



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA**  
FACULTA DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

**TESIS**

Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el Puesto de Salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Salud Pública, salud ambiental y satisfacción con los servicios de salud

**PRESENTADO POR**

Antón Ramos, Fernanda Carolina  
Matta Culi, Cleimers Samantha

**TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO  
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**ASESOR**

Mg. Acharte Champi, Walter Jesús  
<https://orcid.org/0000-0001-6598-7801>

**Chincha, Perú, 2025**

## Constancia de aprobación de investigación



### CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Chincha, 11 de Octubre del 2025

Mg. Jose Yomil Perez Gomez  
Decano de la Facultad de salud  
Universidad Autónoma de Ica.

**Presente.** -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarla e informar que la Bach. FERNANDA CAROLINA, ANTÓN RAMÓS y la Bach. CLEIMERS SAMANTHA, MATTA CULI, de la Facultad de ciencias de la salud, del programa Académico de ENFERMERIA, ha cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE TESIS

TESIS

**TITULADO:**

**"HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE 5 AÑOS ATENDIDOS EN EL PUESTO DE SALUD DE LOS ÁLAMOS – PUEBLO NUEVO, ICA. 2025."**

Por lo tanto, queda expedido para continuar con el procedimiento correspondiente para solicitar la emisión de la resolución para la designación de Jurado, fecha y hora de sustentación de la Tesis para la obtención del Título Profesional.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal. Cordialmente,



Firmado digitalmente por:  
ACHARTE CHAMPI WALTER  
JESUS FIR 40040528 hard  
Motivo: Soy el autor del  
documento  
Fecha: 11/10/2025 12:46:46-0500

**MG. ACHARTE CHAMPI WALTER JESUS**  
**CODIGO ORCID: 0000-0001-6598-7801**  
**DNI: 45549528**

## Declaratoria de autenticidad de la investigación

### DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Cleimers Samantha Matta Culi identificado(a) con DNI N°73738258 y Fernanda Carolina Antón Ramos, identificado(a) con DNI N°76022602, en nuestra condición de estudiantes del programa de estudios de Enfermería de la Facultad de Ciencia de la Salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: Hábitos Alimenticios Y Estado Nutricional En Niños Y Niñas Menores De 5 Años Atendidos En El Puesto De Salud De Los Álamos - Pueblo Nuevo, Ica, 2025, declaramos bajo juramento que:

**NO REDACTADO EN ESTA NOTARIA**  
El Notario no asume responsabilidad del contenido de este documento.

- La investigación realizada es de nuestra autoría
- La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 20%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del

20%

Autorizamos a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 11 de octubre del 2025



MATTA CULI CLEIMERS SAMANTHA  
DNI: 73738258



RAMOS ANTÓN FERNANDA CAROLINA  
DNI: 76022602

**CERTIFICACION AL REVERSO**

**CERTIFICO** QUE LAS FIRMAS QUE ANTECEDEN CORRESPONDEN A: **MATTA CULI CLEIMEN SAMANTHA**, IDENTIFICADA CON D.N.I. Nº 73730258; **ANTON RAMOS FERNANDA CAROLINA**, IDENTIFICADA CON D.N.I. Nº 74022802; QUEMOS HAN SIDO IDENTIFICADAS POR MEDIO DE LA COMPARACION BIOMETRICA DE SUS HUUELLAS DACTILARES, COMO APARECE ADJUNTO A ESTE DOCUMENTO, TAL COMO LO EXIGE EL ARTICULO 35 DEL DECRETO LEGISLATIVO 1043. SE OSEA CONSTANCIA QUE EL NOTARIO NO ASUME RESPONSABILIDAD SOBRE EL CONTENIDO DEL DOCUMENTO Y SOLO LEGALIZA LAS FIRMAS, COMO LO EXIGE EL ARTICULO 106 DEL D.L. 1046 - DE LO QUE DOY FE EN CHINCHA, 31 DE OCTUBRE DEL 2025. 44447



JAVIER ALONSO RAMOS MORCÓN  
NOTARIO DE CHINCHA





0119214406



**NOTARIA**  
**RAMOS MORON JAVIER ALONSO**  
**SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA**



**INFORMACIÓN PERSONAL**

DNI	73738258
Primer Apellido	MATTA
Segundo Apellido	CULI
Nombres	CLEIMERS SAMANTHA

**CORRESPONDE**

La primera impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado. La segunda impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado.



**MATTA CULI, CLEIMERS SAMANTHA**  
**DNI 73738258**

**INFORMACIÓN DE CONSULTA DACTILAR**

Operador: 70312564 - Yohana Lisset Almeyda Herrera  
Fecha de Transacción: 11-10-2025 10:50:03  
Entidad: 10221846520 - RAMOS MORON JAVIER ALONSO

**VERIFICACIÓN DE CONSULTA**

Puede verificar la información en línea en:  
<https://serviciobiotmetricos.reniec.gob.pe/identifica/verificacion.do>  
Número de Consulta: 0119214406





0119214461



**NOTARIA**  
**RAMOS MORON JAVIER ALONSO**  
**SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA**



**INFORMACIÓN PERSONAL**

**DNI** 76022602  
**Primer Apellido** ANTON  
**Segundo Apellido** RAMOS  
**Nombres** FERNANDA CAROLINA

**CORRESPONDE**

La primera impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado. La segunda impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado.



*Fernanda Anton*  
**ANTON RAMOS, FERNANDA CAROLINA**  
**DNI 76022602**

**INFORMACIÓN DE CONSULTA DACTILAR**

**Operador:** 70312564 - Yohana Lissett Almeyda Herrera  
**Fecha de Transacción:** 11-10-2025 10:50:41  
**Entidad:** 10221846520 - RAMOS MORON JAVIER ALONSO

**VERIFICACIÓN DE CONSULTA**

Puede verificar la información en línea en:  
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica/verificacion.do>  
**Número de Consulta:** 0119214461



## Dedicatoria

Queridos padres.

Con inmenso amor y gratitud, dedico este trabajo de tesis a ustedes, mis amados padres, quienes han sido la fuente inagotable de inspiración, apoyo y sacrificio a lo largo de mi vida. Su amor incondicional y sus enseñanzas han sido el motor que impulsa cada logro en mi camino.

Agradezco a Dios, fuente de sabiduría y guía constante en mi vida. Con humildad reconozco Su misericordia y agradezco por las oportunidades y fortaleza que me ha brindado para alcanzar este momento significativo.

## Agradecimiento

En el punto álgido de este periplo académico, me siento profundamente agradecido hacia aquellos que han desempeñado un papel significativo en la realización de este proyecto. A través de estas palabras, deseo expresar mi sincero reconocimiento a aquellos que han sido pilares fundamentales en este recorrido. En primer lugar, quiero expresar mi gratitud hacia mi director/a de tesis, el Magister Acharte Champi Walter Jesús, cuya guía experta, paciencia y apoyo incansable resultaron esenciales para dar forma a este trabajo. Su dedicación y conocimiento académico han sido una brújula invaluable en cada fase de este proceso. Mis más sinceros agradecimientos se dirigen también a mis colegas de clase y amigos, quienes compartieron sus ideas, experiencias y aliento a lo largo de este viaje. Su colaboración y compañerismo han conferido un significado más profundo y enriquecedor a este trayecto.

## Resumen

La investigación buscó establecer la relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños menores de 5 años en el puesto de salud de Los Álamos, Ica, en 2025. Se utilizó un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental, con una muestra de 109 niños que completaron cuestionarios sobre hábitos alimenticios y estado nutricional. Los resultados permitirán generalizar y aplicar hallazgos en contextos similares. En cuanto a los resultados se menciona que se encontró en la investigación que no existe relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025” En el estudio realizado con 109 niños y niñas menores de 5 años, se evidenció que no existe una relación estadísticamente significativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional. Sin embargo, se identificaron patrones de consumo poco saludables, caracterizados por baja diversidad alimentaria, escaso consumo de frutas, verduras y proteínas de calidad, y un alto consumo de carbohidratos y azúcares simples. Asimismo, se observó que factores familiares y socioeconómicos influyen en las prácticas de alimentación, lo que repercute en la presencia de malnutrición tanto por déficit como por exceso en la población infantil estudiada. Finalmente se concluye que el presente estudio evidencia que los hábitos alimentarios de los niños y niñas menores de 5 años atendidos en el Puesto de Salud Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica, en el año 2025, presentan una relación directa con su estado nutricional.

**Palabras Claves:** Hábitos alimentarios, estado nutricional, niños atendidos.

## **Abstract**

The research aimed to establish the relationship between eating habits and nutritional status in children under 5 years old at the Los Álamos health post in Ica in 2025. A quantitative approach and a non-experimental design were used, with a sample of 109 children who completed questionnaires on eating habits and nutritional status. The results will allow for generalization and application of findings in similar contexts. Regarding the results, it is mentioned that the research found no relationship between dietary habits and nutritional status in children under 5 years old attended at the Los Álamos – Pueblo Nuevo health post in Ica. 2025" In the study conducted with 109 children under 5 years old, it was found that there is no statistically significant relationship between eating habits and nutritional status. However, unhealthy consumption patterns were identified, characterized by low dietary diversity, low intake of fruits, vegetables, and quality proteins, and high consumption of carbohydrates and simple sugars. Likewise, it was observed that family and socioeconomic factors influence eating practices, which impacts the presence of malnutrition both by deficiency and by excess in the studied child population. Finally, it is concluded that the present study shows that the eating habits of children under 5 years old attended at the Los Álamos – Pueblo Nuevo Health Post, Ica, in the year 2025, have a direct relationship with their nutritional status.

**Keywords:** Eating habits, nutritional status, children treated

## **ÌNDICE GENERAL**

Portada.....	i
Constancia de aprobación de investigación.....	ii
Declaratoria de autenticidad de la investigación.....	iii
Dedicatoria.....	vii
Agradecimiento.....	viii
	i
Resumen.....	ixx
Abstract.....	x x
Índice De Tablas académicas.....	xiii
Índice De	
figuras.....	xivv
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	12
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	13
2.1 Descripción del problema.....	13
2.2 Pregunta de investigación general.....	15
2.3 Pregunta de investigación específicas.....	15
2.3 Objetivo general.....	15
2.5 Objetivo específico.....	15
2.6 Justificación e importancia.....	16
2.7 Alcances y limitaciones.....	18
<b>III. MARCO TEÓRICO</b>	19
3.1 Antecedentes.....	19
3.2 Bases teóricas.....	28
3.3 Marco conceptual.....	41
<b>IV. METODOLOGÍA</b>	42
4.1 Tipo y Nivel de Investigación.....	42
4.2 Diseño de la Investigación.....	44

4.4 Identificación de las variables.....	45
4.5 Matriz de operacionalización de variables.....	47
4.6 Población – muestra.....	50
4.7 Técnicas e instrumento de recolección de información.....	51
4.8 Técnicas de análisis e interpretación de datos.....	52
<b>V. RESULTADOS</b>	<b>54</b>
5.1 Presentación de Resultados.....	54
5.2 Interpretación de Resultados.....	622
<b>VI. ANALISIS DE RESULTADOS</b>	<b>65</b>
6.1 Análisis inferencial.....	65
<b>VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b>	<b>723</b>
7.1 Comparación resultados.....	723
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	79
ANEXOS	88
Anexo 1: Matriz de consistencia	89
Anexo 2. Instrumento de recolección de datos	92
Anexo 3: Ficha de validación por juicio de expertos	97
Anexo 4: Base de datos	100
Anexo 5: Evidencia Fotográficas	106
Anexo 6: Informe De Turnitin al 28% de similitud	1155

## Índice De Tablas académicas

Tabla 1: Frecuencia hábitos alimentarios.....	54
Tabla 2: Frecuencia motivación alimenticia.....	54
Tabla 3: Frecuencia preferencia alimenticia.....	55
Tabla 4: Frecuencia alimenticia.....	56
Tabla 5: Frecuencia lugar alimenticia .....	56
Tabla 6: Frecuencia estado nutricional .....	57
Tabla 7: Frecuencia edad .....	58
Tabla 8: Frecuencia sexo.....	58
Tabla 9: Frecuencia peso.....	59
Tabla 10: Frecuencia talla.....	60
Tabla 11: Frecuencia IMC.....	61

## Índice De figuras

Figura 1: Frecuencia hábitos alimentarios.....	54
Figura 2: Frecuencia motivación alimenticia.....	55
Figura 3: Frecuencia preferencia alimenticia.....	55
Figura 4: Frecuencia alimenticia.....	56
Figura 5: Frecuencia lugar alimenticia.....	57
Figura 6: Frecuencia estado nutricional.....	57
Figura 7: Frecuencia edad.....	58
Figura 8: Frecuencia sexo.....	59
Figura 9: Frecuencia peso.....	60
Figura 10: Frecuencia talla.....	61
Figura 11: Frecuencia IMC.....	62

## **I. INTRODUCCIÓN**

El crecimiento y el desarrollo de niños menores de 5 años están vinculados al estado nutricional, el cual, a su vez, se conecta con el peso y la talla del niño. Es crucial reconocer que la nutrición de los niños en este grupo de edad desempeña un papel significativo en su desarrollo físico y mental.

Los hábitos alimentarios se configuran en el entorno familiar, y el nivel socioeconómico y la cultura influyen en la adopción de comportamientos alimentarios saludables. La programación inapropiada de las comidas es otro factor asociado a la dieta que puede resultar en hábitos alimentarios poco saludables.

El uso inadecuado de nutrientes, la elección de alimentos que proporcionan energía, vitaminas y proteínas, entre otros aspectos, puede conducir a una dieta deficiente, dando lugar a problemas de desnutrición debido a deficiencias o excesos, y en última instancia, a la manifestación de enfermedades.

La relevancia de investigar estas variables se evidencia por múltiples razones que impactan directamente en la salud pública, la economía y la calidad de vida, es particularmente importante por los reportes de casos en base a la desnutrición, porque la persistencia de esta problema está relacionado a la deficiencias de micronutrientes, coexistiendo con el rápido aumento del sobrepeso y la obesidad que se puede presentar en los niños menores de 5 años.

El proyecto de tesis estará estructurado en los siguientes capítulos, como se detalla a continuación: El Capítulo I: Introducción, Capítulo II: Planteamiento del problema, Capítulo III: Marco teórico, Capítulo IV: Metodología, Capítulo V: Cronograma de actividades, Capítulo VI: Presupuesto, Capítulo VII: Referencias bibliográficas y además los anexos como la matriz de consistencia, instrumento de recolección de datos, ficha de validación de juicio de expertos e informe de turnitin.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1 Descripción del problema

A nivel mundial los hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años representa un reto alarmante para la salud, se evidencia que un tercio de los niños menores de 5 años que padece de malnutrición ya sea por carencia o por exceso, contribuye principalmente al retraso del crecimiento, la presencia de sobrepeso, la obesidad y enfermedades no transmisibles, obteniendo como consecuencia el desarrollo inapropiado de los niñas y niños menores de 5 años <sup>1</sup>.

En la Organización Panamericana de la salud (OPS), en el año 2022, reportó que el retraso en el crecimiento perjudicó al 22,3% de los niños menores de 5 años, en América Latina y el Caribe, uno de cada diez niños y niñas menores de cinco años vive con desnutrición crónica, también se evidencio que el 5,6% a nivel global estaban afectados por sobrepeso, mientras que en América Latina y el Caribe la prevalencia alcanzó el 8,6%, las cifras reportadas reflejan el creciente desafío para combatir la obesidad, sobrepeso y desnutrición siendo un factor de riesgo clave para las enfermedades no transmisibles <sup>2</sup>.

Una investigación en Colombia, en el año 2020, Comunicó que más de un 70 % de los niños tenían una estatura apropiada para su edad y, en lo que respecta al peso con respecto a la altura, el 68,9 % de los menores de entre seis y veinticuatro meses contaban con un peso adecuado<sup>3</sup>.

En Perú, en 2022, una investigación reveló que el 45.6% de los niños menores de cinco años tenían hábitos alimenticios regulares; el 27.7%, hábitos malos; y el 26.7% hábitos buenos, En lo que respecto al estado nutricional, se encontró que la mitad de los niños presentaba sobrepeso, el 31.1% obesidad, el 10% bajo peso y el 8.9% peso normal. En cuanto a los hábitos alimenticios regulares, se encontró que la distribución del estado nutricional era: un 31.1% con

sobrepeso, un 15.6% con obesidad, un 6.7% con peso normal y un 2.2% con bajo peso<sup>4</sup>.

Un estudio efectuado en Lima, en 2022 reveló que el 57.4% tenía una condición nutricional aceptable y que de ellos, el 57.4% (31) mantenían costumbres alimentarias totalmente sanas. Por ende, el 24.1% mostraba desnutrición y el 24.1% tenía hábitos alimentarios poco saludables, mientras que el 14.8% tenía sobrepeso y el 14.8% presentaba hábitos alimentarios no saludables, por lo tanto únicamente el 3.7% padecía de desnutrición severa. Finalmente, la mayoría de los niños (el 74.1%) tenía hábitos alimentarios sanos y un cuarto (el 25.9%) contaba con patrones de alimentación poco saludables<sup>5</sup>.

En chincha, en el año 2020, se evidenció que el 95% presenta hábitos alimenticios adecuados y 5% inadecuados, asimismo, el 84% presenta estado nutricional adecuado y el 16% inadecuados, en la provincia de chincha alta existen pocos estudios donde se describe las practicas alimentarias en los niños de 1 a 5 años, por ende, existen causas eventuales que no permiten que este grupo de preescolares tenga una alimentación equilibrada, tales como: horarios de alimentación, frecuencia de alimentación, el sitio donde comen que no ofrecen buenos alimentos, crisis económica y dificultad en la familia <sup>6</sup>.

En el Puesto de Salud Los Álamos en el condado de Pueblo Nuevo, provincia de Chincha, el contacto con padres de niños menores de 5 años mostró que el estado nutricional de algunos pacientes era desigual, los padres de familia mencionaron que debido a sus trabajos no podían cocinar para sus hijos entonces compraban comida rápida, falta de costumbre para comer balanceado y que son pocos de consumir frutas y verduras; frente a esta problemática se formula la siguiente interrogante:

## **2.2 Pregunta de investigación general**

¿Cuál es la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025?

## **2.3 Pregunta de investigación específicas**

**PE1:** ¿Cuál es la relación entre la motivación alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025?

**PE2:** ¿Cuál es la relación entre la preferencia alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025?

**PE3:** ¿Cuál es la relación entre la frecuencia alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025?

**PE4:** ¿Cuál es la relación entre el lugar alimenticio y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025?

## **2.4 Objetivo general**

Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.

