



---

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE**

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS  
SOBRE ANEMIA EN MADRES DE NIÑOS MENORES  
DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA -  
HUARAZ, 2020**

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

**AUTORA**

**ROSALES ALVINO, MARÍA ESTHER**

**ORCID: 0000-0002-7171-3433**

**ASESORA**

**VILCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA**

**ORCID: 0000-0001-5412-2968**

**HUARAZ - PERÚ**

**2022**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTORA**

Rosales Alvino, María Esther

ORCID: 0000-0002-7171-3433

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, estudiante de pregrado,  
Huaraz, Perú

### **ASESORA**

Vílchez Reyes, María Adriana

ORCID: 0000-0001-5412-2968

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, facultad ciencias de la  
salud, escuela profesional de enfermería, Chimbote, Perú

### **JURADO**

Cotos Alva, Ruth Marisol

ORCID: 0000-0001-5975-7006

Urquiaga Alva, María Elena

ORCID: 0000-0002-4779-0113

Cóndor Heredia, Nelly Teresa

ORCID: 0000-0003-1806-7804

**HOJA FIRMA DEL JURADO Y ASESOR**

**DRA. ENF. COTOS ALVA, RUTH MARISOL**

**PRESIDENTE**

**DRA. ENF. URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA**

**MIEMBRO**

**DRA. ENF. CÓNDOR HEREDIA, NELLY TERESA**

**MIEMBRO**

**DRA. ENF. VICLHEZ REYES, MARÍA ADRIANA**

**ASESORA**

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios, por darme salud, vida y sobre todo sabiduría, iluminando mi mente durante este proceso de mi carrera universitaria, además, ser mi guía en todos los momentos tanto buenos y malos, ser mi fortaleza para cumplir con cada una de mis objetivos trazados.

A mis padres, que siempre cuento con su amor y apoyo infinito, por ser mi guía y ejemplo, brindarme su confianza e inculcarme valores, y alentarme siempre a ser mejor cada día, también por darme la oportunidad de poder tener una educación lleno de aprendizajes a lo largo de mi vida como estudiante.

Por último, a la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote por permitirme formar parte de esta casa de estudios y a todos los docentes, por sus enseñanzas, sus constantes consejos y paciencia durante el proceso de aprendizaje y formación.

## **DEDICATORIA**

A Dios, por darme la fuerza para seguir adelante y no quedarme en el camino, por haberme puesto donde ahora estoy, y ser mi soporte en todo momento de debilidad y caídas.

A mis padres, que son mi soporte y mi orgullo, que siempre están dándome su apoyo y su amor infinito, aconsejándome en todo momento, quienes siempre han velado por mi bienestar y educación a lo largo de mi vida.

A mi hijo, que es el principal motivo y fuente de inspiración a seguir adelante día a día y cumplir con todos mis objetivos, por ser mi fuerza para no derrumbarme, y ser la razón de todas mis luchas constantes.

## RESUMEN

En la actualidad las principales causas de muerte ya no son por enfermedades infecciosas sino por las que provienen de estilos de vida poco saludables, esto a causa por la falta de conocimientos. Por ello se realiza este estudio donde tuvo por objetivo establecer la relación que existe entre los estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020, fue de tipo cuantitativo, nivel correlacional de corte transversal, con diseño descriptivo de dos casillas. La muestra fue de 152 madres; se aplicó los cuestionarios sobre estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia teniendo en cuenta los principios éticos. Para realizar el análisis y procesamiento de los datos se utilizó el Software estadísticos IBM y fueron exportados a una base de datos en Software SPSS Statistics 25.0, se aplicó la prueba de Chi cuadrado para la relación de variables. Se llegó a los principales resultados y conclusiones, más de la mitad de las madres tienen un estilo de vida saludable, y un porcentaje significativo tiene estilo de vida no saludable; la mayoría su nivel de conocimiento es alto, seguido con un significativo porcentaje conocimiento es medio y bajo. Al establecer la relación de estilos de vida sobre el nivel de conocimiento realizando la prueba de chi cuadrado se determinó que si existe una relación estadísticamente significativa entre las dos variables.

**Palabras clave:** Anemia, Estilos de vida, madres, niños, nivel de conocimientos.

## ABSTRAC

Currently, Currently, the main causes of death are no longer from infectious diseases but from those that come from unhealthy lifestyles, this due to a lack of knowledge. For this reason, this study was carried out where the objective of this study was to establish the relationship between lifestyles and the level of knowledge about anemia in mothers of children under 5 years of age, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020, was quantitative, level cross-sectional correlational, with a descriptive two-cell design. The sample was 152 mothers; The questionnaires on lifestyles and level of knowledge about anemia were applied taking into account ethical principles. To perform the analysis and processing of the data, the IBM statistical software was used and they were exported to a database in SPSS Statistics 25.0 Software. Chi square test was applied for the relationship of variables. Coming to the following results and conclusions, more than half of the mothers have a healthy lifestyle, and a significant percentage have an unhealthy lifestyle; most of their knowledge is high, followed with a significant percentage level knowledge is medium and low. When establishing the relationship of lifestyles on the level of knowledge, performing the chi-square test, it was determined that if there is a statistically relationship between the two variables.

**Keywords:** Anemia, Lifestyles, mothers, children, level of knowledge.

## CONTENIDO

1. TÍTULO DE TESIS.....	i
2. EQUIPO DE TRABAJO .....	ii
3. HOJA FIRMA DEL JURADO Y ASESOR.....	iii
4. AGRADECIMIENTO .....	iv
5. RESUMEN.....	vi
6. ABSTRAC .....	vii
7. CONTENIDO .....	viii
8. ÍNDICE DE TABLA.....	ix
9. ÍNDICE DE GRAFICA.....	x
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	12
III. HIPÓTESIS.....	28
IV. METODOLOGÍA .....	29
4.1 Diseño de la investigación.....	29
4.2 El universo y muestra.....	30
4.3 Definición y operacionalización de variables .....	30
4.4 Técnicas e instrumento de la recolección de datos.....	31
4.5 Plan de análisis de datos.....	36
4.6 Matriz de consistencia.....	38
4.7 Principios éticos.....	39
V. RESULTADOS.....	41
4.1 Resultados .....	41
4.2 Análisis de resultados .....	44
VI. CONCLUSIONES .....	57
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	59
ANEXOS .....	77

## ÍNDICE DE TABLAS

**Pág.**

**Tabla 1.**

ESTILOS DE VIDA DE LAS MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS,  
CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA – HUARAZ, 2020.....41

**Tabla 2**

NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA DE LAS MADRES DE NIÑOS  
MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA – HUARAZ,  
2020.....42

**Tabla 3**

RELACIÓN ENTRE LOS ESTILOS DE VIDA Y EL NIVEL DE  
CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA EN MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5  
AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA – HUARAZ, 2020.....43

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

	<b>Pág.</b>
<b>GRÁFICO DE LA TABLA 1</b>	
ESTILOS DE VIDA DE LAS MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA – HUARAZ, 2020.....	41
<b>GRÁFICO DE LA TABLA 2</b>	
NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA DE LAS MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA – HUARAZ, 2020.....	42
<b>GRÁFICO DE LA TABLA 3</b>	
RELACIÓN ENTRE LOS ESTILOS DE VIDA Y EL NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA EN MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA – HUARAZ, 2020.....	43

## **I. INTRODUCCIÓN**

Los estilos de vida, así como los hábitos alimenticios nos hacen referencias a costumbres, la forma de comportamiento y las actitudes que el ser humano asume en su vida diaria, las cuales fortalecen estas conductas y/o aprendizajes que perduran a través del tiempo, repercutiendo ya sea de una manera positiva o no para su estado de salud, en la alimentación y el bienestar ya sea de la persona o familia (1).

