

**UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**



**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA
COMUNICACIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL
INTERCULTURAL BILINGÜE**

**TESIS PARA OBTENER
EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN INICIAL
INTERCULTURAL BILINGÜE**

**TÍTULO DE LA TESIS
HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL
EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCIÓN EDUCATIVA
INICIAL SHUSHUG, 2023**

Autora: Bach. Rossy Margoth Jintash Ventura

Asesora: Dra. Clelia Jima Chamiquit

Registro: (....)

CHACHAPOYAS - PERÚ

2024

Autorización de Publicación de la Tesis en el Repositorio Institucional de la UNTRM



ANEXO 3-H

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM

1. Datos de autor 1

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): JINTASH VENTURA ROSSY MARGOTH
DNI N°: 70544373
Correo electrónico: rossyjintash@gmail.com
Facultad: EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
Escuela Profesional: EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE

Datos de autor 2

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): _____
DNI N°: _____
Correo electrónico: _____
Facultad: _____
Escuela Profesional: _____

2. Título de la tesis para obtener el Título Profesional

HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL SHUSHUG, 2023

3. Datos de asesor 1

Apellidos y nombres: JIMA CHAMQUIT CELIA
DNI, Pasaporte, C.E N°: 33766949
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>) 0000-0002-2920-8265

Datos de asesor 2

Apellidos y nombres: _____
DNI, Pasaporte, C.E N°: _____
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>) _____

4. Campo del conocimiento según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos- OCDE (ejemplo: Ciencias médicas, Ciencias de la Salud-Medicina básica-Inmunología)

https://catalogos.concytec.gob.pe/vocabulario/ocde_ford.html
CIENCIAS SOCIALES CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN EDUCACIÓN GENERAL

5. Originalidad del Trabajo

Con la presentación de esta ficha, el(la) autor(a) o autores(as) señalan expresamente que la obra es original, ya que sus contenidos son producto de su directa contribución intelectual. Se reconoce también que todos los datos y las referencias a materiales ya publicados están debidamente identificados con su respectivo crédito e incluidos en las notas bibliográficas y en las citas que se destacan como tal.

6. Autorización de publicación

El(los) titular(es) de los derechos de autor otorga a la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas (UNTRM), la autorización para la publicación del documento indicado en el punto 2, bajo la *Licencia creative commons* de tipo BY-NC: Licencia que permite distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial por lo que la Universidad deberá publicar la obra poniéndola en acceso libre en el repositorio institucional de la UNTRM y a su vez en el Registro Nacional de Trabajos de Investigación-RENATI, dejando constancia que el archivo digital que se está entregando, contiene la versión final del documento sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador.

Chachapoyas, 01 de FEBRERO de 2024

Firma del autor 1

Firma del autor 2

Firma del Asesor 1

Firma del Asesor 2

Dedicatoria

Al Divino Creador, Omnipotente,
quien es la luz que guía mi camino
hacia mi formación profesional.

Rossy Margoth

Agradecimiento

Infinitamente a mis seres queridos quienes son el motor que dan la fortaleza necesaria para alcanzar todos mis anhelos y metas propuestas en la vida personal y profesional.

**Autoridades de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de
Amazonas**

Ph.D. Jorge Luis Maicelo Quintana

Rector

Dr. Oscar Andrés Gamarra Torres

Vicerrector Académico

Dra. María Nelly Luján Espinoza

Vicerrectora De Investigación

Dr. Línder Cruz Rojas Gómez

Decano de la Facultad de Educación y Ciencias de la Comunicación

Visto Bueno del Asesor de la Tesis



ANEXO 3-L

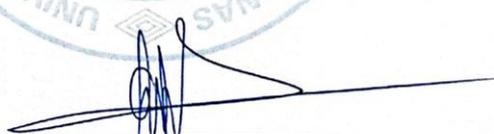
VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM (X)/Profesional externo (), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL SHUSHUG, 2023; del egresado Bach. ROSSY MARGOTH LINTASH VENTURA de la Facultad de EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN Escuela Profesional de EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE de esta Casa Superior de Estudios.

El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.

Chachapoyas, 11 de DICIEMBRE de 2023




Firma y nombre completo del Asesor
DRA. ELELIA JIMA CHAMIQUIT

Jurado Evaluador de la Tesis



Mg. Welmer Baltasar Cachay Vela

Presidente



Mg. Reyninger Sopla Tafur

Secretario



Mg. William Riojas Chozo

Vocal

Constancia de Originalidad de la Tesis



ANEXO 3-Q

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

Los suscritos, miembros del Jurado Evaluador de la Tesis titulada:

Hábitos Alimenticios y Estado Nutricional en niños de 5 años,
Institución Educativa Inicial Shushug, 2023

presentada por el estudiante () egresado (x) Rossy Margoth Tintash Ventura
de la Escuela Profesional de Educación Inicial Intercultural Bilingüe
con correo electrónico institucional rossyjintash@gmail.com

después de revisar con el software Turnitin el contenido de la citada Tesis, acordamos:

- La citada Tesis tiene 24 % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es menor (x) / igual () al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM.
- La citada Tesis tiene _____ % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es mayor al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM, por lo que el aspirante debe revisar su Tesis para corregir la redacción de acuerdo al Informe Turnitin que se adjunta a la presente. Debe presentar al Presidente del Jurado Evaluador su Tesis corregida para nueva revisión con el software Turnitin.



Chachapoyas, 30 de enero del 2024


SECRETARIO


PRESIDENTE


VOCAL

OBSERVACIONES:

.....
.....

Acta de Sustentación de la Tesis



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-5

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 30 de enero del año 2024, siendo las 16:00 horas, el aspirante: Bach. Rossy Margoth Jintash Ventura, asesorado por Dra. Clelia Jima Chamiquit defiende en sesión pública presencial () a distancia () la Tesis titulada: Hábitos Alimenticios y Estilos Nutricionales en niños de 5 años, Institución Educativa Inicial Shushug, 2023, para obtener el Título Profesional de Lic. Educación Inicial Intercultural Bilingüe a ser otorgado por la Universidad Nacional Tonbio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:

Presidente: Mg. Welmer Baltasar Cachay Vela

Secretario: Mg. Reyninger Sopa Tapur

Vocal: Mg. William Rojas Chozo

Procedió el aspirante a hacer la exposición de la Introducción, Material y métodos, Resultados, Discusión y Conclusiones, haciendo especial mención de sus aportaciones originales. Terminada la defensa de la Tesis presentada, los miembros del Jurado Evaluador pasaron a exponer su opinión sobre la misma, formulando cuantas cuestiones y objeciones consideraron oportunas, las cuales fueron contestadas por el aspirante.



Tras la intervención de los miembros del Jurado Evaluador y las oportunas respuestas del aspirante, el Presidente abre un turno de intervenciones para los presentes en el acto de sustentación, para que formulen las cuestiones u objeciones que consideren pertinentes.

Seguidamente, a puerta cerrada, el Jurado Evaluador determinó la calificación global concedida a la sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional, en términos de:

Aprobado () por Unanimidad () / Mayoría () Desaprobado ()

Otorgada la calificación, el Secretario del Jurado Evaluador lee la presente Acta en esta misma sesión pública. A continuación se levanta la sesión.

Siendo las 18.00 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.


SECRETARIO


VOCAL


PRESIDENTE

OBSERVACIONES:

Índice

Autorización de Publicación de la Tesis en el Repositorio Institucional de la UNTRM	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Autoridades de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.....	v
Visto Bueno del Asesor de la Tesis.....	vi
Jurado Evaluador de la Tesis	vii
Constancia de Originalidad de la Tesis.....	viii
Acta de Sustentación de la Tesis.....	ix
Índice	x
Índice de Tablas	xi
Índice de Figuras.....	xii
Resumen.....	xiii
Abstract.....	xiv
Chicham Tsatsamaámu	xv
I. INTRODUCCIÓN	16
II. MATERIAL Y MÉTODOS	30
III. RESULTADOS.	35
IV. DISCUSIÓN	45
V. CONCLUSIONES	49
VI. RECOMENDACIONES	50
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	51
ANEXOS.....	53

Índice de Tablas

Tabla 1. 21 niños de 5 años de la institución educativa inicial 295 Shushug.....	30
Tabla 2. Operacionalización de variables	31
Tabla 3. Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023	35
Tabla 4. Relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión Motivación alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	36
Tabla 5. Relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	36
Tabla 6. Relación entre hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	37
Tabla 7. Relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión lugar alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	37
Tabla 8. Resultados de la dimensión Motivación alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	38
Tabla 9. Resultados de la dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	39
Tabla 10. Resultados de la dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023	40
Tabla 11. Resultados de la dimensión lugar de alimentación y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023	41
Tabla 12. Resultados de la dimensión Peso/Edad del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023	42
Tabla 13. Resultados de la dimensión Talla/edad del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023	43
Tabla 14. Resultados de la dimensión peso/talla del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023	44

Índice de Figuras

Figura 1. Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023	35
Figura 2. Resultados de la dimensión Motivación alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	38
Figura 3. Resultados de la dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	39
Figura 4. Resultados de la dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	40
Figura 5. Resultados de la dimensión lugar de alimentación y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	41
Figura 6. Resultados de la dimensión Peso/Edad del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	42
Figura 7. Resultados de la dimensión Talla/edad del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	43
Figura 8. Resultados de la dimensión peso/talla del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023.....	44

Resumen

Los malos hábitos alimenticios de niños de 5 años pueden provocar un estado nutricional deficiente, retraso en el desarrollo mental y automotor, crecimiento infantil deficiente, aumentar el riesgo de morbilidad y mortalidad en la infancia y tener consecuencias negativas para la salud en la edad adulta. Objetivo: Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023. El estudio fue enfoque cuantitativo, tipo; observacional, descriptivo, transversal, método; hipotético-deductivo, nivel de estudio relacional, diseño; no experimental. La muestra conformada por 21 niños de 5 años con sus respectivas madres. La técnica fue la encuesta y el instrumento un cuestionario. Resultados: Los hábitos alimenticios según dimensiones motivación alimenticia; el 57.1% mala, 33.3% regular, 9.5% bueno, preferencia alimenticia; el 66.67% mala, 28.6% regular, 4.76% bueno, frecuencia alimenticia; el 61.9% Regular, 33.33% bueno, 4.76% mala, lugar alimenticio; el 100 % mala; asimismo, En cuanto al estado nutricional, se evidencia que el 42.9% de los niños tiene bajo peso, el 33.3% presenta un peso normal y el 23.8% muestra sobrepeso, según el índice Peso/Edad (P/E). La talla para la edad (T/E) indica que el 90.5% tiene una talla normal, y el índice Peso/Talla (P/T) muestra que el 100% tiene un estado nutricional normal.

Conclusiones: Los resultados de la Prueba de correlación de Pearson revelan una relación positiva débil ($r = 0.2814079$, $p\text{-valor} = 0.000$) entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en estos niños de 5 años. Esto sugiere que a medida que los hábitos alimenticios mejoran, también tiende a mejorar el estado nutricional.

Palabras clave: Hábitos alimenticios, estado nutricional, niños de 5 años

Abstract

Poor eating habits in 5-year-old children can lead to poor nutritional status, delayed mental and motor development, poor childhood growth, increased risk of morbidity and mortality in childhood, and negative health consequences in adulthood. Objective: Determine the relationship between eating habits and nutritional status in 5-year-old children, initial educational institution No. 295 Shushug, 2023. The study was a quantitative approach, type; observational, descriptive, transversal, method; hypothetical-deductive, relational level of study, design; not experimental. The sample consisted of 21 mothers with their respective 5-year-old children. The technique was the survey and the instrument was a questionnaire. Results: Eating habits according to dimensions of nutritional motivation; 57.1% bad, 33.3% average, 9.5% good, food preference; 66.7% poor, 28.6% regular, 4.8% good, dietary frequency; 61.9% Fair, 33.33% good, 4.8% bad, food place; 100% bad; Likewise, Regarding nutritional status, it is evident that 42.9% of children are underweight, 33.3% have a normal weight and 23.8% are overweight, according to the Weight/Age (P/E) index. The height for age (T/E) indicates that 90.5% have a normal height, and the Weight/Height index (P/T) shows that 100% have a normal nutritional status.