## **2.5 Objetivo específico**

**OE1:** Identificar la relación entre la motivación alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.

**OE2:** Analizar la relación entre la preferencia alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.

**OE3:** Identificar la relación entre la frecuencia alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.

**OE4:** Analizar la relación entre el lugar alimenticio y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.

## **2.6 Justificación e importancia**

### **Justificación teórica**

Esta investigación se realiza con el propósito de aportar al conocimiento existente sobre la evidencia científica y el consenso internacional, fundamentándose en teorías y modelos de la promoción de la salud de teórica Nola pender, contribuyendo a modificar comportamientos para mejorar la salud, porque evidencia que una adecuada nutrición en las etapas tempranas resulta crucial para un adecuado estado nutricional, en el caso de niñas y niños menores de dos años, la nutrición es de vital importancia porque promueve el crecimiento físico y desarrollo neurológico adaptando dependientemente patrones de alimentación saludable para prevenir la desnutrición crónica o anemia, sobrepeso u obesidad y la aparición enfermedades no transmisibles desde temprana edad. Finalmente, tenemos la convicción que el presente documento contribuirá a las acciones de promoción de una alimentación saludable para la prevención de los problemas nutricionales teniendo como principios el desarrollo integral de la niña y el niño, un estilo de alimentación saludable y una alimentación basada en alimentos naturales. <sup>(4)</sup>

### **Justificación práctica**

Esta investigación se realizará porque existe la necesidad de mejorar la nutrición en los niños y niñas menores de 5 años que les permita lograr el máximo de su potencial, por ejemplo en la estatura. Una alimentación sana les permitirá crecer saludablemente, tener un

peso adecuado para su edad y formar hábitos adecuados para toda la vida. Asimismo, se intenta que el personal de enfermería en conjunto con los padres de familia practique la implementación de las guías alimentarias para menores de edad, con la finalidad de contribuir la promoción de una alimentación saludable para la prevención de los problemas nutricionales y en el desarrollo de las niñas y niños menores de 5 años. En esta etapa, el niño o la niña consolidan una creciente autonomía y logra mayores habilidades motoras, adquiriendo el desarrollo de una gran iniciativa para realizar actividades, especialmente a través del juego, las porciones recomendadas según el grupo de alimentos que deben consumir están descritas en las guías alimentarias.

### **Justificación metodológica**

El proyecto de tesis será de tipo básico, con un nivel de investigación correlacional y un diseño no experimental, de las cuales, la investigación aportará beneficios para otras investigaciones aplicando instrumentos validados y confiables obteniendo así resultados fiables, los mismos que podrán ser utilizados en otras investigaciones, lo que permitirá fortalecer la capacidad de generalización y utilidad de los resultados obtenidos para contextos similares.

### **Importancia**

Los hábitos alimenticios, que se adquieren en el entorno familiar, ejercen una considerable influencia en los comportamientos alimentarios de los niños. Los cambios en la dinámica familiar, como la dedicación de más horas al trabajo y menos tiempo a las comidas, han propiciado un aumento en el consumo de alimentos procesados y comidas rápidas. Esta tendencia incide en los hábitos alimentarios de los niños, afectando su estado nutricional y llevándolos a ganar peso. Además, el tiempo limitado destinado a la actividad física, a menudo ocupado por pantallas de televisión, computadoras o

dispositivos de videojuegos, contribuye a que los niños se vuelvan más propensos a la escolarización vulnerable.

## **2.7 Alcances y limitaciones**

Los alcances se establecen de la siguiente forma:

### **Alcances**

#### **Alcance espacial o geográfica:**

El estudio se llevó acabo en el Puesto De Salud De Los Álamos departamento de Ica, provincia de Chincha alta del distrito de Pueblo nuevo.

#### **Alcance temporal:**

La investigación duró entre el mes de abril 2023 y junio 2025, llegando aplicar los instrumentos de evaluación de cada variable a principios de julio del presente año.

#### **Alcance social:**

Los participantes de esta investigación fueron niños y niñas menores de 5 años

### **Limitaciones**

Las limitaciones que surgieron durante el desarrollo del estudio de investigación son: la demora en la respuesta del establecimiento para ejecutar el estudio.

Algunas mamás no querían responder la encuesta y por ello también la demora al realizar las encuestas. Por tal motivo llevó más tiempo.

### III. MARCO TEÒRICO

#### 3.1 Antecedentes

##### **Antecedentes Internacionales**

Thapchan, et al (2025)<sup>7</sup> en china, realizaron un estudio titulada factores relacionados con el estado nutricional de niños en edad preescolar en tres provincias de la frontera sur. **Objetivo:** investigar la relación entre las características del cuidador y del niño y el estado nutricional en niños en edad preescolar en tres provincias fronterizas del sur. **Metodología:** estudio descriptivo, transversal, no experimental de alcance correlacional, la muestra fue de 96 cuidadores de niños en edad preescolar. Los datos se recolectaron entre enero y mayo de 2024 con instrumentos validados. **Resultado:** el 64,6% de los niños en edad preescolar presentaban un estado nutricional normal, el Acompañamiento alimentario de los niños, el conocimiento del estado nutricional de los cuidadores y su comportamiento de preparación de alimentos mostraron correlaciones positivas y estadísticamente significativas con el estado nutricional de los niños. **Conclusión:** Es necesario estimular el comportamiento de consumo de alimentos del cuidador, brindar educación sanitaria sobre el estado nutricional del cuidador, incentivar comportamientos adecuados de preparación de alimentos para los niños y estimular una actitud positiva hacia el consumo del cuidador para lograr un estado nutricional normal para los niños en edad preescolar.

Rachmawati, et al (2024)<sup>8</sup> en Indonesia, realizaron un estudio titulada Asociación entre los estilos de alimentación y el estado nutricional de niños de 2 a 5 años en Jember, Java Oriental, Indonesia. **Objetivo:** determinar la asociación entre los estilos de alimentación y el estado nutricional de niños de 2 a 5 años. **Metodología:** estudio de tipo descriptivo, transversal, prospectivo y de alcance correlacional, la muestra fue de 244 madres, los datos se recopilaron mediante entrevistas que incluyeron las características de los padres y los niños, las prácticas

de alimentación mediante un cuestionario estructurado validado (FPSQ-28) y el estado nutricional de los niños, se realizó un análisis descriptivo seguido de un análisis de correlación. **Resultados:** el 52,5% afirmó que intentaría animar a sus hijos a comer incluso si respondieran "No tengo hambre", el 38,9 % respondió que si el niño comía lo que se le daba, recibiría un cumplido, el 46,3 % coincidió en que debían asegurarse de que sus hijos no comieran demasiados dulces, el 45,1 % coincidió en que debería controlar la dieta de sus hijos para evitar que consuman demasiada comida rápida. **Conclusión:** Los estilos de alimentación parental influyeron en la alimentación infantil y el estado nutricional a largo plazo de niños de dos a cinco años en la región de Jember.

Menoscal (2023)<sup>9</sup> en Ecuador, realizaron un estudio titulada Hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en niños menores de 5 años. Barrio 6 de enero. La libertad, 2023. **Objetivo:** determinar los hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en niños menores de 5 años. Barrio 6 de enero. La Libertad, 2023. **Metodología:** es un estudio cuantitativo, observacional, transversal y correlacional, la población estuvo conformada por 60 niños y sus madres a quienes se les aplicó la técnica de la encuesta con el instrumento del cuestionario. **Resultados:** La valoración del estado nutricional relacionado al peso talla nos reveló que el 34% de los niños menores de 5 años presentan desnutrición y 3% desnutrición severa, seguida de sobrepeso con el 30 % y obesidad con el 20% y en relación con el tipo de alimentos que las madres dan de consumir a los niños menores de 5 años se evidencia que estos son adecuados, sobre la frecuencia de consumo, estos se mantienen en un contexto inadecuado de consumo. **Conclusión:** se concluye que, si existe correlación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional.

Putri, et al (2020)<sup>10</sup> en Indonesia, realizaron un estudio titulada Relación de los hábitos alimentarios y el destete con el estado nutricional de los niños. **Objetivo:** Buscar la relación de los hábitos

alimenticios y el destete con el estado nutricional de los niños. **Metodología:** estudio tipo descriptivo, analítico, transversal, correlacional, la población en este estudio fueron todos los niños de 9 a 59 meses en las aldeas de Peunaga Cut Ujong y Meureubo, distrito de Meureubo, regencia de Aceh Occidental con 255 niños pequeños, y se utilizó la fórmula de solución, la muestra fue de 72 niños pequeños con muestra técnica fue un muestreo aleatorio simple y el análisis utilizó la prueba de chi-cuadrado. **Resultados:** el 11,1% tienen una buena alimentación con un buen estado nutricional, el 88,9% personas con un estado nutricional deficiente, mientras que un 65,2% presentan una dieta deficiente con un buen estado nutricional y el 34,8% personas presentan un estado nutricional deficiente. **Conclusión:** la relación del destete fue más fuerte que los hábitos alimentarios con el estado nutricional, las sugerencias a las puskesmas proporcionan comprensión a las madres sobre la importancia de los patrones de alimentación y proporcionan lactancia materna exclusiva para que los niños pequeños obtengan un estado nutricional y un desarrollo de crecimiento adecuados.

Díaz (2020)<sup>11</sup> Ecuador, realizaron una investigación titulada Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares. **Objetivo:** Examinar las costumbres alimenticias y el estado nutricional de los niños en edad preescolar de una institución educativa para infantes ubicada en Santa Elena, Ecuador. **Metodología:** Diseño transversal correlacional descriptivo. La población fue constituida por 125 niños en edad preescolar, de tres a cinco años, y sus padres. Se emplearon encuestas y métodos de observación. **Resultados:** En cuanto a los padres el 53,60 % eran jóvenes, 32,00 % entre 21 a 25 años de edad, 85,00 % con nivel de instrucción medio, 26,40 % con dificultad para adquirir alimentos, se encontraron deficiencias en la nutrición de los niños debido a la ingesta de proteínas de alto valor biológico, las cuales constituían el 3,97 %. Asimismo, el 8,32 %, el 7,94 % y el 4,70 % revelaron un

consumo elevado de comida con escasa calidad nutricional. **Conclusión:** Los hábitos alimentarios de los preescolares se caracterizaron por una alimentación hiperglucídica e hipoproteica, alta en sodio, deficiente en hierro y zinc, evidenciando baja calidad nutricional en los alimentos consumidos.

#### **Antecedentes Nacionales:**

García (2024)<sup>12</sup> en Iquitos, realizaron un Estudio "Estado nutricional y hábitos alimentarios de niños de 1 a 4 años en la IPRESS I-3 Tupac Amaru, Iquitos, 2024". **Objetivo:** Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1-4 años de edad en la IPRESS I-3 Túpac Amaru, Iquitos 2024. **Metodología:** La muestra fue de tipo cuantitativa, no experimental, prospectiva, correlacional y descriptiva. 98 niños que acudieron a la clínica de control del CREDE en el IPRESS Túpac Amaru durante febrero y marzo de este mismo año fueron parte de la muestra. Para la recolección de datos, se utilizó una metodología que comprendió tanto la observación directa como las entrevistas. **Resultados:** El 24,4% de los niños presentaba un estado nutricional normal; el 9,3%, bajo peso; y el 4,1%, sobrepeso. Se notó que el 59,2 % de los niños con una nutrición normal y el 2,2 % con un peso bajo llevaban una vida sana. Finalmente, el 37,7 % de los niños tenía hábitos alimentarios no saludables, mientras que el 62,3 % tenía hábitos saludables. **Conclusión:** los hallazgos de este estudio apoyan la hipótesis propuesta demostrando que el estado nutricional de los niños analizados se ve afectado por sus costumbres alimenticias.

Chalco (2023)<sup>13</sup> en Lima, realizaron una investigación titulada Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023. **Objetivo:** Determinar la relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco 2023. **Metodología:** investigación cuantitativa, correlacional, transversal y descriptiva. La población estuvo conformada por 86 alumnos menores de 5 años de la

Institución Educativa Mateo Pumacahua-Surco, la técnica es la encuesta y el instrumento es un cuestionario debidamente validado el cual contiene 16 ítems agrupados en dos dimensiones, en la variable estado nutricional la técnica fue la observación y recolección de datos y el instrumento fue la curva de crecimiento en el carné de niño sano del Ministerio de Salud y la Organización Mundial de la Salud. **Resultados:** En cuanto a la variable estado nutricional, predominó el nivel adecuado con 65% alumnos, seguido de sobrepeso con 13.9%, el 10.7% padecen obesidad, 8.1% padece desnutrición aguda y el 2.3% desnutrición crónica. En la variable hábitos alimenticios el 68.6% tienen hábitos saludables, 18.6% tienen hábitos poco saludables y 12.8% tienen hábitos no saludables. **Conclusiones:** no existe relación entre las variables de estudios, en la variable estado nutricional predominó el nivel adecuado y en la variable hábitos alimenticios como en sus dimensiones predominó el nivel hábitos saludables.

Perez (2022)<sup>4</sup> en Lima, realizaron una investigación titulada Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años en Centro de Salud Mi Perú de Ventanilla, 2021. **Objetivo:** Determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Centro de Salud Mi Perú de Ventanilla, 2021. **Metodología:** El estudio fue cuantitativo, descriptivo, hipotético-deductivo, transversal y correlacional. La muestra conformada por 90 menores de 1 a 5 años. La técnica fue la encuesta y el instrumento dos cuestionarios. **Resultados:** Los hábitos alimenticios son regulares 45.6%, malos 27.7%, y buenos 26.7%; asimismo, el estado nutricional de sobrepeso 50%, obesidad 31.1%, bajo peso 10% y peso normal 8.9%. Al presentar hábitos alimenticios regulares el estado nutricional es de sobrepeso 21.1%, obesidad 15.6%, peso normal 6.7% y bajo peso 2.2%. **Conclusiones:** la prueba de correlación de Spearman,  $Rho = 0.772$ ,  $p\text{-valor} = 0.031$ ; evidencia que existe relación entre los hábitos

alimenticios y el estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Centro de Salud Mi Perú de Ventanilla, 2021.

Cabrejos y Payajo (2022)<sup>5</sup> en Lima, desarrollaron un estudio titulado Estado nutricional y hábitos alimentarios en niños menores de cinco años de la I.E 128 la Libertad, SJL, Mayo – 2022. **Objetivo:** determinar la relación entre el estado nutricional y los hábitos alimentarios de los niños menores de cinco años en la I.E 128 La Libertad, San Juan de Lurigancho (2022). **Metodología:** La muestra estuvo constituida por 54 niños de la institución educativa, y se empleó un diseño no experimental con un enfoque cuantitativo y un nivel descriptivo. Se emplearon la técnica de observación y un cuestionario como instrumentos, los cuales fueron aceptados por cuatro especialistas. **Resultados:** Se encontró que el 57,4 % tenía un estado nutricional normal y, de ese porcentaje, el 57,4 % seguía prácticas alimentarias enteramente saludables. No obstante, el 24,1 % estaba malnutrido y el 19,14,8 % tenía sobrepeso. El 24,1 % tenía hábitos alimenticios poco saludables y el 14,8 %. Sólo el 3.7 % tenía desnutrición severa y, de ellos, el 1.9 % tenía costumbres alimenticias no saludables. Finalmente, el 74.1% de los niños tenía costumbres alimentarias sanas, mientras que el 25.9% tenía hábitos alimenticios poco saludables. **Conclusión:** el mayor porcentaje de niños y niñas presentan hábitos alimentarios saludables y un estado nutricional normal.

León, Obregón y Ojeda (2021)<sup>14</sup> en Lima, desarrollaron una investigación titulada Estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares de una institución educativa, los olivos, 2021. **Objetivo:** determinar la relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del primer grado de secundaria de una Institución Educativa “Nuestra Señora de Lourdes 2078” Los Olivos, diciembre, 2020. **Metodología:** enfoque cuantitativo – correlacional, participaron 90 escolares de la institución educativa, el estado nutricional se midió a través del índice de masa corporal (IMC), los hábitos alimenticios se evaluaron a través de un cuestionario de

preguntas elaborado por las autoras, la validación fue por medio de un juicio de expertos y prueba piloto teniendo como resultado un coeficiente de 0.751 de Alfa de Cronbach. **Resultados:** se evidenció un 58.9% de escolares presenta estado nutricional normal, un 22.2% con sobrepeso, un 15.6% bajo peso y el 3.3% obesidad, en cuanto a los hábitos alimenticios la mayoría fueron adecuados en un 86.7%. **Conclusión:** se demostró una relación directamente proporcional entre el estado nutricional y hábitos alimenticios de los escolares con un  $p= 0.000$ .

### **Antecedentes Regionales y locales**

Mallqui y Quispe (2024) <sup>15</sup> en Arequipa, desarrollaron una investigación titulada Hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares de la institución educativa 40230 San Antonio del Pedregal Caylloma, Arequipa 2023. **Objetivo:** determinar la existencia de la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los escolares de la institución educativa 40230 San Antonio del Pedregal Caylloma, Arequipa. **Metodología:** tipo básica con un enfoque cuantitativo, correlacional, se realizó medidas antropométricas y la aplicación de una encuesta, las cuales fueron validadas mediante la medida de Alfa de Cronbach y el juicio de expertos. La población estuvo constituida por muestra de 148. **Resultados:** se evidenció que el 45% presentaban hábitos saludables y el 55% presentaba hábitos no saludables. El 27% presentaban un estado nutricional de bajo peso, el 25% un estado nutricional normal, el 26% sobrepeso y el 20% presentaba obesidad. **Conclusión:** Los hábitos alimentarios tuvieron una asociación significativa con el estado nutricional de los escolares ( $p=0.001$ ).

Condori y Paitan (2024)<sup>16</sup> en Huancavelica, realizó una investigación titulada Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de la Institución Educativa Inicial N°. 113, Huancavelica – 2023. **Objetivo:** determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de la Institución Educativa Inicial N.º 113, Huancavelica (2023) y pretende explorar cómo los hábitos

alimenticios influyen en el estado nutricional. **Metodología:** Se adoptó un enfoque de análisis categórico estadístico, no experimental, transversal y correlacional, siguiendo una perspectiva deductiva. Se realizaron mediciones antropométricas a 80 niños y se encuestó a sus cuidadores acerca de la alimentación de los niños pequeños, empleando el Instrumento Santander con una escala hedónica. **Resultados:** Se descubrió una conexión estadísticamente relevante (valor  $p < 0,05$ ) entre la condición nutricional de los niños y sus costumbres alimenticias. Asimismo, se notó una correlación importante (valor  $p < 0,05$ ) entre la calidad de los alimentos y el estado nutricional, al igual que entre la frecuencia con la que se consumen los alimentos y la higiene corporal en relación con el estado nutricional (valor  $p < 0,05$ ). **Conclusiones:** Con las evidencias encontradas se indica que existe una relación significativa entre los hábitos alimenticios de los niños y su estado nutricional en la Institución Educativa N.º 113 – Huancavelica.

Álvarez (2023) <sup>17</sup> en Cajamarca, realizaron una investigación titulada Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Institución educativa inicial N.º 062 “niños de la natividad” del distrito de baños del Inca. **Metodología:** investigación de tipo descriptivo-correlacional, corte transversal, diseño no experimental, en 115 niños y sus madres, se les aplicó una entrevista sobre sus factores sociales y hábitos alimentarios, también, se realizó la antropometría de cada niño para el diagnóstico nutricional. El instrumento utilizado fue un cuestionario denominado “Frecuencia de consumo de grupos alimentarios y otros hábitos. **Resultados:** Entre los resultados se encontró que el estado nutricional de la mayoría de los niños fue normal en sus tres componentes: peso para la talla (90,4%), peso para la edad (89,6%) y talla para la edad (87,8%). En cuanto a sus hábitos alimentarios, fueron saludables en el 51,3% de niños y no saludables en el 48,7%. **Conclusión:** los hábitos alimentarios se asocian con el estado nutricional de los niños de 3 - 5 años de la I. E. Inicial N° 062 “Niños de la Natividad” en sus

tres componentes: peso para la edad ( $p=0,008$ ), peso para la talla ( $p=0,026$ ) y talla para la edad ( $p=0,000$ ).

Aguije y villa (2021) <sup>6</sup> en Chincha, llevaron a cabo una investigación titulada Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Puesto de Salud Condorillo Alto, Chincha 2020.