Por otro lado, en la actualidad el desconocimiento de las madres acerca de la anemia, así como el consumo de aquellos alimentos rico en hierro, siendo una de los problemas que afronta los servicios de salud pública principalmente los países en vía de desarrollo. Como bien se sabe el personal de salud que labora tiene un papel importante en el proceso de actividades que previene y promocionan a la población en riesgo, sobre todo tienen un contacto más directo con las madres, cuidadoras o responsables de los niños principalmente durante el control de crecimiento y desarrollo que al niño se le realiza, donde se debe aprovechar para poder educar e informar sobre esta afección que es la anemia (2).

Al mismo tiempo, el desconocimiento de los estilos de vida en cuanto a la alimentación y las actitudes correctas para consumir alimentos que contengan hierro, viene a ser un problema que también las zonas rurales y las comunidades indígenas principalmente de la Amazonia tienen desconocimiento de esta afección que se da principalmente en los niños, ya sea por su lengua o por su cultura e ignorancia impide que no comprenda lo que el personal de salud les informa (3).

Por consiguiente, el bajo nivel de educación de las madres situación en la carencia de la educación en la salud y alimentación, ya que ambos conforman un factor de riesgo que va aumentando para un desarrollo de deficiencias nutricionales, es por ellos que se debe fomentar las habilidades y capacidades de las madres en cuanto a la alimentación de sus niños, la adecuada proporción de cada alimento, y principalmente que tengan conocimiento de los alimentos ricos en hierro ya que es gran importancia para batallar con la anemia tanto en lactantes como preescolares (4).

Por otro lado, la anemia es un problema de salud, en otras palabras, es la deficiencia en cantidad y tamaño de los glóbulos rojos llamado también eritrocitos, es decir la concentración de la hemoglobina, está por debajo de los valores normales, produciendo la disminución de oxígeno que transporta la sangre llevando a los órganos, por ende, produce signos y síntomas como debilidad, fatiga, cansancio; esto se debe a una deficiencia de Hierro o cuando el organismo no produce suficientes eritrocitos (5).

A nivel mundial, Según la Organización Mundial de la Salud, los estilos de vida saludables son como una manera general de vida establecida en la interacción entre las condiciones de vida en un extenso sentido, de conductas que permiten el buen funcionamiento del cuerpo, si por el contrario las personas no tienen un estilo de vida saludable se genera enfermedades crónicas, como cardíacas y metabólicas (hipertensión, obesidad, diabetes, etc.); hasta puede llegar a cáncer, en las mujeres se diagnostican con más frecuencia el cáncer, en el 2018 fue segunda muerte principal, cáncer de mama el 25.2%, cáncer de pulmón el 8.5% y colorrectal el 8.2%, la carga de cáncer y otras enfermedades

se puede reducir modificando los factores de riesgo que son los estilos de vida como el consumo de tabaco y alcohol, baja ingesta de frutas y falta de actividad física, etc (6).

Por otro lado, la situación de salud en cuanto a la carencia de hierro es la primera causa de anemia, mal nutrición más relevante en todo el mundo, ya que según la Organización Mundial de la Salud afecta al 33% de mujeres, por ende, el objetivo de las actividades para poder reducir la anemia y así erradicar todas las formas de mala nutrición; es por ello que las mejoras han sido delimitadas ya que en la actualidad sigue existiendo 614 millones de mujeres que tienen este problema (7).

Además, el Organización Panamericana de la Salud muestra en una edición del 2020, las cifras actualizadas de morbilidad a causa de deficiencias alimenticias y anemia que se produce a nivel mundial. Se calcula que alrededor de 2 mil millones de personas padecen de esta afección, siendo prácticamente el 30% de toda la población a nivel mundial, también la Organización mundial de la salud estima que el 40% de las mujeres de la población mundial tienen anemia, siendo un problema en las regiones de bajos recursos que se va empeorando a causa de diferentes enfermedades (8).

Asimismo, a nivel de América Latina, datos encontrados en el 2021 en 24 países cuya salud se encuentra en alto riesgo por el hecho de tener una vida sedentaria se acerca al 60%, en otras palabras, más de la mitad de las personas no realizan actividades físicas. Se provee que para el año 2030, el número de mujeres diagnosticadas con cáncer aumentara en 32% y aumentara a por lo menos 5 millones de mujeres por año en Latinoamérica, esto a causa de que la

población está degenerando, los estilos de vida están siendo cambiadas y hay mucha exposición a factores de riesgos (9).

Con respecto a la anemia, en Latinoamérica, alrededor de 33 millones aproximadamente de mujeres que se encuentran en una edad fértil, y 3.6 millones de mujeres embarazadas tienen anemia, siendo que la causa mayor de esa afección es la falta de alimento ricos en hierro, ya sea por la falta de economía y otra causa, sino que existe una distribución desigual, y que los las personas con bajos recursos tienen poco acceso a estos alimentos y un desbalance de nutrición (10).

En Chile, en el 2021, más del 31% de los chilenos presentaron obesidad y casi el 40% tuvieron sobrepeso, es por ellos que para enfrentar esta realidad la mejor estrategia es la nutrición y alimentación, pero juntamente a la actividad física, descanso y la prevención de enfermedades con una responsabilidad en su propia salud, la mantención de conductas saludables reducen manifestaciones de enfermedades no transmisibles ya que estas están asociadas a los estilos de vida ya que son causa del 60% de muertes y 43% de enfermedades (11).

Por lo que se refiere a la anemia, los índices de mujeres que padecen anemia va aumentando se reportaron cifras de 24% a 28%, a pesar de que se implementó harina de trigo con hierro esto como una medida preventiva, es decir la falta de hierro existe en el 62% de los casos, siendo un problema de salud pública no existe programas de aplicación a nivel mundial que busquen erradicar esta afección, por lo que este padecimiento no ha tenido un descenso significativo en estos últimos años (12).

En Ecuador, según las cifras estadísticas en el 2020, la realidad de las mujeres fueron que el 83.8% no realizan deporte por lo menos una vez al mes, y el 57.1% de mujeres entre 21 a 40 años consumen bebidas alcohólicas, el 32.1% fuma cigarrillos por lo menos uno diario, asimismo las principales causas de mortalidad materna fueron síntomas, signos y hallazgos anormales clínicos y de laboratorio no clasificadas, diabetes mellitus, hipertensión y enfermedades cerebrovasculares con un 33.9% (13).

En cuanto a la anemia según la Encuesta de Salud y Nutrición de Ecuador, aproximadamente en 15% de las mujeres que se encuentran en edad reproductiva padecen de anemia, siendo para la nutricionista Dayana Elizalde una cifra alarmante ya que, si estas mujeres estuviesen embarazadas teniendo anemia, quien sufrirá las consecuencias sería el feto teniendo gran impacto en el área cognitiva de los niños (14).

En México, en el 2021, según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía el 41.4% de las mujeres no asistieron a un servicio médico a realizarse chequeos, en el 2018, el 64.4% se encuentran inactivas físicamente en sus tiempos libres, y las principales causas de muerte entre 35 a 44 años las defunciones fueron por tumores malignos principalmente en la mama y el útero, y diabetes mellitus con un 25.9%, la principal causa de mortalidad en edades entre 45 a 64 años en mujeres es diabetes mellitus con un porcentaje de 24.8% (15).

Por otro lado, en México se propuso monitorear seguido la evolución que tiene la anemia, esto se debe a que la tercera parte de la población de mujeres casi la mitad presentan esta deficiencia que está relacionada a la deficiencia de

hierro, la prevalencia de anemia a nivel nacional de México se redujo a 18,3% , y en las mujeres que no están embarazadas que se encuentran en condiciones de pobreza fue de 34.3%, y mujeres que viven con muchas inseguridades alimenticias en zonas rurales la prevalencia es de 40% (16).

