan la comprensión de lo importante de suministrar dietas equilibradas desde una temprana edad. Esto ahonda la necesidad de programas educativos que integren la nutrición como parte del currículo, aprovechando la intriga inherente de los infantes y su capacidad para absorber y aplicar nuevos conocimientos.

2.1.2.1.3. *Modelo de Creencias de Salud*

Según (Rosenstock 1974), es una teoría que explica cómo las percepciones personales influyen en la adopción de comportamientos saludables. En el contexto de la presente investigación, el modelo sugiere que la promoción de creencias positivas sobre la nutrición desde una edad temprana puede motivar a los niños a adoptar y mantener hábitos alimentarios saludables. La educación que enfatiza las consecuencias positivas de una buena nutrición y las negativas de una mala alimentación puede aumentar la percepción de la importancia de elegir alimentos saludables. Este enfoque destaca la relevancia de las intervenciones educativas que abordan las creencias y conocimientos sobre la alimentación.

2.1.2.2. **Hábitos alimentarios saludables**

Constituyen prácticas continuas en el transcurso de la vida que influyen directamente sobre nuestra nutrición y, consecuentemente, sobre nuestra salud en general. La adopción de una dieta equilibrada, diversificada y rica en nutrientes, complementada con actividad física regular, es fundamental en la permanencia de una buena salud. Es esencial que nuestra alimentación incluya una amplia variedad de alimentos, abarcando todas las categorías alimenticias y proporcionando las cantidades adecuadas en la satisfacción de energía calórica y elementos nutricionales para el cuerpo. En esta guía, nos enfocaremos en entender los principios de las dietas saludables y la relevancia de una buena actividad física como elementos clave para preservar y mejorar nuestra salud (Galarza, 2022).

La relevancia de adoptar hábitos alimenticios saludables radica en su capacidad para mantenernos en un estado de salud y fortaleza óptimos. No solo importa la cantidad de comida ingerida sino la calidad de los mismos, en ambos aspectos son cruciales para asegurar el bienestar general. Comprender el valor nutricional de los distintos alimentos nos permite tomar decisiones informadas a la hora de seleccionar nuestros platos o menús, optando por

opciones más saludables. Este enfoque consciente hacia nuestra alimentación es vital en el prevenir patologías y la mantención de una buena calidad de vida, tal como lo destaca (Galarza 2022).

2.1.2.3. Aspectos de la Malnutrición y de los hábitos Alimentarios:

La relación entre la malnutrición y los elevados índices de mortandad infantil es una realidad preocupante en numerosos países alrededor del mundo. La mortandad en infantes de un año o menos puede ser hasta diez veces superior en comparación con la observada en los Estados Unidos o en la mayor parte de países desarrollados (Fonseca et al., 2020). Esta disparidad se amplía dramáticamente en niños de entre uno y cuatro años, donde la tasa de mortalidad puede ser hasta cuarenta veces mayor. La interacción entre la enfermedad y la desnutrición juega un papel crucial en este contexto, con la enfermedad debilitando al niño y la desnutrición limitando su capacidad de recuperación, creando un ciclo vicioso que es difícil de romper (Temporelli y Viego, 2020).

102 Sin embargo, las intervenciones dirigidas a mejorar la nutrición han demostrado ser especialmente efectivas en el grupo de mayor edad, lo que sugiere que la focalización de recursos financieros y humanos hacia la salud pública y las iniciativas de nutrición para este segmento significaría beneficioso en la disminución de la mortalidad infantil (Prieto 2020). Este enfoque estratégico no solo es una medida de prevención efectiva sino también una inversión en el bienestar futuro de la sociedad, subrayando la importancia de concentrar esfuerzos en la mejora de los condicionantes de nutrición y de la salud de los niños en estas edades críticas (Burgess, 2018).

2.1.2.4. La Malnutrición y los hábitos Alimentarios

La comida es un comportamiento humano continuo. Las elecciones de alimentos de un individuo pueden o no ser saludables. Esta elección de alimentos está determinada por la

influencia de estímulos fisiológicos y ambientales (Booth, 2013). Estos estímulos se integran cognitivamente y se filtran para impulsar el acto de comer. Una forma integral de investigar es observar los contextos en los que se da la alimentación. De esta manera, es posible identificar los desencadenantes que funcionan para una alimentación saludable (Camacho 2013).

2.1.2.4.1. Hábitos alimenticios que reducen peso – mecanismos

Los estudios de control de peso asumen que un menor gasto de energía involucra un menor peso. Sin embargo, no se han estudiado los mecanismos fisiológicos de interrupción de los flujos de energía durante su actividad (Camacho, 2013).

2.1.2.4.2. Eficiencia energética de la grasa

Parte de la energía de los carbohidratos o las proteínas debe usarse para convertirlos en cadenas moleculares de grasa (triglicéridos) que se almacenan en los tejidos adiposos. En cambio, las grasas dietéticas van directamente a los triglicéridos para su depósito. Por lo tanto, reducir el porcentaje de grasa en la dieta y dar a los carbohidratos y las proteínas la misma cantidad de calorías aumentará la tasa de flujo de energía del cuerpo al medio ambiente (Camacho, 2013).

2.1.2.4.3. Saciedad tardía después de una comida alta en proteína

Pronto se descubrió que un alto contenido de proteínas en una comida retrasa la aparición del hambre (Booth y Campbell 1970). Desde hace tiempo se sabe que los aminoácidos que se absorben a través de la digestión de proteínas se amortiguan en los músculos y liberan alanina y glutamato cuando disminuye la respuesta de la insulina a la insulina. El hígado usa estos aminoácidos para producir glucosa. Este exceso de glucosa retrasará la aparición del apetito ya que se reduce la absorción de la última comida. Por lo tanto, las comidas ricas en proteínas ayudan a reducir el riesgo de picar por hambre antes de

terminar la comida. Se ha demostrado que incluir proteínas en la dieta es más eficaz para perder peso que las dietas bajas en grasas (Due y Astrup, 2004). Esto puede ser posible, al menos en parte, porque el efecto de saciedad retardada de la proteína postprandial se traduce en una mejor adherencia a los alimentos (Campbell 2004).

2.1.2.4.4. Calorías durante o entre comidas:

Se ha sugerido que evitar el consumo de calorías durante o con bebidas durante los descansos del trabajo es una medida preventiva contra el aumento de peso no saludable (Booth 1988). La teoría es que cargar calorías adicionales de un estómago aún lleno de una comida anterior no suprimirá el hambre y las calorías no se consumirán durante o inmediatamente antes de la comida. Inicio de una empresa (Boot 2013).

2.1.2.4.5. Cambio de hábitos alimentarios saludables

Se ha demostrado que cambiar la frecuencia de un estilo de vida particular afecta el peso de potencial significado clínico. Este enfoque de gestión de la frecuencia del comportamiento puede facilitar la pérdida de peso gradual al realizar cambios de estilo de vida saludables de forma secuencial (Boot 2013).

2.1.2.5. Historia dietética

Una historia dietética es esencial para comprender los patrones alimentarios individuales, incluyendo la tipificación de alimentos consumidos, su calidad y cantidad, métodos de preparación, y la frecuencia de consumo. Esta información es crucial para identificar los hábitos de alimentación y reconocer posibles modificaciones en la dieta que puedan indicar el inicio de problemas de salud relacionados con deficiencias o excesos nutricionales antes de que se manifiesten clínicamente (Ravasco et al., 2010). La evaluación detallada de la dieta de una persona ofrece una ventana hacia su estado de salud general y puede ser una herramienta valiosa para prevenir enfermedades nutricionales. Como señala

Smith (2015), “Una comprensión profunda de la historia dietética de un individuo es primordial en los diagnósticos y tratamientos de problemas nutricionales”. Este enfoque integral permite a los profesionales de la salud diseñar intervenciones nutricionales personalizadas y eficaces, basadas en los patrones de consumo alimentario específicos de cada individuo.

2.1.2.6. Parámetros antropométricos y composición corporal

Las evaluaciones antropométricas se utilizan para determinar las dimensiones corporales, así como las relaciones de talla y masa, ofreciendo también una valoración referencial de los elementos del cuerpo como los líquidos, de masa muscular y la grasa. Variaciones en el peso, así como en las medidas del perímetro a nivel de cintura y la cadera, sirven como indicativos de alteraciones en el estado nutricional. Estos cambios pueden ser analizados mediante la comparación con mediciones anteriores o con intervalos considerados normales, los cuales se derivan de investigaciones poblacionales (Rovira, 2013).

2.1.2.7. Detección de malnutrición mediante antropometría

La identificación de la malnutrición a través de medidas antropométricas es fundamental para desarrollar políticas de salud efectivas, especialmente para monitorizar la desnutrición infantil. Es importante tener en cuenta ciertas reflexiones conceptuales y metodológicas acerca de la aplicabilidad y las restricciones de estos indicadores (Ravasco et al., 2010). Dado que tanto el peso como la altura son medidas continuas, la distinción entre valores normales y anormales se basa en un enfoque probabilístico. Por ende, los umbrales establecidos, tales como el percentil 10, el 3 o las -2 desviaciones estándar, representan diferentes probabilidades de clasificar una medición como normal o anormal (Mazza, 2013).

2.1.2.8. Nutrición

La nutrición es un tema muy actual, constantemente nos encontramos con información en relación a los aspectos prevalentes de la obesidad o sobrepeso, afectando tanto a adultos como a niños. Se destaca que estas condiciones pueden conducir a enfermedades graves, incluyendo la diabetes, y se enfatiza la necesidad del consumo de frutos y verduras, beber suficiente agua y realizar ejercicio regularmente (Montes, 2018).

2.1.2.8.1. Aspectos Generales de nutrición:

- 1) Todos los nutrientes son importantes, nada es bueno o malo, y si uno no está presente, la persona se enferma o muere
- 2) Cada alimento es diferente de la cantidad requerida
- 3) La velocidad de absorción corporal de los nutrientes también varía de un caso a otro, lo que determina la rapidez con la que necesita obtenerlos. Lo más importante para el cuerpo es el oxígeno y el agua, porque sin ellos moriríamos(Pereira y Meléndez, 2017).
- 4) El cuerpo necesita cantidades óptimas de cada nutriente esencial, si aumenta puede tener toxicidad, y si disminuye, será deficiente
- 5) A efectos prácticos, “Los alimentos contienen todos los nutrientes, por lo que es raro que un individuo desarrolle una deficiencia específica, estos suelen ser síndromes políglicos”(Pereira y Meléndez, 2017).
- 6) Ningún alimento es bueno o malo, y ningún alimento sirve más que otro, “todo alimento contiene uno o más nutrientes y contribuye a la nutrición” (Montes, 2018).

2.1.2.8.2. *Macronutrientes*

Los macronutrientes son elementos energéticos necesarios para el organismo y realizar diversas funciones vitales. Se presentan en forma de polímeros, lo que significa que necesitan ser descompuestos a través del proceso de digestión antes de que el organismo pueda aprovecharlos eficazmente. Estos nutrientes incluyen principalmente proteínas, carbohidratos y grasas, cada uno de los cuales desempeña roles específicos en la mantención de una buena salud general(Zapata et al., 2019).

2.1.3. *Definición de términos básicos*

Alimentacion: Proceso en el cual los organismos consumen alimentos para satisfacer sus necesidades nutricionales, principalmente de desarrollo y energía (FAO 2014).

hábito: Cualquier actividad que se repite de forma rutinaria se denomina hábito en las ciencias del comportamiento. Otros, sin embargo, fomentan prejuicios o son perjudiciales. Algunos hábitos pueden malgastar importantes recursos mentales que podrían aprovecharse mejor en actividades más difíciles (Hernandez 2008).

Nutrientes: En efecto, un nutriente es un subproducto molecular producido por la célula que ésta utiliza para realizar tareas esenciales (MINSa 2009).

Alimento: Cualquier material tomado como alimento sirve en la satisfacción de requerimientos nutricionales de un ser vivo. Los alimentos suelen proceder de plantas, animales u hongos y aportan elementos vitales como carbohidratos, lípidos, proteínas, vitaminas y minerales (Díaz 2005).

24

CAPÍTULO III

3.1. Marco metodológico

3.1.1. Población y muestra

3.1.1.1. Población

Los niños de 4 años del Colegio Santa Rita Tiabaya de Arequipa, Arequipa, 2022, conforman la población de esta tesis. Rojas (2016), afirma que una población es un conjunto de elementos o personas con rasgos compartidos que se basa en un conjunto de criterios.

2

3.1.1.2. Muestra

"Una muestra es un procedimiento en el que se escoge un número limitado de unidades (muestra) de un grupo mayor de individuos (población) con juicios puntuales que permiten la potencial universalización de los resultados de la investigación", según Sánchez y Reyes (2015). La muestra estará conformada por todos los estudiantes que cursaron el programa de educación inicial de 4 años de la I.E., debido al reducido número de la población.

2

73

3.1.2. Unidad de análisis

En la presente investigación son los alumnos de 4 años de educación inicial que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión.

105

Criterios de inclusión

Estudiantes que ya se encuentre matriculados en el aula de 4 años de la I.E. Inicial "Santa Rita".

1

Niños y niñas que, bajo el consentimiento informado de su madre o padre, aceptaron participar en el estudio.

1 **Criterios de exclusión**

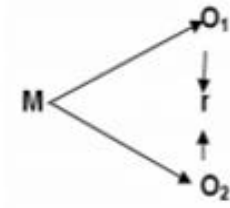
Niños y niñas con alguna complicación física o psicológica.

42 **3.1.3. Métodos de Investigación**

En el transcurso de esta investigación se aplicó el método científico. Hernández y Baptista (2016), definen el método científico como una estrategia o procedimiento intencionado empleado para comprender las propiedades del objeto investigado. Este método integra tanto la inducción como la deducción, o el razonamiento analítico, con el objetivo de abordar cuestiones; se trata de un enfoque que busca no solo describir sino también esclarecer los fenómenos observados.

81 **3.1.4. Tipo y diseño de investigación**

9 Este estudio se caracterizó por ser transversal, retrospectivo, cuantitativo y no experimental, adoptando un enfoque descriptivo correlacional. La naturaleza cuantitativa del estudio facilitó la recolección y medición de datos mediante el uso de técnicas estadísticas, con el objetivo de evaluar las hipótesis definidas. La metodología no experimental se justifica por la no manipulación de las variables investigadas, lo cual resultó adecuado para establecer relaciones entre dos variables específicas. La clasificación transversal se debe a que la información fue recabada en distintos momentos, permitiendo un análisis comparativo a lo largo del tiempo (Monje 2011).



Donde:

M: Representa a la muestra de estudio

O₁: Representa los niveles de hábitos de alimentación

O₂: El estado nutricional

R: Representa el grado de relación entre ambas variables

3.1.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.1.5.1. Técnica

En esta tesis se utilizó la técnica de encuesta para recoger datos sobre las variables Ansiedad y Rendimiento Académico en Matemáticas. Las encuestas "son bienes, junto con el proceso, accesibles al investigador, ofreciendo la opción de obtener datos y dirigiendo el método para recogerlos", según (Arias 2020).

3.1.5.2. Instrumentos

Variable 1: Hábitos alimentarios

Instrumento I: Cuestionario para los padres

Variable 2: Estado nutricional

Instrumento 2: Lista de cotejo o de evaluación

3.1.6. Validez y confiabilidad

Se evaluará la validez de las encuestas utilizando el juicio profesional para confirmar la aplicabilidad de las herramientas (véanse los anexos). También se utilizó el coeficiente alfa de Cronbach para la determinación de la fiabilidad en una muestra piloto.

3.1.7. Técnicas para el procesamiento de análisis de los datos

Con los datos que se recojan se construirá una base de datos donde se describirán las particularidades de las dimensiones del estudio. Para contrastar las hipótesis del estudio y determinar las relaciones entre las variables del estudio, se utilizarán programas como Microsoft Office Excel 2021, el software SPSS versión 26, así como el método de correlación de Pearson con una consistencia del 95%. Se crearán tablas y gráficos de barras y los resultados se analizarán e interpretarán.

3.1.8. Aspectos éticos de la investigación

Los siguientes principios se tendrán en cuenta mientras este estudio se lleve a cabo de acuerdo con las normas éticas, tomando en consideración los derechos legales de los participantes: El respeto a las personas exige que cada individuo sea tratado de forma justa y con la libertad de elegir sus propias ideas y actuar de acuerdo con esas decisiones.

Beneficencia: Tiene en cuenta la defensa de las decisiones de los participantes y la prevención de daños a los mismos asegurando su bienestar.

Justicia: La participación de las madres elegidas para el estudio en un proceso justo que tenga en cuenta los criterios de inclusión y exclusión.

Serán tratadas con cortesía, equidad y sin discriminación de ningún tipo.

CAPITULO IV

4.1. Resultados

En este apartado se exponen los hallazgos resultantes de los instrumentos aplicados, en los niños de la I.E.I. Santa Rita para conocer en qué niveles se encuentran las variables estudiadas y como se relacionan entre sí mismas.

4.1.1. Variable Hábitos alimentarios

Para esta variable se han contemplado 16 ítems, sus resultados se presentan a continuación abordando las frecuencias y porcentajes acorde a las respuestas del cuestionario para hábitos alimentarios.

4.1.1.1. ¿Qué tipos de carnes consume su niño habitualmente en el almuerzo?

