

## PROYECTO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

### CARRERA DE TECNICATURA SUPERIOR EN ENFERMERÍA

#### TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE TÉCNICO SUPERIOR EN ENFERMERÍA

---

ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD NUTRICIONAL DIRIGIDAS A  
MADRES CON NIÑOS DE 1 A 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO  
INFANTIL NUESTRA SEÑORA DE LA ELEVACIÓN DE LA PARROQUIA DE  
SANTA ROSA, DURANTE EL PERIODO ABRIL-JULIO 2024

---

Modalidad: Presencial

**Autores:** Farid Sebastián Bernal Araujo, Dayana Belén Quispe Zurita

**Directora:** Licenciada en Enfermería Josselin Lizbeth Enríquez Cadena Magister en  
Enfermería con Mención en Cuidado Crítico

Ambato - Ecuador

2024

 095 888 5323

ESTUDIA DIFERENTE

[www.iste.edu.ec](http://www.iste.edu.ec)

A la Unidad Académica de Titulación de la Carrera de Tecnicatura Superior en Enfermería.

El Tribunal receptor del Trabajo de integración curricular, presidido por el Doctor en Fisioterapia y Administración de los Servicios de la Salud Jorge Humberto Cárdenas Medina Magister en Pedagogía en Ciencias de la Salud, e integrado por los señores Médico General Fausto Andrés Guamán Pintado y Licenciada en Enfermería Gema Lisseth Espinoza Alcivar, designados por el Colectivo Académico de Carrera del Instituto Superior Tecnológico España, para receptor el Trabajo de Integración Curricular con el tema: “ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD NUTRICIONAL DIRIGIDAS A MADRES CON NIÑOS MENORES DE 1 A 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “NUESTRA SEÑORA DE LA ELEVACIÓN” DE LA PARROQUIA DE SANTA ROSA, DURANTE EL PERIODO ABRIL-JULIO 2024”, elaborado y presentado por el señor Bernal Araujo Farid Sebastián y la señorita Quispe Zurita Dayana Belén, para optar por el Grado Académico de Técnico Superior en Enfermería; una vez escuchada la defensa oral del Trabajo de Integración Curricular, el Tribunal aprueba y remite el trabajo para uso y custodia en las bibliotecas del Instituto Superior Tecnológico España.

so y suscribo en



-----

Dr. Jorge Humberto Cárdenas Medina Mg.

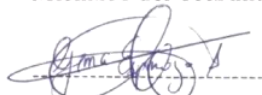
**Presidente del Tribunal**



-----

Dr. Fausto Andrés Guamán Pintado

**Miembro del Tribunal**



-----

Lic. Gema Lisseth Espinoza Alcivar

**Miembro del Tribunal**

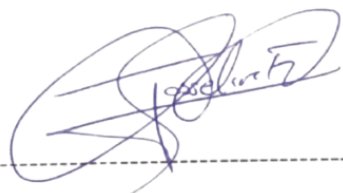
## APROBACIÓN DEL DIRECTOR

Lic. Josselin Lizbeth Enríquez Cadena, Mg

### CERTIFICA:

En mi calidad de Director del trabajo de integración curricular: “ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD NUTRICIONAL DIRIGIDAS A MADRES CON NIÑOS MENORES DE 1 A 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL NUESTRA SEÑORA DE LA ELEVACIÓN DE LA PARROQUIA DE SANTA ROSA, DURANTE EL PERIODO ABRIL-JULIO 2024”, presentado por por el señor Bernal Araujo Farid Sebastián y la señorita Quispe Zurita Dayana Belén, para optar por el Título de Técnico Superior en Enfermería CERTIFICO, que dicho proyecto ha sido prolijamente revisado y considero que responde a las normas establecidas en el reglamento de títulos y grados de la Carrera, suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del tribunal examinador que se designe.

Ambato, 8 de agosto del 2024.



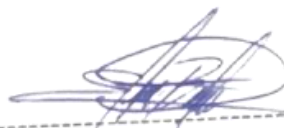
Lic. Josselin Lizbeth Enríquez Cadena, Mg

c.c. 1004381297

**DIRECTORA**

## AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

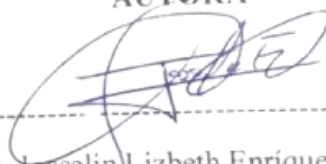
La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el Trabajo de Integración Curricular presentado con el tema: “ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD NUTRICIONAL DIRIGIDAS A MADRES CON NIÑOS DE 1 A 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “NUESTRA SEÑORA DE LA ELEVACIÓN” DE LA PARROQUIA DE SANTA ROSA, DURANTE EL PERIODO ABRIL-JULIO 2024”, le corresponde exclusivamente a: Bernal Araujo Farid Sebastián y Quispe Zurita Dayana Belén, Autora bajo la Dirección de la Licenciada en Enfermería Josselin Lizbeth Enríquez Cadena Magister en Enfermería con Mención en Cuidado Crítico, Directora del Trabajo de integración curricular; y el patrimonio intelectual al Instituto Superior Tecnológico España.



Farid Sebastián Bernal Araujo  
c.c. 1805094255  
**AUTOR**



Dayana Belén Quispe Zurita  
c.c. 1850203157  
**AUTORA**



Lic. Josselin Lizbeth Enríquez Cadena Mg.  
**DIRECTORA**

## DERECHOS DE AUTOR

Autorizo al Instituto Superior Tecnológico España, para que el Trabajo de integración curricular, sirva como un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos de mi Trabajo de integración curricular, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este, dentro de las regulaciones del Instituto.



Farid Sebastián Bernal Araujo

c.c. 1805094255



Dayana Belén Quispe Zurita

c.c. 1850203157

## INDICE DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DE COMITÉ .....	i
APROBACIÓN DEL DIRECTOR.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.....	iii
DERECHOS DE AUTOR.....	iv
INDICE DE CONTENIDOS .....	v
INDICE DE FIGURAS.....	viii
AGRADECIMIENTO.....	ix
AGRADECIMIENTO.....	ix
DEDICATORIA .....	xi
DEDICATORIA .....	xii
RESUMEN EJECUTIVO .....	xiv
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPITULO I.....	2
ANTECEDENTES Y BASES TEORICAS.....	2
1.1. Antecedentes .....	2
1.2. Planteamiento del Problema.....	4
1.3. Justificación .....	6
1.4. Objetivos .....	7
1.4.1. Objetivo General.....	7
1.4.2. Objetivos Específicos.....	7
1.5. Marco Referencial.....	8
Variables .....	8
Estrategias de promoción de la salud.....	8

Estrategias para una buena nutrición.....	8
Educación Nutricional.....	8
Definiciones y Conceptos .....	8
Estado Nutricional.....	11
Alimentación Complementaria .....	12
Requerimientos Nutricionales.....	13
Hábitos Alimenticios.....	14
Alteraciones Nutricionales en menores de 3 años.....	14
Buenas prácticas Nutricionales .....	16
Nutrición .....	16
Nutrientes .....	16
Alimentación.....	17
CAPÍTULO II .....	18
METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN .....	18
2.1. Diseño metodológico .....	18
2.2. Enfoque de investigación .....	18
2.3. Cuestionario o Instrumentos Utilizados .....	18
2.4. Población.....	19
2.5. Muestreo.....	20
2.6. Recursos .....	20
CAPÍTULO III .....	21
ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	21
CAPÍTULO IV .....	35
4.1. Discusiones de resultados .....	35
CAPÍTULO V .....	38

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	38
5.1. Conclusiones .....	38
5.2. Recomendaciones.....	39
6. Referencias.....	40
7. Anexos.....	48

## INDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> Género del niño/a del Centro de Desarrollo Infantil .....	21
<b>Figura 2</b> Convivencia del niño/a del Centro de Desarrollo Infantil .....	22
<b>Figura 3</b> Horas de Permanencia Diaria de Niños/as e.....	23
<b>Figura 4</b> Consumo de Pollo en el Hogar de los niños/as del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" .....	24
<b>Figura 5</b> Consumo de Carne en el Hogar de los niños/as del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" .....	25
<b>Figura 6</b> Consumo de Pescado en el Hogar de los niños/as del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" .....	26
<b>Figura 7</b> Consumo de comida rápida por parte del niño .....	27
<b>Figura 8</b> Consumo de frutas y vegetales en el Hogar de los niños/as.....	28
<b>Figura 9</b> Preferencias de Bebidas del Niño/a del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" .....	29
<b>Figura 10</b> Patrones de Desayuno del Niño/a del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" .....	30
<b>Figura 11</b> Frecuencia de Comidas Diarias del Niño/a del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" .....	31
<b>Figura 12</b> Participación en Ayuda Nutricional por Instituciones.....	32
<b>Figura 13</b> Opinión sobre Programa de Nutrición en el centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" .....	33
<b>Figura 14</b> Número de Controles Médicos Mensuales de los Niños/as del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" .....	34

## **AGRADECIMIENTO**

Al Instituto Superior Tecnológico España  
por los conocimientos impartidos.

A la Carrera de Tecnicatura Superior en Enfermería  
por el nivel educativo brindado.

Agradecimientos primeramente a Dios y a mis  
Padres por darme la vida, por ser el motor que me ha  
impulsado durante estos años y por ser el ejemplo de  
nunca rendirme ante las adversidades de la vida.

Farid Sebastián Bernal Araujo.

## **AGRADECIMIENTO**

Al Instituto Superior Tecnológico España por los conocimientos impartidos.

A la Carrera de Tecnicatura Superior en Enfermería por el nivel educativo brindado.

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a mis padres, Ricardo Quispe y Mónica Zurita, ya que ha sido fundamental para seguir adelante con mi carrera y no me han dejado sola, quienes siempre han sido mi mayor apoyo y aliento a lo largo de toda mi carrera. Su amor incondicional, sacrificio y enseñanzas me han guiado en cada paso que he dado.

A mi hermano, Richard Quispe gracias por ser mi compañero de vida y por todo el apoyo emocional que me brinda. A mis abuelitos, Gerardo Quispe y Teresa Morales quienes con su sabiduría y amor han sido un gran pilar en mi vida. Sus enseñanzas y valores han dejado una huella imborrable en mí y me han inspirado a luchar por mis sueños. Especialmente a mi abuelito ya que durante este tiempo de estudios ha sido la persona que siempre ha pasado al pendiente de mí ya que ha sido de gran ayuda para no rendirme.

A mis amigos que he consolidado en todo este tiempo de estudio, por estar apoyándome en momentos difíciles

A todos ustedes, les dedico este logro, porque sin su apoyo, este momento no habría sido posible.

Dayana Belén Quispe Zurita

## DEDICATORIA

Le dedico este título a mis padres y hermanas que a lo largo de este tiempo de estudio han sido los motores que me han impulsado a seguir esforzándome para lograr mis metas. Quiero expresarles mis más profundos agradecimientos por haber estado presentes durante todo este proceso siendo así mi mayor apoyo brindándome su amor y palabras de aliento que me animaron a no dejarme vencer ante las adversidades que este camino a llevado consigo. sin nada más que decir ¡Muchas Gracias!

Farid Sebastián Bernal Araujo.

## DEDICATORIA

Dedico este logro a mis padres, mi hermano y mis abuelitos. A Dios, por ser mi guía y fortaleza en cada paso de este camino.

A mis padres, Ricardo Quispe y Mónica Zurita que me han brindado su amor incondicional y su apoyo constante, gracias por enseñarme el valor del esfuerzo y la perseverancia.

A mi hermano por estar siempre a mi lado.

Y a mis abuelitos, cuya sabiduría y cariño han sido una fuente de inspiración en mi vida.

Esta tesis es el reflejo del amor y el apoyo que me han dado. ¡Gracias por creer en mí!

Dayana Belén Quispe Zurita

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLOGICO ESPAÑA**

**CARRERA DE TECNICATURA SUPERIOR EN ENFERMERÍA**

**TEMA:**

ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD NUTRICIONAL DIRIGIDAS A MADRES CON NIÑOS DE 1 A 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL NUESTRA SEÑORA DE LA ELEVACIÓN DE LA PARROQUIA DE SANTA ROSA, DURANTE EL PERIODO ABRIL-JULIO 2024

**AUTORES:** Farid Sebastián Bernal Araujo, Dayana Belén Quispe Zurita

**DIRECTOR:** Licenciada en Enfermería Josselin Lizbeth Enríquez Cadena  
Magister en Enfermería con Mención en Cuidado Crítico

**FECHA:** 08 – Agosto - 2024

## RESUMEN EJECUTIVO

La nutrición es parte importante de nuestra vida siendo así la que nos ayuda al buen desarrollo en la infancia, y estos al no ser consumidos en buena cantidad traen afectaciones en la memoria y el desarrollo cognitivo. Para evitarlo es necesario dar una alimentación rica en nutrientes los cuales están en los alimentos y que permiten al cuerpo obtener energía y mantener su forma. El objetivo del proyecto es implementar estrategias de promoción de la salud nutricional dirigidas a madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil "Nuestra Señora de la Elevación" de la parroquia de Santa Rosa, Abril-Julio 2024. La nutrición es fundamental para cubrir las necesidades nutricionales y beneficiar el desarrollo eficiente, talla adecuada, peso idóneo y desempeño mental. La adición de alimentos complementarios debe ser variada, capaz de cubrir las necesidades nutricionales necesarias de los niños en esta etapa. Se utilizó una metodología de investigación no experimental de origen transversal y de carácter descriptivo buscando brindar ideas claras para describir lo realizado mediante un enfoque cuantitativo, llevando a cabo encuestas y posteriormente se analizaron. Se utilizó una encuesta que constaba de 14 preguntas utilizada previamente en el centro de cuidado "Grillitos" que anteriormente ya se encontraba validada. Por el análisis de datos se concretó que el 45,2% de las madres desconocían sobre buenos hábitos alimenticios contra un 54,8% si tenían conocimientos sobre buenos hábitos de alimentación. La implementación de estrategias de promoción en madres con niños menores de tres años resulto ser de gran ayuda por consiguiente se propuso un plan de capacitación con recetas económicas para facilitar una alimentación saludable.