Conclusions: The results of the Pearson Correlation Test reveal a weak positive relationship ($r = 0.2814079$, $p\text{-value} = 0.000$) between eating habits and nutritional status in these 5-year-old children. This suggests that as eating habits improve, nutritional status also tends to improve.

Keywords: *Eating habits, nutritional status, 5-year-old children*

Chicham Tsatsamaámu

Maak ayujashbau uchi mijagji ajau 5 juka jamamtin tsakamainai nunik anentaimtanum, tsakaja weamunum junik jugamainai, agtsag jatashkam achimainai nuwigtu jamainai tsakatnumag nuwigtu ajumainai nii muun wajas pujakushkam. Juka jitusa diisji: ejetasa yujumak yuwa pujamunum nuwigtu iyashnum maak tsakaja, kijinji, unuimat weagantu aina nunu apatka diyamu papijam mijanji 5 ajuina nunu dukujijai waimatai 295 Shushug, 2023. Mamiksa diyamuk asae dekapaja takatia nujai, niimen; diyaamu, augmattsa, wajukeyawa nunu, jintak; así juukmaka nunin atin tusa kuwashtanmaya ujumak ematia nujai nuniaku augtamushkam apatka diisji, takatak achika emashbauwai. Augtamugmag pachigkaje papijam dukujijai. Inimsa dekamunmak takasji chicham bastaja inimtai aina nujai. Juni jigkine augtamunum: yujumak wajuk yuwa pujamuita nunu diyamunum; wakesa yuwamunum; 57.1% maakchau, 33.3% regular, 9.5% pegkeg, etéja yuta yuwamunum; 66.7% maachau, 28.6% ujumdau, 4.8% pegkeg, wajupa asa yuwamuita nunu; 61.9% ujumdau, 33.3% pegkeg, 4.8% maakchau, tuwi yuwaji; el 100 % maakchau; agtsag, kijinji, tsakati, weepatji diyamunum juu jinkine 42.9% uchi kijigji ujumdau, el 33.3% kijinji maak nuwigtu 23.8% kijinji wagaku, juka kijinji/mijanijai apatka diyam (P/E). esanti mijanijai apataka diyam (T/E) jinui 90.5% shig tsakaja wenawai, nuwigtu kijinji esantijai apataka diyam (P/T) 100% maak, weeptin wenamu jinui.

Inagnamunum taaji: apatka diita Pearsonjai diyam junik jínnui maak kakaákchau ($r = 0.2814079$, $p\text{-valor} = 0.000$) yuwam iyash maak tsakag, kijinjishkam weanunu papijam aidaunum. Juka tujamui shig yuwa pujajinin, iina iyashishkam maak tsakagtatui weeptin agtatji.

Chicha Etéjamu: yuwa pujamu, iyash tsakamu, mijanji 5 ajamu uchi

I. INTRODUCCIÓN

Organización Mundial de la Salud (2020) revela que más de 200 millones de niños de 1 a 5 años experimentan deficiencias en su estado nutricional, representando el 33% de los casos a nivel global. Dentro de este grupo, más de 160 millones padecen de desnutrición, mientras que 40 millones presentan sobrepeso u obesidad. Anualmente, más de 3.4 millones de niños pierden la vida debido a la desnutrición crónica, con índices más elevados en África (37%) y Asia (34%). En cuanto al sobrepeso u obesidad infantil, estas condiciones son más frecuentes en Europa (15%), Oriente Medio (11%) y América del Norte (9%). Destaca la significativa contribución de los hábitos alimenticios inadecuados, a partir de los 6 meses de edad, resaltándose la influencia crucial de las madres en este problema.

Según la Organización Panamericana de la Salud (2020), más de 5 millones de niños de 1 a 5 años en América Latina sufren de desnutrición crónica. Países con elevados porcentajes incluyen Guatemala (47%), Venezuela (30%), Ecuador (26%), Honduras (23%), Panamá (19%), Nicaragua (17%), Bolivia (16%), Perú (15%), El Salvador (14%), Colombia (13%), México (12%), Argentina (9%) y otros. La desnutrición crónica impacta el crecimiento, la capacidad física y el desarrollo cerebral, contribuyendo a un coeficiente intelectual más bajo y mayor riesgo de infecciones mortales en la infancia.

Para el Ministerio de Salud del Perú (2020), más de 570 mil niños de 1 a 5 años en el país sufren de desnutrición. Las tasas más altas se encuentran en Huancavelica (32%), Cajamarca (27%), Huánuco (23%), Amazonas (21%), Ayacucho (20%), Loreto (19%) y Lima (15%). Este problema tiene repercusiones significativas en la educación, ya que el deterioro cognitivo está directamente relacionado con la gravedad del retraso en el crecimiento, la presencia de anemia por deficiencia de hierro y la falta de vitamina A, factores que disminuyen la inmunidad y aumentan la incidencia de enfermedades infecciosas. Se atribuye a prácticas alimentarias poco saludables por parte de las madres durante la primera infancia.

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2020), la primera infancia es el momento óptimo para evaluar el estado nutricional, siendo la etapa más impactante en la vida del niño. Durante este período, la introducción de hábitos

alimenticios apropiados, asesoramiento nutricional puede tener un impacto positivo en la salud a lo largo de la vida, beneficiando tanto al niño en particular como a la población adulta futura del país. Este enfoque es esencial para prevenir el bajo peso, sobrepeso u obesidad. Costumbres alimentarias de la infancia inciden a elegir y tener preferencia en la edad adulta.

El contexto previo en la investigación actual surge a partir de la problemática identificada a nivel internacional, y estos antecedentes se describen como:

El estudio de Guamialamá et al. (2020), se centró en identificar el estado nutricional de niños menores de cinco años en la Diócesis de Pifo, Quito, Ecuador, mediante indicadores antropométricos. La investigación descriptiva de corte transversal incluyó a 609 niños, revelando una prevalencia de desnutrición crónica del 15,8%, desnutrición global del 4,6%, y desnutrición aguda del 2,0%. Las tasas de sobrepeso y obesidad fueron del 4,3% y 1,2%, respectivamente. Se observó que la desnutrición crónica afectó más a los niños (19,4%) que a las niñas (6,0%), mientras que la desnutrición aguda fue más prevalente en niñas (2,6%) que en niños (1,3%). Las tasas de sobrepeso y obesidad fueron similares en ambos sexos. Los resultados muestran riesgo de desnutrición en la institución siendo menor que el promedio nacional, mostrando reducciones significativas en comparación con las estadísticas a nivel nacional.

Lema (2022), propuso la idea de fomentar hábitos alimenticios saludables entre los estudiantes de cuatro a cinco años Unidad Educativa del Milenio "Sigchos". Su iniciativa abarcó tanto en el entorno familiar como en el educativo, buscando promover prácticas alimenticias saludables en ambos entornos. Principio del formulario Para lograr este objetivo, se implementaron folletos interactivos de educación alimentaria. La investigación adoptó un enfoque cualitativo y cuantitativo con un diseño descriptivo. Se aplicaron métodos teóricos deductivos, analíticos y sintéticos, así como métodos empíricos como encuestas y observaciones, involucrando a una muestra de 21 niños en educación inicial. Los resultados revelaron que el 19,05% de los niños presentaban hábitos alimentarios considerados normales, mientras que el 23,81% carecía de hábitos alimentarios y el 28% tenía conocimientos inaceptables sobre salud nutricional. En relación con la frecuencia de las comidas diarias, el 38,10% de los niños consumía cuatro comidas

al día. Respecto al consumo de legumbres y hortalizas en almuerzos y meriendas, solo el 33,33% lo hacía, señalando la falta de estrategias de educación nutricional en las instituciones analizadas.

Acevedo (2022), llevó a cabo un estudio sobre hortalizas en Bogotá, Colombia, con la finalidad fue promover la adopción de prácticas alimentarias saludables en niños de 4 y 5 años. La investigación se basó en un enfoque cualitativo, utilizando métodos de observación y entrevistas. La muestra consistió en 14 niños. Los resultados indicaron que a 8 niños les gustaban y conocían este grupo de hortalizas, mientras que 7 alumnos no lo hacían debido a su falta de conocimiento sobre los beneficios y propiedades que les ayudarían a crecer, destacando la importancia de desarrollar estos hábitos desde temprana edad. Además, el 65% de los niños llevaban jugos de caja en sus loncheras, considerados altos en azúcar. En contraste, 14 estudiantes reconocieron los beneficios de beber agua, como mantener la tranquilidad, niveles de energía adecuados, regulación de la temperatura corporal, concentración y atención en las actividades escolares. También expresaron la importancia de consumir alimentos como pescado, carne y pollo para mantenerse saludables, crecer, ser fuertes y evitar enfermedades. Consideraron que las frutas y verduras aportan vitaminas, fibra y contribuyen a la salud y concentración debido a su alto valor nutricional.

Se consideraron también algunas investigaciones a nivel nacional, las cuales fueron las siguientes:

Pérez (2022), sugirió examinar la conexión entre los patrones alimentarios y el estado nutricional de niños de 1 a 5 años que visitaron el Centro de Salud Mi Perú de Ventanilla en el transcurso del año 2021. La investigación es cuantitativa, descriptiva, hipotético-deductivo, transversal y correlacional. 90 niños participaron en el estudio. Se utilizaron técnica de encuesta tipo cuestionario para la recopilación de datos. Los resultados son los siguientes: En cuanto a los hábitos alimentarios, el 45,6% de los niños de 1 a 5 años son regulares, seguidos del 27,7% malos y el 26,7% buenos respectivamente. Al respecto del estado nutricional el 50% tiene sobre peso, el 31,1% es obeso y el 10% tiene bajo peso, los normales constituyen el 8,9%. Se observa que el estado nutricional de la muestra estudiada se distribuye de la siguiente manera: un 21,1%, presenta sobrepeso, un 15,6% presenta obesidad,

un 6,7% tiene un peso normal y un bajo peso 2,2%. Conclusión. En niños de 1 a 5 años, los hábitos alimentarios y el estado nutricional se superponen.

Villa (2020), tenía como objetivo examinar la correlación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de niños de 1 a 5 años que asistieron al puesto de salud Condorillo Alto de Chíncha en el año 2020. Investigación de metodología cuantitativa, diseño descriptivo no experimental. Participantes 100 madres seleccionadas de manera aleatoria, cuyos hijos estaban en el rango de edades de 1 a 5 años. Se realizaron encuestas y mediciones de peso y talla para recopilar información. Los resultados indicaron que el 95% de los niños presentaba prácticas alimentarias adecuadas, mientras que el 5% mostraba hábitos alimentarios inadecuados. Respecto al estado nutricional, el 84% de los niños fue considerado adecuado, mientras que el 16% presentó un estado nutricional inadecuado. La conclusión del estudio sugirió una conexión sin desvíos entre los hábitos alimentarios y estado nutricional de los niños evaluados, resaltando que aquellos con prácticas alimentarias adecuadas tenían una mayor probabilidad de mantener un estado nutricional apropiado.

El estudio realizado por Pujáico & Rimache (2021), tuvo como objetivo analizar relación entre las rutinas alimentarias y el estado nutricional de los niños de 3 a 5 años del Asentamiento Humano de Sacramento-Palpa, 2020. El enfoque de investigación utilizado fue observacional, prospectivo, transversal y relacional, y la muestra consistió en 76 personas. Utilizan encuestas para recopilar de datos. Resultados: El 77,6% de la muestra de estudio era nutricional normal, el 15,8% obeso y el 6,6% desnutrido. En cuanto a los hábitos alimentarios, el 97,4% de los niños tenían buenos hábitos alimentarios y el 2,6% hábitos alimentarios inadecuados. Conclusiones: No se encontró asociación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años. Esto sugiere que, aunque la mayoría de los niños comía bien y tenía un estado nutricional normal, en la muestra estudiada no se encontró una correlación directa entre estos dos factores.

Finalmente tomando en cuenta estudios de alcance local, se mencionan a:

Tsamajain y Yaun (2021), propusieron determinar el estado nutricional de los niños de 4 y 5 años de la comunidad de Listra, distrito de Imaza, Bagua, 2020. El estudio tuvo enfoque descriptivo, diseño descriptivo propositivo. Participaron 50 niños y

utilizaron como herramienta de evaluación la ficha de valoración nutricional antropométrica. Los resultados obtenidos mostraron que el 40% de los niños presentaba desnutrición, el 48% desnutrición crónica por P/E. En cuanto al IMC, el 20% estado nutricional normal, mientras que el 80% se encontró en el rango de delgadez. Considerando esta realidad, las autoras del estudio realizaron recomendaciones para mejorar el estado nutricional de la zona de estudio en la comunidad awajún de Listra, distrito de Imaza. En conclusión, Tsamajain y Yaun (2021) mostraron que una proporción significativa de los niños de 4 y 5 años en la comunidad de Listra estaban desnutridos y atrofiados. Además, la mayoría de los participantes estaban en el rango de delgado según el IMC.