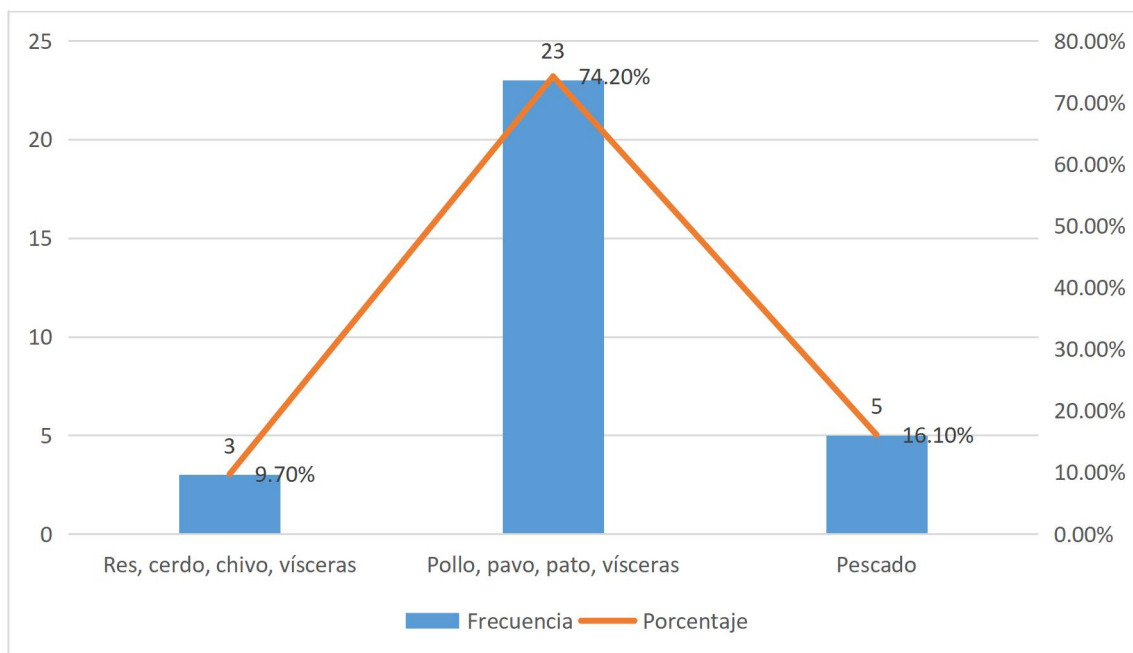
Tabla 2

Tabulación de respuesta para el ítem 1

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Res, cerdo, chivo, vísceras	3	9,7	9,7	9,7
Pollo, pavo, pato, vísceras	23	74,2	74,2	83,9
Pescado	5	16,1	16,1	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 1

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 1



Interpretación

Según la tabla 2 y figura 1, los tipos de carne que los niños consumen habitualmente en el almuerzo, destacando una clara preferencia por las aves, con un 74,2% de los niños eligiendo pollo, pavo, pato y sus vísceras. Solo un 9,7% de los encuestados reporta el consumo de carnes rojas y vísceras, mientras que el pescado es preferido por el 16,1%, indicando una diversidad en la ingesta de proteínas, aunque con una inclinación notable hacia las aves sobre otros tipos de carne. Este patrón de consumo sugiere una variación en los perfiles nutricionales disponibles para los niños, potencialmente influenciando su estado nutricional al ofrecer diferentes contenidos de grasas, proteínas, vitaminas y minerales, lo cual es relevante para evaluar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional sin necesidad de especificar el contexto institucional o temporal.

4.1.1.2. ¿Qué bebidas consume habitualmente su niño en el desayuno?

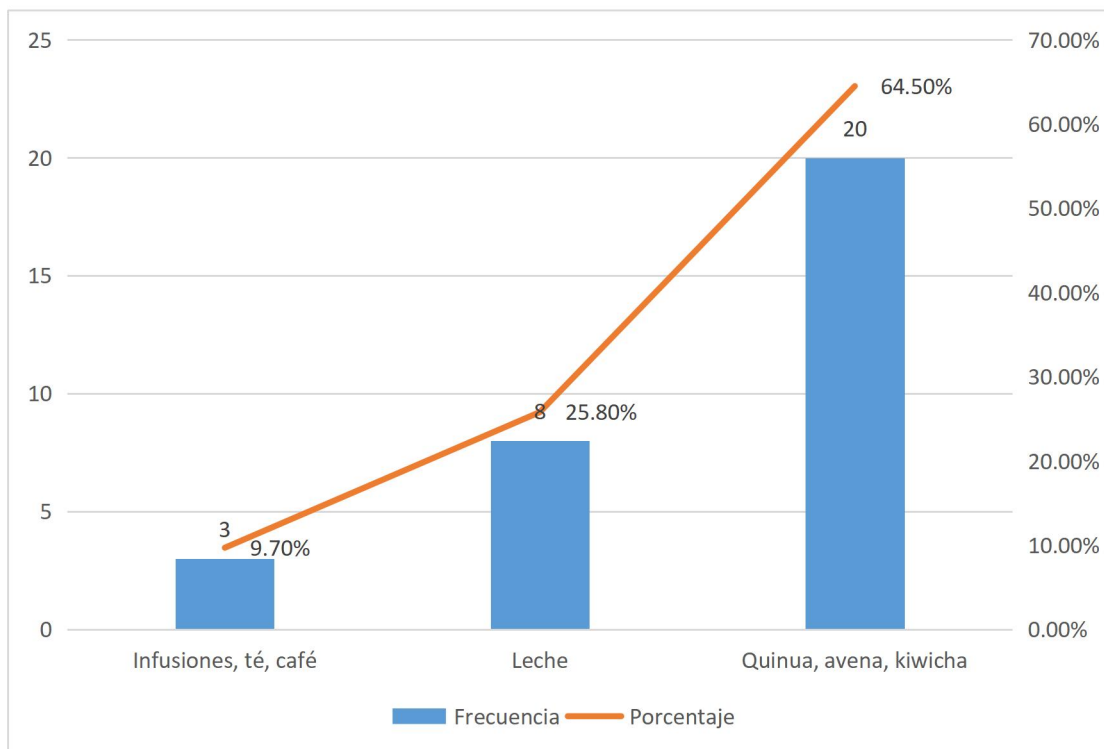
Tabla 3

Tabulación de respuesta para el ítem 2

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Infusiones, té, café	3	9,7	9,7	9,7
Leche	8	25,8	25,8	35,5
Quinoa, avena, kiwicha	20	64,5	64,5	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 2

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 2



Interpretación

Según la tabla 3 y figura 2, se evidencia una predominante inclinación hacia bebidas nutritivas como quinua, avena y kiwicha, que representan el 64,5% de las elecciones. En contraste, solo un 25,8% prefiere la leche y un menor 9,7% opta por infusiones como té o café. Este patrón refleja una tendencia hacia opciones de desayuno que aportan un alto valor nutricional, favoreciendo bebidas que son ricas en vitaminas, minerales, y otros nutrientes esenciales para el desarrollo y bienestar de los niños. La preferencia por quinua, avena y kiwicha sugiere una conciencia o una práctica orientada hacia el consumo de alimentos saludables desde una edad temprana, lo que puede tener un impacto positivo en el estado nutricional y los hábitos alimenticios en general.

9

100

17

4.1.1.3. ¿Qué consume su niño en el desayuno?

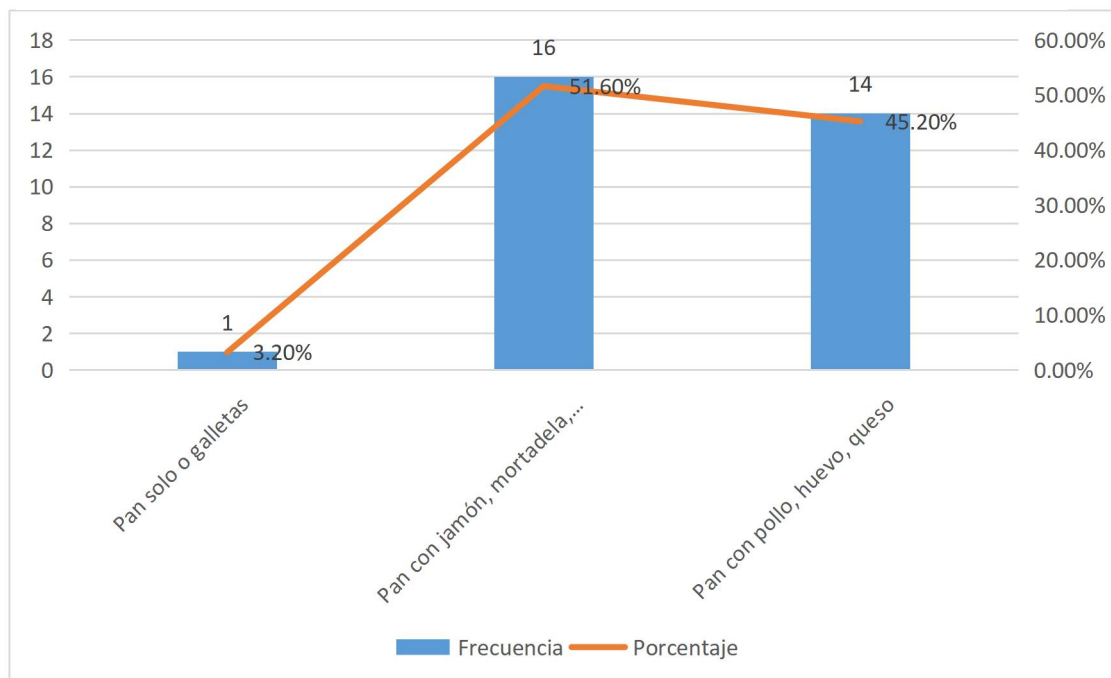
Tabla 4

Tabulación de respuesta para el ítem 3

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Pan solo o galletas	1	3,2	3,2	3,2
Pan con jamón, mortadela, mantequilla, mermelada	16	51,6	51,6	54,8
Pan con pollo, huevo, queso	14	45,2	45,2	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 3

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 3



Interpretación

25 Según la tabla 4 y figura 3, las opciones de alimentos que los niños suelen consumir en el desayuno, revelando una marcada preferencia por combinaciones más nutritivas y completas. Un 51,6% de los niños opta por pan acompañado de jamón, mortadela, mantequilla o mermelada, mientras que un 45,2% prefiere el pan con pollo, huevo o queso, evidenciando una inclinación hacia opciones que incorporan proteínas y otros nutrientes esenciales. Solo un 3,2% se decanta por opciones más simples como pan solo o galletas. Estos datos reflejan una tendencia hacia desayunos que balancean carbohidratos con proteínas, lo cual es crucial para un inicio de día energético y nutritivo, potencialmente contribuyendo a un mejor estado nutricional y fomentando hábitos alimenticios saludables desde la infancia.

4.1.1.4. ¿Qué tipos de cereales consume habitualmente su niño en el almuerzo?

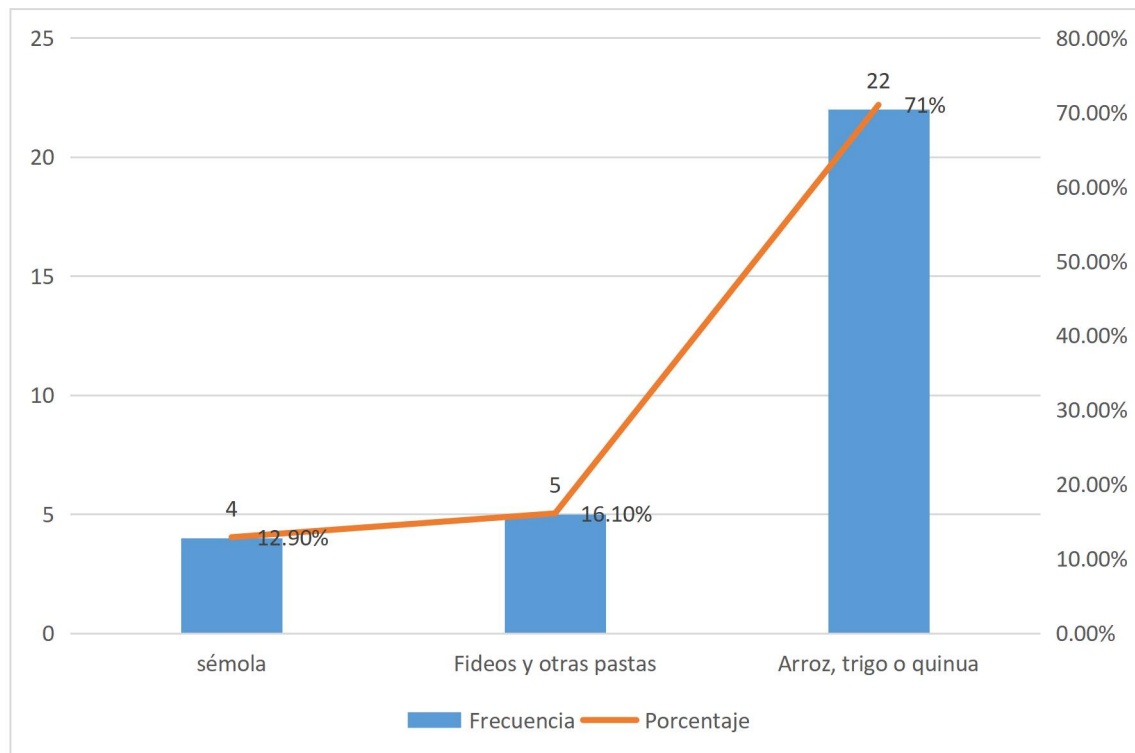
Tabla 5

Tabulación de respuesta para el ítem 4

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Sémola	4	12,9	12,9	12,9
Fideos y otras pastas	5	16,1	16,1	29,0
Arroz, trigo o quinua	22	71,0	71,0	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 4

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 4



Interpretación

Según la tabla 5 y figura 4, se evidencia las preferencias de cereales consumidos habitualmente por los niños en el almuerzo, destacando una clara preferencia por opciones como arroz, trigo o quinua, que representan el 71,0% de las elecciones. En menor medida, un 16,1% consume fideos y otras pastas, mientras que un 12,9% opta por sémola. Esta distribución sugiere una tendencia hacia la ingesta de cereales que son fundamentales en la dieta diaria, proporcionando carbohidratos complejos, fibra y una variedad de nutrientes esenciales. La alta prevalencia de arroz, trigo o quinua indica una elección común en la alimentación de los niños, lo que puede tener implicaciones importantes para su estado nutricional y sus hábitos alimenticios generales.

4.1.1.5. ¿Su niño consume habitualmente margarina, mantequilla y embutidos?

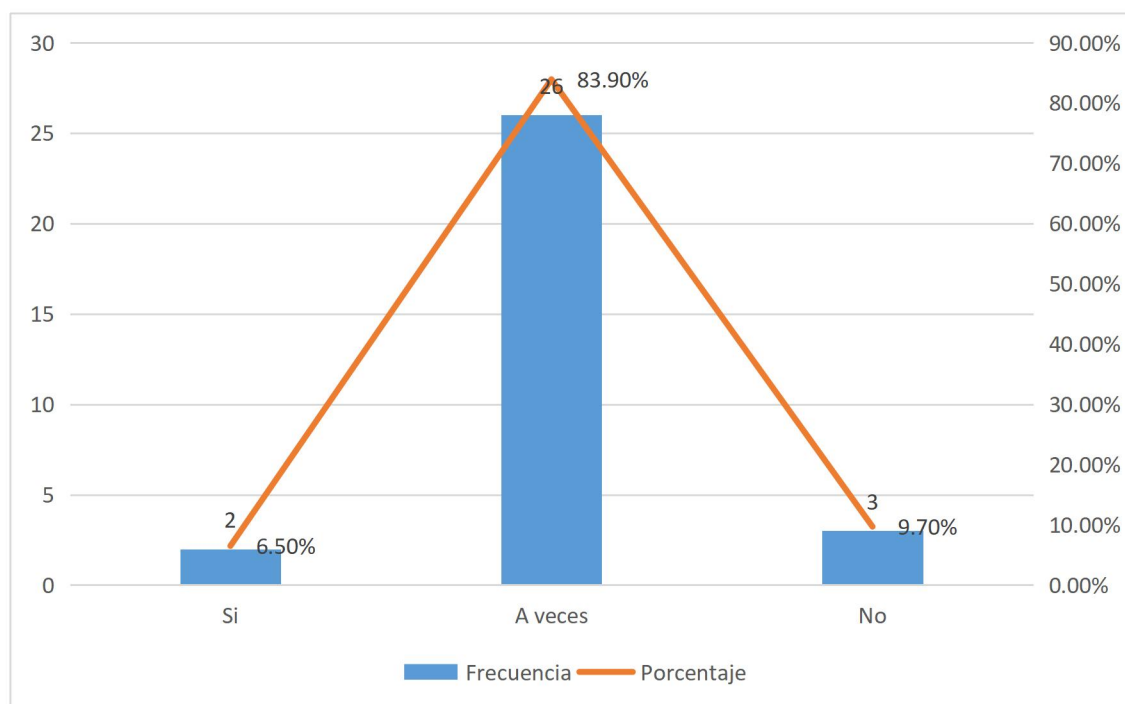
Tabla 6

Tabulación de respuesta para el ítem 5

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Si	2	6,5	6,5	6,5
A veces	26	83,9	83,9	90,3
No	3	9,7	9,7	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 5

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 5



Interpretación

25 Según la tabla 6 y figura 5, se evidencia que la mayoría de los niños, un 83,9%, consumen estos productos a veces, mientras que un pequeño porcentaje, solo un 6,5%, los consume habitualmente. Por otro lado, un 9,7% de los niños no los consume en absoluto. Estos datos sugieren que estos productos no son consumidos de manera regular por la mayoría de los niños, lo que podría indicar una moderación en su ingesta o preferencias hacia otros alimentos.