**Palabras clave:** Nutrición, Niños, Madres, Estrategias, Conocimiento

## INTRODUCCIÓN

Hoy en día la alimentación equilibrada y saludable juega un papel indispensable en los niños que se encuentran en etapas de desarrollo, ya que cubrir sus necesidades nutricionales permite que estos crezcan con los principales nutrientes para prevenir enfermedades infantiles asociadas con la ingesta de alimentos.

La calidad de la nutrición se encamina principalmente en aportar con los grupos alimenticios básicos y necesarios a la población infantil que se encuentran en etapas plenas de alimentación complementaria y de independencia alimentaria ya que al no hacerlo pueden existir deficiencias y desequilibrios nutricionales, por lo que la incorporación de alimentos a partir de los seis meses de edad debe ser variada y que cubra todas las necesidades alimenticias para promover un crecimiento óptimo y saludable. Por lo tanto, evaluar las deficiencias y optimizar la ingesta nutricional brindando asesoramiento nutricional a los padres de niños hasta los cinco años, mejora el conocimiento y la práctica nutricional en el hogar (Grados, 2019).

Además, la promoción de una buena nutrición en los niños desde tempranas edades hasta los cinco años, la incorporación de dietas variadas, equilibradas y con los grupos alimenticios adecuados asegura que el peso del niño y la talla aumenten favorablemente en un rango adecuado a la edad, además permite adquirir habilidades protectoras y desarrollar habilidades cognitivas y energía para las actividades diarias, ya que los niños que se alimentan bien estarán más sanos y capaces de realizar actuaciones y actividades apropiadas para su edad (Chacón J. , 2023).

Finalmente, el crecimiento de los niños es un proceso temporal, y para que este proceso sea efectivo necesitan una alimentación saludable y una dieta que les aporte la energía y los nutrientes que necesitan para una buena salud (Benítez D. , 2023).

Por lo que, este estudio permitirá recopilar los aspectos indispensables para mejorar los conocimientos de los padres para que puedan ofrecer alimentos saludables y una nutrición de calidad a sus hijos dentro y fuera de sus hogares y con ello garantizar una alimentación saludable a los menores de cinco años.

## CAPITULO I

### ANTECEDENTES Y BASES TEORICAS

#### 1.1. Antecedentes

Una alimentación saludable en los niños menores de tres años es indispensable y fundamental para cubrir las necesidades nutricionales y que beneficien al desarrollo eficiente, talla adecuada, peso idóneo y desempeño mental.

Así lo describe Vargas M. (2019) en su trabajo llamado “ESTADO NUTRICIONAL EN MENORES DE 5 AÑOS QUE ASISTEN AL CONSULTORIO CRED DEL CENTRO DE SALUD PERÚ 3 ZONA DEL DISTRITO SMP 2019”, la importancia de la nutrición en neonatos e infantes, durante la niñez, radica en las necesidades nutricionales de este grupo poblacional, que se mantiene en desarrollo gradual, debido a que pueden ser más propensos a desequilibrios e insuficiencias dietéticas. Por lo tanto, la alimentación complementaria debe ser variada, que permita cubrir los requerimientos nutricionales necesarios para los niños, quienes se encuentran en esta etapa, considerada crítica para favorecer el crecimiento, la salud y el desarrollo óptimo, y la valoración del niño a nivel nutricional es detectar sus carencias en las primeras etapas del desarrollo, y al mejorar los conocimientos y prácticas de los padres se busca optimizar la ingestión de nutrientes a través de la asesoría nutricional, antes de que se presenten alteraciones en la salud de los niños menores de 5 años.

Por su parte, Chacón (2023) en su trabajo investigativo, “ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD NUTRICIONAL DE LOS INFANTES DE EDAD ENTRE 3 A 4 AÑOS QUE ASISTEN A LA UNIDAD EDUCATIVA “CUIDAD DE MACHALA”, PERIODO LECTIVO 2023 - 2024” la promoción de la nutrición en edades iniciales de los grupos que corresponden a niños de 6 meses a 5 años es fundamental pues juegan un papel importante en el desarrollo del niño sano, ya que la incorporación de dietas saludables o que contengan los grupos nutricionales más importantes garantizan que el niño gane peso y talla dentro de los rangos establecidos para su edad, además permiten ganar defensas y desarrollar sus habilidades cognitivas y energía para sus actividades diarias, tomando en cuenta que un niño que es bien alimentado es más

frecuente a contraer desnutrición infantil, anemia, enfermedades y no cumple con su rendimiento y actividades propias para su edad. En tal sentido, hacer énfasis en la promoción nutricional en edades tempranas garantiza elevar los conocimientos de los padres en temas de nutrición saludable y con ello mejorar la salud de los niños logrando un nivel óptimo en su desarrollo.

Mientras que, Quispe & Riveros (2019) en su trabajo de tesis se centra en EVALUAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO DE LAS MADRES SOBRE LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA EN LACTANTES DE 6 A 12 MESES EN EL CENTRO DE SALUD SAN CRISTÓBAL, HUANCVELICA, destacando que un conocimiento insuficiente puede contribuir a problemas de salud como la desnutrición y la anemia en los niños. A través de un enfoque descriptivo y una metodología que incluyó encuestas, los autores encontraron que muchas madres poseen un conocimiento medio y bajo sobre este tema crucial, lo que resalta la necesidad urgente de implementar programas educativos que mejoren la información y la práctica alimentaria, con el objetivo de promover un desarrollo saludable en los lactantes y reducir la mortalidad infantil.

Por parte de Grados (2019) en su trabajo de tesis ESTADO NUTRICIONAL EN MENORES DE 5 AÑOS QUE ASISTEN AL CONSULTORIO CRED EN EL CENTRO DE SALUD PERÚ 3 ZONA DE DISTRITO SMP 2019, destaca la importancia de esta investigación como una contribución a la prevención y promoción de la salud infantil, subrayando que una adecuada nutrición es fundamental para el desarrollo futuro de los niños y un derecho que debe ser garantizado. A través de la utilización de las Curvas de Crecimiento de Valoración recomendadas por el MINSA, se busca identificar y abordar la desnutrición infantil, permitiendo así la intervención oportuna de los profesionales de salud y reconociendo el rol crucial de la enfermería en la evaluación nutricional en el primer nivel de atención.

Finalmente, Benítez (2023) plantea que el crecimiento de un niño es un proceso transitorio constante y para que este proceso se lleve de forma eficiente es indispensable que reciba una alimentación y nutrición saludable mismo que aporte con energía y los

nutrientes necesarios para que salud sea favorable. Sin embargo, es indispensable considerar factores que se asocien a este proceso como la falta de conocimiento por parte de las madres y padres, los recursos económicos necesarios, la estabilidad y el ambiente de convivencia de los menores, para actuar de manera eficiente y solucionar los problemas y barreras que interfieren que los niños mantengan una alimentación saludable y de calidad para su desempeño y desarrollo de acuerdo con su edad.

## 1.2.Planteamiento del Problema

Las malas prácticas nutricionales de la población infantil comprendida en niños de uno a tres años es uno de problemas de salud que no se corrige en su totalidad alrededor del mundo y en especial en países que aún se encuentran en vías de desarrollo, afectando directamente a sus condiciones fisiológicas ya que la incorporación baja de nutrientes en las dietas complementarias, la falta de recursos, déficit de conocimientos en los padres o la incorporación de alimentos procesados en la dieta de los menores desencadena enfermedades, y riesgos en la salud.

El impacto de una dieta y nutrición deficientes en el desarrollo puede vincularse a problemas económicos, sociales y médicos que pueden ser graves y duraderos para los niños que los padecen, sus familias, comunidades y países. Por tanto, la mala nutrición y la desnutrición son los principales factores de riesgo asociados con enfermedades crónicas en los niños en todo el mundo (OMS, 2024).

Mientras que, en América Latina y el Caribe, el desconocimiento, las malas prácticas alimenticias impiden el adecuado desarrollo de los niños de uno a tres años y hasta cinco años, evidenciado que al menos 1 de cada 5 niños padezcan enfermedades nutricionales, falta de crecimiento, presencia de desnutrición o sobrepeso y en ocasiones se combinan estas enfermedades (UNICEF, 2019).

Estas tendencias reflejan un deficiente desarrollo en los menores y tienen más riesgo de contraer infecciones, mínimas defensas, disminución de habilidades y aprendizajes poco favorables y en el peor de los casos la muerte. Además, en

Latinoamérica demasiados niños comen muy poca comida saludable o comen demasiados productos procesados (UNICEF, 2019).

A nivel nacional, Ecuador, un país de ingresos medios, tiene niveles más altos de desnutrición infantil, pero la situación es aún peor cuando esta se describe por etnia, región, ingreso o educación materna, aunque en la última década Ecuador ha visto con amplias políticas, programas, variedad de instituciones y funciones, pero con pocos cambios, la promoción de la salud se ha reducido gradualmente hasta lograr el impacto adecuado en la población infantil (Rivera, 2019).

Por otra parte, a nivel nacional el 27% de menores en edades de hasta tres años sufre de mal nutrición, la situación es más grave para la raza indígena ya que es un 39% de la población infantil que la padece, en tal sentido la mala alimentación y la falta de conocimientos o prácticas nutricionales saludables, generan enfermedades severas (UNICEF, 2019).

Finalmente, la parroquia Santa Rosa, pertenece a la provincia de Tungurahua que comprende la zona centro del país y donde su población mantiene ingresos medios y en gran parte dependen de actividades relacionadas con la agricultura siendo esta una parroquia rural, mientras que las madres económicamente activas deben desprenderse del apego de sus hijos de 1 a 3 años y buscar centros de cuidado o particulares para poder llevar el sustento económico a sus hogares, las mamás que se dedican a las actividades domésticas también desempeñan labores de campo, estos factores generan que tengan un desconocimiento sobre la alimentación y nutrición saludable en sus hijos y la falta de recursos provocan que los niños presenten deficiencias en su desarrollo y sean más propensos a contraer enfermedades de tipo nutricionales.

Además, es evidente que existe un escaso acercamiento y son limitados los programas de promoción de salud, que ayuden a mejorar las situaciones nutricionales de los menores de uno a tres años, lo que genera que el problema continúe y afecte a las condiciones y la calidad de vida de estos que viven en la parroquia.

Por lo que, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Como influye el nivel de conocimiento en salud nutricional en las madres con niños de 1 a 3 años del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" de la parroquia de Santa Rosa?

### 1.3. Justificación

La alimentación saludable es indispensable para mejorar los factores de riesgo que se encuentren direccionados con la dieta y la ingesta de alimentos en los menores de uno a tres años, además, disminuyen enfermedades prevalentes por la alimentación como la obesidad, desnutrición, anemia entre otras.

Por ende, la investigación nace de la necesidad de mejorar la salud en la población infantil, ya que es necesario considerar la importancia del estado nutricional de los niños de 1 a 3 años, ya que es una de las etapas fundamentales para el desarrollo y crecimiento. De tal manera, que la identificación de los factores de riesgo que atacan esta problemática puede ser indispensables para la creación de estrategias específicas direccionadas a reducir significativamente el desconocimiento y las malas prácticas de alimentación que se les da los niños de estas edades.

Finalmente, la investigación genera un aporte no solo académico sino también científico, que será el punto de partida para la creación y ejecución de nuevos programas de salud en el sector, aportando significativamente en la salud de la población en la que comprenden los niños menores de tres años. Al diseñar estrategias de promoción de salud en nutrición saludable para las madres del Centro de Desarrollo Infantil "Nuestra Señora de la de la Elevación", es importante considerar sus necesidades y preferencias, así como la cultura y contexto en el que se encuentran. Las intervenciones deben ser inclusivas, sensibles y adaptadas a las condiciones y necesidades específicas de la localidad objetivo.

## **1.4. Objetivos**

### ***1.4.1. Objetivo General***

Implementar estrategias de promoción de la salud nutricional dirigidas a madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil "Nuestra Señora de la Elevación" de la parroquia de Santa Rosa, abril-julio 2024.

### ***1.4.2. Objetivos Específicos***

Identificar el nivel de conocimiento y practicas sobre nutrición saludable en las madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil "Nuestra Señora de la Elevación" de la parroquia de Santa Rosa.