A nivel nacional, en los últimos años se pudo observar una disminución en la población a causa de la pandemia por el covid-19 y esto ha traído cambios en los estilos de vida de las personas, ya que por quedarse en casa estuvieron conectados al internet y televisión lo cual hicieron que el 34% ganen peso y en la actualidad somos el 3er país donde sus población aumentaron de peso, el Decano del Colegio de Nutricionistas del Perú, Antonio Castillo refirió que en la encuesta de ipsos indica que el 82% relaciona la obesidad con los síntomas severos del covid-19, además, en el departamento de Moquegua, Callao, Ancash, La Libertad, Ica, Tacna y más el 46% de las mujeres presentan problemas crónicos (17).

Además, en el primer semestre del año 2020, la anemia en mujeres el índice tuvo una proporción de 19,4% la misma que fue remitida en la Diresa dicha información, siendo la Diresa Pasco la que tiene una proporción más aumentada que pasa el 30%, se puede evidenciar que la mayor cifra de anemia en mujeres se encuentra entre los 15 a 19 años de edad con un porcentaje 22.4% y de los 45 a 49 años con 22.9%, cabe señalar que mujeres entre los 20 a 40 años de edad fue el más bajo con 19.3% de incidencias (18).

Sin embargo, a nivel regional de Ancash, según el Instituto Nacional de Salud en el 2020, el 53.8% padecen de obesidad, los expertos explicaron que las personas afectadas por exceso de peso son más propensas a padecer otras

enfermedades crónicas como diabetes, enfermedades cardiovasculares, hipertensión, y cáncer, por ende, es de gran importancia fomentar hábitos alimenticios saludables y estilos de vida adecuados que ayuden a prevenir estos males, además el 53.5% de mujeres reportaron padecer algún tipo de salud crónico (19).

A nivel de la región, es importante analizar la incidencia de la anemia en las mujeres adultas, ya que en el 2021 fue la cifra de 21.1%, conservándose firme con las cifras al año anterior, ya que la organización mundial de la salud afirma que tener anemia durante un embarazo trae efectos negativos para la salud, así como el desarrollo cognitivo del bebe, en Ancash en el año 2020 se reportaron un porcentaje de anemia en las mujeres adultas de 14.7%, considerando una cifra menor al promedio nacional (19).

A nivel local, en el 2021 se reporta, que el 42.1% de las personas fallecidas por covid-19 tenían comorbilidades como diabetes y el 27.2% fueron hipertensos, es decir la severidad del covid-19 aumenta con enfermedades crónicas, también el 4% de la población sufre de obesidad, por lo que se recomienda a la población restringir ingesta energética, alimentos con alta cantidad de grasas y azúcares, se debe aumentar el consumo de frutas, verduras, frutos secos, cereales, tomar bastante líquido al menos 2 litros de agua, y sobre todo realizar actividad física diario (20).

En la localidad, las cifras de incidencias de anemia son desalentadoras en la provincia de Huaraz, en el año 2021 se han reportado el 45% de mujeres con anemia, hasta en las zonas urbanas se han detectado pero el mayor índice es en las zonas rurales alejadas, además, las mujeres gestantes con anemia a nivel de

Huaraz existen un 21.4% con anemia leve, mientras una cifra disminuida de 1.9% de mujeres gestantes tienen anemia severa (21).

Esta realidad no es ajena a las madres de los niños menores de 5 años que acuden a su control de crecimiento y desarrollo (CRED) en el Centro de Salud Nicrupampa, perteneciente al distrito de Independencia, provincia de Huaraz, se ubica en la zona norte del callejón de Huaylas del Perú a 3100 msnm; es un establecimiento de primer nivel, categoría es de I – 3, pertenece a DISA (Dirección de Salud) de Ancash, a la Red de Salud Huaylas Sur y a la Microred Nicrupampa. Brinda atenciones de consulta externa y cuenta con un programa preventivo promocional tales como prevención y control de tuberculosis, VIH-sida, cáncer, laboratorio y farmacia. Por otro lado, este Centro de Salud cuenta con 3 consultorios, en uno de ellos funciona inmunizaciones; y en los otros 2 atención de cred (22).

Asimismo según el reporte del Centro de Salud Nicrupampa en el 2021, acuden alrededor de 1931 madres de niños menores de 5 años; el 27.3% madres de niños menores de 5 años presentan anemia; por otra parte la gran mayoría de las madres de familia aún mantienen creencias erradas sobre la anemia y manifiestan desconocimiento sobre cómo prevenirla, algunos ejemplos que podemos mencionar son: que desconocen el tipo de alimentos contienen hierro, también se pudo observar que las madres de familia no toman con mucha seriedad el consumo de los micronutrientes, ya que refieren que no tiene ningún beneficio y por lo contrario las madres manifiestan que a sus niños les da diarreas o se estríñe, y la vez algunos que si tienen conocimiento sobre los beneficios manifiestan que si no están con anemia no deberían de consumirlos (22).

Después de lo expuesto y el estudio se encuentra dentro de la línea de investigación de cuidados de salud de la persona, se formula el siguiente enunciado.

¿Existe relación entre los estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020?

Para dar respuesta al problema se formuló como objetivo general:

Establecer la relación que existe entre los estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020.

Para dar cumplimiento al objetivo general se plantea los siguientes objetivos específicos:

- Identificar los estilos de vida en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020
- Conocer el nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020.

El presente estudio es trascendental ya que tiene muchas aportaciones teóricas, y antecedentes de distintas investigaciones en diferentes poblaciones de estudio, por ende, podrá brindar información en cuanto a la relación de estilos de vida y nivel de conocimientos de anemia donde más adelante será una referencia para futuras investigaciones que se realicen ya que también será beneficioso a visualizar el problema de otro contexto.

Además, este estudio va permitir generar más conocimientos que ara comprender el problema que agobian a las madres por la salud de los niños para

lo cual se encaminará directamente en las madres de los niños menores de 5 año, así mismo poder contribuir nuevas estrategias, programas que promuevan el estilo de vida saludable en los niños como por ejemplo talleres, sesiones educativas y demostrativas, ferias educativas y aplicar medidas de prevención de la anemia que pueda reducir el desconocimiento y nuevas actitudes en cuando al problema de anemia y de esa manera reducir la prevalencia de anemia.

Por ende, la presenta investigación es importante y necesaria para el Centro de Salud de Nicrupampa de Huaraz y el personal de salud que labora en dicho establecimiento, ya que las conclusiones y recomendaciones que se obtendrá al final de la investigación, puede ser beneficiosa y ayudar a la eficiencia de los programas de promoción y prevención de la salud no solo en niños sino también en todas las etapas de vida, y reducir el desconocimiento de hecho mejorar los estilos de vida, por ende, esto ayudara a disminuirá las cifras de anemia en nuestra localidad, por lo tanto, permitirá colaborar con la información para mejorar el manejo y el control de la salud pública así como también lograr una mayor proyección comunitaria y para fortalecer el liderazgo dentro del equipo de los personales de salud.

Finalmente, la metodología fue de tipo cuantitativo, nivel correlacional de corte transversal, con diseño descriptivo de dos casillas. La muestra estuvo constituida por 152 madres; se aplicó los cuestionarios sobre estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia teniendo en cuenta los principios éticos. Para realizar el análisis y procesamiento de los datos se utilizó el Software estadísticos IBM y fueron exportados a una base de datos en Software SPSS

Statistics 25.0 y uso de las TIC, se aplicó la prueba de Chi cuadrado para la relación de variables.

