

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA**

TESIS

**NIVEL DE CONOCIMIENTOS
NUTRICIONALES DE LA MADRE Y SU
RELACIÓN CON LA PRÁCTICA DE
ALIMENTACIÓN SALUDABLE A
LACTANTES - CENTRO DE SALUD JOSÉ
OLAYA–2019**

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA DE ENFERMERÍA**

Autora:

Bach. Castro Montalvo, Leidy Indira

0000-0002-9623-0059

Asesora:

Dra. Gálvez Díaz, Norma del Carmen

0000-0002-6975-0972

Línea de Investigación

Ciencias de la vida y cuidado de la salud humana

**NIVEL DE CONOCIMIENTOS NUTRICIONALES DE LA MADRE Y SU
RELACIÓN CON LA PRÁCTICA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE A
LACTANTES – CENTRO DE SALUD JOSÉ OLAYA – 2019**

PRESENTADA POR:

CASTRO MONTALVO, LEIDY INDIRA

A la Escuela de Enfermería de la

Universidad Señor de Sipán

para optar el título de:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

APROBADO POR:

Dra. Patricia Margarita Rivera Castañeda
Presidenta del Jurado

Mg. Fátima del Carmen Bernal Corrales

Secretaria del Jurado

Dra. Norma del Carmen Gálvez Díaz

Vocal/ Asesora de tesis

DEDICATORIA

Dedico en primer lugar a Dios por bendecirnos a mi familia y a mí y así poder a ver concluido satisfactoriamente la investigación.

A mi tía mamá Deysi y a mi mamá Lucero quienes en todo momento me apoyaron y demostrarme que la vida es un reto del cual debo estar agradecida por lo que tengo y por lo que ellas me dan, me dieron fuerzas, amor y cariño para el desarrollo de esta investigación

A mis Abuelitos Antero y Socorro por darme sus consejos, su apoyo y guía para mantener la calma para poder afrontar cada situación que se me presento en la vida la cual ha dejado en mí una gran experiencia para poder seguir adelante.

Leidy

AGRADECIMIENTO

A Dios, por estar conmigo en todo momento, por darme la vida y las oportunidades que día a día me ha brindado para seguir adelante.

A mi Tía mamá Deysi y mi mamá Lucero, por confiar y creer en mí, y darme su apoyo día a día para realizar este trabajo de investigación y a lo largo de mi carrera.

A mi asesora metodológica a la Mg. Norma del Carmen Gálvez Díaz, por enseñarme, guiarme, motivarme en la elaboración del presente trabajo de investigación, que el esforzarse cada día es un reto y que debo superarme para lograr mis objetivos.

Al Centro de Salud José Olaya, por brindarme las posibilidades para realizar mi trabajo de investigación.

A todas las madres que acudieron al Centro de Salud José Olaya y me brindaron su tiempo y participación para mi investigación.

A mis Docentes y Jurados de la Universidad, que, gracias a ellos, he logrado aprender cada una de sus experiencias y conocimiento que llevo y lo aplico en mi vida profesional.

Leidy

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo: Analizar la relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019, fue de tipo correlacional junto a un diseño no experimental, donde la población y la muestra estuvieron formadas por 169 mujeres con lactantes en edades entre 6 a 24 meses de edad, y donde el principal instrumento de investigación utilizado fue el cuestionario con un nivel consistencia interna equivalente a 0.730 para la variable conocimientos nutricionales, y 0.810 para la variables prácticas de alimentación saludable. Los resultados obtenidos revelan que el nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres atendidas en el Centro de Salud José Olaya – 2019 fue bajo, especialmente en las dimensiones de consumo diario de alimentos variados y nutritivos, en la reducción del consumo de sal, y en la revisión de información sobre alimentos. La conclusión fue que existe una relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a madres lactantes atendidas en el Centro de Salud José Olaya – 2019 equivalente a 0.103 con un p-valor (Sig) menor a 0.05, y es interpretado como un nivel de correlación positiva débil entre ambas variables, ya que a medida que haya un mejor nivel de conocimientos nutricional, también habrá una mejor alimentación saludable, pero en una menor frecuencia.

Palabras clave: Conocimientos, relaciones madre-hijo, práctica y dieta saludable

ABSTRACT

The present investigation had this main objective: to analyze the relation between the knowledge level of nutrition from mothers and the relation with the practice of healthy feeding to their infants in the Jose Olaya Health Center – 2019, a correlational methodology alongside a non-experimental design was employed, where the population and sample were formed by 169 infant's mothers with kids between ages 6 to 24 months old, been the main instrument to collect the data the questionnaire, that had an inner consistency value of 0.730 for the nutritional knowledge variable, and 0.810 for the healthy feeding variable. The results of the investigation reveal that the level of feeding practices of the infant's mothers attending the Jose Olaya Health Center – 2019 was low, especially in the variety and nutritious value of meals for daily consumption dimension measured, in the reduction of salt consumption and in the information reviewed about the food properties. The conclusion was that there is a relation between the level of nutrition knowledge of the infant's mother and the healthy feeding practices in the mother's meals who are attending the Jose Olaya Health Center – 2019 equivalent to 0.103 with a p (value) less than 0.05, and can be interpreted as a low correlational level between the variables in study, and as long as there is a better nutritional knowledge, there will be also an improved meal nutritional value, but in a lower related frequency.

Keywords: knowledge, mother-infant relationship, healthy diet and practices.

INDICE

CARATULA	i
APROBADO POR:.....	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN.....	v
ABSTRACT	vi
INDICE	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	8
1.1 Realidad Problemática.....	10
1.2 Trabajos previos.....	13
1.3 Teorías relacionadas al tema.....	18
1.4 Formulación del problema.....	24
1.5 Justificación e importancia del estudio	24
1.6 Hipótesis	24
1.7 Objetivos.....	25
II. MATERIAL Y MÉTODOS.....	26
2.1 Tipo y diseño de investigación	26
2.2 Población y muestra	27
2.3 Variables, Operacionalización	29
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	33
2.5 Procedimientos de análisis de datos.....	35
2.6 Criterios éticos	35
2.7 Criterios de rigor científico.....	36
III. RESULTADOS.....	37
3.1 Resultados en tablas y figuras.....	37
3.2 Discusión de resultados	42
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	46
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	48
ANEXOS.....	57

I. INTRODUCCIÓN

La investigación estuvo enfocada en medir el grado de relación causal entre las variables conocimientos nutricionales de la madre y práctica de la alimentación saludable en lactantes del Centro de Salud José Olaya, ya que se identificó que el bajo nivel de alimentación saludable de las madres lactantes, procede de su bajo nivel de alimentación saludable. Desde una perspectiva global, la investigación resalta la importancia de mantener patrones alimenticios correctos, especialmente si una mujer se encuentra en un estado de lactancia con hijos menores entre 6 a 24 meses de edad, ya que el nivel nutricional y estado de salud de ambos frente a enfermedades y otras posibles patologías, depende de los nutrientes que transmite a partir de un consumo de alimentos saludables.

El problema científico considerado en la presente investigación, fue el siguiente: ¿Qué relación existe entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019?

La investigación se justificó en su dimensión social, se generó debate y reflexión sobre los hábitos alimenticios de las madres con lactantes atendidas en el Centro de Salud José Olaya, sobre las líneas de alimentos que se deben consumir, con el fin de lograr una alimentación saludable para ambos.

La hipótesis central del estudio, se formuló de la siguiente manera: H_0 . No existe relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable en lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019. H_1 . Existe relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de la madre y la práctica de alimentación saludable en lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019.

El objetivo general planteado consistió en: Determinar la relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019.

Los objetivos específicos se formularon de la siguiente manera: Caracterizar el perfil socio demográfico las madres del Centro de Salud José Olaya – 2019, identificar el nivel de conocimientos nutricionales de las madres en el Centro de Salud José Olaya – 2019, identificar el nivel de prácticas de alimentación saludable en lactantes en el Centro de Salud José Olaya – 2019, y analizar la relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable en lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019.

Para una mejor comprensión del trabajo de investigación de ha estructurado en cuatro capítulos que se describe a continuación:

En el capítulo I, se planteó la realidad problemática, marco teórico, formulación del problema, justificación, hipótesis y objetivos de investigación.

En el capítulo II, se dio a conocer el marco metodológico, explicando el tipo y diseño de investigación aplicado, la población, operacionalización de variables, las técnicas e instrumentos utilizados, la recolección de datos, el análisis de datos y finalmente los criterios de rigor científico.

En el capítulo III, se presentaron los resultados de la investigación debidamente descritos además los gráficos, tablas y la discusión de resultados.

Finalmente, en el capítulo IV se detallaron las conclusiones y recomendaciones, referencias bibliográficas utilizadas y los anexos.

1.1 Realidad Problemática.

A nivel mundial 159 millones de niños sufren desnutrición crónica conformada en su mayoría en Asia (57%), África Subsahariana (37%) y América Latina, siendo un factor para esto la falta de nutrientes suficientes como hierro, ácido fólico, vitamina A o yodo durante sus mil primeros días de vida y la mala nutrición de la madre en el periodo de gestación. Diversas ONG y organizaciones de la ONU como UNICEF, FAO y PMA resaltan la importancia de otorgar alimentos a madres gestantes y lactantes además de la relevancia de la leche materna durante los primeros seis meses de vida del niño; algo que también se resalta es el trabajo que se debe realizar en las comunidades para que las mujeres conozcan la relevancia de llevar un balance alimenticio saludable y se generen cambios en la selección de productos, no siempre se trata de limitaciones económicas si no de costumbres en la ingesta y esto es importante que cambie.¹

La muerte de niños por desnutrición según cifras estimadas ha llegado a 2.7 millones, constituyendo el 45% del total de muertes de niños. La OMS establece la relevancia de la alimentación del lactante y niño pequeño para mantener su supervivencia y desarrollo adecuado y saludable, indicando la relevancia de una nutrición óptima durante los primeros dos años de vida del niño partiendo por darle exclusivamente leche materna por la gran cantidad de nutrientes que esta posee hasta los 6 meses y luego se puede complementar con otros alimentos que deben alinearse con nutrientes complementarios necesarios para un adecuado desarrollo. En este sentido “La OMS ha asumido el compromiso de brindar apoyo para que los países la apliquen, así como darle seguimiento permanente al Plan de aplicación integral sobre nutrición. El plan consta de seis objetivos, de los cuales uno importante es lograr el incremento de por lo menos al 50%, para 2025”.²

Para la Asociación Española de Pediatría el complemento alimentario que se le pueda dar al lactante tiene un papel importante en su crecimiento y desarrollo, es necesario brindar al lactante alimentos tanto sólidos como líquidos diversos a la leche materna, la carencia de esta alimentación lleva a que el lactante no reciba vitaminas como hierro y zinc ocasionando que sus defensas sean bajas y se encuentren propensos a sufrir alergias, y alteraciones en habilidades motoras. El personal encargado de los cuidados debe brindar alimentos ricos en nutrientes, de manera segura y sana, y el lactante decidirá el nivel de consumo de estos

alimentos. Todos los alimentos que se le den al lactante de manera complementaria deben brindar energía suficiente, proteínas adecuadas y micronutrientes que, al complementarse con la leche materna o suplemento, abarquen el total de necesidades del bebé.³

INEI reportó en el año 2017 a través de la ENDES como resultados que entre niños y niñas en edades menor a 5 años el nivel de desnutrición llegó hasta el 12.9%, una mejora en la estadística de desnutrición crónica de niños en el referido grupo etario que en el 2007 presentaba un porcentaje de 28.5%. La entidad también señaló que los índices más altos se reportaron en hogares cuyas madres no tenían educación o no contaban con estudios de primaria y con infantes menores a tres años de edad. Sin embargo, estas cifras contrastan con las que señalan la prevalencia de anemia en infantes niños y niñas entre 6 y 35 meses de edad, con un 43.6% a nivel nacional, porcentaje que no ha variado en los últimos seis años a pesar de la distribución y consumo de suplemento de hierro. Estos suplementos asistirían en el desarrollo de los niños en sus primeras etapas de vida y el impacto de no tener una alimentación adecuada y balanceada indica que las familias sean por falta de recursos o desconocimiento limitan las destrezas futuras que pudieran llegar a adquirir, volviéndose un factor en el desarrollo de la economía familiar.⁴

La Alianza denominada iniciativa contra la desnutrición infantil “IDI” indica que una de las causas principales de la desnutrición crónica infantil se origina por la falta de conocimiento, inadecuados procedimientos de alimentación e higiene relacionadas a las limitaciones económicas del hogar y la deficiencia educativa sobre todo de la madre, lo que deriva en una mala y deficiente alimentación, así como infecciones constantes, errores en la gestión del saneamiento básico familiar y el poco aprovechamiento de los servicios de salud.

5

El MINSA a través del proyecto Nutriwawa, en distintos distritos de la capital, se realizaron ferias informativas de la mano del ministerio de educación destinada a madres coordinadoras de los 3000 comedores populares limeños. La feria contó con talleres de capacitación enfocados en desterrar las creencias de las participantes en ciertos alimentos cuyo valor nutricional es alto en hierro, con el fin de fomentar una alimentación más balanceada y nutritiva, además de corregir hábitos de higiene para la prevención de enfermedades como diarrea o infecciones respiratorias. Foco de este taller en el que participaron nutricionistas, enfermeras y promotores de la salud fue el de fomentar la

alimentación suplementaria con micronutrientes, capacitando a las mujeres coordinadoras de los comedores populares sobre el uso de los sobres distribuidos gratuitamente en el ministerio de salud, involucrándolas como agentes de cambio al impartir conocimiento y prácticas para disminuir la desnutrición crónica infantil.⁶

A nivel local se describió el contexto situacional del Centro de Salud José Olaya de la ciudad de Chiclayo, que es un centro de salud con camas de internamiento, que brinda un servicio de salud preventiva – promocional, y asistencial, y con una población asignada de 56,246 habitantes, distribuidos en 19 pueblos jóvenes de su jurisdicción, y a quienes se les brinda un servicio de atención médica diaria.⁷

Una de las áreas de mayor importancia en el Centro de Salud José Olaya, es el Centro de Crecimiento y Desarrollo, ya que esta área se encarga de orientar a las madres de familia sobre la crianza, alimentación y cuidados que deben brindar a sus hijos en edades que fluctúan entre los 0 a 11 años de edad. La investigadora que ejerció su periodo de prácticas pre profesionales en el Centro de Crecimiento y Desarrollo del Centro de Salud José Olaya, pudo identificar a través del método de la observación, que uno de los problemas más comunes entre las madres en periodo de lactancia y que poseen niños entre 6 a 24 meses de edad, es su bajo nivel de alimentación saludable; es decir que su consumo de alimentos, solo permite satisfacer su necesidad fisiológica del hambre, pero no se tiene en cuenta cuales son los alimentos básicos que se deben consumir para tener una alimentación balanceada y saludable, y más si se toma en cuenta su estado de lactancia, ya que durante esta fase, el organismo de la mujer requiere producir y transmitir nutrientes a través del consumo de su leche materna.

La investigadora considera que el bajo nivel de alimentación saludable de las madres en periodo de lactancia y que poseen niños entre 6 a 24 meses de edad, procede de su bajo nivel de conocimientos nutricionales, y esto se debe que el mayor porcentaje de mujeres en fase de lactancia que son atendidas en el Centro de Salud José Olaya, provienen de hogares con un bajo nivel de recursos económicos y de un bajo nivel de educación o instrucción, la cual las limita a acceder a los alimentos que les pueden transmitir los niveles adecuados de nutrientes.

1.2 Trabajos previos

En México; Ceballos G. ⁸, 2013 Patrones de alimentación en niños menores de un año de edad. En la cual explico que a pesar que existe información sobre la importancia que tiene la alimentación saludable para lactantes y la leche materna muchas madres suministran formula a sus bebes desde temprana edad no cumpliendo las indicaciones de la OMS – UNICEF evidenciando un alto nivel de carencia de información. La investigación concluyo que es necesario mejorar la comunicación sobre la lactancia materna natural para incrementar el nivel de lactantes con alimentación adecuada y promover programas educativos sobre nutrición infantil.

En Guatemala de la Asunción; Sánchez A. ⁹, 2015 Prácticas de alimentación complementaria en lactantes de 6 a 11 meses 29 días de edad. En el cual explico que a pesar que las madres son jóvenes muchas de ellas ni siquiera han terminado de estudiar influyendo en cómo se realiza la alimentación a los lactantes, a mayor nivel educativo el lactante contaba con mejor alimentación, la mayoría de los lactantes no reciben los nutrientes necesarios en su alimentación complementaria evidenciando que existe bajo nivel educativo en conocimientos nutricionales y alimentación saludable. La investigación concluyo que es necesario organizar, planificar y ejecutar un plan de acción educativo en preparación de alimentos saludables de acuerdo a la etapa de lactancia para evitar la desnutrición.