Analizar factores de riesgo asociados con la falta de nutrición saludable en las madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil "Nuestra Señora de la Elevación" de la parroquia de Santa Rosa.

Elaborar una guía de nutrición saludable para madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil "Nuestra Señora de la de la Elevación" de la parroquia de Santa Rosa.

## 1.5. Marco Referencial

### Variables

Estrategias de promoción de la salud

Estrategias para una buena nutrición

Educación Nutricional

### Definiciones y Conceptos

La promoción de la salud también se puede definir como el proceso de enseñar a las personas a tomar más control sobre su salud, incluyendo un concepto de educación para la salud. La educación para la salud y la promoción de la salud están estrechamente relacionadas, ya que la educación para la salud es una herramienta y un medio para convertirse en promoción de la salud cuando se desarrolla en conjunto con la participación activa de las personas. Actualmente, la promoción de la salud implica factores como la educación, la capacitación, la investigación, la legislación, la coordinación de políticas y el desarrollo comunitario (Hernández, y otros, 2020).

La planificación, organización y estructuración de los contenidos a tratar, independientemente de su carácter formal o informal, es necesaria en la educación para la salud. La transmisión de información o conocimientos no es lo único que importa, ya que son más cruciales los valores, comportamientos, hábitos o habilidades relacionados con la salud en general. En otras palabras, la educación para la salud debe integrarse y contextualizarse con todas las actividades o contenidos que allí se lleven a cabo. Todo esto parece apoyar la idea de que la salud incluye una variedad de circunstancias, como el estilo de vida, la alimentación, el entorno cultural, las relaciones humanas y el ecosistema, entre otras (Cajina, 2020).

La educación para la salud ha sido objeto de reciente reflexión en el ámbito de la salud y se está convirtiendo en uno de los mayores intereses en los ámbitos de la promoción de la salud. Se ha propuesto como una de las aspiraciones más fuertes para

luchar por la equidad de la población, que busca alcanzarla de manera saludable, autónoma y con la capacidad de tomar decisiones adecuadas para su propio bienestar. La falta de resultados se debe a la preponderancia de la orientación biomédica en el sector sanitario desde una concepción del bienestar centrada en la enfermedad, así como a un enfoque educativo que no se lleva a cabo por el personal adecuado ni con la formación adecuada (García & Gallegos, 2019).

Los talleres educativos dirigidos a los padres de los estudiantes se centraron en la alimentación saludable y en el consumo de frutas y verduras. Se llevaron a cabo talleres educativos para docentes que abordaron temas de las Guías Alimentarias del Ecuador de la familia a través de materiales educativos individuales y grupales. En un primer taller se enfocaron en una alimentación saludable, destacando la alimentación en el hogar y el consumo de frutas y verduras, mientras que en el segundo taller se pusieron en foco las enfermedades crónicas no contagiosas (Núñez, Collante, López, & Galean, 2019).

La educación nutricional tiene que ver con la adquisición de conocimientos, habilidades y actitudes que permitan mejorar la calidad de vida de una persona. Estas estrategias planificadas pueden desarrollarse en la escuela, donde implican la planificación de contenidos, temas y actividades, así como la evaluación (González & Castro, 2020)

Dado que los buenos hábitos alimentarios se forman en la infancia y continúan hasta la edad adulta, es recomendable que desde muy pequeños se promueva una alimentación saludable y una dieta rica en nutrientes, ya que ha demostrado tener efectos protectores y una apariencia no tóxica. En este sentido, se deben desarrollar estrategias de educación nutricional para mejorar los malos hábitos alimenticios de la población infantil, centrándose también en su entorno. Es así, que existen muchos métodos para educar a las personas acerca de una nutrición de calidad, desde la pirámide alimenticia hasta el método del plato, con consejos de alimentación para cada grupo de niños (Escalé, y otros, 2020).

La promoción de la salud comienza con esta caracterización considerando las causas fundamentales de los determinantes, analizando las formas en que las personas

están en riesgo, centrándose en cómo protegerse o desarrollar resiliencia y utilizando factores beneficiosos para promover una buena salud y el bienestar. Por otro lado, el modelo de actividad de promoción en salud nutricional sugiere que los determinantes positivos de la salud son aquellos que contribuyen a la mejora de la calidad de vida y el bienestar funcional de las personas (De la Guadía & Ruvalcaba, 2020).

El material didáctico escrito es un método de enseñanza eficaz es complementar la enseñanza oral proporcionando material escrito, Además de ser rentable para los profesionales sanitarios, la información escrita permite a las personas controlar su velocidad de lectura y así comprender la información. Para realizar un material didáctico es necesario el uso de información muy detallada y necesaria para fomentar la motivación del lector (Espejo, Tumani, Aguirre, Sanchez, & Parada, 2022).

Para que los materiales educativos sean útiles, los profesionales sanitarios deben considerar al menos siete aspectos a la hora de prepararlos: el contenido debe ser preciso, relevante, basado en evidencia, constantemente actualizado y con consejos prácticos, el nivel de educación a la hora de orientar la lectura del material de aprendizaje se debe tener en cuenta las habilidades lectoras y de comprensión de la persona, los materiales gráficos se debe utilizar una variedad de recursos como fotografías, listas, cuadros o gráficos, el principio de motivación debe estar dirigida al grupo objetivo e involucrar a los lectores, la importancia cultural se deben considerar la raza, idioma, nacionalidad y religión y factores como la edad, género, educación, nivel socioeconómico y la viabilidad considerando el costo de los materiales educativos, el equipo necesario para mostrar la información y la disponibilidad de la información (Espejo, Tumani, Aguirre, Sanchez, & Parada, 2022).

Las madres, los padres y otros cuidadores deben tener acceso a información objetiva, coherente y completa sobre prácticas de alimentación adecuadas y libres de influencias comerciales. En particular, se les debe informar sobre los periodos recomendados de lactancia materna exclusiva y continua, cuándo introducir alimentos complementarios, en qué cantidades y frecuencia utilizarlos y cómo administrarlos de forma segura (UNICEF, 2023).

Es crucial que las madres adquieran conocimientos sobre la alimentación de sus hijos, ya que estos pueden ser transmitidos a través de creencias, costumbres y prácticas alimentarias. Estos conocimientos les permitirán garantizar una nutrición adecuada para sus hijos, promoviendo su crecimiento y desarrollo saludable. Es fundamental que las madres se eduquen en este aspecto para poder tomar decisiones informadas y responsables en cuanto a la alimentación de sus hijos (Churata, 2019).

Desde el momento de la concepción, la nutrición juega un papel crucial en la evolución humana. Desde una perspectiva de nutrición pública, los estudios realizados a lo largo del ciclo de vida confirman que las deficiencias o excesos de nutrientes pueden afectar negativamente al desarrollo humano efectivo y afectar la nutrición y, por tanto, la salud. La mala lactancia materna y alimentación complementaria es uno de los conflictos que afecta a la población.

### **Estado Nutricional**

La alimentación y la condición nutricional son fundamentales para la salud, el progreso mental y social de los niños pequeños en sus primeros años de vida. Por lo tanto, desde el embarazo de la madre, deben existir buenas condiciones nutricionales que aseguren el desarrollo del individuo en formación, independientemente de su origen sociocultural y económico. La falta de una dieta equilibrada puede provocar desnutrición, que se considera una ingesta excesiva o insuficiente de micronutrientes, como vitaminas y minerales, que puede provocar desnutrición, obesidad o sobrepeso y provocar enfermedades, morbilidad y muerte o alguna discapacidad (Calceto, Garzón, Bonilla, & Cala, 2019).

Durante la gestación la madre debe alimentarse saludablemente con frutas y verduras, los alimentos deben estar bien cocidos, al vapor o a la plancha según la disponibilidad de la madre al momento de preparar los alimentos para que el feto pueda crecer y desarrollarse normalmente, debe evitar alimentos procesados y fritos ya que ponen en riesgo la salud materno infantil (Guamialama, y otros, 2020).

Es un aspecto muy importante para mantener la salud, es el resultado de un equilibrio entre la necesidad y el consumo de energía alimentaria y otros nutrientes. Ciertas investigaciones muestran que el estado nutricional de la madre antes del embarazo y el aumento de peso durante el embarazo afectan significativamente el peso del niño después del parto. (Suárez, Gil, Gil, & Concepción, 2021).

Una buena nutrición depende del equilibrio entre la ingesta de nutrientes del cuerpo y las necesidades energéticas, además, la selección de alimentos nutritivos en la dieta está relacionada con la salud, el entorno físico y socioeconómico, así como la adquisición, consumo y biodisponibilidad de los alimentos (Deleón, Ramos, Felicia, & Ortiz, 2021).

### **Alimentación Complementaria**

La incorporación de la alimentación complementaria, actualmente continúa siendo motivo de controversia ya que existen diferentes practicas dependiendo de las culturas o grupos étnicos de la población alrededor de todo el mundo. En tal sentido, la literatura, recomienda que la alimentación complementaria debe ser correctamente aplicada, de lo contrario se puede convertir en un foco de enfermedades gastrointestinales para los niños que la adquieren. (Cadena & Hinojosa, 2021).

Cuando él bebe ha cumplido los seis meses, es posible que no sea suficiente solo la leche materna y no satisfaga la mayor parte de las necesidades energéticas y de ciertos nutrientes, ya que la capacidad estomacal es reducida se recomienda comenzar con pequeñas porciones durante la alimentación con productos frescos y de preferencia cocidos a vapor sin la incorporación de sal o azúcar, y a partir de ello ir aumentando la dosis (Quispe & Riveros, 2019).

## Requerimientos Nutricionales

Considerar el estilo de vida de la madre antes y durante la lactancia es necesario, ya que el peso corporal, el nivel de actividad y el metabolismo individual afectan la cantidad de alimentos que cada mujer necesita para alcanzar un estado nutricional óptimo. Por tanto, de los hábitos alimentarios saludables, la dieta mediterránea tiene el mayor nivel de evidencia y es uno de los patrones dietéticos recomendados. Por lo tanto, comprender su nivel de cumplimiento puede ayudar a evaluar la calidad de la dieta de una mujer antes y durante el embarazo (Del Campo Giménez, y otros, 2022).

Una dieta saludable debe ser óptima y completa, al grado de complacer los requisitos de energía, los nutrientes, agua y fibra, para ello, debe tener una cualidad básica: el equilibrio, que es la capacidad de consumir diferentes categorías de alimentos con moderación, pero no en exceso, ya que algunos de estos alimentos pueden suponer ciertos riesgos para la salud, además, los pures son las mejores recomendaciones cuando se inicia la alimentación complementaria, los productos de tipo animal deben ser prioridad para que generen un aporte de hierro, y los alimentos ricos en proteínas de alta calidad. Además, hígado, bazo, pescado, estos contienen una gran cantidad de hierro, que es necesario para el desarrollo y progreso de los niños, es importante incluir pequeñas cantidades (al menos 2 cucharadas) en las comidas de los niños al menos 3 días a la semana. El consumo de menestras o leguminosas, en una relación de dos porciones de cereal por una porción de menestra es recomendable para adquirir los principales nutrientes (Quispe & Riveros, 2019).

También, las frutas y verduras de color amarillo, naranja y hojas de color verde deben incluirse en la dieta del niño, para poder consumirlos deben estar limpios, frescos, hervidos o hechos puré, picados o exprimidos con una comida, se recomienda consumir una fruta y una verdura todos los días, las verduras de hojas verdes oscuras, por ejemplo, las espinacas, las acelgas, las hojas de quinua son alimentos ideales para los niños (Quispe & Riveros, 2019).

## **Hábitos Alimenticios**

Los hábitos relacionados con la alimentación comienzan ya en los primeros meses de vida, pero durante el año escolar la nutrición es fundamental, porque es aquí donde se forman hábitos saludables que aseguran una adecuada salud durante toda la vida, es decir, la alimentación es fundamental para inversiones a largo plazo en salud. Por tanto, un estilo de vida saludable se consigue a partir de unos hábitos alimentarios adecuados establecidos inculcados en el entorno familiar, escolar y social (Santos & Barros, 2022).

Los hábitos alimentarios de los niños en edad preescolar están cambiando debido a la publicidad, las modas pasajeras y el tiempo limitado de las familias para preparar alimentos saludables, además, la falta de recursos y conocimiento insuficiente sobre comida saludable. La afección se presenta en personas de todas las edades, pero los hábitos alimentarios se forman y establecen en la primera infancia; es un proceso voluntario y consciente que se puede cambiar (Díaz & Da Costa, 2019). Es así, que los hábitos alimentarios se originan en la familia, porque es ahí el lugar donde los procesos alimentarios se establecen, estos hábitos se refuerzan en el entorno escolar, se contrastan en la sociedad y están relacionados con las costumbres, la geografía y la disponibilidad de alimentos (Díaz & Da Costa, 2019).

Por lo tanto, la alimentación es una necesidad humana básica, pero cabe recalcar que las madres juegan un papel fundamental en los primeros años de vida, ya que son ellas las que preparan los alimentos en su hogar o también los cuidadores ya que en ciertos casos las madres recurren a establecimientos para el cuidado de sus niños, para que ellas puedan irse a su lugar de trabajo con la mayor tranquilidad (Churata, 2019).