**Objetivo:** determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Puesto de Salud Condorillo Alto, Chincha, en el año 2020. **Metodología:** Cuantitativo, descriptivo y con un diseño correlacional no experimental. Se incluyó una muestra no probabilística de 100 madres con hijos que tenían entre uno y cinco años. Se emplearon, como instrumentos, un cuestionario y un formulario para medir la altura y el peso, los cuales fueron analizados por especialistas. **Resultados:** El 95 % de los niños tenía hábitos alimentarios apropiados y el 5 % no; el 84 % contaba con un estado nutricional adecuado, y el 16 %, con uno inadecuado. **Conclusión:** Se concluyó que existen relación directa entre los hábitos alimenticios y estado nutricional.

Romero (2020) <sup>18</sup> en Tumbes, realizó un estudio titulado Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 049 'Mis Primeros Pasos', 20 Andrés Araujo Morán, Tumbes, 2020. **Objetivo:** determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños y niñas de 4 años en dicha institución educativa. **Metodología:** Con un diseño de investigación no experimental, descriptivo correlacional y transversal, se realizó el estudio. La muestra fue conformada por 30 niños y sus respectivas madres. Para medir las variables del estudio se emplearon un cuestionario y un formulario para evaluar la nutrición, y los datos antropométricos fueron analizados a través de las curvas de la OMS. **Resultados:** Los hábitos alimenticios de los niños eran saludables en un 83.3 %, poco saludables en un 13.3 % y muy poco saludables en un 3.3 %. En términos de estado nutricional, el 80 % de los niños presentaba un estado normal,

mientras que el 6.7 % sufría desnutrición aguda y crónica y el 3.3 % tenía sobrepeso u obesidad. **Conclusión:** Se concluyó que no hay una correlación significativa entre la condición nutricional de los niños y sus hábitos alimenticios, lo que significa que se aceptó la hipótesis nula y se desechó la de investigación.

### **3.2 Bases teóricas**

#### **Teoría de la Promoción de la salud de Nola Pender**

La teoría de Nola Pender se conoce como el Modelo de Promoción de la Salud (MPS), esta teoría de enfermería es utilizada ampliamente para comprender los comportamiento o actitudes relacionadas con la salud, por ende, este modelo explora principalmente las características, experiencias, conocimientos, creencias que influyen en la determinada adopción de comportamientos saludables, es decir, es un marco teórico que ayuda a comprender como las personas practicar los comportamientos saludables en base a la educación que se les brinda <sup>19</sup>.

Esta teoría tiene relevancia en la investigación, porque el modelo de la promoción de la salud se relaciona con fomentar hábitos alimenticios saludables, identificando los determinados factores que influyen en la conducta de la persona, tales como: personales, conductuales y ambientales que impactan fundamentalmente en las decisiones de las personas sobre su salud, este modelo permite promover estrategias para mejorar la alimentación, y conseguir como resultado un adecuado estado nutricional, es decir, un buen peso y talla acorde a la edad de cada niña o niño <sup>19</sup>.

#### **Hábitos Alimenticios**

Según la Organización mundial de la Salud (OMS) <sup>20</sup>, son aquellos comportamientos, acciones propias de un individuo o comunidad, mediante el cual define su consumo de alimentos según sus requerimientos energéticos diarios, puede ser disminuido, regular o

excesivo; dependiendo de los patrones expuestos se pueden definir diversas afecciones.

Como punto importante se señala que los hábitos suelen implantarse durante los primeros años de vida, periodo en que los padres influyen a sus hijos en lo personal, cultural y tradicional al momento de seleccionar e ingerir sus alimentos. pueden ser influenciados por diversos factores adquiridos principalmente por generaciones anteriores en este caso por los padres, estas preferencias son hereditarias ya que predisponen a los niños a consumir una dieta de productos seleccionados como respuesta a su condicionamiento por la presión que ejerce su entorno y sus costumbres <sup>21</sup>.

La familia cumple un rol preponderante ya que su intrusión es muy cercana y aunque estas influencias van disminuyendo conforme pasa el tiempo y el niño se desarrolla en diversas etapas habituales siguen estando presentes, pero de manera más sutil <sup>21</sup>.

#### **Normas básicas en la creación de hábitos saludables:**

Completo: Se debe tener en cuenta no solo la presencia de los alimentos, sino el consumo de raciones necesarias que contengan todos los grupos de alimentos para los requerimientos diarios de nuestro organismo, tres comidas al día es lo habitual, sin embargo, existen algunas excepciones en algunas personas que suelen consumir pequeñas raciones adicionales entre comidas, el propósito principal es que el estado de salud se mantenga óptimo <sup>22</sup>.

Equilibrada: Los alimentos deben consumirse de forma equitativa, por lo tanto, es de vital importancia mantener una disposición adecuada entre todos los grupos, no se deben dejar de lado ningún grupo ya que estos contribuyen a una dieta más rica en aportes a la regulación energética de nuestro organismo <sup>22</sup>.

Higiénica: Infiere de forma importante en una dieta saludable, las normas de limpieza están directamente relacionadas a un aporte adecuado de nutrientes, si no se ejecutan de manera correcta se

exponen al riesgo de ingerir microorganismos que pueden dañar nuestra salud; por lo tanto, es apropiado el correcto lavado de manos y posteriormente la correcta manipulación de alimentos:

Suficiente: Es importante resaltar que las raciones que se le brindan a los pequeños deben cumplir con sus requerimientos fisiológicos, tomando en cuenta factores como una ganancia de peso y talla adecuados en una edad temprana <sup>22</sup>.

Variada: La primera etapa de vida es por excelencia el periodo de adaptabilidad e imitación que tiene todas las personas, es por ello que si se les brinda los patrones adecuados de consumo de alimentos a una temprana edad estos podrán desarrollar la variabilidad necesaria para cumplir con las necesidades de su organismo <sup>22</sup>.

### **Clasificación de alimentos:**

Según su función: Son aquellos que cumplen funciones básicas y complejas, ofrecen beneficios adicionales para la salud, digestión o la reducción de riesgos en ciertos tipos de enfermedades, estos son: energéticos necesarios para las actividades cotidianas, constructores son ricos en proteínas y minerales ayudando a la reparación y construcción de tejidos; finalmente tenemos a los reguladores que equilibran las funciones del cuerpo y lo protegen ante afecciones <sup>23</sup>.

Según su origen: Distribuidos en 3 grandes grupos predominando los de origen no hemo o vegetal, verduras, cereales, tubérculos, etc., seguido del origen animal o hemo como las carnes, grasas y lácteos; finalmente los de origen mineral, por lo general son brindados por la naturaleza mediante su extracción como las sales minerales y el agua <sup>23</sup>.

Según su composición: Aquí se encuentran los macronutrientes fundamentales para la salud el correcto funcionamiento de nuestro

cuerpo, nos brindan energía para el día a día y aportan de gran manera en la obtención de proteínas, lípidos, carbohidratos, etc <sup>23</sup>.

### **Clasificación por grupos:**

Grupo I – Lácteos y derivados: Aportan una gran cantidad de calcio, proteínas, minerales esenciales y vitaminas para el correcto mantenimiento y desarrollo de huesos, músculos y dientes <sup>24</sup>.

Grupo II – Carne, huevos y pescado: También llamados plásticos, el consumo de estos alimentos proporciona un alto valor de proteínas y grasas, necesarias para un crecimiento adecuado <sup>25</sup>.

Grupo III – Tubérculos, frutos secos y legumbres: Alimentos ricos en hidratos de carbono, fibra y vitaminas hidrosolubles, suelen provocar sensación de saciedad, son los más versátiles al momento de cocinarlos y con un aporte mínimo de gluten o incluso nulo en algunos casos <sup>25</sup>.

Grupo IV – Verduras y hortaliza: Suelen consumirse de 2 formas, hervidas o crudas, se caracterizan por tener aportar principalmente una gran cantidad de fibra la cual ayuda a regular nuestro sistema digestivo, previene las afecciones cardiacas y algunos tipos de afecciones oncológicas <sup>26</sup>.

Grupo V – Frutas: Al igual que las verduras forman parte importante en la dieta de todas las personas, especialmente a los niños, suelen tener olores/colores agradables y llamativos, pueden ser dulces, agrias, suaves p de textura dura, aportan un gran contenido de azúcares, vitaminas y líquidos naturales <sup>26</sup>.

Grupo VI – Pan, pasta, cereales y azúcar: Ricos en hidratos de carbono, suelen ser una fuente principal de energía en conjunto con los lípidos, el metabolismo interno del organismo mediante diferentes encimas los descomponen en partículas mas pequeñas que se almacenan y se van gastando a lo largo del día <sup>26</sup>.

Grupo VII – Grasas, aceites y mantequillas: También proporcionan energía, pueden ser de origen vegetal que suelen ser de

consistencia líquida, obtenida tras la presión de distintas semillas o frutos; o de origen animal cambia su sabor de acuerdo a la carne de la cual se extrae, aunque suele ser variable según su composición, por lo general son semisólidos y se encuentran en proporciones diferentes dependiendo su proveniencia <sup>26</sup>.

### **Dimensiones de los hábitos alimenticios:**

#### **D1 Motivación alimenticia - Distribución de tipo de preparación.**

Inconscientemente por instinto el ser humano posee un impulso de alimentarse, aunque en determinados momentos hay factores que influyen en las decisiones o preferencias alimentarias, en menores de 5 años es muy común este comportamiento ya que es una atapa clave para su correcto desarrollo <sup>27</sup>, esta motivación no solo depende del hambre fisiológica sino también externos como el entorno familiar, la preparación de los alimentos y experiencias previas asociadas a la alimentación <sup>28</sup>.

Fortalece la autonomía de los niños y su estímulo del entorno, también influye la percepción del sabor, textura, colores y variedad de la dieta, entorno donde la comida no solo sea un sinónimo de saciedad, sino que implique un clima emocional favorable, respetar las etapas de crecimiento y requerimientos nutricionales y moldear hábitos beneficiosos <sup>29</sup>.

#### **D2 Preferencia alimenticia – Carbohidratos, proteínas, vitaminas y minerales, grasas y lípidos.**

Durante los primeros dos años de vida, los niños desarrollan gran parte de sus preferencias, los cuales pueden ser influidos por costumbres, su entorno y experiencias sensoriales tempranas, ciertos tipos de alimentos como los carbohidratos suelen ser los más saciantes y preferidos de los más pequeños ya que tienden a ser los primeros alimentos en ser suministrados por las madres por medio de papillas, los proteicos como las carnes principalmente de pollo son las más consumidas en diferentes presentaciones aportando grasas y lípidos naturales <sup>30</sup>.

Para una alimentación saludable es importante el consumo de una variedad de vitaminas esenciales para el funcionamiento adecuado del organismo, dentro de ello tenemos: las vitaminas A, C, D, E, y K, así como las vitaminas del complejo B, incluyendo tiamina B1, riboflavina B2, niacina B3, ácido pantoténico B5, biotina B7, piridoxina B6, folato B9 y cobalamina B12, es decir, estas vitaminas son necesarias para mantener adecuadamente una buena salud <sup>31</sup>.

Por último los minerales los obtienen mediante el consumo frecuente de líquidos, en este caso los más pequeños obtienen su requerimiento de la madre, por lo tanto, la dieta debe ser sustancial e incluir todos los alimentos disponibles, los niños necesitan múltiples exposiciones a los alimentos para aceptar diversos tipos de alimentos, teniendo un efecto espejo si algún adulto consume alimentos el también lo hará por imitación <sup>31</sup>.

### **D3 Frecuencia alimenticia – Desayuno, almuerzo, merienda y cena.**

Hace referencia al número de veces que un niño ingiere alimentos durante el transcurso del día, en este aspecto los menores de 5 años deben alimentarse de manera adecuada las veces que sean necesarias para optimizar su correcto crecimiento y desarrollo, ya que a esta edad las necesidades nutricionales poseen un índice muy elevado en relación al tamaño corporal, esto se debe primordialmente a que la capacidad de su sistema digestivo es más reducido por lo que su gasto energético es alto necesitan ingerir alimentos más seguido incluso hasta 5 veces al día <sup>30</sup>.

Debido a esto se recomienda que los pequeños entre 6 y 59 meses, tengan comidas frecuentes, establecer horarios regulares y ofrecer comidas equilibradas, consistentes y nutritivas, de igual manera es importante que los cuidadores sepan el valor nutricional de cada alimento no solo la cantidad y frecuencia, sino también su calidad de los alimentos, por ello diversos programas deben implementar el

seguimiento de un patrón alimentario diario en la infancia temprana<sup>31</sup>.

Finalmente las guías alimentarias para niños menores de 5 años, tienen el propósito de establecer recomendaciones con el objetivo de promover un estilo de vida saludable desde las etapas tempranas de la vida, considerando los beneficios e indicando las veces y la cantidad que el niño o niña debe consumir acorde a la edad que tiene, esta guía comprende no solo la característica de centrarse en la calidad nutricional de los alimentos, sino también tiene pautas establecidas en como darle de comer de manera interactiva, comprendiendo que es una oportunidad para aprender a comer saludable, en base a : reconocer sabores, texturas y que además ayude al intercambio de amor lo cual constituye parte importante del crecimiento físico y desarrollo emocional de la niña o niño<sup>31</sup>.

#### **D4 Lugar alimenticio – Casa, colegio, restaurantes y ambulante.**

Entendido como el entorno social, físico o emocional donde los pequeños consumen sus alimentos, es un determinante en la formación de hábitos en la primera infancia, no solo condiciona la ingestión de alimentos, sino también su percepción, actitudes y desarrollo emocional en relación a ello<sup>32</sup>. Los primeros años son considerados etapa de aprendizaje activo, constante y estructurado, por ello, el ambiente es directamente proporcional a la cantidad de consumo, si se cumplen ciertas condiciones se puede favorecer mayor concentración y aceptación<sup>33</sup>.

Tanto en casa, colegio, restaurante o ambulante, el niño o niña menor de 5 años, esta propenso a consumir alimentos saludables o no saludables, esto es acorde a los patrones alimentarios que el cuidador o la madre de familia implemente en sus hijos, ya que una nutrición adecuada durante los primeros cinco años es primordial para un adecuado crecimiento y desarrollo tanto cognitivo, como físico y prevenir con ello enfermedades<sup>33</sup>.

En contraste, lugares que están en completo caos, ruidos estrepitosos o hábitos negativos, pueden jugar un papel negativo haciendo que el niño no esté totalmente concentrado en su alimentación sino solo en distracciones, por eso, la presencia activa de los cuidadores y padres de familia es fundamental para tratar de que esas barreras o impedimentos hagan que no afecten tanto en su correcto desarrollo <sup>33</sup>.

### **Estado Nutricional**

Según OMS, es el estado de salud de un individuo o colectivo como resultado de una relación correcta o incorrecta entre los nutrientes ingeridos y sus necesidades fisiológicas, pueden verse influenciados por diversos factores que pueden ser de origen, económico, social, biológico y/o ambiental. Para la Organización Panamericana de Salud (OPS), Un alto índice de problemas con el estado nutricional suele presentarse durante los primeros 5 años de vida, ya que es la primera etapa del desarrollo de cada persona es crucial llevar una correcta practica de hábitos alimenticios <sup>34</sup>.

### **Nutrición**

La OMS considera la nutrición como uno de los principales pilares para la salud y el desarrollo, ya que reduce el riesgo de contraer afecciones, prolonga la vida y revitaliza el organismo, así mismo, una buena nutrición conlleva hábitos buenos, estilo de vida muy saludables y rutinas activas <sup>35</sup>.

### **Clasificación de alimentos según su composición:**

#### **Macronutrientes.**

Son vitales para la salud y nuestro bienestar, nos brindan equilibrio proporcionándonos energía de forma continua, ayudando en la recuperación de tejido y su construcción. Compuestos principalmente por hidratos de carbono, proteínas y lípidos <sup>26</sup>.

Carbohidratos: Proporcionan energía al cuerpo. Se hallan en: cereales, legumbres y tubérculos. Proteínas: Estas fijan la forma y la

estructura de las células, así como regulan prácticamente todos los procesos esenciales. Su función posibilita que las células mantengan su integridad, se defiendan de factores extremos, reparen daños, regulen y controlen funciones, entre otras cosas. Finalmente, los lípidos: son la reserva de energía del cuerpo para su utilización futura o diferida<sup>26</sup>.

### **Micronutrientes**

Incluyen vitaminas y minerales esenciales para preservar nuestra salud, suelen ser abundantes pero su requerimiento solo es mínimo, desempeñan papeles importantes en nuestro organismo en funciones corporales específicas como el crecimiento y desarrollo, refuerza el sistema inmunológico, contribuye en el metabolismo, etc; la deficiencia de estos conlleva serios problemas de salud como el retraso en el crecimiento, dificultades en la visión y un alto índice de susceptibilidad a enfermedades <sup>36</sup>.

### **Dieta balanceada.**

Es aquella que contempla diferentes requerimientos ya sean individuales, fisiológicos, económicos, etc, incluye todos los grupos alimenticios de forma equilibrada vitales para preservar nuestro bienestar y evitar tener problemas alimenticios que afecten nuestra rutina, predomina en el correcto desarrollo cognitivo y físico de los niños en edad temprana, aportes que con el pasar del tiempo se ven reflejados en sus hábitos, comportamiento o acciones con las que se desenvuelven en la sociedad <sup>37</sup>.

### **Desnutrición infantil:**

Según UNICEF, Es cuando se produce una deficiencia de nutrientes en el organismo en general, en el caos de los niños puede ser muy marcada desde el momento que manifiesta signos/síntomas o incluso puede no presentarlos, deteriorando poco a poco su salud y por ende su integridad física y psicosocial; provoca retrasos en su crecimiento, disminuye su sistema inmunológico dejándolo

vulnerable ante muchas enfermedades sumado a problemas de salud ya existentes <sup>38</sup>.

Las causas de la desnutrición pueden ser inmediatas, cuando su alimentación es incorrecta, inapropiada atención y aporte inadecuado nutriente, también encontramos causas subyacentes; inaccesibilidad a cualquier tipo de servicio de salud, acceso limitado a los alimentos, agua y saneamiento insalubres; Por ultimo las causas básicas resaltando los factores económicos, políticos y sociales, principalmente un indicador critico es el nivel de pobreza en diferentes partes del mundo que a su vez es asociado con desigualdad, falta de oportunidades y educación para las madres de familia <sup>38</sup>.

#### **Tipos de desnutrición infantil:**

**Desnutrición crónica:** es un tipo de desnutrición prolongada que afecta principalmente a niños y suele manifestarse por una baja talla para su edad, refleja una ingesta de alimentos deficiente y sostenida a lo largo del tiempo, en conjunto con enfermedades subyacentes que se puedan presentar lentamente, a menudo los síntomas no son visibles inmediatamente, a su vez es reflejo de la desigualdad social y económica; si no se trata de manera adecuada puede tener repercusiones graves en el futuro, afectando su desarrollo personal y una vida productiva <sup>39</sup>.

**Desnutrición aguda – moderada:** Ocurre en un periodo de tiempo muy corto, generalmente se manifiesta como resultado de una disminución rápido y activa en la ingesta de alimentos o por enfermedades que disminuyen la absorción de nutrientes en el organismo. Se refleja en una perdida significativa de peso en relaciona a la estatura del niño, las causas mas comunes incluyen inseguridad alimentaria, emergencias sanitarias, infecciones recurrentes e inadecuadas practicas alimenticias <sup>40</sup>.

Existen dos tipos, desnutrición aguda moderada donde existe el bajo pero para la estatura del niño y la forma grave que se presenta

principalmente por extrema delgadez o edema nutricional los cuales requieren atención médica inmediata, ya que pone en riesgo la vida del niño. A menudo esta condición se observa en contextos de extrema pobreza, desplazamiento poblacional forzado o crisis sanitarias <sup>40</sup>.