En Guatemala; García I. ¹⁰, 2014 Caracterización de prácticas de alimentación complementaria a la lactancia materna que realiza la madre del niño (a) de 6 meses a un año de edad. En el cual explico que un porcentaje de población no conoce la relevancia de complementar la alimentación para evitar que los lactantes adquieran enfermedades, incluso puedan llegar a la desnutrición, del mismo modo desconocen de que tipos de alimentos, consistencia y cantidad se le debe suministrar a los lactantes evidenciando la falta de conocimientos nutricionales y por ende la mala nutrición de los lactantes. La investigación concluyo que es necesario que los centros de salud otorguen información a las madres sobre alimentación complementaria, así como inducción sobre los tipos de alimentos adecuados para los niños que puedan tener disponibles en sus hogares.

En Ecuador; Iñiguez J. ¹¹, 2017 Manejo de Alimentación Complementaria en los lactantes. En la cual explico que a pesar que la alimentación complementaria es muy importante para que el lactante desarrolle y crezca se presentan muchos problemas para lograr que se aplique de manera adecuada evidenciando un mal manejo en la alimentación complementaria pues en lugar de suministrar alimentos ricos en nutrientes, consumían demasiado gluten y otros compuestos que no son adecuados para su edad. La investigación concluyo que es importante realizar charlas informativas sobre el cuidado de los lactantes y alimentación complementaria de los mismos, así también que alimentos suministrar y as cantidades adecuadas.

En Ecuador; De Jesús M. ¹², 2013 Plan de Educación Alimentario Nutricional para niños y niñas de 0 a 5 años. En la cual explico que los niños actualmente llevan una dieta basada en consumo de carbohidratos un factor que influye es el nivel socioeconómico, lo que evidencia la falta de conocimiento sobre alimentación y grupos de alimentos para disminuir su bajo peso. La investigación concluyo que es importante implementar actividades de capacitación para que las madres comprendan la relación entre una nutrición deficiente y condiciones de vida en el hogar, así como conocer los factores que causan desnutrición y cómo prevenirla.

En Lima; Castro K. ¹³, 2015 Conocimientos sobre alimentación complementaria y su relación con el estado nutricional del niño menor de 2 años. En la cual explicó que a pesar que el estado desarrolla programas gratuitos para apoyar con el desarrollo permanente y adecuado crecimiento de los niños aún existe gran porcentaje de niños que presentan desnutrición crónica, evidenciando que existe relación entre lo que conocen las madres en relación a alimentación complementaria y como se encuentran sus hijos en relación a su nutrición, encontrando que mantienen un grado de conocimiento bajo y que la mayor parte de niños muestran un estado de desnutrición o sobrepeso. La investigación concluyo que es necesario medir las costumbres, creencias y prácticas sobre alimentación complementaria para desarrollar planes de acción que permitan generar cambios que contribuyan en la disminución de la desnutrición.

En Tacna; Zavaleta S. ¹⁴, 2013 Conocimiento de la madre sobre alimentación complementaria y el estado nutricional del niño de 6 a 24 meses de edad. En la cual explico

que los conceptos teóricos que poseen las madres en relación al complemento alimenticio y su aplicación para ofrecer alimentación correcta según la edad del bebé son adecuados evidenciando que ambas variables se relacionan. La investigación concluyo que todos los programas de hospitales y centros de salud deben incluir capacitaciones, monitoreo y supervisión a las madres con el fin de mejorar la información que ya conocen sobre alimentación complementaria.

En Huancayo; Olivares G. ¹⁵, 2016 Conocimiento materno sobre alimentación complementaria y su relación con el crecimiento y desarrollo en niños de 6 a 12. En la que explico que en el departamento de Junín la desnutrición crónica y la anemia niños cuyas edades son menores a 3 años es una situación de carácter público que ubica a la región en segundo lugar a nivel nacional. Evidenciando que uno cada cuatro niños poseen un crecimiento inadecuado, y que mayormente las madres no poseían conocimiento sobre la alimentación complementaria. La investigación concluyo que se debe poner atención en la educación de los beneficios y complementos complementarios para la alimentación, así como en la medida de higiene.

En Nuevo Chimbote; Amaya N. ¹⁶, 2014 Prácticas alimentarias de la madre y estado nutricional del lactante de 6 a 12 meses. En la cual explico la situación problemática en la región Ancash respecto a los niveles de desnutrición crónica y anemia infantil que la región ha mantenido durante los últimos 3 periodos. Evidenciando sin embargo a pesar de esto que las prácticas alimentarias son mayoritariamente buenas, y que el estado de salud de los lactantes es bueno en nueve de cada diez casos, no encontrándose lactantes con deficiencias nutricionales. La investigación concluyo que se deben mantener programas para mantener el cuidado de los lactantes para garantizar una alimentación complementaria de calidad y mantener la adecuada nutrición del lactante.

En Lima; Terrones M. ¹⁷, 2013 Nivel de conocimiento sobre alimentación complementaria en madres de niños de 6-12 meses. En el que explico que existe un alto nivel de desnutrición en niños menor de 1 año, con constantes atenciones médicas por problemas de digestión y resfriados permanentes. Evidenciando que las madres jóvenes con formación mayoritariamente de escuela secundaria y primaria poseen medio y bajo conocimiento sobre alimentación complementaria y sus características nutricionales. La investigación concluyo

que es necesario implementar acciones estratégicas para que la información sobre alimentación complementaria sea aplicada por las madres para que los lactantes mejoren su salud y calidad de vida.

En Chiclayo; Bustamante J. y Gordillo M. ¹⁸, 2018 Cuidado de la madre andina al lactante menor desde una perspectiva intercultural, 2017. En la cual explicaron que a pesar que las enfermeras enseñan cómo cuidar a los lactantes muchas veces las costumbres heredadas se anteponen, enseñan también la importancia de la leche materna, la alimentación complementaria y los micronutrientes, pero muchas de ellas cambian la leche materna por suplementos o en este caso por leche de vaca. Evidenciando que las necesidades de trabajo o solo por costumbres llevan a que no se realice una adecuada alimentación. La investigación concluyo que es necesario que la información que se brinde debe estar alineada a la costumbre intercultural para una adecuada adopción de las enseñanzas que se puedan ofrecer.

En Chiclayo; Delgado L. y Nombera F. ¹⁹, 2012 Nivel de conocimientos de las madres adolescentes en la práctica de la lactancia materna exclusiva. En la que explicaron cómo se enfocaron al encontrar un grupo etario demográfico de alta vulnerabilidad para dejar de practicar la lactancia materna, principalmente debido a la misma inmadurez biológica y psicológica de la madre. Evidenciando que las adolescentes o recientemente adultas con hijos recién nacidos, tenían deficiencias tanto en conocimiento adecuado para alimentar a sus hijos como de conocimientos sobre la alimentación vía lactancia como de alimentación complementaria y la importancia que esta posee en el desarrollo temprano del infante. La investigación concluyo que es importante que las madres tengan conocimiento de la relevancia de otorgarle a los lactantes la leche materna, así como los centros de salud otorguen información sobre las bondades de suministrar al infante la leche materna durante su primera etapa y sobre la alimentación complementaria según su edad.

En Chiclayo; Cisneros E. y Vallejos Y. ²⁰, 2015 Efectividad del programa educativo en conocimientos, prácticas, actitudes sobre alimentación complementaria de madres con niños 6-24 meses. En la que explicaron que a pesar de recibir información a través de programas las madres tenían un escaso nivel de conocimiento sobre el complemento alimenticio en lactantes de tal modo que no usan alimentos con altos niveles proteínicos,

carbohidratos y grasas. Evidenciando la necesidad de aplicar un nuevo programa para mejorar las buenas prácticas de alimentación saludable después de terminado se obtuvo mejores resultados. La investigación concluyó que es necesario seguir fortaleciendo la información a las madres para mejorar la salud de niño a través de un balance nutricional.

En Pimentel; Caman D. ²¹, 2018 Experiencias de madres adolescentes sobre alimentación complementaria. En el cual explico que a pesar que el ser madres es una gran experiencia y anhelo de toda mujer no siempre se cuenta con la información y preparación necesaria para sus cuidados tanto así que muchas de las madres tienen miedo suministrar a los lactantes alimentos complementarios por haber tenido experiencias desagradables. Evidenciando una carencia de experiencia relacionada a la alimentación y preparación de las comidas complementarias lo que muchas veces lleva a la desnutrición. La investigación concluyó que si no existe una adecuada información sobre alimentación saludable como se puede combatir la anemia o en el peor de los casos la desnutrición por ello es importante que los centros de salud masifiquen la difusión de información y programas de preparación para las madres y que esto repercuta en el cuidado de los lactantes.

En Chiclayo; Vega E. y Fernández A. ²², 2016 Cuidado Intercultural desde la estrategia de crecimiento y desarrollo al lactante mayor con desnutrición. En el que explicaron que a pesar de existir información y gran preocupación por mejorar la salud y alimentación de los lactantes en algunas zonas alejadas es mucho más complicado que en la ciudad. Evidenciando la carencia de alimentos recomendados y su adecuación para la alimentación del lactante, en zonas interculturales predominan las costumbres. La investigación concluyó que es necesario adecuar el ambiente y la información según la zona, así como elaborar planes nutricionales con alimentos propios de la localidad para que sean aprovechados de la mejor manera y a la vez contribuya con la adecuada y balanceada alimentación de los lactantes y disminuir los porcentajes de desnutrición.

1.3 Teorías relacionadas al tema

Kathryn E. Barnard y su Teoría de Interacción:

Barnard propone que las características individuales de cada movimiento influyen en el sistema de relación padre-hijos, y que el comportamiento adaptativo modifica esas características para satisfacer las necesidades del sistema racional. La teoría de Barnard toma prestadas ideas de psicología y del desarrollo humano, y se centra en la interacción de la madre y el lactante con el entorno. Se basa en escalas desarrolladas para medir efectos de la alimentación, la enseñanza y el entorno. Además, ha refinado la teoría y ha proporcionado un vínculo estrecho con la práctica que ha transformado la manera en que los profesionales sanitarios evalúan a los niños a la luz de la relación padre-hijo. Es decir, su modelo se utiliza para estudiar problemas de la comunidad que afectan las discrepancias en la salud de niño.

(23)

La interacción entre el padre o madre (cuidador) y el niño según el modelo de Barnard se da mediante cinco señales y actividades: claridad de lactante en la emisión de señales, reactividad del lactante a los padres, sensibilidad a los padres a las señales del lactante, capacidad de los padres para identificar y aliviar la incomodidad del lactante y actividades sociales, emocionales y cognitivas estimulantes del desarrollo despegables por los padres.

En su teoría, Barnard, establece lo siguiente:

Niño: su estado físico, temperamento, patrón de nutrición y de sueño y autorregulación.

Cuidador: con características psicosociales, salud física y mental, cambios en la vida, experiencias y las preocupaciones acerca del niño y lo más importante el estilo del cuidador en ofrecer habilidades de adaptación.

Entorno: se ven afectados tanto al niño como al cuidador e influyen recursos sociales y financieros disponibles que pueden satisfacer todas las necesidades básicas.

En rol de la enfermera, con base en la teoría de Barnard, es ofrecer apoyo a la sensibilidad y la respuesta de la madre a las señales del hijo, en lugar de intercambiar sus características y estilos de vida maternos. ⁽²³⁾

1.3.1 Conocimientos nutricionales

Concepto de conocimientos nutricionales

Los conocimientos nutricionales del individuo, se refieren al proceso cognitivo en el que una persona toma conciencia sobre los atributos y beneficios que aporta el consumo de ciertos alimentos básicos y complementarios. ²³

El consumo general de alimentos, debe proporcionar, los siguientes beneficios:

Proveer de energía suficiente para la realización de sus funciones y actividades. ²³

Proporcionar materiales necesarios para la creación, crecimiento y reparación de las estructuras corporales y la reproducción. ²³

Proveer de sustancias requeridas para la regulación de los procesos metabólicos.

Disminuir los riesgos de diversas enfermedades. ²³

Conocimiento nutricional o también llamada educación nutricional es un instrumento aplicado para lograr cambios de hábitos alimenticios y estilos de vida de la población. Los hábitos alimenticios adecuados de una población parten de la recepción adecuada de pautas educativas, de manera consciente, en ámbito familiar desde el inicio de la vida y reguladas a través del tiempo en la sociedad. ²⁴

Procesos de conocimientos nutricionales

Conocer los alimentos, identificar sus características como olor, textura, sabor, forma y conocer su composición nutricional, como prepararlos y presentarlos, condición del alimento en relación con la dieta, veces a consumir y porciones diarias, importancia del consumo según la etapa de vida, aportes puntuales e importancia para soporte al realizar alguna actividad. ²⁴

Importancia de conocimientos nutricionales

Es importante para que el cuerpo tenga una dieta adecuada y nutricionalmente equilibrada, teniendo la cantidad y calidad necesaria de nutrientes, suficiente para que estado de salud

del individuo sea óptimo. Se debe tener en cuenta que las cantidades de nutrientes son muy distintas entre cada individuo, sin embargo, son muy importantes y la falta o consumo en exceso de alguno de ellos puede causar enfermedades o desnutrición.²³

Principios de conocimiento nutricional

El alimento tiene múltiples significados para el hombre: Pueden ser consumidos o no dependiendo del estado en el que el individuo se encuentra como estar con hambre o no, gustos y preferencias.²⁵

El hombre necesita aprender a comer: Por instinto no se puede obtener una dieta saludable. Por ello es necesario que se eduque el paladar del niño e ir introduciendo en su alimentación para una dieta saludable.²⁵

Los hábitos alimentarios son acumulativos: Los hábitos son transmitidos de generación en generación, por ello introducir un hábito adecuado en la familia es importante para que este perdure.²⁵

Los hábitos alimentarios no son estáticos: Los hábitos pueden variar fácilmente al encontrar otros enfoques que se le puede dar a un alimento. En especial si estas facilitan en las tareas del hogar.²⁵

La educación puede modificar los hábitos alimentarios: Todas las personas adquieren sus hábitos alimenticios mediante enseñanza progresiva desde los primeros años de vida. La capacidad de aprender siempre está activa, aunque con el pasar del tiempo se vuelve un poco más lenta, lo que permite que el individuo modifique sus hábitos.²⁵

Dimensiones de conocimientos nutricionales

Se consideran como dimensiones teóricas de la variable conocimientos nutricionales, las siguientes:

Conocimiento sobre alimentos: Es necesario conocer su valor nutritivo, así como sus características.²⁴

Calidad de consumo de alimentos: Deben ser alimentos que contengan altos niveles de nutrientes que el cuerpo necesita.²⁴

Niveles adecuados de nutrientes: Conocer el número de nutrientes que el cuerpo requiere para mantenerse activo y estable en día a día, teniendo en consideración que cada persona es diferente. ²⁴

Frecuencia de consumo de alimentos: Conocer cuántas veces se debe comer, las porciones adecuadas y alimentos para una dieta adecuada. ²⁴

1.3.2 Prácticas de alimentación saludable

Concepto de prácticas de alimentación saludable

La alimentación, significa actuar de manera voluntaria desde el principio hasta su finalización, según el alimento que se ingiere; y como proceso, es susceptible de ser educado. ²⁶

Un alimento, es cualquier sustancia o producto de origen animal o vegetal, que, por sus componentes, utilidad y preparación, permite nutrir a un individuo; es decir aportan los nutrientes y energía al organismo. ²⁶

Los nutrientes pueden encontrarse en niveles altos en la comida, se denominan macronutrientes (como los carbohidratos, grasas y lípidos), y los nutrientes que se encuentran en cantidades mínimas, se denominan micro nutrientes (como las vitaminas y minerales). ²⁶

Es aquella que permite satisfacer necesidades energéticas y nutricionales en todo el proceso de vida de un ser en formación, considerando su fisiología y crecimiento. ²⁷

Es aquella que promueve que se le suministre nutrientes al feto a través de la madre, y se basa en la ingesta de alimentos con alto valor de nutrientes y de una dieta equilibrada y adecuada, con el objetivo de evitar enfermedades relacionadas al consumo de una dieta deficiente. ²⁷

Implica efectuar la elección de alimentos que brinden todos los nutrientes básicos y la energía necesaria para que cada individuo se mantenga sano. ²⁷

Diferencias entre alimentación y nutrición

La nutrición, depende totalmente de la alimentación. Un individuo puede encontrarse con un nivel de alimentación adecuado, pero con un estado nutricional deficiente, ya que, para una adecuada nutrición, se requiere de una adecuada, completa, y suficiente alimentación, que

garantice que el organismo efectúe su funcionamiento de manera normal, que satisfaga en su totalidad sus necesidades básicas, y que disminuya el riesgo de enfermedades.²⁷

Características de una alimentación saludable

Completa: Debe estar compuesta por todos los macro y micronutrientes (grasa, carbohidratos, vitaminas), agua y fibra.²⁷

Equilibrada: Debe contener cantidades suficientes de grupos alimenticios variados, que promuevan el crecimiento y la salud.²⁷

Suficiente: Debe promover la energía, salud, y la generación de leche en el periodo lactancia.²⁷

Adecuada: Debe ajustarse a los gustos, hábitos y capacidad económica del individuo.