4.1.1.6. ¿Su niño consume verduras en el almuerzo?

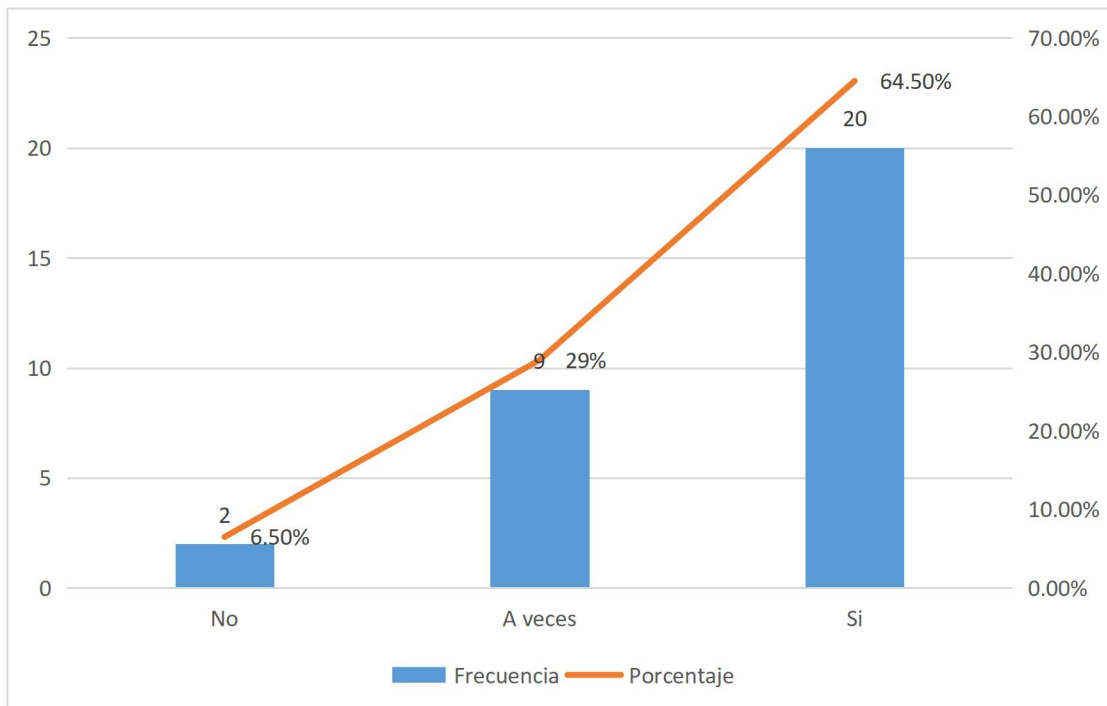
Tabla 7

Tabulación de respuesta para el ítem 6

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
No	2	6,5	6,5	71,0
A veces	9	29,0	29,0	100,0
Si	20	64,5	64,5	64,5
Total	31	100,0	100,0	

Figura 6

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 6



Interpretación

25 Según la tabla 7 y figura 6, se evidencia que la mayoría de los niños, un 64,5%, sí consumen verduras en el almuerzo. Un 29,0% de los niños lo hace ocasionalmente, mientras que un pequeño porcentaje, un 6,5%, no las consume en absoluto. Estos datos sugieren una aceptación generalizada del consumo de verduras entre los niños, lo que es positivo para su ingesta de nutrientes y su salud en general. Sin embargo, también muestra que existe un pequeño grupo que no las consume, lo que podría indicar la necesidad de promover hábitos alimenticios más equilibrados que incluyan una mayor variedad de alimentos.

4.1.1.7. ¿Qué tipo de alimentos ingiere su niño a media mañana y media tarde?

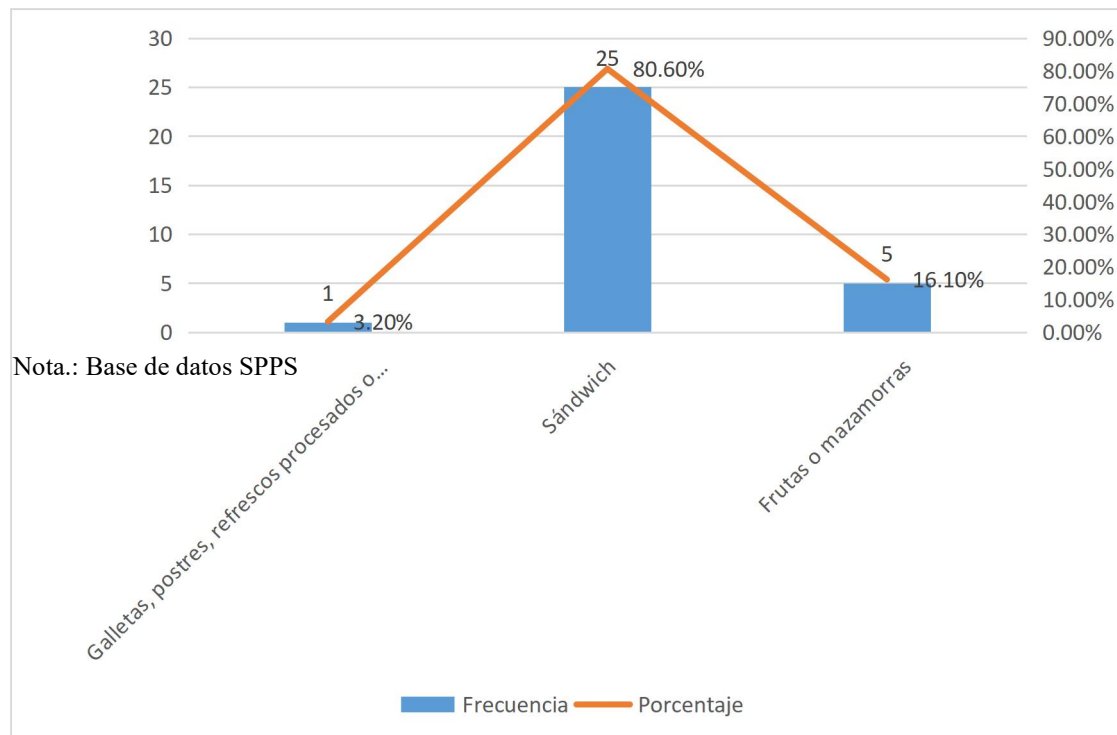
Tabla 8

Tabulación de respuesta para el ítem 7

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Galletas, postres, refrescos procesados o gaseosas	1	3,2	3,2	3,2
Sándwich	25	80,6	80,6	83,9
Frutas o mazamorras	5	16,1	16,1	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 7

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 7



Interpretación

3 Según la tabla 8 y figura 7, se evidencia que la opción más común es el sándwich, con un 80,6% de los niños prefiriéndolo. Un menor porcentaje, un 16,1%, consume frutas o mazamorras, mientras que solo un 3,2% elige galletas, postres, refrescos procesados o gaseosas. Estos datos sugieren una preferencia generalizada por opciones más sustanciales y nutritivas, como el sándwich y las frutas, sobre alimentos procesados y con alto contenido de azúcares. Esto es positivo en términos de promover una alimentación más equilibrada y saludable entre los niños.

4.1.1.8. ¿Cuántas comidas al día consume su niño?

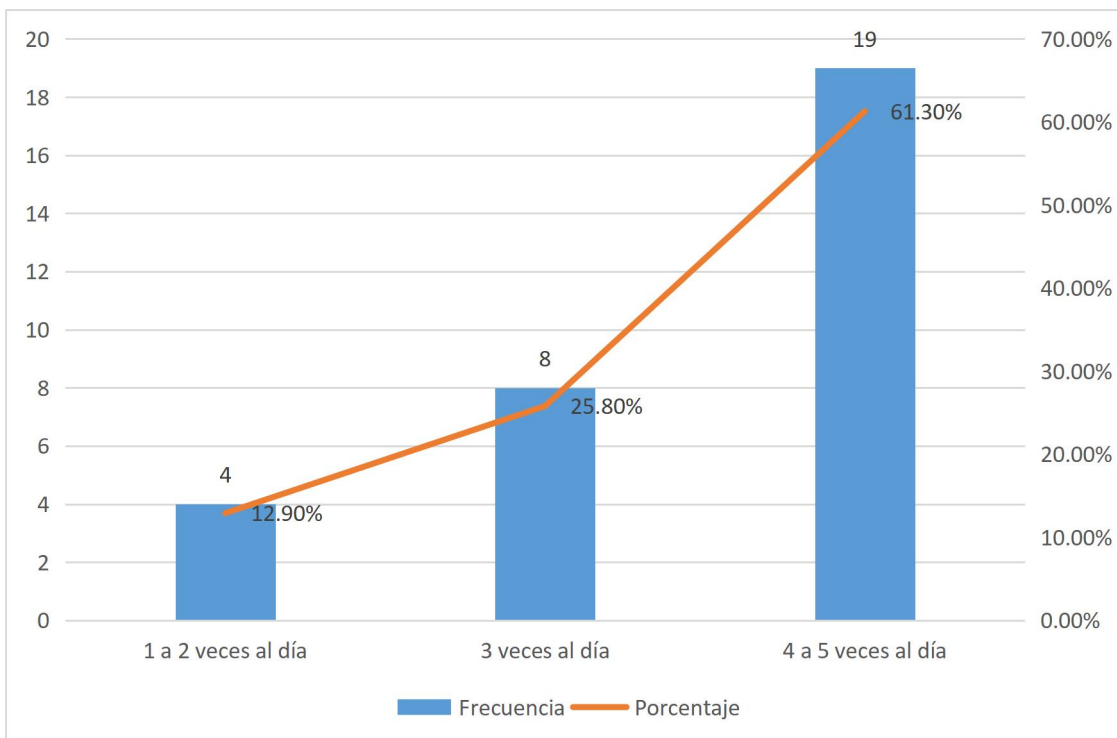
Tabla 9

Tabulación de respuesta para el ítem 8

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1 a 2 veces al día	4	12,9	12,9	12,9
3 veces al día	8	25,8	25,8	38,7
4 a 5 veces al día	19	61,3	61,3	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 8

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 8



Interpretación

18 Según la tabla 9 y figura 8, se evidencia que la mayoría de los niños, un 61,3%, consumen entre 4 a 5 comidas al día. Un 25,8% lo hace 3 veces al día, mientras que un

20 pequeño porcentaje, un 12,9%, consume entre 1 a 2 veces al día. Estos datos sugieren que la mayoría de los niños tienen una distribución adecuada de comidas a lo largo del día, lo que es importante para mantener un adecuado aporte de nutrientes y energía para su crecimiento y desarrollo. Sin embargo, también muestra que hay un pequeño grupo que no tiene una frecuencia adecuada de comidas, lo que podría indicar la necesidad de intervenir para promover hábitos alimenticios más saludables.

4.1.1.9. ¿Durante la semana cuántas veces al día su niño consume verduras?

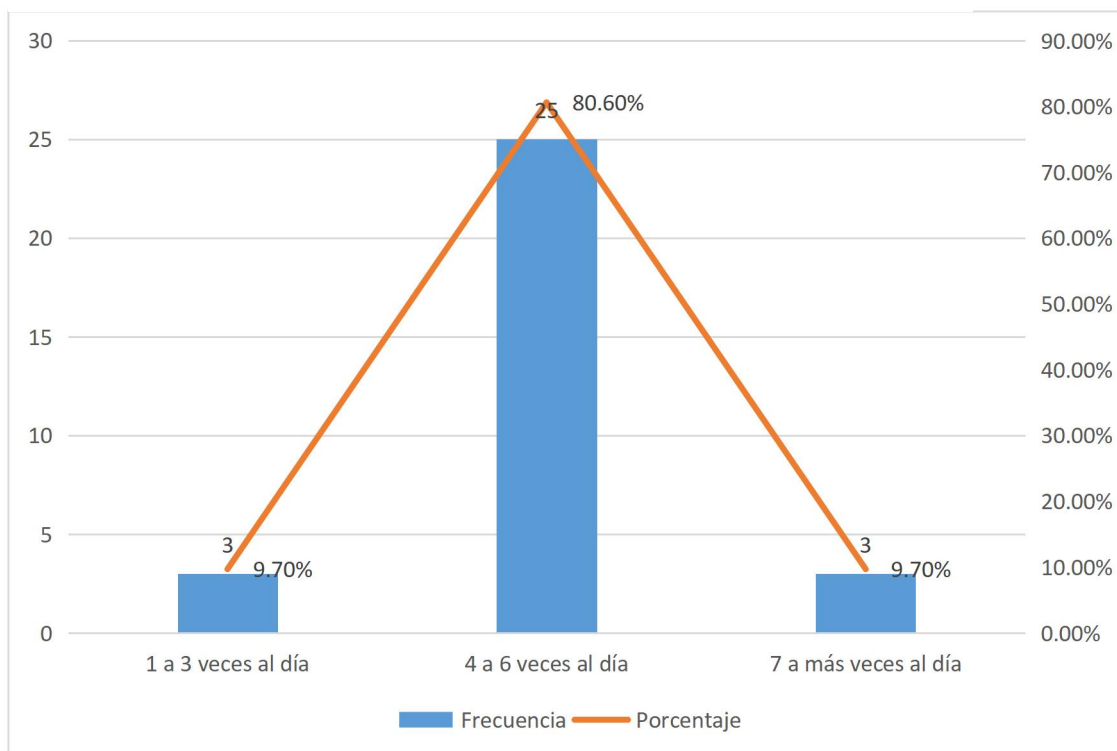
Tabla 10

Tabulación de respuesta para el ítem 9

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1 a 3 veces al día	3	9,7	9,7	9,7
4 a 6 veces al día	25	80,6	80,6	90,3
7 a más veces al día	3	9,7	9,7	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 9

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 9



Interpretación

Según la tabla 10 y figura 9, se evidencia la mayoría de los niños, un 80,6%, consumen verduras entre 4 a 6 veces al día. Un 9,7% lo hace entre 1 a 3 veces al día, mientras que otro 9,7% las consume 7 o más veces al día. Estos datos sugieren una buena frecuencia de consumo de verduras entre los niños, lo que es positivo para su ingesta de nutrientes y su salud en general. Sin embargo, también muestra que hay un pequeño grupo que no consume verduras con la misma frecuencia, lo que podría indicar la necesidad de promover hábitos alimenticios más saludables en este grupo.

4.1.1.10. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume tubérculo (papa, camote, yuca, olluco)?

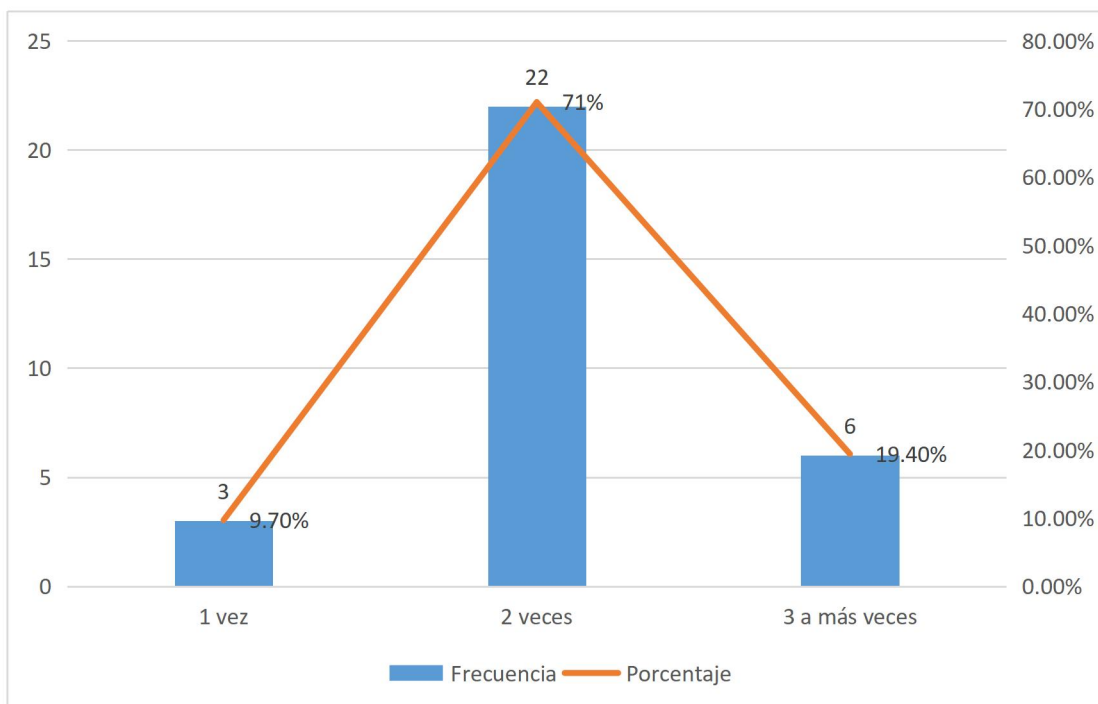
Tabla 11

Tabulación de respuesta para el ítem 10

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1 vez	3	9,7	9,7	9,7
2 veces	22	71,0	71,0	80,6
3 a más veces	6	19,4	19,4	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 10

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 10



Interpretación

Según la tabla 11 y figura 10, se evidencia la mayoría de los niños, un 71,0%, consumen tubérculos dos veces por semana. Un 19,4% lo hace tres o más veces a la semana, mientras que un pequeño porcentaje, un 9,7%, los consume solo una vez a la semana. Estos datos sugieren que la mayoría de los niños tienen una frecuencia adecuada de consumo de tubérculos, lo que es positivo dado que estos alimentos son una importante fuente de carbohidratos y otros nutrientes esenciales. Sin embargo, también muestra que hay un pequeño grupo que no consume tubérculos con la misma frecuencia, lo que podría indicar la necesidad de promover hábitos alimenticios más equilibrados en este grupo.