### **Desnutrición grave o severa:**

Es una forma severa de malnutrición que pone en riesgo inmediato la vida, especialmente de los niños menores de 5 años, predomina una pérdida extrema de peso, talla muy baja para la edad o edema bilaterales por deficiencia proteica (kwashiorkor), afecta diversos órganos, tejidos y funciones vitales de manera severa, se debilita profundamente el sistema inmunológico aumentando la vulnerabilidad a enfermedades infectocontagiosas, como consecuencias más graves está el retraso en el desarrollo físico y mental de forma irreversible <sup>41</sup>.

### **Obesidad y sobrepeso:**

**Obesidad:** es una condición médica caracterizada por acumulación de grasa excesiva a nivel corporal producto de un alto consumo de calorías que supera el gasto energético diario del organismo, lo cual se refleja en un desequilibrio en el peso corporal. Es asociada a desarrollar un riesgo mayor a enfermedades crónicas como la diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, ciertos tipos de cáncer, etc. <sup>42</sup>.

**Sobrepeso:** es una condición en la que una persona tiene un peso ligeramente superior al considerado saludable para su estatura, esto se debe principalmente a una ingesta excesiva de calorías, aunque no siempre presenta un riesgo inmediato, puede verse afectada hasta llegar a la obesidad si no es controlada en su debido tiempo, puede tener un gran impacto a nivel mental y emocional, generando inseguridades, estrés o incluso discriminación <sup>42</sup>.

### **Dimensiones del estado nutricional:**

#### **D1 Índice de Masa Corporal (IMC)**

Es una herramienta utilizada ampliamente para estimar si el peso de un individuo se encuentra en un rango saludable con respecto a su estatura, fue desarrollada por un estudio estadístico en Bélgica por Adolphe Quetelet en el siglo XIX que con el tiempo y su aplicación correcta se convirtió en un parámetro útil tanto en el ámbito clínico como en investigaciones de salud pública; se calcula dividiendo el peso corporal en kg entre la estatura en m al cuadrado (Kg/m<sup>2</sup>) <sup>43</sup>.

Sin embargo, a pesar de su gran utilidad en diversos ámbitos presenta algunas limitaciones, ya que no distingue entre grasa corporal y masa corporal, lo cual en algunos casos puede llevar a una clasificación errónea en personas muy musculosas o con problemas de retención de líquidos; tampoco se tiene en cuenta cual es la distribución de grasa en el organismo lo cual es un parámetro muy importante en una evaluación para riesgo cardiovascular <sup>44</sup>.

En poblaciones pediátricas o adolescentes, se interpreta mediante percentiles ajustados según su edad y sexo, ya que son las etapas donde más se desarrolla el cuerpo humano presentando variaciones continuas naturales que se reflejan en el crecimiento, es un indicador poblacional accesible, económico y práctico, que permitirá realizar intervenciones nutricionales o campañas de prevención para optimizar la salud <sup>44</sup>.

**Peso:** Es una medida que refleja la masa total de un individuo, constituye un indicador clave para evaluar su estado nutricional abordado desde un enfoque integral, esta influenciada por numerosos factores como metabolismo, genética, actividad física, estado hormonal, entre otros. Mantener un peso adecuado se relaciona con un menor riesgo de enfermedades crónicas, tanto el bajo como el exceso de peso pueden tener consecuencias adversas para nuestra salud <sup>45</sup>.

**Talla:** También llamado estatura es una medida antropométrica que refleja la longitud de un individuo en posición erguida, es usada para evaluar el crecimiento físico especialmente en las etapas de infancia

y adolescencia, a su vez también es influenciada por aspectos nutricionales, genéticos, hormonales y ambientales. Este proceso es específicamente crítico durante los primeros 1000 días de vida (desde la concepción hasta los 2 años), un retraso en este periodo tendrías efectos negativos a largo plazo afectando el desarrollo físico y cognitivo <sup>45</sup>.

### **Indicadores de crecimiento:**

Son indicadores antropométricos, peso para la talla (P/T), peso para la edad (P/E) y talla para la edad (T/E) las cuales son herramientas claves en evaluaciones que determinan el estado nutricional de los niños y niñas, centrándose especialmente en menores de 5 años; mediante estos parámetros se podrán identificar desviaciones en el desarrollo infantil <sup>46</sup>.

**Peso para la talla (P/T):** Evalúa la proporción del peso corporal en relación con la estatura del niño, se usa principalmente para detectar casos de desnutrición o un exceso de peso, valores por debajo del estándar puede indicar emaciación, mientras que valores superiores sugieres sobrepeso u obesidad <sup>47</sup>.

**Peso para la edad (P/E):** Analiza el peso del niño en comparación con los parámetros específicos de su grupo etario, aunque es de fácil aplicación, no permite distinguir entre un problema nutricional o retraso en el crecimiento, en edad temprana se monitorea en sus controles pediátricos <sup>47</sup>.

**Talla para la edad (T/E):** Refleja el crecimiento longitudinal y clave para identificar afecciones como casos de desnutrición en diversas etapas, una medida inferior a la estándar para su grupo etario puede significar que el niño no a tenido una buena alimentación o también podría tratarse de las condiciones de su entorno siendo negativas para su desarrollo <sup>47</sup>.

### 3.3 Marco conceptual

**Alimentación:** Proceso biológico, social y cultural mediante el cual las personas ingieren alimentos para cubrir sus necesidades básicas de energía y nutrición, así garantizan un estado óptimo de salud y un bienestar físico y mental <sup>48</sup>.

**Nutrientes:** Sustancias obtenidas del contenido de los alimentos que nuestro organismo necesita para llevar a cabo sus funciones de crecimiento, reparación de tejidos, mantenimiento metabólico y producción de energía <sup>49</sup>.

**Antropometría:** Forma parte de la evaluación del estado nutricional, es la encargada de medir dimensiones físicas y composición del cuerpo, a través de técnicas estandarizadas, obteniendo medidas como el peso, talla, perímetro de cintura, entre otros <sup>50</sup>.

**Crecimiento:** Proceso biológico que se manifiesta por un aumento progresivo de las células de nuestro cuerpo, fenómeno que ocurre durante las etapas tempranas del desarrollo como la infancia, alcanzando su pico máximo en la adolescencia y culminando en la etapa de adulto joven <sup>51</sup>.

**Desarrollo:** Proceso complejo y progresivo por el cual se adquieren habilidades cognitivas, físicas, emocionales y sociales a lo largo de su vida, resaltando las etapas de infancia y adolescencia, se determina por factores genéticos, nutricionales, ambientales, afectivos, entre otros <sup>52</sup>.

**Salud:** Estado dinámico de bienestar completo a nivel mental, físico y social, no es simplemente la ausencia de enfermedad o dolencia. a lo largo de la vida se desarrollan hábitos, buena nutrición, condiciones de vida dignas y entornos seguros <sup>53</sup>.

**Carbohidratos:** También llamado hidratos de carbono que al nosotros consumirlos y ser procesados en nuestro organismo se descomponen en glucosa, la cual es usada por las células como combustible y posteriormente se almacena en forma de glucógeno

<sup>54</sup>.

**Energía:** Capacidad que tiene el ser humano para realizar funciones vitales y actividades físicas, es usada generalmente para mantener funciones esenciales como la circulación, respiración, digestión, movimiento y regulación de la temperatura corporal <sup>55</sup>.

**Metabolismo:** Conjunto de procesos biológicos y químicos que ocurren en las células del cuerpo mediante el cual los nutrientes se transforman en energía, componentes necesarios para el mantenimiento, desarrollo y crecimiento del organismo <sup>56</sup>.

**Motivación:** Proceso psicológico que impulsa, sostiene y orienta la conducta humana hacia la consecución de objetivos o satisfacción de necesidades, es considerado un motor interno que activa acciones y decisiones <sup>57</sup>.

## **IV. METODOLOGÍA**

### **4.1 Tipo y Nivel de Investigación**

#### **Tipo de investigación:**

La investigación fue básica, según Hernández <sup>58</sup>, denominado como un conjunto de procedimientos sistemáticos y empíricos, debe realizarse metódicamente para que no exista sesgo por parte del investigador, produciendo resultados basados en posibles hechos

observables y medibles, describiendo una situación que se asemeja mucho a la realidad.

Este tipo de estudios se realizó con fines prácticos para la resolución de problemas específicos hallados en un área determinada, usando los saberes adquiridos para ofrecer soluciones efectivas, se buscan respuestas optimas que permitirán mejorar los hábitos alimenticios por medio de estrategias planteadas de acuerdo a los resultados obtenidos.

El enfoque fue cuantitativo, de acuerdo a Creswell<sup>59</sup>, se enfoca en la replicabilidad y objetividad de los resultados, utilizando métodos de análisis estadísticos concretos para obtener conclusiones válidas y fiables en contextos específicos, resaltando la importancia de las mediciones precisas y las metodologías estandarizadas para asegurar resultados que puedan compararse y aplicarse a otras situaciones.

#### **Nivel de investigación:**

El alcance fue relacional ya que, de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista<sup>60</sup>, definen este tipo de estudio como aquel que mide una relación entre 2 o más variables en un contexto particular, analizando y evaluando la fuerza del vínculo, permitiéndonos determinar cómo los hábitos alimenticios influyen en el estado nutricional en el contexto planteado para el desarrollo de la investigación.

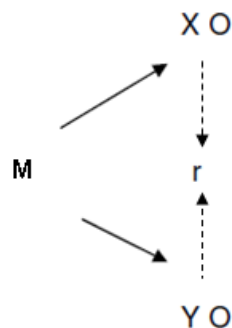
El tiempo de aplicación fue prospectivo, según Sampieri<sup>60</sup>, es un tipo de estudio mediante el cual el investigador podrá obtener información por medio observación y análisis, por el cual se podrán determinar factores, tendencias o eventos que en conjunto con otros aspectos de análisis estarían destinados a pasar desapercibidos o desestimados en la toma de decisiones.

Por su temporalidad la investigación fue de corte transversal, según Sampieri<sup>60</sup>, es cuando en un determinado lugar y tiempo se realizan

procedimientos específicos para la recolección de datos, el investigador podrá recoger datos para describir sus variables y analizar la incidencia de la información que es válida.

#### 4.2 Diseño de la Investigación

Proyecto de diseño no experimental, Según Sampieri <sup>60</sup>, son estudios que se ejecutan sin manipular las variables y que observa los acontecimientos de una realidad sin que sea necesaria la intervención directa o indirecta del investigador, recolectando datos para analizar los diversos fenómenos que puedan ocurrir.



Donde:

M= Madres de niños de 1 a 5 años de edad

V1= Hábitos alimenticios

V2= Estado nutricional

R= Relación entre variables

#### 4.3 Hipótesis general y específicas

##### Hipótesis general

Existe relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los Álamos – pueblo nuevo, Ica 2025.

##### Hipótesis específicas

**HE1:** Existe relación entre la dimensión motivación alimenticia y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el Puesto de Salud de los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica 2025.

**HE2:** Existe relación entre la dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el Puesto de Salud de los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica 2025.

**HE3:** Existe relación entre la dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el Puesto de Salud de los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica 2025.

**HE4:** Existe relación entre la dimensión lugar de alimentación y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el Puesto de Salud de los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica 2025.

#### **4.4 Identificación de las variables**

**Variable 1 - Hábitos alimenticios:** Según Mataix Verdú<sup>61</sup>, son conductas adquiridas a temprana edad que por lo general están fuertemente vinculadas a la familia, la sociedad y el entorno donde se desarrollan los pequeños y de esta manera determinan como ingieren sus alimentos.

Dimensiones:

**D1:** Motivación alimenticia

**D2:** Preferencia alimenticia

**D3:** Frecuencia alimenticia

**D4:** Lugar de alimentación

**Variable 2 - Estado nutricional:** Para Barría & Amigo<sup>62</sup>, es la situación en que un individuo enlaza una relación entre sus necesidades fisiológicas y el consumo de nutrientes, se estima a través de medidas antropométricas evaluadas en un momento determinado.

Dimensión:

## **D1: Índice de Masa Corporal (IMC)**

#### 4.5 Matriz de operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSION	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE VALORES	NIVELES Y RANGOS	TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICA
Variable I  Hábitos alimenticios	Motivación alimenticia	Distribución de tipo de preparación	- ¿Usted lleva a su niño al control de crecimiento y desarrollo?	0 (nunca) 1 (a veces) 2 (siempre)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mala</li> <li>• Regular</li> </ul>	Ordinal
	Preferencia alimenticia	Carbohidratos Proteínas Vitaminas y minerales Grasas y lípidos	- ¿Qué tan frecuente utilizas las menestras en el alimento de tu hijo?	0 (nunca) 1 (a veces) 2 (siempre)		
	Frecuencia alimenticia	Desayuno Almuerzo Merienda Cena	- ¿Con qué frecuencia su hijo come porciones	0 (nunca)		

			de comidas en diferentes horarios?	1 (a veces) 2 (siempre)	• Buena	
	Lugar alimenticio	Casa Colegio Restaurantes Ambulante	- ¿Consideras que su niño se alimenta de manera adecuada fuera de casa?	0 (nunca) 1 (a veces) 2 (siempre)		

<p>VARIABLE II Estado Nutricional</p>	<p>Índice de Masa Corporal (IMC)</p>	<p>Peso (Kilogramos) Talla (Centímetros)</p>	<p>Registro de talla y peso</p>	<p>Kg y cmc</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bajo Peso</li> <li>• Peso Normal</li> <li>• Sobrepeso</li> <li>• Obesidad</li> </ul>	<p>Ordinal</p>
---	--	--	-------------------------------------	-----------------	---	----------------

## 4.6 Población - muestra

### **Población:**

De acuerdo con Hernández et al,<sup>60</sup> la se refiere al conjunto total de individuos, que poseen características comunes relacionadas con el objeto de estudio, para este estudio la población estuvo conformada por 150 participantes.

### **Muestra:**

Según Arias <sup>63</sup>, es un subconjunto representativo y finito que se obtiene de una población determinada y accesible, será calculada con la fórmula de muestreo probabilístico aleatorio simple para poblaciones finitas lo que resulta en una muestra de 109 participantes. Unidad de análisis estuvo enfocado en las madres de niños menores de 5 años que son atendidos en el puesto de salud los Álamos.

### **Según formula:**

$$n = \frac{N * p * q * Z^2}{e^2 (N - 1) + Z^2 * p * q}$$
$$n = \frac{150 * 0.5 * 0.5 * 1.96 * 1.96}{(0.05 * 0.05) * (150 - 1) + (1.96 * 1.96 * 0.5 * 0.5)}$$
$$n = 109.$$

La muestra será de 109 niñas y niños menores de 5 años.

### **Criterios de inclusión**

- Madres de familia que residen en los Álamos
- Madres de familia de niños menores de 5 años.
- Madres que accedan a participar libremente en el estudio, previa aplicación de formato de consentimiento informado.

### **Criterios de exclusión**

- Madres que no residan en los Álamos.
- Madres que no deseen participar del estudio

- Niños mayores de 5 años

#### **4.7 Técnicas e instrumento de recolección de información**

La técnica que se usó en la encuesta, mediante la cual se lleva a cabo el uso de un cuestionario a un determinado número de personas, lo cual nos proporcionara información, opiniones, actitudes y/o comportamientos de las personas, También usamos la técnica análisis antropométrico en donde usamos los datos de los niños y niñas para obtener el IMC<sup>59</sup>.

##### **Instrumento**

En esta investigación se usó 2 instrumentos que se basa en un cuestionario y una guía de análisis antropométrico de investigación los cuales consisten en un conjunto de interrogantes que tendrán como objetivo recopilar información de todos y cada uno de los encuestados.

**Instrumento 1:** Cuestionario para medir la variable hábitos alimenticios, elaborado y validado por Villa Anampa Vanesa Corazón en el año 2020, modificado y revalidado por Pérez (citar) en el año en el año 2022, cuenta con 20 Ítems en los cuales existen 3 opciones de respuesta con valores 1,2,3, está distribuido en cuatro dimensiones: motivación alimentaria (3 ítems), preferencia alimentaria (7 ítems), frecuencia alimentaria (6 ítems) y lugar alimenticio (4 ítems); con rango de valor de medición mala ( 0 – 20 puntos) , regular (21 – 40 puntos) y buena (41 – 60 puntos).

**Instrumento 2:** Ficha de estado nutricional, elaborada por la misma autora, el cual consta de 1 Ítem, contando con la dimensión el Índice de Masa Corporal (IMC) basado en peso y talla, cuyo valor final será el estado nutricional de bajo peso, peso normal, sobrepeso y obesidad.

Ambos validados mediante juicio de expertos, evaluados por 3 jueces los cuales determinaron que ambos instrumentos son

aplicables con una validez de contenido 0.78 para ambos y una confiabilidad de Cronbach de  $\alpha = 0.84$ .

#### **4.8 Técnicas de análisis e interpretación de datos**

Los datos fueron recolectados previa aprobación del proyecto y tener la carta de presentación, la información se ingresó a una tabla matriz de Excel y luego trasladada al programa estadístico SPSS 30.0 para el análisis e interpretación de los datos, mediante la estadística inferencial, esperando minimizar errores, alteración en los datos y desvíos de los valores perdidos al momento del análisis.

Sánchez et al.<sup>64</sup>, sugieren que, una vez se recolecte la información mediante los instrumentos de estudio, estos deben ser procesados y codificados mediante herramientas informáticas para obtener tablas y gráficos estadísticos para la presentación de resultados.

Teniendo en cuenta las recomendaciones previas, los datos serán gestionados según un método estándar: primero se codificarán las respuestas, luego se descargarán en una hoja de cálculo de Excel donde se podrán organizar adecuadamente; finalmente, se llevará a cabo el análisis estadístico para obtener gráficos y tablas de frecuencia que ilustren los diferentes hallazgos de la investigación.

#### **Consideraciones éticas:**

Se tomarán en cuenta aspectos éticos que resguarden y protejan a los participantes del estudio, tomando en cuenta los principios éticos del informe de Belmont se aplicarán los siguientes: autonomía, justicia, beneficencia, no maleficencia a través del uso del consentimiento informado, siendo esclarecido previamente la intencionalidad y propósitos de la investigación.

Principio de autonomía: Se tratará a los participantes con autonomía, considerando su derecho a la libre decisión sobre su participación en el estudio mediante la obtención del consentimiento informado, correspondientemente firmado.

Principio de beneficencia: Se aplicará desde el inicio de la investigación, se realizará un análisis de los riesgos y beneficios, la investigación se centrará en proteger el bienestar de los participantes, la información recolectada será confidencial y para uso exclusivo de la investigación.

Principio de no maleficencia: La información obtenida del estudio de investigación será de carácter confidencial, velando la privacidad e identidad de los participantes y respetando en todo momento su libertad de participación y cooperación.

Principio de justicia: Todos los participantes de la investigación serán tratados de la misma manera con cordialidad y respeto, sin distinción, preferencias ni discriminaciones, la selección de los participantes se realizará a través de los criterios de inclusión y exclusión seleccionados en la investigación.

