

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**



**FACULTAD DE BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN  
ESCUELA DE BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN**

**TESIS**

**“PRÁCTICAS ALIMENTARIAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN  
PRIMARIA DE LA I.E. N° 20505 DE PATIVILCA BARRANCA 2020”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN**

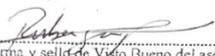
**PRESENTADO POR:**

**Bach. OSORIO TENA, Claudia Lizet**

**Bach. SALINAS MENDOZA, Fiorella Sumiko**

**ASESOR:**

**GUERRERO ROMERO, Rubén**

  
Firma y sello de Visto Dueno del asesor  
LIC. RUBEN GUERRERO R.

**HUACHO, PERÚ**

**2020**

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**

**FACULTAD DE BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN**

**ESPECIALIDAD:  
BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN**

**TÍTULO:  
“PRÁCTICAS ALIMENTARIAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA  
I.E. N° 20505 DE PATIVILCA BARRANCA 2020”**

**PRESENTADA POR:**

Bach. OSORIO TENA, Claudia Lizet

Bach. SALINAS MENDOZA, Fiorella Sumiko

**MIEMBROS DEL JURADO**

---

**M(o). RODRIGUEZ VIGIL, Eddy Gilberto  
PRESIDENTE**

---

**M(o). TAMARIZ GRADOS, Nelly Norma  
SECRETARIA**

---

**Lic(o). TORRES CORCINO Edith,  
VOCAL**

---

**M(o). GUERRERO ROMERO, Rubén  
ASESOR**

**HUACHO, PERÚ**

**2020**

## DEDICATORIA

*A Dios todopoderoso, a nuestros padres, por su  
dedicación, esmero y sacrificio*

*A nuestros profesores, compañeros de estudio y todas  
las personas que nos han apoyado a lo largo de nuestra  
carrera universitaria. A todos mil gracias*

## ÍNDICE

MIEMBROS DEL JURADO .....	iii
DEDICATORIA.....	iii
ÍNDICE .....	iv
ÍNDICE DE TABLAS .....	vii
ÍNDICE DE FIGURAS.....	ix
RESUMEN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN .....	xiii
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	1
1.1. Descripción de la Realidad Problemática.....	1
1.2. Formulación del Problema .....	2
1.2.1. Problema general.....	2
1.2.2. Problemas específicos .....	2
1.3. Objetivos de la Investigación .....	2
1.3.1. Objetivo general.....	2
1.3.2. Objetivos específicos .....	3
1.4. Justificación de Investigación .....	3
1.4.1. Conveniencia.....	3
1.4.2. Relevancia Social.....	3
1.4.3. Valor Teórico .....	4
1.4.4. Utilidad Metodológica .....	4
1.5. Delimitaciones del Estudio.....	4

1.6. Viabilidad del Estudio.....	4
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO .....	6
2.1. Antecedentes de la Investigación .....	6
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	6
2.1.2. Antecedentes nacionales .....	7
2.2. Bases Teóricas.....	9
2.2.1. Modelo biopsicosocial .....	9
2.3. Definición de términos .....	10
2.4. Formulación de Hipótesis.....	11
2.4.1. Hipótesis general.....	11
2.4.2. Hipótesis específicas .....	12
2.5. Operacionalización de Variables.....	13
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA .....	16
3.1. Diseño Metodológico .....	16
3.1.1. Tipo de investigación.....	16
3.1.2. Nivel de investigación.....	16
3.1.3. Diseño de investigación .....	16
3.1.4. Enfoque .....	16
3.2. Población y Muestra.....	16
3.2.1. Población.....	16
3.2.2. Muestra .....	17
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y PROCESAMIENTO DE LOS DATOS.....	18
4.1. Cuadro de Resultados Referenciales.....	18

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	36
5.1. Discusión.....	37
5.2. Conclusiones .....	38
5.3. Recomendaciones.....	39
CAPÍTULO VI: FUENTES DE INFORMACIÓN.....	41
6.1. Fuentes Bibliográficas.....	41
6.2. Fuentes Electrónicas.....	41 <u>1</u>
ANEXOS.....	45
APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO (ENCUESTA).....	46
MATRIZ DE CONSISTENCIA .....	50
FICHA DE DATOS DEL NIÑO .....	52

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Matriz de operacionalización</i> .....	13
Tabla 2. <i>Sexo de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	18
Tabla 3. <i>Edades de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	19
Tabla 4. <i>Desayuno diario de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	20
Tabla 5. <i>Con quien y donde desayunan mayormente los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	21
Tabla 6. <i>Con quien y donde cenan mayormente los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	22
Tabla 7. <i>Actividad que realizan mientras desayunan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	23
Tabla 8. <i>Consumo de alimentos por obligación en los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	24
Tabla 9. <i>Lavado de manos de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	25
Tabla 10. <i>Consumo a la semana de hamburguesas, pollo a la brasa, pizza o papas fritas de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	26
Tabla 11. <i>Consumo a la semana de pasteles, piononos, alfajores y golosinas de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	27
Tabla 12. <i>Consumo de gaseosas de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	28

Tabla 13. <i>Consumo a la semana de leche, yogurt o queso de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	29
Tabla 14. <i>Consumo diario de frutas de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	30
Tabla 15. <i>Consumo a la semana de verduras frescas, crudas, ensalada o cocinadas de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	31
Tabla 16. <i>Consumo de arroz en el almuerzo de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	32
Tabla 17. <i>Consumo de pan en el desayuno de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	33
Tabla 18. <i>Consumo a la semana de carne, pollo, gallina, cerdo o cuy de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	34
Tabla 19. <i>Consumo a la semana de pescado de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	35
Tabla 20. <i>Consumo a la semana de menestras o frijoles de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</i> .....	36

**ÍNDICE DE FIGURAS**

<i>Figura 1.</i> Sexo de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505. ....	18
<i>Figura 2.</i> Edades de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.....	19
<i>Figura 3.</i> Desayuno diario de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.....	20
<i>Figura 4.</i> Con quien y donde desayunan a diario los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.....	21
<i>Figura 5.</i> Con quien y donde cenan a diario los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505. .....	22
<i>Figura 6.</i> Actividad que realizan mientras desayunan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.....	23
<i>Figura 7.</i> Consumo de alimentos por obligación los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.....	24
<i>Figura 8.</i> Lavado de manos de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505. ....	25
<i>Figura 9.</i> Consumo de hamburguesa, pollo a la brasa, pizza o papas fritas de los niños.....	26
<i>Figura 10.</i> Consumo de pasteles, piononos, alfajores y golosinas de los niños.....	27
<i>Figura 11.</i> Consumo de gaseosas de los niños. ....	28
<i>Figura 12.</i> Consumo de leche, yogurt o queso de los niños.....	29
<i>Figura 13.</i> Consumo diario de frutas de los niños.....	30
<i>Figura 14.</i> Consumo de verduras frescas, crudas, ensalada o cocinadas de los niños. ....	31

<i>Figura 15.</i> Consumo de arroz en el almuerzo de los niños. ....	32
<i>Figura 16.</i> Consumo de pan en el desayuno de los niños.....	33
<i>Figura 17.</i> Consumo de carne, pollo, gallina, cerdo o cuy durante la semana de los niños.....	34
<i>Figura 18.</i> Consumo de pescado durante la semana de los niños. ....	35
<i>Figura 19.</i> Consumo durante la semana de menestras o frijoles de los niños. ....	36

## RESUMEN

En el presente trabajo de investigación titulado: “Prácticas alimentarias de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020” se presentan un conjunto de reflexiones a tomar en cuenta sobre las prácticas alimentarias en el contexto de educación primaria, cabe destacar que esta investigación se llevó a cabo en la población de Pativilca – Barranca, la cual es una zona rural y por ende son escasos los recursos económicos, el total de la población fueron 50 niños y como muestra se estudió a 30 niños a los cuales se le realizó una encuesta con 18 preguntas de manera muy sencilla para que pudieran responder, la investigación es de tipo básico ya que, y de acuerdo a su naturaleza del estudio de investigación presenta un nivel explicativo porque explica el comportamiento de la variable, ese trabajo utiliza el método deductivo ya que en su procedimiento parte de un principio general y desciende a los casos particulares y así poder llegar a una conclusión de lo que pasa a su alrededor.

Entre los hallazgos más importantes encontrados en esta investigación se recalcan: urgente abordaje a los niños de educación primaria, para conocer el tipo de alimentación y nutrición además de conocer su educación alimentaria; el valor que tiene una buena dieta rica en nutrientes en la niñez; las buenas prácticas alimenticias y las acciones preventivas que la escuela debe emprender y de igual manera asumir el compromiso de los diferentes entes para la prevención de enfermedades como desnutrición, obesidad, anemia, las cuales afectan el desarrollo de los niños en edad escolar.

**PALABRAS CLAVES:** educación alimentaria y nutricional, educación, hábitos alimentarios.

## ABSTRACT

In this research work entitled: "Eating practices of primary school children of IE. N° 20505 of Pativilca Barranca 2020" a set of reflections to be taken into account on eating practices in the context of primary education is presented, it should be noted that this research was carried out in the population of Pativilca - Barranca, which is a rural area and therefore economic resources are scarce, the total population was 50 children and as a sample 30 children were studied who were He conducted a survey with 18 questions in a very simple way so that they could answer, the research is of a basic type since only the eating practices of children and their body mass index were studied, and according to their nature of the research study presents an explanatory level because it explains the behavior of the variable, this work uses the deductive method since in its procedure it starts from a p general principle and descends to particular cases and thus be able to reach a conclusion about what is happening around them.