## **Alteraciones Nutricionales en menores de 3 años**

Las alteraciones tienen relación con el contexto social, la división del trabajo y las estructuras de poder son importantes, por lo que, en los entornos económicos bajos la alimentación de los menores será precaria y poco saludable pues los ingresos básicos no cubren la canasta básica familiar. Por otra parte, influye también la falta de programas de

nutrición específicos para reducir niveles de desnutrición o a su vez problemas de obesidad infantil, también, así la falta de un entorno adecuado para el desarrollo de los menores Finalmente, los factores culturales incluyen que se anexan a las tradiciones, costumbres y creencias (Larreta, 2022).

La familia es una unidad organizada que interactúan entre sí, en este sentido, algunos estudios creen que el núcleo familiar puede intervenir en los patrones de consumo de alimentos y buena nutrición, la transmisión de hábitos de generación en generación y la interacción y aportes de padres, hijos y otros miembros familiares, así como regulación de la dieta en los niños (Molina, y otros, 2021).

De tal manera que una alimentación poco saludable tiende a generar grados de desnutrición, como: la emaciación es el retraso del crecimiento es un aspecto de la desnutrición con alta mortalidad que hace que los bebés se vuelvan extremadamente débiles y aumenta sus posibilidades de muerte o de no crecer, desarrollarse y aprender de la manera adecuada (UNICEF, 2022), el retraso del crecimiento en los niños de muchos países de ingresos bajos y medianos están con bajo peso debido a la desnutrición, que provoca un crecimiento infantil deficiente, lo que puede provocar sobrepeso u obesidad si posteriormente se aumenta la ingesta calórica (World Health Organization, 2024), la insuficiencia ponderal es el bajo peso al nacer o insuficiencia ponderal como un peso inferior a 2 500 g, y puede ser causado por una restricción del crecimiento intrauterino, prematuridad o ambos, este sigue siendo un importante problema de salud pública en todo el mundo (FAO, 2022), el déficit de vitaminas y minerales hace referencia a la falta de micronutrientes puede causar problemas en la salud visual, bajo peso al nacer y tener un impacto adverso en el desarrollo físico y mental infantil (OPS, 2020).

En general, los niños desnutridos tienen más probabilidades de enfermarse y morir, debido a deficiencias nutricionales o un padecimiento infeccioso que causa el trastorno, los niños pequeños con una pérdida de peso de moderada a grave y tienen un alto riesgo de muerte, pero pueden recibir tratamiento (OMS, 2024).

## **Buenas prácticas Nutricionales**

Los buenos hábitos contribuyen a un adecuado crecimiento tanto físico como intelectual, es ahí en donde se origina la importancia de alimentar saludablemente a los menores durante los primeros años de vida, a fin de que perduren a lo largo de todas las etapas de desarrollo (Salazar, 2023). Por lo que, mantener una dieta saludable durante toda la vida no sólo previene la desnutrición, sino que también evita enfermedades crónicas no transmisibles y de otro tipo. Actualmente la gente come más alimentos ricos en calorías, grasas, azúcares libres y sal/sodio, y muchas personas no comen suficientes frutas, verduras y otras fibras lo que repercute en su salud y las dietas de los menores que se encuentran a su cargo (OMS, 2024).

La ingesta de alimentos en niños de 2 a 3 años significa la integración a la dieta familiar, la cual debe ser variada y equilibrada cubriendo de este modo el aporte de nutrientes, calorías, proteínas y vitaminas que necesitan los pequeños para continuar con su crecimiento. Entre los 24 y 36 meses, niños y niñas pueden poner pegas a ciertos alimentos y además demandar más golosinas, bollería o caprichos por el estilo. A parte de enseñarles a llevar una dieta sana mediante nuestro ejemplo, resulta de mucha ayuda crear un calendario de comidas. Así dejaremos los alimentos no sanos para de vez en cuando y podremos llevar una mejor organización (Martínez, 2023).

## **Nutrición**

La nutrición es el proceso biológico que ocurre en un ser vivo cuando su organismo absorbe, de los alimentos y líquidos, los nutrientes que necesita para su crecimiento y el desarrollo de las funciones vitales, por lo que, a través de este proceso el organismo incorpora vitaminas, minerales, proteínas y grasas. (Cedeño, 2023).

## **Nutrientes**

Los nutrientes son sustancias químicas que están en los alimentos y son necesarios para que nuestro cuerpo obtenga energía, construya y mantenga su estructura y regule las funciones metabólicas. Hay cuatro tipos principales de nutrientes: proteínas, grasas (o lípidos), carbohidratos, vitaminas y minerales. Cada sustancia juega un papel

importante en nuestra salud y bienestar general, asegurando que tengamos la energía que necesitamos y que nuestro cuerpo funcione correctamente. De tal forma encontramos los micro y macronutrientes que deben ser incorporados a nuestra dieta. (Costilla, 2023).

## **Alimentación**

La alimentación implica adquirir, escoger y preparar los alimentos con el propósito de ingerirlos, por lo que, para los seres humanos, los alimentos pueden ser de origen natural o producido por el ser humano, en forma líquida o sólida, y estos pueden requerir algún tipo de procesamiento previo o no. (Costilla, 2023).

## CAPÍTULO II

### METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

#### 2.1. Diseño metodológico

Para la aplicación del proyecto de investigación, se utilizó una investigación no experimental, ya que se recopiló, analizó la información y datos importantes para desarrollar el problema de investigación, con método de estudio transversal centrado en la temporalidad ya que se desarrolló en el periodo de abril-julio, 2024 y descriptiva ya que se redactó información en base al tema del proyecto tratando de hacer lo más explicativo posible, para la comprensión de lectores. Los datos fueron recopilados en madres con niños de 1 a 3 años en el centro de desarrollo infantil, situado en la parroquia de Santa Rosa, durante el periodo de abril a julio de 2024. Se empleó un enfoque de observación descriptiva y correlacional, para evaluar el estado nutricional y analizar los factores que contribuyen al desconocimiento de salud nutricional en esta población.

#### 2.2. Enfoque de investigación

Para el proyecto de investigación se empleó un enfoque metodológico Mixto, en primer lugar, se llevarán a cabo encuestas con las madres de los niños para comprender mejor los factores que intervienen en los hábitos alimenticios y las barreras para una alimentación adecuada. Los datos cuantitativos serán analizados de manera integrada para obtener una comprensión acerca del desconocimiento en salud nutricional de en esta población. Como segundo punto tenemos la elaboración de guía alimentaria para orientar a las madres sobre la alimentación de sus hijos.

#### 2.3. Cuestionario o Instrumentos Utilizados

Para evaluar el conocimiento acerca de salud nutricional de las madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil "Nuestra Señora de la Elevación", se hará uso de la encuesta validada bajo el criterio de especialistas en el campo, instrumento basado en criterios de nutrición de la encuesta para padres de centros infantiles, utilizada para la investigación nutricional realizada dentro del proyecto Diseño de un Programa de Alimentación Saludable para el Centro Infantil "Grillitos", que consta de 14 preguntas en la cual nos ayuda a evaluar de una manera clara y concisa el conocimiento de las madres.

Nos guiamos en el la GABA del Ecuador para la realización de nuestra guía tomando en cuenta la necesidad de las madres y los niños, para incentivar la realización de platos que sean económicos y ricos en nutrientes que aporten al desarrollo de nuestros niños.

Para nuestro estudio hicimos uso de 14 preguntas que ya fueron usadas en un estudio previo en el CDI “Grillitos” y estas ayudaron a cumplir con nuestros objetivos, redactadas a continuación: ¿Cuál es el género del niño o niña de CDI?, ¿Con quién vive el niño/a?, ¿Durante cuantas horas se queda?, estas preguntas se direccionaron a determinar el objetivo 2 que busca analizar los factores de riesgo que se asocian con la desnutrición con los niños de 1 a 3 años. ¿Cada cuanto consume pollo en su hogar?, Cada cuanto se consume carne en su hogar (res, puerco, cordero)?, ¿Cada cuánto consume pescado en su hogar?, ¿Qué tan seguido come el niño en lugares de comida rápida?, ¿Cada cuanto el niño/a come frutas y vegetales?, ¿Qué bebidas consume normalmente el niño/a?, ¿Qué acostumbraba a desayunar el niño/a?, ¿Cuántas veces al día come el niño/a?, estas preguntas nos ayudan determinar nuestro objetivo 1 el cual era determinar el nivel de conocimiento y buenas prácticas que tienen las madres sobres nutrición saludable. ¿Ha recibido ayuda nutricional (Talleres, Seminarios, etc.) por parte de alguna institución?, ¿Le gustaría que el centro infantil “nuestra señora de la elevación” cuente con un programa de nutrición para los niños/as?, ¿Cuántos controles médicos le han realizado al niño/a en el mes?, estas preguntas nos ayudaron a determinar cuáles son los factores principales a tocar en la realización de nuestra guía para que con ello las madres se orienten sobre temas de salud nutricional importantes.

#### **2.4. Población**

Dentro del análisis en el centro de Desarrollo Infantil “Nuestra Señora de la Elevación” se cuenta con 33 madres con niños menores de tres años, mismo que será nuestra población de estudio para examinar el conocimiento de las madres acerca de salud nutricional.

## 2.5. Muestreo

El muestreo para estudio se utilizará por conveniencia a 24 madres, debido a los criterios de inclusión solo se consideraron a las madres que accedieron a firmar el consentimiento informado y disponían del tiempo para el llenado de la encuesta, esto es fundamental dado que asegura que todos los datos recolectados sean precisos y se obtengan con la mayor precisión posible.

## 2.6. Recursos

Para evaluar el conocimiento a las madres de los niños del centro de desarrollo infantil “Nuestra Señora de la Elevación” se empleó ciertos recursos como:

**Recursos económicos:** Se necesitan fondos para las impresiones de las encuestas y el consentimiento informado, adquisición de material de papelería como son los esferos, así como para gastos de transporte para dirigirnos al lugar en donde se encuentran las madres, para proceder a realizar las encuestas.

**Recursos tecnológicos:** Se utilizaron dispositivos electrónicos como laptops y celulares para la creación de las encuestas, así como para el análisis de los datos recopilados.

**Recursos literarios:** Se requirió la redacción del consentimiento informado de manera clara y concisa, utilizando un lenguaje sencillo y accesible para las madres que nos brindaron su colaboración. Además, se necesitó consultar e investigar de artículos científicos y proyectos especializados en salud nutricional para encontrar la encuesta que iba más acorde con nuestro tema y que abarque la información que deseábamos.

Estos recursos serán esenciales en el desarrollo del proyecto de investigación y serán fundamentales para obtener información acerca del conocimiento de salud nutricional en madres con niños menores de tres años.

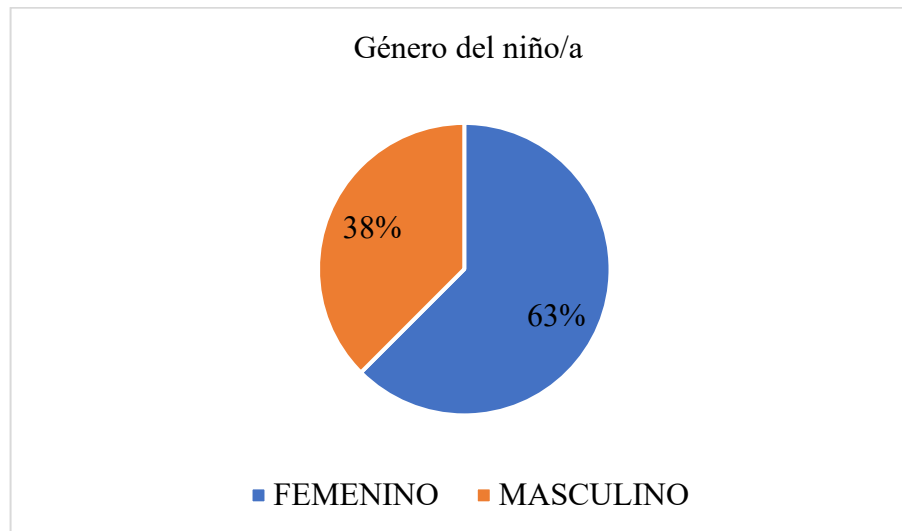
## CAPÍTULO III

### ANÁLISIS DE RESULTADOS

#### 3.1 Tabulación e Interpretación de Encuestas

##### Figura 1

*Género del niño/a del CDI*



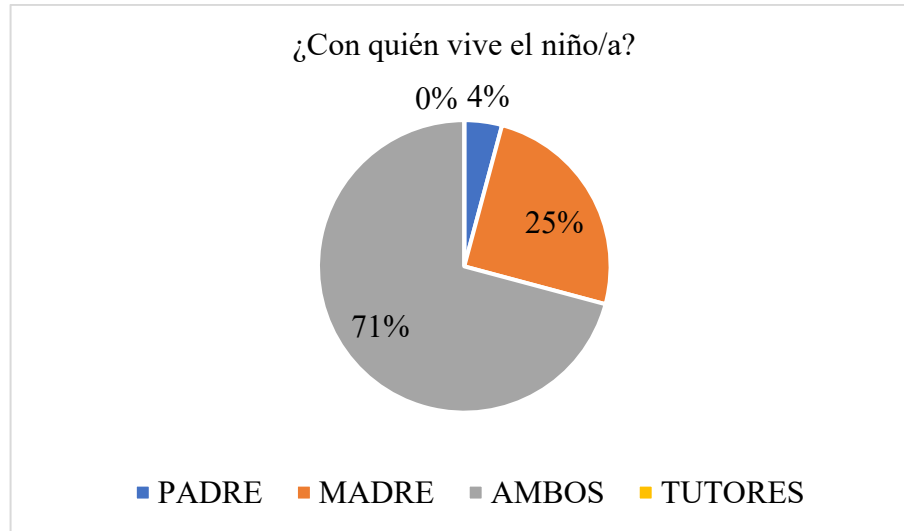
*Nota:* la figura proyecta el porcentaje total del género masculino y femenino que acude al centro de desarrollo infantil (CDI).