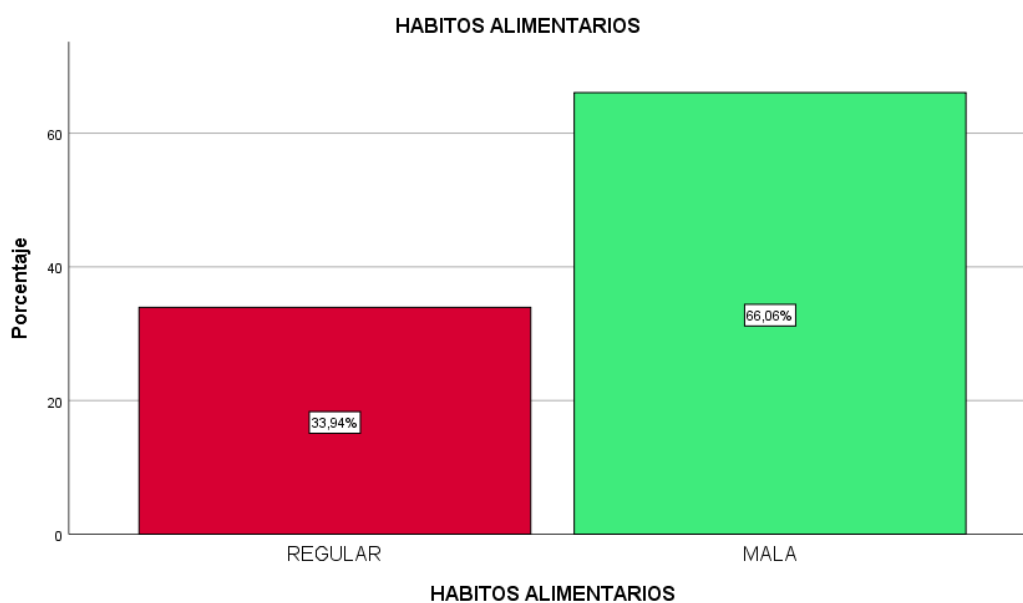
## V. RESULTADOS

### 5.1 Presentación de Resultados

**Tabla 1: Frecuencia hábitos alimentarios**

Hábitos alimentarios	Frecuencia	Porcentaje
Regular	37	33,9%
Válido Mala	72	66,1%
Total	109	100,0

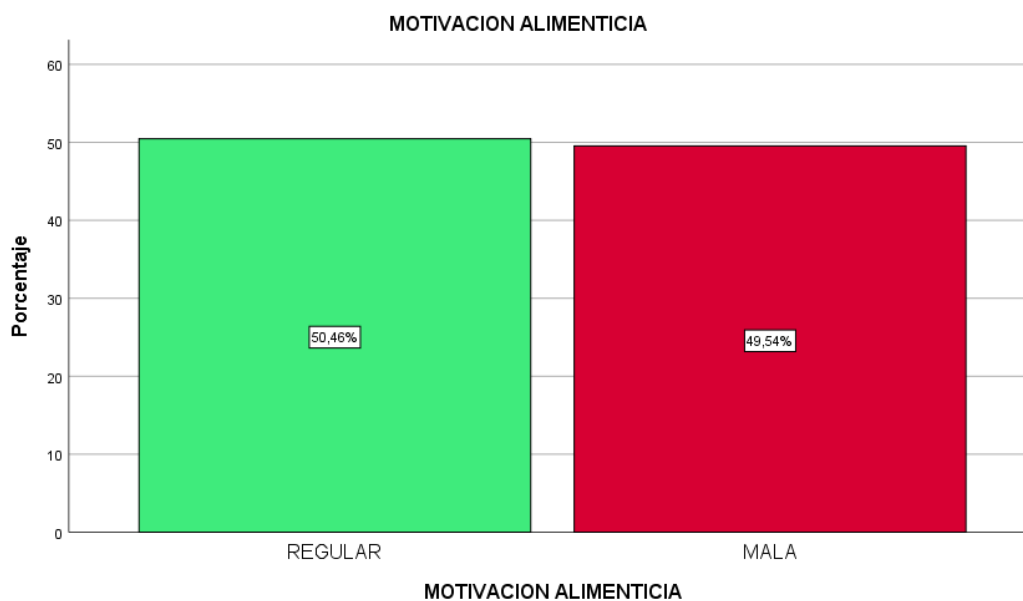
**Figura 1: Frecuencia hábitos alimentarios**



**Tabla 2: Frecuencia motivación alimenticia**

Motivación alimenticia	Frecuencia	Porcentaje
Regular	55	50,5%
Válido Mala	54	49,5%
Total	109	100,0

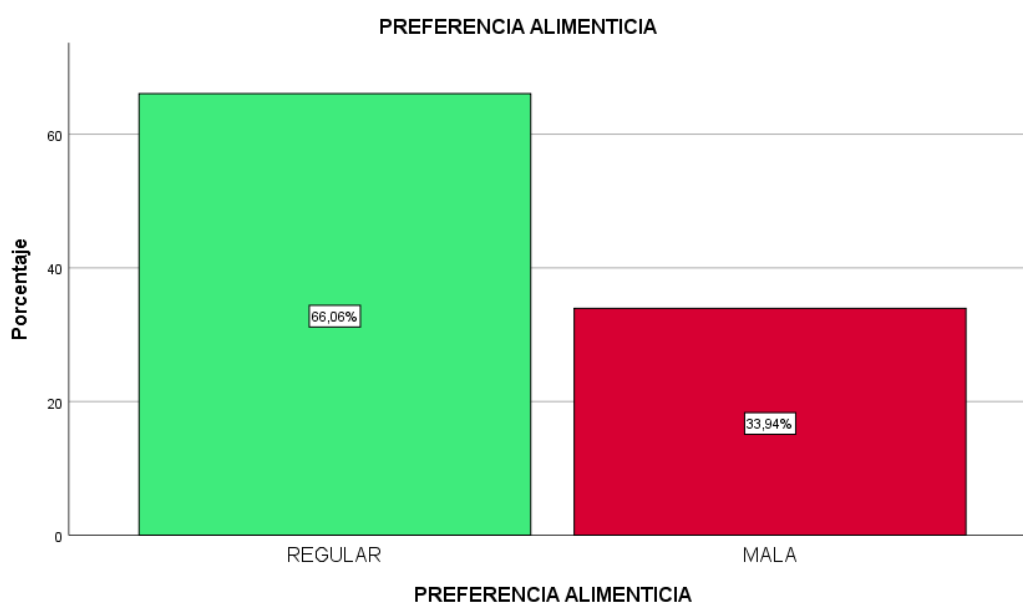
**Figura 2: Frecuencia motivación alimenticia**



**Tabla 3: Frecuencia preferencia alimenticia**

	Preferencia alimenticia	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Regular	72	66,1%
	Mala	37	33,9%
	Total	109	100,0

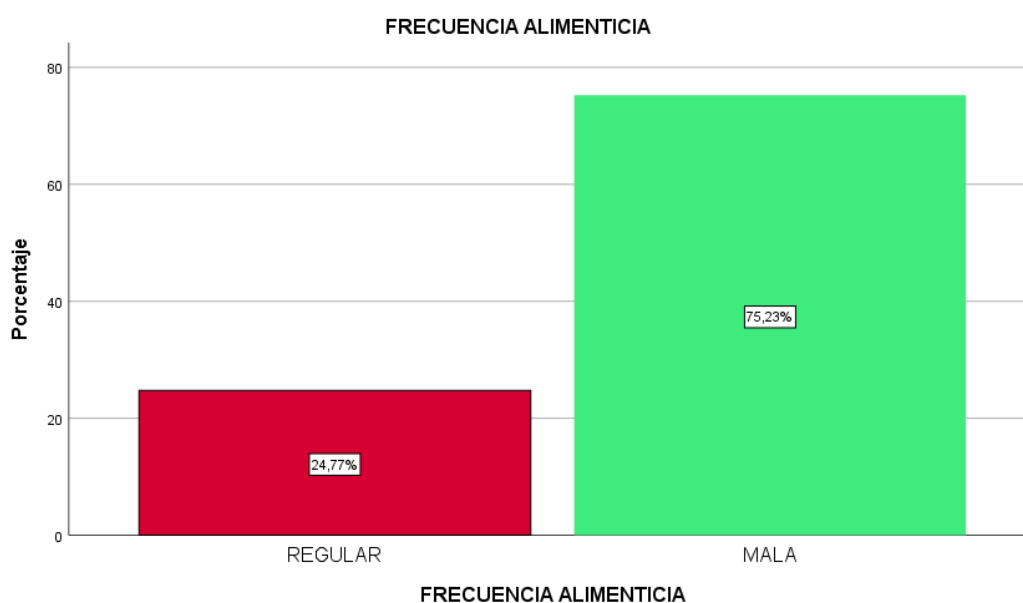
**Figura 3: Frecuencia preferencia alimenticia**



**Tabla 4: Frecuencia alimenticia**

	Frecuencia alimenticia	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Regular	27	24,8%
	Mala	82	75,2%
	Total	109	100,0

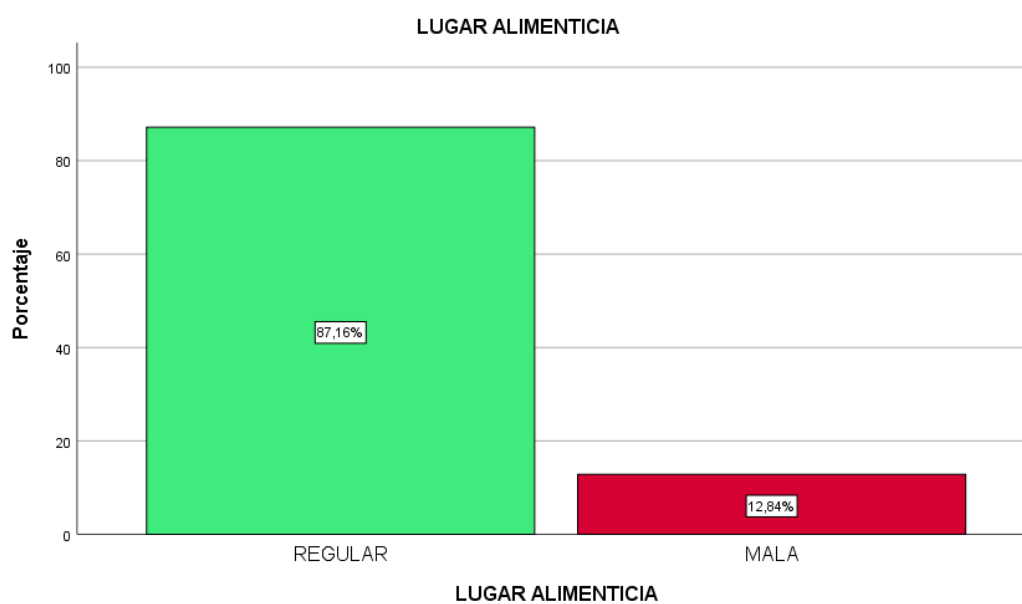
**Figura 4: Frecuencia alimenticia**



**Tabla 5: Frecuencia lugar alimenticia**

	Lugar alimenticia	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Regular	95	87,2
	Mala	14	12,8
	Total	109	100,0

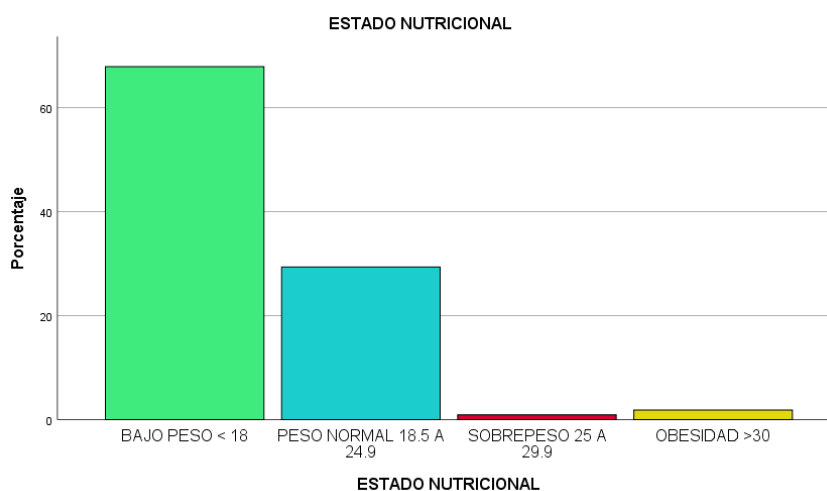
**Figura 5: Frecuencia lugar alimenticia**



**Tabla 6: Frecuencia estado nutricional**

	Estado nutricional	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo peso < 18	74	67,9%
	Peso normal 18.5 a 24.9	32	29,4%
	Sobrepeso 25 a 29.9	1	,9%
	Obesidad >30	2	1,8%
	Total	109	100,0

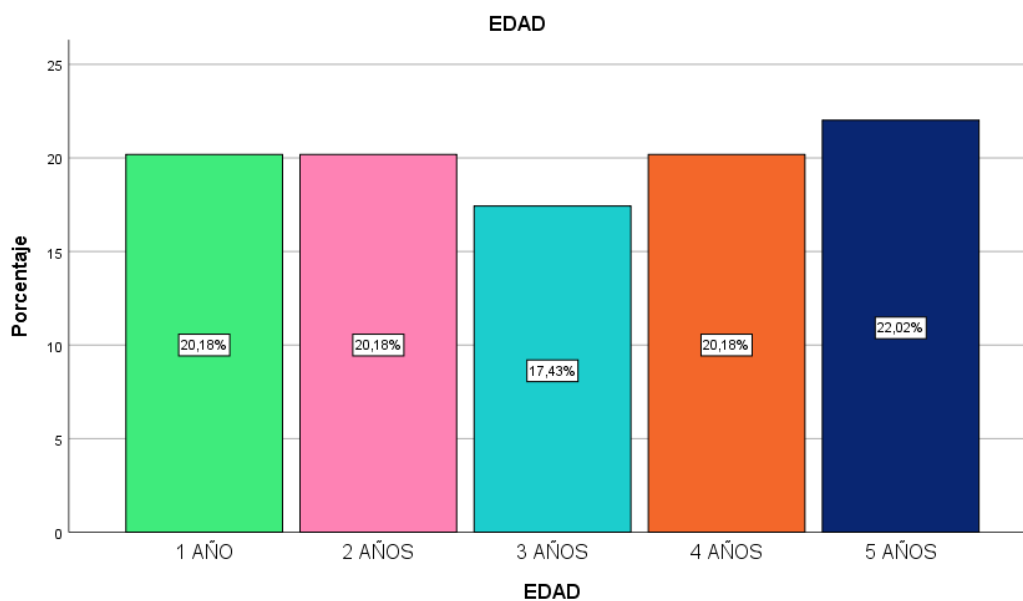
**Figura 6: Frecuencia estado nutricional**



**Tabla 7: Frecuencia edad**

	Edad	Frecuencia	Porcentaje
Válido	1 año	22	20,2%
	2 años	22	20,2%
	3 años	19	17,4%
	4 años	22	20,2%
	5 años	24	22,0%
	Total	109	100,0

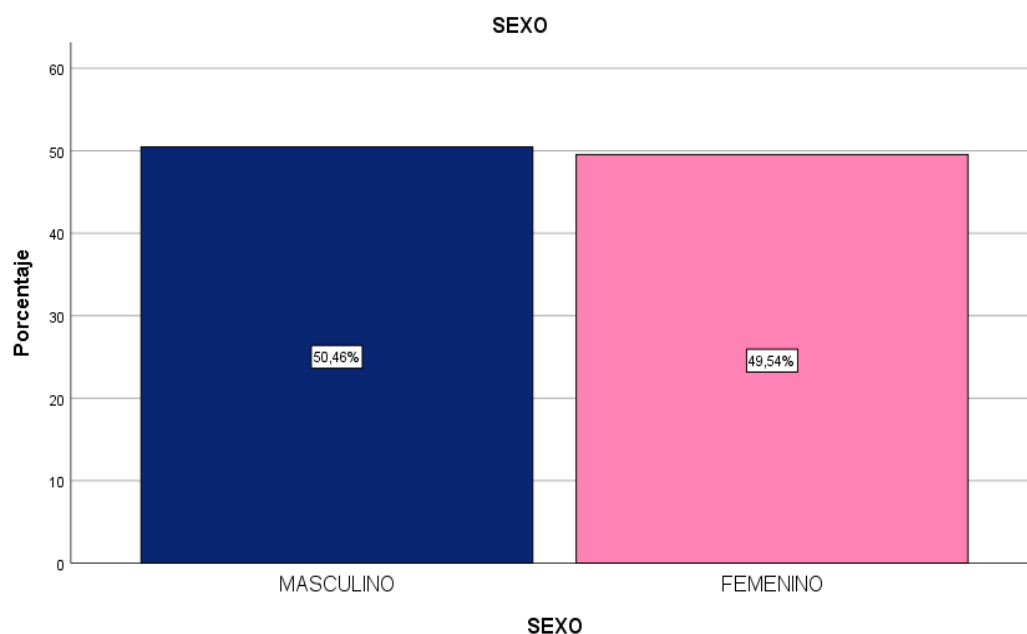
**Figura 7: Frecuencia edad**



**Tabla 8: Frecuencia sexo**

	Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Masculino	55	50,5%
	Femenino	54	49,5%
	Total	109	100,0

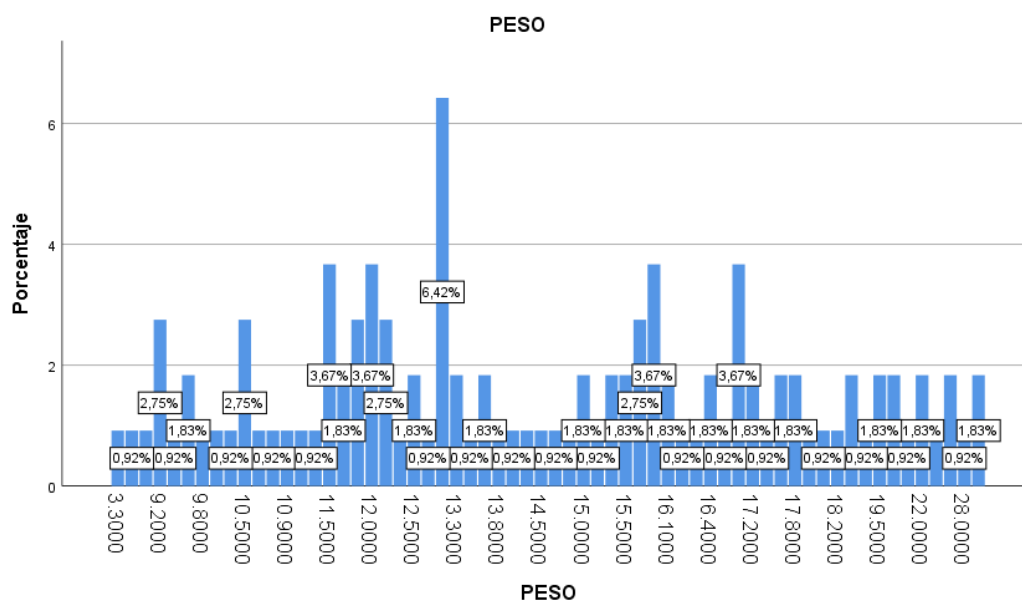
**Figura 8: Frecuencia sexo**



**Tabla 9: Frecuencia peso**

Válido	Intervalo de Peso (kg)	Frecuencia	Porcentaje
	3.0 – 5.9	2	1,8 %
	6.0 – 8.9	4	3,7 %
	9.0 – 11.9	17	15,6 %
	12.0 – 14.9	25	23,1 %
	15.0 – 17.9	26	23,9 %
	18.0 – 20.9	10	9,2 %
	21.0 – 23.9	3	2,8 %
	24.0 – 26.9	0	0,0 %
	27.0 – 29.9	3	2,8 %
	30.0 – 32.9	2	1,8 %
	Otros valores mayores	17	15,6 %
	<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100,0 %</b>