Bases teóricas

1.1.Hábitos alimenticios

La comida es una necesidad universal que va más allá de simples sustento, convirtiéndose en una experiencia cultural y social. Las personas exploran hábitos alimenticios de diferentes culturas y organizan viajes para probar diversos sabores. A pesar de las diferencias socioeconómicas, el acto de compartir alimentos, como el pan, une a las comunidades. Sin embargo, la creciente conciencia sobre la salud hace que se cuestionen la calidad de los hábitos alimenticios. Aunque la composición de los alimentos puede ser impresionante, surge la reflexión sobre su impacto en la salud física (Barriguete, et al., 2017).

Los hábitos alimenticios son comportamientos conscientes adquiridos mayormente a través de influencias grupales, culturales y religiosas, siendo transmitidos principalmente por los padres. Estas costumbres hereditarias guían a los individuos en la elección de alimentos en su dieta, resultado del condicionamiento ejercido por la sociedad y la cultura. En general, estos comportamientos se establecen durante los primeros años de vida, siendo los padres figuras clave al influir en sus hijos en aspectos culturales y personales al seleccionar y consumir alimentos (Colmenares, et al., 2020).

Los hábitos alimenticios, formados principalmente por la influencia familiar, se replican a través de la repetición y a menudo de manera involuntaria. Con el tiempo, la influencia de la familia disminuye a medida que el individuo

desarrolla una comprensión más amplia de estos hábitos. Durante la adolescencia, se observan cambios en los hábitos alimenticios, influenciados significativamente por las emociones y el factor psicológico. La búsqueda de una imagen corporal particular puede llevar a cambios significativos en estos hábitos alimentarios (Díaz, 2020).

Aunque las personas que viven en la misma nación pueden compartir identidades, las variadas costumbres alimenticias en diferentes regiones reflejan aspectos culturales únicos. Cambiar creencias es más fácil que modificar hábitos alimenticios arraigados. Los alimentos desempeñan un papel crucial en las interacciones sociales, siendo símbolos de bienvenida y camaradería. Aunque factores como salud, edad, sexo y genética pueden influir en los hábitos alimenticios, en la sociedad actual, algunas familias muestran similitudes en el consumo de grasas trans, proteínas y azúcares, diluyendo las diferencias tradicionales (Solano et al., 2017).

Normas básicas en la creación de hábitos saludables

Completo: Para cultivar prácticas saludables, resulta crucial no solo asegurar la disponibilidad de alimentos, sino también mantener porciones apropiadas a lo largo del día, abarcando desayuno, almuerzo, cena y posiblemente una merienda. La incorporación de estas comidas en momentos específicos, guiada por las tradiciones familiares, tiene como objetivo fundamental la preservación óptima de la salud tanto física como psicológica. Estos hábitos contribuyen a diversas funciones corporales, buscando la estabilidad en el bienestar general (Martínez y Pedrón, 2017).

Equilibrada: La clave reside en encontrar un equilibrio adecuado en la ingesta de alimentos, garantizando una distribución justa entre los grupos alimenticios. Eliminar ciertos tipos de alimentos o atribuir una importancia desproporcionada a uno o dos grupos alimenticios puede acarrear efectos negativos de salud. Al prescindir de alimentos como cereales, legumbres y verduras, se generan desequilibrios alimenticios que pueden contribuir al desarrollo de enfermedades comunes en la infancia, como la diabetes y la obesidad (Madrid y Xandri, 2017).

Higiénica: La salud e higiene alimentaria desempeñan un papel fundamental en una dieta saludable, ya que la nutrición adecuada está estrechamente vinculada al cumplimiento de normas de limpieza y a la cantidad y calidad de los nutrientes. La incorporación de microorganismos perjudiciales mediante alimentos insuficientemente limpios puede ocasionar enfermedades en los niños, resaltando la relevancia del lavado de manos durante la elaboración de alimentos, particularmente a cargo de las madres. La falta de cuidado en la limpieza y control de calidad de algunos alimentos, especialmente carnes y verduras, puede resultar en insalubridad alimentaria, causada por contaminantes químicos, pesticidas y el uso de hormonas (Vizhñay, 2019).

Suficiente: Proporcionar una dieta adecuada a un niño va más allá de simplemente ofrecer cantidades abundantes de alimentos; es crucial garantizar que las porciones satisfagan las necesidades fisiológicas, teniendo en cuenta factores como la masa muscular (IMC) y los nutrientes esenciales para el día a día. Se enfatiza la primacía de la calidad nutricional sobre la cantidad, resaltando la importancia de cumplir con los estándares fisiológicos (Ministerio de Salud del Perú, 2018).

Variedad: En la primera infancia, los niños son imitadores naturales, por lo que es beneficioso que los padres introduzcan hábitos alimenticios variados desde su nacimiento. Esta práctica implica ofrecer una diversidad de alimentos de todos los grupos alimenticios y una amplia variedad en la preparación del menú diario. Este enfoque cobra especial importancia dada la vulnerabilidad de los niños en esta etapa (Ministerio de Salud del Perú, 2018).

Características de los hábitos alimenticios

Según su función: La alimentación del niño se centra en la utilidad específica de diferentes alimentos, cada uno proporcionando beneficios y funciones distintas en su organismo. Los alimentos energéticos, como harinas, cereales, miel y frutos secos, son esenciales para suministrar la energía necesaria para las actividades diarias. Los alimentos constructores, como verduras y frutas, desempeñan un papel crucial en el mantenimiento y preservación de la masa muscular, contribuyendo a la reparación celular y acelerando la cicatrización de heridas (Girón y Plazas, 2019).

Según su origen: La clasificación de alimentos se divide en tres grupos principales: los de origen vegetal o no hemo, que incluyen verduras, cereales, aceites, hortalizas y tubérculos; el segundo grupo es de origen animal o hemo, compuesto por carnes blancas y rojas, huevos, lácteos y grasas animales. Finalmente, el tercer grupo está formado por alimentos de origen mineral, generalmente obtenidos de la naturaleza mediante extracción, como el agua y sales minerales como calcio y potasio, tanto de origen vegetal como de yacimientos (Yupanqui, 2020).

Según su composición: Este grupo abarca macronutrientes como lípidos, glúcidos y proteínas, así como micronutrientes que incluyen enzimas, vitaminas, agua, electrolitos minerales y otros proporcionados por profesionales de la salud (Andrade; 2018).

Dimensión motivación alimenticia.

Las personas manifiestan un instinto natural e inconsciente hacia la alimentación y el disfrute de la comida, y se reconoce que el hipotálamo lateral del cerebro regula este comportamiento alimentario al conectar la motivación con el consumo de alimentos (Beltrán, 2017).

La motivación durante la ingesta de alimentos es crucial, ya que el estado de ánimo positivo de la madre puede influir en la disposición del niño hacia alimentos que normalmente rechazaría. Un enfoque positivo y persuasivo, acompañado de un plan alimenticio equilibrado y prácticas higiénicas en la preparación y alimentación, puede llevar al niño a aceptar nuevas opciones alimenticias. Estos hábitos saludables, como horarios definidos y comidas completas, serán percibidos de manera instintiva por el niño como adecuados, fortaleciendo la conexión con su madre (Rodríguez, 2017).

Dimensión preferencia alimenticia

Inicialmente, las preferencias alimenticias del niño se moldean según las elecciones de alimentos proporcionadas por la madre, pero con el tiempo, el niño adquiere un papel más activo en estas decisiones. La madre dispone de diversas opciones en la preparación de comidas, que abarcan alimentos de origen animal, vegetal y suplementos minerales (Anaya y Álvarez, 2018).

La variedad en la selección de alimentos brinda a las madres una amplia gama de opciones de menús, que abarcan desde sopas hasta platos principales, e incluso la posibilidad de incorporar entradas beneficiosas para el niño. Ejemplos de elecciones saludables incluyen arroz con pollo acompañado de ensaladas que contengan lechuga, tomate y pequeñas porciones de aguacate, aderezadas con toques suaves de limón o aliños poco ácidos. (Cañedo, et al., 2019).

Dimensión frecuencia alimenticia

En la vida diaria de niños de 1 a 5 años, actividades como comer, dormir, orinar y jugar se repiten de manera despreocupada. Sin embargo, para las madres primerizas, la alimentación y su frecuencia pueden generar preguntas y preocupaciones, como la cantidad de onzas que un niño de 1 año debe tomar, despertar al niño para que coma, y la constante sensación de hambre del niño. Es fundamental que la madre establezca buenos hábitos alimenticios y evite que otros familiares ofrezcan golosinas (Quenta, 2018).

En relación con la ingesta de alimentos entre comidas, se recomienda que la madre se esfuerce por incorporar en la alimentación del niño opciones basadas en frutas, dulces con bajos aditivos y jugos frescos, al tiempo que restringe al máximo el consumo de dulces, dado que su composición podría generar dependencia y promover la selección de alimentos. Es crucial que la madre sea consciente de que esta etapa es vital para el desarrollo cognitivo y el fortalecimiento de las habilidades motoras del niño. Por ende, se debe respetar de manera estricta la frecuencia de las comidas, incluyendo desayuno, almuerzo y cena, como parte fundamental del compromiso de una madre responsable con la salud de su hijo (Mejía, 2017).

Dimensión lugar alimenticio

A pesar de vivir tiempos difíciles, la madre reconoce su gran responsabilidad de brindar seguridad y protección constante a su hijo, siendo esencial optimizar su alimentación para garantizar su salud. La madre, basándose en la experiencia, comprende que las preparaciones en el hogar son más nutritivas y tienen un mayor contenido nutricional en comparación con los alimentos

adquiridos fuera del hogar. A menos que sea necesario que el niño consuma alimentos fuera de casa de manera esporádica, la madre debe ser consciente y cuidadosa con respecto a los alimentos que su hijo ingiere (MINSA; 2020).

Fuera del hogar, la madre debe tomar medidas específicas para garantizar que las comidas consumidas en lugares como restaurantes o durante ausencias prolongadas sean equilibradas. Estas precauciones incluyen elegir opciones más saludables, complementarlas con alimentos de tiendas naturistas o adquirir frutas y verduras frescas en mercados cercanos para enriquecer los alimentos comprados en restaurantes. Se recomienda complementar las comidas con ensaladas y optar por frutas en lugar de postres con alto contenido de azúcar. En casos donde sea difícil evitar alimentos procesados, su consumo debe limitarse a la cantidad necesaria (British-Columbia, 2020).

1.2. Estado Nutricional

La condición nutricional constituye un componente parcial del estado clínico general de un individuo, el cual se determina mediante la observación y medición con el fin de obtener conclusiones sobre su situación metabólica. La evaluación de esta condición considera el comportamiento nutricional en relación con la ingesta de nutrientes, teniendo en cuenta factores como el peso corporal, la altura, la edad y las características físicas, siendo la eutrofia el estado nutricional óptimo. Es crucial señalar que el estado nutricional no debe confundirse con el estado general de salud; incluso un niño eutrófico puede presentar un mal estado general. Además, se puede realizar una evaluación indirecta del estado nutricional mediante la observación de la piel, el cabello, las uñas, las mucosas y el estado de la dentadura (Martínez, et al., 2020).

El crecimiento y el aumento de peso son indicadores cruciales para evaluar el estado nutricional de los niños, y los pediatras realizan mediciones periódicas durante los exámenes preventivos. Estos profesionales registran la altura y el peso, y opcionalmente la circunferencia de la cabeza, en diagramas especiales. Es esencial reconocer que no solo los niños de familias económicamente desfavorecidas sufren déficits nutricionales, ya que las enfermedades relacionadas con la dieta afectan a la sociedad en general. El inicio de la escuela implica un cambio significativo para muchos niños, ya que el tiempo

prolongado de estar sentados y la falta de ejercicio conllevan riesgos para la salud. Por lo tanto, es crucial monitorear la salud nutricional tanto en niños con dietas que exceden los niveles normales como en aquellos provenientes de familias con bajos recursos económicos, ya que podrían experimentar enfermedades y estados nutricionales preocupantes (Ramos, et al., 2020).