Inocua: Debe ser libre de contaminantes y sustancias tóxicas.²⁷

Objetivos de la alimentación saludable

Que se conozcan los alimentos, que se aprecien sus diferencias, y se valore sus necesidades; es decir que el objetivo, es lograr un hábito saludable sobre la cantidad y tipo de alimentos que se deben consumir.²⁶

El objetivo de la alimentación saludable, es prevenir el desarrollo de enfermedades crónicas como obesidad, hipertensión, cardiovasculares, diabetes, anemia, osteoporosis, y algunos tipos de cánceres.²⁶

Criterios para identificar una alimentación saludable

Una alimentación es saludable, cuando los alimentos consumidos, se ajustan al reparto de nutrientes que requiere un organismo, considerando las edades y actividades efectuadas.²⁶

Una alimentación es saludable, cuando los alimentos que se ingieren componen un conjunto apto para ser consumidos; es decir, son higiénicos.²⁶

Una alimentación es saludable, cuando su preparación guarda todo el respeto de las costumbres de un grupo poblacional concreto.²⁶

Dimensiones teóricas de la variable alimentación saludable

Se consideran como dimensiones teóricas de la variable alimentación saludable, las siguientes:

Consumo diario de alimentos variados y nutritivos: Se debe realizar un consumo diario de frutas, verduras, cereales integrales, lácteos bajos en grasa, carnes magras, y huevos. ²⁷

Consumo de alimentos bajos en grasa: El consumo habitual de grasas saturadas como el consumo de comidas rápidas y postres, es perjudicial para la salud, ya que este tipo de alimentos son abundantes en grasas, y bajos en nutrientes y fibra. ²⁷

Consumo diario de frutas: El consumo diario en una frecuencia de 03 porciones de frutas, aporta fibras, vitaminas y minerales que mejoran la digestión del individuo. ²⁷

Consumo diario de verduras: El consumo diario de verduras ya sea frescas o cocidas, potencian la salud y metabolismo del individuo. ²⁷

Reducir el consumo de bebidas azucaradas y gaseosas: El consumo habitual de bebidas azucaradas y gaseosas, padecen un mayor riesgo de obesidad y diabetes, ya que este tipo de bebidas contienen calorías que no aportan ningún tipo de nutriente. ²⁷

Reducir el consumo de sal: El consumo habitual de comidas con un alto contenido de sodio como enlatados y embutidos, puede incrementar la presión arterial del organismo. ²⁷

Revisión de la información de alimentos: La práctica habitual de leer los empaques de los alimentos, permite identificar el contenido calórico de los alimentos. Se debe evitar el consumo de alimentos, que tengan un alto contenido de sodio, grasa saturada y preservantes. ²⁷

Categorías de alimentos

Energéticos: Son alimentos cuya función principal, es proporcionar energía al organismo para su subsistencia y mantenimiento. Se considera dentro de este grupo de nutrientes energéticos, a los hidratos de carbono, carbohidratos, y los alimentos grasos. ²⁸

Constructores o reparadores: Son alimentos cuya función principal, es reparar células o tejidos, e integrarse a los sistemas enzimáticos y hormonales. Se considera dentro de este grupo de nutrientes constructores o reparadores, a las proteínas y aminoácidos. ²⁸

Reguladores: Son alimentos cuya función principal, es actuar como catalizadores en el metabolismo. Se considera dentro de este grupo de nutrientes reguladores, a las vitaminas y a los minerales. ²⁸

1.4 Formulación del problema

¿Qué relación existe entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a lactantes – Centro de salud José Olaya – 2019?

1.5 Justificación e importancia del estudio

La presente investigación es pertinente porque genero debate y reflexión sobre los hábitos alimenticios de las madres lactantes, y sobre las líneas de alimentos que se deben consumir con el fin de lograr una alimentación balanceada y saludable para ellas y sus hijos. Asimismo, la investigación es pertinente porque estuvo enfocada en describir el nivel de conocimientos nutricionales y nivel de alimentación saludable de las lactantes que son atendidas en el Centro de Salud José Olaya, y más si se considera que este grupo poblacional proviene de hogares con un bajo nivel de recursos económicos y de un bajo nivel de educación o instrucción que las limita a acceder a los alimentos que les pueden transmitir los niveles adecuados de nutrientes. Finalmente, la investigación es pertinente porque su objeto de estudio, se enfocó en analizar el grado de relación causal (causa y efecto) entre las variables conocimientos nutricionales y alimentación saludable de las madres lactantes con niños entre 6 a 24 meses que son atendidas en el Centro de Salud José Olaya.

1.6 Hipótesis

H₀. No existe relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019.

H₁. Existe relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019.

1.7 Objetivos

1.7.1 Objetivo general

Determinar la relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019.

1.7.2 Objetivos específicos

1. Caracterizar el perfil socio demográfico las madres del Centro de Salud José Olaya – 2019.
2. Identificar el nivel de conocimientos nutricionales de las madres en el Centro de Salud José Olaya – 2019.
3. Identificar el nivel de prácticas de alimentación saludable a lactantes en el Centro de Salud José Olaya – 2019.
4. Analizar la relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a lactantes – Centro de Salud José Olaya – 2019.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1 Tipo y diseño de investigación

2.1.1 Tipo de investigación

La presente investigación fue de tipo cuantitativo y correlacional.

Los estudios de tipo cuantitativo, se caracterizan por realizar una ejecución secuencial de cada una de las etapas que forman parte de la estructura de un informe de investigación.²⁹

Los estudios de tipo correlacional, se caracterizan por realizar una medición de la relación de causa y efecto que existe entre dos variables que forman parte de un objeto de estudio.²⁹

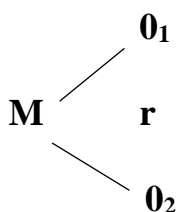
2.1.2 Diseño de investigación

La presente investigación tuvo un diseño transversal y no experimental.

El diseño transversal, es aquel tipo de diseño, donde la etapa de recolección de datos del estudio, se realiza en un solo acto.²⁹

El diseño no experimental, es aquel tipo de diseño, donde el investigador no realiza una manipulación deliberada de la variable independiente de un estudio.²⁹

El diseño de la investigación, fue el siguiente:



M: Muestra

O₁: Conocimientos nutricionales

O₂: Alimentación saludable

r: Relación

2.2 Población y muestra

2.2.1 Población

El término población, se refiere al conjunto de elementos o individuos que comparten patrones u atributos particulares en común, que son de interés propio de una investigación.

29

La población del presente estudio, estuvo compuesta por un total de 300 mujeres lactantes con niños en edades entre 6 a 24 meses de edad que fueron atendidas en el servicio de Crecimiento y Desarrollo del Centro de Salud José Olaya de la ciudad de Chiclayo, durante los meses de agosto, setiembre y octubre del año 2018.

La información sobre el total de madres lactantes atendidas, fue obtenida a través del acceso a los registros mensuales que se encuentran en el Consultorio de Crecimiento y Desarrollo del Centro de Salud José Olaya de la ciudad de Chiclayo.

Criterios de inclusión

- Mujeres que hablen y entiendan el lenguaje español o castellano.
- Mujeres con lactantes que son atendidos en el Centro de Salud - José Olaya.
- Mujeres que se encuentren con niños(as) en edades entre 6 a 24 meses.
- Mujeres que acepten participar en la investigación.

Criterios de exclusión

- Mujeres se encuentren en etapa de gestación o pre natal.
- Mujeres que no asistan al recojo de la información.
- Mujeres que se encuentren con niños(as) de edad mayor a los 24 meses.

2.2.2 Muestra

El término muestra, se refiere a un sub grupo de la población, el cual es elegido a través del método probabilísticos o no probabilísticos.²⁹

Para el cálculo de la muestra del estudio, se utilizó el método del muestreo aleatorio simple, y a continuación se dan a conocer los resultados obtenidos:

$$n = \frac{Z^2 * P * Q * N}{e^2 * (N-1) + Z^2 * P * Q}$$

Dónde:

Z= 1.96 (Nivel de confianza)

P = 50% (Variabilidad positiva)

Q = 50% (Variabilidad negativa)

E= 0.05 (margen de error)

N= 300 mujeres lactantes con niños en edades entre 6 a 24 meses (tamaño de la población).

$$n = \frac{1.96^2 \times 0.5 \times 0.5 \times 300}{0.05^2 \times (300-1) + 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}$$
$$n = 288.12 / (0.7475 + 0.9604)$$
$$n = 288.12 / 1.7079$$
$$n = 168.69 \approx 169$$

La muestra del estudio, estuvo compuesta por un total de 169 mujeres lactantes con niños en edades entre 6 a 24 meses de edad, y fue seleccionada a través del muestreo probabilístico aleatorio simple, ya que la elección de los sujetos o elementos que componen la muestra, estuvo basado probabilidad o aleatoriedad.

2.3 Variables, Operacionalización

2.2.1 Variables

Tabla N°1

Variables de la investigación

Variables del estudio	Definición conceptual	Definición operacional
Conocimientos nutricionales	Proceso cognitivo en el cual una persona toma conciencia sobre los atributos y beneficios que aporta el consumo de ciertos alimentos básicos y complementarios. ²³	Conocimiento sobre alimentos, calidad de consumo de alimentos, niveles adecuados de nutrientes, y frecuencia de consumo de alimentos
Prácticas de alimentación saludable	Es aquella que satisface las necesidades de energía y nutrientes en todas las etapas de vida de un ser en formación, considerando su estado fisiológico y velocidad de crecimiento. ²⁷	Consumo diario de alimentos variados y nutritivos, consumo bajo de grasa, consumo diario de frutas, consumo de verduras, reducir el consumo de bebidas azucaradas, reducir el consumo de sal, y revisión de la información de alimentos

Fuente: Elaboración propia

2.2.2 Operacionalización

Tabla N°2

Operacionalización de la variable independiente

Variable dependiente	Dimensiones	Indicadores	Ítems o preguntas	Escala	Técnicas - instrumentos
Conocimientos Nutricionales	Conocimiento sobre alimentos	Valor nutritivo de los alimentos	Usted conoce el aporte nutricional de los alimentos que consume	Likert	Encuesta - Cuestionario
		Características de los alimentos	Usted conoce que tipo de alimento debe consumir		
	Calidad de consumo de alimentos	Nivel nutricional de los alimentos	Usted consume alimentos de alto valor nutricional		
	Niveles adecuados de nutrientes	Contenido nutricional	Usted conoce la cantidad de nutrientes que debe consumir para mantenerse activo y estable		
	Frecuencia de consumo de alimentos	Porciones	Usted conoce las porciones de alimentos que debe consumir para mantener una dieta adecuada		
		Número de veces	Usted conoce el número de veces que se debe comer para tener una dieta adecuada		

Fuente: Elaboración propia

Tabla N°3

Operacionalización de la variable dependiente

Variable dependiente	Dimensiones	Indicadores	Ítems o preguntas	Escala	Técnicas - instrumentos
Prácticas de alimentación Saludable	Consumo diario de alimentos variados y nutritivos	Alimentos variados	Usted realiza un consumo diario de alimentos variados	Likert	Encuesta - Cuestionario
		Alimentos nutritivos	Usted realiza un consumo diario de alimentos nutritivos		
	Consumo de alimentos bajos en grasa	Alimentos bajos en grasa	Usted realiza un consumo frecuente de alimentos bajos en grasa		
	Consumo diario de frutas	Frutas	Usted realiza un consumo frecuente de frutas		
	Consumo de verduras	Verduras	Usted realiza un consumo frecuente de verduras		
	Reducir el consumo de bebidas azucaradas y gaseosas	Bebidas azucaradas	Usted realiza un consumo frecuente de bebidas azucaradas		
		Gaseosas	Usted realiza un consumo frecuente de gaseosas		

Reducir el consumo de sal	Alimentos enlatados	Usted realiza un consumo frecuente de alimentos enlatados
	Embutidos	Usted realiza un consumo frecuente de embutidos
Revisión de la información de alimentos	Contenido calórico de los alimentos	Usted realiza una revisión frecuente del contenido calórico de los alimentos que consume

Fuente: Elaboración propia

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

2.4.1 Técnicas de recolección de datos

La principal técnica de recolección de datos de la investigación, fue la encuesta. Se denomina encuesta, al conjunto de preguntas ordenadas y categorizadas según su rango o jerarquía, con el fin de medir o recolectar medidas de una población o sub grupo determinado.

2.4.2 Instrumentos de recolección de datos

El principal instrumento de recolección de datos de la investigación fue el cuestionario, el cual fue redactado para cada variable, utilizando la escala de Likert como un valor de respuesta ordinal para cada uno de los ítems establecidos para cada dimensión teórica analizada. Se denomina cuestionario, al documento compuesto por preguntas de carácter abiertas o cerradas, y el cual es aplicado sobre una muestra relevante de estudio.²⁹

El cuestionario de la variable prácticas de alimentación saludable, estuvo compuesto por 10 ítems operados según las dimensiones teóricas de la propia variable.

El cuestionario de la variable conocimientos nutricionales, estuvo compuesto por 06 ítems operados según las dimensiones teóricas de la propia variable.

Los valores de respuesta ordinal normalmente asignadas a la escala de Likert, son las siguientes: Siempre, Casi siempre, A veces, Casi nunca y Nunca.

2.4.3 Validez y confiabilidad

La validez de los ítems que integran los cuestionarios redactados para cada variable de la investigación, fue demostrada a través del uso de la técnica de juicio de expertos.

La prueba de validez de los instrumentos, se realizó mediante la técnica de juicio de expertos por lo cual se solicitó la participación de 3 profesionales: entre ellos 3 licenciadas en enfermería que participaron en la validación de los cuestionarios del estudio formulados según las dimensiones teóricas de la investigación, fueron las siguientes: El primer juez experto: Licenciada Aracely Yovana Roncal Taboada, el segundo juez experto es:

Licenciada Iris Esperanza Falla Torres y el tercer juez experto es: Rocío del Pilar García Rebaza.

La confiabilidad de los ítems que integran los cuestionarios redactados para cada variable de la investigación, fue demostrada a través del uso del coeficiente estadístico no paramétrico denominado alfa de cronbach, ya que el uso de este coeficiente, permite medir la consistencia interna de un instrumento de recolección de datos.

La confiabilidad de los instrumentos formulados, se determinó al aplicar una prueba piloto sobre una muestra seleccionada de 33 madres lactantes del Centro de Salud José Olaya. Dicha muestra seleccionada, equivale al 19.52% del total de la muestra elegida mediante el muestreo aleatorio simple.

Tabla 4

Estadístico de fiabilidad alfa de cronbach de la variable conocimientos nutricionales

Alfa de Cronbach	N° de elementos
.730	6

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 4, podemos observar que el estadístico de fiabilidad alfa de cronbach de la variable conocimientos nutricionales, arrojo un valor de .730 que puede ser traducido como un valor aceptable; y dicho valor manifiesta que el instrumento de recolección formulado sobre la variable conocimientos nutricionales, tiene un grado adecuado de consistencia interna.

Tabla 5

Estadístico de fiabilidad alfa de cronbach de la variable prácticas alimentación saludable

Alfa de Cronbach	N° de elementos
.810	10

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 5, podemos observar que el estadístico de fiabilidad alfa de cronbach de la variable prácticas de alimentación saludable, arrojo un valor de .810 que puede ser traducido

como un valor aceptable; y dicho valor manifiesta que el instrumento de recolección formulado sobre la variable prácticas de alimentación saludable, tiene un grado adecuado de consistencia interna.