Among the most important findings found in this research are: the important a children in primary education, to know the type of food and nutrition in addition to knowing their food education; the value of a good nutrient-rich diet for children; lifestyles; importance of the food culture their parents, and the preventive actions that the school must undertake and in the same way assume the responsibility of the State in the prevention of diseases such as malnutrition, obesity, anemia, which affect the development of children of age school.

**KEYWORDS:** food and nutrition education, education, eating habits.

## INTRODUCCIÓN

La primera alimentación del ser humano de es suministrada por la madre primeramente con la leche materna la cual está fortificada y bien estructurada en nutrientes que necesita el niño para su crecimiento y desarrollo, a lo largo de este crecimiento se adoptan otros tipos de alimentación como la complementaria la cual será un refuerzo positivo o negativo de acuerdo a la elección de los alimentos, de allí nace nuestra cultura alimentaria, que además la definirán otros factores importantes como las familias de escasos recursos económicos.

Es por esa razón que las prácticas alimentarias deben orientarse principalmente a desarrollar y variar las prácticas alimentarias, esto involucra la familia, la comunidad educativa; los cuales deben implementar una buena educación acerca de la importancia de una buena alimentación, la cual enlaza: Acabar con conductas erróneas en cuanto a la alimentación; promoviendo una mayor consciencia sobre la importancia que juega la alimentación para nuestra salud, estos aprendizajes serán la clave para tener un buen consumo de alimentos.

La mala alimentación es uno de los principales problemas nutricionales del mundo y por ende nuestro país no escapa de ello, la cual se deben a diferentes factores fundamentales como malos hábitos, carencias de políticas alimentarias gubernamentales, la falta de recursos económicos, entre otros, los cuales derivan problemas de desnutrición, instabilidades que se convierten en diferentes trastornos.

Debido a toda esta problemática podemos destacar que la mala alimentación tiene mucho que ver con el aprendizaje de las buenas practicas alimentaria s los cuales requieren nutrientes básicos que aporten energía, hierro, zinc, aminoácidos, vitaminas entre otros, en esta investigación persistiremos en este tema tan importante, ser punto de referencia en otras investigaciones futuras en la formación de hábitos dietéticos adecuados para un mejor estilo de vida y una buena Educación Alimentaria y Nutricional, la cual es sumamente importante conocer especialmente en este nivel de Educación primaria.

## **CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. Descripción de la Realidad Problemática**

Conforme con la Organización Panamericana de la Salud (2017), en los niños del Perú la anemia es una prioridad de salud pública que perjudica a la país, conforme con la encuesta de salud familiar en el 2015 el 43,4% de niños menores de 6 a 35 meses poseía anemia, empero en otros términos más grave en los niños de 6 a 12 meses, o sea de un año de edad en este conjunto etario está en un 70%. Puesto que en Puno el 70% de niños poseen anemia le sigue Apurímac con un 56,8 %. La anemia y la desnutrición son problemas que en su mayoría se presenta en las familias de escasos recursos económicos, donde existe un desconocimiento, entre otros aspectos; afectando el desarrollo integral de los niños (Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social, 2018).

La anemia se produce por la deficiencia de hierro en sangre, siendo un problema a nivel nacional que afecta de 4 a 10 niños menores de edad el 46,6%. En el área rural hay una mayor prevalencia con respecto al urbano, en el primer semestre del 2018. Siendo de mayor consecuencia en la sierra y la selva a una escala menor o intermedia y la tasa más baja en la costa. (Instituto Nacional de Estadística e Informática, 2018)

Existen aproximadamente 620 mil niños con anemia, que puede ser causado por muchos factores. La enfermedad que tiene mayor relación con la anemia es la desnutrición infantil, que es producto de una inadecuada alimentación. (Ministerio de Salud del Perú, 2017).

Según la Dirección Regional de Salud (2019), en el reporte estadístico de noviembre del 2019, se evaluaron a 23 773, lactantes de 6 a 35 meses, resultando Yauyos como provincia con mayor incidencia de anemia con un 35.45%.

Por tal razón, el Gobierno Regional de Lima (2019), implementó “La estrategia multisectorial para combatir la anemia y desnutrición infantil” en provincias como Cajatambo, Yauyos y Huarochirí.

A nivel local según datos estadísticos del 2019, en el Distrito de Huaura se evaluaron a 972 lactantes de 6 a 35 meses, encontrándose que 257 lactantes (26.44%) presentaban anemia. (DIRESA, 2019), así como también en el Distrito de Huacho y de manera especial por la particularidad de la institución es que pretendemos realizar el presente trabajo de investigación denominado: “PRÁCTICAS ALIMENTARIAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA I.E. N° 20505 DE PATIVILCA BARRANCA 2020” el cual esperamos sirva como un referente para otras investigaciones.

## **1.2. Formulación del Problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuáles son las prácticas alimentarias que tienen los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es el Índice de Masa Corporal (IMC) de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020?
- ¿Cuáles son los tipos de prácticas alimentarias que realizan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020?

## **1.3. Objetivos de la Investigación**

### **1.3.1. Objetivo general**

Explicar las prácticas alimentarias que tienen los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Determinar el Índice de Masa Corporal (IMC) de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.
- Seleccionar los tipos de prácticas alimentarias que realizan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.

## **1.4. Justificación de Investigación**

### **1.4.1. Conveniencia**

Esta investigación es necesaria para que se tenga conocimiento sobre las prácticas alimentarias de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.

Los niños de educación primaria son más vulnerables por lo que al estar en constante desarrollo requieren un elevado consumo de alimentos nutritivos. Existían diversos factores que afectan el crecimiento y desarrollo del infante; como la deficiencia de micronutrientes tiene repercusión funcional sobre la capacidad mental, inmunológica y endocrina. Por ello es muy importante promover la suplementación de programas y de consultoría nutricional.

### **1.4.2. Relevancia Social**

La investigación a nivel nutricional permitirá explicar las prácticas alimentarias de los niños, promoviendo el uso de alimentos nutritivos ricos en macronutrientes.

### **1.4.3. Valor Teórico**

Esta investigación busca resolver un problema real que es la alimentación y consecuentemente mejorar las prácticas alimentarias de los niños, debido a que muchos de ellos no cumplen con los requerimientos necesarios. También los hallazgos que se obtendrán ayudarán a ampliar el conocimiento sobre este grave problema, en especial de la Institución.

### **1.4.4. Utilidad Metodológica**

La investigación pertenece al área de ciencias de la salud, y la disciplina de la nutrición. De esta manera, se mejorará la comprensión de los aspectos que traen las prácticas alimentarias de los niños.

## **1.5. Delimitación del Estudio**

### **1.5.1. Límite temático**

Se abordará las prácticas alimentarias que realizan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.

### **1.5.2. Límite espacial:**

Abarca únicamente a los niños de la I.E. N° 20505 de Pativilca de la provincia de Barranca.

### **1.5.3. Límite poblacional:**

La población estudiada estará conformada por 30 niños de educación primaria.

### **1.5.4. Límite temporal:**

Se realizará durante el año 2020.

### **1.6. Viabilidad del Estudio**

- **Apoyo Institucional:** Se solicitará el correspondiente permiso a la I.E. N° 20505 de Pativilca para la recolección los datos.
- **Recursos Humanos:** Esta investigación será desarrollada por las tesoreras: Osorio Tena Claudia Lizet y Salinas Mendoza Fiorella Sumiko.
- **Recursos Técnicos o Tecnológicos:** La investigación a desarrollar cuenta con acceso de información, tanto en tesis, artículos, libros, etc. Se utilizarán programas de Excel, Word, etc.
- **Recursos Económicos:** La investigación será financiada por las investigadoras.
- **Recursos Logísticos:** Se utilizaron materiales como computadora, libros, etc.

## CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la Investigación

#### 2.1.1. Antecedentes internacionales

**De la Cruz Sánchez Ernesto** “*La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial*” Maracay Estado Aragua Venezuela 2015.

**Resumen:** en esta investigación se presentan una serie de generalizaciones y varias reflexiones acerca del tema de la educación alimentaria en la educación preescolar, en las prácticas alimentarias la investigación fue de tipo cualitativa la población fue de 4 expertos, para el procesamiento de los datos se utilizó un instrumento de Atlas-ti, entre las conclusiones más resaltantes se destaca la emergencia de un enlace entre la manutención y el sostenimiento de la educación.

**Guerra Ordoñez Jesús Alejandro** “*Conducta y hábitos alimentarios en estudiantes escolares*” Ciudad de Alianza, Matamoros, Tamaulipas, México. 2018

**Objetivo:** Comprobar la tipificación de las conductas y los hábitos alimenticios de los niños en edad escolar.

**Métodos:** La investigación es de Diseño cuantitativo, no experimental y transversal, su población fue de 590 escolares en edad promedio de 6 a 12 años de edad, se realizó un muestreo probabilístico aleatorio simple, con una muestra de 243 participantes de 1º a 6º grado. En las técnicas de recolección de información se utilizó el cuestionario para evaluar conductas y hábitos alimentarios.

**Resultados:** los niños de sexo masculino presentaron una relación con la conducta y los hábitos alimentarios ( $X^2=11.11$ ,  $p=.004$ ).

**Conclusiones:** Los hábitos alimentarios de los escolares representan una ocasión para equilibrar las conductas las cuales pueden generar factores de riesgo para el desarrollo de los niños además de presentar complicaciones relacionadas con nutrición inadecuada. Cabe destacar que los niños de sexo masculino demostraron tener las conductas menos saludables con lo cual se representan mayor riesgo en el futuro.