Para evaluar adecuadamente el estado nutricional, es crucial utilizar parámetros como el aspecto físico (constitución), peso corporal, altura e índice de masa corporal (IMC). Estas herramientas diagnósticas son ideales para rastrear la condición de salud de manera general, sin requerir exámenes más detallados o específicos. A nivel mundial, el IMC se utiliza comúnmente como una herramienta estándar de diagnóstico en niños, pero su aplicabilidad se extiende a todos los grupos humanos, incluyendo personas mayores o individuos con comorbilidades (Gómez, 2019).

El estado nutricional se considera el resultado del consumo de nutrientes y energía, reflejándose en la salud del individuo y en su apariencia física, influenciado por sus hábitos alimenticios. Sin embargo, esta percepción puede ser engañosa, ya que niños aparentemente saludables pueden tener parámetros fuera de los límites normales. La calidad de los alimentos y la dieta suministrada por la madre juegan un papel crucial, y un desequilibrio entre las necesidades del niño puede llevar a un estado nutricional negativo (Aguirre, et al., 2020).

Evaluación del estado de nutrición

La antropometría. Implica la medición del cuerpo humano, es fundamental para evaluar los diferentes estados de salud en los niños. Este método proporciona datos antropométricos que son utilizados por profesionales de la salud para diseñar intervenciones específicas cuando sea necesario. La afectación del equilibrio nutricional se refleja en diversas medidas corporales, y la antropometría es una herramienta esencial para entender y abordar estos aspectos (Ministerio de Salud del Perú, 2018).

La antropometría nutricional se centra en medidas que indican diferentes formas de desnutrición en los niños. Las formas agudas afectan directamente

al crecimiento y a los tejidos blandos, como el tejido graso y la masa muscular, mientras que las formas crónicas se evidencian en tejidos más sólidos, como los huesos y la altura del cuerpo. Este método utiliza herramientas simples como escalas, bastones, bandas y brújulas, aunque en casos específicos se recurre a fotografías estandarizadas y análisis electrónico de imágenes. La antropometría nutricional es esencial para la detección temprana de desequilibrios, como desnutrición y deficiencia del crecimiento, y en algunos casos, puede revelar enfermedades asociadas o hereditarias que afectan la salud del niño (Quesada, et al., 2017).

En la práctica nutricional, algunas medidas clave suelen ser suficientes, como el peso corporal, la altura, las medidas de la circunferencia de diversas áreas del cuerpo y el grosor de los pliegues de la piel para calcular el índice de masa corporal (IMC). Estas mediciones antropométricas proporcionan un punto de referencia útil para la evaluación de médicos al tratar enfermedades. Además, sirven como valores referenciales que muestran la posición relativa de los diversos datos individuales en el niño sin la necesidad de una evaluación más profunda (Cruz, 2018).

Los estándares de referencia representan valores objetivo vinculados a funciones como mayor esperanza de vida y menor susceptibilidad a enfermedades. Aunque el manejo de medidas antropométricas puede tener desventajas al subestimar los controles rigurosos, estos datos son específicos para formas particulares de desnutrición y proporcionan información sobre el balance alimentario total, especialmente en términos de energía, proteínas y grasas, sin revelar estados de vitaminas y minerales (León, 2017).

Justificación

Asegurar una alimentación apropiada durante la infancia se presenta como un factor esencial para el desarrollo, crecimiento, salud y bienestar de los niños. La función primordial de las madres reside en su capacidad para impactar en los hábitos alimentarios de sus hijos, ya que son responsables del patrón dietético que les ofrecen. Las preferencias alimentarias, moldeadas por experiencias recurrentes, orientan a los niños hacia la elección de alimentos

con alto contenido calórico para satisfacer sus requerimientos energéticos en esta fase.

Justificación teórica: La investigación se centra en proporcionar contribuciones científicas sobre hábitos alimentarios y el estado nutricional de niños de 5 años. El objetivo principal es ampliar el conocimiento de los profesionales de la educación, resaltando importancia de promover y prevenir la salud en el entorno educativo. La meta última es contribuir al desarrollo de niños saludables que puedan convertirse en adultos productivos en el futuro.

Justificación práctica: Los educadores se enfocarán en sensibilizar a las madres acerca de la relevancia de los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de 5 años. Abordarán elementos como la motivación para la alimentación, las preferencias alimenticias, frecuencia de consumo y entorno alimentario, con el fin de evitar la aparición de desnutrición, sobrepeso u obesidad en prescolares.

Justificación social: El propósito de esta investigación es examinar si las madres de niños y niñas de 5 años adoptan prácticas alimentarias saludables. Se evaluarán diversos aspectos, como el patrón de consumo de alimentos, la motivación, la frecuencia, el entorno y la variedad de alimentos, con la intención de comprender su influencia en la alimentación saludable y, por ende, en el estado nutricional de los niños.

La presente investigación tuvo como problema principal ¿Cuál es la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023? La hipótesis fue: Existe relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023. El objetivo general fue, Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023. Y como específicos se planteó: a) Conocer la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión motivación alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023. b). Identificar la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023. c). Conocer la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución

educativa inicial N° 295 Shushug, 2023. d). Conocer la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión lugar de alimentación y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023

II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Población, muestra y muestreo

Población

Viene a ser el universo completo de la investigación, los objetos que se ajustan a determinadas características (Hernández *et al.*, 2014).

Población del estudio estuvo compuesta por 21 estudiantes institución educativa inicial Shushug matriculados en el año 2023.

Tabla 1

21 prescolares, institución educativa inicial 295 Shushug en detalle

N°	Género	Cantidad
1	Femenino	10
2	Masculino	11
Total		21

Nota: Datos recogidos en la dirección de la Institución educativa.

Muestra y muestreo

El muestreo a utilizar será no probabilístico por conveniencia, es decir será el investigador que elegirá de manera intencional.

2.2.Variable de estudio

Tabla 2. Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO	ESCALA
Hábitos alimenticios	Los hábitos alimenticios comprenden las decisiones y pautas conscientes en la selección y consumo de alimentos. Estos comportamientos pueden estar sujetos a diversas influencias, como el entorno social, cultural y religioso. Es relevante subrayar que los hábitos alimenticios ejercen un impacto considerable en la salud individual. Mantener una dieta equilibrada y variada es esencial para garantizar la adecuada ingesta de nutrientes y fomentar un buen estado de salud (Colmenares, et al., 2020).	Para determinar la variable en investigación se considera como instrumento el cuestionario que mide los hábitos alimenticios y estado nutricional	Motivación alimenticia Preferencia alimenticia Frecuencia alimenticia Lugar alimenticio	<ul style="list-style-type: none"> • Distribución de tipo de preparación <ul style="list-style-type: none"> ▪ Carbohidratos ▪ Proteínas y Vitaminas minerales ▪ Grasas y lípidos ▪ Desayuno ▪ Almuerzo ▪ Merienda Cena ▪ Casa ▪ Colegio ▪ Restaurantes ▪ Ambulante 	Técnica: Encuesta Instrumento: Cuestionario (Álvarez y Bendezú, 2011) (ver Anexo 2 y 3)	Mala Regular Buena
Estado nutricional	El estado nutricional de una persona refleja la cantidad y calidad de los nutrientes disponibles y utilizados por su organismo. Preservar un óptimo estado nutricional desempeña un papel crucial en la salud y el bienestar general. Es esencial considerar las necesidades específicas de cada individuo, ya que estas varían según la edad, el género, la actividad física y otras características personales.	Estado nutricional de los participantes de 5 años de la institución educativa Shushug, la cual se obtiene por medio de las curvas de crecimiento bajo peso, peso normal, sobrepeso y obesidad.	Medidas antropométricas	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Peso/edad ▪ Talla/edad ▪ Peso/talla 	Ficha de evaluación de estado nutricional	Bajo peso Peso normal Sobrepeso Obesidad

2.3.Métodos.

Método utilizado es descriptivo, enfocado en comprender y describir la afectación de los hábitos alimentarios de los niños. Los estudios descriptivos se centran en destacar las características según la naturaleza del fenómeno sin abordar específicamente las causas de su ocurrencia (Hernández et al., 2014).

Método de análisis, propuesto tiene como objetivo descomponer el estudio en dimensiones, indicadores y variables para analizar y comprender el problema desde diferentes perspectivas. Esta división facilita un procesamiento estructurado y detallado, permitiendo un análisis más profundo de los fenómenos estudiados. Al examinar cada dimensión e indicador por separado, se busca obtener una comprensión más precisa del problema, y luego integrar los hallazgos para obtener una visión completa. Esta perspectiva contribuye a una comprensión más completa de los diversos factores que impactan en el fenómeno bajo investigación (Hernández et al., 2014).

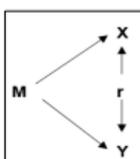
Investigación adoptó un enfoque **cuantitativo**, centrándose en la contratación de la hipótesis mediante mediciones numéricas y estadísticas, naturaleza de los datos y la información recopilada así lo demuestra. Interpretación de los resultados se fundamentó en la representación porcentual de la información recopilada. (Hernández et al.,2014).

Diseño **no experimental**, ya que las propiedades inherentes al mismo no posibilitaron la transformación o manipulación planeada de las variables. No implicaba una intervención directa del investigador ni la implementación de modificaciones consideradas significativas en la investigación. El propósito principal de este diseño consistía en la observación de fenómenos en ambientes naturales, centrado en la evaluación objetiva de comportamientos (Hernández et al., 2014).

Método utilizado fue el **hipotético-deductivo**, justificado por su capacidad para desarrollar secuencialmente descripciones generales objetivas hasta la caracterización básica de conceptos específicos. Este enfoque permitió interpretar la información desde una concepción trascendental a priori verdadera, respaldando el análisis complementario del estudio. En esta investigación, se aplicó como parte de una descripción sistemática del problema identificado y

una presentación de antecedentes que resultaron fundamentales en la presentación de los resultados finales (Hernández et al.,2014).

El estudio se distinguió por hacer uso de estudios de tipo transversal, adoptando un diseño descriptivo correlacional y retrospectivo. La estructura del diseño empleado se presenta de la siguiente manera:



Donde:

M: muestra

X: variable independiente

Y: variable dependiente

r: relación entre las dos variables

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Encuesta

Estructurada y cerrada con la finalidad de obtener información de manera inmediata y eficiente. Obtención de datos mediante cuestionario compuesto por múltiples preguntas, estructurado de manera cerrada, que facilitó la recopilación de datos cuantitativos. Este método incluyó la participación de los padres (Tamayo y Silva, 2016).

En la investigación, se midió la variable independiente a través de un cuestionario compuesto por 20 preguntas cerradas. Para evaluar el estado nutricional de los niños de 5 años, se empleó un formulario específico, aplicando la curva estandarizada de la OMS para realizar diagnósticos. El propósito primordial fue recopilar información, y mediante procesamiento y análisis de los datos, se interpretaron numéricamente las respuestas. Las preguntas se formularon siguiendo criterios metodológicos operacionales, con respuestas dicotómicas o politómicas para estandarizar las respuestas según niveles (Tamayo y Silva, 2016).

El instrumento adjunto en este estudio consta de 20 ítems, distribuidos en cuatro dimensiones: los primeros tres abordan la motivación alimenticia, del cuarto al décimo la preferencia alimenticia, del once al dieciséis la frecuencia alimenticia y, finalmente, del diecisiete al veinte la dimensión del lugar alimenticio (ver anexo 1). En relación con la Ficha del Estado Nutricional, personal de salud ayudó con las medidas antropométricas. Consentimiento informado de los padres se realizó al inicio antes del desarrollo del trabajo de evaluación.

2.4. Análisis de datos

Se llevó a cabo la clasificación, registro, tabulación y codificación de los datos. Estos fueron categorizados según la cantidad de ítems y dimensiones, organizados en tablas de distribución de frecuencias y presentados posteriormente en figuras estadísticas. Para el objetivo estadístico correlacionar (Hábitos alimenticios y estado nutricional), la contrastación de la hipótesis se realizó mediante Rho de Pearson, siguiendo el procedimiento del Ritual de Significancia Estadística.