Los resultados muestran que del 100% (152), el 51,97% (79) tienen un estilo de vida saludable, y 48,03% (73) estilo de vida no saludable. Respecto al nivel de conocimientos sobre anemia el 45,39% (69) su nivel de conocimiento es alto, seguidamente el 42,11% (64) su nivel es medio, y un 12,50% (19) mantienen un nivel de conocimiento bajo. Al establecer la relación entre ambas variables, se obtuvo un valor de chi calculado 117,219 y valor de chi cuadrado de 5,99, valor  $p < 0,005$ , con lo cual se determina que, si existe relación estadísticamente significativa. Llegando a la conclusión que, más de la mitad tienen un estilo de vida saludable, y un porcentaje significativo tiene estilo de vida no saludable; la mayoría su nivel de conocimiento es alto, seguido con un significativo porcentaje conocimiento es medio y bajo, siendo así que el estilo de vida se puede llevar saludablemente dependiendo del nivel de conocimiento que tenga cada persona.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

### 2.1 Antecedentes

Se encontraron los siguientes estudios relacionados al presente estudio de investigación:

#### A nivel internacional:

Según, **Acosta D**, (23). En su estudio titulado “Conocimiento de las madres acerca de una alimentación adecuada para la prevención de anemia ferropénica en lactantes de 6 a 24 meses y su relación con la prevalencia de anemia en la unidad Metropolitana de Salud Sur”, Ecuador 2019. Tuvo como **objetivo** relacionar el nivel conocimientos que tienen las madres de lactantes. La **metodología** fue descriptivo cuantitativo y de corte transversal. Los **resultados** fueron que, el 34% de las madres encuestadas tienen conocimiento alto, mientras un 54% mantienen un nivel medio, por último, el 12% su nivel de conocimientos es bajo. **Concluyó** que más de la mitad de estas madres presentan un nivel de conocimiento medio, seguido de un nivel alto lo cual indica que tienen conductas alimentarias aceptables.

Asimismo, **Mora T**, (24). En su investigación “Conducta sociosanitaria y conocimiento de las madres sobre prácticas preventivas de la anemia infantil, Montalvo – Ecuador, 2021”, Ecuador 2017. Tuvo como **objetivo** Determinar la relación entre conducta sociosanitaria y el conocimiento de las madres sobre prácticas preventivas de la anemia infantil. La **metodología** fue bajo el enfoque cuantitativo, tipo básica, diseño no experimental, transversal, descriptivo y correlacional. Los **resultados** fueron que: el 73,08% de las madres tiene un nivel de conocimiento bueno, mientras que un 26,92% su conocimiento es regular,

donde se destaca que ninguna madre encuestada tiene conocimientos deficientes. **Concluyó** se evidencia conocimientos buenos en las madres, pero no son aplicados al momento de decidir una conducta adecuada de prevención, ya que la correlación es estadísticamente significativa baja.

De igual manera, **Kumari s, Thakur I**, (25). En su tesis realizado sobre “Conocimiento acerca de la anemia nutricional en mamás de niños menores de cinco años en áreas rurales seleccionadas del distrito Sirmour, (HP)”, India 2018. Donde su **objetivo** fue evaluar los conocimientos de la anemia nutricional en las madres de niños menores de cinco años. El **método** del estudio fue de tipo descriptivo. El **resultado** fue que el 71% de las madres tenían conocimiento moderadamente adecuado, el 22% tenía un conocimiento inadecuado y el 7% tenía un conocimiento adecuado, asimismo y el 98% de las madres tuvo buenas prácticas y el 2% restante tuvo malas prácticas. **Concluyó** que la mayoría de las madres tienen un adecuado nivel de conocimientos y buenas prácticas con respecto a la prevención de anemia.

#### **A nivel nacional:**

Sin embargo, **Álvarez J**, (26). Su publicación de “Nivel de conocimiento sobre la prevención de anemia ferropénica en madres de niños menores de 1 a 5 años, centro de salud de Cercado de Lima - 2019”, su **objetivo** fue Determinar nivel de conocimientos sobre la prevención de anemia ferropénica en madres de niños menores de 1 a 5 años. La **metodología** de este estudio fue de tipo cuantitativo, de método descriptivo y de corte transversal. Tuvo como **resultado**: que 38 (46,4%) madres presentan conocimientos y 44 (53,6%) no tienen conocimientos respecto a la prevención de anemia ferropénica, estableciendo un

nivel de conocimientos moderado. **Concluyó** que se determinó un moderado nivel de conocimientos sobre la prevención de anemia ferropénica en madres.

También, **Trujillo J**, (27). En su análisis “Nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica en madres de niños menores de 2 años que acuden a un puesto de salud de primer nivel, Rímac - 2019”, Lima, 2020. Su **objetivo** fue determinar el nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica. El **método** fue cuantitativo, descriptivo de corte transversal. En el **resultado** se evidencian que el 35,5% tuvo un nivel de conocimiento bajo y el 29% tienen conocimiento alto, respecto al conocimiento básico predominó el nivel de conocimiento medio 61,7% y en conocimiento sobre la preparación nutritiva de alimentos ricos en hierro para abordar la anemia el nivel de conocimiento bajo 38,3%. la **conclusión** fue que el nivel de conocimiento de las madres fue de nivel bajo y medio, en preparación nutritiva de alimentos ricos en hierro tienen deficiencia de conocimiento.

Por otro lado, **Rojas D**, (28). Su estudio de “Nivel de conocimientos de las madres sobre la prevención de anemia en sus hijos menores de 2 años que asisten al Centro de Salud Villa Esperanza, Carabayllo, 2018”, donde su **objetivo** fue determinar el nivel de conocimientos de las madres sobre la prevención de la anemia. El **método** fue una investigación de enfoque cuantitativo, descriptivo de corte transversal. El **resultado** fue: un 49% de tiene un nivel medio de conocimiento sobre la prevención; un 51% tiene un nivel de conocimientos medio en sobre los alimentos que contengan hierro; un 58% tienen un nivel de conocimientos medio sobre las consecuencias de la anemia; y un 53% tiene un nivel de conocimientos medio sobre las medidas preventivas de la anemia.

**Concluyó** que la mayor parte de las madres posee un nivel medio de conocimiento de anemia.

**A nivel local:**

Además, **Conco C, y Monrroy K**, (29). Realizo una investigación sobre “Conocimiento materno y adherencia al tratamiento contra la anemia en niños de Huanchac – Huaraz, 2021”, donde tuvo como **objetivo** determinar la relación que existe entre el conocimiento materno y adherencia al tratamiento contra la anemia en niños. La **metodología** del estudio fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y correlacional, de tipo básica. El **resultado** es que del 100%, un 64% tienen un nivel de conocimiento alto sobre la anemia; un 36% tiene un nivel medio a la vez se pudo evidenciar que un 92% tienen un nivel de adherencia alto al tratamiento contra la anemia en niños de Huanchac. **Concluyó** que existe una relación significativa entre ambas variables, obteniéndose en valor de 0,382 lo que indica una correlación débil.

Igualmente, **Lázaro I, y Luna D**, (30). En su tesis “efectividad de una intervención educativa en el nivel de conocimientos sobre la anemia ferropénica que tienen las madres de niños menores de dos años que acuden al Puesto de Salud Marian, 2018”, se propuso como **objetivo** determinar la efectividad de una intervención educativa en el nivel de conocimientos de las madres de los niños menores de 2 años que acuden al Puesto de Salud de Marian, 2018. La **metodología** del estudio fue de enfoque cuantitativo, prospectiva, aplicada y de diseño no experimental. El **resultado** fue que un 75% de las madres encuestadas no tienen conocimientos de conceptos sobre la anemia; un 68.8% tiene entre 20

– 35 años de edad. **Concluyó** que la intervención educativa si es efectiva en el incremento de conocimientos de las madres por ello rechaza la hipótesis nula.

Finalmente, **Conco C, y Morroy K**, (31). En su investigación “Nivel de conocimiento materno y adherencia al tratamiento contra la anemia en niños de Huanchac – Huaraz, 2021”, donde el **objetivo** fue determinar la relación que existe entre el conocimiento materno y la adherencia al tratamiento contra la anemia. La **metodología** fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y correlacional de tipo básica. El **resultado** es que, el 64% presento conocimiento alto y un 36% tienen un conocimiento medio. **Concluyó** Que existe relación significativa entre el conocimiento materno y adherencia al tratamiento contra la anemia en niños de Huanchac, obteniendo un valor de 0,382 lo que significa que existe una débil correlación.