13

9

4.1.1.11. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume pescado?

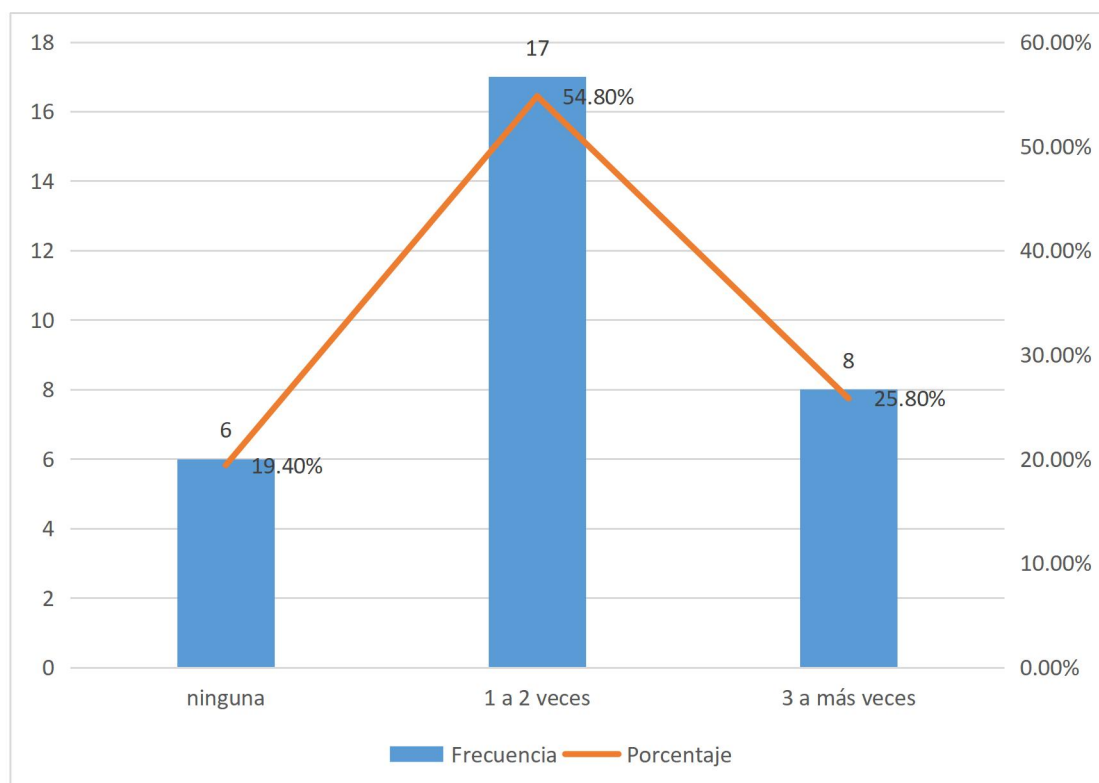
Tabla 12

Tabulación de respuesta para el ítem 11

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Ninguna	6	19,4	19,4	19,4
1 a 2 veces	17	54,8	54,8	74,2
3 a más veces	8	25,8	25,8	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 11

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 11



Interpretación

Según la tabla 12 y figura 11, se evidencia la mayoría de los niños, un 54,8%, lo consumen una a dos veces a la semana. Un 25,8% lo hace tres o más veces por semana, mientras que un 19,4% no lo consume en absoluto. Estos datos sugieren que la mayoría de los niños tienen una frecuencia adecuada de consumo de pescado, lo que es positivo dado que este alimento es una importante fuente de proteínas y ácidos grasos omega-3, importantes para el desarrollo y salud cardiovascular. Sin embargo, también muestra que hay un grupo significativo que no consume pescado con la misma frecuencia, lo que podría indicar la necesidad de promover su consumo en este grupo para obtener los beneficios nutricionales asociados.

13

63

4.1.1.12. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño come carnes (pollo, res, pavo, vísceras)?

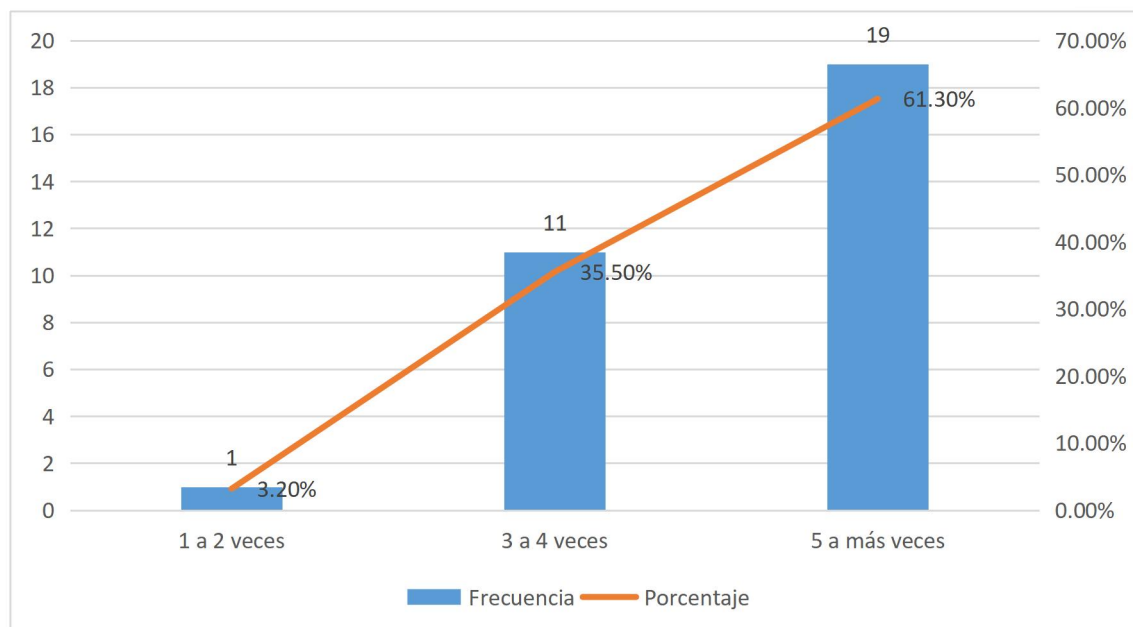
Tabla 13

Tabulación de respuesta para el ítem 12

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1 a 2 veces	1	3,2	3,2	3,2
3 a 4 veces	11	35,5	35,5	38,7
5 a más veces	19	61,3	61,3	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 12

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 12



Interpretación

Según la tabla 13 y figura 12, se evidencia que la mayoría de los niños, un 61,3%, las consumen cinco o más veces a la semana. Un 35,5% lo hace entre tres a cuatro veces por semana, mientras que un pequeño porcentaje, un 3,2%, las consume una o dos veces a la semana. Estos datos sugieren que la mayoría de los niños tienen una frecuencia elevada de consumo de carnes, lo que puede proporcionar una fuente importante de proteínas y otros nutrientes esenciales. Sin embargo, también muestra que hay un pequeño grupo que no consume carne con la misma frecuencia, lo que podría indicar la necesidad de promover una mayor variedad en la dieta de este grupo para asegurar una ingesta equilibrada de nutrientes.

20

9

4.1.1.13. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume menestras (frejoles, lentejas, arvejas, garbanzos, habas)?

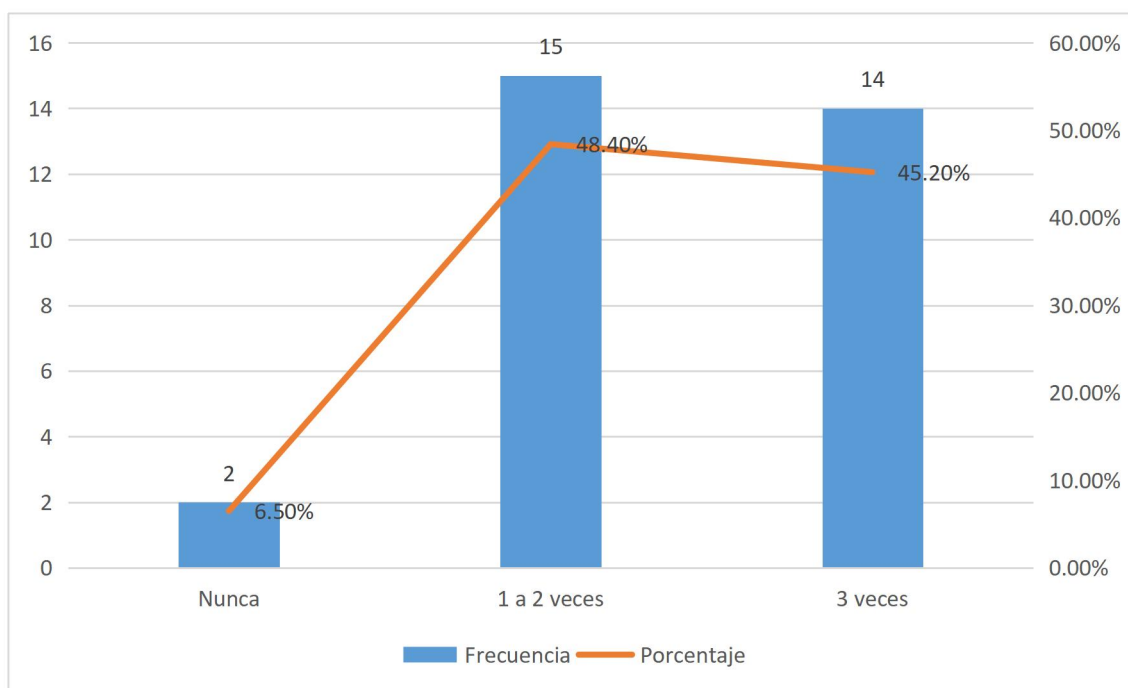
Tabla 14

Tabulación de respuesta para el ítem 13

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	2	6,5	6,5	6,5
1 a 2 veces	15	48,4	48,4	54,8
3 veces	14	45,2	45,2	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 13

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 13



Interpretación

18 Según la tabla 14 y figura 13, se evidencia que la mayoría de los niños, un 48,4%, las consumen una a dos veces por semana. Un 45,2% lo hace tres veces a la semana, mientras

20 que un pequeño porcentaje, un 6,5%, nunca las consume. Estos datos sugieren que la mayoría de los niños tienen una frecuencia moderada de consumo de menestras, lo que es positivo

9 dado que son una importante fuente de proteínas vegetales, fibra y otros nutrientes. Sin embargo, también muestra que hay un pequeño grupo que no las consume con la misma frecuencia, lo que podría indicar la necesidad de promover su consumo en este grupo para obtener los beneficios nutricionales asociados.

4.1.1.14. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume leche y derivados (yogurt, queso)?

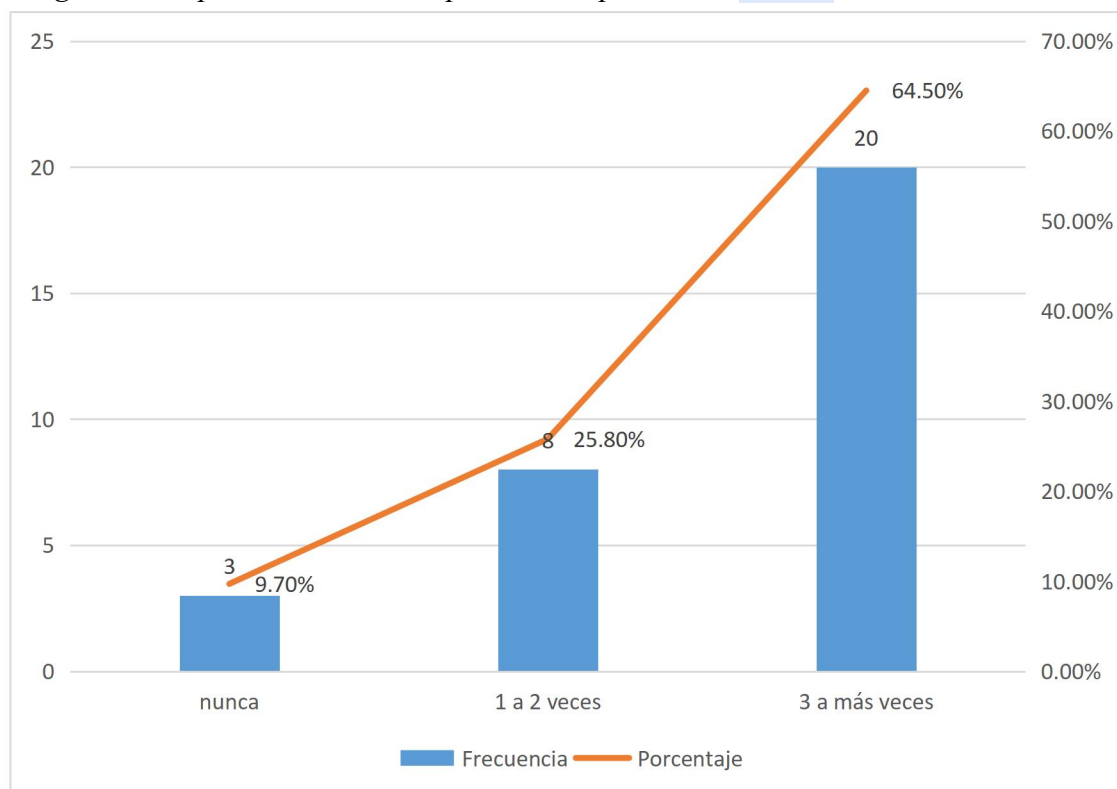
Tabla 15

Tabulación de respuesta para el ítem 14

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Nunca	3	9,7	9,7	9,7
1 a 2 veces	8	25,8	25,8	35,5
3 a más veces	20	64,5	64,5	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 14

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 14



Interpretación

Según la tabla 15 y figura 14, se evidencia que la mayoría de los niños, un 64,5%, los consumen tres o más veces por semana. Un 25,8% lo hace una a dos veces por semana, mientras que un pequeño porcentaje, un 9,7%, nunca los consume. Estos datos sugieren que la mayoría de los niños tienen una frecuencia adecuada de consumo de leche y sus derivados, lo que es positivo dado que son una importante fuente de calcio, proteínas y otros nutrientes esenciales para el crecimiento y desarrollo. Sin embargo, también muestra que hay un pequeño grupo que no los consume con la misma frecuencia, lo que podría indicar la necesidad de promover su consumo en este grupo para asegurar una ingesta equilibrada de nutrientes.

1

79

4.1.1.15. ¿Cuántas unidades de frutas consume su niño durante el día?

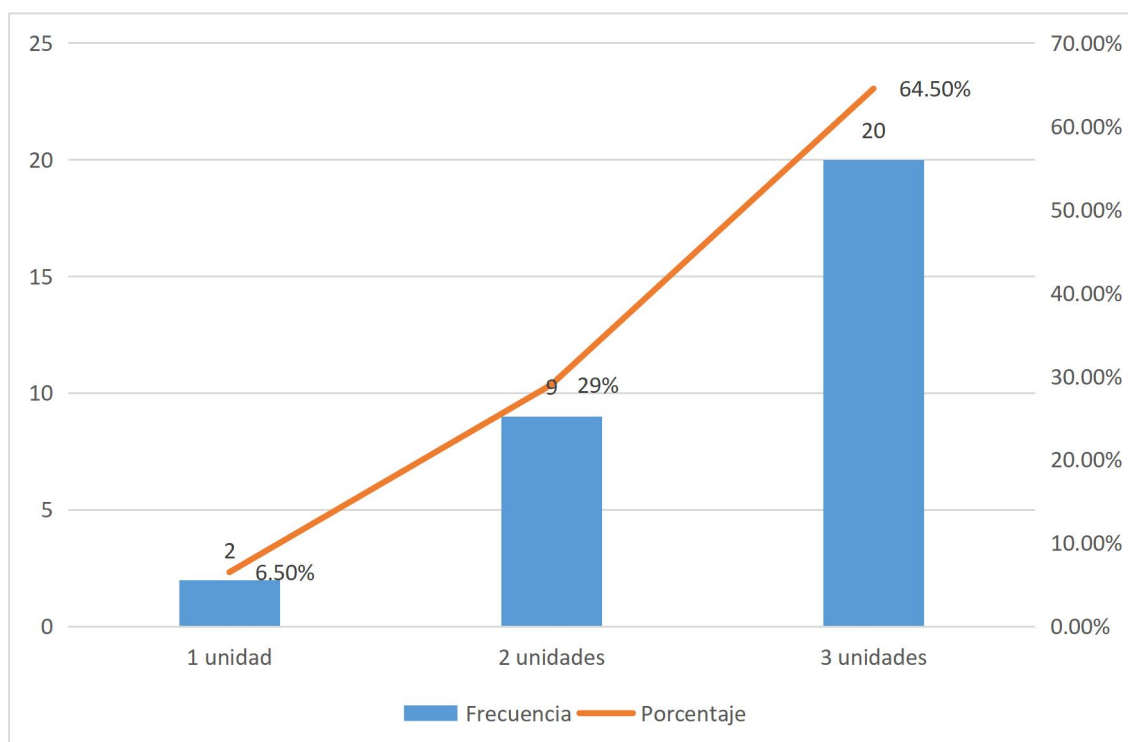
Tabla 16

Tabulación de respuesta para el ítem 15

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1 unidad	2	6,5	6,5	6,5
2 unidades	9	29,0	29,0	35,5
3 unidades	20	64,5	64,5	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 15

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 15



Interpretación

Según la tabla 16 y figura 15, se evidencia que la mayoría de los niños, un 64,5%, consumen tres unidades de frutas al día. Un 29,0% consume dos unidades, mientras que un pequeño porcentaje, un 6,5%, consume solo una unidad. Estos datos sugieren que la mayoría de los niños tienen un consumo adecuado de frutas, lo que es positivo dado que son una importante fuente de vitaminas, minerales y fibra. Esto refleja una práctica alimentaria saludable que promueve una dieta equilibrada y variada entre los niños.