2.5 Procedimientos de análisis de datos

El procedimiento de recolección de datos de la investigación, estuvo compuesto por las siguientes fases:

Vaciado de datos: Durante esta fase, la investigadora procedió a realizar el vaciado o traslado de los valores de respuesta recopilados a través de la aplicación de los cuestionarios del estudio, hacia la herramienta estadística denominada IBM SPSS STATISTICS.

Tabulación de resultados: Durante esta fase, la investigadora procedió ingresar cada uno de los ítems de los cuestionarios. a la vista de variables del editor de datos del programa estadístico IBM SPSS STATISTICS, y añadió la escala de valor, junto a la frecuencia de respuestas obtenidas.

Diseño de tablas y figuras, e interpretación de resultados: Durante esta fase, la investigadora procedió a realizar la representación en forma de tablas y figuras de los resultados obtenidos; y por cada pregunta formulada, añadió una interpretación de las principales frecuencias obtenidas.

2.6 Criterios éticos

Los criterios éticos de la investigación, fueron los siguientes:

Valor social o científico: El valor social o científico de una investigación, se refleja en el grado de beneficios sociales que proporciona.³⁰

Validez científica: La validez científica de una investigación, se refleja en el grado de conocimiento válido que puede aportar.³⁰

Selección equitativa de sujetos: La selección equitativa de sujetos, se refleja en una selección por razones científicas y no sociales.³⁰

2.7 Criterios de rigor científico

Los criterios de rigor científico de la investigación, fueron los siguientes:

Consentimiento informado: El consentimiento informado requiere que las personas que participan en un estudio, conozcan sobre su finalidad, riesgos y posibles beneficios.³⁰

Evaluación independiente: La evaluación independiente requiere de la participación de personas capacitadas que no tengan ningún tipo de vínculo con el estudio ni con el investigador.³⁰

Proporción favorable del riesgo – beneficio: La proporción favorable del riesgo – beneficio, se manifiesta en una transferencia de beneficios mayores a sus riesgos.³⁰

Respeto a los sujetos inscritos: El respeto a los sujetos inscritos se manifiesta en una libertad de retiro, y en un buen uso de los datos proporcionados.³⁰

III. RESULTADOS

3.1 Resultados en tablas y figuras

Tabla 6

Caracterizar el perfil socio demográfico de las madres lactantes atendidas en el Centro de Salud José Olaya 2019

Edad madres lactantes			Edad niños atendidos			N° Hijos madres lactantes			Grado instrucción madres lactantes			E. Civil madres lactantes		
Intervalo	N	%	Intervalo	N	%	Intervalo	N	%	Intervalo	N	%	Intervalo	N	%
Entre 20 a 25 años	63	37,3	Entre 6 a 12 meses	57	33,7	1	61	36,1	Primaria	29	17,2	Soltera	32	18,9
Entre 25 a 30 años	46	27,2	Entre 12 a 18 meses	50	29,6	2	52	30,8	Secundaria	39	23,1	Casada	35	20,7
Mayor a 30 años	60	35,5	Entre 18 a 24 meses	62	36,7	3	56	33,1	Técnico Superior	37	21,9	Viuda	28	16,6
-	-	-	-	-	-	-	-	-	Superior universitaria	34	20,1	Conviviente	43	25,4
-	-	-	-	-	-	-	-	-	Estudios de posgrado	30	17,8	Separada / Divorciada	31	18,3
TOTAL	169	100,0	-	169	100,0	-	169	100,0	-	169	100,0	-	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: En cuanto a la edad de las madres lactantes, 63 (37,3%) de la muestra seleccionada de madres lactantes atendidas, presenta un rango de edad entre los 20 a 25 años, mientras que 60 (35,5%) presenta un rango de edad mayor a 30 años, y solo 46 (27,2%) presenta un rango de edad entre 25 a 30 años. En cuanto a la edad de los niños atendidos, 62 (36,7%) de la muestra seleccionada de madres lactantes atendidas, presenta un niño con un rango de edad entre los 18 a 24 meses, mientras que 57 (33,7%) presenta un niño con un rango de edad entre los 6 a 12 meses, y solo 50 (29,6%) presenta un niño con un rango de edad entre 12 a 18 meses. En cuanto al número de hijos de las madres lactantes, 61 (36,1%) de la muestra seleccionada de madres lactantes atendidas presenta un número total de 01 hijo, mientras que 56 (33,1%) presenta un número total de 03 hijos, y solo 52 (30,8%) presenta un número total de 02 hijos. En cuanto al grado de instrucción de las madres lactantes, 39 (23,1%) de la muestra seleccionada de madres lactantes atendidas presenta un grado de instrucción de nivel secundario, mientras que 37 (21,9%) presenta un grado de instrucción de nivel técnico superior, y solo 34 (20,1%) presenta un grado de instrucción de nivel superior universitaria. En cuanto al estado civil de las madres lactantes, 43 (25,4%) de la muestra seleccionada de madres lactantes atendidas presenta un estado civil conviviente, mientras que 35 (20,7%) presenta un estado civil casado, y solo 32 (18,9%) presenta un estado civil soltero.

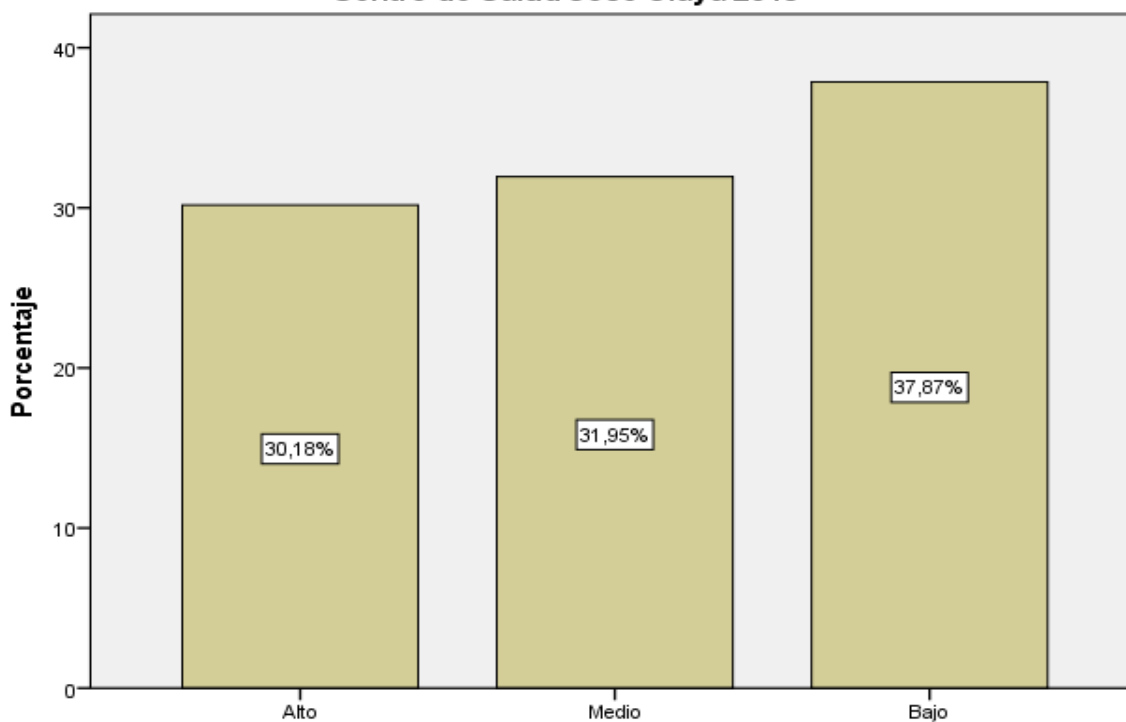
Tabla 7

Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya - 2019

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	51	30,2
Medio	54	32,0
Bajo	64	37,9
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 1: Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud Jose Olaya 2019



Interpretación: De los resultados, 64 (37,9%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel bajo de conocimientos nutricionales, mientras que 54 (32,0%) presenta un nivel medio, y solo 51 (30,2%) presenta un nivel alto.

Fuente: Elaboración propia

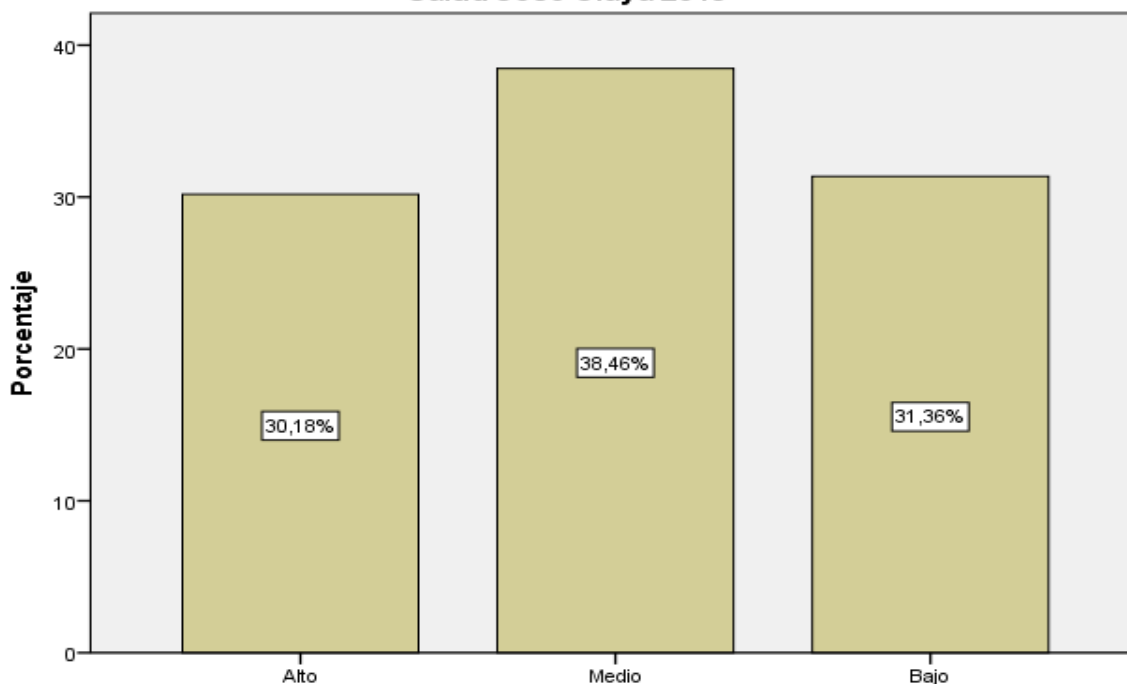
Tabla 8

Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya - 2019

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	51	30,2
Medio	65	38,5
Bajo	53	31,4
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 2. Nivel de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud Jose Olaya 2019



Interpretación: De los resultados, 65 (38,6%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel bajo de prácticas de alimentación saludable, mientras que 53 (31,4%) presenta un nivel bajo, y solo 51 (30,2%) presenta un nivel alto.

Fuente: Elaboración propia

Tabla 9**Nivel de correlación entre las variables conocimientos nutricionales y alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya**

		Conocimientos nutricionales	Alimentación saludable
Tau_b de Kendall	Conocimientos nutricionales	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,103
		N	.
			,000
	Alimentación saludable	Coefficiente de correlación	169
		Sig. (bilateral)	169
		N	.
			,000

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: Los resultados obtenidos a través del coeficiente no paramétrico Tau B de Kendall, revelan que existe un nivel de correlación entre las variables conocimientos nutricionales y alimentación saludables de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya que equivale a 0.103, y el cual puede ser interpretado como un nivel de correlación positiva débil entre ambas variables, y que a medida que haya un mejor nivel de conocimientos nutricional, también habrá una mejor alimentación saludable, pero en una menor frecuencia. El nivel de significación bilateral (p) obtenido en la medición de la correlación entre variables, se encuentra por debajo del límite del 5%. Por el nivel de significación obtenido que se encuentra debajo del límite del 5%, se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis alternativa que establece un grado de correlación significativa entre ambas variables.

3.2 Discusión de resultados

En relación al primer objetivo específico, los resultados obtenidos en la tabla 6, revelan que el 37,3% de la muestra seleccionada de madres lactantes atendidas presenta un rango de edad entre los 20 a 25 años. El rango de edad de las madres lactantes en el estudio de Olivares G.¹⁵, es considerado como uno de los principales factores que determina el bajo nivel de alimentación saludable de las madres lactantes, debido a la asociación entre la falta de conocimiento sobre nutrientes y la mala práctica de ingesta de alimentos. También, los resultados obtenidos en la tabla 5, revelan que el 23,1% de la muestra seleccionada de madres lactantes atendidas presenta un grado de instrucción de nivel secundario. Los resultados obtenidos se contrastan con los de Sánchez A.⁹, por sugerir que las madres lactantes jóvenes, que tienen un nivel de formación con mayor frecuencia de escuela primaria y secundaria, presentan un bajo nivel de conocimiento de alimentación complementaria, junto a una alta incidencia de enfermedades digestivas y resfríos continuos en sus niños.

En relación al segundo objetivo específico, los resultados obtenidos en la tabla 7, revelan que el 37,9% de la muestra seleccionada de madres lactantes atendidas presenta un nivel bajo de conocimientos nutricionales, especialmente en las dimensiones de conocimiento sobre alimentos (Tabla 10), calidad de consumo de alimentos (Tabla 11), y niveles adecuados de nutrientes (Tabla 12). Los resultados obtenidos se contrastan con los de Delgado L. y Nombera F.¹⁹, por señalar que los problemas de nutrición en niños pequeños, se debe a que las madres no poseen un adecuado nivel de conocimiento nutricional sobre los alimentos que deben consumir, y sobre las medidas de higiene que deben aplicar durante la preparación de sus alimentos.

Tabla 10

Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de conocimiento sobre alimentos

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	53	31,4
Medio	56	33,1
Bajo	60	35,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Tabla 11**Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de calidad de consumo de alimentos**

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	52	30,8
Medio	48	28,4
Bajo	69	40,8
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Tabla 12**Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de niveles adecuados de nutrientes**

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	57	33,7
Medio	54	32,0
Bajo	58	34,3
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

En relación al tercer objetivo específico, los resultados obtenidos en la tabla 8, revelan que el 38,5% de la muestra seleccionada de madres lactantes atendidas presenta un nivel bajo de prácticas de alimentación saludable, especialmente en las dimensiones de consumo diario de alimentos variados y nutritivos (Tabla 14), en la reducción del consumo de sal (Tabla 19), y en la revisión de información sobre alimentos (Tabla 20). Los resultados obtenidos se contrastan con los de De Jesús M.¹², debido a que evidencia que un porcentaje relevante de la población, no conoce la importancia de una adecuada alimentación saludable (especialmente en los tipos de alimentos que deben consumir), y sobre su papel para prevenir la aparición de enfermedades y posibles problemas de desnutrición.

Tabla 14

Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de consumo diario de alimentos variados y nutritivos

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	42	24,9
Medio	62	36,7
Bajo	65	38,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Tabla 19

Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de reducir el consumo de sal

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	64	37,9
Medio	53	31,4
Bajo	52	30,8
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Tabla 20

Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de revisión de la información de alimentos

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	48	28,4
Medio	56	33,1
Bajo	65	38,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

En relación al cuarto objetivo específico, los resultados obtenidos en la tabla 9, revelan que el grado de correlación entre las variables conocimientos nutricionales y alimentación saludables de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya equivale a .103, y puede ser interpretado como un nivel de correlación positiva débil entre ambas variables. Los resultados obtenidos se contrastan con los de Castro K.¹³, por resaltar la existencia de una relación significativa entre el nivel de conocimientos que tienen las madres lactantes sobre alimentación saludable y el estado nutricional (nivel de alimentación saludable) del niño en una edad menor a 2 años de edad. También, coincide con el estudio de Caman D.²¹, por indicar que el nivel de nutrición de las madres lactantes y de sus hijos, se mejorará a través de la difusión de información y de programas de alimentación de alimentación saludable.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMEDACIONES

4.1 Conclusiones

El perfil socio demográfico de las madres atendidas en el Centro de Salud José Olaya – 2019, nos muestra con mayor representatividad, a un grupo poblacional constituido por mujeres madres lactantes en estado civil conviviente, cuyo rango de edad fluctúa entre los 20 a 25 años, con un nivel de estudios secundarios terminados, y que posee un número total de 01 hijo en una edad aproximada entre 18 a 24 meses.

El nivel de conocimientos nutricionales de las madres atendidas en el Centro de Salud José Olaya – 2019 fue bajo, especialmente en las dimensiones de conocimiento sobre alimentos, calidad de consumo de alimentos, y niveles adecuados de nutrientes.

El nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres atendidas en el Centro de Salud José Olaya – 2019 fue bajo, especialmente en las dimensiones de consumo diario de alimentos variados y nutritivos, en la reducción del consumo de sal, y en la revisión de información sobre alimentos.

La relación entre el nivel de conocimientos nutricionales de las madres y la práctica de alimentación saludable a madres lactantes atendidas en el Centro de Salud José Olaya – 2019, equivale a 0.103, y puede ser interpretado como un nivel de correlación positiva débil entre ambas variables, y a medida que haya un mejor nivel de conocimientos nutricional, también habrá una mejor alimentación saludable, pero en una menor frecuencia.

En relación a la hipótesis general del estudio, el nivel de significación bilateral obtenido mediante el uso del coeficiente estadístico no paramétrico Tau B de Kendall, se encuentra por debajo del límite del 5%, y permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa que establece una relación significativa entre las variables conocimientos nutricionales y práctica de alimentación saludable de las madres lactantes atendidas en el Centro de Salud José Olaya – 2019.

4.2 Recomendaciones

Al personal de salud que forma parte del Servicio del Centro de Crecimiento y Desarrollo del Centro de Salud José Olaya y a las autoridades electas que integran la Municipalidad Provincial de Chiclayo:

Reforzar el nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes atendidas (especialmente del segmento poblacional de madres jóvenes), a través del desarrollo de talleres educativos sobre alimentos y calidad de consumos de alimentos, de tal manera que puedan identificar correctamente los niveles de nutrientes que aporta cada tipo de alimento.

Reforzar las prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes atendidas (especialmente del segmento poblacional de madres jóvenes), a través del desarrollo de talleres educativos sobre la preparación adecuada de alimentos, los hábitos de higiene, limpieza para la prevención de posibles contingencias y enfermedades.

Al personal de salud que forma parte del Servicio de Crecimiento y Desarrollo del Centro Salud José Olaya, impulsar el desarrollo de estudios de carácter pre experimental, que permitan contrastar los efectos de un mejor nivel de conocimientos nutricionales en la práctica de la alimentación de mujeres lactantes que tienen hijos entre 6 a 24 meses de edad.

Al Gobierno Regional de Salud de Lambayeque, tomar un papel activo en el desarrollo de estrategias que permitan mejorar el nivel de alimentación saludable y calidad de vida de la población que integra el departamento de Lambayeque, especialmente de aquella que presenta un mayor grado de vulnerabilidad, como es el caso del segmento de madres jóvenes que carecen de un nivel adecuado de conocimiento nutricional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. El país. [Online].; 2016 [cited 2019 abril 21. Available from: https://elpais.com/elpais/2016/10/07/planeta_futuro/1475833790_799620.html.
2. Organización Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2018 [cited 2019 abril 21. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding?fbclid=IwAR3bXob3a484uovitVjq77mPHc8eYOF89wQaaUfRcJQ3jY7WqHogYoMmgJ0>.
3. Gómez M. Asociación Española de Pediatría. [Online].; 2018 [cited 2019 abril 22. Available from: https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/recomendaciones_aep_sobre_alimentacion_complementaria_nov2018_v3_final.pdf?fbclid=IwAR1p_j-qi2SBWxEBtl9cCaosg7bhIzHPJ5S4sSDB7dGjLlivnfM0b5shpoA.
4. INEI. Andina Agencia Peruana de Noticias. [Online].; 2018 [cited 2019 abril 21. Available from: <https://andina.pe/agencia/noticia-inei-desnutricion-infantil-disminuyo-52-los-ultimos-5-anos-el-peru-711991.aspx>.
5. Iniciativa contra la Desnutrición Infantil. IDI. [Online].; 2018 [cited 2019 Abril 21. Available from: <http://iniciativacontradesnutricion.org.pe/conceptos-y-principios/>.
6. Scaling Up Nutrition. Scaling up nutrition. [Online].; 2016 [cited 2019 Abril 22. Available from: <https://scalingupnutrition.org/es/news/el-ministerio-de-la-salud-de-peru-capacita-a-las-madres-lideres-de-los-comedores-populares-para-luchar-contrala-anemia-infantil/>.
7. Gamonal M. Gerencia Regional de Salud Lambayeque. [Online].; 2017 [cited 2019 Abril 23. Available from: <https://www.regionlambayeque.gob.pe/web/noticia/detalle/21872?pass=NA==>.

8. Ceballos G. Patrones de alimentación en niños menores de un año de edad que acuden a la consulta externa del Hospital Infantil del estado de Sonora. [Tesis de posgrado]. México: Universidad Nacional Autónoma de México; 2013.
9. Sanchez A. Prácticas de alimentación complementaria en lactantes de 6 a 11 meses 29 días de edad que asisten al Centro de Salud del Municipio de San Juan Sacatepéquez, Guatemala. Julio-Noviembre 2015. [Tesis de Grado]. Guatemala: Universidad Rafael Lándivar; 2016.
10. Garcia I. Caracterización de prácticas de alimentación complementaria a la lactancia materna que realiza la madre del niño (a) de 6 meses a un año de edad. Estudio realizado con madres de la Etnia MAM, en la jurisdicción 2, Ixtahuacán. Huehuetenango, Guatemala. [Tesis de Grado]. Guatemala: Universidad Rafael Lándivar; 2014.
11. Iñiguez J. Manejo de Alimentación Complementaria en los lactantes que asisten a Consulta Externa en el Hospital Universitario de Motupe en el periodo Diciembre 2015-Septiembre 2016. [Tesis de Grado]. Ecuador: Universidad Nacional de Loja; 2017.
12. De-Jesus M. Plan de Educación Alimentario Nutricional para niños y niñas de 0 a 5 años del Proyecto Municipio de Mira. [Tesis de Grado]. Ecuador: Universidad Tecnica del Norte; 2013.
13. Castro K. Conocimientos sobre alimentación complementaria y su relación con el estado nutricional del niño menor de 2 años. Programa CRED de un C.S SJ.M 2015. [Tesis de Grado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2015.
14. Juárez S. Conocimiento de la madre sobre alimentación complementaria y el estado nutricional del niño de 6 a 24 meses de edad que asisten al consultorio CRED, en el P.S. Cono Norte 1er trimestre 2012. [Tesis de Grado]. Tacna: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2013.
15. Zúñiga G. Conocimiento materno sobre alimentación complementaria y su relación con el crecimiento y desarrollo en niños de 6 a 12 meses del centro salud San Jeronimo -

- Huancayo 2016. [Tesis de Grado]. Huancayo: Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt; 2016.
16. Mendoza N. Prácticas alimentarias de la madre y estado nutricional del lactante de 6 a 12 meses. Puesto de salud Garatea. Nuevo Chimbote – 2014. [Tesis de grado]. Chimbote: Universidad Nacional del Santa; 2014.
 17. Bardales M. Nivel de conocimiento sobre alimentación complementaria en madres de niños de 6-12 meses centro de salud Micaela Bastidas febrero 2013. [Tesis de grado]. Lima: Universidad Ricardo Palma, Lima; 2013.
 18. Bustamante J, Gordillo M. Cuidado de la madre Andina al lactante menor desde una perspectiva Intercultural, 2017. [Tesis de Grado]. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2018.
 19. Delgado L, Nombera F. Nivel de conocimientos de las madres adolescentes en la práctica de la lactancia materna exclusiva. HRLM - Chiclayo, 2012. [Tesis de Grado]. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2012.
 20. Cisneros E, Vallejos Y. Efectividad del programa educativo en conocimientos, prácticas, actitudes sobre alimentación complementaria de madres con niños 6-24 meses - Reque -2014. [Tesis de Grado]. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2015.
 21. Caman D. Experiencias de madres adolescentes sobre alimentación complementaria, Centro de Salud el Bosque - Chiclayo 2018. [Tesis de Grado]. Pimentel : Universidad Señor de Sipán; 2018.
 22. Vega E, Fernandández R. Cuidado Intercultural desde la estrategia de crecimiento y desarrollo al lactante mayor con desnutrición– inkawasi, 2015. [Tesis de Grado]. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2016.
 23. Raile Alligood M, Marriner Tomey A. Modelos y teorías en enfermería. Séptima ed. Elsevier B, editor. España,S.L: Elsevier; 2011.

24. Carbajal A. La nutrición en la red. [Online].; 2013 [cited 2019 mayo 01. Available from: <https://www.ucm.es/nutricioncarbajal/manual-de-nutricion>.
25. López C. La educación nutricional en la prevención y promoción de la salud. [Online].; 2019 [cited 2019 mayo 01. Available from: https://www.kelloggs.es/es_ES/nutrition/manual-de-nutricion.html.
26. Cambridge Weight plan. Conoce el objetivo general de la educación nutricional. [Online].; 2018 [cited 2019 mayo 01. Available from: <https://www.cwp.com.mx/blog/objetivo-general-de-la-educacion-nutricional/>.
27. Gonzales Briones E, Merino Merino B. Alimentación saludable: Guía para las familias. Primera ed. Educativas CdEyCDGdP, editor.: Dirección General de Salud Pública; 2008.
28. Ministerio de Salud y Protección Social. Repositorio Institucional Digital. [Online].; 2013 [cited 2019 Abril 30. Available from: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/Forms/tienda%20terminos.aspx>.
29. Mariño García A, Núñez Velázquez M, Gámez Bernal AI. Alimentación saludable. Revista científica de alimentación saludable. 2014 Marzo; 1(2).
30. Hernandez R, Fernandez C, Baptista P. Metodología de la investigación científica. 6th ed. Mexico: McGraw-Hill / Interamericana Editores de S.A; 2014.
31. Gonzales M. Aspectos éticos de la investigación cualitativa. Revista Iberoamericana de Educación. 2002; 1(29).
32. Organización Mundial de la Salud (OMS). Nutrición. [Online].; 2018 [cited 2018 octubre 26. Available from: http://www.who.int/nutrition/about_us/es/.
33. Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). Malnutrición en niños y niñas en América Latina y el Caribe. [Online].; 2018 [cited 2018 octubre 26. Available from: <https://www.cepal.org/es/enfoques/malnutricion-ninos-ninas-america-latina-caribe>.

34. Instituto Nacional Estadística e Informática (INEI). INEI: desnutrición infantil disminuyó 5,2% en los últimos 5 años en el Perú. [Online].; 2018 [cited 2018 octubre 26. Available from: <https://andina.pe/agencia/noticia-inei-desnutricion-infantil-disminuyo-52-los-ultimos-5-anos-el-peru-711991.aspx>.
35. Sociedad Española de Dietética y Ciencia de la Alimentación (SEDCA). La educación nutricional en el seno familiar reduce la ingesta de grasa de los niños. [Online].; 2013 [cited 2018 octubre 26. Available from: <http://www.nutricion.org/noticias/noticia.asp?id=47>.
36. Requena Raygada. Conocimiento y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la Institución Educativa No. 524 Nuestra Señora de la Esperanza, octubre 2005. [Online].; 2005 [cited 2018 octubre 30. Available from: <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/1000>.
37. Desnutrición infantil, salud y pobreza: intervención desde un programa integral. [Online].; 2006 [cited 2018 octubre 30. Available from: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112006000700011.
38. Aldana DJR. Conocimientos, Actitudes Y Prácticas Referidas En Madres, Sobre Alimentación De Niños De 0 – 5 Años, Diagnosticados Desnutridos Crónicos En Microred Mórrope. [Online].; 2017 [cited 2018 octubre 26. Available from: http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/2521/1/ALDANA_JR.pdf.
39. Rivera J, Reynaldo M, Gonzáles W, Lutter C, Gonzáles TGdC, Flores AR, et al. Prevención de la desnutrición de la madre y el niño: el componenete de nutrición de la iniciativa salud Mesoamérica 2015. [Online].; 2014 [cited 2018 enero 12. Available from: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342011000900004.
40. De la Fuente M, Torres A, Lara C, Torres F, Rodríguez A, Parra-Flores J. Estado nutricional de escolares de 4º año de enseñanza básica y su relación con el ingreso económico, conocimiento en alimentación saludable, nutrición y percepción de sus

madres. [Online].; 2017 [cited 2018 octubre 26. Available from: <http://www.scielo.org.co/pdf/penh/v18n2/0124-4108-penh-18-02-00143.pdf>.

41. Mamani , Olivera , Luizaga , Lopez , Illanes. Conocimientos y prácticas sobre lactancia materna en Cochabamba-Bolivia: un estudio departamental. [Online].; 2017 [cited 2018 octubre 26. Available from: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1012-29662017000200004.
42. Salvador N, Barreda B. Conocimientos de las madres sobre nutrición y estado nutricional de niños de 1 a 5 años del vaso de leche. [Online].; 2018 [cited 2018 octubre 26. Available from: <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/viewFile/609/467>.
43. Salvador Esquivel , Barreda Coaquira B. Conocimientos De Las Madres Sobre Nutrición Y Estado Nutricional De Niños De 1 A 5 Años Del Vaso De Leche. [Online].; 2006 [cited 2018 octubre 30. Available from: <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/viewFile/609/467>.
44. Baute Pareta , Castañeda Vargas. Caracterización de la desnutrición infantil en el hospital guatemateco de Poptún. [Online].; 2014 [cited 2018 octubre 30. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192014001000010.
45. Boyle , Celano , Cooper , Dupont , Trotter , Van Stan S. Buenas prácticas para una alimentación saludable. [Online].; 2014 [cited 2018 noviembre 03. Available from: https://d3knp61p33sjvn.cloudfront.net/media-resources/ECELC/C2P2/LS2/ECE_Program_Participants/BestPracticesHealthyEating-Span.pdf.
46. Organización mundial de la salud. La alimentación del lactante y del niño pequeño. [Online].; 2009 [cited 2018 noviembre 03. Available from: <http://www1.paho.org/hq/dmdocuments/2010/La-alimentacion-del-lactante--capitulo-modelo-para-libros-de-texto.pdf>.

47. Barrios González , García Mérida , Murray Hurtado M, Ruiz Pons M, Santana Vega , Suárez Hernández E. Guía Pediátrica De La Alimentación. [Online].; 2011 [cited 2018 noviembre 03. Available from: <http://www.programapipo.com/wp-content/uploads/2012/05/GUIA-ALIMENTACION-INFANTIL.pdf>.
48. Dodot. Consejos para la Lactancia Materna en bebés de 0 a 6 meses. [Online].; 2018 [cited 2018 noviembre 03. Available from: <https://www.dodot.es/recien-nacido/nutricion/articulo/consejos-para-la-lactancia-materna-en-bebes-de-0-a-6-meses>.
49. Consejo Ministerial sobre Drogas. Documentos de antecedentes de las guías clínicas nacionales para el manejo del consumo de drogas durante el embarazo. [Online].; 2008 [cited 2018 noviembre 3. Available from: https://www.google.com.pe/search?q=traductor&rlz=1C1OKWM_esPE820PE820&oq=traductor&aqs=chrome.69i57j0l5.6232j1j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8.
50. Cardaci D. El enfoque de la salud desde el género. Rev Mujer Salud. [Online].; 1999 [cited 2018 octubre| 30. Available from: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=7233740&pid=S0036-36342.
51. López N, Alí V, Rojas C. Acciones efectivas para reducir la desnutrición crónica. Evidencias del cambio en zonas rurales del Perú 2003-2004. [Online].; 2003 [cited 2018 octubre 30. Available from: http://www.care.pe/pdfs/cinfo/libro/AccionesEfectivas_Monitoreo.pdf.
52. Caritas. La Desnutrición Infantil En Guatemala:Una Prioridad. [Online].; 2018 [cited 2018 octubre 30. Available from: <https://caritas-web.s3.amazonaws.com/main-files/uploads/2018/06/Ficha-Guatemala-desnutricion-infantil.pdf>.
53. UNICEF, WHO. Innocenti declaration on infant and young child feeding. New York. [Online].; 2009 [cited 2018 noviembre 15. Available from: <http://www1.paho.org/hq/dmdocuments/2010/La-alimentacion-del-lactante--capitulo-modelo-para-libros-de-texto.pdf>.