## **2.2 Bases teóricas y conceptuales de la investigación**

### **2.2.1 Bases teóricas**

#### **Estilos de vida**

La organización Mundial de la Salud (OMS), conceptualiza a los estilos de vida como una serie de patrones de comportamientos que se pueden identificar y esto se establece en la persona, familia o una comunidad determinada. Se puede decir que los estilos de vida se dan como una respuesta de la interacción entre las peculiaridades propios, social, las situaciones socioeconómicas y el entorno, de los individuos. En otros casos los patrones de comportamiento están incluido ya que estos miden el bienestar de la persona (32).

Por otro lado, los estilos de vida saludables, hacen referencia a los positivos conocimientos, las actitudes y prácticas de los individuos, que por medio de los conocimientos que han adquirido por parte de los profesionales de salud, pueden generar el autocuidado propio a través de una prevención sanitaria, en otras palabras, el cuidado en cuanto a su alimentación, actividad y ejercicio, recreación y sexualidad. Los estilos de vida también se pueden definir con un conjunto de procesos sociales, las conductas, comportamientos y los hábitos, del ser humano, la familia o una población que esto conlleve a satisfacer las necesidades de la persona, para que así alcance el bienestar físico, psicológica, emocional y espiritual, que una persona necesita para obtener una calidad de vida (33).

Sin embargo, los estilos de vida no saludable, son las acciones, hábitos y conductas que las personas que realizan para perjudicar la salud de su propia vida y en contra de mejorar la calidad de vida, estos estilos de vida llevan a la degeneración del aspecto biológico, físico, psíquico y social; entre ellos son: alimentación inadecuada, un estado de higiene deficiente, alteración del sueño, malas relaciones interpersonales, no realizar actividades físicas (34).

La que sustenta la investigación es la teorista Nola Pender, nació en la localidad de Lansing, Estados Unidos, 1941, siempre tuvo una inclinación por la educación y vocación para ayudar a las personas por ellos decidió estudiar enfermería, que realizó un modelo sobre promoción de salud. La principal característica de este modelo es las medidas de prevención que las personas deben realizar para evitar enfermedades a futuro. Este modelo es de gran importancia ya que consiste en ayudar a los pacientes a prevenir las

enfermedades mediante el cuidado propio con los estilos de vida adecuado (35).

En la teoría de Nola Pender sobre promoción de salud tuvo como fin evitar que los individuos lleguen a un establecimiento de salud por una complicación, este modelo tiene por objetivo la prevención de enfermedades, para que las comunidades se sensibilicen y sean conscientes de llevar un estilo de vida saludable, las dimensiones que definió importantes para las normas establecidas en cuanto a los estilos esto son: responsabilidad en salud, nutrición, saludable, crecimiento espiritual, manejo de estrés y relaciones interpersonales (36).

Pender en el modelo de promoción de la salud explica como las características y experiencias individuales, así como también los conocimientos de la conducta que llevan a la persona a participar o no en sus comportamientos de salud, expone dos conceptos, la primera conducta previa relacionada que se refiere a experiencias pasadas que pueden tener efectos de una manera directa o indirecta en la posibilidad de comprometerse con las conductas de promoción de la salud, el segundo sobre los factores personales dividiéndolos como biológicos, psicológicos y socioculturales, los cuales son predictivos con algunas conductas y se relacionan con los conocimientos y afectos (36).

Pender integra diversas teorías, como la teoría de aprendizaje social de Albert Bandura, quien afirma sobre la importancia de procesos cognitivos en el cambio de conducta, esta teoría incluye autocreencias (auto-atribución,

auto-evaluación y auto-eficacia). Asimismo, la teoría de acción razonada que determina que el mayor determinante del cambio es la conducta que uno tiene. Esta teorista expresa que el rol de enfermería reviste una importancia en el rol educativo para así cumplir el régimen terapéutico y nutricional, de esta manera promocionando y promoviendo el consumo de alimentos nutritivos y de accesibilidad fácil (37).

Asimismo, Pender diseñó y validó perfiles de estilo de vida de Pender (PEVP), un instrumento de gran utilidad en la fase de valoración, ya que permite identificar el compromiso de los individuos con la ejecución de las conductas saludables, y dimensiones de estilos de vida en donde urge más una intervención. Con la finalidad de contribuir a los cuidados de enfermería desde una perspectiva holística, el cuestionario está conformado por 52 ítems estructurados en 6 dimensiones: (37)

- **Nutrición:** Comprende la selección, conocimiento y consumo de los alimentos, en esta dimensión incluye una serie de afirmaciones que están relacionadas con la cantidad y ritmo de consumo de los alimentos que están considerados esenciales para el desarrollo, salud y bienestar de la persona (38).
- **Actividad física:** Abarca todo relacionado con la práctica y la participación de ejercicio físico o actividades recreativas, su intensidad, duración y repetición a lo largo del tiempo, ya sea dentro de un programa donde es supervisado o como parte de la rutina diaria (38).

- **Manejo del estrés:** Se refiere a las diferentes técnicas y manejos de relajación utilizando recursos psicológicos y físicos con el objetivo de controlar y reducir la tensión nerviosa efectivamente (39).
- **Relaciones interpersonales:** Está relacionada a la utilización de la comunicación para lograr una sensación de confianza y acercamiento con las demás personas del alrededor o entorno. La comunicación consiste en intercambiar ideas y sentimiento por medio de mensajes verbales y no verbales (39).
- **Crecimiento espiritual:** Está centrado en los recursos internos, que se va logrando a través de trascender que da paz interiormente y nos da la posibilidad de integrar en nuevas opiniones para así llegar a ser algo más de lo que ya somos. Conexión es la sensación de armonía y paz con el universo. Desarrollo es poner el potencial humano a través de la búsqueda con la existencia en el sentido teleológico y trabajar para lograr sus propios objetivos (40).
- **Responsabilidad de la salud:** se basa en preocuparse por su propia salud y bienestar, se debe informar sobre medida de autocuidado y pedir ayuda profesional (40).

Beneficios percibidos por la acción son aquellos resultados de manera positiva en cuanto a la conducta de salud, barreras percibidas para la acción se refiere a conductas negativas que obstaculizan un compromiso con la acción, la auto eficacia percibida que representa la percepción de competencia para realizar una cierta conducta de uno mismo y que tiene como resultado pocas barreras percibidas, el afecto en relación al

comportamiento aquellos pensamientos favorables y no favorables hacia una conducta, influencias interpersonales los individuos adoptan conductas de promoción de la salud cuando observan cambios, por ultimo influencias situacionales en el entorno pueden incrementar o disminuir la participación en la conducta promotora de salud. Asimismo, se enfoca en: (36)

- **Salud:** según la Organización Mundial de la Salud define que es el completo bienestar, físico, psicológico, social y cultural, y no necesariamente la ausencia de las enfermedades, donde se relación con las prácticas y conductas que beneficia la salud propia de la persona. Principalmente la salud es mucho más importante que otro tema (41).
- **Persona:** es el ser humano y la parte más fundamental de esta teorista, ya que es un ser independiente, racional e inteligente, que desde niño desarrolla sus conocimientos, y desarrolla su potencialidad frente a una sociedad, en otras palabras, tiene su propio patrón cognitivo (42).
- **Entorno:** es el espacio físico, social y cultural donde la persona habita diariamente por ejemplo la vivienda, escuela, trabajo, el barrio o vecindad y la ciudad propiamente dicha, aquellas donde se establece una relación social que establece un modo de vivir y ser. Que también se pueden modificar y que muchas veces son la causa de conductas promotoras de salud (43).
- **Enfermería:** el personal de enfermería tiene la responsabilidad de una atención autónoma, que comprende promover la salud para de esa manera puedan prevenir enfermedades, así como también de la atención y brindar cuidados a las personas enfermas en los establecimientos de salud, en

general a todas las personas de todas las edades, familias y a las comunidades (44).