13

4.1.1.16. ¿Cuántos vasos de agua consume su niño durante el día?

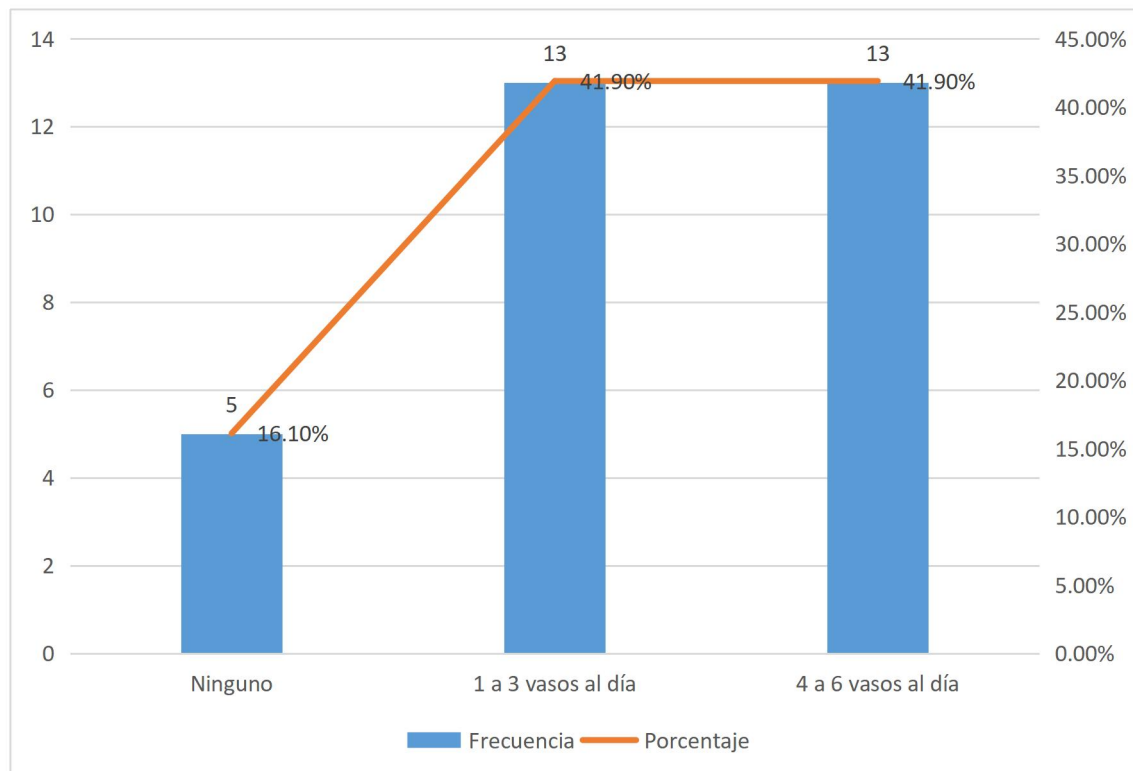
Tabla 17

Tabulación de respuesta para el ítem 16

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Ninguno	5	16,1	16,1	16,1
1 a 3 vasos al día	13	41,9	41,9	58,1
4 a 6 vasos al día	13	41,9	41,9	100,0
Total	31	100,0	100,0	

Figura 16

Diagrama comparativo de barras para las respuestas al ítem 16



Interpretación

Según la tabla 17 y figura 16, se evidencia que una parte significativa de los niños, un 41,9%, consume de 1 a 3 vasos de agua al día, mientras que otro 41,9% consume de 4 a 6 vasos al día. Un 16,1% de los niños no consume ningún vaso de agua durante el día. Estos datos sugieren que la mayoría de los niños tienen un consumo adecuado de agua, lo que es fundamental para mantener una hidratación adecuada y apoyar el funcionamiento saludable del cuerpo. Sin embargo, también muestra que hay un grupo significativo que no consume suficiente agua, lo que podría indicar la necesidad de promover una mayor ingesta de líquidos en este grupo para garantizar una hidratación adecuada.

4.1.2. Niveles de Hábitos alimentarios según dimensiones

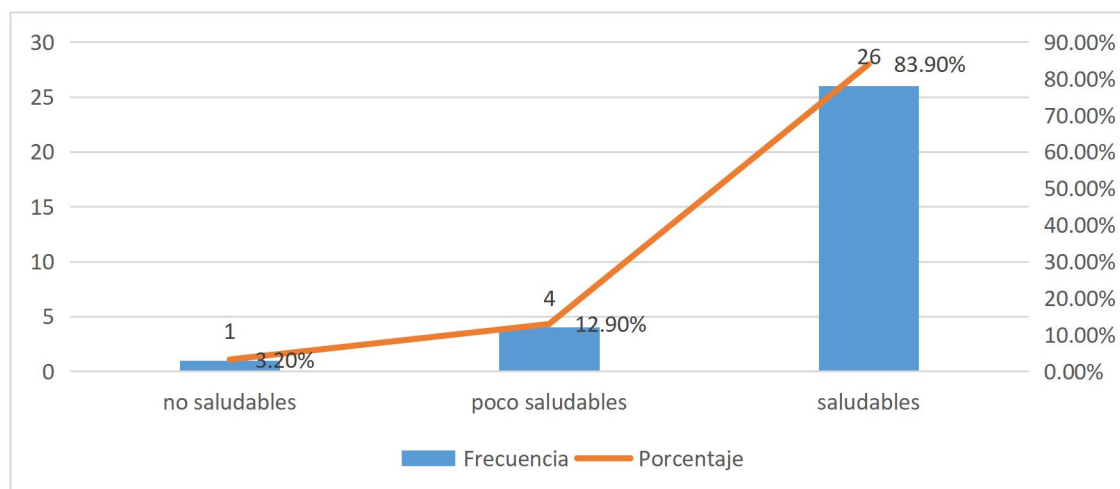
Tabla 18

Niveles de Hábitos alimentarios según dimensiones en niños de I.E.I. Santa Rita

Hábitos alimentarios		
Dimensión	N	%
No saludables	1	3,2
Poco saludables	4	12,9
Saludables	26	83,9
Total	31	100.0

Figura 17

Diagrama comparativo de barras para los Niveles de Hábitos alimentarios en niños de I.E.I. Santa Rita



Interpretación

La Tabla 18 muestra que, del total de niños, el 83,9% tenía buenos hábitos alimentarios, el 12,9% había adquirido hábitos poco saludables y el 3,2% había desarrollado hábitos no saludables. Como resultado, la mayoría de los niños desarrollaron buenos hábitos alimentarios. Dichos niveles se expresan en el gráfico de la figura 17.

4.1.3. Variable Estado nutricional

Para recoger información sobre esta variable se tomaron los pesos y tallas de la evaluación de cotejo (ver Anexo). Los resultados se presentan en la tabla 19.

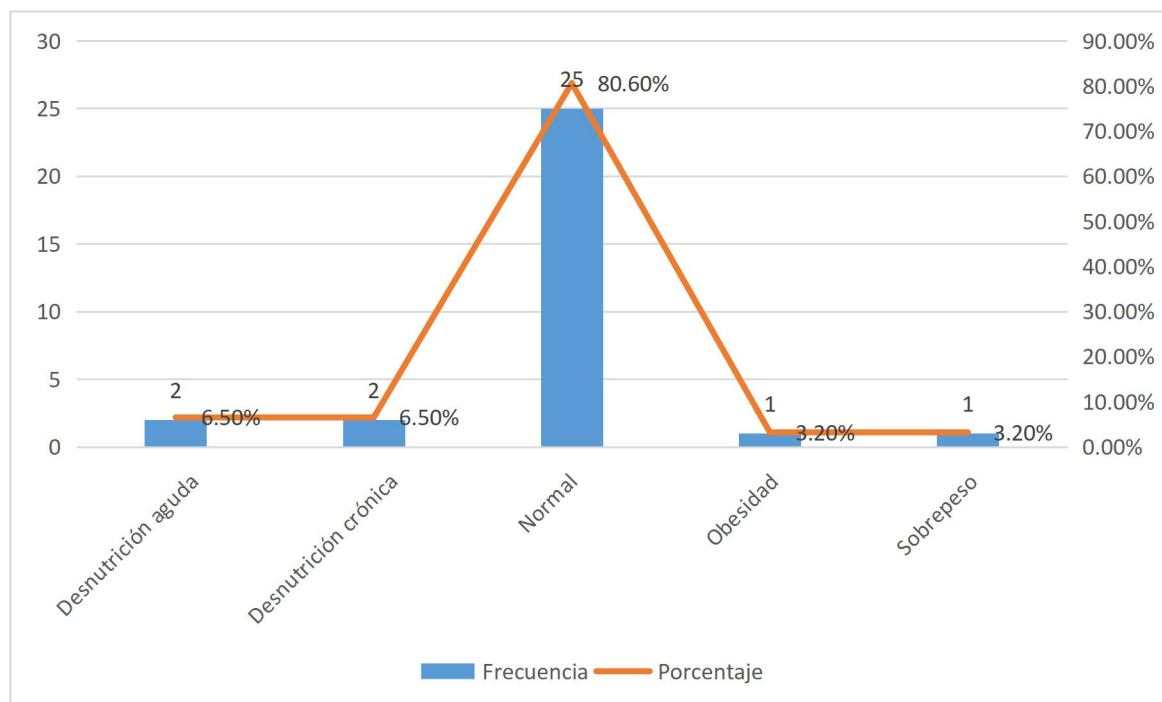
Tabla 19

Niveles de estado nutricional

Estado nutricional	N	%
Desnutrición aguda	2	6.5
Desnutrición crónica	2	6.5
Normal	25	80.6
Obesidad	1	3.2
Sobrepeso	1	3.2
Total	31	100.0

Figura 18

Diagrama comparativo de barra para los Niveles de estado nutricional



Interpretación

La tabla 19 muestra los niveles de estado nutricional de un grupo de 31 individuos, distribuidos en cinco categorías: desnutrición aguda y desnutrición crónica, cada una con 2 casos (6.5% del total), indicando una ingesta insuficiente de nutrientes o malnutrición prolongada; normal, con 25 casos (80.6%), sugiriendo un estado nutricional adecuado; obesidad y sobrepeso, cada uno con 1 caso (3.2%), reflejando exceso de grasa corporal y un peso superior al normal, respectivamente. Esto muestra una predominancia de un estado nutricional normal en la mayoría de la muestra, mientras que las condiciones de malnutrición y exceso de peso afectan a una pequeña proporción del grupo.

4.1.4. Relación entre las variables

4.1.4.1. Tablas cruzadas o relación de frecuencias

Tabla 20

Relación de frecuencias entre las variables hábitos alimentarios y estado nutricional

Hábitos alimentarios	Estado Nutricional										Total	
	Desnutrición aguda		Desnutrición crónica		Normal		Obesidad		Sobrepeso			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Hábitos no saludables	-	-	-	-	1	3.2	-	-	-	-	1	3.2
Hábitos poco saludables	-	-	-	-	4	12.9	-	-	-	-	4	12.9
Hábitos saludables	2	6.5	2	6.5	26	64.5	1	3.2	1	3.2	26	83.9
Total	2	6.5	2	6.5	25	80.6	1	3.2	1	3.2	31	100

Interpretación

La Tabla 20 muestra la relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional en 31 individuos, destacando que un solo individuo con hábitos no saludables se encuentra en estado normal, lo que representa el 3.2% del total. Cuatro individuos con hábitos poco saludables, equivalente al 12.9%, también se catalogan como normales, sugiriendo que hábitos alimentarios no ideales no impiden necesariamente un estado nutricional normal. La

mayoría, 26 individuos (83.9%), reportan hábitos saludables, con distribuciones en todas las categorías de estado nutricional: 2 con desnutrición aguda y crónica (6.5% cada uno), 20 en estado normal (64.5%), y 1 en obesidad y sobrepeso respectivamente (3.2% cada uno). Esto indica que, aunque los hábitos alimentarios saludables están mayoritariamente asociados a un estado nutricional normal, no eliminan completamente el riesgo de desnutrición o exceso de peso, reflejando la complejidad de la nutrición y el impacto de otros factores en la salud.

4.1.4.2. Correlación de Pearson entre las variables

Tabla 21

Correlación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional

	Valor	GL	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	1,500a	8	,994
Razón de verosimilitud	2,471	8	,962
N de casos válidos	31		

Interpretación

En la tabla 21, se acepta la hipótesis nula y se niega la hipótesis de investigación, basada en la prueba estadística Chi-cuadrado, que no encontró relación entre las variables del estudio con un valor "p" de 0,993, superior al umbral de significación de "p" = 0,05.

4.2. Discusión

Se encontró que un 64,5% de la muestra estudiada tenía un estado nutricional adecuado y seguía prácticas alimenticias saludables, mientras que un 6,5% mostraba signos de desnutrición crónica con hábitos saludables, y otro 6,5% desnutrición aguda también con hábitos saludables entre los niños. Se observó que el 3,3% de los participantes tenía problemas de sobrepeso y el 3,2% obesidad, ambos grupos con prácticas alimenticias saludables. Por otro lado, un 12,9% presentaba un estado nutricional normal pero con hábitos alimenticios poco saludables, y el 3,2% mostraba hábitos no saludables sin afectar su estado nutricional. Según los resultados estadísticos, específicamente la prueba de Chi-cuadrado con un valor "p" de 0,994, no se halló una relación de significancia estadística entre las variables estudiadas, lo que llevó a no aceptar la hipótesis planteada. Esto contrasta con el estudio de Santander (2018), que encontró una prevalencia de malos hábitos alimenticios y desnutrición severa entre preescolares.

Es relevante mencionar que los niños con patrones alimentarios adecuados no solo mantenían un estado nutricional aceptable sino que también se observaron casos de desnutrición, obesidad y sobrepeso, indicando la complejidad de la relación entre nutrición y hábitos alimenticios. A pesar de la presencia de patrones alimenticios inadecuados, se encontraron niños con estado nutricional normal, lo que sugiere la importancia de promover una alimentación nutritiva entre los niños tanto en el hogar como fuera de este para mitigar posibles problemas nutricionales.

En esta tesis, se hace énfasis en que los niños en mayor parte evaluados el 83,9%, seguían una dieta saludable, contrastando con un 12,9% que tenía hábitos poco saludables y un 3,2% con hábitos considerados no saludables. Estos hallazgos son paralelos a los de Quispe (2017), quien reportó que más de la mitad de los preescolares estudiados tenían

4 hábitos alimentarios adecuados. Además, se resalta que el 80,6% de los participantes mostraba un estado nutricional normal, con un 3,2% con sobrepeso, un 6,5% con desnutrición crónica y aguda respectivamente, y un 3,2% con obesidad. Estos datos coinciden con los de 41 Campos (2019), quien encontró que la mayoría de los preescolares estudiados mantenían un estado nutricional normal, lo que sugiere una menor probabilidad de desarrollar problemas relacionados con el exceso o la deficiencia nutricional. Se realza la importancia de mantener 118 un equilibrio nutricional adecuado para promover la salud y prevenir enfermedades, así como 91 la relevancia de una nutrición apropiada durante el crecimiento infantil para evitar futuros problemas nutricionales.

CAPITULO V

5.1. Conclusiones

Primera

Se acepta la hipótesis nula del estudio y se rechaza la hipótesis alternativa, ya que se comprobó mediante el estadístico de prueba Chi-cuadrado que no existe relación entre las variables de hábitos alimentarios y estado nutricional, ya que se ha estimado un valor "p" de 0,994 superior al umbral de significación de "p" = 0,05 de la investigación.

Segunda

En el I.E.I. Santa Rita, se comprobó que el 83,9% de los niños de 4 años tenían buenos hábitos alimentarios, el 12,9% hábitos poco saludables y el 3,2% hábitos no saludables.

Tercera

Se demostró que el 80,6% de los niños, en el I.E.I. Santa Rita, tenían una nutrición normal, el 6,5% desnutrición aguda, de igual forma un 6.5% de desnutrición crónica, un 3.2% de sobrepeso y por último un 3,2% obesidad.

5.2. Recomendaciones

6 Dado que el estudio no encontró una relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional con un valor "p" de 0,994, es recomendable ampliar la investigación a un grupo demográfico más amplio o emplear metodologías adicionales para el análisis de los datos. También sería beneficioso incorporar 7 otras variables que puedan influir en el estado nutricional, como 89 la actividad física, el acceso a alimentos saludables y la educación nutricional de los padres o cuidadores, para 68 obtener una comprensión más holística de los factores que afectan el estado nutricional de los niños

3 Ante el hallazgo de que una gran mayoría de los niños de 4 años en el I.E.I. Santa Rita presentan buenos hábitos alimentarios, es importante mantener y reforzar estas prácticas saludables a través de programas educativos continuos dirigidos tanto a los niños como a sus familias. Esto podría incluir talleres sobre nutrición, preparación de comidas saludables y económicas, y la importancia de una dieta balanceada. Para el 12 12,9% con hábitos poco saludables y el 3,2% con hábitos no saludables, se recomienda 1 implementar intervenciones específicas que promuevan cambios positivos en el comportamiento alimentario, como el seguimiento nutricional personalizado y 3 actividades lúdicas que enseñen la importancia de una alimentación saludable.