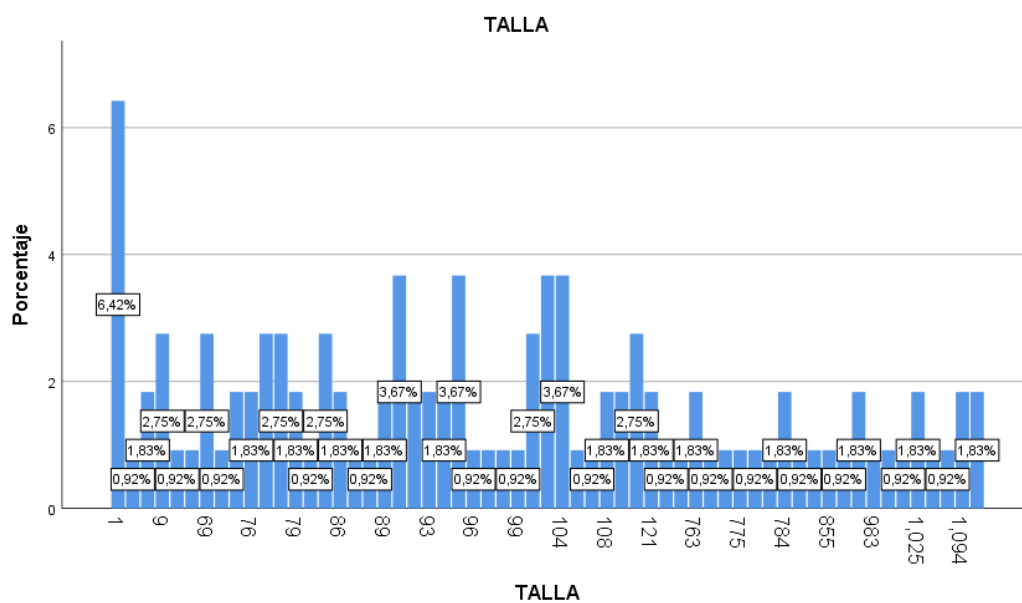
**Figura 9: Frecuencia peso**



**Tabla 10: Frecuencia talla**

950 – <960	1	0.9 %	74.3 %
970 – <980	2	1.8 %	76.1 %
980 – <990	1	0.9 %	77.1 %
1000 – <1010	1	0.9 %	78.0 %
1010 – <1020	1	0.9 %	78.9 %
1020 – <1030	2	1.8 %	80.7 %
1030 – <1040	1	0.9 %	81.7 %
1040 – <1050	1	0.9 %	82.6 %
1090 – <1100	2	1.8 %	84.4 %
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100.0 %</b>	<b>100.0 %</b>

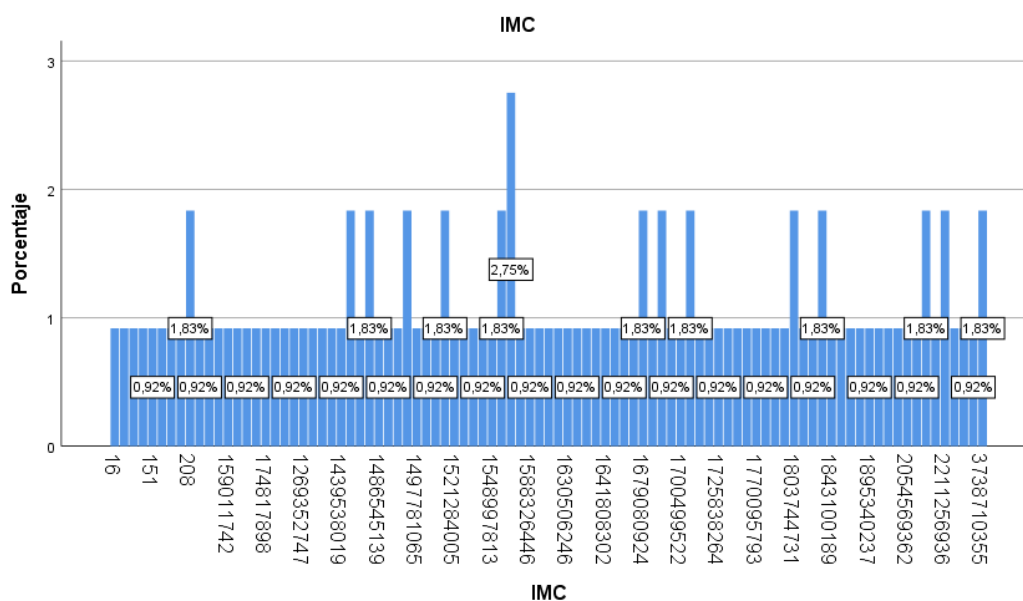
**Figura 10: Frecuencia talla**



**Tabla 11: Frecuencia IMC**

IMC	Frecuencia	Porcentaje
16 – 534,101,493	21	19,3 %
534,101,493 – 1,068,202,970	0	0,0 %
1,068,202,970 – 1,602,304,447	34	31,2 %
1,602,304,447 – 2,136,405,924	44	40,4 %
2,136,405,924 – 2,670,507,401	8	7,3 %
2,670,507,401 – 3,204,608,878	0	0,0 %
3,204,608,878 – 3,738,710,355	2	1,8 %
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100 %</b>

**Figura 11: Frecuencia IMC**



## 5.2 Interpretación de Resultados

En la tabla y figura 1, se identifica la frecuencia hábitos alimentarios, donde el 66,1%(72) poseen hábitos alimentarios mala y el 33,9%(37) poseen un hábito alimentario regular. No teniendo a ningún niño y niña del 100%(109) con hábitos alimentarios buena.

En la tabla y figura 2, se identifica la frecuencia motivación alimenticia. Donde el 50,5%(55) poseen motivación alimenticia regular y el 49,5%(54) poseen motivación alimenticia mala, no teniendo a ningún niño y niña del 100%(109) con motivación alimenticia buena.

En la tabla y figura 3, se identifica la frecuencia preferencia alimenticia, donde el 66,1%(72) poseen preferencia alimenticia regular y el 33,9%(37) poseen preferencia alimenticia mala, no teniendo a ningún niño y niña del 100%(109) con preferencia alimenticia buena.

En la tabla y figura 4, se identifica la frecuencia alimenticia, donde el 75,2%(82) poseen frecuencia alimenticia mala y el 24,8%(27) poseen

frecuencia alimenticia regular, no teniendo a ningún niño y niña del 100%(109) con frecuencia alimenticia buena.

En la tabla y figura 5, se identifica la frecuencia lugar alimenticia, donde el 87,2%(95) poseen lugar alimenticia regular y el 12,8%(14) poseen lugar alimenticia mala, no teniendo a ningún niño y niña del 100%(109) con frecuencia lugar alimenticia buena.

En la tabla y figura 6, se identifica la frecuencia estado nutricional, donde el 67,9%(74) poseen estado nutricional bajo peso <18, el 29,4%(32) poseen estado nutricional peso normal 18.5 a 24.9, el 1,8%(2) niños y niñas poseen estado nutricional obesidad >30, el 0,9%(1) poseen estado nutricional sobrepeso 25 a 29.9.

En la tabla y figura 7, se identifica la frecuencia edad, donde del 100%(109). el 22,0%(24) posee 5 años, el 20,2% (22) posee 4 años, el 20,2%(22) posee 2 años, el 20,2%(22) posee 1 años y por último el 17,4%(19) tiene 3 años

En la tabla y figura 8, se identifica la frecuencia sexo, donde el 50,5%(55) son masculinos y el 49,5%(54) son femeninas.

En la tabla y figura 9, se identifica el peso. se observa que el 47,0 % (51) de los participantes presentan un peso entre 12,0–17,9 kg, constituyendo el grupo con mayor frecuencia. Un 15,6 % (17) se encuentra en el rango de 9,0–11,9 kg, mientras que otro 15,6 % (17) corresponde a valores mayores a 32,9 kg. En tanto, el 9,2 % (10) presenta un peso entre 18,0–20,9 kg y el 12,6 % (14) se distribuye en otros intervalos de menor frecuencia.

En la tabla y figura 10, se identifica la talla. Los intervalos con

mayor representación corresponden a 970–<980, 1020–<1030 y 1090–<1100, con 2 casos cada uno (1,8 %). En tanto, los demás intervalos presentan únicamente 1 caso (0,9 %) cada uno, lo que indica una distribución bastante homogénea y dispersa, sin concentraciones dominantes.

En la tabla y figura 11, se identifica el IMC. El mayor porcentaje se concentra en el intervalo de 1,602,304,447 – 2,136,405,924, con 44 casos (40,4 %), seguido del rango 1,068,202,970 – 1,602,304,447, con 34 casos (31,2 %). Asimismo, un 19,3 % (21) se ubica en el primer intervalo (16 – 534,101,493). Los valores extremos, correspondientes a los intervalos superiores, muestran frecuencias reducidas, destacando únicamente 8 casos (7,3 %) en 2,136,405,924 – 2,670,507,401 y 2 casos (1,8 %) en 3,204,608,878 – 3,738,710,355, la mayoría de los participantes (71,6 %) se concentran en los intervalos centrales de IMC, mientras que los valores muy bajos o muy altos representan proporciones menores dentro de la muestra total (100 %, n=109).

## VI. ANALISIS DE RESULTADOS

### 6.1 Análisis inferencial

Tabla N°12: Prueba de normalidad

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Habitos alimentarios	,107	109	,004	,970	109	,015
estado nutricional	,407	109	,000	,606	109	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Interpretar:

En la tabla 12. Se identifica la prueba de normalidad, donde al determinar el número de participantes (109) mayor a 50. Se decide utilizar el estadígrafo o la prueba Kolmogorov teniendo en ella que las variables identificadas poseen en su totalidad una significancia 0.004 menor a 0.05 por lo que se determina que los datos no poseen una distribución normal. Por lo tanto, se decide utilizar la prueba de correlación Rho Spearman para todos los supuestos.

#### Hipótesis general:

**H1:** Existe relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**H0:** No existe relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**SIG:** 0.05

**Tabla N° 13: Relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional**

		HABITOS ALIMENTARIOS	ESTADO NUTRICIONAL
Rho de Spearman	HABITOS ALIMENTARIOS	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	1,000 -,071
		N	109
	ESTADO NUTRICIONAL	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	-,071 1,000
		N	109

**Interpretación:**

En la tabla 13, se identifica una significancia de 0,462 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Por ende:  
 : No existe relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”

### Hipótesis específica 1 :

**H1:** Existe relación entre motivación alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**H0:** No existe relación entre motivación alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**SIG:** 0.05

**Tabla N°14: Relación entre la motivación alimenticia y el estado nutricional**

Correlaciones				
			MOTIVACION ALIMENTICIA	ESTADO NUTRICIONAL
		Coefficiente de correlación	1,000	,131
Rho de Spearman	MOTIVACION ALIMENTICIA	Sig. (bilateral)	.	,174
		N	109	109
	ESTADO NUTRICIONAL	Coefficiente de correlación	,131	1,000

	Sig. (bilatera l) N	,174  109	.  109
--	------------------------------	-----------------	--------------

Interpretación:

En la tabla 14, se identifica una significancia de 0,174 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Por ende:  
: No existe relación entre motivación alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”

**Tabla N°15: Relación entre la motivación alimenticia y el estado nutricional**

		<b>Correlaciones</b>		
			PREFERENCI A ALIMENTICIA	ESTADO NUTRICIONA L
Rho de Spearman	PREFERENCI A ALIMENTICIA	Coefficient e de correlació n	1,000	-,057
		Sig. (bilateral) N	. 109	,557 109
	ESTADO NUTRICIONA L	Coefficient e de correlació n	-,057	1,000
		Sig. (bilateral)	,557	.

N	109	109
---	-----	-----

Interpretar:

En la tabla 15, se identifica una significancia de 0,557 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Por ende:  
: No existe relación entre preferencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”

Hipotesis específica 2 :

**H1:** Existe relación entre preferencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**H0:** No existe relación entre preferencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**SIG:** 0.05

**Tabla N°16: Relación entre preferencia alimenticia y estado nutricional**

<b>Correlaciones</b>				
		FRECUCI A ALIMENTICI A		ESTADO NUTRICIONA L
Rho de Spearman n	FRECUCIA ALIMENTICIA	Coeficient e de correlació n	1,000	-,083

	Sig. (bilateral)	.	,391
	N	109	109
	Coefficient e de correlació n	-,083	1,000
ESTADO NUTRICIONA L	Sig. (bilateral)	,391	.
	N	109	109

Interpretación:

En la tabla 16, se identifica una significancia de 0,391 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Por ende:  
: No existe relación entre frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”

### Hipótesis específica 3:

**H1:** Existe relación entre frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**H0:** No existe relación entre frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**SIG:** 0.05

**Tabla N°17: Relación entre lugar alimenticia y estado nutricional**

<b>Correlaciones</b>			
		LUGAR ALIMENTICIA	ESTADO NUTRICIONAL
		A	L
Rho de Spearman	LUGAR ALIMENTICIA	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,045
		N	109
	ESTADO NUTRICIONAL	Coeficiente de correlación	,045
		Sig. (bilateral)	,640
		N	109

Interpretación:

En la tabla 17, se identifica una significancia de 0,445 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Por ende: No existe relación entre lugar alimenticio y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”

**hipótesis específica 4 :**

**H1:** Existe relación entre lugar alimenticio y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**H0:** No existe relación entre lugar alimenticio y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, ica. 2025”

**SIG:** 0.05

## **VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

### **7.1 Comparación de resultados**

Objetivo general, Se encontró que no existe relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos estos resultados discrepan de los encontrados por Mallqui Quispe en el año 2023 en la ciudad de Arequipa, identifico en una población de niñas menores de 5 años que los hábitos alimenticios y el estado nutricional se relaciona directamente con una significancia de correlación positiva alta. Así mismo Papiura Chalco 2023 en la ciudad de Lima identifico en una población de niños menores de 5 años que los hábitos alimenticios y el estado nutricional se relaciona directamente con una significancia de correlación positiva alta. Al igual Thapchan 2025 en el país de China identifico en una población de niños menores de 5 años que los hábitos alimenticios y el estado nutricional se relaciona directamente con una significancia de correlación positiva alta. En igual forma García López 2024 en la ciudad de Iquitos identifico en una población de niños menores de 5 años que los hábitos alimenticios y el estado nutricional se relaciona directamente con una significancia de correlación positiva alta. Igualmente Pérez Cabrera 2022 en la ciudad de Lima identifico en una población de niños menores de 5 años que los hábitos alimenticios y el estado nutricional se relaciona directamente con una significancia de correlación positiva moderada, Menoscal Cujilema 2023 en el país de Ecuador identifico en una población de niños menores de 5 años que los hábitos alimenticios y el estado nutricional se relaciona directamente con una significancia de correlación positiva alta y Solange

2021 en la ciudad de Lima identifico en una población de niños menores de 5 años que los hábitos alimenticios y el estado nutricional se relaciona directamente con una significancia de correlación positiva alta. La relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de Salud los Álamos concuerdan de los encontrados por Yanesdy Diaz 2020 en el país de Ecuador identifico en una población de niños menores de 5 años que los hábitos alimenticios y el estado nutricional se relaciona directamente con una significancia correlación positiva moderada, al igual que Marchianti 2025 en el país Indonesia identifico en una población de niños menores de 5 años que los hábitos alimenticios y el estado nutricional se relaciona directamente con una significancia de correlación positiva muy baja.

En el objetivo específico 1, Se determinó que no existe relación entre motivación alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025” habiéndose obtenido una significancia de 0,174 mayor a 0.05; por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Marchianti 2025 del país Indonesia identifico una Motivación alimenticia y el estado nutricional en niñas y niños menores de 5 años que se relaciona directamente con una significancia de 0.528, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Amador 2020 del país de Ecuador identifico la relación entre la motivación alimentaria y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años que se relaciona directamente con una significancia de 0.97 por lo tanto se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

En el objetivo específico 2, Se determinó que no existe relación entre preferencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”, habiendo obtenido una significancia de 0,557 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Marchianti 2025 del país de Indonesia identifico una preferencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años que se relaciona

directamente con una significancia de 0.344, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Amador 2020 del país de Ecuador identifico la relación entre la preferencia alimentaria y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años que se relaciona directamente con una significancia de 0.92 por lo tanto se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

En el objetivo específico 3. Se determinó que no existe relación entre frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”, habiendo obtenido una significancia de 0,391 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Marchianti 2025 del país Indonesia identifico la relación entre la frecuencia alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menos de 5 años que se relaciona directamente con una significancia de 0.418 por lo tanto se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Amador 2020 del país de Ecuador identifico la relación entre frecuencia alimentaria y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años que se relaciona directamente con una significancia de 0.75 por lo tanto se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

En el objetivo específico 4. Se determinó que no existe relación entre lugar alimenticio y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”, habiendo obtenido una significancia de 0,445 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Marchianti 2025 del país Indonesia identifico la relación entre el lugar alimenticio y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años que se relaciona directamente con una significancia de 0.393 por lo tanto se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Amador 2020 del país de Ecuador identifico la relación entre lugar alimenticio y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años que se relaciona directamente con una significancia de 0.74 por lo tanto se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. La relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional

reportado, muestra a la población infantil como un grupo especialmente vulnerable a sufrir desequilibrios nutricionales, razón por la cual, es imprescindible que estos tengan una dieta balanceada y saludable, lo que promoverá un crecimiento adecuado y reducirá la aparición de diferentes enfermedades que podrían causar retraso en sus habilidades sociales, intelectuales y cognitivas. En este sentido, la madre es el ente principal para el cuidado y alimentación del niño, por lo que debe contar con los conocimientos, prácticas y actitudes adecuadas que le permita brindar al menor una alimentación adecuada, es decir tener hábitos alimenticios y estado nutricional apropiados.

## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **Conclusiones:**

Se determinó que no existe relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”, habiendo obtenido una significancia de 0,462 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

Se determinó que no existe relación entre motivación alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025” habiendo obtenido se una significancia de 0,174 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

Se determinó que no existe relación entre preferencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”, habiendo obtenido una significancia de 0,557 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

Se determinó que no existe relación entre frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”, habiendo obtenido una

significancia de 0,391 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

Se determinó que no existe relación entre lugar alimenticio y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025”, habiendo obtenido una significancia de 0,445 mayor a 0.05, por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

### **Recomendaciones:**

El centro de salud de los álamos, organizará mas campañas y charlas, orientando y evaluando la alimentación de los niños y niñas menores de 5 años.

Al jefe del establecimiento, promover campañas para los niños y niñas menores de 5 años, así se logrará prevenir o identificar de manera temprana si los niños están sanos y de posibles enfermedades debido a la mala alimentación, posteriormente brindar sesiones educativas para los padres y orientar a una alimentación saludable.

Al personal de enfermería debe fomentar un entorno respetuoso y acogedor, estableciendo así una relación de confianza entre los padres y las enfermeras para que los padres logren escuchar las recomendaciones que se les brinde de la mejor manera.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Malnutrición. [Internet]. Ginebra. 2024. [citado 20 de junio 2025]. Disponible en:

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition#:~:text=Se%20calcula%20que%2C%20en%202022,que%20ver%20con%20la%20desnutrici%C3%B3n.>

2. Organización Panamericana de la salud. OPS afectando la seguridad alimentaria. [Internet]. Ginebra. 2022. [citado 20 de junio del 2025]. disponible en:

<https://www.paho.org/es/noticias/27-1-2025-nuevo-informe-onu-74-porciento-paises-america-latina-caribe-tienen-alta>

3. Moreto L, Díaz A. Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de dos a cinco años del puesto de salud Cabracancha Chota. [Tesis de licenciatura]. Universidad Nacional de Chota. Facultad de Ciencias de la Salud; 2022.