**Adriana Ivette Macias M., Lucero Guadalupe Gordillo S., Esteban Jaime Camacho R.** “*Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud*”  
Unidad Académica Profesional Nezahualcóyotl, Universidad Autónoma del Estado de México. 2012

**Resumen:** Se realizó una revisión teórica acerca del papel de la familia, los anuncios publicitarios y la escuela, en la adopción, o bien modificación de los hábitos alimentarios de los niños. Debido a que las nuevas dinámicas familiares y la gran exposición de los niños a los comerciales alimentarios han modificado los patrones de consumo de los niños originando con ello el aumento de la obesidad infantil, motivo por el que se enfatiza la importancia de la educación para la salud como herramienta preventiva y promocional en el cambio de conductas relacionadas con la adopción de hábitos alimentarios saludables, destacando el desarrollo de programas nutricionales aplicados en escuelas con el objetivo de buscar el trabajo conjunto entre los padres de familia y los profesores, para lograr modificar conductas no saludables y lograr estilos de vida saludables.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

**León Ontiveros, Gina Fiorella, Capcha Aquino, Lisbeth Maribel Sánchez Moreno, Sadith Erika** *“Prácticas alimentarias y estado nutricional de preescolares de 3 a 5 años en comparación a nivel nacional e internacional”*.

**Resumen:** esta investigación se realizó debido a los innumerables problemas de salud que afecta a la niñez, primordialmente en los primeros años de vida, que es cuando se adoptan malas prácticas alimentarias y debido a esta se genera la desnutrición, nuestro país posee un alto índice en esta problemática y aún más si se habla de otros países desarrollados es en la edad preescolar donde los niños van adquiriendo practicas alimentarias inadecuadas es por ello que este estudio pretende investigar la relación significativa entre las prácticas alimentarias y el estado nutricional de los niños en edad preescolar,

**Cielo Díaz Melissa Elizabeth** *“Nivel de conocimientos y prácticas alimentarias en madres y su relación con el estado nutricional de niños preescolares, Cambio Puente, 2014”*.

**Resumen:** El trabajo de investigación, ha sido de tipo descriptivo – correlacional de corte transversal, tuvo como fin establecer la interacción entre el grado de conocimientos y prácticas alimentarias en madres con el estado nutricional de chicos preescolares del Centro Poblado Cambio Puente 2014, para eso se laboró con una población maestra de 43 niños en edad preescolar y 42 madres, que juntaron los criterios de integración. Para la recolección de datos se empleó como técnica la encuesta: un cuestionario estructurado, entrevista y una ficha de estado nutricional; confiable y válido. Los resultados conseguidos se analizaron con la prueba estadística de Libertad de Criterio (Chi Cuadrado X2)

**Alva Nestares Violeta Consuelo** *“Conocimientos, percepciones y prácticas alimentarias de madres de escolares con exceso de peso de 6 a 8 años de edad de tres colegios públicos del Cercado de Lima agosto – setiembre Lima Perú 2014”*.

En esta investigación se determinó la relación entre los conocimientos de prácticas alimentarias de las madres y el exceso de peso de sus hijos se realizó un estudio cuantitativo, correlacional. Se seleccionaron 416 escolares entre 6 a 8 años, se les calculó el índice de masa corporal, clasificándolos en 2 grupos: niños con peso normal y niños con exceso de peso; se les aplicó un cuestionario sobre conocimientos de prácticas alimentarias; se correlacionaron los resultados obtenidos de las madres sobre conocimientos, percepciones y prácticas alimentarias con el peso de los niños. La correlación fue determinada con la Prueba de Spearman.

Los conocimientos de las madres de ambos grupos fueron en intermedio bueno. Las madres de niños con peso normal perciben mejor lo que es adecuado para una nutrición saludable; mostrando mejores prácticas. Los niños con abundancia de peso efectúan más carbohidratos simples y grasas fastidiadas que los de peso estereotipado.

## **2.2. Bases Teóricas**

### **2.2.1. Modelo biopsicosocial**

Fue desarrollado por George Engel, siendo un gran avance formular expresamente que los problemas multicausales del paciente intervienen factores biológicos, psicológicos y sociales, así como que la persona se ve afectada por su contexto (Juevas, Álvarez, Otero del Castillo y García, 2020).

Considera el entorno como una base sobre la que se ha desarrollado la dolencia, se contextualiza la atención a los estados físicos y biológicos de la persona en su medio habitual, estudiándose cómo ese medio puede influir en el estado de salud (Juesas et al., 2020).

Las tres dimensiones son igualmente importantes. Si sólo se tiene en cuenta lo biológico, se irá en detrimento de una “intervención integral” del paciente. La cultural influye en la naturaleza y la enfermedad es un proceso múltiple, dinámico e interactivo, con origen y causas múltiples, que no sólo afectan al organismo, sino también a la mente, a las relaciones sociales, etc. (Juesas et al., 2020).

### 2.3. Definición de términos

- ✓ **Práctica:** La práctica es el acto de ensayar una conducta una y otra vez, o participar en una actividad una y otra vez, con el propósito de mejorarla o dominarla, como en la frase "La práctica hace al maestro". Es importante señalar que la práctica es un verbo y no debe confundirse con la práctica del sustantivo.
- **Alimentaria:** Es un adjetivo que tiene como definición que es concerniente, relativo o perteneciente a la alimentación o relacionado con los alimentos. Lo que es propio de la alimentación.
- **IMC:** El índice de masa del cuerpo (IMC) es un número que se calcula basado en el peso y la estatura del individuo. el IMC es un indicador confiable de la obesidad y se utiliza para detectar las categorías de peso que tienen la posibilidad de llevar a inconvenientes de salud.

- **Hemoglobina:** Son los pigmentos de color rojo que están ubicados en los hematíes de la sangre la cual tiene la función de absorber el oxígeno pulmonar y llevarlo a los tejidos tomar su dióxido de carbono y transportarlo a los pulmones.
  
- **Tipos de alimentación:** La nutrición es la práctica más importante para el ser humano pero es el ser humano elige de manera voluntaria y tienen que ver con lo que se escoge para ingerir.
  - Alimentación Vegetariana
  - Alimentación Apivegetariana
  - Alimentación Ovolactovegetariana
  - Alimentación Pescetariana
  - Flexitarianos
  - Alimentación Crudivegana
  - Paleo
  - Dieta sárvica
  - Dieta macrobiótica
  - Frugivoristas

## 2.4. Formulación de Hipótesis

### 2.4.1. Hipótesis general

Las prácticas alimentarias que realizan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020 son muy significativas.

#### **2.4.2. Hipótesis específicas**

- El Índice de Masa Corporal (IMC) de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020 es con tendencia al sobrepeso y obesidad.
- Los tipos de prácticas alimentarias que realizan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020 son muy positivas.

## 2.5. Operacionalización de Variables

Tabla 1.

*Matriz de operacionalización*

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
<b>Variable:</b> <b>Independiente</b>  Prácticas Alimentarias	Patrones alimentarios que persistirán en la vida del menor (Maureen M. Black, 2012)	Se medirá a través del instrumento dirigido a los niños – Entrevista.	Tipo de alimentos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alimentos formadores</li> <li>- Alimentos protectores</li> <li>- Alimentos energéticos</li> </ul>
			Suplementos de hierro	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Complejo Polimaltosado Férrico</li> <li>- Multimicronutrientes</li> </ul>

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA**

### **3.1. Diseño Metodológico**

#### **3.1.1. Tipo de investigación**

La investigación es de tipo básico ya que solamente estudiaremos las prácticas alimentarias de los niños y su índice de masa corporal.

#### **3.1.2. Nivel de investigación**

De acuerdo a su naturaleza del estudio de investigación presenta un nivel explicativo porque explica el comportamiento de la variable. Sus resultados y conclusiones constituyen el nivel más profundo de conocimientos.

#### **3.1.3. Diseño de investigación**

Es de diseño cuasi experimental porque tiene un enfoque mixto que combina los dos cortes (cuantitativo y cualitativo) por parte de la variable independiente (Prácticas alimentarias) tenemos el corte cualitativo.

#### **3.1.4. Enfoque**

Este trabajo utiliza el método deductivo ya que en su procedimiento parte de un principio general y desciende a los casos particulares y así poder llegar a una conclusión de lo que pasa a su alrededor.

### **3.2. Población y Muestra**

#### **3.2.1. Población**

Constituida por 50 niños en edad escolar de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca:

- Escolares aparentemente sanos, cuyos padres dieron el consentimiento informado.
- Edad de 7 a 11 años entre niños y niñas.

### **3.2.2. Muestra**

Utilizaremos una muestra no probabilística por cuanto la población es pequeña siendo seleccionados 30 niños.

## CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y PROCESAMIENTO DE LOS DATOS

### 4.1. Cuadro de Resultados Referenciales

Tabla 2.