109 La diversidad en el estado nutricional de los niños en la I.E.I. Santa Rita requiere abordar desafíos nutricionales de manera integral. Es necesario establecer programas de suplementación y seguimiento para niños desnutridos, promover la actividad física y educación alimentaria para los niños con sobrepeso. Evaluaciones nutricionales periódicas son recomendadas para garantizar un enfoque personalizado y efectivo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

21 Castillo, P., Araneda, J., & Pinheiro, A. C. (2020). Alimentación y estado nutricional de
48 los niños en los programas de deportes integrales del Instituto Nacional de
Deporte en la región de Ñuble. *Revista chilena de nutrición*, 47(4), 640-649.

28 Cano Martín, L. M., González González, J., Mohedano Moriano, A., Viñuela, A., &
Criado-Álvarez, J. J. (2019). *Oportunidad nutricional de un grupo escolar en
España y su vínculo con los patrones de alimentación y ejercicio físico*.
111 <http://www.alanrevista.org/ediciones/2019/4/art-4/>

Choco Rey, D. S., & Huerta Apaza, N. J. (2021). Análisis comparativo del saber acerca
6 de la nutrición saludable en madres de diversas clases y su influencia en el
bienestar nutricional de niños de primaria en Cayma, Arequipa 2019.

97 Díaz Amador, Y., & Da Costa Leites Da Silva, L. (2019). Evaluación de los patrones de
alimentación y el estado nutricional de niños en la etapa preescolar. *Revista
Cubana de Enfermería*, 35(2).

1 Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Estado mundial de la infancia 2019:
Niños, alimentos y nutrición. [Internet]. UNICEF; 2019. [Consultado el 14 de
junio de 2020]. Disponible en: [https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-
mundial-de-la-infancia-2019.pdf](https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf).

15 Fonseca González., Z., Quesada Font. (2020). La malnutrición; problema de salud
pública de escala mundial. *Multimed*, 24(1), 237-246.

69 Girón Gutiérrez, I. E. T. (2022). Efecto del programa Qali Warma en el índice de masa corporal y el estado nutricional de los niños de preescolar en la región norte peruana, 2019.

77 Gonzales, H. E. Á., & Dueñas, M. R. V. (2021). La educación nutricional en el entorno familiar y su impacto en las costumbres alimenticias de los alumnos de primaria en Tacna, 2018. *Investigando*, 1(1), 06-14.

1 Hidalgo K. Hábitos alimenticios saludables [Internet]. Costa Rica: Ministerio de Educación Pública; 2012 [Consultado el 12 de mayo de 2019]. Disponible en: <https://www.mep.go.cr/noticias/habitos-alimentarios-saludables>

121 Izquierdo Hernández, A., Armenteros Borrell, M. (2004). Alimentación saludable. *Revista Cubana de Enfermería*, 20(1), 1-1.

6 Idrogo Benavides, G. (2022). Alimentación y condición nutricional en estudiantes de preescolar de la Iglesia del Nazareno Cuyumalca-Chota, 2021.

6 López Tabango, R. E. (2019). Influencia de la dieta y condición nutricional en niños de menos de cinco años en el centro de desarrollo integral "Sara Espíndola de Burbano", Tulcán, 2018 (Tesis de licenciatura).

5 Mamani Huamani, M. (2018). Relación entre el estado físico, la nutrición y las costumbres alimentarias de los alumnos de primaria de la Institución Educativa N° 40199 en Socabaya, Arequipa, 2018.

1 Ministerio de Salud. Informe gerencial sobre el estado nutricional de niños y gestantes en Establecimientos de Salud [Internet]. MINSA; 2018.

31 Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa (GUIA DIDÁCTICA) -

Carlos Arturo Monje <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>

38 Ministerio de Salud. Estado nutricional en niños y mujeres embarazadas en instalaciones de salud del Ministerio de Salud [Internet]. MINSA; 2016.

1 Instituto Nacional de Salud. Vigilancia del estado nutricional en el sistema de información [Internet]. INS; 2019. [Consultado el 22 de julio de 2020]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/alimentacion-y-nutricion/vigilancia-alimentaria-y-nutricional/vigilancia-del-sistema-de-informacion-del-estado-nutricional-en-%20EESS>.

35 MINSA. (2020). *Minsa: Nutricionistas advierten que 7 de cada 10 peruanos sufre de exceso de peso*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/720469-minsa>

7 Organización Panamericana de la Salud. (2020). *Crecimiento infantil*. <https://www.who.int/es/health-topics/child-growth>

1 Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [internet]. *Seguridad alimentaria y nutrición en el mundo: FAO; 2017*. [Consultado el 14 de junio de 2020]. Disponible en: <http://www.fao.org/state-of-food-security-nutrition/es>

1 Organización Mundial de la Salud [Internet]. *Alimentación saludable. OMS; 2018*. [Consultado el 13 de junio de 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>.

Organización Mundial de la Salud. 10 hechos sobre nutrición [Internet]. OMS; 2017 [Consultado el 12 de mayo de 2019]. Disponible en: <http://www.who.int/features/factfiles/nutrition/es/>

61
39
Pereira-Chaves, J. M., & Salas-Meléndez, M. de los Á. (2017). Estudio de los patrones de alimentación de estudiantes de décimo año de una escuela técnica en Pérez Zeledón, fundamentados en los temas transversales del tercer ciclo de educación general básica de Costa Rica. *Revista Electrónica Educare*, 21(3), 229-251.

78
Prieto Choner, L. aura. (2020). *Descripción de los patrones de alimentación, el ejercicio físico y la desnutrición excesiva en los jóvenes. Evaluación metódica de la literatura*. <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/50143>

75
26
Pereira J, et al. Analizar las costumbres alimentarias de los alumnos de décimo año de una escuela técnica en Pérez Zeledón, en relación con los temas centrales del tercer ciclo de la educación básica general en Costa Rica. (*Revista Electrónica Educare*) 2017; 21 (3):4-5. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/ree/v21n3/1409-4258-ree-21-03-00229.pdf>

29
Ravasco, P., Anderson, H., & Mardones, F. (2010). Métodos de valoración del estado nutricional. *Nutrición Hospitalaria*, 25, 57-66.

16
3
Reyes Narvaez, S., & Oyola Canto, M. (2020). *Conocimientos acerca de una dieta saludable en alumnos de una universidad estatal*. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000100067

4 SIEN. (2016). *SIEN - Sistema de información del Estado Nutricional de niños y gestantes Perú—INS/CENAN*. <https://www.datosabiertos.gob.pe/dataset/>

1 Santander A, et al. Patrones Nutrición de niños escolares y la importancia de la educación sanitaria. *Rev. Chil Nutr* 2012; 39 (3):40-2.

Temporelli, K., & Viego, V. (2020). Desperdicio: Efecto de los hábitos, factores constitutivos y circunstancias socioeconómicas en los adultos urbanos de Argentina1. *Revista Ciencias de la Salud*, 13(2), 165-176.

66 Ureta Tucto, L., Soto Santos, C. A., & Masgo Carbajal, H. (2021). Condición nutricional y hábitos alimentarios de los estudiantes de la Institución Educativa N° 32306 Chunatahua Leoncio Prado—2018.

23 UNESCO. (2018). *La UNESCO cataloga el proceso de elaboración y consumo del ceviche en la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad*. UNESCO. <https://www.unesco.org/es/articulos/la-unesco-inscribe-la-preparacion-y-el-consumo-del-ceviche-en-la-lista-representativa-del-patrimonio>

15 Valle-Flores, J. A., Bravo-Zúñiga, B. A., & Cortez, J. F. (2018). Analizar la alimentación y los hábitos nutricionales en niños de las Comunidades Indígenas Shuar en Morona Santiago, Ecuador, publicado en *Revista Lasallista de Investigación*, 15(2), páginas 405-411.

5 Villafuerte Tito, C., & Aragon Ccahuaya, M. S. (2021). La correlación entre los patrones de alimentación y la condición nutricional de los alumnos del Colegio de Ciencias San Andrés en el distrito de Hunter, Arequipa 2019.

3 Villagra, M., Meza, E., & Villalba, D. (2020). Programa educativo y nutricional acerca de hábitos alimentarios en alumnos de instituciones educativas de Asunción, Paraguay. *Memorias del Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud*, 18(2), 63-73.

67 Zapata, M. E., Roviroso, A., & Carmuega, E. (2019). Zonas urbanas y rurales: Variaciones en la nutrición de las familias en Argentina dependiendo del nivel de ingresos y la zona de residencia. *Salud Colectiva*, 15, e2201. <https://doi.org/10.18294/sc.2019.2201>

6 Zumaeta Rivera, M. E. (2021). Estado nutricional y prácticas alimenticias en escolares de primaria de una I.E. en Lima–2021.

Smith, A. J. (2015). El rol de la historia dietética en la evaluación nutricional. *Journal of Nutritional Science*, 4(22), 1-5

ANEXOS

Anexo 1: Cronograma de actividades

N°	Actividades	2022											
		octubre				noviembre				diciembre			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Presentación y aprobación del proyecto	x											
2	Planteamiento del problema, objetivos y justificación		x										
3	Construcción del marco teórico			x	x								
4	Formulación de hipótesis y marco metodológico					x							
5	Elaboración y prueba de instrumentos					x	x						
6	Recolección de datos							x					
8	Tratamiento de los datos								x				
9	Análisis de resultados y contrastación de hipótesis								x				
10	Formulación de conclusiones y recomendaciones								x	x			
11	Redacción del informe										x		
12	Presentación del informe ,sustentación											x	
13	Sustentación											x	x

Anexo 2 MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: TÍTULO: Hábitos alimentarios y estado nutricional en la I.E. Santa Rita Socabaya, Arequipa 2022

Problema de Investigación	Objetivos	Hipótesis	Variables y dimensiones		Indicador	Escala de medición	Metodología
<p>¿Cuál es la relación del estado nutricional y los hábitos alimenticios en el nivel inicial en la I.E. Santa Rita Arequipa-2022?</p>	<p>a) Objetivo general: Determinar la relación de los hábitos alimenticios y el estado nutricional en el nivel inicial en I.E. Santa Rita Arequipa-2022.</p> <p>b) Objetivos específicos:</p> <p>c) Identificar los hábitos de alimentación del nivel inicial de la I.E. privada Santa Rita, provincia</p>	<p>Hi: Existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños y niñas de educación inicial de la institución privada Santa Rita, provincia de Arequipa, Región de Arequipa 2022.</p> <p>H0: No existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en</p>	<p>a) Variable independiente: Hábitos alimentarios.</p> <p>b) Variable dependiente:</p>	<p>Dimensiones: -Tipo de alimentos. -Frecuencia de alimentos.</p>	<p>Carnes y pescados Cereales Aceites Frutas y verduras Raciones por día Raciones por semana Cantidad por día</p>	<p>Ordinal</p>	<p>Enfoque y tipo de investigación: Cuantitativa y no experimental</p> <p>Diseño de investigación: descriptivo correlacional de corte transversal.</p> <p>Población y muestra: 31 niños de con sus respectivas madres.</p> <p>Muestreo: No probabilístico por conveniencia.</p> <p>Técnica e instrumento: La encuesta: cuestionario</p>

101

1

65

	<p>Arequipa región de Arequipa 2022.</p> <p>1) Evaluar el estado nutricional del nivel inicial de la I.E. privada Santa Rita, provincia Arequipa región de Arequipa 2022.</p>	<p>niños y niñas de la educación inicial de la institución privada Santa Rita, provincia de Arequipa, Región de Arequipa 2022.</p>	<p>Estado nutricional.</p>	<p>-Peso/edad (P/E).</p> <p>-Talla/Edad (T/E).</p> <p>-Peso/Talla (P/T).</p>	<p>Peso</p> <p>Edad</p> <p>Talla</p> <p>Sexo</p> <p>Peso</p> <p>Edad</p> <p>Talla</p> <p>Sexo</p> <p>Peso</p> <p>Edad</p> <p>Talla</p> <p>Sexo</p>	<p>Nominal</p>	<p>Lista de cotejo: ficha de evaluación.</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------	------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------	----------------------------------------------

3

ANEXO 3**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

La presente investigación es conducida por, alumna de la Instituto María Montessori, el objetivo de este estudio es investigar los hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas de la Institución Educativa, si usted participa en este estudio se le pedirá completar una encuesta, los datos obtenidos serán de uso académicos con fines de estudio, por lo cual, no serán divulgados.

A continuación, complete su nombre y los datos de filiación necesarios para participar del estudio.

Yo.....

Madre del/la menor.....

Acepto que mi menor hijo (a) participe del estudio:

Acepto () No acepto ()

Para dar conformidad legal de la participación de mi menor hijo (a) a continuación escribo mi número de DNI:

ANEXO 4

CUESTIONARIO DE HÁBITOS ALIMENTARIOS

INTRODUCCIÓN: Estimada madre de familia, a continuación, se le presentan una serie de preguntas para la cual se solicita su sinceridad en las respuestas, marcando con una (x) la alternativa que usted crea conveniente. El cuestionario es anónimo por lo que la información proporcionada será considerada de carácter confidencial; la veracidad de los datos depende el éxito del estudio. Se le agradece su colaboración.

DATOS GENERALES

1. Edad de la madre
 - a) Menor de 19 años
 - b) De 19 a 34 años
 - c) Mayor de 35 años

2. Grado de instrucción
 - a) Sin estudios
 - b) Primaria
 - c) Secundaria
 - d) Técnico/ universitario.

3. Ocupación
 - a) Estudiante.
 - b) Trabaja fuera del hogar.
 - c) Ama de casa.

HÁBITOS ALIMENTARIOS

Tipos de alimentos

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

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

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

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

5. ¿Su niño consume habitualmente margarina, mantequilla y embutidos?
- Si
 - No
 - A veces
6. ¿Su niño consume verduras en el almuerzo?
- Si
 - No
 - A veces
7. ¿Qué tipo de alimentos ingiere su niño a media mañana y media tarde?
- Sándwich
 - Frutas o mazamorras
 - Galletas, postres, refrescos procesados o gaseosas

Frecuencia de alimentos

8. ¿Cuántas comidas al día consume su niño?
- 1 a 2 veces al día
 - 3 veces al día
 - 4- 5 veces al día
9. ¿Durante la semana cuántas veces al día su niño consume verduras?
- 1 a 3 veces
 - 4 a 6 veces
 - 7 a más veces
10. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume tubérculos (¿papa, camote, yuca, olluco)?
- 1 vez
 - 2 veces
 - 3 a más veces
11. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume pescado?
- ninguna
 - 1 a 2 veces
 - 3 a más veces
12. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño come carnes (pollo, res, pavo, vísceras)?
- 1 a 2 veces
 - 3 a 4 veces
 - 5 o más veces
13. ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume menestras (frejoles, lentejas, arvejas, garbanzos, habas)?
- Nunca
 - 1 o 2 veces
 - 3 veces

- 14.** ¿Durante la semana con qué frecuencia su niño consume leche y derivados (yogurt, queso)?
- a) Nunca
 - b) 1 a 2 veces
 - c) 3 a más veces
- 15.** ¿Cuántas unidades de frutas consume su niño durante el día?
- a) 1 unidad
 - b) 2 unidades
 - c) 3 unidades
- 16.** ¿Cuántos vasos de agua consume su niño durante el día?
- a) Ninguno
 - b) 1 a 3 vasos por día
 - c) 4 a 6 vasos por día

¡Gracias por tu participación!