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** Según la encuesta aplicada a las madres del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" en el grupo se observa que 38% son niños lo que representa a 9 del grupo total y un 63% son niñas lo que representa a 15.

**Figura 2**

*Convivencia del niño/a del CDI*



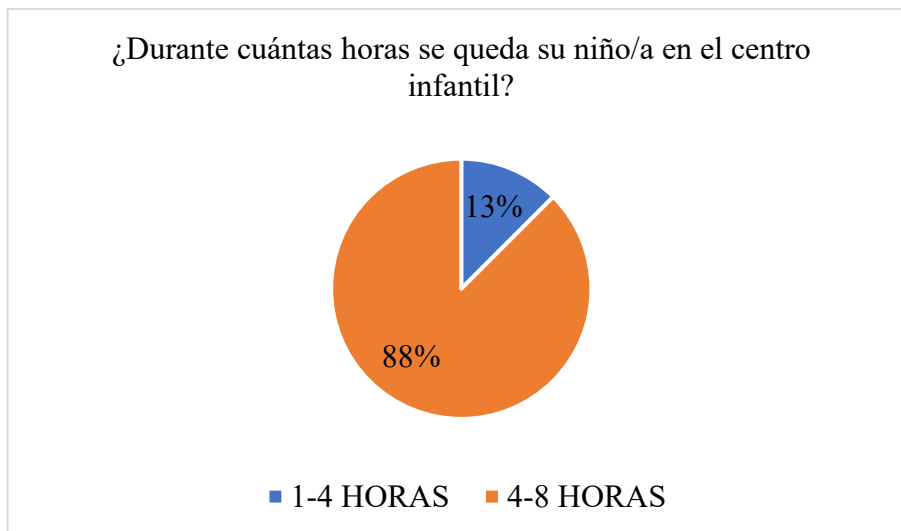
*Nota:* La figura presenta los porcentajes totales de las personas con las cuales viven los niños/as que acuden al centro de desarrollo infantil (CDI).

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 71% de los menores que forman parte del centro de desarrollo infantil “Nuestra Señora de la Elevación” viven con sus padres, mientras que el 25% del grupo solo vive con su madre indicando que son cabezas de hogar y los recursos no son suficientes para la alimentación y el 4% únicamente cuenta con su padre, lo que resulta un poco más complicado la preparación de alimentos.

**Figura 3**

*Horas de Permanencia Diaria de Niños/as en el CDI*



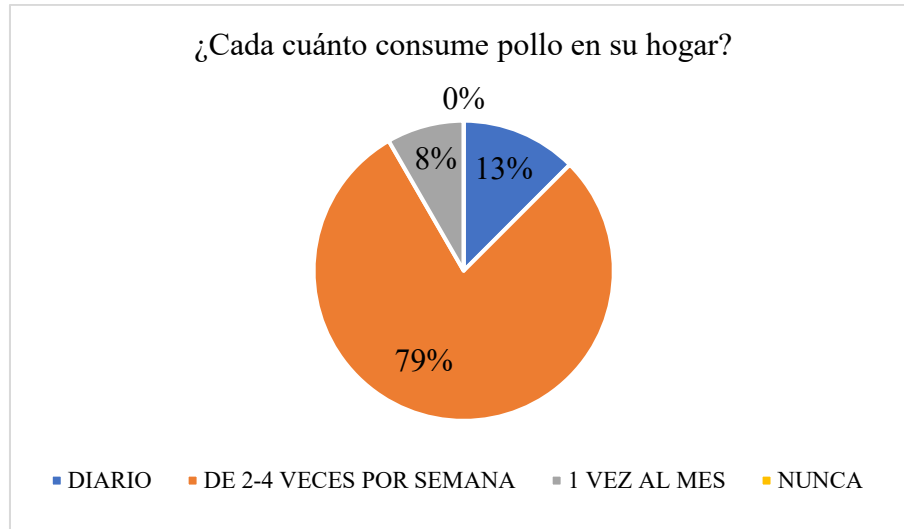
*Nota:* La figura 3 proyecta el número de horas el cual los niños/as permanece en el centro de desarrollo infantil (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** De la encuesta aplicada, El 88% de los menores que forman el centro de desarrollo infantil “Nuestra Señora de la Elevación” se quedan de 4 - 8 horas debido a sus padres trabajan desde la mañana hasta el momento en que proceden a retirarlos, mientras que el 13% permanecen de 1 - 4 horas debido a que son retirados por sus hermanos o abuelos que los cuidan el resto del día mientras sus padres trabajan.

**Figura 4**

*Consumo de Pollo en el Hogar de los niños/as del CDI*



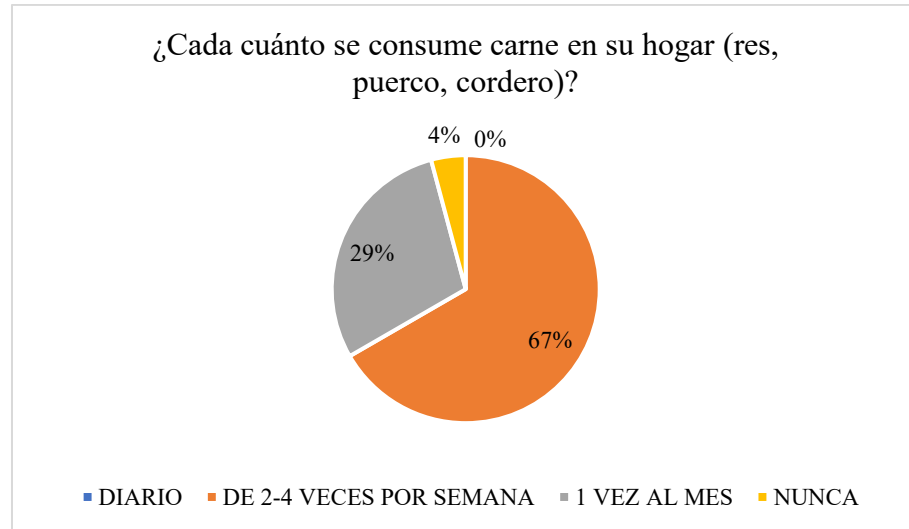
*Nota:* La figura 4 proyecta el consumo de pollo que se tiene en los hogares de los niño/as que acuden al centro de desarrollo infantil (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 79% de los menores del centro de desarrollo infantil “Nuestra Señora de la Elevación” consumen en su hogar de 2 a 4 veces pollo, mientras que un 13% lo consume diario debido a que poseen los recursos económicos para consumir todos los días y tan solo un 8% lo consume una vez al mes debido a que sus recursos económicos no son suficientes.

**Figura 5**

Consumo de Carne en el Hogar de los niños/as del centro CDI



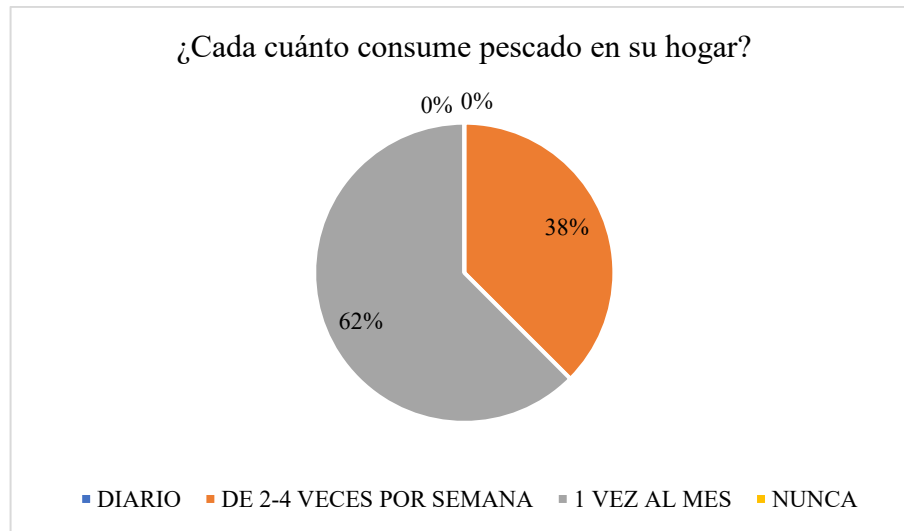
*Nota:* La figura 5 proyecta cada cuanto se consume carnes en los hogares de los niños/as del centro de desarrollo infantil (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 67% de los menores del centro de desarrollo infantil “Nuestra Señora de la Elevación” consumen de 2-4 veces por semana en su hogar carne ya sea de res, puerco o cordero, mientras que el 29% consumen 1 vez al mes carne, y tan solo el 4% no consumen nunca carne de res, puerco o cordero, debido a que las madres refieren que no es tan recomendable el consumo de carnes rojas.

**Figura 6**

*Consumo de Pescado en el Hogar de los niños/as del CDI*



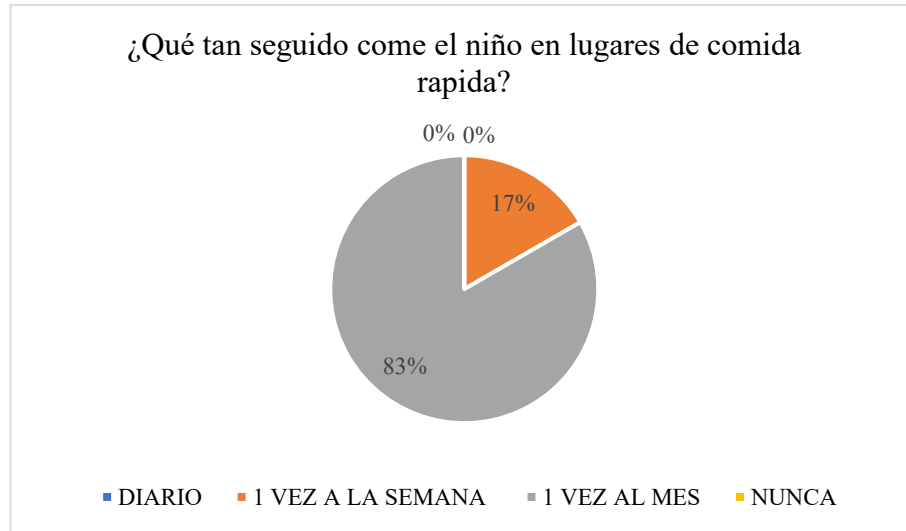
*Nota:* La figura 6 proyecta el consumo de pescado en los hogares de los niños/as del centro de desarrollo infantil (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 62% de los menores del centro de desarrollo infantil “Nuestra Señora de la Elevación” consumen 1 vez al mes pescado en su hogar, debido a que su preparación requiere un proceso minucioso mientras que tan solo el 38% de niños y niñas consumen de 2-4 veces por semana.

**Figura 7**

*Consumo de comida rápida por parte del niño*



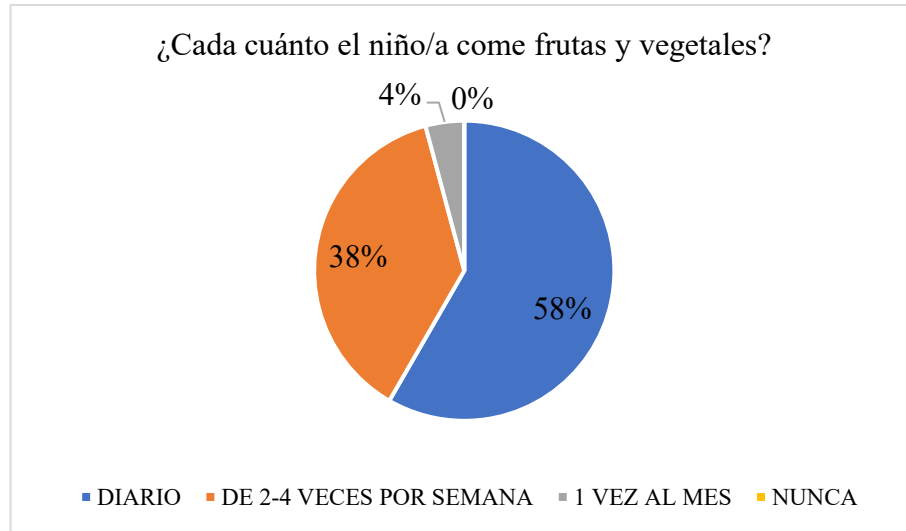
*Nota:* La figura 7 proyecta el consumo de comidas rápidas que realiza el niño/a que acude al centro de desarrollo infantil (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 83% de los menores del centro infantil Nuestra señora de la Elevación consumen comida rápida 1 vez por mes, mientras tanto el 17% de niños y niñas restante lo consume 2-4 veces por semana debido a que el tiempo de sus padres no es suficiente para realizar la comida en su hogar.