III. RESULTADOS

Tabla 3

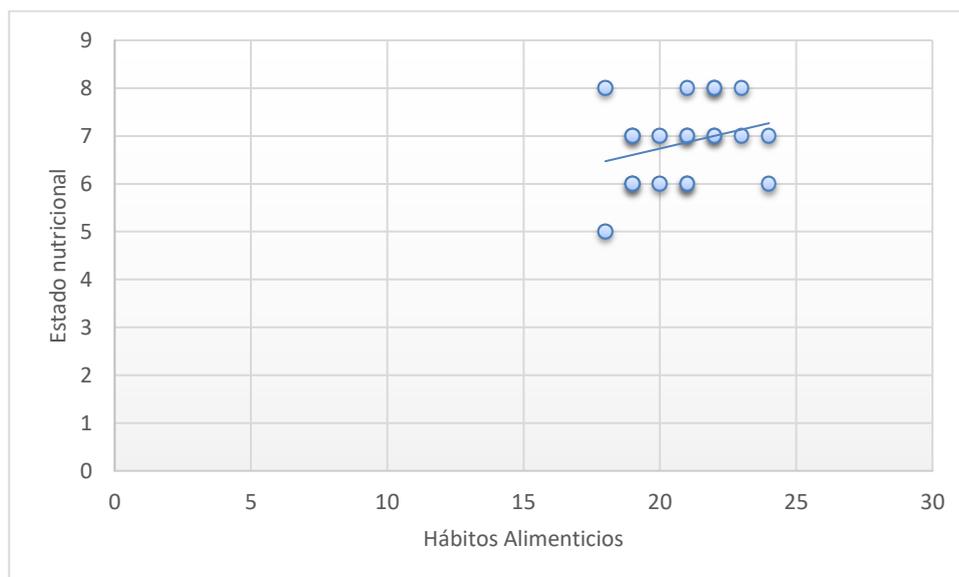
Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023

	Hábitos Alimenticios	Estado Nutricional
Hábitos Alimenticios	1	
Estado Nutricional	0.2814079	1

Nota. La correlación es positiva débil.

Figura 1

Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023



Análisis e interpretación

La tabla 3 y figura 1, La variable hábitos alimenticios está relacionada y positivamente con la variable Estado Nutricional, según la correlación de Pearson de 0.2814079 representado este resultado de coeficiente de correlación positiva débil con una significancia estadística de 0,000 siendo menor, lo que significa que hay una tendencia positiva entre las dos variables. Implica que, en general, a medida que los hábitos alimenticios mejoran, también tiende a mejorar el estado nutricional.

Tabla 4

Relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión motivación alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023

	Motivación	Estado Nutricional
Preferencia	1	
Estado Nutricional	0.42732441	1

Nota. La relación es positiva moderada

Análisis e interpretación

La tabla 4 El análisis de la relación entre la dimensión motivación alimenticia y el estado nutricional revela un coeficiente de correlación de Pearson (r) de 0.42732441. Esta magnitud sugiere una correlación positiva moderada, indicando que existe una conexión positiva entre la motivación alimenticia y el estado nutricional, aunque esta asociación no es extremadamente fuerte. La significancia estadística se respalda con un p-valor de 0.000, siendo este valor inferior al umbral convencional de 0.05.

Tabla 5

Identificar la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023

	Preferencia	Estado Nutricional
Preferencia	1	
Estado Nutricional	0.254385026	1

Nota: Correlación es positiva débil

Análisis e interpretación

La tabla 5 La correlación de Pearson entre la dimensión preferencia alimenticia y el estado nutricional es 0.254385026. interpretando el valor de r La magnitud de 0.254385026 indica una correlación positiva débil. Esto sugiere que hay una relación positiva entre la dimensión preferencia alimenticia y el estado nutricional, pero la asociación no es muy fuerte. Significancia estadística. El p-valor asociado con la correlación es 0.000, lo cual es menor que 0.05. es crucial destacar que la fuerza de esta asociación es tenue, sugiriendo una relación positiva pero no muy robusta entre la preferencia alimenticia y el estado nutricional.

Tabla 6

Conocer la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023

	Frecuencia Alimenticia	Estado Nutricional
Frecuencia Alimenticia	1	
Estado Nutricional	-0.172522466	1

Nota: Correlación es negativa débil

Análisis e interpretación

La tabla 6 según el coeficiente de correlación de Pearson (r) entre la dimensión frecuencia alimenticia y el estado nutricional es -0.172522466. Interpretación del Valor de r: La magnitud de -0.172522466 indica una correlación negativa débil. Esto sugiere que hay una relación negativa entre la frecuencia alimenticia y el estado nutricional, pero la asociación es débil. Significancia estadística el p-valor asociado con la correlación es 0.000, lo cual es menor que 0.05. En este caso, el p-valor es significativo, lo que sugiere que la correlación observada es estadísticamente significativa. Esto indica que a medida que la frecuencia alimenticia aumenta, el estado nutricional tiende a disminuir. Sin embargo, es crucial señalar que la asociación es débil, lo que significa que la relación entre la frecuencia alimenticia y el estado nutricional no es muy pronunciada.

Tabla 7

Relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión lugar de alimentación y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023

	Lugar Alimenticio	Estado Nutricional
Lugar Alimenticio	1	
Estado Nutricional	0.16803361	1

Nota: La correlación es positiva débil

Análisis e interpretación

La tabla 7 dimensión lugar alimenticia está relacionada y positivamente con el Estado Nutricional, según la correlación de Pearson de 0.16803361 representado este resultado de coeficiente de relación positiva débil con una significancia estadística de 0,000 lo cual es menor que 0.05. En este caso, el p-valor es significativo, lo que

sugiere que la correlación observada es estadísticamente significativa. A medida que la dimensión lugar alimenticio mejora, el estado nutricional también tiende a mejorar.

Hábitos Alimenticios: Motivación, Preferencia, Frecuencia, Lugar

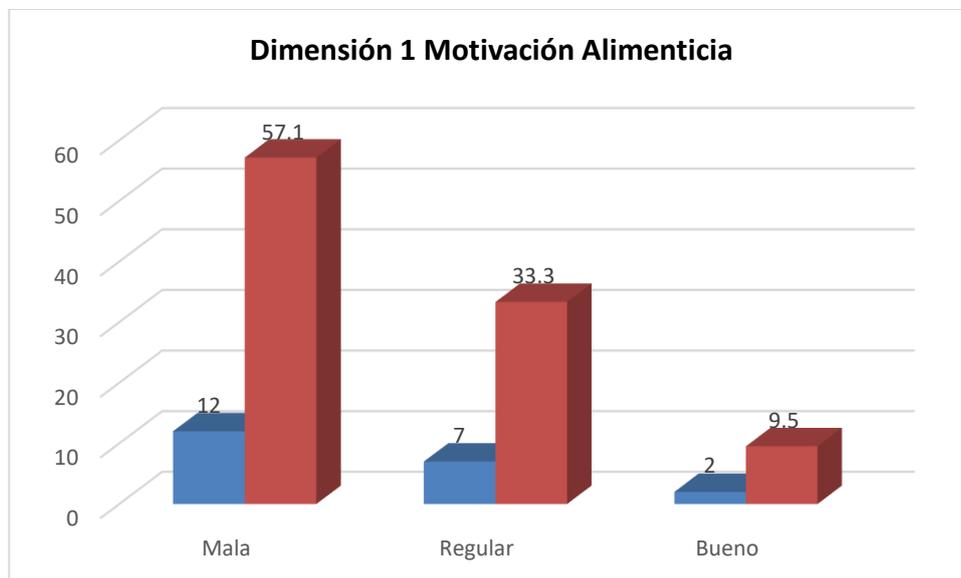
Tabla 8

Resultados de la dimensión Motivación alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023

Nivel	Dimensión 1 Motivación Alimenticia	
	Fi	%
Mala	12	57.1
Regular	7	33.3
Bueno	2	9.5
Total	21	100.00

Figura 2

Resultados de la dimensión motivación alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023



Análisis e interpretación

En la tabla 8 y figura 2, se puede observar, según los datos obtenidos de las madres en cuanto a la dimensión Motivación Alimenticia; el 57.1% mala, 33.3% regular, 9.5% bueno. Se confirma que en mayor proporción de los niños tienen una motivación alimenticia mala. Esto puede tener implicaciones para la salud

nutricional de los niños, ya que la motivación alimenticia de las madres puede influir en las elecciones alimenticias y prácticas alimenticias en el hogar.

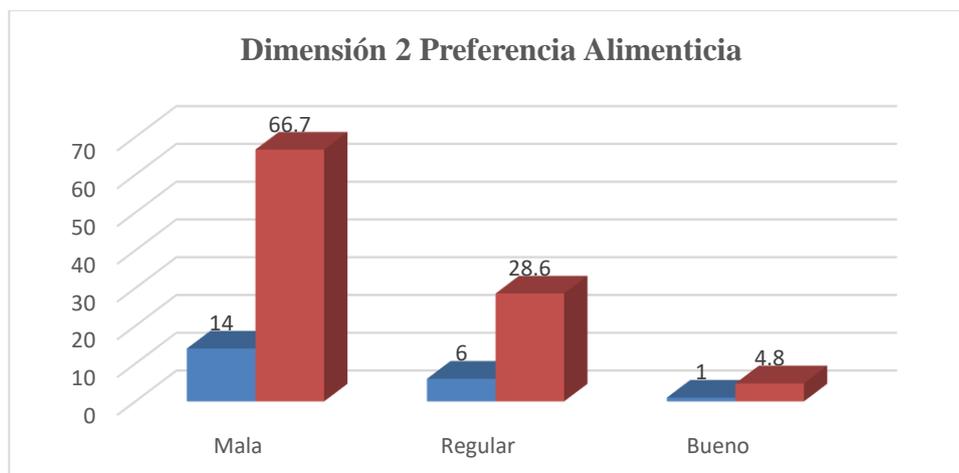
Tabla 9

Resultados de la dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023

Nivel	Dimensión 2 Preferencia Alimenticia	
	Fi	%
Mala	14	66.7
Regular	6	28.6
Bueno	1	4.8
Total	21	100.0

Figura 3

Resultados de la dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023



Análisis e interpretación

En la tabla 9 y figura 3, se puede observar, según los datos obtenidos de las madres en cuanto a la dimensión Preferencia Alimenticia; el 66.7% mala, 28.6% regular, 4.8% bueno. Se confirma que en mayor proporción de los niños tienen una preferencia alimenticia mala. Estos resultados pueden tener implicaciones para la alimentación y la salud de los niños, ya que la preferencia alimenticia de las madres puede influir en las opciones alimenticias disponibles en el hogar y, por ende, en la alimentación de los niños. Es importante considerar cómo mejorar la preferencia alimenticia de las madres puede tener un impacto positivo en la calidad de la alimentación de los niños.

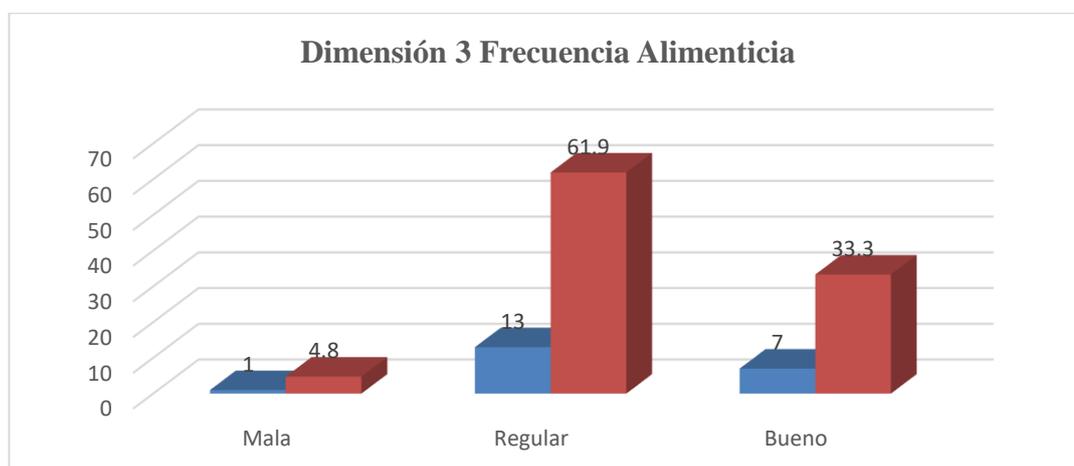
Tabla 10

Resultados de la dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023

Nivel	Dimensión 3 Frecuencia Alimenticia	
	Fi	%
Mala	1	4.8
Regular	13	61.9
Bueno	7	33.3
Total	21	100.0

Figura 4

Resultados de la dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023



Análisis e interpretación

En la tabla 10 y figura 4, se puede observar, según los datos obtenidos de las madres en cuanto a la dimensión frecuencia Alimenticia; el 61.9% Regular, 33.3% bueno, 4.8% mala. Se confirma que en mayor proporción de los niños tienen una frecuencia alimenticia regular. Es crucial considerar cómo la frecuencia alimenticia regular puede afectar la nutrición y la salud de los niños.