Por otro contexto la otra variable es el conocimiento donde:

El conocimiento es un conjunto de información que el ser humano ha ido obteniendo sobre sí misma y sobre el entorno que lo rodea, existen diversos tipos de conocimientos entre ellos es el conocimiento vulgar, no es crítico ni sistemático. Sin embargo, es un conocimiento generalizado, completo, que se encuentra abiertamente listo para que sea utilizada de forma inmediata, por otro lado, el conocimiento científico está más centrado en la procuración de demostrar las cosas, por medio de la comprobación de fenómenos sistemáticamente (45).

Asimismo, el conocimiento son conjuntos de ideas y conceptos, o enunciados que significativamente pueden ser claro, ordenados y precisos; en referencia a eso el conocimiento se divide en dos dimensiones conocimiento vulgar y científico; el primero se define como un conocimiento vago e inexacto con limitación a la observación, y el segundo como un conocimiento racional, analizable, sistemático, objetivo y que se pueda verificar (46).

Quien sustenta la investigación es el teorista Johannes Hessen nació en Alemania el 14 de septiembre de 1889, y falleció en 1971, fue un filósofo alemán, realizó su teoría del conocimiento que es fruto de sus lecciones en la Universidad de Colonia, quien figura entre los pensadores católicos de Alemania, asimismo en el año de 1916 ha publicado la fundamentación del

conocimiento según San Agustín y en el año de 1926 publico la teoría del conocimiento (47).

Según Hessen, la teoría del conocimiento es una disciplina filosófica que se debe encargar de explicar y descifrar filosóficamente su objeto de estudio o el conocimiento humano. Es por eso que él recalca que se debe iniciar por analizar en que consiste dicho objeto. Es decir, el autor no comienza por detallar que es el conocimiento, sino que supone que el verdadero objeto de estudio es el fenómeno del conocimiento, dando una diferencia de la psicología que está encargada de estudiar los procesos psíquicos que generan el conocimiento (48).

Asimismo Hessen considera que el conocimiento es un flujo donde se mezcla la experiencia, los valores significativos, información contextual y los puntos de vista de expertos, también define que se va desarrollando desde lo desconocido hacia lo conocido, del conocimiento limitado o incierto de una realidad hacia el conocimiento profundo y preciso, siendo personal de su experiencia propia, por ende se define nivel de conocimiento como un nivel de comprender todo aquello que ha percibido y aprendido por la mente humana (48).

También el conocimiento, desde el punto de la postura filosófica definida como el personaje de conocer algo, algún objeto o hecho, lo cual es aprendido debido a un proceso mental. Es por ello que el conocimiento se puede adquirir, así como acumular, transmitir y derivar a otro, por ende, dentro de los conocimientos más comunes está el científico y filosófico; además, el conocimiento en forma cualitativa se puede medir de diversas

formas, siendo reflejada este a través de la actitud de la persona, de ahí que se relaciona con el grado de complejidad (49).

#### Teoría del conocimiento



Fuente: teoría del conocimiento de Johannes Hessen, 2011

Según el gráfico que se presenta, el sujeto es quien determina la validez de la verdad pues la persona es quien juzga. En otras palabras, que el objeto no posee su realidad propia y validez, lo cual va negando la relación objeto-sujeto (50).

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud el conocimiento de las madres o cuidadoras en cuanto a la alimentación de los niños, es el saber y la experiencia, que se haya logrado y acumulado por las mismas madres sobre alimentación que logra en el transcurso de la vida mediante recolección de datos o información, que esto ayudara a mantener una buena salud de sus hijos y de esta manera prevenir las enfermedades en los infantes. Se puede decir que los conocimientos dependen de factores asociados como el grado de instrucción de la madre; los conocimientos que hayan adquirido por medio del personal de salud, y otros. sin embargo, los consejos de la familia influyen, en cuanto a las erróneas creencias de su cultura que mantienen hasta la actualidad (51).

- **Conocimiento informal:** son aquellos conocimientos obtenidos durante la vida cotidiana, en el contexto de la experiencia que tiene una persona al exponerse frente al mundo durante su vida social, y son decepcionado por los sentidos del ser humano. Este tipo de conocimiento se ostenta a través un lenguaje común, simple y natural. Por este medio es que muchas de las personas asimilan y aprender en cuanto a su salud y enfermedad, completándolo, así como otros medios de comunicación en general (52).
- **Conocimiento formal:** este tipo de conocimiento son objetivos, representaciones que realmente puedes ser comprobadas y sustentadas científicamente, ya que tiene base teórica que existen dentro de la vida social. Estos conocimientos generalmente son proporcionados por centros educativos, donde se denomina como conocimiento científico, suponiendo como un método dinámico que se relaciona con elementos entre ellos tenemos la teoría, practica, educación e investigación. A la vez este conocimiento se relaciona con programas culturales o científicos que permanentemente son evaluados (52).

### **Nivel de conocimientos**

Es una serie de conocimientos obtenidos en forma cualitativa y cuantitativa de un individuo, gracias a la interacción de aspectos fundamentales como sociales, coeficiente y aquellas experiencias durante la actividad practicada en la vida cotidiana, para tomar con compromiso las situaciones problemáticas que afecta a cierta población y así buscar soluciones frente a ello. Los componentes son los objetivos, acciones y un cuerpo físico que interactúa con el entorno y un cuerpo de conocimientos,

con todo ello, el conocimiento puede ser medido por nivel deficiente, regular y bueno (53).

- **Deficiente:** también considerado como pésimo porque existe ideas inadecuadas, desorganizadas, mala distribución cognitiva en el enunciado de conceptos básicos acerca de un tema específico. Los términos que expresan no son adecuados ni precisos (54).
- **Regular:** denominado también medianamente, ya que hay una integración parcial de conocimientos manifestados, hay conceptos básicos, tiene propuestas que modifiquen un mejor logro de los objetivos (54).
- **Bueno:** conocido también como óptimo, por lo que hay una adecuada repartición cognitivo, las ideas son positivas en cuanto a la conceptualización y el pensamiento son coherentes, con respecto a la expresión es acertada y con fundamentos (54).

### 2.2.2 Bases conceptuales

#### Estilos de vida

Son hábitos de vida o formas de vida, lo cual hace referencia a un conjunto de actuaciones realizadas en su vida cotidiana de las personas, ya sean algunas no saludables, se cree como la unidad de lo social y lo individual, son los hechos de la personalidad en la práctica social diaria, para solucionar sus necesidades. Asimismo, se determina por procesos sociales, tradicionales, conductas, hábitos y comportamientos que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar una calidad de vida (55).

## **Conocimiento**

Es un proceso cuyo desarrollo va desde lo desconocido hacia lo conocido, del conocimiento limitado, aproximado e imperfecto de la realidad hasta su conocimiento profundo, completo y preciso, siendo el reflejo activo y orientado del contexto objetivo y de sus leyes en el cerebro humano. La fuente del conocimiento la compone la realidad que circunda al hombre y que actúa sobre sí mismo (56).

## **Nivel de conocimientos**

Se derivan del avance en la producción del saber y representan un aumento en la complejidad con que se explica o entiende la realidad. Los niveles de conocimiento tienen su punto de partida en la búsqueda o aprendizaje inicial de información acerca de un objeto de estudio o investigación. Además, sintetizan los grados de abstracción que alcanza el hombre cuando se constituye en sujeto cognoscente. Tienen su origen en la actividad de la persona sobre su entorno, pero cada uno de ellos representa avances cualitativos explícitos cuando se trata de aprender y comprender la realidad de manera discursiva, sistemática y rigurosa (57).