**Figura 8**

*Consumo de frutas y vegetales en el Hogar de los niños/as.*



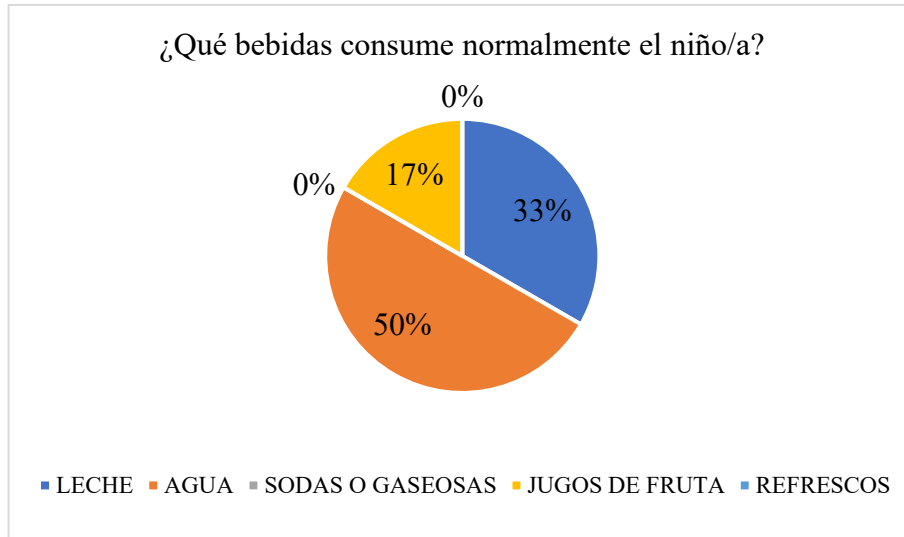
*Nota:* La figura 8 proyecta el consumo de frutas y verduras del niño/a que acude al centro de desarrollo infantil (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 58% de los menores del centro de desarrollo infantil Nuestra señora de la Elevación consumen todos los días frutas o vegetales, el 38% de niñas y niños consumen de 2-4 veces por semana frutas o vegetales, mientras que solo un 4% lo consumen 1 vez por mes, esto debido a la falta de recursos económicos

**Figura 9**

*Preferencias de Bebidas del Niño/a del CDI*



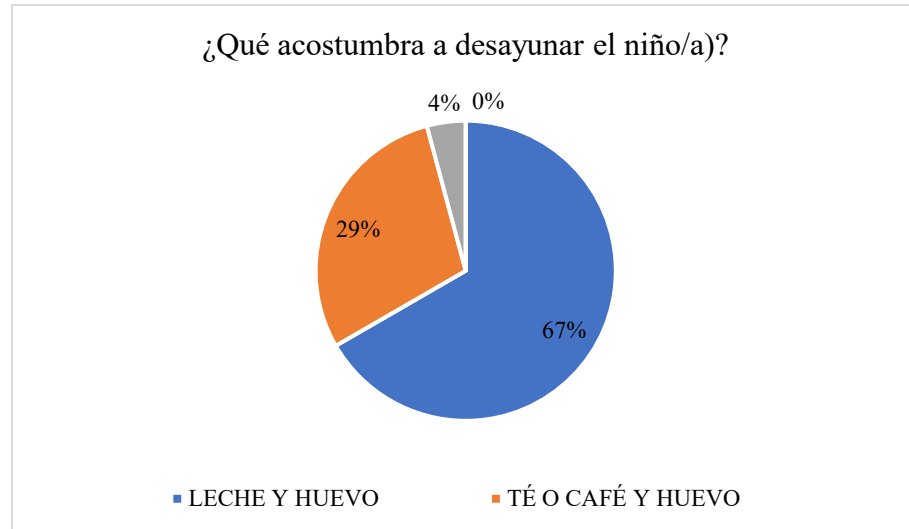
*Nota:* La figura 9 proyecta las bebidas que consumen normalmente los niños/as del centro de desarrollo infantil (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 50% de los menores del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" consumen la mayoría del día agua, mientras que el 33% consumen leche en la mayoría del día, y tan solo un 17% consumen jugo de frutas en la mayoría del día, esto debido a que conlleva un poco más de tiempo para realizar un jugo de frutas.

**Figura 10**

*Patrones de Desayuno del Niño/a del CDI*



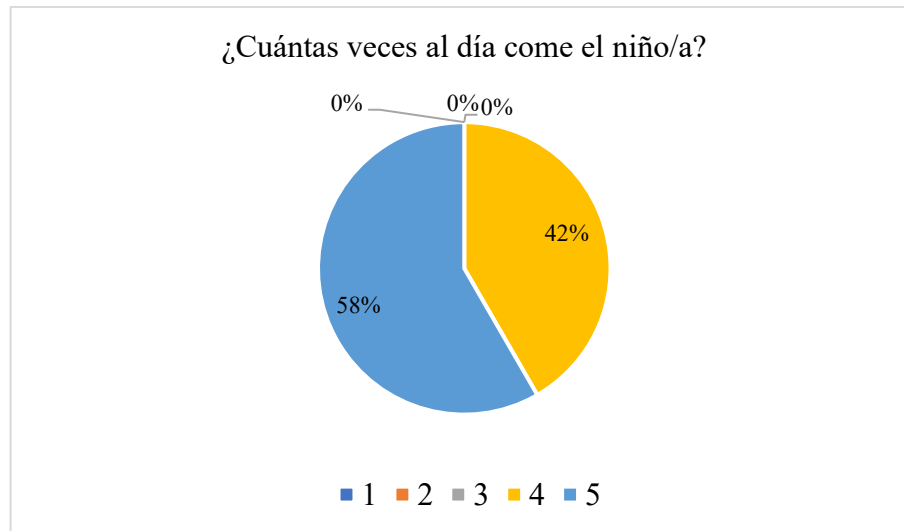
*Nota:* La figura 10 proyecta los alimentos que acostumbra a desayunar el niño/a del centro de desarrollo integral (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 67% de los menores del centro de desarrollo infantil “Nuestra Señora de la Elevación” acostumbran a desayunar leche y huevo, mientras que un 29% acostumbran a desayunar té o café y huevo, y tan solo un 4% acostumbra a desayunar cereal.

**Figura 11**

*Frecuencia de Comidas Diarias del Niño/a del CDI*



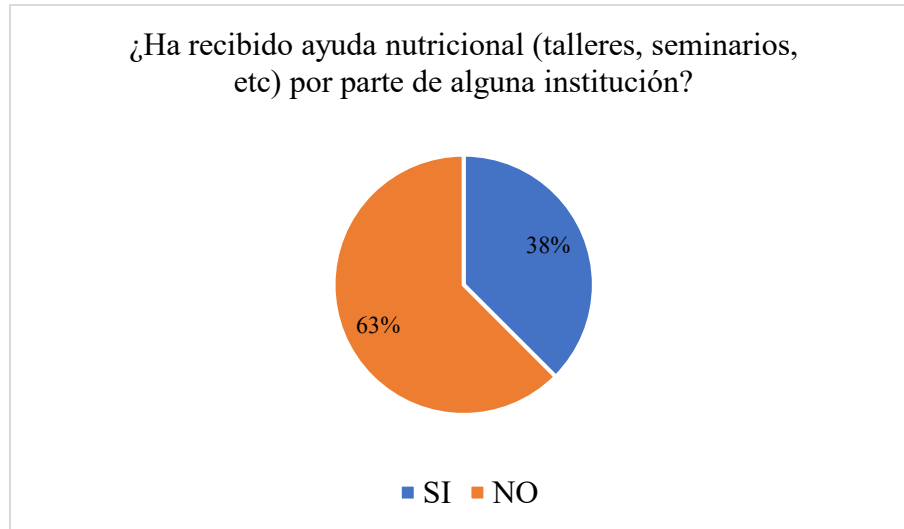
*Nota:* La Figura 11 proyecta las veces que el niño/a se alimenta al día del centro de desarrollo infantil (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 58% de los menores del centro de desarrollo infantil “Nuestra Señora de la Elevación” consume alimentos 5 veces al día esto debido a que la mayoría de los menores pasan en la institución, mientras que un 42% consume alimentos 4 veces al día.

**Figura 12**

*Participación en Ayuda Nutricional por Instituciones*



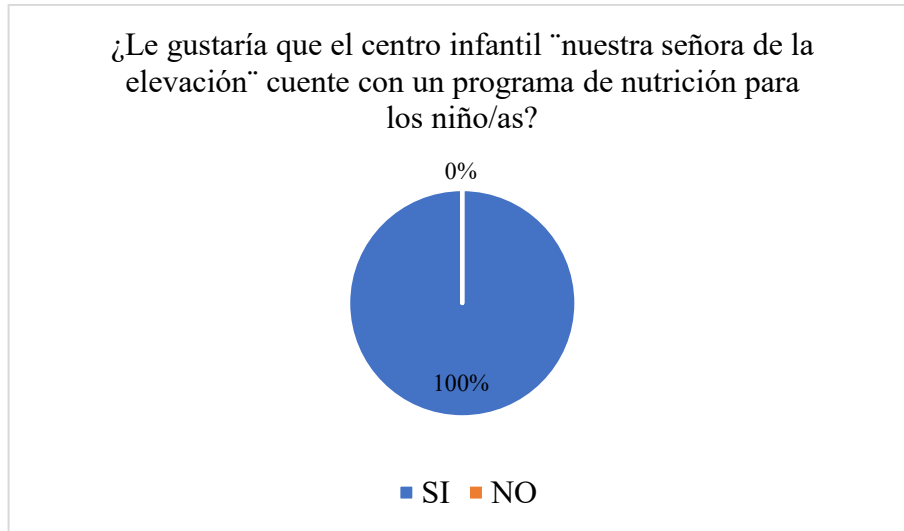
*Nota:* La figura 12 proyecta si las madres del centro de desarrollo infantil (CDI) han recibido ayuda nutricional por parte de alguna entidad.

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 63% de madres de los menores del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" no ha recibido talleres nutricionales por alguna institución, mientras que el 38% de madres ha recibido talleres nutricionales por alguna institución.

**Figura 13**

*Opinión sobre Programa de Nutrición en el CDI*



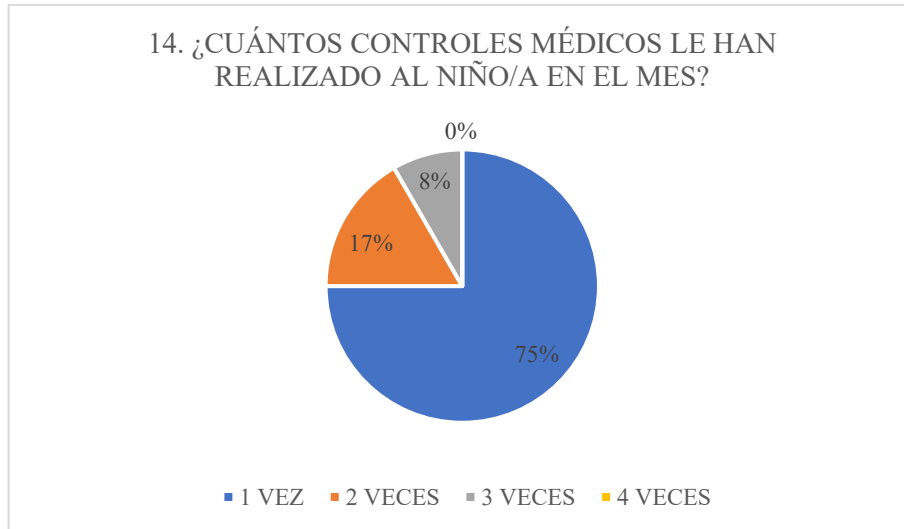
*Nota:* La figura 13 proyecta el deseo de las madres de que se incluya un programa de capacitación sobre nutrición en el centro de desarrollo infantil (CDI)

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 100% de madres encuestados de los menores del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" desean que la institución cuente con un programa de nutrición para que ellas sepan que alimentos pueden consumir sus niños para que crezcan saludables.

**Figura 14**

*Número de Controles Médicos Mensuales de los Niños/as del CDI*



*Nota:* La figura 14 proyecta el número de controles que se le realiza al niño/a del centro de desarrollo infantil (CDI).

Elaborado por: Bernal, Quispe (2024)

**Análisis e Interpretación:** El 75% de madres lleva a sus menores del centro de desarrollo infantil "Nuestra Señora de la Elevación" 1 vez al mes a controles médicos, para saber si están creciendo de la manera adecuada a su edad, mientras el 17% acude 2 veces al mes a controles médicos, debido a que se han enfermado, y tan solo un 8% acude 3 veces a controles médicos, debido a problemas de salud.