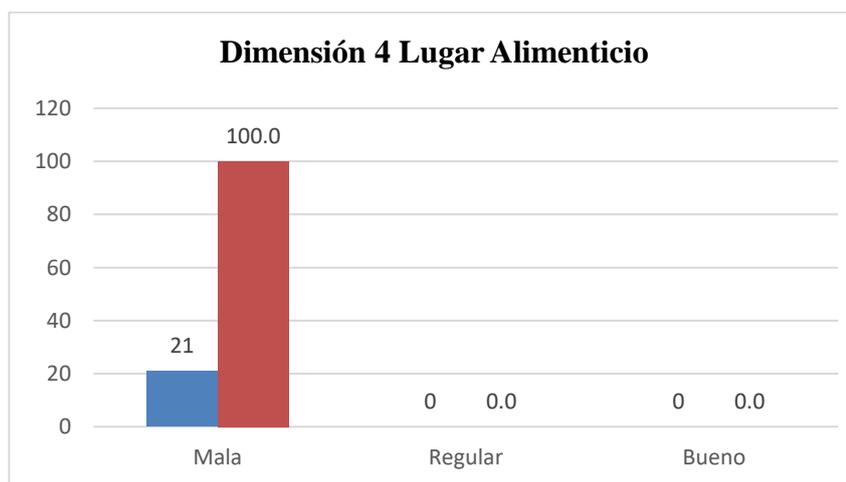
Tabla 11

Resultados de la dimensión lugar de alimentación y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023

Nivel	Dimensión 4 Lugar Alimenticia	
	Fi	%
Mala	21	100.0
Regular	0	0.0
Bueno	0	0.0
Total	21	100.0

Figura 5

Resultados de la dimensión lugar de alimentación y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023



Análisis e interpretación

En la tabla 11 y figura 5, se puede observar, según los datos obtenidos de las madres en cuanto a la dimensión Lugar Alimenticio; el 100 % mala. Se confirma que en su totalidad de los niños tiene un lugar de alimentación mala. Es importante reconocer que este resultado puede tener implicaciones significativas para la calidad y la seguridad de la alimentación de los niños. Un lugar de alimentación considerado "malo" podría afectar la higiene, la accesibilidad a alimentos saludables y otros factores importantes relacionados con la nutrición y la salud de los niños.

Estado Nutricional: Medidas antropométricas

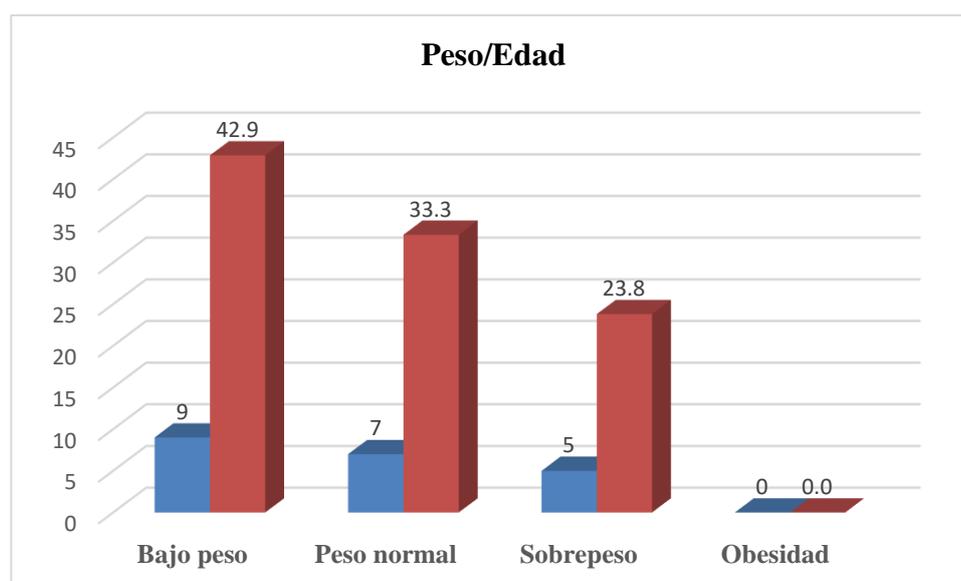
Tabla 12

Resultados de la dimensión Peso/Edad del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023

Nivel	Peso/Edad	
	Fi	%
Bajo Peso	9	42.9
Peso Normal	7	33.3
Sobrepeso	5	23.8
Obesidad	0	0
Total	21	100

Figura 6

Resultados de la dimensión Peso/Edad del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023



Análisis e interpretación

En la tabla 12 y figura 6, se puede observar, según los datos obtenidos en peso/edad del niño, el 42.9% bajo peso, 33.3 % Normal y 23.8 % sobrepeso. Se puede constatar que la mayoría de los niños en peso/edad tienen bajo peso. El bajo peso puede estar asociado con deficiencias nutricionales, condiciones de salud u otros factores. Este hallazgo también destaca la importancia de implementar intervenciones y estrategias que aborden la nutrición y el desarrollo saludable de los niños, en colaboración con profesionales de la salud.

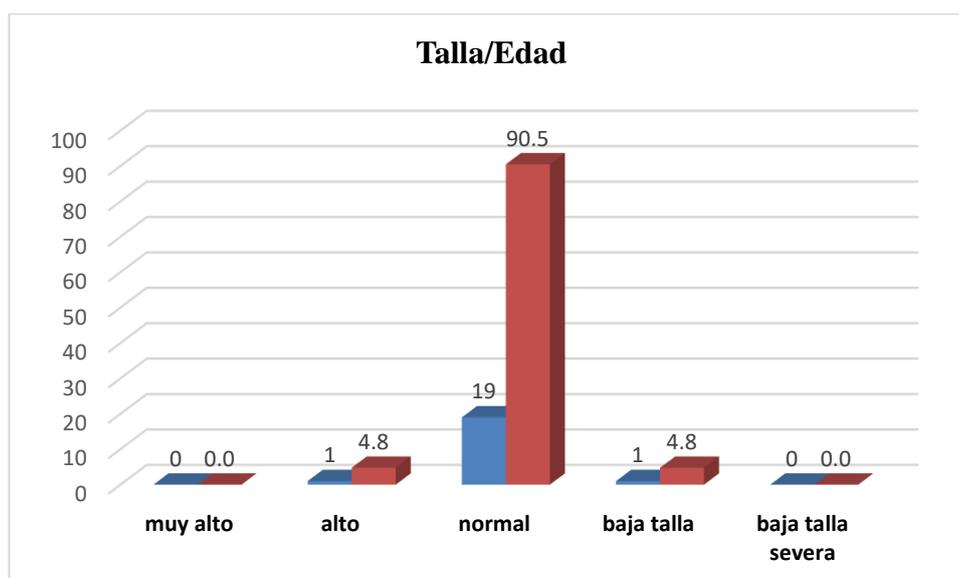
Tabla 13

Resultados de la dimensión Talla/edad del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023

Nivel	Talla/Edad	
	Fi	%
Muy Alto	0	0
Alto	1	4.8
Normal	19	90.5
Baja Talla	1	4.8
Baja Talla Severa	0	0
Total	21	100

Figura 7

Resultados de la dimensión Talla/edad del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023



Análisis e interpretación

En la tabla 13 y figura 7, se puede observar, según los datos obtenidos en talla/edad del niño, el 90.5% talla normal y 4.8 presenta talla alto y talla baja respectivamente. Se puede constatar que la mayoría de los niños en talla/edad son normales. La prevalencia de una talla normal en la mayoría de los niños es una señal positiva en términos de crecimiento y desarrollo. La talla adecuada para la edad es un indicador importante de la salud y el bienestar general de los niños.

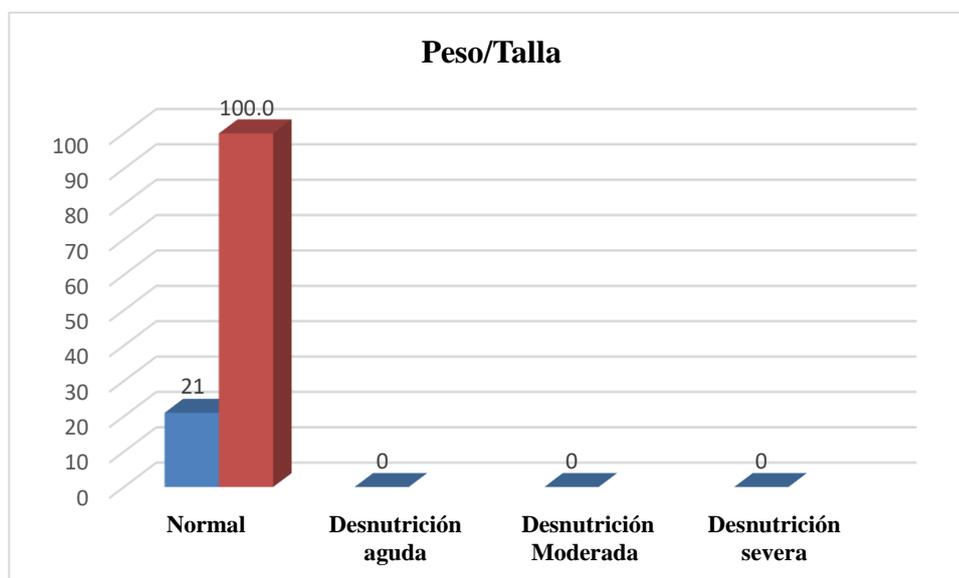
Tabla 14

Resultados de la dimensión peso/talla del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023

Nivel	Peso/Talla	
	Fi	%
Normal	21	100
Desnutrición Aguda	0	0
Desnutrición Moderada	0	0
Desnutrición Severa	0	0
Total	21	100

Figura 8

Resultados de la dimensión peso/talla del estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023



Análisis e interpretación

En la tabla 14 y figura 8, se puede observar, según los datos obtenidos en peso/talla del niño, el 100 % estado nutricional normal. Se puede constatar que los niños participantes en el estudio presentan un estado nutricional normal.

IV. DISCUSIÓN

El objetivo principal del estudio realizado en la Institución Educativa Inicial N.º 295 Shushug en 2023 fue establecer la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de 5 años. Los resultados indican coeficiente de correlación de Pearson de 0.2814079, revelando correlación positiva débil entre la variable de hábitos alimenticios y el estado nutricional. Esta conclusión sugiere que, de manera general, conforme los hábitos alimenticios experimentan mejoras, existe una tendencia simultánea a la mejora del estado nutricional.