## **Anemia**

Es una enfermedad de la sangre que se define como la disminución de la concentración de la hemoglobina en el organismo, es decir por la falta de glóbulos rojos lo que provoca una reducción del flujo de oxígeno hacia los órganos y tejidos del cuerpo, siendo los valores normales generalmente por encima a los 12 gr/dl en la mujer y en el hombre 13,5 gr/dl (58).

### **III. HIPÓTESIS**

$H_0$ : No existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa. Huaraz.

$H_1$ : Existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa. Huaraz.

## **IV. METODOLOGÍA**

### **4.1 Diseño de la investigación**

El diseño de la investigación del estudio fue no experimental, porque las variables del estudio no se manipularon ni se cambiaron, y se evidencio en su contexto real, para así dar una respuesta al problema de la investigación (59).

De corte trasversal, porque los datos se recolectaron en un solo tiempo, en un momento único, su objetivo fue detallar variables, también su incidencia de relacionar en un dado momento (60).

#### **Tipo de la investigación**

Fue de enfoque cuantitativo que consistió en la información numérica, como también en la recolección de datos para la hipótesis poder probarla, en base a la medición numérica y un análisis estadístico, asimismo para establecer patrones de comportamiento y comprobar las teorías (61).

Por otro lado, el tipo de investigación cuantitativo implico utilizar herramientas estadísticas, informáticas y las matemáticas para poder obtener resultados exactos y teniendo una relación (62).

#### **Nivel de la investigación de la tesis**

El nivel de estudio fue descriptivo porque se caracterizó a la persona que se estudia, con el objetivo de establecer su comportamiento, Asimismo, es importante por parte del investigador cuanto involucra, la capacidad y disposición de valorar y mostrar de una manera más detallada las características de la persona (63).

También el nivel de estudio fue correlacional porque midió dos variables o más, las cuales se pretendió ver si estas están relacionadas o no en el mismo

individuo, y seguidamente se analizó la correlación que existe entre los estilos de vida y el nivel de conocimientos sobre la anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz (64).

#### **4.2 El universo y muestra**

**Población:** El universo estuvo constituido por 1931 madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz.

**Muestra:** El tamaño de la muestra fue de 152 madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz. (**Anexo 1**)

**Unidad de análisis:** cada madre de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, que constituyeron parte de la muestra.

#### **Criterios de inclusión y exclusión**

##### **Criterios de inclusión**

- Madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz
- Madres que aceptaron participar en la investigación.

##### **Criterios de exclusión**

- Madres de niños menores de 5 años que tuvieron enfermedades crónicas.
- Madres que presentaron alteraciones mentales.

#### **4.3 Definición y operacionalización de variables**

##### **ESTILOS DE VIDA**

**Definición conceptual:** Es un conjunto de patrones conductuales de un ser humano que práctica en su vida cotidiana de manera consistente y contenida, por ello puede ser pertinente para el mantenimiento de la salud, o por lo contrario que lo disponga en situación de riesgo para contraer cualquier enfermedad (65).

### **Definición operacional:**

Escala nominal

- Estilos de vida saludable 75 – 100 puntos
- Estilo de vida no saludable 25 – 74 puntos

### **NIVEL DE CONOCIMIENTOS DE ANEMIA**

#### **Nivel de conocimiento**

**Definición conceptual:** El nivel de conocimiento proviene del progreso en la producción del saber y presente un aumento en la complejidad con lo que se expone o entiende la realidad. Tiene un punto de partida en buscar información acerca de un objeto o cosa en estudio (66).

### **Definición operacional:**

- Nivel de conocimiento alto 66 – 100 %
- Nivel de conocimiento medio 33 – 66 %
- Nivel de conocimiento bajo 0 – 32 %

## **4.4 Técnicas e instrumento de la recolección de datos**

### **Técnicas**

Para empezar con la recolección de datos, a causa de la coyuntura actual de la pandemia por covid-19 si hizo uso de las distintas aplicaciones online a través de WhatsApp y encuesta online, así mismo se realizó a través de llamadas telefónicas, además en la investigación se utilizó la entrevista para la aplicación del instrumento, directamente a las madres para identificar los estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia en niños menores de 5 años de edad.

### **Instrumentos**

En la investigación se utilizó dos instrumentos (cuestionarios), para poder recoger la información que se presentan a continuación:

### **Instrumento N° 01**

#### **Escala de estilos de vida**

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de Estilo de Vida Promotor de Salud Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Los Ángeles de Chimbote; Delgado, R; Reyna, E. y Díaz, R., para fines de la presente investigación y poder medir los estilos de vida. (Anexo 02)

Estuvo constituida por 25 ítems distribuidos en:

- Alimentación: 1,2,3,4,5,6
- Actividad y ejercicio: 7,8
- Manejo de estrés: 9,10,11,12
- Apoyo interpersonal: 13,14,15,16
- Autorrealización: 17,18,19
- Responsabilidad en salud: 20,21,22,23,24,25

Cada ítem tiene un criterio de calificación y es de la siguiente manera

Nunca: N = 1

A veces V = 2

Frecuentemente F = 3

Siempre: S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1

Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub escala.

Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos.

Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos.

## **Instrumento N° 02**

### **Nivel de conocimientos de la anemia**

Este instrumento fue elaborado por Garro R, Yanac M, para fines de investigación y poder medir el nivel de conocimientos sobre anemia. El instrumento para la recolección de datos fue validado por el criterio de contenido, para lo cual se contó con el apoyo de 5 expertos (3 Lic. En enfermería, un nutricionista, y un Estadístico). (Anexo 3)

Estuvo constituida por 5 ítems, distribuidos de la siguiente manera:

- Primera parte: definición de la anemia, un ítem
- Segunda parte: signos y síntomas de la anemia, un ítem
- Tercera parte: tratamiento de la anemia, 2 ítems
- Cuarta parte: dosaje de hemoglobina, un ítem
- Quinta parte: consecuencias de la anemia, un ítem

Se consideró conocimiento alto cuando la madre responda adecuadamente a la pregunta planteada y se le asignó puntaje de 2 puntos.

Se consideró conocimiento medio cuando la madre responda con conceptos básicos a la interrogante planteada se le asignará un puntaje de 1 punto.

Se consideró conocimiento bajo si la madre responde inadecuadamente a la pregunta planteada y se le asignará un puntaje de 0 puntos.

La identificación del nivel de conocimiento general, se realizó a través de una escala de Likert, teniendo la valoración siguiente:

Escala	Valoración
Nivel de conocimiento alto	66 – 100 %
Nivel de conocimiento medio	33 – 66 %
Nivel de conocimiento bajo	0 – 32 %

### **Control de calidad de los datos:**

#### **Evaluación cualitativa:**

La evaluación cualitativa fue aprobada a través de la consulta a personas del área de salud que actuaron como jueces; este trabajo se realizó en reuniones de trabajo, con el objetivo de evaluar la propuesta del cuestionario sobre estilos de vida y nivel de conocimientos desarrollada por expertos de la línea de investigación a estudiar.

Durante las reuniones se brindó a los participantes como jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, luego para cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales permitieron realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los estilos de vida de las madres de niños menores de 5 años.

#### **Evaluación cuantitativa:**

##### **Estilos de vida**

##### **Validez externa**

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad al instrumento. (Anexo 4)

### **Validez Interna**

Para realizar la validez interna se aplicó la fórmula de Pearson en cada ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio, se obtuvo  $r > 0.20$ , lo cual indica que el instrumento es válido.

### **Confiabilidad**

Se evaluó aplicando en cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, garantizando que el fenómeno no ha cambiado.

Confiabilidad fue medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach, y el método de división en mitades.