## CAPÍTULO IV

### DISCUSION

#### 4.1. Discusión de Resultados

En cuanto al primer objetivo específico direccionado a identificar el nivel de conocimientos y practicas sobre nutrición en las madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil, los hallazgos revelan que, las madres desconocen cómo aplicar una alimentación saludable a sus hijos, esto se refleja en comidas diarias que ingieren los menores diariamente, de tal forma que el 79% de los niños solo consumen pollo 2 veces por semana, o consumen carne solo de 2 a 4 veces al mes, además los niños consume pescado sola una vez al mes, lo que repercute en la ingesta total y diaria de proteína y hierro que debe consumir un niño para la ganancia de masa muscular y el incremento de la estatura. Tomando en cuenta que no todas las madres conocían que las carnes y los alimentos complementarios permite el desarrollo correcto de la hemoglobina en sangre y es una forma de prevenir la anemia en los niños. Además del total de las madres, tan solo el 38% de ellas han recibido información y talleres sobre alimentación saludable para sus hijos. Estos resultado tienen relación con Quispe & Riveros (2019), quienes en su estudio identificaron que solo 3 de cada 10 madres conoce la importancia de incluir alimentos saludables y carnes para el desarrollo y crecimiento de sus hijos, además identificaron que en los hogares en donde existe una deficiencia de estos alimentos en la alimentación diaria los menores presentan problemas nutricionales, por otra parte, manifiesta que es necesario evaluar las deficiencias y optimizar la ingesta nutricional brindando asesoramiento nutricional antes de los cambios de salud a niños de hasta 5 años, mejorando el conocimiento y la práctica de los padres.

Estos hallazgos también se relacionan con los de Garzón, et al (2019), quienes ratifican que la falta de una dieta equilibrada, o una ingesta excesiva o insuficiente de micro y macro nutrientes, como vitaminas y minerales, puede provocar desnutrición, obesidad y sobrepeso, o provocar enfermedades, morbilidad, alguna discapacidad, o la muerte, no obstante Díaz & Costa (2019) hacen prioridad en que los hábitos alimentarios se originan en la familia, porque la familia es el lugar donde se comparten los procesos alimentarios y se establecen la cultura alimentaria y el estilo de vida. En tanto, la alimentación es

considerada una necesidad humana básica, pero cabe recalcar que las madres juegan un papel fundamental en los primeros años de vida, ya que son ellas las que preparan los alimentos en su hogar o también los cuidadores.

En cuanto al segundo objetivo específico encaminado para analizar factores de riesgo asociados con la falta de nutrición saludable en las madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil, los resultados demostraron que, uno de los factores para que los niños no sigan una alimentación completa y nutritiva es que 71% de los menores tienen padres que trabajan, incluso más del tiempo establecido porque los recursos económicos son insuficientes en el hogar por el número de hijos que tiene, y la única alimentación saludable que reciben los menores en el día es la del Centro Infantil, ya que en sus hogares por falta de tiempo se consume comidas rápidas y poco nutritivas, además, se evidencio que el 25% de los menores que van a este centro viven solo con sus madres y muchas de ellas por actividades y situación económica minimizan los gastos y no cuentan con todos los recursos para ofrecerles una alimentación completa, sin embargo, no todos los niños que viven con sus padres juntos gozan de una alimentación de calidad y completa esto concuerda con Giménez (2022), considera que los hábitos alimenticios saludables son recomendables para el eficiente desarrollo del niño o niña y esto depende de las condiciones y factores económicos de los que dispongan los padres y madres, además del nivel de conocimiento de estos en la preparación de alimentos nutritivos y completos para la dieta según su edad. Mientras que, Santos & Barros (2022) en su estudio hacen hincapié en los estilos de vida saludable que se mantenga en un hogar ya que un cuerpo sano se consigue a partir de unos hábitos alimentarios adecuados establecidos en los primeros años de vida en el entorno familiar, escolar y social.

Finalmente, con relación al tercer objetivo específico encaminado a elaborar una guía de nutrición saludable para madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil, se originó de la necesidad de proporcionar información y una orientación eficiente a las madres sobre la importancia y las formas de brindarles una alimentación saludable a sus hijos, y bajo los criterios de Las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABAs) que son un instrumentos que traduce una amplia base de evidencia sobre las relaciones entre

los alimentos, los patrones de dieta y la salud en recomendaciones apropiadas para la población de acuerdo a la cultura y al contexto nacional. Esto se relaciona con Chacón (2023) quien al aplicar estrategias nutricionales y una guía de alimentación saludable con los padres de familia con niños menores de cinco años, ratifico que a través de la orientación adecuada los padres mejorar sus conocimientos y las madres aprenden a seleccionar adecuadamente los alimentos que contengan los grupos nutricionales más importantes garantizan que el niño gane peso y talla dentro de los rangos establecidos para su edad, además permiten ganar defensas y desarrollar sus habilidades cognitivas y energía para sus actividades diarias, tomando en cuenta que un niño que es bien alimentando evita contraer desnutrición infantil, anemia y otras enfermedades. Además, se relaciona con, Santos y Barros (2022), quien considera que es necesario hacer énfasis en la promoción nutricional en edades tempranas, a través de estrategias y alternativas que permitan elevar los conocimientos de los padres en temas de nutrición saludable y con ello mejorar la salud de los niños logrando un nivel óptimo en su desarrollo, recalando que las madres juegan un papel fundamental en los primeros años de vida, ya que son ellas las que preparan los alimentos en su hogar o también los cuidadores ya que en ciertos casos las madres recurren a establecimientos para el cuidado de sus niños, entonces, el trabajo debe ser direccionado hacia padres y cuidadores para mejores resultados.

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

Se concluyó que la implementación de estrategias de promoción en madres con niños de uno a tres años resultó ser de gran ayuda debido a las guías brindadas, dando así una orientación más segura a las madres sobre lo que les aporta mayores nutrientes a sus hijos en edades tempranas del desarrollo.

Realizada nuestra investigación se identificó que un grupo de las madres conoce sobre buenos hábitos alimenticios siendo menos de la mitad, a pesar de eso gran parte de las madres aun desconocía ya sea en pequeña o gran medida sobre como brindar a sus hijos una dieta rica en vitaminas, adicional a esto se destaca el resultado de la pregunta 12 en donde se les pregunta a las madres si han recibido ayuda o instrucción por parte de alguna entidad sobre nutrición donde se resalta que mas de la mitad supieron decir “no”, desconocen y no han recibido una instrucción sobre alimentación saludable para sus hijos es por eso que la “promoción sobre estrategias de nutrición en madres con niños de uno a tres años” es de gran ayuda en ese sector.

Se analizó que dentro de los factores de riesgo asociados con la falta de nutrición saludable en las madres con niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil "Nuestra Señora de la Elevación" son diversos y multifacéticos. La falta de educación nutricional, el acceso limitado a alimentos frescos y saludables, y las condiciones socioeconómicas precarias pueden influir considerablemente en las decisiones alimenticias de estas madres. Además, el estrés y la falta de apoyo social complican aún más la situación, afectando la salud y el desarrollo de los niños. Abordar estos factores es esencial para promover una nutrición adecuada y mejorar el bienestar familiar. La falta de conocimiento es el factor predominante en la mala alimentación de los niños por parte de las madres, la dieta que les brindan no es una dieta rica en los requerimientos del infante.

De acuerdo a lo investigado se elaboró un plan de capacitación por medio de una guía en el cual se brindó recetas ricas en nutrientes que sean económicas de acuerdo a los alimentos que se manejan en nuestro país y que de cierta forma esto no

afecte el factor económico de las madres y les sea más asequible el alimentar mejor a sus niños y niñas.

## 5.2. Recomendaciones

Se aconseja que en conjunto con la coordinación de las cuidadoras del centro infantil se brinden charlas de manera mensual con el fin de educar a las madres sobre la alimentación y nutrición de los niños y niñas.

Se recomienda la implementación de pequeños talleres de cocina en los que se les enseñe a las madres las correctas técnicas de preparación de los alimentos que se hagan en futuras guías o en las mismas guías ya antes brindadas en este proyecto.

Se sugiere un seguimiento mensual sobre la evolución de los niños/as, tomando en cuenta su edad, peso y talla, con el fin de evaluar la evolución nutricional, de los niños/as y en caso de no notar diferencias mejorar las estrategias de educación nutricional.

La aplicación de guías nutricionales cada cierto tiempo, con alimentos que todas las madres puedan adquirir, conjuntamente con el centro de desarrollo infantil.

## 6. Referencias

- Aguinaga, R., & Jijón, X. (Junio de 2019). *Ministerio de Salud Publica* . Obtenido de Ministerio de Salud Publica : [https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2019/07/4\\_alimentacion\\_ni%C3%B1o\\_menor\\_2a%C3%B1os.pdf](https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2019/07/4_alimentacion_ni%C3%B1o_menor_2a%C3%B1os.pdf)
- Benítez, D. (2023). Promoción de Alimentación saludable para mejorar el estado nutricional en niños menores de cinco años del cantón Ponce Enríquez de la provincia de Azuay. *Maestría en Salud Pública*. Universidad de las Américas, Azuay. Obtenido de <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/15384/1/UDLA-EC-TMSP-2023-107.pdf>
- Benítez, D. (2023). Promoción de Alimentación saludable para mejorar el estado nutricional en niños menores de cinco años del cantón Ponce Enríquez de la provincia de Azuay. . *Universidad de las Américas*. Obtenido de <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/15384/1/U>
- Cadena, R., & Hinojosa, L. (2021). Prácticas y actitudes de madres sobre alimentación complementaria en lactantes de 6 a 24 meses. *Journal Health NPEPS*. doi:<http://dx.doi.org/10.30681/252610104597>
- Cajina, L. (2020). Importancia de la Educación para la Salud en currículo educativo. *Revista Electrónica de Conocimientos Saberes y Prácticas*. Obtenido de <https://camjol.info/index.php/recsp/article/view/9799>
- Calceto, L., Garzón, S., Bonilla, J., & Cala, D. (2019). Relación del Estado Nutricional con. *Revista Ecuatoriana de Neurología*. Obtenido de

[http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2631-25812019000200050&lng=es&nrm=i](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2631-25812019000200050&lng=es&nrm=i)

Cedeño, K. J. (2 de Noviembre de 2023). *Universidad Estatal de Milagro*. Obtenido de UNEMI Universidad Estatal de Milagro:

<https://www.unemi.edu.ec/index.php/2023/11/02/importancia-nutricion-primera-infancia/>

Chacón, J. (2023). Estrategiad de Promoción de la Salus Nutricional de los Infantes de Edad entre 3 a 4 años que Asisten a la Unidad Educativa "Ciudad de Machala", Periodo Lectivo 2023-2024. *Maestría en Salud Pública*. Universidad de las Américas, Machala. Obtenido de

<https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/15143/1/UDLA-EC-TMSP-2023-75.pdf>

Chacón, J. (2023). Estrategias de Promoción de la Salud nutricional de los infantes de 3-4 años de la Ciudad de Machala. *Universidad de las Américas*. . Obtenido de <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/15143/1/UDLA-EC-TMSP-2023-75.pdf>

Churata, Z. (2019). Conocimientos sobre alimentación complementaria en madres de niños de 6 a 24 meses con relación anemia ferropénica Centro de Salud de Pampahalla Sicuani 2019. *Universidad Nacional Autonoma de Chota*. Obtenido de <http://tesis.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/16251?show=full>

Costilla, E. S. (2023). Fomento de una alimentación saludable infantil. *Univeridad De Valladolid*. Obtenido de Universidad De Valladolid:

<https://uvadoc.uva.es/handle/10324/62126>

- De la Guadía, M., & Ruvalcaba, J. (2020). La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. *Journal of Negative and No Positive Results*. doi:10.19230/jonnpr.3215
- Del Campo Giménez, M., Torres, J., Fernández, A., Martínez de la Torre, C., Minuesa, M., Córcoles, S., & Ignacio, P. (2022). Influencia de los estilos de vida de la madre en el inicio de la lactancia materna: estudio de casos y controles. *Asociación Española de Pediatría*. doi:10.1016/j.anpedi.2022.03.006
- Deleón, C., Ramos, L., Felicia, C., & Ortiz, I. (2021). Social determinants of health and nutritional status of children under five years of Fernando de la Mora, Paraguay. *Anales de la Facultad de Ciencias Médicas*. doi:10.18004/anales/2021.054.03.41
- Díaz, Y., & Da Costa, L. (2019). Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares. *Revista Cubana de Enfermería*. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192019000200006&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192019000200006&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Escalé, M., Chicano, D., Castillo, N., Sánchez, A., Arenas, D., Vidal, N., & De Carpi, J. (2020). Educación nutricional en niños en edad escolar a través del Programa Nutriplato. *Nutrición Hospitalaria*. doi:https://dx.doi.org/10.20960/nh.03357
- Espejo, J., Tumani, F., Aguirre, C., Sanchez, J., & Parada, A. (2022). Educación alimentaria nutricional: Estrategias para mejorar la adherencia al plan dietoterapéutico. *Revista chilena de nutrición*. doi:http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182022000300391
- FAO. (2022). Panorama regional de la seguridad alimentaria y nutricional. *Organizacion de las Naciones Unidas para la Alimentacion y la Agricultura*. Obtenido de Organizacion de las Naciones Unidas para la Alimentacion y la Agricultura:

<https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/efefa9bb-2deb-4f04-944b-f805532d4aee/content/sofi-statistics-rlc-2022/low-birthweight.html#:~:text=Los%20beb%C3%A9s%20con%20bajo%20peso,8%C7%25%20en%202015.>

García, C., & Gallegos, R. (2019). EL PAPEL DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA EN LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD. *Revista Ciencia Política*. Obtenido de <https://revistacienciapolitica.uc.cl/index.php/RHE/article/view/10870/10010>

Giménez, M. (2022). Influencia de los estilos de vida de la madre en el inicio de la lactancia materna: estudio de casos y controles. *Asociación Española de Pediatría*. doi:10.1016/j.anpedi.2022.03.006

Gonzales, A. (2022). Lactancia materna exclusiva en Latinoamérica: una revisión sistemática.