54. García de León C. Prácticas de alimentación complementaria en niños menores de 1 año de edad, de la comunidad el Tablón del Municipio de Solola. [Online].; 2011 [cited 2018 noviembre 12. Available from: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2011/09/15/Garcia-Cecilia.pdf>.
55. Cáceres Ugarte J. Metodología de la investigación cuantitativa. [Online].; 1996 [cited 2018 octubre 29. Available from: http://www.academia.edu/4353770/Libro_METODOLOGIA_INVESTIGACION_CUANTITATIVA.
56. Hernández, Fernández y Baptista. CCL: Turismo receptivo en el Perú crecería 6% en 2015. [Online].; 2010 [cited 2016 Marzo 22. Available from: <http://peru21.pe/economia/ccl-turismo-receptivo-creceria-6-2015-2210593>.
57. Aldana J. Conocimientos, actitudes y prácticas referidas en madres, sobre alimentación de niños de 0 – 5 años, diagnosticados desnutridos crónicos en Microred Mórrope. [Online].; 2017 [cited 2018 octubre 26. Available from: http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/2521/1/ALDANA_JR.pdf.
58. Beatriz S. Población y Muestra. [Online].; 2017. Available from: [https://med.unne.edu.ar/sitio/multimedia/imagenes/ckfinder/files/files/aps/POBLACION%20Y%20MUESTRA%20\(Lic%20DAngelo\).pdf](https://med.unne.edu.ar/sitio/multimedia/imagenes/ckfinder/files/files/aps/POBLACION%20Y%20MUESTRA%20(Lic%20DAngelo).pdf).
59. Ceballos G. Patrones de alimentación en niños menores de un año de edad que acuden a la consulta externa del Hospital Infantil del Estado de Sonora Posgrado] [d, editor. Mexico : Universidad Autónoma de México ; 2013.
60. Garcia I. Caracterización de prácticas de alimentación complementaria a la lactancia materna que realiza la madre del niño (a) de 6 meses a un año de edad. Estudio realizado con madres de la Etnia MAM, en la jurisdicción 2, Ixtahuacán. Huehuetenango, Guatemala. [Tesis de Grado]. Guatemala: Universidad Rafael Lándivar; 2014.
61. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Enfermería Universitaria. 2011 octubre-diciembre; 8(4).

62. Henufood. Henufood Salud desde la alimentación. [Online].; 2012 [cited 2019 abril 30. Available from: <http://www.henufood.com/nutricion-salud/consigue-una-vida-saludable/comer-bien-para-crecer-bien-nutricion-y-alimentacion-durante-el-crecimiento-y-desarrollo-etapa-1-lactancia-0-a-1-anos/index.html>.
63. Organización Panamericana de la Salud. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2010 [cited 2019 abril 30. Available from: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44310/9789275330944_spa.pdf;jsessionid=DD16409CD19D559D2B47103AC48AB8D3?sequence=1.

ANEXOS

ANEXO 1:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

YO _____ identificado con DNI N° _____ acepto voluntariamente a participar en el estudio de investigación “Nivel de Conocimientos Nutricionales de la madre y su relación con la Práctica de Alimentación Saludable a lactantes - Centro de Salud José Olaya-2019”, realizada por Leidy Indira Castro Montalvo, estudiante de Enfermería de la Universidad Señor de Sipán.

Declaro que he sido informada sobre mi participación y que no implica riesgos para mi persona o mi salud, además de la información que proporciono se utilizará solo con fines investigativos y tendrá el carácter confidencial.

Firma de la Investigadora

Firma del participante

ANEXO 2:

Instrumento sobre Conocimientos Nutricionales (variable 1)

Cuestionario de “Nivel de Conocimientos Nutricionales de la madre y su relación con la Práctica de Alimentación Saludable a lactantes - Centro de Salud José Olaya–2019”

I. PRESENTACIÓN: Buenas horas, soy estudiante Leidy Indira Castro Montalvo de Enfermería de la Universidad Señor de Sipán, y en esta oportunidad quiero solicitar su valiosa colaboración en el presente estudio de investigación, el cual tiene como objetivo: Identificar el nivel de conocimientos nutricionales de la madre en el Centro de salud José Olaya – 2019.

Duración estimada: 10 minutos.

II. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS:

a) **Edad de la madre:** _____.

b) **Edad del Niño(a):** _____.

c) **Número de hijos:** _____.

d) Grado de instrucción:

- Primaria Incompleta () Completa ()
- Secundaria Incompleta () Completa ()
- Técnico superior Incompleta () Completa ()
- Superior universitaria Incompleta () Completa ()
- Estudios de posgrado Incompleta () Completa ()

e) **Ocupación:** _____.

f) Estado civil:

- () Soltera () Conviviente
- () Casada () Separada / Divorciada
- () Viuda

III. Instrucciones

A continuación, se presentan 06 preguntas sobre la variable conocimientos nutricionales, lea cuidadosamente y marque con una “X”, según la respuesta que considere:

- ✓ Siempre (S)
- ✓ Casi siempre (CS)
- ✓ A veces (A)
- ✓ Casi nunca (CN)
- ✓ Nunca (N)

	Ítems o preguntas	S	CS	A	CN	N
1.	Usted conoce el aporte nutricional de los alimentos que consume					
2.	Usted conoce las características de cada tipo de alimento que consume					
3.	Usted consume alimentos de alto valor nutricional					
4.	Usted conoce la cantidad de nutrientes que debe consumir para mantenerse activo y estable					
5.	Usted conoce las porciones de alimentos que debe consumir para mantener una dieta adecuada					
6.	Usted conoce el número de veces que se debe comer para tener una dieta adecuada					

Muchas gracias por su participación

Instrumento sobre alimentación saludable (variable 2)
**Cuestionario de “Nivel de Conocimientos Nutricionales de la madre
y su relación con la Práctica de Alimentación Saludable a lactantes -
Centro de Salud José Olaya–2019”**

I. PRESENTACIÓN: Buenas horas, soy estudiante Leidy Indira Castro Montalvo de Enfermería de la Universidad Señor de Sipán, y en esta oportunidad quiero solicitar su valiosa colaboración en el presente estudio de investigación, el cual tiene como objetivo: Describir el nivel de prácticas de alimentación saludable de lactantes en el Centro de Salud José Olaya – 2019.

II. DATOS GENERALES

g) **Edad de la madre:** _____.

h) **Edad del Niño(a):** _____.

i) **Número de hijos:** _____.

j) Grado de instrucción:

- Primaria Incompleta () Completa ()
- Secundaria Incompleta () Completa ()
- Técnico superior Incompleta () Completa ()
- Superior universitaria Incompleta () Completa ()
- Estudios de posgrado Incompleta () Completa ()

k) **Ocupación:** _____.

l) Estado civil:

- () Soltera () Conviviente
- () Casada () Separada / Divorciada
- () Viuda

III. Instrucciones

A continuación, se presentan 10 preguntas sobre la variable conocimientos nutricionales, lea cuidadosamente y marque con una “X”, según la respuesta que considere:

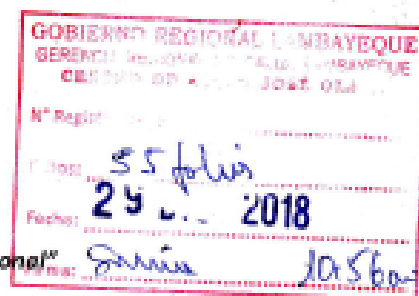
- ✓ Siempre (S)
- ✓ Casi siempre (CS)
- ✓ A veces (A)
- ✓ Casi nunca (CN)
- ✓ Nunca (N)

	Lista de interrogantes	S	CS	A	CN	N
1.	Usted realiza un consumo diario de alimentos variados.					
2.	Usted realiza un consumo diario de alimentos nutritivos.					
3.	Usted realiza un consumo frecuente de alimentos bajos en grasa.					
4.	Usted realiza un consumo frecuente de frutas.					
5.	Usted realiza un consumo frecuente de verduras.					
6.	Usted realiza un consumo frecuente de bebidas azucaradas.					
7.	Usted realiza un consumo frecuente de gaseosas.					
8.	Usted realiza un consumo frecuente de alimentos enlatados.					
9.	Usted realiza un consumo frecuente de embutidos.					
10.	Usted realiza una revisión frecuente del contenido calórico de los alimentos que consume.					

Muchas gracias por su participación

ANEXO 4:

CARTA DE PRESENTACIÓN



"Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional"

Pimentel, 05 de diciembre de 2018

Solicito: Autorización recolección de datos para trabajo de investigación.

Sr. Dr. Jorge Ticlla Requeime
Médico Jefe del Centro de Salud José Olaya
Presente.-

De mi consideración:

Me dirijo a usted en nombre de la Universidad Señor de Sipán, para saludarlo cordialmente y a la vez motivo la presente para presentar a la Srta. **CASTRO MONTALVO LEIDY INDIRA**, estudiante de la Escuela Académica Profesional de Enfermería de esta Casa Superior de Estudios, quien está realizando el proyecto de investigación denominado: **"NIVEL DE CONOCIMIENTOS NUTRICIONALES DE LA MADRE Y SU RELACIÓN CON LA PRÁCTICA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE A LACTANTES - CENTRO DE SALUD JOSÉ OLAYA – 2019"**, requisito fundamental en la asignatura de Investigación I.

En tal sentido, acudo a su despacho para solicitar tenga a bien conceder permiso a la estudiante en mención, a fin que pueda recolectar datos para la ejecución del proyecto de investigación en la institución que usted tan dignamente dirige.

Agradeciendo por anticipado su gentil atención, me despido.

Atentamente,

Dra. Norma del Carmen Galvez Diaz
E.A.P. DE ENFERMERIA
DIRECTORA

cc. archivo
msgg/sec

ADMISIÓN E INFORMES

074 481610 - 074 481632

CAMPUS USS

Km. 5, carretera a Pimentel
Chiclayo, Perú

ANEXO 5:

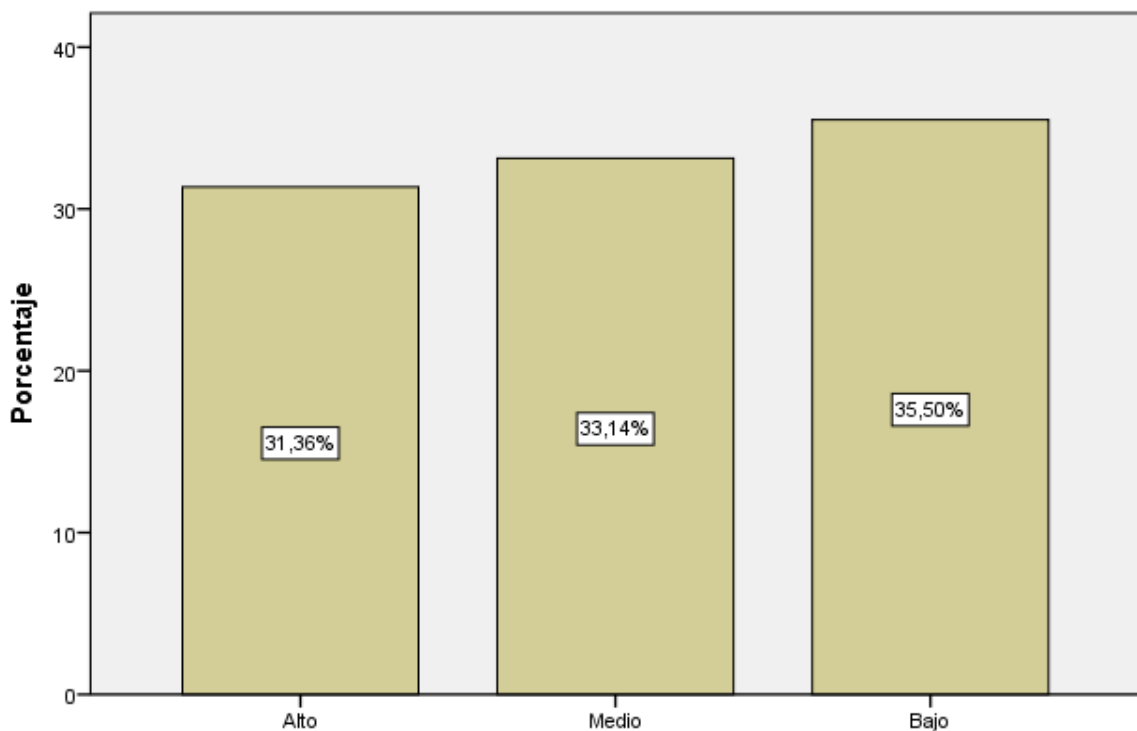
TABLAS
PREGUNTAS DEL CUESTIONARIO

Tabla 10. Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de conocimiento sobre alimentos

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	53	31,4
Medio	56	33,1
Bajo	60	35,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 3: Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de conocimiento sobre alimentos



Interpretación: De los resultados, 60 (35,5%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel bajo en la dimensión de conocimiento sobre alimentos, mientras que 56 (33,1%) presenta un nivel medio, y solo 53 (31,4%) presenta un nivel alto.

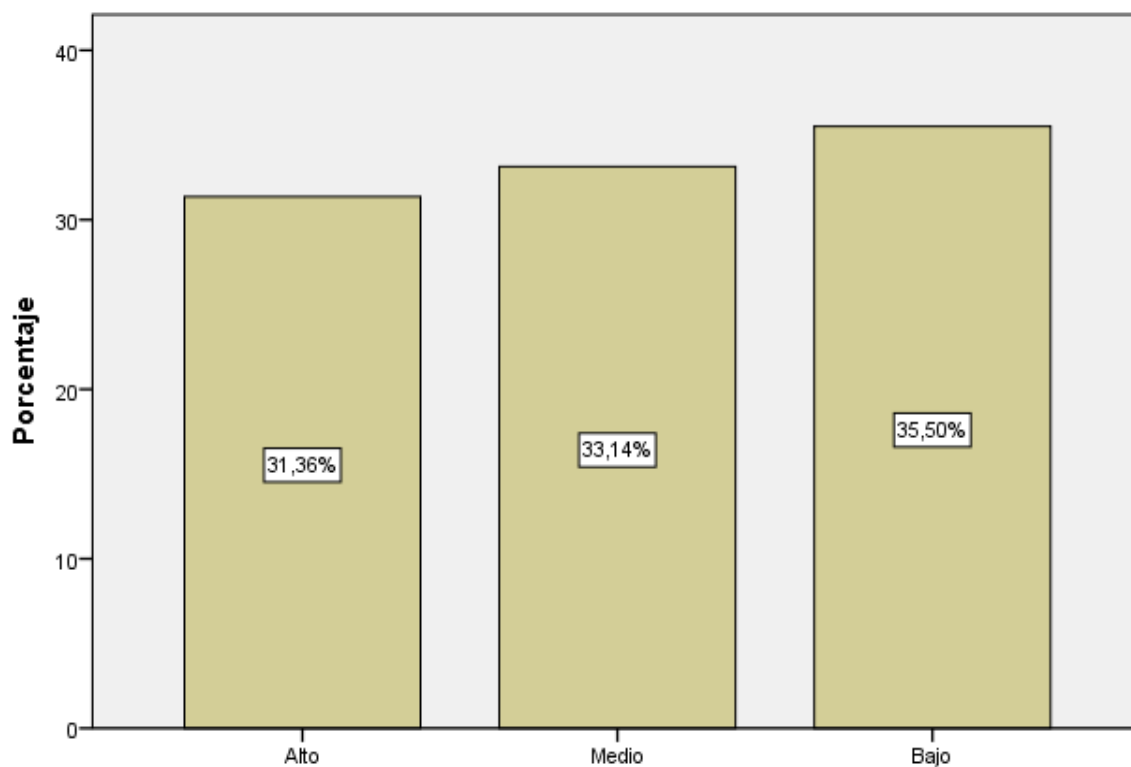
Fuente: Elaboración propia

Tabla 11. Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de calidad de consumo de alimentos

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	52	30,8
Medio	48	28,4
Bajo	69	40,8
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 4: Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de conocimiento sobre alimentos



Interpretación: De los resultados, 69 (40,8%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel bajo en la dimensión de calidad de consumo de alimentos, mientras que 52 (30,8%) presenta un nivel alto, y solo 48 (28,4%) presenta un nivel medio.