El estudio revela que, en términos de motivación alimentaria, el 57.1% de los niños presenta una motivación considerada como deficiente, mientras que el 33.3% tiene una motivación regular y el 9.5% muestra una motivación buena. Este hallazgo sugiere que la mayoría de los niños tienen una motivación alimentaria insatisfactoria, lo que podría tener importantes implicaciones para su salud nutricional. Se resalta la relevancia de la motivación alimentaria de las madres, ya que puede influir en las elecciones y prácticas alimenticias en el hogar. Este resultado contradice la afirmación de Rodríguez (2017), quien indica que la motivación durante la ingesta de alimentos, especialmente el estado de ánimo positivo de la madre, puede afectar la disposición del niño hacia alimentos que normalmente rechazaría. Se sugiere que un enfoque positivo y persuasivo, combinado con un plan alimenticio equilibrado y prácticas higiénicas en la preparación y alimentación, puede contribuir a que el niño acepte nuevas opciones alimenticias. Además, se destaca la importancia de establecer hábitos saludables, como horarios definidos y comidas completas, que el niño percibiría como apropiados, fortaleciendo así la conexión emocional con su madre. En relación a la dimensión de preferencia alimentaria, se encontró que el 66.7% de los niños presenta una preferencia considerada como deficiente, mientras que el 28.6% muestra una preferencia regular y el 4.8% presenta una preferencia buena. Estos resultados sugieren que la mayoría de los niños exhiben una preferencia alimentaria insatisfactoria, lo cual podría tener consecuencias significativas en su dieta y bienestar general. Se destaca la influencia de la preferencia alimentaria de las madres en las opciones disponibles en el hogar y, por ende, en la alimentación de los niños. Este hallazgo contradice el estudio de Cañedo et al. (2019), que sugiere que la diversidad en la elección de alimentos puede ofrecer opciones beneficiosas

para el niño, como sopas, platos principales variados y la incorporación de entradas saludables. Es crucial considerar cómo mejorar la preferencia alimentaria de las madres puede tener un impacto positivo en la calidad de la alimentación de los niños. A pesar de la existencia de opciones saludables, como arroz con pollo y ensaladas, el estudio señala que algunas madres pueden enfrentar dificultades para mantener hábitos saludables, recurriendo ocasionalmente a golosinas y gaseosas entre las comidas, lo cual puede representar un descuido importante para la salud nutricional de los niños. En relación a la dimensión de frecuencia alimentaria, el estudio indica que el 61.9% de los niños presenta una frecuencia considerada como regular, el 33.3% muestra una frecuencia buena, y el 4.8% tiene una frecuencia mala. Este hallazgo resalta que la mayoría de los niños mantienen una frecuencia alimentaria regular, destacando la importancia de comprender cómo esta regularidad puede influir en la nutrición y salud infantil. Se sugiere examinar los posibles efectos de una frecuencia alimentaria regular en la nutrición y salud de los niños. Este resultado guarda similitud con un estudio llevado a cabo por Lema (2022) en Ecuador, que se centraba en fomentar hábitos alimentarios saludables en estudiantes de cuatro a cinco años. En ese estudio, el 19.05% de los niños tenía hábitos alimentarios considerados normales, mientras que el 23.81% carecía de hábitos alimentarios y el 28% presentaba conocimientos inaceptables sobre salud nutricional. Se destaca que el 38.10% de los niños en el estudio ecuatoriano comía cuatro veces al día, proporcionando un contexto adicional sobre la frecuencia de las comidas diarias. En conjunto, estos resultados enfatizan la necesidad de promover hábitos alimentarios saludables y conocimientos adecuados sobre nutrición desde una edad temprana, considerando la influencia de la frecuencia alimentaria en el bienestar de los niños. En cuanto a la dimensión del lugar de alimentación, el estudio revela que el 100% de los niños presenta un lugar de alimentación considerado como deficiente. Este resultado destaca la importancia de reconocer las posibles implicaciones significativas para la calidad y seguridad de la alimentación de los niños. Este hallazgo contradice las afirmaciones del MINSA (2020), que resaltan la responsabilidad de la madre en proporcionar seguridad y protección constante a su hijo, optimizando su alimentación para garantizar su salud. Según estas recomendaciones, la madre, basándose en la experiencia, comprende que las preparaciones en el hogar son más nutritivas y tienen un mayor contenido nutricional en comparación con los alimentos adquiridos fuera del hogar.

Se subraya la importancia de que, a menos que sea necesario que el niño consuma alimentos fuera de casa de manera esporádica, la madre debe ser consciente y cuidadosa con respecto a los alimentos que su hijo ingiere.

La evaluación del estado nutricional es fundamental para comprender la salud metabólica de un individuo, considerando diversos factores físicos y nutricionales. La eutrofia se presenta como el estado nutricional óptimo, y se destaca la importancia de diferenciar entre el estado nutricional y el estado general de salud al realizar estas evaluaciones. (Martínez, et al., 2020).

Los datos recopilados sobre la dimensión **Peso/Edad** del estado nutricional en niños de 5 años en la institución educativa inicial N.º 295 Shushug en 2023 revelan que el 42.9% de los niños presenta bajo peso, el 33.3% tiene un peso considerado normal, y el 23.8% muestra sobrepeso. Este hallazgo indica que la mayoría de los niños tienen bajo peso, lo cual puede estar asociado con deficiencias nutricionales, condiciones de salud u otros factores. Esta situación resalta la importancia de implementar intervenciones y estrategias destinadas a abordar la nutrición y el desarrollo saludable de los niños, trabajando en colaboración con profesionales de la salud. Este resultado coincide con un estudio realizado por Tsamajain y Yaun (2021) en la comunidad de Listra, distrito de Imaza, Bagua, en el que se encontró que el 40% de los niños presentaba desnutrición y el 48% mostraba desnutrición crónica según el índice Peso/Edad. Además, el índice de masa corporal (IMC) indicó que el 80% de los niños estudiados estaba en el rango de delgadez. Ambos estudios resaltan la necesidad de abordar los problemas nutricionales en niños de estas edades, con énfasis en las comunidades que presentan un alto porcentaje de desnutrición y delgadez. Las intervenciones deben ser diseñadas y aplicadas de manera colaborativa para mejorar el estado nutricional y el bienestar general de los niños en estas áreas. Según los datos obtenidos en la dimensión **Talla/Edad**, se observa que el 90.5% de los niños tiene una talla considerada normal, mientras que el 4.8% presenta talla alta y el 4.8% presenta talla baja. Esto indica que la mayoría de los niños tienen una talla adecuada para su edad, lo cual es una señal positiva en términos de crecimiento y desarrollo. La talla adecuada para la edad es un indicador crucial de la salud y el bienestar general de los niños. En cuanto a la dimensión **Peso/Talla**, se destaca que el 100% de los niños tiene un estado nutricional considerado como normal. Esto sugiere que los niños participantes en el estudio

presentan un estado nutricional dentro de los parámetros saludables. Estos resultados concuerdan con la idea de que la antropometría nutricional, que se centra en medidas como la talla y el peso, es esencial para evaluar diferentes formas de desnutrición en los niños. La antropometría nutricional se basa en herramientas simples como escalas, bastones, bandas y brújulas, y en algunos casos, se recurre a fotografías estandarizadas y análisis electrónico de imágenes. Este enfoque es esencial para la detección temprana de desequilibrios nutricionales, como desnutrición y deficiencia del crecimiento, y puede revelar enfermedades asociadas o hereditarias que afectan la salud del niño (Quesada, et al., 2017).

V. CONCLUSIONES

- El estudio revela una correlación positiva débil (coeficiente de Pearson: 0.2814079) entre la variable de hábitos alimenticios y el estado nutricional, con una significancia estadística de 0.000, indicando una tendencia positiva entre ambas variables.
- La relación entre la dimensión motivación alimenticia y el estado nutricional revela un coeficiente de correlación de Pearson (r) de 0.42732441. Esta magnitud sugiere una correlación positiva moderada, respaldada por una significancia estadística con un p -valor de 0.000, por debajo del umbral convencional de 0.05. Esto sugiere una conexión significativa entre ambos factores
- La relación de Pearson entre la dimensión preferencia alimenticia y el estado nutricional es 0.254385026. Interpretando el valor de r La magnitud de 0.254385026 indica una correlación positiva débil. Esto sugiere que hay una relación positiva entre la dimensión preferencia alimenticia y el estado nutricional, pero la asociación no es muy fuerte.
- El coeficiente de correlación de Pearson (r) entre la dimensión frecuencia alimenticia y el estado nutricional es -0.172522466. Interpretación del Valor indica una correlación negativa débil. Concluyendo que hay una relación negativa entre la frecuencia alimenticia y el estado nutricional, pero la asociación es débil. significancia estadística el p -valor asociado con la correlación es 0.000, lo cual es menor que 0.05. indicando que a medida que la frecuencia alimenticia aumenta, el estado nutricional tiende a disminuir.
- Dimensión lugar alimenticia está relacionada y positivamente con el estado nutricional, según la correlación de Pearson de 0.16803361 representado este resultado de coeficiente de relación positiva débil con una significancia estadística de 0, 000 lo cual es menor que 0.05, estadísticamente significativa. A medida que la dimensión lugar alimenticio mejora, el estado nutricional también tiende a mejorar.

VI. RECOMENDACIONES

Al sector Salud, reforzar actividades preventivo- promocionales, orientados a mejorar sobre la buena alimentación y nutrición, previniendo enfermedades y deficiencias nutricionales de la población infantil.

A la Dirección Regional de Salud Amazonas, brindar el apoyo necesario al personal de salud, para la implementación de sesiones educativas y demostrativas sobre alimentación saludable.

A la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, dentro de su plan curricular considerar que los estudiantes realicen practicas preprofesionales en las comunidades nativas que cuenta la región de amazonas.

Al Gobierno Local, desplegar acciones y brindar apoyos financieros que requieren las actividades orientadas a mejorar el estado nutricional de los niños de su jurisdicción.

A la directora de la Institución Educativa Inicial colabore con el personal de Salud y el equipo de Qali Warma para planificar talleres prácticos. Con la finalidad de empoderar a las madres de familia, ofreciendo alternativas y orientación sobre la alimentación adecuada de sus hijos.

A los investigadores llevar a cabo estudios similares en otras Instituciones Educativas, con el propósito de establecer comparaciones que faciliten una comprensión más completa del panorama con los resultados encontrados en cada uno de los temas abordados.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acevedo, A. (2022). Placita vegetalicioso : una estrategia para la enseñanza de los hábitos de alimentación saludable en los niños de 4 y 5 años. Bogotá, Colombia. Obtenido de <http://upnblib.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/17989>
- Aguirre D, Chavarría E, Higuera P (2020). Descripción del estado nutricional de los de 1 a 5 años pertenecientes al programa de buen comienzo Antioquia. Medellín: Universidad CES.
- Anaya S, Álvarez M (2018). Factores asociados a las preferencias alimentarias de los niños. Medellín: Revista Eleuthera 18(01):58-73.
- Andrade M (2018). Determinación de la composición nutricional de los refrigerios enviados por los padres de familia con los parámetros del Ministerio de Salud Pública y su relación con el estado nutricional en la ciudad de Quito. Quito: Pontificia Universidad Católica del Ecuador
- British Columbia (2020). Cómo ayudar a su hijo de 1 a 3 años a comer bien. Columbia Británica: BC.
- Colmenares, Y., Hernández, K., Piedrahita, M., Espinosa, J., & Hernández, J. (2020). Hábitos alimenticios saludables en estudiantes de secundaria. AVFT Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica. 70-79.
- Diaz M. (2020). Hábitos alimenticios en la primera infancia: una estrategia educativa desde el arte culinario. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
- Guamialamá, J., Salazar, D., Portugal, C., & Lala, K. (2020). Estado nutricional de niños menores de cinco años en la parroquia de Pifo. Nutrición clínica y dietética hospitalaria, 90-99. Obtenido de <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/25>
- Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, L. M. (2014). Metodología de la investigación. Mexico: Miembro de la Camara Nacional de la Industria Editorial Mexicana.
- Lema, E. O. (2022). La educación alimentaria y su incidencia en el desarrollo cognitivo en niños de 4 a 5 años de Educación Inicial. Latacunga, Ecuador. Obtenido de <http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/8867>
- Ministerio de Salud del Perú (2020). Evidencias estadísticas nacionales de la prevalencia de la desnutrición infantil en los niños y niñas entre 1 a 5 años de edad. Lima: MINSA
- Organización Mundial de la Salud (2020). Estimación mundial del estado nutricional en niños y niñas entre 1 a 5 años de edad según los continentes más afectados. Ginebra: OMS

- Organización Panamericana de la Salud (2020). Reportes estadísticos en América Latina y El Caribe acerca de la desnutrición crónica en niños menores de 5 años de edad. Washington: OPS.
- Perez, M. (2022). Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años en Centro de Salud Mi Perú de Ventanilla, 2021. Lima, Perú. Obtenido de <http://repositorio.unid.edu.pe/handle/unid/314>
- Pujaico, K. M., & Rimache, R. d. (2021). “Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 3- 5 años del Asentamiento Humano de Sacramento-Palpa, 2020”. Chincha, Ica. Obtenido de <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1071>
- Tamayo Ly, C., & Silva Siesquén, I. (2016). Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos. <https://www.postgradoune.edu.pe/pdf/documentosacademicos/ciencias-de-la-educacion/23.pdf>
- Tsamajain, D., & Yaun, J. (2021). Estado nutricional de los niños de cuatro y cinco años de la comunidad de Listra, Imaza, Bagua, 2020. Chachapoyas. Obtenido de <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/2442>
- Villa, V. C. (2020). Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el puesto de salud Condorillo Alto, Chincha 2020”. Chincha. Obtenido de <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1071>
- Yupanqui L (2020). Conocimiento sobre la preparación de loncheras nutritivas en madres de preescolares de una institución educativa de un distrito de Lima. Lima: Universidad Ricardo Palma