González, A., & Castro, O. (2020). Caracterización de la intervención educativa realizada por estudiantes de nutrición en escuelas públicas del cantón de La Unión para la prevención de la obesidad y la promoción de la salud. *Población y Salud en Mesoamérica*. doi:10.15517/psm.v18i1.40765

Grados, M. (2019). Estado Nutricional en Niños Menores de 5 años que Asisten al Consultorio CRED del Centro de Salud Perú 3 Zona del Distrito SMP, 2019. *Repositorio uwiener*. Obtenido de <https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/3223/TESIS%20Grados%20Mery.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Guamialama, J., Salazar, Diego, Portugal, Carolina, & Lala, C. (2020). Estado nutricional de niños menores de cinco años en la parroquia de Pifo. *Nutrición*

*clínica y dietética hospitalaria/Nutrición clínica, dietética hospitalaria.*

doi:<https://doi.org/10.12873/402guamialama>

Hernández, J., Jaramillo, L., Villegas, J., Álvarez, L., Roldan, M., Ruiz, C., . . .

Martínez, L. (2020). La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención. *Univeridad de Manizales*. Obtenido de

<https://www.redalyc.org/journal/2738/273863770021/html/>

Labraña, A., Ramírez, K., Troncoso, C., Leiva, A., Villagrán, M., Mardones, L., . . .

Celis, C. (2020). Obesidad en lactantes: efecto protector de la lactancia materna versus fórmulas lácteas. *Revista chilena de nutrición*.

doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182020000300478>

Ladino, L., Vásquez, R., Montealegre, L., Bagés, M., Ochoa, E., & Medina, P. (2021).

E-1500: encuesta sobre prácticas de alimentación en los primeros 1500 días recomendadas por profesionales de la salud en Latinoamérica. *Revista de gastroenterología de México*. doi:<https://doi.org/10.1016/j.rgmx.2021.02.013>

Larreta, J. (2022). Factores que influyen en el estado nutricional de los niños de 1-5 años en Ecuador. *Más Vita*. Obtenido de <https://doi.org/10.47606/acven/mv0138>

Martínez, B. (28 de Junio de 2023). Alimentación para niños de 2 a 3 años - Integración a la dieta familiar. *Guia Infantil*. Obtenido de Guia Infantil:

<https://www.guiainfantil.com/salud/alimentacion/23anos.htm>

Molina, P., Gálvez, P., Stecher, M. J., Vizcarra, M., José, C. M., & Schwingel, A.

(2021). Influencias familiares en las prácticas de alimentación materna a niños preescolares de familias vulnerables de la Región Metropolitana de Chile.

*Elsevier*. doi:[10.1016/j.aprim.2021.102122](https://doi.org/10.1016/j.aprim.2021.102122)

- Novillo, N., Robles, J., & Calderón, J. (2019). Beneficios de la lactancia materna y factores asociados a la interrupción de esta práctica. *Revistas UTA*.  
doi:<http://dx.doi.org/10.29033/enfi.v4i5.729.g664>
- Núñez, A., Collante, C., López, M., & Galean, C. (2019). Impacto de la estrategia de entrega de frutas con educación nutricional sobre el estado nutricional y consumo de frutas en escolares de la Escuela pública héroes luqueños de la comunidad de Jukyry Luque, Paraguay. *Memorias del Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud*. doi:[10.18004/mem.iics/1812-9528/2019.017.03.55-062](https://doi.org/10.18004/mem.iics/1812-9528/2019.017.03.55-062)
- OMS. (2023). Alimentación del lactante y del niño pequeño. *OMS*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
- OMS. (2024). Malnutrición. *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- OMS. (1 de Marzo de 2024). *OMS*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- OMS. (8 de Abril de 2024). *OPS/OMS*. Obtenido de OPS/OMS:  
<https://www.paho.org/es/temas/alimentacion-saludable>
- OPS. (Febrero de 2020). Micronutrientes. *Organizacion Panamericana de la Salud*.  
Obtenido de Organizacion Panamericana de la Salud:  
<https://www.paho.org/es/temas/micronutrientes>
- Quispe, C., & Riveros, S. (2019). Conocimiento de las Madres sobre Alimentación Complementaria en Lactantes de 6 - 12 meses de edad, en el consultorio de crecimiento y desarrollo en el centro de salud San Cristobal, Huancavelica .  
2019. *Repositorio UNH*.

doi:<https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/049c2039-86e2-4b90-8a16-a86a52c0595c/content>

Rivera, J. (2019). La malnutrición infantil en Ecuador: una mirada desde las políticas públicas. *Revista Estudios Políticas PÚblicas*. doi:10.5354/0719-6296.2019.51170

Salazar, J. A. (2023). *Universidad Nacional de Loja*. Obtenido de Universidad Nacional de Loja :  
[https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/28448/1/JennerAlexander\\_MatuteSalazar.pdf](https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/28448/1/JennerAlexander_MatuteSalazar.pdf)

Santos, S., & Barros, S. (2022). Influencia del Estado Nutricional en el Rendimiento Académico en una institución educativa. *Revista de Investigación en Salud*.  
doi:<https://revistavive.org/index.php/revistavive/article/view/167>

Suárez, C., Gil, Y., Gil, J., & Concepción, J. (2021). Estado nutricional de las gestantes a la captación del embarazo. *Revista Cubana de Medicina General Integral*.  
Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000200008&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000200008&script=sci_arttext)

UNICEF. (2019). Desnutrición. *UNICEF*. Obtenido de  
<https://www.unicef.org/ecuador/desnutrici%C3%B3n>

UNICEF. (2019). La malnutrición impide el adecuado crecimiento de 1 de cada 5 niños y niñas menores de 5 años en América Latina y el Caribe. *UNICEF*. Obtenido de  
<https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/unicef-advierte-que-1-de-cada-5-ninos-y-ninas-menores-de-5-anos-no-esta-creciendo-bien>

UNICEF. (2022). La Infancia en Peligro: Emaciación grave. Obtenido de Unicef para cada infancia: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/otros-67-millones->

de niños menores de 5 años que pueden sufrir de  
desnutrición.

La desnutrición es una forma de capacidad de aprendizaje.

UNICEF. (2023). Estrategia mundial para el lactante y el niño pequeño. *UNICEF*.

Obtenido de <https://www.unicef.org/colombia/informes/estrategia-mundial-para-el-lactante-2002>

Vargas, M. (2019). Estado nutricional en menores de cinco años que acuden al centro de salud de la comunidad de Zaruma. 2019. *Universidad de Machala*. Obtenido de <https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/3223/TESIS%20Grados%20Mery.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Verde, C., Placencia, M., & Sifuentes, V. (2020). Lactancia Materna Exclusiva y factores asociados en madres que asisten a Establecimientos de Salud de Lima Centro. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*.  
doi:<http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v20i2.2765>

World Health Organization. (2024). Malnutrición. *WHO*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/malnutrition>

## 7. Anexos



Anexo 1: Aplicación de encuesta para conocer el conocimiento de salud nutricional de las madres con niños de 1 a 3 años del Centro De Desarrollo Infantil "Nuestra Señora De La Elevación" de la Parroquia de Santa Rosa.



Anexo 2: Interacción con las madres con niños de 1 a 3 años del Centro De Desarrollo Infantil "Nuestra Señora De La Elevación" de la Parroquia de Santa Rosa.

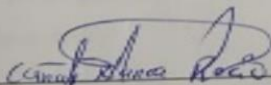
CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UNA ENCUESTA ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD NUTRICIONAL DIRIGIDAS A MADRES CON NIÑOS MENORES DE 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "NUESTRA SEÑORA DE LA ELEVACIÓN" DE LA PARROQUIA DE SANTA ROSA, DURANTE EL PERIODO ABRIL-JULIO 2024

Yo, Blanca Rocio Cañar Cañar, entiendo que estoy siendo invitado/a a participar en una encuesta que tiene como objetivo realizar un proyecto de investigación acerca de saber el conocimiento de salud nutricional que tienen las madres con niños menores de 3 años

Al aceptar participar en esta encuesta, entiendo y acepto lo siguiente:

1. Mi participación en esta encuesta es voluntaria CONFIDENCIAL y puedo retirarme en cualquier momento sin ninguna consecuencia.
2. La información recopilada en esta encuesta será utilizada únicamente con fines de investigación y no se compartirá con terceros sin mi consentimiento.
3. Mis respuestas serán anónimas y confidenciales, y no se identificará mi nombre en ningún informe o publicación relacionada con esta encuesta.
4. El tiempo estimado para completar la encuesta es de Abril-Julio, 2024
5. Tengo la libertad de hacer cualquier pregunta o aclaración sobre la encuesta antes de comenzar.

Al firmar este consentimiento, confirmo que he leído y entendido la información proporcionada anteriormente y que estoy de acuerdo en participar en esta encuesta.

Firma del participante: 

Fecha: 20/06/2024

Si tienes alguna pregunta o inquietud sobre este consentimiento, por favor no dudes en contactarnos. Gracias por tu participación.

Anexo 3: Consentimiento informado de las madres con niños de 1 a 3 años del Centro De Desarrollo Infantil "Nuestra Señora De La Elevación" de la Parroquia de Santa Rosa.

12

**ENCUESTAS PARA MADRES CON NIÑOS MENORES DE 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL NUESTRA SEÑORA DE LA ELEVACIÓN**

Apreciadas madres de familia, le invitamos cordialmente a contestar la siguiente encuesta que compete a un proyecto de investigación que se realiza en el centro de desarrollo infantil Nuestra Señora de la Elevación, con el fin de saber el nivel de conocimiento en salud nutricional. Agradecemos de antemano su colaboración.

1. Género  
 Femenino  Masculino

2. ¿Con quién vive el niño o niña?  
 Padre  Solo madre  Solo padres  Abuelos  Tutores

3. ¿Durante cuántas horas se queda su niño en el centro infantil?  
 1-4 horas  4-8 horas

4. ¿Cada cuánto consume pollo en su hogar?  
 Diario  De 2 a 4 veces por semana  Una vez al mes  Nunca

5. ¿Cada cuánto consumen carne en su hogar (res, puerco, cordero)?  
 Diario  De 2 a 4 veces por semana  Una vez al mes  Nunca

6. ¿Cada cuánto consumen pescado en su hogar?  
 Diario  De 2 a 4 veces por semana  Una vez al mes  Nunca

7. ¿Qué tan seguido come el niño a en lugares de comida rápida?  
 Diario  Una vez a la semana  Una vez al mes

8. ¿Cada cuánto el niño (a) come frutas y vegetales?  
 Diario  De 2 a 4 veces por semana  Una vez al mes  Nunca

9. ¿Qué bebidas consume normalmente el niño(a)?  
 Leche  Agua  Sodas o gaseosas  Jugos de fruta  Refrescos

10. ¿Que acostumbra a desayunar el niño(a)?  
 Leche  Té o café  Cereal  Huevo  No desayuna

11. ¿Cuántas veces al día come el niño(a) al día?  
 1  2  3  4  Otra... 5 .....

12. ¿Ha recibido ayuda nutricional (talleres, seminarios, etc.) por parte de alguna institución?  
 Si  No

13. ¿Le gustaría que el Centro Infantil "Nuestra Señora de la Elevación" cuente con un programa de nutrición para los niños (as)?  
 Si  No

14. ¿Cuántos controles médicos le han realizado al niño en el mes?  
 1 vez  2 veces  3 veces  4 veces

Anexo 4: Encuesta aplicada las madres con niños de 1 a 3 años del Centro De Desarrollo Infantil "Nuestra Señora De La Elevación" de la Parroquia de Santa Rosa.



Anexo 5: Realización de la guía nutricional dirigida a las madres con niños de 1 a 3 años del Centro De Desarrollo Infantil "Nuestra Señora De La Elevación" de la Parroquia de Santa Rosa.



Anexo 6: Entrega de la guía nutricional en el Centro De Desarrollo Infantil "Nuestra Señora De La Elevación" de la Parroquia de Santa Rosa dirigida a las madres con niños de 1 a 3 años.