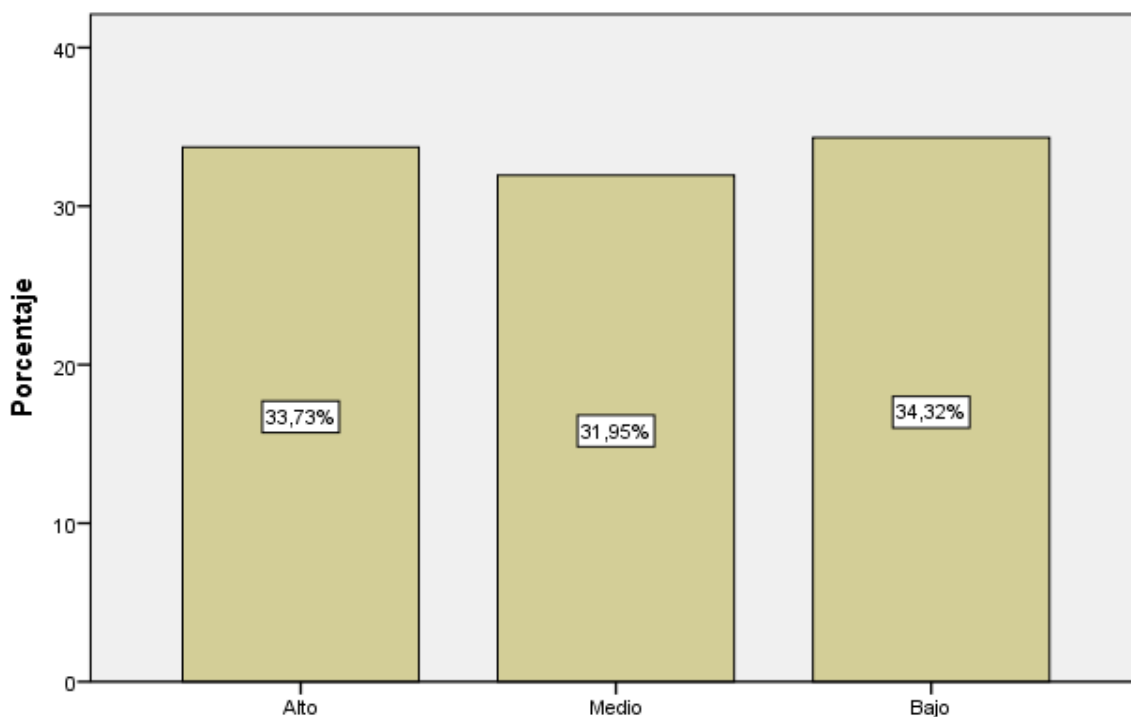
Fuente: Elaboración propia

Tabla 12. Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de niveles adecuados de nutrientes

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	57	33,7
Medio	54	32,0
Bajo	58	34,3
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 5: Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de niveles adecuados de nutrientes



Interpretación: De los resultados, 58 (34,3%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel bajo en la dimensión de niveles adecuados de nutrientes, mientras que 57 (33,7%) presenta un nivel alto, y solo 54 (32,0%) presenta un nivel medio.

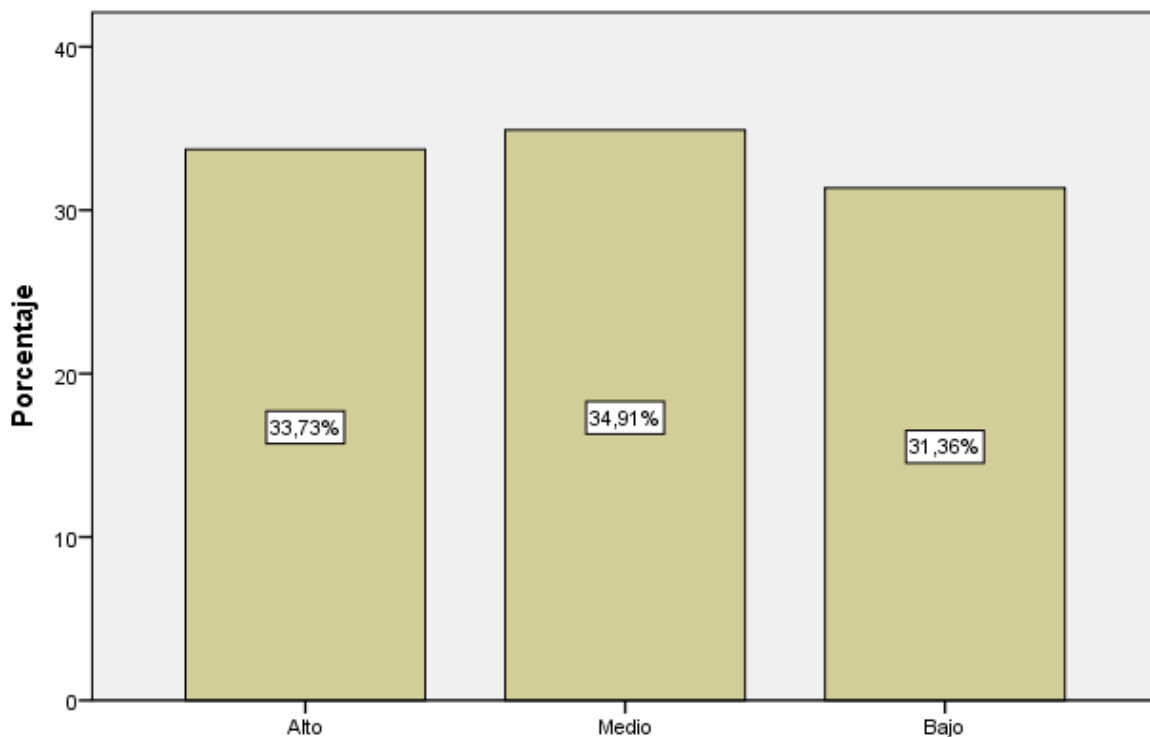
Fuente: Elaboración propia

Tabla 13. Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de frecuencia de consumo de alimentos

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	57	33,7
Medio	59	34,9
Bajo	53	31,4
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 6: Nivel de conocimientos nutricionales de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de frecuencia de consumo de alimentos



Interpretación: De los resultados, 59 (34,9%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel medio en la dimensión de frecuencia de consumo de alimentos, mientras que 57 (33,7%) presenta un nivel alto, y solo 53 (31,4%) presenta un nivel bajo.

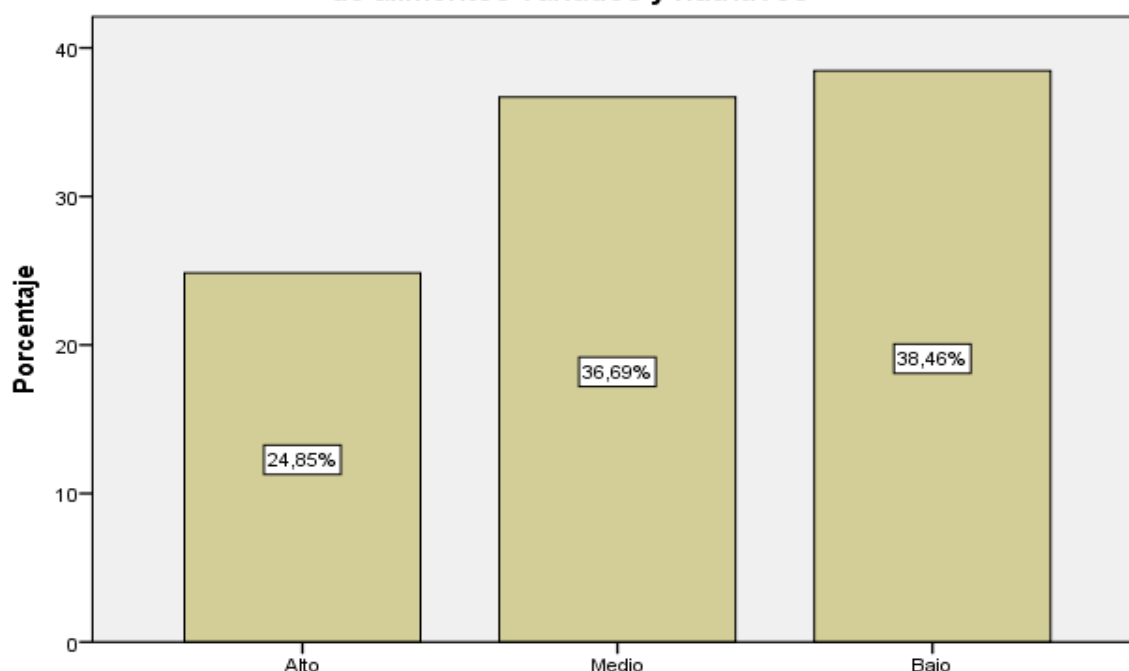
Fuente: Elaboración propia

Tabla 14. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de consumo diario de alimentos variados y nutritivos

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	42	24,9
Medio	62	36,7
Bajo	65	38,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 7. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de consumo diario de alimentos variados y nutritivos



Interpretación: De los resultados, 65 (38,5%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel bajo en la dimensión de consumo diario de alimentos variados y nutritivos, mientras que 62 (63,7%) presenta un nivel medio, y solo 42 (24,9%) presenta un nivel alto.

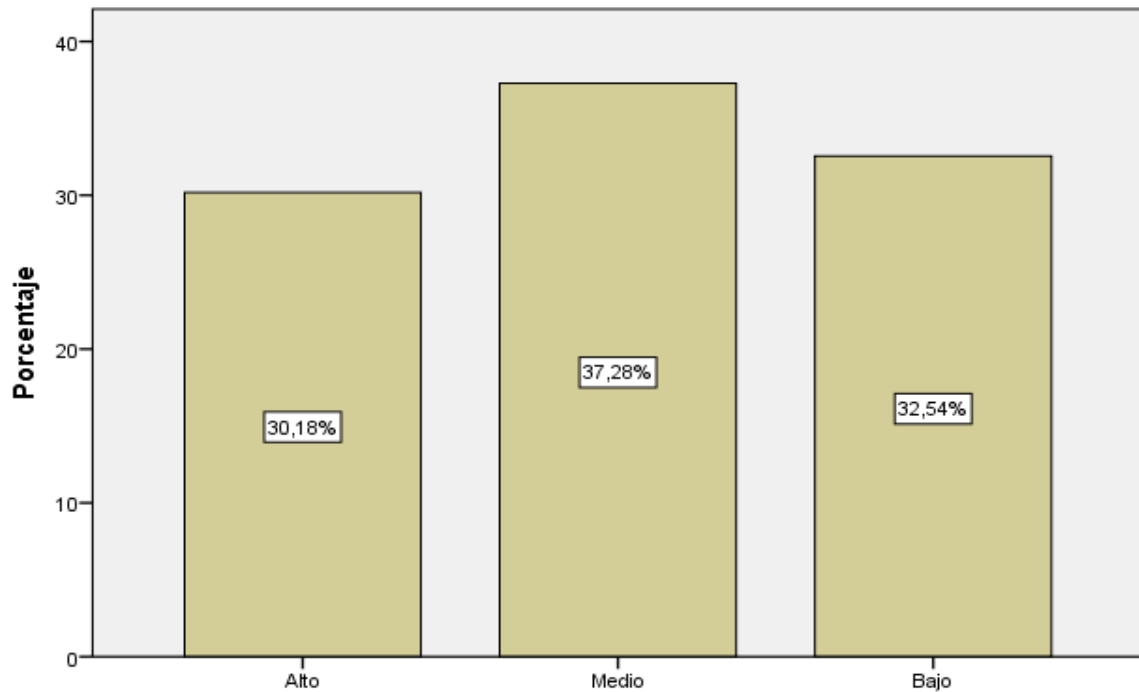
Fuente: Elaboración propia

Tabla 15. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de consumo de alimentos bajos en grasa

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	51	30,2
Medio	63	37,3
Bajo	55	32,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 8. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de consumo de alimentos bajos en grasa



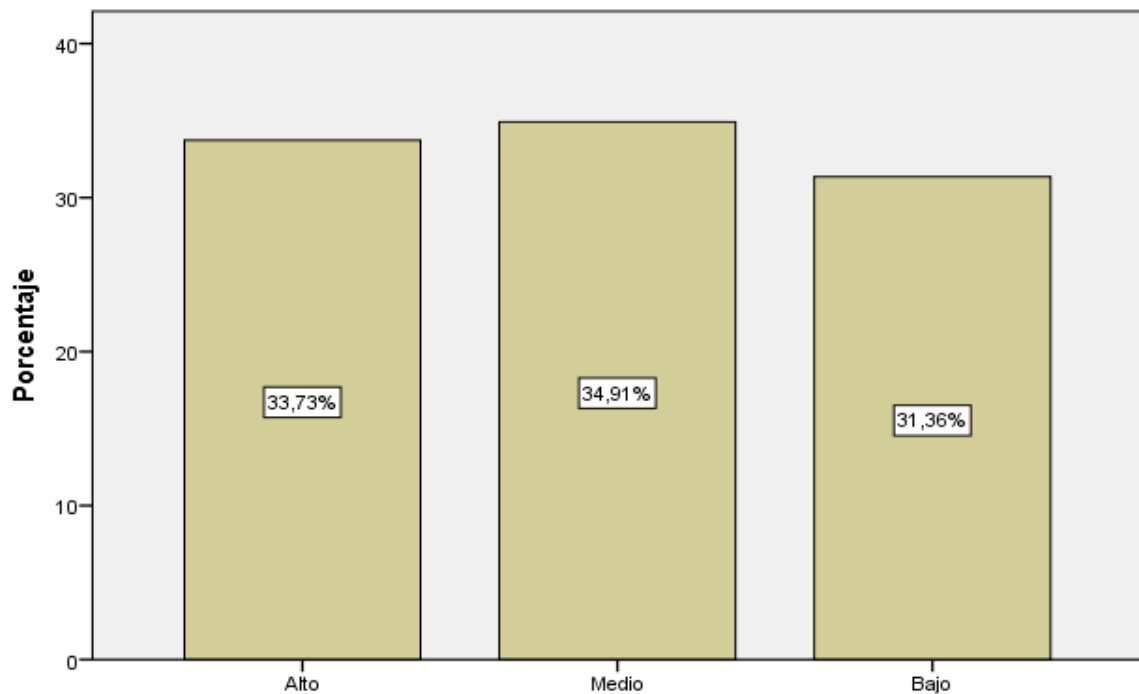
Interpretación: De los resultados, 63 (37,3%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel medio en la dimensión de consumo de alimentos bajos en grasa, mientras que 55 (32,5%) presenta un nivel bajo, y solo 41 (30,2%) presenta un nivel alto.

Tabla 16. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de consumo diario de frutas

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	57	33,7
Medio	59	34,9
Bajo	53	31,4
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 9. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de consumo diario de frutas



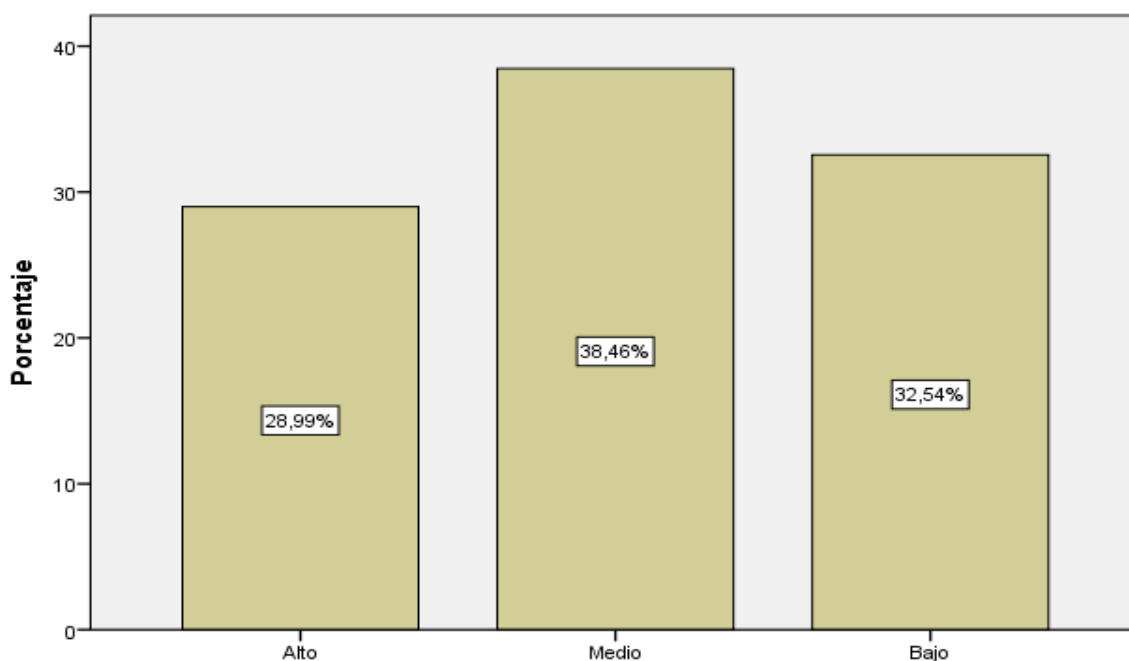
Interpretación: De los resultados, 59 (34,9%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel medio en la dimensión de consumo diario de frutas, mientras que 57 (33,7%) presenta un nivel alto, y solo 53 (31,4%) presenta un nivel bajo.