*Sexo de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Sexo	Total	Total, porcentaje
Masculino	17	57%
Femenino	13	43%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 1.** Sexo niños y niñas

#### **Interpretación:**

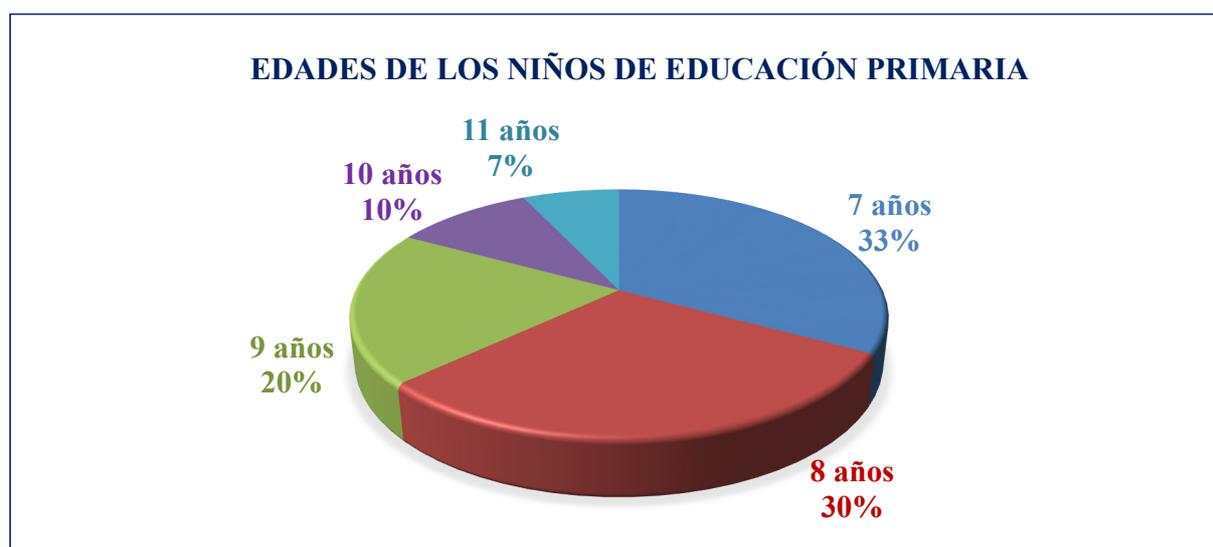
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 57% (17 niños) son del sexo masculino y el 43% (13 niñas) son del sexo femenino.

Tabla 3.

*Edades de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Edad	Total	Total, porcentaje
7 años	10	33%
8 años	9	30%
9 años	6	20%
10 años	3	10%
11 años	2	7%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 2.** *Edades de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.*

### **Interpretación:**

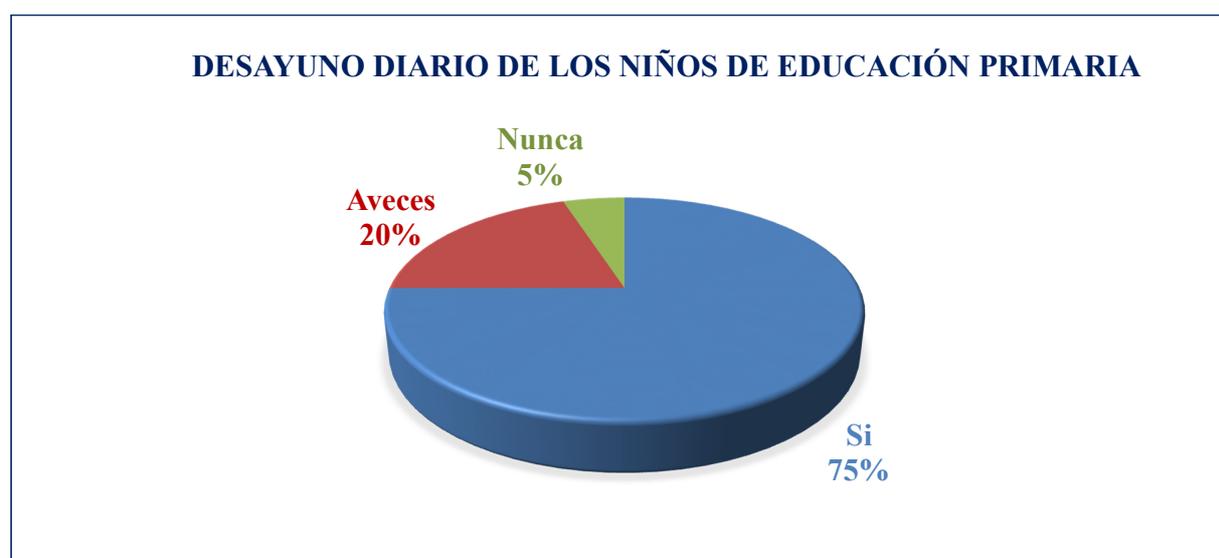
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 33% (10 niños) tienen 7 años, el 30% (9 niños) tienen 8 años, el 20% (6 niños) tienen 9 años, el 10% (3 niños) tienen 10 años y el 7% (2 niños) tienen 11 años.

Tabla 4.

*Desayuno diario de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Desayuno diario	Total	Total, porcentaje
Sí	22	75%
A veces	6	20%
Nunca	2	5%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 3.** *Desayuno diario de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.*

### **Interpretación:**

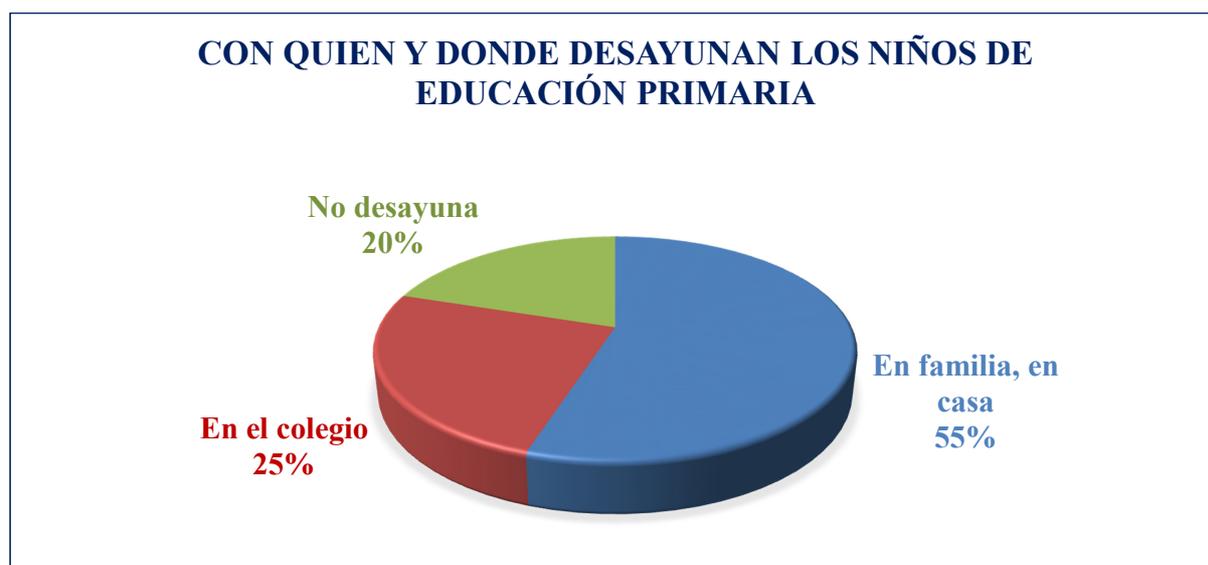
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 75% (22 niños) si desayunan a diario, el 20% (6 niños) desayunan a veces y el 5% (2 niños) nunca desayunan a diario.

Tabla 5.

*Con quien y donde desayunan mayormente los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Con quien y donde desayunan mayormente	Total	Total, porcentaje
En familia, en casa	17	55%
En el colegio	8	25%
No desayuna	5	20%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 4.** Con quien y donde desayunan a diario los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.

### **Interpretación:**

En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 55% (17 niños) desayunan en familia en casa, el 25% (8 niños) desayunan en el colegio y el 20% (5 niños) no desayunan.

Tabla 6.

*Con quien y donde cenar mayormente los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Con quien y donde cenar mayormente	Total	Total, porcentaje
a. En casa	26	85%
b. Calle	1	5%
c. No lo hago	3	10%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 5.** Con quien y donde cenar a diario los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.

### **Interpretación:**

En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 85% (26 niños) cenar en familia en casa, el 5% (1 niño) cena fuera de casa y el 10% (3 niños) no cenar.

Tabla 7.

*Actividad que realizan mientras desayunan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Actividad que realizan mientras desayunan	Total	Total, porcentaje
Ver televisión	3	10%
Leer o revisar un cuaderno	3	10%
Solo desayuna	24	80%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 6.** Actividad que realizan mientras desayunan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.

### **Interpretación:**

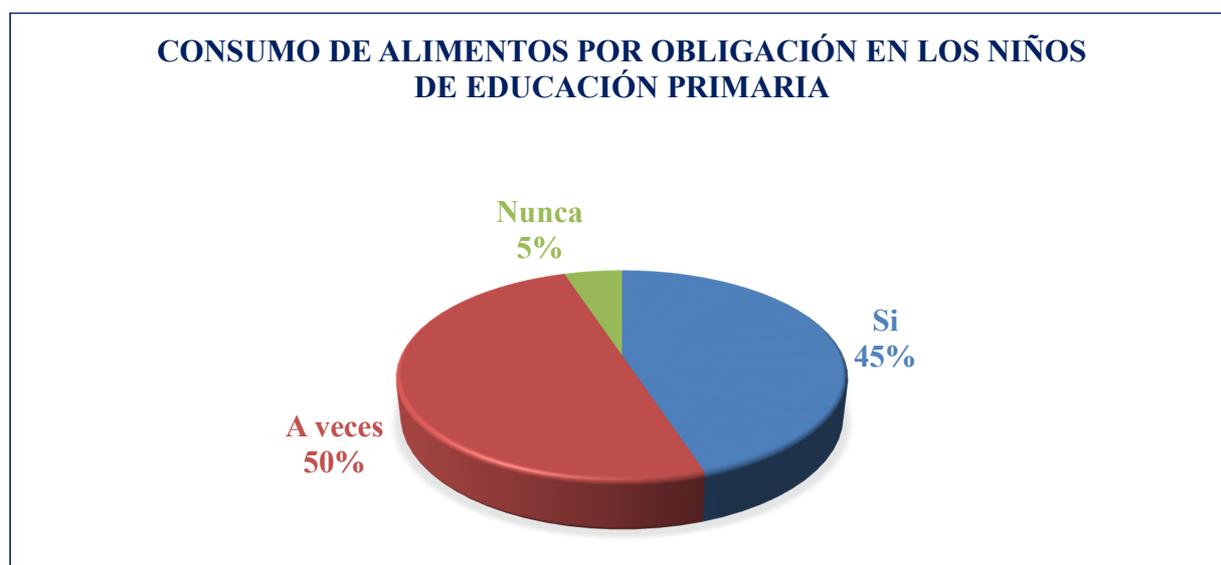
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 10% (3 niños) ven televisión mientras desayunan, el 10% (3 niños) leen o revisan un cuaderno mientras desayunan y el 80% (24 niños) sólo desayunan.