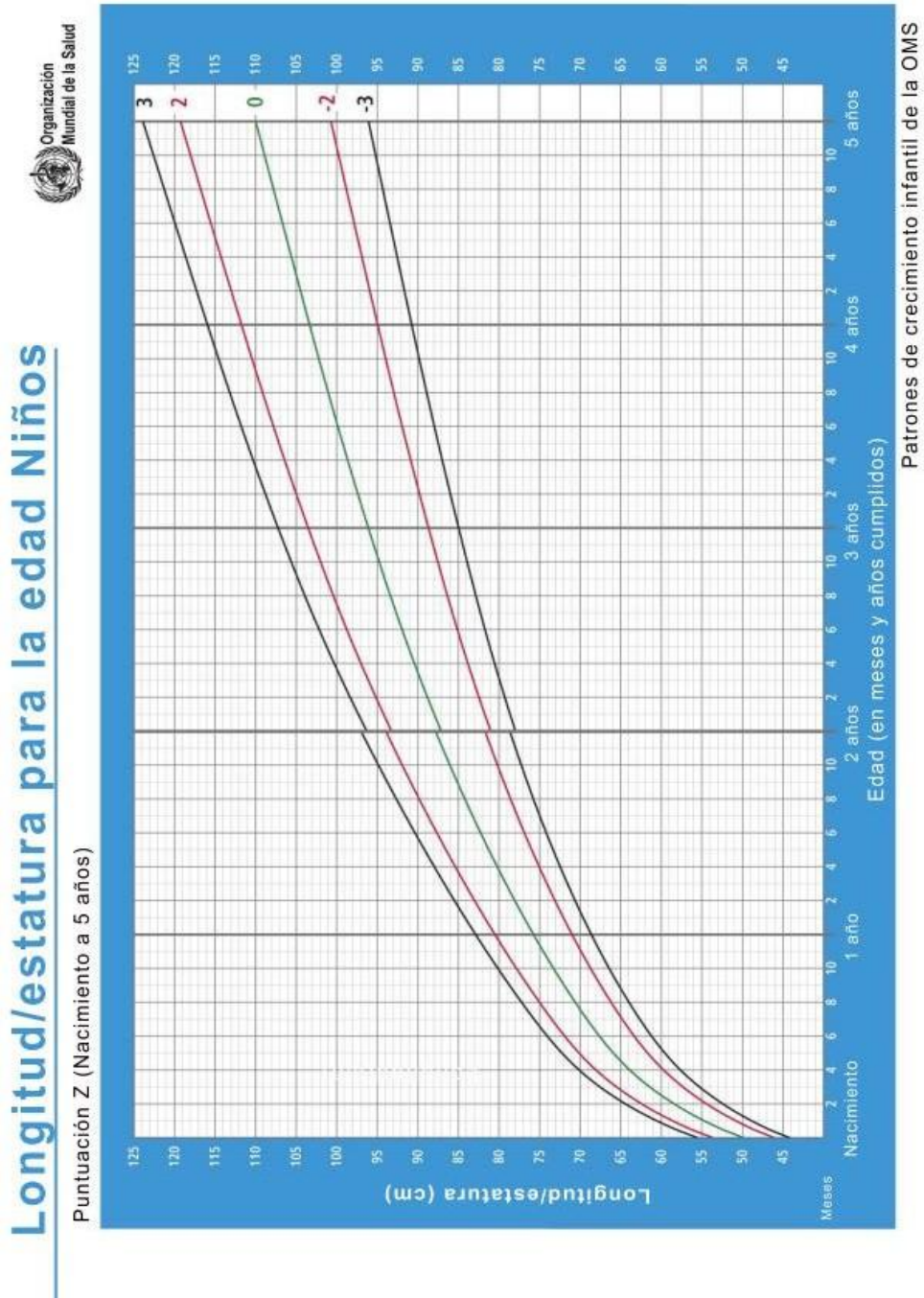
Anexo 5

BASE DE DATOS DE HÁBITOS ALIMENTARIOS

N.º de sujetos	Puntaje final del instrumento	Hábitos alimentarios
1	37	Saludables
2	39	Saludables
3	38	Saludables
4	42	Saludables
5	41	Saludables
6	39	Saludables
7	39	Saludables
8	38	Saludables
9	38	Saludables
10	24	Poco saludables
11	39	Saludables
12	38	Saludables
13	39	Saludables
14	38	Saludables
15	25	Poco saludables
16	16	No saludables
17	39	Saludables
18	40	Saludables
19	37	Saludables
20	26	Poco saludables
21	44	Saludables
22	33	Saludables
23	37	Saludables
24	36	Saludables
25	42	Saludables
26	37	Saludables
27	38	Saludables
28	31	Poco saludables
29	45	saludables
30	39	saludables
31	35	saludables

ANEXO 6

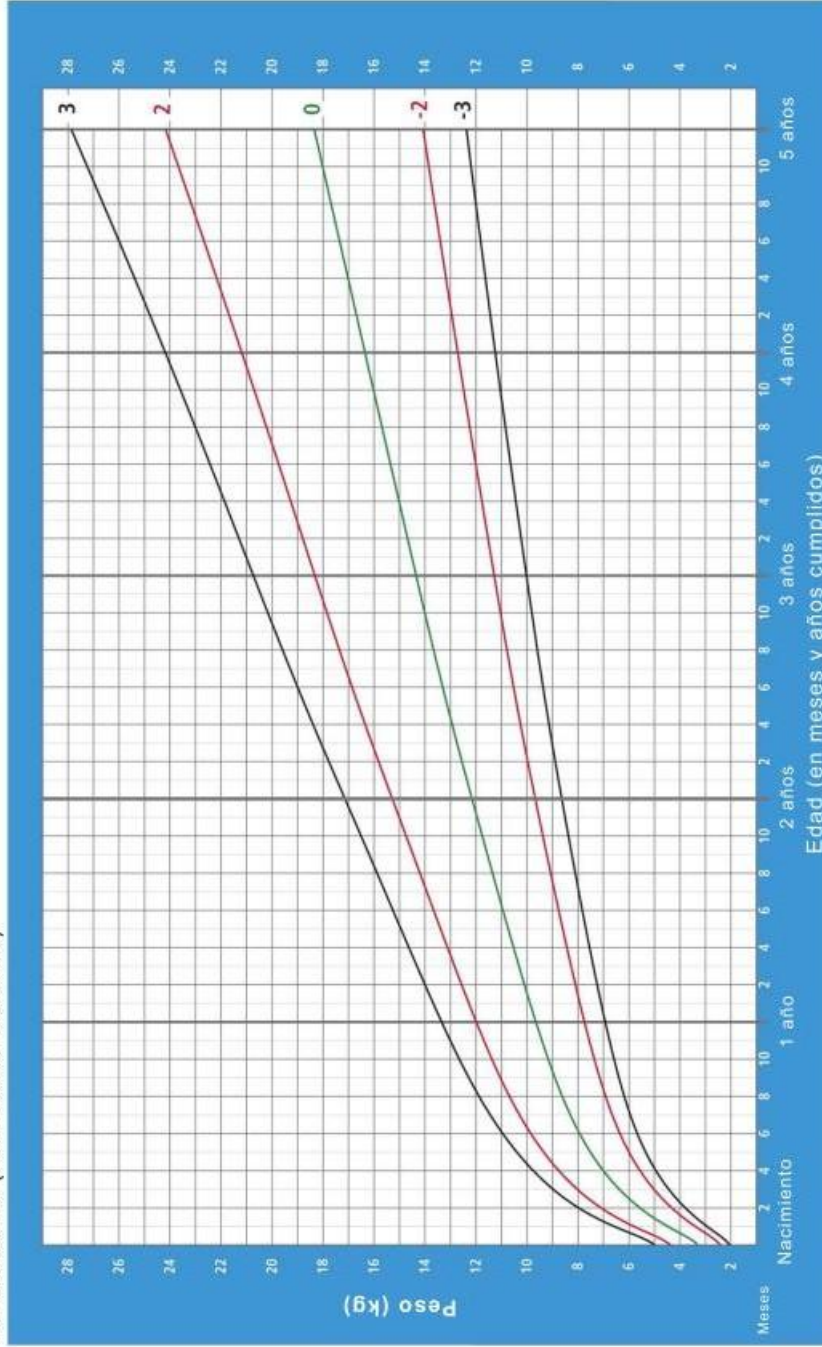
1 CURVAS DE CRECIMIENTO INFANTIL DE LA OMS PARA NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS DE EDAD.



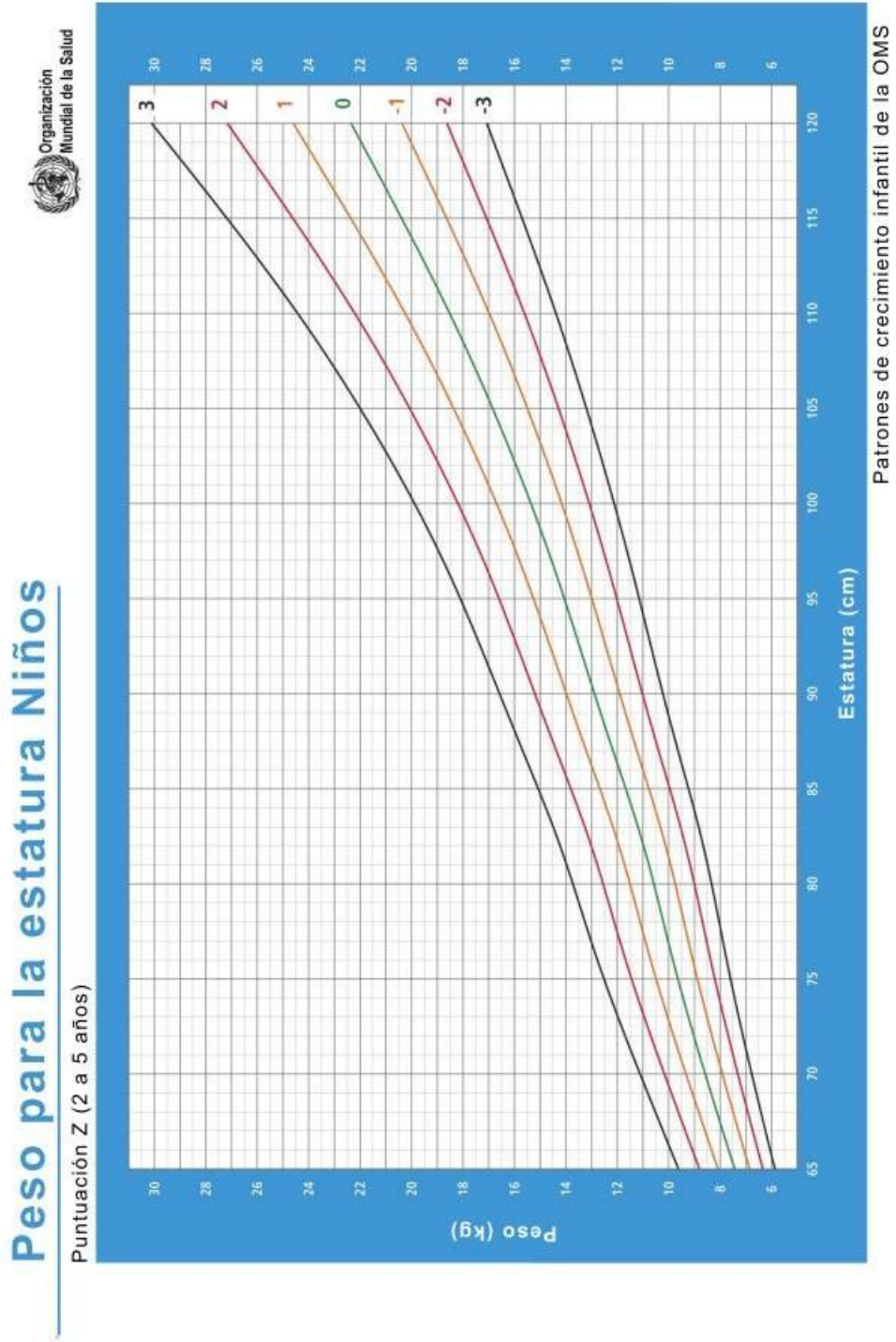


Peso para la edad Niños

Puntuación Z (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS



Longitud/estatura para la edad Niñas



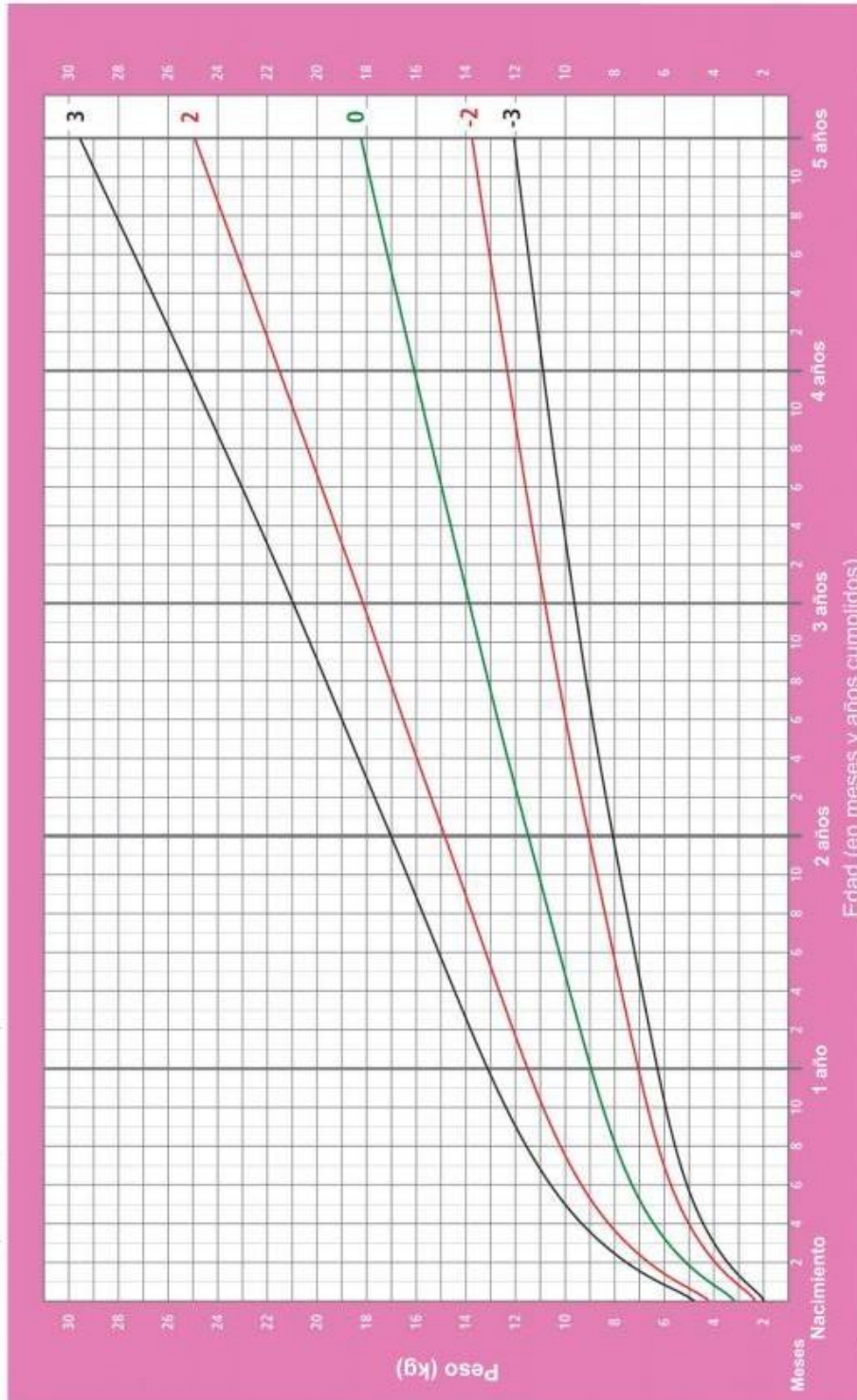
Puntuación Z (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Peso para la edad Niñas

Puntuación Z (Nacimiento a 5 años)