Tabla 17. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de consumo de verduras

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	49	29,0
Medio	65	38,5
Bajo	55	32,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 10. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de consumo de verduras



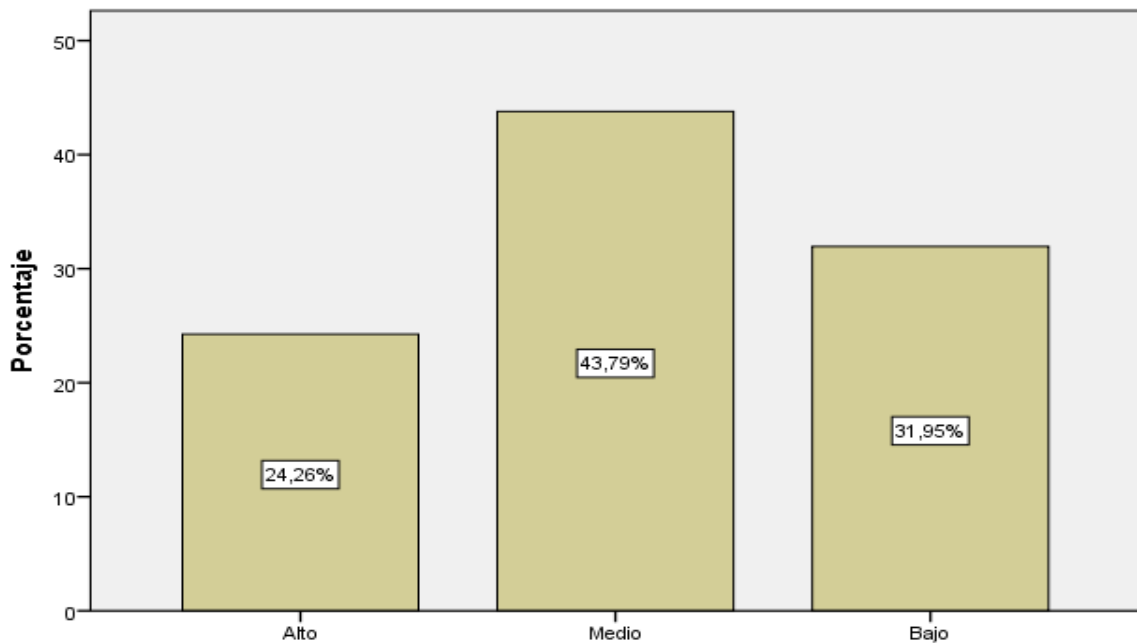
Interpretación: De los resultados, 65 (38,5%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel medio en la dimensión de consumo de verduras, mientras que 55 (32,5%) presenta un nivel bajo, y solo 49 (29,0%) presenta un nivel alto.

Tabla 18. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de reducir el consumo de bebidas azucaradas y gaseosas

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	41	24,3
Medio	74	43,8
Bajo	54	32,0
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 11. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de reducir el consumo de bebidas azucaradas y gaseosas



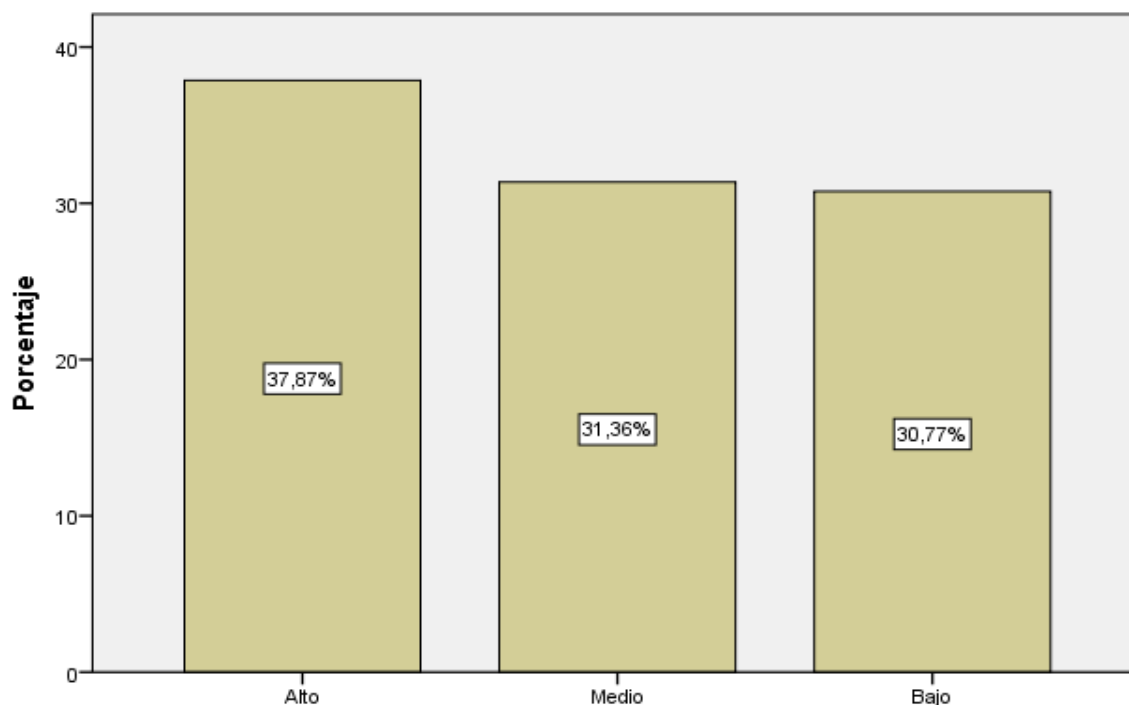
Interpretación: De los resultados, 74 (43,8%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel medio en la dimensión de consumo de bebidas azucaradas y gaseosas, mientras que 54 (32,0%) presenta un nivel bajo, y solo 41 (24,3%) presenta un nivel alto.

Tabla 19. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de reducir el consumo de sal

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	64	37,9
Medio	53	31,4
Bajo	52	30,8
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 12. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de reducir el consumo de sal



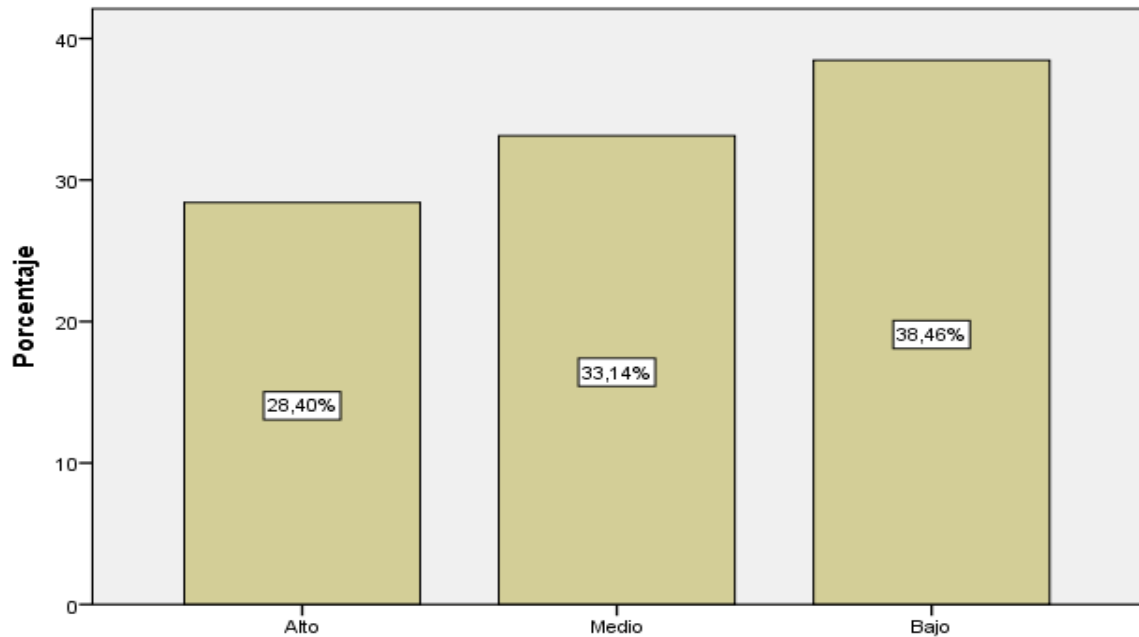
Interpretación: De los resultados, 64 (37,9%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel alto en la dimensión de reducir el consumo de sal, mientras que 53 (31,3%) presenta un nivel medio, y solo 52 (30,8%) presenta un nivel bajo.

Tabla 20. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de revisión de la información de alimentos

Escala	Muestra	Porcentaje
Alto	48	28,4
Medio	56	33,1
Bajo	65	38,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Figura 13. Nivel de prácticas de alimentación saludable de las madres lactantes del Centro de Salud José Olaya 2019 en relación a la dimensión de revisión de la información de alimentos



Interpretación: De los resultados, 65 (38,5%) de la muestra seleccionada de madres lactantes, presenta un nivel bajo en la dimensión de revisión de la información de alimentos, mientras que 56 (33,1%) presenta un nivel medio, y solo 48 (28,4%) presenta un nivel alto.

Tabla 21. Pregunta 1.- Usted conoce el aporte nutricional de los alimentos que consume

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	25	14,8
Casi siempre	32	18,9
A veces	37	21,9
Casi Nunca	40	23,7
Nunca	35	20,7
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 40 (23,7%) y (35) 20,7% de la muestra seleccionada nunca y casi Nunca conoce el aporte nutricional de los alimentos que consume, mientras que 37 (21,9%) a veces conoce el aporte nutricional de los alimentos que consume.

Tabla 22. Pregunta 2.- Usted conoce que tipo de alimento debe consumir

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	36	21,3
Casi siempre	42	24,9
A veces	33	19,5
Casi Nunca	27	16,0
Nunca	31	18,3
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 42 (24,9%) y (36) 21,3% de la muestra seleccionada casi siempre y siempre conoce las características de cada tipo de alimento que consume, mientras que 33 (29,5%) a veces conoce las características de cada tipo de alimento que consume.

Tabla 23. Pregunta 3.- Usted consume alimentos de alto valor nutricional

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	33	19,5
Casi siempre	28	16,6
A veces	44	26,0
Casi Nunca	34	20,1
Nunca	30	17,8
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 44 (26,0%) de la muestra seleccionada a veces consume alimentos de alto valor nutricional, mientras que 34 (20,1%) casi nunca consume alimentos de alto valor nutricional.

Tabla 24. Pregunta 4.- Usted conoce la cantidad de nutrientes que debe consumir para mantenerse activo y estable

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	26	15,4
Casi siempre	31	18,3
A veces	34	20,1
Casi Nunca	42	24,9
Nunca	36	21,3
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 42 (24,9%) y 26 (21,3%) de la muestra seleccionada casi nunca y nunca conoce la cantidad de nutrientes que debe consumir para mantenerse activo y estable, mientras que 34 (20,1%) a veces conoce la cantidad de nutrientes que debe consumir para mantenerse activo y estable.

Tabla 25. Pregunta 5.- Usted conoce las porciones de alimentos que debe consumir para mantener una dieta adecuada

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	30	17,8
Casi siempre	46	27,2
A veces	32	18,9
Casi Nunca	35	20,7
Nunca	26	15,4
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 46 (27,2%) y 30 (17,8%) de la muestra seleccionada casi siempre y siempre conoce las porciones de alimentos que debe consumir para mantener una dieta adecuada, mientras que 35 (20,7%) casi nunca conoce las porciones de alimentos que debe consumir para mantener una dieta adecuada.

Tabla 26. Pregunta 6.- Usted conoce el número de veces que se debe comer para tener una dieta adecuada

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	41	24,3
Casi siempre	34	20,1
A veces	33	19,5
Casi Nunca	32	18,9
Nunca	29	17,2
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 41 (24,3%) y 34 (20,1%) de la muestra seleccionada siempre y casi siempre conoce el número de veces que se debe comer para tener una dieta adecuada, mientras que 33 (19,5%) a veces conoce el número de veces que se debe comer para tener una dieta adecuada.

Tabla 27. Pregunta 7.- Usted realiza un consumo diario de alimentos variados

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	28	16,6
Casi siempre	32	18,9
A veces	35	20,7
Casi Nunca	41	24,3
Nunca	33	19,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 41 (24,3%) y 33 (19,5%) de la muestra seleccionada casi nunca y nunca realiza un consumo diario de alimentos variados, mientras que 35 (20,7%) a veces realiza un consumo diario de alimentos variados.

Tabla 28. Pregunta 8.- Usted realiza un consumo diario de alimentos nutritivos

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	28	16,6
Casi siempre	32	18,9
A veces	34	20,1
Casi Nunca	40	23,7
Nunca	35	20,7
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 40 (23,7%) y 35 (20,7%) de la muestra seleccionada casi nunca y nunca realiza un consumo diario de alimentos nutritivos, mientras que 34 (20,1%) a veces realiza un consumo diario de alimentos nutritivos.

Tabla 29. Pregunta 9.- Usted realiza un consumo frecuente de alimentos bajos en grasa

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	31	18,3
Casi siempre	30	17,8
A veces	32	18,9
Casi Nunca	40	23,7
Nunca	36	21,3
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 40 (23,7%) y 36 (21,3%) de la muestra seleccionada casi nunca y nunca realiza un consumo frecuente de alimentos bajos en grasa, mientras que 32 (18,9%) a veces realiza un consumo frecuente de alimentos bajos en grasa.

Tabla 30. Pregunta 10.- Usted realiza un consumo frecuente de frutas

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	33	19,5
Casi siempre	36	21,3
A veces	39	23,1
Casi Nunca	31	18,3
Nunca	30	17,8
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 39 (23,1%) a veces realiza un consume frecuente de frutas, mientras que 36 (21,3%) casi siempre realiza un consume frecuente de frutas.

Tabla 31. Pregunta 11.- Usted realiza un consumo frecuente de verduras

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	35	20,7
Casi siempre	38	22,5
A veces	36	21,3
Casi Nunca	31	18,3
Nunca	29	17,2
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 38 (22,5%) y 35 (20,7%) siempre y casi siempre realiza un consumo frecuente de verduras, mientras que 36 (21,3%) a veces realiza un consumo frecuente de verduras.

Tabla 32. Pregunta 12.- Usted realiza un consumo frecuente de bebidas azucaradas

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	35	20,7
Casi siempre	34	20,1
A veces	40	23,7
Casi Nunca	31	18,3
Nunca	29	17,2
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 35 (20,7%) y 34 (20,1%) siempre y casi siempre realiza un consumo frecuente de bebidas azucaradas, mientras que 40 (23,7%) a veces realiza un consumo frecuente de bebidas azucaradas.

Tabla 33. Pregunta 13.- Usted realiza un consumo frecuente de gaseosas

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	34	20,1
Casi siempre	35	20,7
A veces	41	24,3
Casi Nunca	33	19,5
Nunca	26	15,4
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 41 (24,3%) a veces realiza un consumo frecuente de gaseosas, mientras que 35 (20,7%) casi siempre realiza un consumo frecuente de alimentos.

Tabla 34. Pregunta 14.- Usted realiza un consumo frecuente de alimentos enlatados

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	23	13,6
Casi siempre	28	16,6
A veces	41	24,3
Casi Nunca	32	18,9
Nunca	45	26,6
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 45 (26,6%) y 32 (18,9%) nunca y casi nunca realiza un consumo frecuente de alimentos enlatados, mientras que 41 (24,3%) realiza un consumo frecuente de alimentos enlatados.

Tabla 35

Pregunta 15.- Usted realiza un consumo frecuente de embutidos

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	31	18,3
Casi siempre	38	22,5
A veces	37	21,9
Casi Nunca	27	16,0
Nunca	36	21,3
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 38 (22,5%) y 31 (18,3%) casi siempre y siempre realiza un consumo frecuente de embutidos, mientras que 37 (21,9%) a veces realiza un consumo frecuente de embutidos.

Tabla 36 Pregunta 16.- Usted realiza una revisión frecuente del contenido calórico de los alimentos que consume

Escala	Muestra	Porcentaje
Siempre	39	23,1
Casi siempre	34	20,1
A veces	36	21,3
Casi Nunca	27	16,0
Nunca	33	19,5
Total	169	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: De los resultados, 39 (23,1%) y 34 (20,1%) siempre y casi siempre realiza una revisión frecuente del contenido calórico de los alimentos que consume, mientras que 36 (21,3%) a veces realiza una revisión frecuente del contenido calórico de los alimentos que consume.