ANEXOS

Anexo 1

Matriz de consistencia

Título: *Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial Shushug, 2023*

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Indicadores	Marco Metodológico	Instrumentos	Escala
<p>Problema general ¿Cuál es la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023</p>	<p>Hipótesis alterna Existe relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N° 295 Shushug, 2023</p>	<p>VI: Hábitos alimenticios</p>	Motivación alimenticia	Distribución de tipo de preparación	<p>Enfoque: Cuantitativo. Método: hipotético-deductivo Tipo: observacional, descriptivo, transversal Nivel de estudio: relacional Diseño: No experimental, transversal, correlacional</p>	<p>Técnica: Encuesta Instrumento: Cuestionario</p>	<p>Mala Regular Buena</p>
	<p>Objetivos específicos Conocer la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión motivación alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023</p>	<p>Hipótesis nula No existe relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023</p>		<p>Lugar alimenticio</p>	<p>Carbohidratos Proteínas Vitaminas y minerales Grasas y lípidos</p>			
	<p>Identificar la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión preferencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023</p>	<p>3</p>	<p>VD: Estado nutricional</p>	<p>Medidas antropométricas</p>	<p>Peso en relación a la edad Talla en relación a la edad Peso en relación a la talla</p>	<p>Población: 21 madres C/niños Muestra: 21 madres C/niños Técnica e instrumentos de recolección de información: Encuesta Instrumentos: cuestionario</p>	<p>Ficha de evaluación de estado nutricional</p>	<p>Bajo peso Peso normal Sobrepeso Obesidad</p>

	<p>Conocer la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión frecuencia alimenticia y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023</p> <p>Conocer la relación entre los hábitos alimenticios en su dimensión lugar de alimentación y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023</p>					<p>Técnica y análisis de datos: se aplicará prueba estadística de Rho de Pearson para evaluar correlaciones entre las variables. La información será procesada en el Excel 2016. Presentación de resultados: Se realizará en tablas y gráficas.</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

Anexo 2

INSTRUMENTO 1 CUESTIONARIO DE HÁBITOS ALIMENTICIOS (Álvarez & Bendezú, 2011)

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

Motivación alimenticia

1. ¿Sabe usted porque es importante llevar a su niño al control de crecimiento y desarrollo?

- a) Control de medidas de peso y talla
- b) Prevenir enfermedades
- c) Detectar algunas alteraciones en el crecimiento y desarrollo del niño

2. ¿Qué comidas le das a consumir habitualmente a su hijo?

- a) Desayuno y almuerzo
- b) Almuerzo y cena
- c) Desayuno, almuerzo y cena

3. ¿Lavas los alimentos antes de cocinarlo para darle a tu hijo?

- a) Siempre
- b) A veces
- c) Cuando me acuerdo

Preferencia alimenticia

4. ¿Qué tan frecuente utilizas las menestras en el alimento de tu hijo?

- a) 1 a 2 veces semana
- b) 3 a más veces semana
- c) Nunca

5. ¿Qué tan frecuente utilizas las verduras en el alimento de tu hijo?

- a) 1 a 2 veces a la semana
- b) 3 a más veces a la semana
- c) Nunca

6. ¿Qué tan frecuentes le das fruta a tu hijo al día?

- a) 1 vez al día
- b) 2 veces al día
- c) Nunca

7. ¿Qué tan frecuente utilizas leche y yogurt en el alimento de tu hijo?

- a) 1 a 2 veces a la semana
- b) 3 a más a la semana
- c) Nunca

8. ¿Qué tan frecuente utilizas pescados y mariscos en el alimento de tu hijo?

- a) 1 a 2 veces a la semana

- b) 3 a más a la semana
- c) Nunca

9. ¿Qué tipo de alimentos ingiere tu hijo entre comida?

- a) Postres o golosina
- b) Frutas o jugos
- c) Nada

10. ¿Con que frecuencia a la semana bebe gaseosa tu hijo?

- a) 1 a 2 veces a la semana
- b) 3 a más a la semana
- c) Nunca

Frecuencia alimenticia

11. ¿tu hijo come entre comidas?

- a) Si
- b) No
- c) A veces

12. ¿su hijo consume dulces: helados y pasteles más de una vez a la semana?

- a) Si
- b) No
- c) A veces

13. ¿su hijo desayuna todos los días?

- a) Si
- b) No
- c) A veces

14. ¿su hijo almuerza todos los días?

- a) Si
- b) No
- c) A veces

15. ¿su hijo cena todos los días?

- a) Si
- b) No
- c) A veces

16. La cena que ingiere tu hijo es:

- a) Similar al almuerzo
- b) Similar al desayuno
- c) Nada

Lugar alimenticio

17. ¿Dónde desayuna tu hijo?

- a) En casa
- b) En restaurante
- c) En ambulantes

18. ¿Dónde almuerza tu hijo?

- a) En casa
- b) En restaurantes
- c) En ambulantes

19. ¿Dónde cena tu hijo?

- a) En casa
- b) En restaurantes
- c) En ambulantes

20. ¿Crees que fuera de la casa los alimentos son nutritivos?

- a) Si
- b) no
- c) A veces

Anexo 3

INSTRUMENTO 2

FICHA DEL ESTADO NUTRICIONAL

(Álvarez & Bendejú, 2011)

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

1. Edad del niño:
 - a) 1 año
 - b) 2 años
 - c) 3 años
 - d) 4 años
 - e) 5 años
2. Peso del niño: _____ Kg.
3. Talla del niño: _____ cm.
4. índice de Masa Corporal:
IMC = $\text{Peso (Kg)} \div \text{Altura}^2 \text{ (m)}$

Bajo Peso	Peso Normal	Sobrepeso	Obesidad
< 13.4	13.5 a 16.7	16.8 a 18.1	≥ 18.2

Anexo 4
Consentimiento Informado

Yo,, identificado (a) con el N° DNI:, declaro que acepto participar en la investigación titulada “HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL SHUSHUG, 2023”, que se viene realizando por Rossy Margoth Jintash Ventura egresada de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza – Amazonas, el objetivo de la investigación es: Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 5 años, institución educativa inicial N.º 295 Shushug, 2023 , asumiendo que la información que se recolectará solo será con fines de investigación respetando la privacidad.

Estoy consciente que el informe será público, pero sin mencionar mi identidad, así como también teniendo la libertad de retirarme de la investigación sin que esto genere ningún perjuicio o gasto.

.....

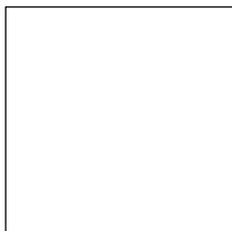
Firma del/la participante

DNI:

.....

Firma de la investigadora

DNI:



Huella digital

Anexo 5

Solicitud para aplicar instrumento de investigación

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Shushug, 27 de octubre 2023

SEÑOR:

Prof. Hella Jintash Wajash
Directora de la Institución Educativa Inicial N° 295

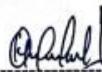
ASUNTO: solicita autorización para realizar trabajo de campo de investigación

REFERENCIA: Resolución de Decanato N° 383-2023-UNTRM/FECICO

Es grato dirigirme a su despacho para expresarle mi saludo fraterno deseándole muchos éxitos en su trabajo, asimismo en condición de Bachiller en Educación inicial Intercultural Bilingüe; Mención aspirante tesista del proyecto titulado. : **HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL SHUSHUG 2023.** Cabe indicar que he seleccionado a la institución educativa que usted dirige para desarrollar el trabajo de campo de investigación, por lo que solicito que me autorice aplicar mi instrumento para así concretar el trabajo de investigación.

Sin más que decir, aprovechando la oportunidad para expresarle el agradecimiento por su atención a la presente, reitero mi sincera consideración y estima personal.

Atentamente,



Bach. Rossy Margoth Jintash Ventura
DNI. N° 70544373



Recibido
28/10/23
Hora 8:00 am

Anexo 6

Autorización para aplicar instrumento de investigación

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

EL DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N° 295 SHUSHUG COMPRENSIÓN DEL DISTRITO DE IMAZA, PROVINCIA DE BAGUA, DEPARTAMENTO DE AMAZONAS, EL QUE AL FINAL SUSCRIBE OTORGA LA PRESENTE:

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

Yo, Helia Jintash Wajash, identificado con DNI N°42246418, en calidad de Director(a) de la Institución Educativa Inicial N° 295, Autorizo al Bachiller Rossy Margoth Jintash Ventura a realizar el trabajo de investigación Proyecto Titulado: **HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL SHUSHUG 2023**. Requisito para obtener el título profesional de licenciado en educación inicial intercultural Bilingüe.

Se expide la presente constancia a solicitud de la parte interesada para los fines que estime por conveniente.

Shushug, 27 de Octubre 2023

Atentamente,


Helia Jintash Wajash
Director(a)
C.M. N° 1464908

Anexo 7

Solicitud presentada en el Puesto de Salud Shushug

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

SOLICITO: APLICACIÓN DE MEDIDAS ANTROPOMETRICAS A LOS NIÑOS DE 5 AÑOS EN LA I.E N 295- SHUSHUG.

SEÑOR:
TC. ENFERMERO. RAMIRO ESAMAT CUÑACHI.
ENCARGADO DEL PUESTO DE SALUD SHUSHUG.

REF. : RESOLUCIÓN DEL DECANATO N° 383-2023-UNTRM/FECICO.
PRESENTE.-

Yo **ROSSY MARGOTH JINTASH VENTURA** identificada con DNI N° **70544373**, domiciliada en la comunidad nativa de Shushug. Bachiller en educación inicial intercultural bilingüe de la universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de chachapoyas, ante usted con el debido respeto me presento y expongo.

Que, para mi proyecto de tesis titulado : **HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL SHUSHUG 2023.** Es necesario realizar la aplicación de medidas antropométrica (peso y talla) a los niños de 5 años de la I.E N°295- shushug. Los cuales me servirán para saber índice de masa corporal. Por motivo, me dirijo a ud a fin de solicitarle su apoyo para realizar la respectiva medida para realizarlos el día viernes 03 de noviembre del 2023.

POR LO EXPUESTO:

Señor técnico enfermero solicito a usted acceder a mi petición por ser de justicia.

Shushug, 27 de octubre 2023



Rosely
27/10/23
Hora: 8:02 am.

Rosely
.....
ROSSY MARGOTH JINTASH VENTURA
DNI N° 70544373

Anexo 8

Constancia de haber aplicado Instrumento en la Institución Educativa Inicial N° 295-Shushug

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N° 295 - SHUSHUG.
COMPRENSIÓN DEL DISTRITO DE IMAZA, PROVINCIA DE BAGUA, DEPARTAMENTO DE
AMAZONAS, EL QUE AL FINAL SUSCRIBE OTORGA LA PRESENTE:

CONSTANCIA DE HABER APLICADO

Yo, Helia Jintash Wajash, identificado con DNI N° 42246418, en calidad de Director() de la Institución Educativa inicial N° 295- shushug, doy CONSTANCIA que al Bachiller Rossy Margoth Jintash Ventura ha aplicado los instrumentos de investigación Proyecto Titulado: **HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 5 AÑOS, INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL SHUSHUG 2023**. Requisito para obtener el título profesional de licenciado en Educación inicial Intercultural Bilingüe.

Se expide la presente constancia a solicitud de la parte interesada para los fines que estime por conveniente.

Shushug, 03 de noviembre 2023

Atentamente,



Helia Jintash Wajash

Director(a)

C.M. N° 1464908.....

Anexo 9
Iniciando la actividad



Dando indicaciones para su colaboración



Pesando y tallando a las niñas



Pesando y tallando a los niños



Aplicando encuesta a las madres



Anexo 10

Instrumentos utilizados