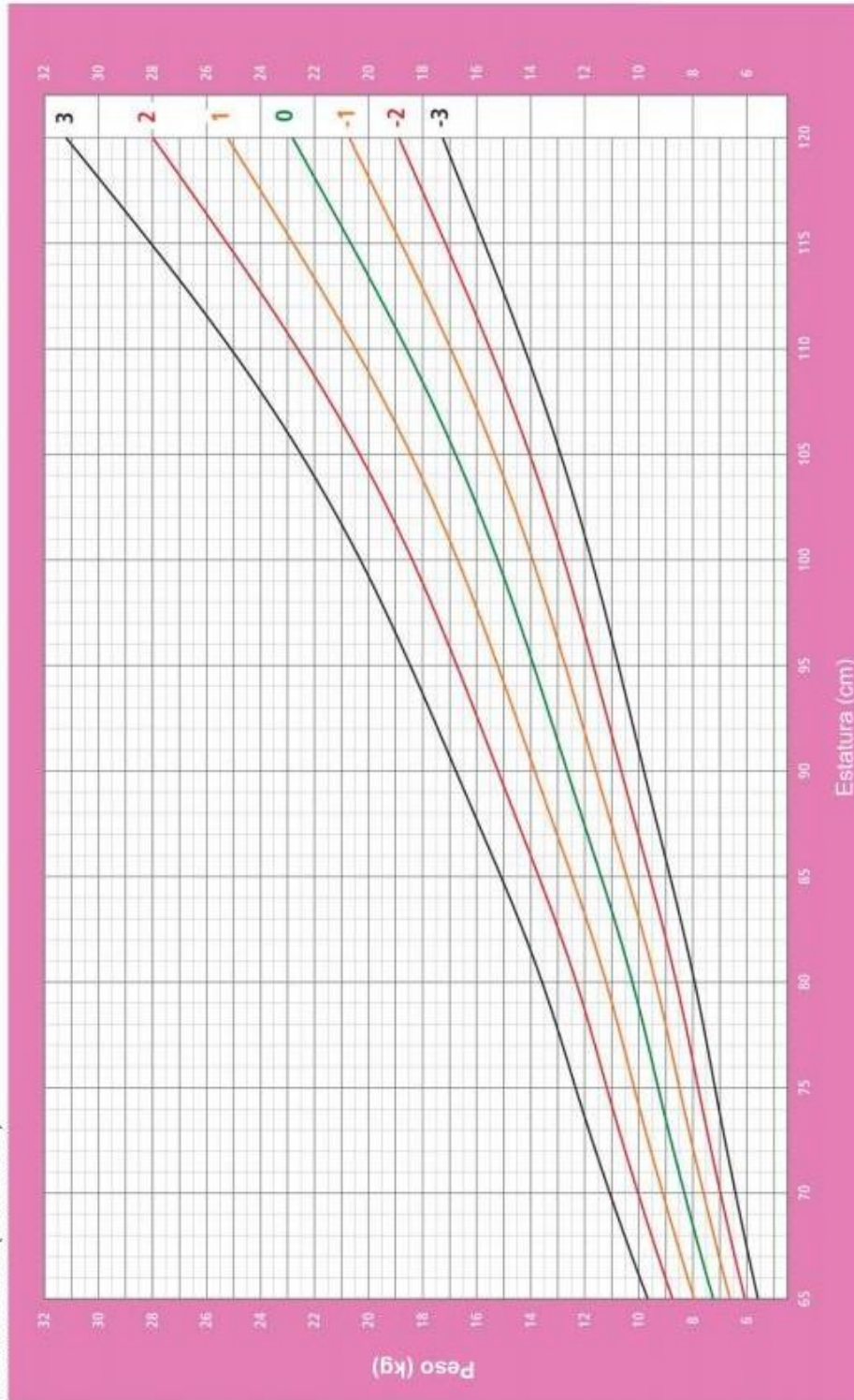


Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Peso para la estatura Niñas



Puntuación Z (2 a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

ANEXO 7

**INSTRUMENTO 2: FICHA DE EVALUACIÓN DEL ESTADO
NUTRICIONAL EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS**

N° ORDEN	APELLIDOS Y NOMBRES DEL NIÑO/A	EDAD	SEXO		PESO (KG)	TALLA (CM)	DIAGNOSTI CO NUTRICIO NAL
			M	F			
1	Alanoca Pezo Jadiel Kaled José	3	X		13,4 kg	95,7	Normal
2	Givera Choque Yuliet Suria	3		x	13.2 kg	96,2	Sobrepeso
3	Idme Anco Erika Liseth	3		x	13,4 kg	93,4	Normal
4	Laura Uracahua Adrian Mateo Maximo	3	X		14,4 kg	93,7	Normal
5	Mamani Pancca Diego Thiago	3	X		12,5kg	94,2	Desnutrición crónica
6	Mendoza Benavente Yasir Fabrizio	3	X		13,2 kg	95,6	Normal
7	Pancca Mayta Dan Abdiel	3	X		12,2 kg	97,5	Desnutrición aguda
8	Quispe Kiara	3		x	13,3 kg	97,4	Desnutrición crónica
9	Segales Pezo Alfons Edwar	3	X		12,1 kg	99,7	Normal
10	Pezo Layme Austin Gael	3	X		13,2 kg	94,1	Normal
11	Ticono Díaz Jesús Alejandro	3	X		12,1 kg	93,6	Normal
12	Zegarra Rojas Aylin Raffaella	3		x	13,4 kg	96,6	Normal
13	Talavera Quispe Emilio Mateo	3	X		14,4 kg	95,3	Normal
14	Calcina Quispe Khaleesi Aracely	4		X	15 kg	100,12	Normal
15	Carpio Flores Jazmin Ariana	4		X	14 kg	101,10	Normal
16	Choquehuayta Silvestre Meyka Alessia	4		X	13 kg	94,6	Obesidad
17	Lozano Valdivia Santiago Thomas	4	X		16 kg	100, 13	Normal
18	Ortiz De Orue Ccopa Beberly Belen	4		X	13 kg	100,10	Normal
19	Quispe Carlo Ariana Milena	4		X	15,5 kg	102, 2	Normal
20	Roque Puraca Mia Nashyra	4		X	14 kg	100,11	Normal

21	Vilca Palomino Thiago Alejandro	4	x		13 kg	101,3	Desnutrición aguda
22	Cari Choquehuanca Briana Cristel	5		X	16, 03 k	105.20	Normal
23	Carmona Ramos Juan Diego	5	X		15, 04 kg	105, 10	Normal
24	Hañari Mamani Joshua Alexander	5	X		17, 03 kg	103, 20	Normal
25	Lope Suca Jeicoth Nicolas	5	x		18 kg	106.40	Normal
26	Pari Paucara Santiago Fabras	5	X		16, 05 kg	107, 10	Normal
27	Quispe Rosrigo Daniel	5	X		15, 02 kg	108, 30	Normal
28	Saihua Luque Jhodani Dayiro	5	X		17,03 kg	107,20	Normal
29	Talavera Quispe Emilia Valentina	5		X	15,06 kg	106,10	Normal
30	Cordova Justo Luciana Ofelia	5		X	15,07 kg	105,30	Normal
31	Roque Ramos Alice Zoe	5		x	16,02 kg	104,20	Normal

7

Escala de valoración
Z>+3 D.S Obesidad
Z>+2 D.S Sobrepeso
Z+2 a -2 D.S Normal
Z<-2 a -3 D.S Desnutrición aguda
Z<-3 D.S Desnutrición severa
Z>+2 D.S Sobrepeso
Z+2 a -2 D.S Normal
Z<-2 a -3 D.S Bajo peso
Z>+2 D.S Talla alta
Z+2 a -2 D Normal
Z<-2 a -3 D.S Talla baja o desnutrición crónica
Z<-3 D.S Talla baja severa

ANEXO 8

INFORME DE JUICIOS

INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS SOBRE EL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: GILMA SONIA AGUILAR GONZALES
 INSTITUCION EDUCATIVA I.E.S. Y E.E.S.P. MARIA MONTESSORI
 CARGO QUE DESEMPEÑA: DIRECTORA DE CALIDAD
 INSTRUMENTO MOTIVO DE INVESTIGACION: CUESTIONARIO SOBRE LONCHERA
 AUTOR DEL INSTRUMENTO DE EVALUACION: Aguilar Condeña MayteYasmin JosefinaEvelyn
 Morales Rodríguez

II. ASPECTOS DE EVALUACION

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3)
 BUENO (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los items están formulados con lenguaje apropiado, es decir libre de antigüedades.		x			
OBJETIVIDAD	Los items tienen coherencia con la variable en todas sus dimensiones e indicadores, tanto en sus aspectos conceptuales y operacional.				x	
ACTUALIDAD	El instrumento evidencia vigencia acorde con el conocimiento científico tecnológico y legal inherente a la gestión escolar.				x	
ORGANIZACIÓN	Los items del instrumento traducen organicidad lógica en concordancia con las definiciones conceptual y operacional de las variables en todas sus dimensiones e indicadores, manera que permite agilizar la capacidad intelectual del principiante.				x	
SUFICIENCIA	Los items del instrumento expresan suficiencia en calidad y cantidad.		x			
INTECCIONALIDAD	Los items del instrumento evidencian ser adecuados para el examen de contenido y medir la capacidad intelectual de los participantes.				x	
CONSISTENCIA	La información que se obtendrá mediante los items, permite analizar, describir y explicar la realidad del motivo de investigación.				x	
COHERENCIA	Los items del instrumento presentan similitud en la intencionalidad y coherencia para que el participante infiera sus conocimientos de acuerdo a la exploración ludica.				x	
METODOLOGIA	Los procedimientos insertados responden al propósito de la investigación.				x	
SUB TOTAL			4		28	
TOTAL						32

III. OPINION DE APLICABILIDAD

DEBE MEJORAR EN CLARIDAD Y SUFICIENCIA SOLO ASI SE PODRA APLICAR

IV. PROMEDIO DE VALORACION CATORCE

AREQUIPA, 24 DE JULIO DEL 2022

EMPRESA EDUCATIVA MARIA MONTESSORI E.I.R.L.	GILMA SONIA AGUILAR GONZALES
MESA DE PARTES	DNI 30858300
Fecha 25 / 07 / 2022	TELEFONO 959638341
Hora 10:20	
Realizado por <i>[Firma]</i>	
Observaciones	

INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS SOBRE EL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES
 APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Dr. Mendoza Paucar, Marcelino
 INSTITUCION EDUCATIVA: E.E.S.P. MARÍA MONTESSORI
 CARGO QUE DESEMPEÑA: DOCENTE
 INSTRUMENTO MOTIVO DE INVESTIGACION: Determinar y analizar los hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional, y demostrar o negar la hipótesis "Se encuentra una relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en la educación inicial de la institución privada "Las Plumas de Amauta" del cartón Cerro Colorado, provincia de Arequipa, Región de Arequipa. 2021". (Ver Matriz de consistencia)
 AUTOR DEL INSTRUMENTO DE EVALUACION: MAYTE AGUILAR CONDEÑA Y EVELYN MORALES RODRÍGUEZ.

ENCUESTA A DOCENTE DE INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA RITA

II. ASPECTOS DE EVALUACION
 MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3)
 BUENO (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los items están formulados con lenguaje apropiado, es decir libre de antigüedades.					√
OBJETIVIDAD	Los items tienen coherencia con la variable en todas sus dimensiones e indicadores, tanto en sus aspectos conceptuales y operacional.					√
ACTUALIDAD	El instrumento evidencia vigencia acorde con el conocimiento científico tecnológico y legal inherente a la gestión escolar.				√	
ORGANIZACIÓN	Los items del instrumento traducen organicidad lógica en concordancia con las definiciones conceptual y operacional de las variables en todas sus dimensiones e indicadores, manera que permite agilizar la capacidad intelectual del principiante.				√	
SUFICIENCIA	Los items del instrumento expresan suficiencia en calidad y cantidad			√		
INTECCIONALIDAD	Los items del instrumento evidencian ser adecuados para el examen de contenido y medir la capacidad intelectual de los participantes.				√	
CONSISTENCIA	La información que se obtendrá mediante los items, permite analizar, describir y explicar la realidad del motivo de investigación.		√			
COHERENCIA	Los items del instrumento presentan similitud en la intencionalidad y coherencia para que el participante infiera sus conocimientos de acuerdo a la exploración lúdica.		√			
METODOLOGIA	Los procedimientos insertados responden al propósito de la investigación			√		
SUB TOTAL			4	6	12	10
TOTAL			32			

III. OPINION DE APLICABILIDAD

No encuentro una relación directa de CAUSA EFECTO entre las preguntas de los Hábitos Alimenticios y el RENDIMIENTO ESCOLAR. Por ejemplo, las preguntas 3, 4, 8 y 9 son interrogantes al conocimiento del docente que no inciden en SI RINDEN O NO RINDEN LOS ESTUDIANTES ACADÉMICAMENTE EN SU SALÓN.

IV. PROMEDIO DE VALORACION A C E P T A B L E.....

EMPRESA DE...
 Fecha: 25/07/2022
 Hora: 4:50
 Recibido por: [Firma]
 Observaciones:
 DNI: 29262189
 TELEFONO: 959839120

AREQUIPA 20 de julio del 2022
 FIRMA Y POS FIRMA
 [Firma manuscrita]

ANEXO 9

PLAN DE MEJORA

PLAN DE MEJORA PARA MEJORAR EL ESTADO NUTRICIONAL Y

HÁBITOS ALIMENTARIOS

1. DATOS INFORMATIVOS

I.E.I : SANTA RITA

DIRECTORA: Katie Aparicio Molleapaza

Aula: 4 años

PARTICIPANTES:

- Josefina Evelyn Morales Rodríguez
- Soledad Pacompia Pacompia

2. JUSTIFICACIÓN

Según lo observado durante la jornada laboral del año 2022, los resultados fueron mediante las curvas de OMS , alcanzando un 83.9 % presentaron buenos patrones de alimentos saludables , teniendo a la preocupación de un 12.9 % presento hábitos poco saludables y un 3.2 % hábitos poco saludables .

Por esta razón necesitamos orientar a los padres, docentes y niños de la institución educativa Santa Rita nuestro plan de mejora para revertir los resultados.

3. OBJETIVOS DEL PLAN

40 Establecer estrategias para que los estudiantes mejoren y logren sus aprendizajes desde un buen habito alimenticio.

3 Brindar conocimientos de los alimentos nutritivos y no nutritivos y que consecuencias lleva una mala alimentación (obesidad, sobre peso, desnutrición)

4. DIAGNOSTICO

92 La Institución Educativa Inicial Santa Rita está ubicada en el distrito de Tiabaya de la ciudad de Arequipa, debido al consumo de alimentos pocos saludables, nutricionales y los malos hábitos en la zona es la falta de interés de los padres por transferir un buen habito a sus niños para una vida saludable.

72 Como Institución concientizar a los padres de familia a través de charlas y talleres con los niños y niñas de la institución educativa Santa Rita, a partir de la puesta en marcha de nuestro plan de mejora “ESTUDIANTES SANOS , MENTES BRILLANTES”, se busca generar buena hábitos alimentarios para una buena nutrición.

PROBLEMAS	CAUSA Y/O FALTORES	EFECTO
Consumo de alimentos pocos saludables .	<ul style="list-style-type: none"> No toman desayuno en casa. No comen en horas adecuadas . Loncheras con comida poco saludables 	<ul style="list-style-type: none"> Obesidad infantil Bajo de peso Anemia Gastritis infantil Niños estresados .

5. METAS : ¿QUÉ VAMOS A LOGRAR?

SITUACION ACTUAL (4 años)		METAS
Resultados al finalizar la observación.	<p>Personal social Es como sigue el nivel : el nivel satisfactorio 32% , en proceso 40% y en inicio 28 % .</p> <p>Ciencia y tecnología Es como sigue: a nivel satisfactorio 30%, en proceso 40% y en inicio 30%.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias para establecer talleres de alimentos saludables . • Estrategia para establecer charlas de loncheras nutritivas .

6. ESTRATEGIAS Y CRONOGRAMA

N	ESTRATEGIAS (TALLERES Y CHARLA)	RESPONSABLE	GRONOGRAMA				
			L	M	M	J	V
1	TALLER DE MI PLATO FAVORITO DEL PERÚ	SOLEDAD PACOMPIA	X				
2	TALLER DE VOY CRECIENDO	EVELYN MORALES		X			
3	PREPARANDO UN PASTEL SALUDABLE	SOLEDAD PACOMPIA			X		
4	TALLER DE LOS EJERCICIOS ME AYUDAN CRECER	EVELYN MORALES				X	
5	NUESTRO SECTOR FAVORITO	SOLEDAD PACOMPIA					X
6	CHARLA PARA PADRES DE FAMILIA "LONCHERAS NUTRITIVAS"	EVELYN SOLEDAD					X

INSTRUMENTO DE PLAN DE MEJORA		
EN RELACIÓN CON EL DESARROLLO DE PLAN DE ACCIÓN	4 AÑOS	
	Si	No
La actividad tiene la acogida o interés del niño o niña.		
Participa en la preparación de pastel nutritivo		
Reconoce y nombra los alimentos saludables		
Enseña a su compañero la importancia de los alimentos que no deben de comer.		
Argumenta sobre la importancia de consumir alimentos nutritivos en su lonchera.		

7. PLAN DE MONITOREO

8. CONCLUSIONES

- El plan de mejora continuará con el trabajo de sensibilización de docentes niños y padres de familia.
- La institución educativa dará continuidad a los programas de capacitación con docentes, niños/as y padres y madres de familia.
- A pesar de la conclusión del plan de mejora , las áreas de salud y medio ambiente continuarán realizando su trabajo de apoyo a la institución rurales para el mejoramiento de los hábitos alimentarios y la nutrición.



 Katie Aparicio Molleapaza
 DIRECTORA
 KATIE APARICIO MOLLEAPAZA
 DIRECTORA

120

42

9.EVIDENCIAS DE PLAN DE MEJORA

TALLER DE MI PLATO FAVORITO DEL PERU



TALLER VOY CRECIENDO



TALLER MI PASTEL SALUDABLE



TALLER LOS EJERCICIOS
NOS AYUDAN A CRECER



CHARLA DE PADRES DE FAMILIA LA
LONCHERA NUTRUTIVA





ASISTENCIA DE LOS PADRES DE FAMILIA

N°	NOMBRE DEL NIÑO	NOMBRE DEL TUTOR	FIRMA
1	Córdova Justo Luciana Ofelia	Giulia M. Justo León	
2	Calcina Quispe Khaleesi Aracely	Candisa Quispe Mamani	
3	Hañari Mamani Jhosua Alexander	Roger Hañari Suroo	
4	Lozano Valdivia Santiago Thomas	Gladys Galdo Barrios	
5	Pari Paucara Santiago Fabras	—	—
6	Quispe Quispe Rodrigo Daniel	Carmen Luz Quispe Mamani	
7	Roque Puraca Mia Nashyra	Celia Puraca Arpi	
8	Roque Ramos Alice Zoe	Sandra Ramos Quispe	
9	Sacari Goyzueta Esther Valentina	Elizabeth Goyzueta tite	
10	Saihua Luque Jhodandi Dayiro	Milagros Luque coreón	
11	Talavera Quispe Emilia Valentina	—	—

TARJETA DE INVITACION A LA CHARLA

ESCUELA DE PADRES
 La I.E.I. SANTA RITA extiende una cordial invitación a todos los padres de familia a participar de la última escuela de padres.

TEMA
LONCHERAS NUTRITIVAS

DIA : 25 DE NOVIEMBRE
HORA: 11:30 AM
LUGAR: I.E.I. SANTA RITA

Gronograma

Inicio : 11:30 Am
Refrigerio : 12: 45 Pm
Cierre : 1:00 Pm

¡GRACIAS POR SU ASISTENCIA !

ANEXO 10

RESULTADOS TURNITIN

INV 18 R

INFORME DE ORIGINALIDAD

24%

INDICE DE SIMILITUD

24%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

8%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.untumbes.edu.pe

Fuente de Internet

6%

2

hdl.handle.net

Fuente de Internet

1%

3

repositorio.unsa.edu.pe

Fuente de Internet

1%

4

renati.sunedu.gob.pe

Fuente de Internet

1%

5

repositorio.unc.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

1%

7

repositorio.upn.edu.pe

Fuente de Internet

1%

8

repositorio.uncp.edu.pe

Fuente de Internet

1%

9

www.researchgate.net

Fuente de Internet

<1%