Tabla 8.

*Consumo de alimentos por obligación en los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de alimentos por obligación	Total	Total, porcentaje
Si	14	45%
A veces	15	50%
Nunca	1	5%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 7.** Consumo de alimentos por obligación los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.

### **Interpretación:**

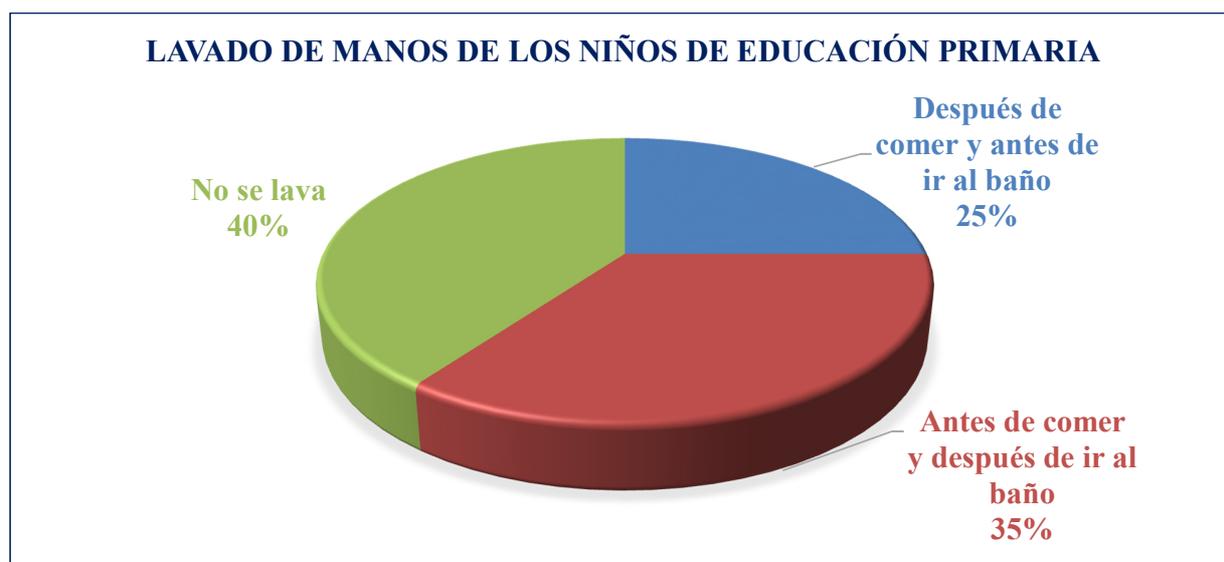
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 45% (14 niños) comen alimentos por obligación, el 50% (15 niños) a veces comen alimentos por obligación y el 5% (1 niño) nunca come alimentos por obligación.

Tabla 9.

*Lavado de manos de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Lavado de manos	Total	Total, porcentaje
a. Momentos antes de comer	8	25%
b. Después de comer	10	35%
c. No me lavo	12	40%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 8.** Lavado de manos de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505.

### **Interpretación:**

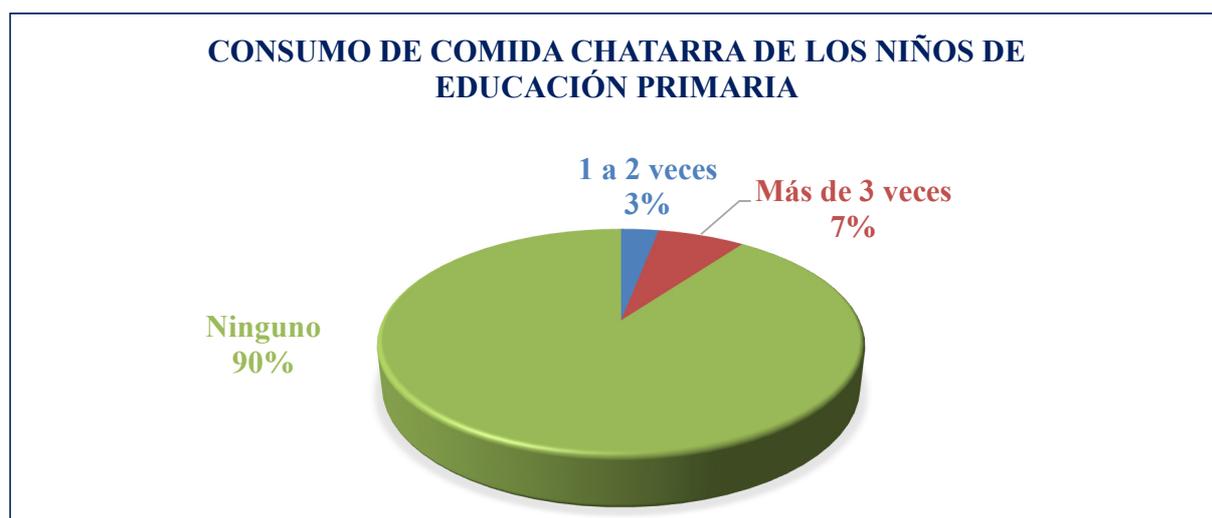
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 25% (8 niños) se lavan las manos después de comer y antes de ir al baño, el 35% (10 niños) se lavan las manos antes de comer y después de ir al baño y el 40% (12 niños) no se lavan las manos.

Tabla 10.

*Consumo a la semana de comida chatarra de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de comida chatarra	Total	Total, porcentaje
1 a 2 veces	1	3%
Más de 3 veces	2	7%
Ninguno	27	90%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 9.** Consumo de comida chatarra

### **Interpretación:**

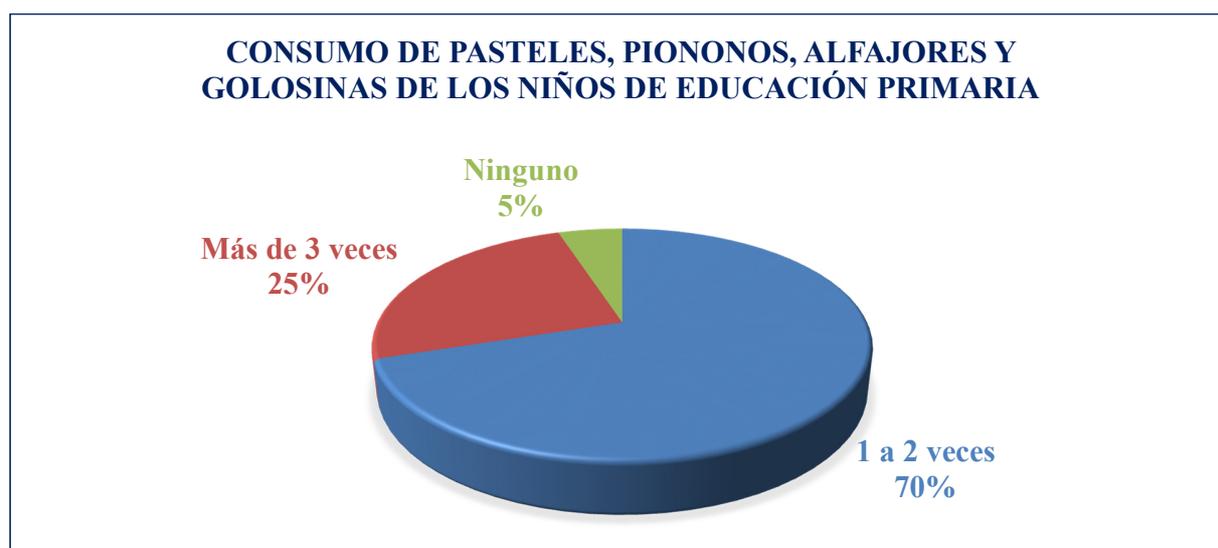
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 3% (1 niño) come de 1 a 2 veces por semana comida chatarra; el 7% (2 niños) comen más de 3 veces por semana comida chatarra y el 90% (27 niños) no los consumen.

Tabla 11.

*Consumo a la semana de pasteles, piononos, alfajores y golosinas de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de pasteles, piononos, alfajores y golosinas	Total	Total, porcentaje
1 a 2 veces	20	70%
Más de 3 veces	8	25%
Ninguno	2	5%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 10.** Consumo de pasteles, piononos, alfajores y golosinas de los niños.

### **Interpretación:**

En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 70% (20 niños) comen de 1 a 2 veces por semana de pasteles, piononos, alfajores y golosinas; el 25% (8 niños) comen más de 3 veces por semana pasteles, piononos, alfajores y golosinas y el 5% (2 niños) no los consumen.

Tabla 12.

*Consumo de gaseosas de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de gaseosas	Total	Total, porcentaje
a. un vaso	24	80%
b. más de un vaso	4	15%
c. No tomo	2	5%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 11.** Consumo de gaseosas de los niños.

### **Interpretación:**

En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 80% (24 niños) consumen más de un vaso de gaseosa; el 15% (4 niños) toman un vaso de gaseosa y el 5% (2 niños) no toman gaseosa.