[Chrome-extension://efaidnbnmnibpcjpcglclefindmkaj/https://repositorio.unach.edu.pe/server/api/core/bitstreams/25124127-8e05-452f-a797-c9eca2750021/content](chrome-extension://efaidnbnmnibpcjpcglclefindmkaj/https://repositorio.unach.edu.pe/server/api/core/bitstreams/25124127-8e05-452f-a797-c9eca2750021/content)

4. Pérez M. Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años en Centro de Salud Mi Perú de Ventanilla, 2021. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Internacional para el Desarrollo. Facultad de Ciencias de la salud; 2022.

[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNID\\_aa5bf1061a5da1382d050caa3703f87c](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNID_aa5bf1061a5da1382d050caa3703f87c)

5. Cabrejos L. Estado nutricional y hábitos alimentarios en niños menores de cinco años de la I.E 128 la Libertad, SJL mayo -2022. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Estatal Del Sur. Facultad de Ciencias de la salud; 2022.

<https://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/6577/1/ZAMBRANO%20ZAMBRANO%20NARGIS%20VIRGINIA.pdf>

<http://erevistas.saber.ula.ve/gicos>

6. Villa V. Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Puesto de Salud Condorillo Alto, Chíncha 2020. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Autónoma de Ica. Facultad de Ciencias de la salud; 2020.

[chrome-](#)

<extension://efaidnbmnnnibpcajpcgqlclefindmkaj/https://repositorio.autonoma.deica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/1071/1/VANESA%20CORAZON%20VILLA%20ANAMPA%20%28TESIS%29.pdf>

7. Thapchan P, et al. Factores relacionados con el estado nutricional en niños preescolares de tres provincias fronterizas del sur. (Pnu Sci). China. 2025: 17(1): 115 -36

[DOI: 10.23857/pc.v9i1](https://doi.org/10.23857/pc.v9i1)

8. Marchianti A, et al. Asociación entre los estilos de alimentación y el estado nutricional de niños de 2 a 5 años en Jember, Java Oriental, Indonesia. (PHPMA). Indonesia. 2024:12(1): 78 -8

[DOI: https://doi.org/10.53638/phpma.2024.v12.i1.p07](https://doi.org/10.53638/phpma.2024.v12.i1.p07)

9. Menoscal J. Hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en niños menores de 5 años. Barrio 6 de enero. La libertad 2023. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Estatal Península de Santa Elena. Facultad de ciencias sociales y de la salud; 2023.

[chrome-](#)

<extension://efaidnbmnnnibpcajpcgqlclefindmkaj/https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/10479/1/UPSE-TEN-2023-0082.pdf>

10. Putri E, et al. Relación de los hábitos alimentarios y el destete con el estado nutricional de los niños. (J-KESMAS). Indonesia. 2020: 7(2):28–8

[DOI: https://doi.org/10.35308/j-kesmas.v7i2.2716](https://doi.org/10.35308/j-kesmas.v7i2.2716)

11. Díaz Y. Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares. (HTML). Ecuador. 2020: 25(2): 1-12

<https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/1973>

12. Ederson W. Hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en niños de 1 – 4 años de edad en la Ipress I-3 Tupac Amaru, Iquitos 2024. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Científica del Perú. Facultad de ciencias de la salud; 2024.

<https://repositorio.ucp.edu.pe/bitstreams/0e5b056e-8c9f-4071-a644-9a92808e06e7/download>

13. Chalco A. Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños menores de 5 años de la Institución Educativa 6097 Mateo Pumacahua, Surco-2023. [Tesis de Licenciatura]. Universidad María Auxiliadora. Facultad de ciencias de la salud; 2023.

[chrome-](#)

<extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/2008/TESIS%20ANGELES-PANIURA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

14. León S, Obregón S, Ojeda H. Estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares de una institución educativa, los olivos, 2021. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Facultad de ciencias de la salud; 2021.

[chrome-](#)

[extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9735/Estado\\_LeonSalhuana\\_Solange.pdf](extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9735/Estado_LeonSalhuana_Solange.pdf)

15. Mallqui G, Quispe W. Hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares de la institución educativa 40230 San Antonio del Pedregal Caylloma, Arequipa 2023. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Nacional de Educación. Facultad de ciencias de la salud; 2023.

[chrome-](#)

<extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f9b60d78-8a24-4d55-abb4-b2ab27b4223f/content>

16. Condori K, Paitan M. hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de la Institución Educativa Inicial N°. 113, Huancavelica – 2023. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Nacional de Huancavelica. Facultad de ciencias de la salud; 2024.

[chrome-](#)

<extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/7d8832e6-fd08-4af2-b18c-7c071d6beafb/content>

17. Álvarez Karina. Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Institución educativa inicial N.º 062 “niños de la natividad” del distrito de baños del Inca. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Nacional de Cajamarca. Facultad de ciencias de la salud; 2023

[chrome-](#)

[extension://efaidnbmnnnibpcajpcgqlclefindmkaj/https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5778/Tesis%20Karina%20Alvarez.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5778/Tesis%20Karina%20Alvarez.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

18. Romero. Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial, N° 049 “Mis Primeros Pasos”, Andrés Araujo Morán, Tumbes, 2020. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Nacional de Tumbes. Facultad de ciencias de la salud; 2020

<https://repositorio.untumbes.edu.pe/items/e4c09965-c40d-4122-80e3-e93e8b88fb5a>

19. Bustamante C, Franco N, Gómez M. Promoción de la salud bajo la perspectiva de Nola Pender en una comunidad urbana de Pereira. [Tesis de Licenciatura]. Fundación Universitaria del Areandina; 2023.

[chrome-](#)

[extension://efaidnbmnnnibpcajpcgqlclefindmkaj/https://digitk.areandina.edu.co/server/api/core/bitstreams/73d19bea-28fe-4a6a-806a-335cdb6dc143/content](https://digitk.areandina.edu.co/server/api/core/bitstreams/73d19bea-28fe-4a6a-806a-335cdb6dc143/content)

20. Andrés J. Alimentación saludable en los hábitos alimentarios de la población. [Trabajo de fin de grado]. Universidad de Valladolid. Facultad de educación. Facultad de educación y trabajo social; 2022.

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/56899/TFG-G5700.pdf?sequence=1>

21. Díaz J. Propiedades nutricionales y funcionales de los alimentos. 1<sup>er</sup> edición. Trujillo. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020

<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/>

22. Crear Hábitos Saludables. [Internet]. NIH. 2018. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://salud.nih.gov/recursos-de-salud/nih-noticias-de-salud/crear-habitos-saludables>

23. Alimentos y tipos de alimentos. [Internet]. Discapnet. 2024. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].  
<https://www.discapnet.es/salud/alimentacion-y-nutricion/alimentos-y-tipos-de-alimentos>
24. Beneficios de los Lácteos. [Internet]. American Dairy Association. 2024. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].  
<https://espanol.americandairy.com/salud-y-nutricion/beneficios-de-los-lacteos/>
25. Valores nutricionales legumbres, tubérculos y frutos secos. [Internet]. Nutrición & Salud. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].  
<https://www.centrallecheraasturiana.es/nutricionysalud/nutricion/grupos-de-alimentos/legumbres-tuberculos-y-frutos-secos/>
26. Grupo de alimentos. [Internet]. Fundación para la salud. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].  
<http://www.fundacionparalasalud.org/infantil/200/grupos-de-alimentos>
27. Oyarce K, et al. Conducta alimentaria en niños. (SCIELO). Chile. 2016: 33(6):1–12.  
<https://dx.doi.org/10.20960/nh.810>
28. Pérez S. Soy técnica en nutrición y estos son 5 malos hábitos que pueden afectar al desarrollo de tus hijos. [Internet]. Salud. 2025. [22 de junio 2025].  
<https://www.huffingtonpost.es/life/salud/soy-tecnica-nutricion-estos-son-5-malos-habitos-afectar-desarrollo-tus-hijos.html>
29. Pérez-García I, Alberola S, Cano A. Rechazo del alimento en el niño pequeño. Anales de Pediatría Continuada [ELSEVIER]. 2023 ;8(1):10–6.  
<https://www.elsevier.es/es-revista-anales-pediatria-continuada-51-articulo-rechazo-del-alimento-el-nino-S1696281810700020>
30. Anzman F, et al. Promoción de preferencias alimentarias saludables desde el principio: una revisión narrativa del aprendizaje de las preferencias alimentarias desde el periodo prenatal hasta la primera infancia. (PUBMED). Ecuador. 2017: 19(4): 576-604  
[DOI: 10.1111/obr.12658](https://doi.org/10.1111/obr.12658)
31. Mennella J, Trabulsi J. Alimentos complementarios y experiencias de sabores: sentando las bases. (PUBMED). México. 2012: 60(2): 40 – 50

[doi: 10.1159/000335337](https://doi.org/10.1159/000335337)

32. Scaglioni S, et al. Factores que influyen en los comportamientos alimentarios de los niños. (PUBMED). Chile. 2018: 10(6): 706

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6024598/>

33. Sdravou K, et al. Ambiente a la hora de comer y control de la ingesta de alimentos en niños sanos y en niños con enfermedades gastrointestinales. (PUBMED). Ecuador. 2021: 8(2): 77.

<https://www.bupasalud.com/salud/alimentacion-saludable-para-ninos>

34. Organización Mundial de la Salud. Estado nutricional. [Internet]. Ginebra. 2024. [citado 20 de junio 2025]. Disponible en:

<https://www.paho.org/es/temas/nutricion>

35. Organización Mundial de la Salud. Nutrición. [Internet]. Ginebra. 2024. [citado 20 de junio 2025]. Disponible en:

<https://www.who.int/es/health-topics/nutrition>

36. ¿Conoces la importancia de los micronutrientes en la salud. [Internet]. Esthetic BCN. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://estheticbcn.com/importancia-micronutrientes-salud/>

37. La dieta equilibrada. [Internet]. Clínica Universidad Navarra. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://www.cun.es/chequeos-salud/vida-sana/nutricion/dieta-equilibrada>

38. Desnutrición infantil y hambruna en el mundo. [Internet]. UNICEF. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://www.unicef.es/causas/desnutricion-infantil>

39. Organización Mundial de la Salud. Malnutrición. [Internet]. Ginebra. 2024. [citado 20 de junio 2025]. Disponible en:

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>

40. Organización Mundial de la Salud. Crecimiento infantil. [Internet]. Ginebra. 2024. [citado 20 de junio 2025]. Disponible en:

<https://www.who.int/es/health-topics/child-growth>

41. Las directrices revisadas de la OMS de la salud impulsan la lucha contra la desnutrición aguda. [Internet]. AAH. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://www.actionagainsthunger.org/press-releases/revised-world-health-organization-guidance-advances-fight-against-acute-malnutrition/>

42. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso. [Internet]. Ginebra. 2025. [citado 20 de junio 2025]. Disponible en:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

43. Índice de masa corporal. [Internet]. Clínica Universidad de Navarra. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://www.cun.es/escuela-salud/indice-masa-corporal#:~:text=Esta%20herramienta%20diagn%C3%B3stica%20se%20emplea,p%C3%ABblica%20y%20la%20medicina%20preventiva.>

44. Organización Mundial de la Salud. Sistema de Información sobre el Panorama Nutricional: Contenido de ayuda - Retraso del crecimiento, emaciación, sobrepeso y bajo peso [Internet]. Ginebra: OMS; 2025. Disponible en:

<https://apps.who.int/nutrition/landscape/help.aspx?helpid=391&lang=EN&menu=0>

45. Organización Mundial de la Salud. Medición del crecimiento infantil mediante datos [Internet]. Ginebra: OMS; [fecha reciente]. Disponible en:

<https://www.who.int/activities/measuring-child-growth-through-data>

46. Organización Mundial de la Salud. Patrones de peso para la edad [Internet]. En: Patrones de crecimiento infantil de la OMS. Ginebra: OMS; [actualizado 2006-2025]. Disponible en:

<https://www.who.int/tools/child-growth-standards/standards/weight-for-age>

47. Organización Mundial de la Salud. Patrones de crecimiento infantil de la OMS: longitud/talla para la edad, peso para la edad, peso para la longitud, indicadores de peso para la talla e índice de masa corporal para la edad: métodos y desarrollo [Internet]. Ginebra: OMS; 2006. Disponible en: <https://www.loc.gov/item/2021763225>

48. Alimentación saludable. [Internet]. AEAL. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://www.aeal.es/alimentacion-y-nutricion/3-alimentacion-saludable/>

49. Perfil de nutrientes. [Internet]. OPS. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://www.paho.org/es/perfil-de-nutrientes>

50. Antropometría. [Internet]. MTEI. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://www.insst.es/documents/94886/524376/DTEAntropometriaDP.pdf/032e8c34-f059-4be6-8d49-4b00ea06b3e6>

51. Crecimiento. [Internet]. Sociedad y ciencias sociales. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://www.significados.com/crecimiento/>

52. Graber EG. Introducción al crecimiento y desarrollo [Internet]. Manual MSD versión para profesionales. Manuales MSD; 2019.

<https://www.msdmanuals.com/es/professional/pediatr%C3%ADa/crecimiento-y-desarrollo/introducci%C3%B3n-al-crecimiento-y-desarrollo>

53. concepto. Salud: Concepto, Componentes y Salud ocupacional [Internet]. Concepto. 2019. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://concepto.de/salud-segun-la-oms/>

54. Carbohidrato. [Internet]. kidshealth.org. 2020. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://kidshealth.org/es/kids/word-carbohydrate.html>

55. La energía. [Internet]. Kidshe org. 2020. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://fundacionendesa.org/es/educacion/endesa-educa/recursos/que-es-la-energia>

56. Metabolismo. [Internet]. MedlinePlus. 2024. [Fecha de acceso el 22 de junio 2025].

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002257.htm>

57. Herrera S, et al. ¿Sabemos realmente que es la motivación? (SCIELO). Ecuador. 2021: 18(1): 8 – 126

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1560-43812014000100017](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812014000100017)

58. Hernández-Sampieri R. Mendoza C. Metodología de la Investigación. México: McGraw-Hill Interamericana; 2018. [Internet] [ Consultado el 122 de junio del 2025]. Disponible en: [https://scholar.google.com.pe/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&as\\_vis=1&q=Hern%C3%A1ndezSampieri+R.+Metodolog%C3%ADa+de+la+Investigaci%C3%B3n.+20+18.&btnG=](https://scholar.google.com.pe/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&as_vis=1&q=Hern%C3%A1ndezSampieri+R.+Metodolog%C3%ADa+de+la+Investigaci%C3%B3n.+20+18.&btnG=)
59. Creswell JW. Diseño de investigación: Enfoques cualitativos, cuantitativos y de métodos mixtos. 4.<sup>a</sup> ed. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications en 2024  
[https://pdfcoffee.com/creswell-j-w-2014-research-design-qualitative-quantitative-and-mixed-methods-approaches-4th-ed-thousand-oaks-ca-sage-pdf-free.html?utm\\_source](https://pdfcoffee.com/creswell-j-w-2014-research-design-qualitative-quantitative-and-mixed-methods-approaches-4th-ed-thousand-oaks-ca-sage-pdf-free.html?utm_source)
60. Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2014) . Metodología de la Investigación. 6.<sup>a</sup> ed. México, McGraw-Hill  
[https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008&utm\\_source=chatgpt.com](https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008&utm_source=chatgpt.com)
61. Mataix Verdú J. Nutrición y alimentación humana. 1.<sup>a</sup> ed. Madrid: Ergon; 2002. Disponible en: [https://books.google.com/books/about/Nutrici%C3%B3n\\_y\\_alimentaci%C3%B3n\\_humana.html?id=KFVvJQAACAAJ](https://books.google.com/books/about/Nutrici%C3%B3n_y_alimentaci%C3%B3n_humana.html?id=KFVvJQAACAAJ)
62. Barría A, Amigo H. Estado nutricional: revisión de literatura. Rev. Espacios. 2018;39(25). Disponible en: <https://www.revistaespacios.com/a18v39n25/18392529.html>
63. Arias et al. Metodología de la investigación aplicada a las ciencias de la salud y la educación. Ecuador: Mawil Publicaciones de Ecuador; 2023. [Fecha de acceso 27 de marzo del 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.26820/978-9942-622-59-4>
64. Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. Manual de términos en Investigación Científica, Tecnológica y Humanística (Universidad Ricardo Palma (ed.); 1a).  
<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>. 2018.

## ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

<b>Problema</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variable</b>	<b>Indicador</b>	<b>Metodología</b>
<p>General</p> <p>Objetivo General: ¿Cuál es la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025?</p> <p>Objetivo específico: ¿Cuál la relación entre la motivación alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5</p>	<p><b>Objetivo General:</b> Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.</p> <p><b>Objetivo específico:</b> Identificar la relación entre la motivación alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años</p>	<p><b>Hipótesis general</b> Existe relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los Álamos – pueblo nuevo, Ica 2025</p> <p><b>Hipótesis específicas</b> Existe relación entre la dimensión motivación alimenticia y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los Álamos – pueblo</p>	<p><b>Variable I:</b></p> <p>Motivación alimenticia</p> <p>Preferencia alimenticia</p> <p>Frecuencia alimenticia</p>	<p><b>Variable I:</b></p> <p>Distribución de tipo de preparación</p> <p>Carbohidratos</p> <p>Proteínas</p> <p>Vitaminas y minerales</p> <p>Grasas y lípidos</p> <p>Desayuno</p> <p>Almuerzo</p> <p>Merienda</p> <p>Cena</p> <p>Casa</p>	<p><b>Tipo de investigación:</b> Estudio tipo básica, enfoque cuantitativo, nivel relacional, prospectivo de corte transversal.</p> <p><b>Diseño de Investigación:</b> Diseño no experimental.</p> <p><b>Población:</b></p>

<p>años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la preferencia alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025??</p> <p>¿Cuál la relación entre la frecuencia alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5</p>	<p>atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.</p> <p>Analizar la relación entre la preferencia alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.</p> <p>Identificar la relación entre la frecuencia alimenticia y el estado nutricional en niños y niñas</p>	<p>nuevo, Ica 2025</p> <p>Existe relación entre la dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los Álamos – pueblo nuevo, Ica 2025</p> <p>Existe relación entre la dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los Álamos – pueblo</p>	<p>Lugar alimenticio</p> <p><b>Variable II</b></p> <p>Índice de Masa Corporal (IMC)</p>	<p>Colegio Restaurantes Ambulante</p> <p><b>Variable II</b></p> <p>Peso (Kilogramos)</p> <p>Talla (centímetros)</p>	<p>Se ha considerado 150 niños y niñas menores de 5 años</p> <p><b>Muestra:</b> 109 niños y niñas menores de 5 años.</p> <p><b>Técnicas e instrumentos:</b> La técnica que usamos fue la encuesta y análisis antropométrico Se usarán 2 instrumentos:</p>
---	--	---	---	---	---

<p>años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025?</p> <p>¿Cuál la relación entre el lugar alimenticio y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025?</p>	<p>menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.</p> <p>Analizar la relación entre el lugar alimenticio y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025.</p>	<p>nuevo, Ica 2025</p> <p>Existe relación entre la dimensión lugar de alimentación y estado nutricional en niños menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los Álamos – pueblo nuevo, Ica 2025</p>			<p>Un cuestionario y una guía de análisis antropométrico</p>
--	--	---	--	--	--

## Anexo 2. Instrumento de recolección de datos

### INSTRUMENTO 1

#### CUESTIONARIO DE HÁBITOS ALIMENTICIOS

**Instrucciones:** A continuación, se le presentará una serie de enunciados, sobre los hábitos alimenticios, le pedimos que marque con un aspa (X) una de las alternativas en cada enunciado según sea su caso.