Tabla 13.

*Consumo a la semana de leche, yogurt o queso de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de leche, yogurt o queso	Total	Total, porcentaje
Sí, todos los días	1	2%
A veces	24	80%
No	5	18%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 12.** Consumo de leche, yogurt o queso de los niños.

### **Interpretación:**

En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 2% (1 niño) sí consume todos los días de la semana leche, yogurt o queso; el 80% (24 niños) a veces consumen leche, yogurt o queso a la semana y el 18% (5 niños) no lo consumen.

Tabla 14.

*Consumo diario de frutas de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo diario de frutas	Total	Total, porcentaje
Una	27	90%
Dos o más	2	6%
Ninguna	1	4%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 13.** Consumo diario de frutas de los niños.

### **Interpretación:**

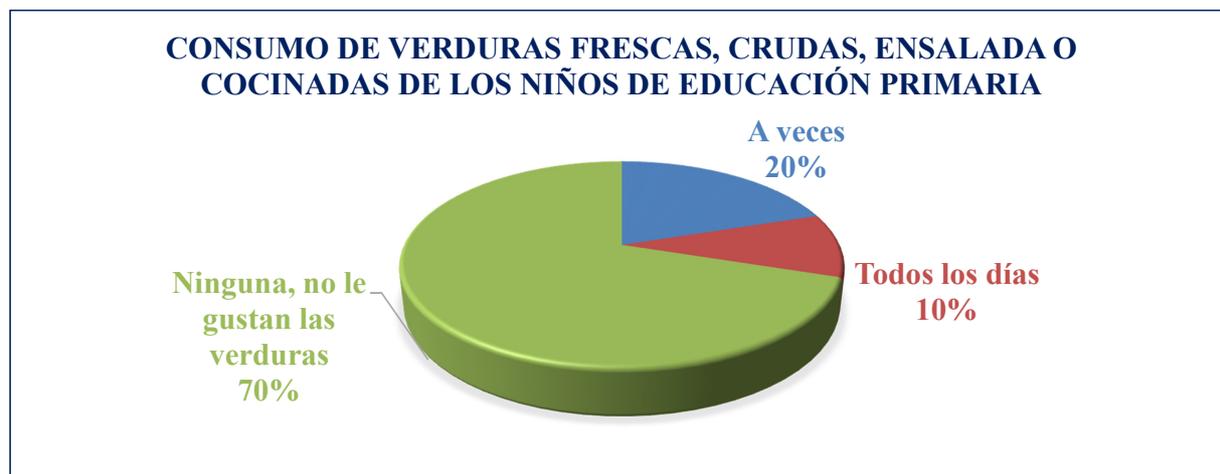
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 90% (27 niños) consumen una fruta al día; el 6% (2 niños) consumen a diario dos o más frutas y el 4% (1 niño) no consume frutas.

Tabla 15.

*Consumo a la semana de verduras frescas, crudas, ensalada o cocinadas de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de verduras diariamente	Total	Total, porcentaje
A veces	6	20%
Todos los días	3	10%
No me gusta	21	70%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 14.** Consumo de verduras frescas, crudas, ensalada o cocinadas de los niños.

### **Interpretación:**

En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 20% (6 niños) a veces consumen durante la semana verduras frescas, crudas, ensalada o cocinadas; el 10% (3 niños) consumen todos los días de la semana verduras frescas, crudas, ensalada o cocinadas y el 70% (21 niños) no las consumen porque no les gustan las verduras.

Tabla 16.

*Consumo de arroz en el almuerzo de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de arroz	Total	Total, porcentaje
Un plato	27	90%
Dos platos	2	8%
Más de dos platos	1	2%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 15.** Consumo de arroz en el almuerzo de los niños.

### **Interpretación:**

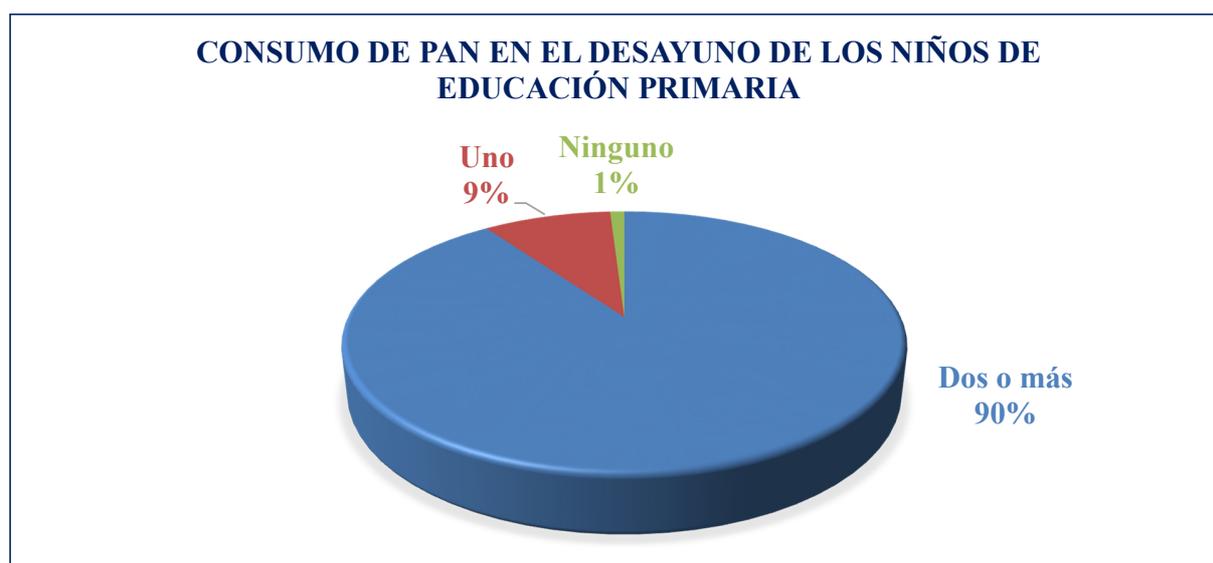
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 90% (27 niños) consumen un plato de arroz en el almuerzo; el 8% (2 niños) consumen dos platos de arroz en el almuerzo y el 2% (1 niño) consume más de dos platos de arroz en el almuerzo.

Tabla 17.

*Consumo de pan en el desayuno de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de pan	Total	Total, porcentaje
Dos o más	27	90%
Uno	2	9%
Ninguno	1	1%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 16.** Consumo de pan en el desayuno de los niños.

### **Interpretación:**

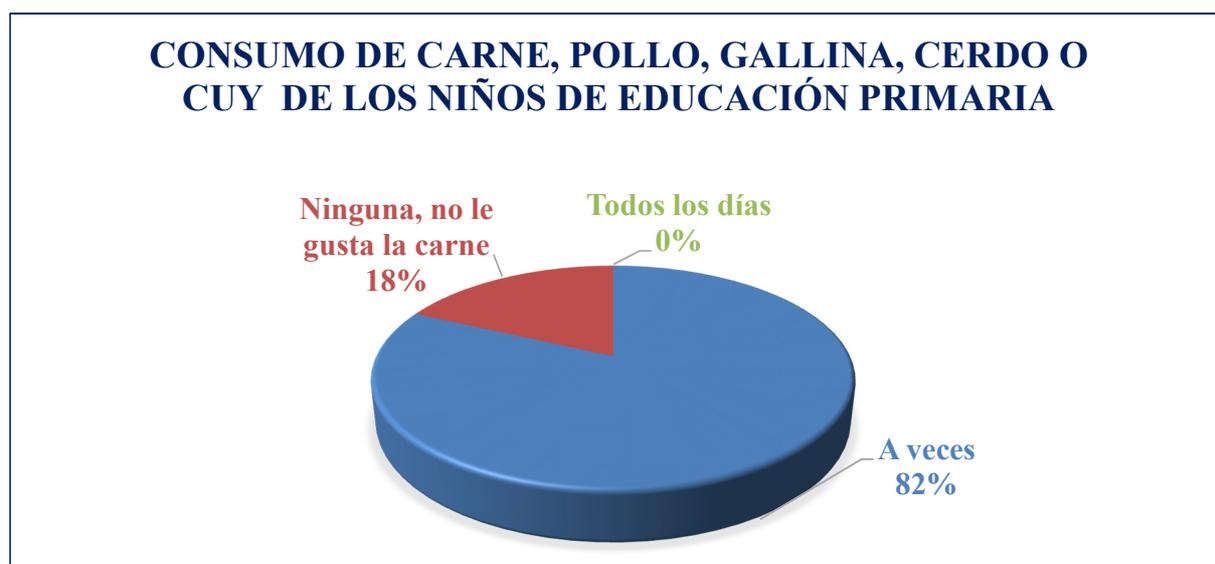
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 90% (27 niños) consumen dos o más panes en el desayuno; el 9% (2 niños) consumen un pan en el desayuno y el 1% (1 niño) no consume pan en el desayuno.

Tabla 18.

*Consumo a la semana de carne, pollo, gallina, cerdo o cuy de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

COMES CARNES BLANCAS Y ROJAS EN LA SEMANA	Total	Total, porcentaje
A veces	25	82%
Ninguna, no le gusta la carne	5	18%
Siempre	0	0%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 17.** Consumo de carnes rojas y blancas

### **Interpretación:**

En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 82% (25 niños) a veces consumen durante la semana carne, pollo, gallina, cerdo o cuy y el 18% (5 niños) no consumen porque no les gustan las carnes.

Tabla 19.

*Consumo a la semana de pescado de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de pescado	Total	Total, porcentaje
Una vez	27	95%
Dos o más veces	2	3%
Ninguna	1	2%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 18.** Consumo de pescado durante la semana de los niños.