<b>Nunca</b>	<b>A veces</b>	<b>Siempre</b>
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>

#### **Motivación alimenticia**

1. ¿Usted lleva a su niño al control de crecimiento y desarrollo?
  - a) Siempre
  - b) A veces
  - c) Nunca
2. ¿Su niño come 3 veces al día?
  - a) Siempre
  - b) A veces
  - c) Nunca
3. ¿Lavas los alimentos antes de cocinarlo para darle a tu hijo?
  - a) Siempre
  - b) A veces
  - c) Nunca

#### **Preferencia alimenticia**

4. ¿Qué tan frecuente utilizas las menestras en el alimento de tu hijo?
  - a) A veces
  - b) Siempre
  - c) Nunca
5. ¿Qué tan frecuente utilizas las verduras en el alimento de tu hijo?
  - a) A veces

- b) Siempre
  - c) Nunca
6. ¿Qué tan frecuentes le das fruta a tu hijo al día?
- a) A veces
  - b) Siempre
  - c) Nunca
7. ¿Qué tan frecuente utilizas leche y yogurt en el alimento de tu hijo?
- a) A veces
  - b) Siempre
  - c) Nunca
8. ¿Qué tan frecuente utilizas pescados y mariscos en el alimento de tu hijo?
- a) A veces
  - b) Siempre
  - c) Nunca
9. ¿Su niño consume golosinas?
- a) Siempre
  - b) A veces
  - c) Nunca
10. ¿Con que frecuencia a la semana bebe gaseosa tu hijo?
- a) A veces
  - b) Siempre
  - c) Nunca

**Frecuencia alimenticia**

11. ¿Con qué frecuencia su hijo come porciones de comidas en diferentes horarios?
- a) Siempre
  - b) Nunca
  - c) A veces
12. ¿Con qué frecuencia su hijo consume dulces: helados y pasteles a la semana?
- a) Siempre

- b) Nunca
- c) A veces

13. ¿Su hijo desayuna todos los días?

- a) Siempre
- b) Nunca
- c) A veces

14. ¿Su hijo almuerza todos los días?

- a) Siempre
- b) Nunca
- c) A veces

15. ¿Su hijo cena todos los días?

- a) Siempre
- b) Nunca
- c) A veces

16. ¿La cena que ingiere su hijo es balanceada?

- a) Siempre
- b) A veces
- c) Nunca

### **Lugar alimenticio**

17. ¿Su niño come alimentos balanceados en casa?

- a) Siempre
- b) A veces
- c) Nunca

18. ¿Consideras que su niño se alimenta de manera adecuada fuera de casa?

- a) Siempre
- b) A veces
- c) Nunca

19. ¿Consideras que la comida rápida es un buen alimento para su niño?

- a) Siempre
- b) A veces
- c) Nunca

20. ¿Crees que los alimentos que cocina para su hijo son nutritivos?

a) Siempre

b) Nunca

c) A veces

## INSTRUMENTO 2

### FICHA TECNICA DEL ESTADO NUTRICIONAL

**Instrucciones:** A continuación, presentamos una serie de enunciados, sobre el estado nutricional.

**1. Edad del niño:**

- a) 1 año
- b) 2 años
- c) 3 años
- d) 4 años
- e) 5 años

**2. Sexo:** \_\_\_\_\_

**3. Peso del niño:** \_\_\_\_\_ Kg.

**4. Talla del niño:** \_\_\_\_\_ cm.

**5. Índice de Masa Corporal:**

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Altura}^2 \text{ (m)}} = \underline{\hspace{2cm}}$$

Bajo Peso 1	Peso Normal 2	Sobrepeso 3	Obesidad 4
< 18	18.1 a 24.9	25 a 29.9	≥30

### Anexo 3: Ficha de validación por juicio de expertos


**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS**  
**INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES**  
 Título de la Investigación: *Habitos Alimenticios y estado Nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de Salud de los Alamos - Pucallpa, Ucayali, 2025*  
 Nombre del Experto: *Lock Ramos Fabiola*

**II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:**

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una Organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del Cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

**III. OBSERVACIONES GENERALES**



Lock Ramos Fabiola  
Lic. Enfermería  
CEP: 080788

Apellidos y Nombres del validador: *Lock Ramos Fabiola*  
 Grado académico: *Lic. con Especialidad*  
 N°. DNI: *44365470*

## MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

### INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

#### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el punto de Salud de los Álamos - Puerto Nuevo, Ica, 2025

Nombre del Experto: García Huaman Alicia

#### II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una Organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del Cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES

  
Alicia García Huaman  
 LIC. EN ENFERMERIA  
 C.E.P. 059116

Apellidos y Nombres del validador: Alicia García Huaman  
 Grado académico: Licenciada en enfermería  
 N°. DNI: 4355060

## MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

### INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN


#### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de Los Alamos - Pueblo Nuevo, Ica, 2025.  
 Nombre del Experto: García Castilla Lisseth

#### II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una Organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del Cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES

  
 Lisseth García Castilla  
 LIC. ENFERMERIA  
 C.E.P. 89840

Apellidos y Nombres del validador: García Castilla Lisseth  
 Grado académico: Lic. Esp. UCI  
 N°. DNI: 75490679

Anexo 4: Base de datos

V: HABITOS ALIMENTARIOS																				
N. °	D: MOTIVACIÓN ALIMENTICIA			D: PREFERENCIA ALIMENTICIA							D: FRECUENCIA ALIMENTICIA						D: LUGAR ALIMENTICIA			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	2	2	2	2	2	2	2	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2
2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	0	2
3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	0	2
4	2	2	2	2	2	2	2	2	0	1	1	1	2	2	2	2	2	0	0	2
5	2	2	2	2	1	2	2	1	0	0	1	1	2	2	2	1	2	1	0	2
6	2	2	2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	2	2	2	2	2	1	1	2
7	1	2	1	2	2	2	1	0	1	0	2	0	2	2	2	2	1	0	0	2
8	2	2	2	2	1	2	2	1	0	0	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
9	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	0	2
10	1	2	1	1	1	2	2	1	0	1	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
11	1	1	2	1	2	2	1	2	0	0	2	0	1	2	2	2	2	1	1	2
12	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	0	2
13	2	1	1	2	1	1	1	1	0	0	2	0	2	2	2	2	1	0	0	2
14	2	2	2	2	2	2	2	2	0	0	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2

15	2	2	2	2	1	1	2	0	0	1	2	0	2	2	2	2	0	0	2
16	1	2	2	2	2	1	2	1	0	1	2	0	2	2	2	2	0	0	2
17	2	2	2	2	1	2	2	0	0	0	1	0	2	2	2	2	0	1	2
18	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	0	2	2	2	2	1	1	2
19	2	2	2	2	1	2	1	0	1	1	1	0	2	2	2	2	2	0	2
20	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2
21	2	2	1	1	2	2	1	2	0	0	2	0	2	2	2	2	1	0	2
22	1	2	1	2	2	2	1	2	0	0	2	0	2	2	2	2	0	0	2
23	1	1	1	1	2	2	1	1	0	1	1	0	2	2	1	1	2	0	2
24	2	2	1	1	1	2	2	0	1	0	2	0	2	2	2	2	0	1	2
25	1	2	2	2	2	0	2	2	0	1	2	1	2	2	2	1	1	0	2
26	1	2	2	1	2	1	1	0	1	1	2	0	2	2	2	1	1	1	2
27	1	2	1	2	1	1	1	0	0	0	2	1	2	2	2	1	2	1	2
28	1	2	2	2	2	1	2	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	0	2

<b>29</b>	1	2	2	1	1	2	2	1	0	1	1	0	2	2	2	1	2	1	0	2
<b>30</b>	2	2	2	2	2	2	2	0	0	0	1	0	2	2	2	2	2	0	0	2
<b>31</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	0	0	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
<b>32</b>	1	2	1	1	1	1	2	1	0	1	2	1	2	2	2	2	2	0	0	2
<b>33</b>	2	1	2	1	2	1	2	2	1	0	2	0	1	2	2	2	2	1	0	2
<b>34</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	0	0	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
<b>35</b>	2	2	2	2	2	2	2	0	1	1	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
<b>36</b>	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	0	0	2
<b>37</b>	1	2	2	2	1	2	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	1	0	2
<b>38</b>	2	2	2	1	1	2	1	1	0	1	2	0	2	2	2	2	2	1	0	2

39	2	2	2	1	1	1	2	1	1	0	2	0	2	2	2	1	2	1	0	2
40	1	2	1	2	2	2	1	0	0	1	1	0	2	2	2	2	2	1	0	2
41	2	2	2	2	1	1	1	1	0	1	1	0	2	2	2	2	2	0	0	2
42	2	2	2	1	2	2	2	0	0	0	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2
43	2	2	1	1	2	2	1	2	0	1	2	0	2	2	2	2	2	0	1	2
44	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
45	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	0	2	2	2	1	2	1	0	2
46	2	2	2	2	0	1	2	0	0	0	2	0	2	2	2	2	2	1	1	2
47	2	2	2	2	2	2	2	0	0	0	1	0	2	2	2	2	2	0	0	2
48	2	2	2	1	1	2	2	2	0	0	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
49	2	2	2	2	2	2	1	1	0	0	2	0	2	2	2	2	2	1	0	2
50	2	2	1	2	1	2	2	0	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	0	1
51	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	0	1
52	2	2	1	2	2	2	2	2	0	0	1	0	2	2	2	1	2	1	0	1
53	2	1	2	2	2	2	2	2	1	0	2	1	2	2	2	1	1	1	0	1
54	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	0	1
55	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	0	1
56	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	0	0	1
57	1	2	2	1	2	2	2	1	0	0	1	0	1	2	2	2	1	1	0	1
58	2	2	2	2	1	2	2	0	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	0	1
59	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	0	0	1
60	2	2	2	2	1	2	2	2	1	0	2	1	2	2	2	2	2	1	0	2
61	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	0	2
62	1	1	1	2	2	2	2	2	2	0	1	2	2	2	2	2	1	2	0	2
63	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	0	1

64	1	2	2	1	1	1	2	0	2	1	1	2	2	2	2	2	2	0	1	
65	2	2	2	2	1	2	2	1	0	0	1	0	2	2	2	1	2	1	0	2
66	2	1	2	2	2	2	2	1	0	1	2	1	1	2	2	2	0	0	2	
67	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	0	1
68	2	2	2	1	2	1	2	2	2	0	2	2	1	2	2	2	1	2	0	1
69	2	1	2	2	1	2	2	0	1	1	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
70	1	2	1	2	2	2	1	0	1	0	2	0	2	2	2	2	1	0	0	2
71	2	2	2	2	1	2	2	1	0	0	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
72	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	0	2
73	2	1	2	2	2	2	2	2	1	0	2	1	2	2	2	1	1	1	0	1
74	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	0	1
75	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	0	1
76	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	0	0	1
77	2	2	2	2	1	2	2	2	1	0	2	1	2	2	2	2	2	1	0	2
78	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2
79	2	2	1	1	2	2	1	2	0	0	2	0	2	2	2	2	2	1	0	2
80	1	2	1	2	2	2	1	2	0	0	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
81	1	1	1	1	2	2	1	1	0	1	1	0	2	2	1	1	2	0	0	2
82	2	2	2	2	2	2	2	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2
83	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	0	2
84	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	0	2
85	2	2	2	2	2	2	2	2	0	1	1	1	2	2	2	2	2	0	0	2
86	2	2	2	2	1	2	2	1	0	0	1	1	2	2	2	1	2	1	0	2
87	1	2	2	1	2	2	2	1	0	0	1	0	1	2	2	2	1	1	0	1
88	2	2	2	2	1	2	2	0	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	0	1

89	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	0	0	1
90	2	2	2	2	1	2	2	2	1	0	2	1	2	2	2	2	2	1	0	2
91	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	0	2
92	2	1	2	2	1	2	2	0	1	1	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
93	1	2	1	2	2	2	1	0	1	0	2	0	2	2	2	2	1	0	0	2
94	1	2	1	2	2	2	1	0	1	0	2	0	2	2	2	2	1	0	0	2
95	2	2	2	2	1	2	2	1	0	0	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
96	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	0	2
97	2	2	2	2	2	2	2	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2
98	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	0	2
99	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	0	2
100	2	2	2	2	1	1	2	0	0	1	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
101	1	2	1	2	2	2	1	2	0	0	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
102	2	2	2	1	1	1	1	1	0	0	2	0	2	2	2	2	2	1	0	2
103	2	2	2	1	1	1	2	1	0	0	2	1	2	2	2	2	2	0	0	2
104	2	2	2	1	2	1	2	1	0	0	2	1	2	2	2	2	2	1	0	2
105	2	2	1	1	2	2	1	2	0	0	2	0	2	2	2	2	2	1	0	2
106	1	2	2	2	2	1	2	1	0	1	2	0	2	2	2	2	2	0	0	2
107	2	2	2	2	2	2	2	1	0	0	0	0	2	2	2	2	2	0	0	2
108	2	2	2	2	2	1	2	1	0	0	2	0	2	2	2	2	2	1	0	2
109	2	2	2	1	1	1	2	1	0	0	2	1	2	2	2	2	2	0	0	2

Anexo 5: Evidencia Fotográficas









## Consentimiento informado

**Título: Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el Puesto De Salud De Los Álamos – Pueblo Nuevo, Ica. 2025\***

**Institución** : Universidad Autónoma de Ica.  
**Responsables** : Antón Ramos, Fernanda Carolina  
Matta Culi, Cleimers Samantha

Estudiantes del programa académico de Enfermería

**Objetivo de la investigación:** Por la presente lo estamos invitando a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños y niñas menores de 5 años atendidos en el puesto de salud de los álamos – pueblo nuevo, Ica, 2025. Al participar del estudio, deberá resolver un cuestionario y una ficha técnica, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser partícipe de este estudio, usted deberá llenar el cuestionario digital denominado, cuestionario de hábitos alimenticios y ficha técnica del estado nutricional, el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 15 minutos, dicho cuestionario será entregado de manera física

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, la responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el/las Investigadoras, y acepto, voluntariamente, participar del estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación, así mismo, autorizo la toma de fotos (evidencia fotográfica), durante la resolución del instrumento de recolección de datos.

Ica, ..... de ....., de 2022\_\_\_\_\_

Firma: .....

Apellidos y nombres: .....

DNI: .....



## CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

### Hace Constar:

Que, **ANTON RAMOS, Fernanda Carolina** identificada con código de estudiante **A191000187** y **MATTA CULI, Cleimers Samantha** identificada con código de estudiante **A191000235** del Programa Académico de **ENFERMERÍA**, quienes vienen desarrollando la tesis denominada: **"HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE 5 AÑOS ATENDIDOS EN EL PUESTO DE SALUD DE LOS ÁLAMOS – PUEBLO NUEVO, ICA. 2025."**

Se expide el presente documento, a fin de que el encargado, tenga a bien autorizar a las en mención, a recoger los datos y aplicar su instrumento para su investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 16 de Julio del 2025



**Mag. Jose Yomil Perez Gomez**  
DECANO (E)  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA



Chincha Alta, 16 de Julio del 2025

**OFICIO N°1538-2025-UAL-FCS**

Sra. Cindy Chinchay Almeyda  
Jefe Interino  
PUESTO DE SALUD LOS ALAMOS  
Presente.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en la formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, responsabilidad social y bienestar universitario en inserción laboral.

En tal sentido, nuestras estudiantes se encuentran en el desarrollo de tesis para la obtención del título profesional, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. Las estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **autorización** de la institución elegida, para que las estudiantes puedan proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la carta de presentación de las estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación.

Sin otro particular y con la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.



**Mag. Jose Yomil Perez Gomez**  
DECANO (E)  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA



## Solicitud a la entidad



Chincha Alta, 22 de Julio de 2025

Distinguida Dra. Cindy Cristina Chinchay Almeyda

Después de un afectuoso saludo, tenemos a bien presentarle a las siguientes estudiantes, participantes en el proceso de elaboración de tesis de grado, Elas son: **RAMOS ANTÓN, FERNANDA CAROLINA 7602602, MATTA CULI CLEIMERS SAMANTHA 73738258**

Nuestra unidad en representación de la Facultad de Ciencias de la Salud, desea su autorización para que las estudiantes señaladas puedan realizar dicha investigación en esta prestigioso centro de salud.

Título del Estudio: "HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE 5 AÑOS ATENDIDOS EN EL PUESTO DE SALUD DE LOS ÁLAMOS – PUEBLO NUEVO, ICA. 2025"

Agradeciendo su receptividad, queda de usted

Atentamente.

GOBIERNO REGIONAL DE ICA  
LUGAR ARQUITECTA "SILVIA"  
PUESTO DE SALUD LOS ÁLAMOS



DR. CINDY CRISTINA CHINCHAY ALMEYDA  
JEFE DE ESTABLECIMIENTO  
C. R. P. 000104

FIRMA

DNI: 74931109

## Respuesta de la entidad



### Respuesta de autorización para realizar estudios de investigación

Fecha: 24/07/25

Jefe interino:

Distinguida Dra Cindy Cristhina Chinchay Almeyda

Después de un afectuoso saludo, tengo el grato de comunicar a las estudiantes, **ANTÓN RAMOS FERNANDA 76022602 Y MATTA CULI CLEIMERS 73738258** que autorizo el permiso para la ejecución de su tesis en el centro de salud. Con el título **"HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE 5 AÑOS ATENDIDOS EN EL PUESTO DE SALUD DE LOS ÁLAMOS – PUEBLO NUEVO, ICA. 2025"**

Atentamente

GOBIERNO REGIONAL DE ICA  
REGIONAL PROGRAMA DE SALUD  
PUESTO DE SALUD "LOS ALAMOS"  
*[Firma]*  
DR. CINDY CRISTINA CHINCHAY ALMEYDA  
JEFE DE ESTABLECIMIENTO  
C. N. P. 083309

FIRMA:

DNI: 44933509

## Anexo 6: Informe De Turnitin al 28% de similitud






### 20% Similitud general

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

#### Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

#### Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 14%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

#### Marcas de integridad

##### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

- 19% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 14% 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.unid.edu.pe	5%
2	Internet	repositorio.autonomaedica.edu.pe	4%
3	Internet	repositorio.ucp.edu.pe:8080	2%
4	Trabajos entregados	Universidad de Ciencias y Humanidades on 2023-01-17	2%
5	Internet	repositorio.uma.edu.pe	1%
6	Internet	repositorio.upse.edu.ec	<1%
7	Internet	repositorio.upa.edu.pe	<1%
8	Internet	www.repositorio.autonomaedica.edu.pe	<1%
9	Internet	www.repositorio.unach.edu.pe	<1%
10	Internet	apirepositorio.unh.edu.pe	<1%
11	Trabajos entregados	Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez on 2025-07-31	<1%

12	Trabajos entregados	Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga on 2025-07-17	<1%
13	Internet	repositorio.unc.edu.pe	<1%
14	Internet	repositorio.usanpedro.edu.pe	<1%
15	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica de los Andes on 2024-12-11	<1%
16	Trabajos entregados	Pontificia Universidad Católica del Ecuador - PUCE on 2025-06-19	<1%
17	Trabajos entregados	Universidad César Vallejo on 2017-09-14	<1%
18	Trabajos entregados	Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga on 2025-10-03	<1%
19	Trabajos entregados	Universidad César Vallejo on 2022-12-15	<1%
20	Internet	repositorio.upsc.edu.pe	<1%
21	Trabajos entregados	Universidad Privada del Norte on 2023-10-06	<1%
22	Publicación	Lluén Vallejos, César Augusto. "Modelo de producción de información del uso del ...	<1%
23	Trabajos entregados	Universidad de Guadalajara on 2022-10-22	<1%
24	Trabajos entregados	uncedu on 2025-06-07	<1%