### **Interpretación:**

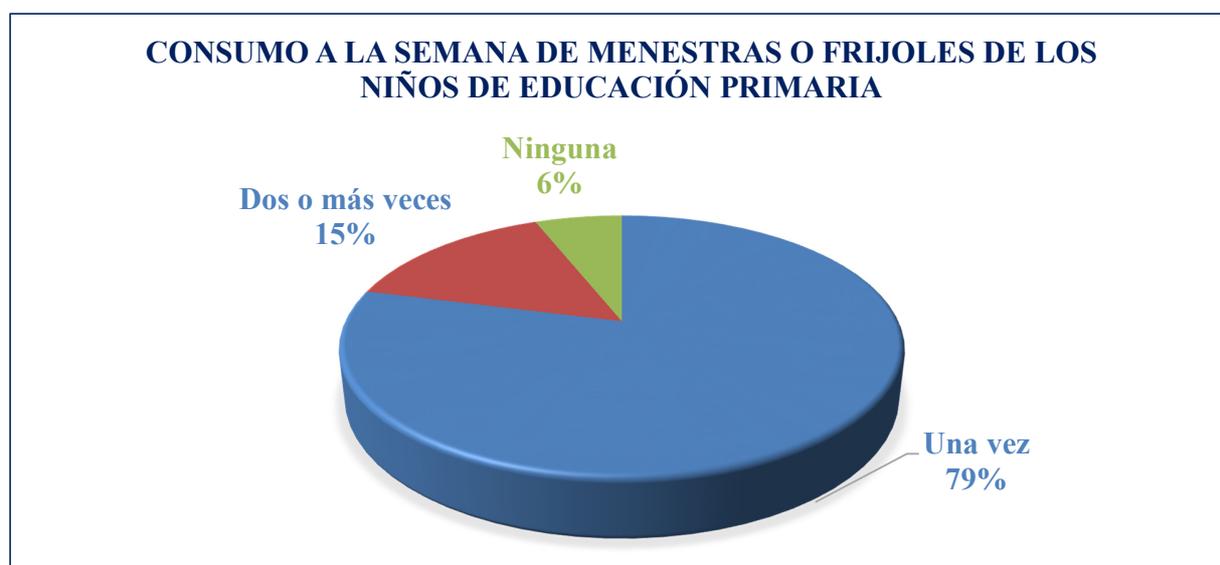
En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 95% (27 niños) consumen una vez a la semana pescado; el 3% (2 niños) consumen dos o más veces a la semana pescado y el 2% (1 niño) no consume pescado.

Tabla 20.

*Consumo a la semana de menestras o frijoles de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.*

Consumo de menestras o frijoles	Total	Total, porcentaje
Una vez	24	79%
Dos o más veces	4	15%
Ninguna	2	6%
<b>TOTAL, GENERAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Fuente: Las autoras.



**Figura 19.** Consumo durante la semana de menestras o frijoles de los niños.

### **Interpretación:**

En el trabajo de investigación de un total de 30 niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020, encontramos que el 79% (24 niños) consumen una vez a la semana menestras o frijoles; el 15% (4 niños) consume dos o más veces a la semana menestras o frijoles y el 6% (2 niños) no consumen ni menestras ni frijoles.

## CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 5.1. Discusión

Los datos encontrados en nuestra investigación titulada: “Prácticas alimentarias de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020”, concuerdan con De la Cruz Sánchez titulada “La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial” relacionó la inquietud de un abordaje que abarque un sistema integral de la alimentación a la vez la importancia que tiene la alimentación en la infancia de igual manera la cultura alimentaria, se detectó el estado nutricional de los niños, así mismo coinciden con León Ontiveros, en su investigación “Prácticas alimentarias y estado nutricional de preescolares de 3 a 5 años en comparación a nivel nacional e internacional” donde las niñas y niños van adquiriendo las prácticas alimentarias y pueden presentar un mejor estado nutricional debido a que existe una relación significativa entre las prácticas alimentarias y el estado nutricional de los niños y niñas preescolares, Alva Nestares Violeta Consuelo 2014, también detectó en su investigación “Conocimientos, percepciones y prácticas alimentarias de madres de escolares con exceso de peso de 6 a 8 años de edad de tres colegios públicos, y su alimentación, se correlacionaron los resultados obtenidos de las madres sobre conocimientos, percepciones y prácticas alimentarias con el peso de los niños. La correlación fue determinada con la Prueba de Spearman. Resultados: De los 416 escolares, 278 tenían peso normal y 178 excesos de peso. Los conocimientos del 54% de madres del primer grupo fue bueno y un 42.4% muy bueno; el 63% del segundo grupo, fue bueno y un 21% regular. Las percepciones del 97.8% del primer grupo estuvo entre buenas y muy buenas; mientras que del segundo grupo el 66.7% obtuvo regular y un 31.9% bueno, con respecto a los aportes de la investigación de Cielo 2014, titulada “Nivel de conocimientos y prácticas alimentarias en

madres y su relación con el estado nutricional de niños preescolares, nos llevó a comparar los porcentajes de las madres presentan buenas prácticas alimentarias, el 39.5% regular práctica alimentarias y el 11.6% mala práctica alimentaria. El 79.1% de los niños preescolares presentan un estado nutricional normal, el 18.6% desnutrición crónica y el 2.3% desnutrición severa. Si, existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables del nivel de conocimientos en madres en el estado nutricional de niños preescolares. Si, existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables de prácticas alimentarias en madres en el estado nutricional de niños preescolares.

## **5.2. Conclusiones**

Los hallazgos encontrados en esta investigación titulada: “Prácticas alimentarias de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020” destacan, el poco cuidado que dedican las familias y las instituciones educativas a la importancia de los conocimientos alimentarios las cuales son muy significativas en el hacer cotidiano del niño incidiendo en los buenos hábitos alimentarios y descartar los pocos saludables.

También se puede concluir que el 55% de los niños aún conservan la cultura de desayunar en sus hogares con sus familiares, creando de esta manera un lazo importante, además se asegura que el niño no valla a la escuela sin consumir algún tipo de alimentación, a diferencia que otro 25% lo realiza en la unidad educativa.

En lo que respecta a conocimiento alimentario; constituido por las prácticas de selección, preparación, mezcla de los alimentos un 45% manifestó comer por obligación mientras que un 50% a veces lo hace y sólo un 5% nunca, lo que se puede determinar que es necesario educar a las madres para adaptar nuevas estrategias a la hora de alimentar a sus hijos.

Otro punto muy importante fue el detectar que un 40% de los niños no se lavan las manos ni antes ni después de comer, esto influye en la aparición de varias enfermedades, como diarrea, parasitosis intestinal, entre otras.

Se detectó que el 90% de los niños, no ingiere comidas chatarra, ni frituras regularmente a diferencia en la toma de bebidas gaseosas las cuales un 80% consumen más de un vaso.

Encontramos que el 80% de los niños muy pocas veces consumen productos lácteos tales como: queso, leche y yogurt, alimentos esenciales para su desarrollo.

La ingesta de frutas es poca, el 90% de los niños lo realiza sólo una vez al día y en cuanto al rubro de las verduras un 70% respondió que no les gusta y un 20% a veces lo consume.

El tipo de alimentación en el desayuno mayormente es la ingesta de pan ya que un 90% respondió que se comen más de dos panes, lo cual podemos determinar que no es un buen indicio de buenas prácticas alimentarias.

En cuanto al consumo de carne rojas y blancas los niños respondieron que el 82% lo realiza de vez en cuando, no es, su alimentación regular y en cuanto al consumo de menestras frijoles durante la semana el 79% respondió que lo realiza una vez por semana.

Esto nos lleva a concluir la necesidad de implementar, buenas actitudes de los padres respecto a las prácticas alimentarias. Además, de unos hábitos nutricionales adecuados, los cuales van a depender en gran medida de la educación nutricional que reciban los niños.

### **5.3. Recomendaciones**

En nuestro trabajo de investigación cuyo título es: “Prácticas alimentarias de los niños de

educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020”, hemos llegado a las siguientes recomendaciones:

1. Adoptar una mejor decisión en el tema alimentario y practicas nutricionales, para lograr una mayor participación de los entes de salud y educación.
2. La inclusión en los centros educativos de buenos hábitos alimenticios.
3. Incluir actividades y formas de intervención en el ámbito escolar para adoptar buenas prácticas alimentarias.
4. Introducir de forma obligatoria en los centros escolares proyectos de estrategias para la nutrición, actividades y prevención de la obesidad.
5. Programas de Educación en Alimentación y Nutrición para los padres y maestros de la institución educativa.
6. Talleres educativos de crear formas más divertidas y agradables en la preparación de alimentos saludables.

## CAPÍTULO VI: FUENTES DE INFORMACIÓN

### 6.1. Fuentes Bibliográficas

Ministerio de Salud. (2017). *Manejo Terapéutico y preventivo de la anemia en niños, adolescentes, mujeres gestantes y puérperas.*

### 6.2. Fuentes Electrónicas

Amaya. (2017). *Prácticas alimentarias de la madre y estado nutricional del lactante de 6 a 12 meses. Puesto de Salud Garatea. Nuevo Chimbote – 2014.* Chimbote: Universidad Nacional del Santa. Recuperado el 2020, de <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/2877/42879.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Caballero y Carranza. (2018). *Prácticas de alimentación complementaria de las madres de niños de 6 a 24 meses y la anemia ferropénica, del Centro de Salud Unidad Vecinal N° 3, Cercado de Lima-2018.* Lima: Universidad Privada Norbert Wiener. Recuperado el 2020, de <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2975/TESIS%20Caballero%20Melidssa%20-%20Carranza%20Mar%c3%ada.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Farfán. (2015). *Relación del estado nutricional y anemia ferropénica en niños menores de dos años evaluados en el Centro de Salud Materno infantil Miguel Grau 2012.* Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Union, Lima. Obtenido de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/141/Catalina\\_Tesis\\_bachille](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/141/Catalina_Tesis_bachille)

r\_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gallo y Torres. (2019). *Efectividad de una intervención educativa alimentaria en los conocimientos de madres de niños con anemia en el distrito de Pampas de Hospital-Tumbes 2019*. Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Tumbes, Tumbes. Obtenido de

<http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/UNITUMBES/993/TESIS%20-%20GALLO%20Y%20TORRES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (Julio de 2018).

Obtenido de [https://cnp.org.pe/wp-content/uploads/2018/08/Indicadores-de-Resultados-de-los-Programas-Presupuestales\\_ENDES\\_Primer-Semestre-2018.pdf](https://cnp.org.pe/wp-content/uploads/2018/08/Indicadores-de-Resultados-de-los-Programas-Presupuestales_ENDES_Primer-Semestre-2018.pdf)

Juevas, Álvarez, Otero del Castillo y García. (6 de Febrero de 2020). La importancia del Modelo Biopsicosocial frente al Modelo Biomédico en el Trabajo Social Sanitario. Asturias, España: Ocronos. Obtenido de <https://revistamedica.com/modelo-biopsicosocial-biomedico-trabajo-social-sanitario/>

Machado, Alcarraz, Morinico, Briozzo y Gutiérrez. (2017). Anemia ferropénica en niños menores de un año usuarios de CASMU-IAMPP: prevalencia y factores asociados. Scielo. Obtenido de [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-12492017000500254&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-12492017000500254&script=sci_arttext&tlng=en)

Ministerio de Salud del Perú. (abril de 2017). Obtenido de <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4189.pdf>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (Julio de 2018).

Obtenido de [https://cnp.org.pe/wp-content/uploads/2018/08/Indicadores-de-Resultados-de-los-Programas-Presupuestales\\_ENDES\\_Primer-Semestre-2018.pdf](https://cnp.org.pe/wp-content/uploads/2018/08/Indicadores-de-Resultados-de-los-Programas-Presupuestales_ENDES_Primer-Semestre-2018.pdf)

Organización Pamericana de la Salud. (Julio de 2017). Obtenido de [https://www.paho.org/per/index.php?option=com\\_content&view=article&id=3839:peru-pone-en-marcha-plan-integral-para-reducir-anemia-infantil&Itemid=900](https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=3839:peru-pone-en-marcha-plan-integral-para-reducir-anemia-infantil&Itemid=900)

Ravelo. (2019). *Resultado del tratamiento con micronutrientes en lactantes anemicos en el "C.S.La Libertad", 2017*. La Libertad: Universidad Peruana los Andes. Recuperado el 2020, de [http://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/UPLA/1030/RAVELO\\_BENDEZU\\_ANTONIO\\_JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/UPLA/1030/RAVELO_BENDEZU_ANTONIO_JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Rodríguez, Corrales, García, Rodríguez y Algas. (2015). Efectividad de estrategia educativa sobre Anemia Ferropénica para familiares de niños menores de 2 años. *Ciencias Biológicas y de la Salud*, XX(1). doi:<https://doi.org/10.18633/biotecnia.v20i1.526>

Santamarina, Sánchez y Alba. (2017). Caracterización de lactantes menores de 6 meses con anemia ferropénica. Scielo. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v89n1/ped03117.pdf>

Trujillo. (2020). *El nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica en madres de niños menores de 2 años que acuden a un puesto de salud de primer nivel, Rímac - 2019*. Tesis en Licenciatura, Universidad Norbert Wiener, Lima. Obtenido de [http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/3588/T061\\_47](http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/3588/T061_47)

649657\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Victorio. (2018). *Los conocimientos, actitudes y prácticas que tienen las madres de niños menores de 5 años sobre la anemia ferropénica en el Puesto de Salud Hualhuas en el año 2017*. Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo. Obtenido de <http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/4365/Victorio%20Y.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

**ANEXOS**

**ANEXO 01****APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO (ENCUESTA)**

**TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN: “PRÁCTICAS ALIMENTARIAS DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA I.E. N° 20505 DE PATIVILCA BARRANCA”**

**INSTRUCCIONES:**

Queridos alumnos a continuación se les presenta 17 preguntas que están relacionadas con tus costumbres alimentarias, lee cada una de las preguntas y luego márcalo con un aspa (X), la que más lo practicas, Por lo que te pido que respondas con la verdad.

**I. HÁBITOS ALIMENTICIOS:**

1. ¿Desayunas a diario?

- a. Si
- b. A veces
- c. Nunca

2. ¿TU DESAYUNO CON QUIEN LO CONSUMES?

- a. Casa
- b. colegio
- c. No lo hago

3. ¿TU CENA CON QUIEN LA CONSUMES?

- a. En casa
- b. Calle
- c. No lo hago

4. ¿MIENTRAS DESAYUNAS QUE HACES?
- a. me distraigo con algún aparato tecnológico
  - b. reviso mi tarea
  - c. desayuno
5. ¿TE OBLIGAN A CONSUMIR ALGÚN ALIMENTO?
- a. La mayoría de las veces
  - b. A veces
  - c. Ninguna vez
6. ¿EN QUE MOMENTO TE LAVAS LAS MANOS ?
- a. Momentos antes de comer
  - b. Después de comer
  - c. No me lavo
7. ¿CUÁNTAS VECES COMES COMIDA CHATARRA (POLLO FRITO, JHAMBUEGUESAS, PIZZAS) DURANTE LA SEMANA?
- a. una vez a la semana
  - b. varias veces en la semana
  - c. Ninguno
8. ¿CUÁNTAS EMPANADAS, PIONONOS, ROSQUILLAS Y DULCES COMES DURANTE LA SEMANA?
- a. una vez a la semana
  - b. varias veces en la semana
  - c. Ninguno

9. ¿QUÉ CANTIDAD DE GASEOSA TOMAS REGULARMENTE?

- a. un vaso
- b. más de un vaso
- c. No tomo

10. ¿EN TU DESAYUNO CONSUMES PRODUCTOS LÁCTEOS?

- a. Sí
- b. A veces
- c. No

11. ¿CUÁNTAS FRUTAS COME AL DÍA?

- a. Una
- b. Dos o más
- c. Ninguna

12. ¿COMES VERDURAS EN TU DIETA DIARIA?

- a. a veces
- b. Todos los días
- c. Ninguna, no le gustan las verduras

13. ¿QUÉ CANTIDAD ARROZ CONSUMES?

- a. poco
- b. abundante
- c. mucho

14. ¿Cuántos panes comes en el desayuno?

- a. Dos o más
- b. Uno
- c. Ninguno

15. ¿COMES CARNES BLANCAS Y ROJAS EN LA SEMANA?

- a. SI
- b. NO
- c. A VECES

16. ¿QUE CANTIDAD CONSUMES DE PESCADO REGULARMENTE?

- a. UNA VEZ
- b. MAS DE 2 VECES
- c. NO ME GUSTA

17. ¿DURANTE LA SEMANA CUANTAS VECES CONSUMENS MENESTRAS?

- a. Una
- b. Dos o más
- c. Ninguna

## ANEXO 02

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: “Prácticas alimentarias de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020”

Problema	Objetivo	Variable	Metodología	Técnica de recolección de datos
<p><b>Problema general:</b></p> <p>¿Cuáles son las prácticas alimentarias que tienen los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020?</p> <p><b>Problemas específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es el Índice de Masa Corporal (IMC) de los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de</li> </ul>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <p>Explicar las prácticas alimentarias que tienen los niños de educación primaria de la I.E. No 20505 de Pativilca Barranca</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar el Índice de Masa Corporal (IMC) de los niños de educación primaria de la I.E. No 20505 de Pativilca Barranca 2020.</li> </ul>	<p><b>Variable independiente:</b></p> <p>Prácticas alimentarias</p> <p><b>Indicadores:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Índice de masa corporal (IMC)</li> <li>✓ Abuso de carbohidratos</li> <li>✓ Malos hábitos alimentarios</li> <li>✓ Tipos de alimentación</li> </ul>	<p><b>Tipo, Método y Diseño de investigación:</b></p> <p>De tipo básico; método deductivo y diseño cuasi experimental.</p> <p><b>Población y muestra:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Población:</b> 50 niños de nivel de educación primaria.</li> <li>✓ <b>Muestra:</b> 30 niños de Educación primaria.</li> </ul>	<p><b>Técnicas e Instrumentos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Técnica para medir la talla:</b> Asegurarse que las rodillas y tobillos del niño estén pegados al tallímetro, luego se desliza el tope móvil hasta la parte superior de la cabeza. Se realizó tres veces consecutivas.</li> <li>✓ <b>La entrevista:</b> La entrevista es una técnica cualitativa de recogida de datos con la cual el investigador pretende obtener información relevante del sujeto entrevistado de manera directa. Interrogantes del 1 al 17</li> </ul>

<p>Pativilca Barranca 2020?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cuáles son los tipos de prácticas alimentarias que realizan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020?</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Seleccionar los tipos de prácticas alimentarias que realizan los niños de educación primaria de la I.E. N° 20505 de Pativilca Barranca 2020.</li></ul>			
--	--	--	--	--

## ANEXO 03

## FICHA DE DATOS DEL NIÑO

Nº	Nombres y Apellidos	Fecha de nacimiento	Peso (kg.)	Talla (cm)
1				
2				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				