### **Nivel de conocimientos sobre anemia**

#### **Validez externa**

El instrumento fue validado por juicio y criterio de contenido, presentando a 5 expertos en el área de investigación, con quien se contó con sus indicaciones que brindaron más calidad al instrumento. (Anexo 5)

### **Validez Interna**

Para realizar la validez interna del cuestionario se realizó pregunta por pregunta a través de la prueba piloto a una muestra parecida a la población que está en estudio.

### **Confiabilidad**

El instrumento es confiable, ya que se evaluó aplicando el cuestionario en repetidas ocasiones varias veces obteniendo los mismos resultados y que no ha cambiado.

Confiabilidad fue medida y garantizada se calculó el coeficiente de Alfa de Crombach, y el método de división en mitades.

#### **4.5 Plan de análisis de datos**

##### **Procedimiento de la recolección de datos**

Respecto a la recolección de datos de la presente investigación se tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

- Se contactó con las madres de los niños menores de 5 años a través de vía telefónica, para presentarme y explicar el motivo de la llamada.
- Se informó a través de una llamada telefónica y se pidió el consentimiento a la madre del niño menor de 5 años del Centro de Salud Nicrupampa, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada madre del niño menor de 5 años del Centro de Salud Nicrupampa.
- Se envió el link de los cuestionarios a la madre del niño menor de 5 años del Centro de Salud Nicrupampa.
- El instrumento fue aplicado de acuerdo a la disponibilidad de tiempo de cada madre, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

##### **Análisis y procesamiento de datos**

La presente investigación se realizó un análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias; porcentajes y promedios; desviación de estándar según el tipo de la variable con sus gráficos respectivos.

Además, para el análisis correlacional, con el objetivo de cada variable perteneciente a los estilos de vida relacionados con el nivel de conocimientos

sobre anemia. Se utilizó el estadístico Chi cuadrado según el tipo que corresponda, dado el valor p, con un nivel de confianza del 95%. Siendo la variable de estudio estilos de vida categorizado a través de la variación estadística utilizando percentiles. Finalmente, para el procesamiento y análisis de datos que se ingresaron a una base de datos Software estadístico IBM, para exportarlos a una base de datos en el Software SPSS Statistic 25.0.

#### 4.6 Matriz de consistencia

TITULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	METODOLOGIA
Estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020.	¿cuál es la relación que existe entre los estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020?	Determinar la relación que existe entre los estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz,2020.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los estilos de vida de las madres de niños menores de 5 años. Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020</li> <li>• Conocer el nivel de conocimientos sobre anemia de las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa - Huaraz, 2020.</li> </ul>	Diseño: descriptivo de dos casillas Tipo: cuantitativo Nivel: correlacional de corte trasversal El universo y muestra: 152 madres de niños menores de 5 años. Técnica: Entrevista y observación, instrumento de recolección de datos (escala de estilos de vida y cuestionario de nivel de conocimientos de anemia)

#### **4.7 Principios éticos**

Conjunto de normas o reglas morales que valoran y legitiman éticamente como base para las acciones humanas, o también que sirvió como una guía para determinar la conducta, que luego recogió aquello que fue tomado como bueno o válido. Es decir, en la investigación que se llevó a efectuar, como investigadora evalué los aspectos éticos, ya sea por el tema elegido y por el método a seguir, así como los resultados son obtenidos éticamente (67).

El código de ética para la investigación señaló como principales principios: protección a la persona, beneficencia y no maleficencia, justicia, integridad científica, libre participación y derecho a estar informado, cuidado del medio ambiente y la biodiversidad.

##### **Protección a la persona**

Para la aplicación del cuestionario se solicitó su consentimiento a la madre del niño menor de 5 años, indicándole que la investigación será anónima y que la información obtenida será solo para fines de la investigación. donde solo se colocó su seudónimo o iniciales, es por ello que se aplicó este principio con la finalidad de respetar la dignidad humana, consigo la identidad, diversidad, privacidad y por último la confidencialidad.

##### **Beneficencia y no maleficencia**

Se aplicó este principio con la finalidad de poder asegurar el bienestar de las madres de los niños menores de 5 años que participaron en la investigación, ya que al mismo tiempo fue nuestra responsabilidad como investigadores no causar daño, asimismo reducir cualquier tipo de posibles riesgos para la

persona, y por ende maximizar los beneficios tanto para nosotros como investigadores y como para la persona encuestada.

### **Justicia**

Se utilizó este principio con la intención de poder brindar a cada madre de los niños menores de 5 años un trato equitativo y sin distensión en todos los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación, por otro lado, se otorgó a las pertinentes autoridades los resultados que se obtendrán de todos los participantes, donde ellos también tendrán acceso a dichos resultados.

### **Integridad científica**

En este principio la identidad de cada madre fue tratada de manera confidencial y anónima, asimismo la información recolectada tuvo un correcto manejo y cuidado que será almacenada en un pc al que solo accederán los miembros del equipo por un tiempo determinado y que luego será eliminado.

### **Libre participación y derecho a estar informado**

Se aplicó con la finalidad de respetar el derecho de las madres de los niños menores de 5 años que van a participar, así como también su autonomía, ya que se tuvo que informar sobre el fin de realizar la investigación, es por ello que se detalló de que va tratar la investigación y la persona tuvo la libertad de decidir si va participar por su propia voluntad, por último, se va aclaro cualquier duda que tenga el participante sobre la investigación. (Anexo 6)

### **Cuidado del medio ambiente y la biodiversidad**

La finalidad de este principio fue evaluar y reducir los riesgos que pueden afectar tanto a los animales que pueden ser involucrados en la investigación, así como también a las plantas y al medio ambiente o a la biodiversidad.

## V. RESULTADOS

### 5.1 Resultados

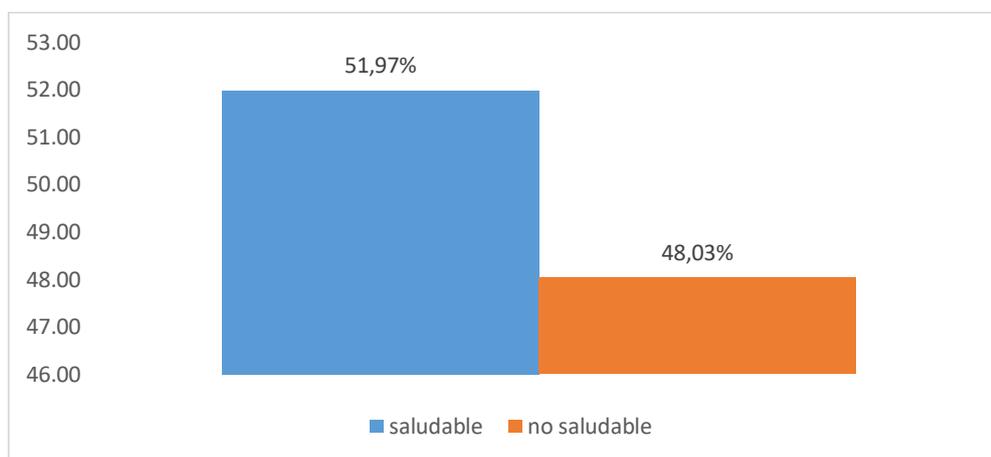
*Tabla 1.*

*ESTILOS DE VIDA DE LAS MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA – HUARAZ, 2020.*

Estilos de vida	N°	%
Estilo de vida Saludable	79	51,97
Estilo de vida no saludable	73	48,03
<b>Total</b>	<b>152</b>	<b>100,00</b>

**Fuente:** Escala sobre Estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por Delgado, R; Reyna, E. y Díaz, R., aplicado en las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020.

**Gráfico de la tabla 1.** Estilos de vida de las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020.



**Fuente:** Escala sobre Estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por Delgado, R; Reyna, E. y Díaz, R., aplicado en las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020.

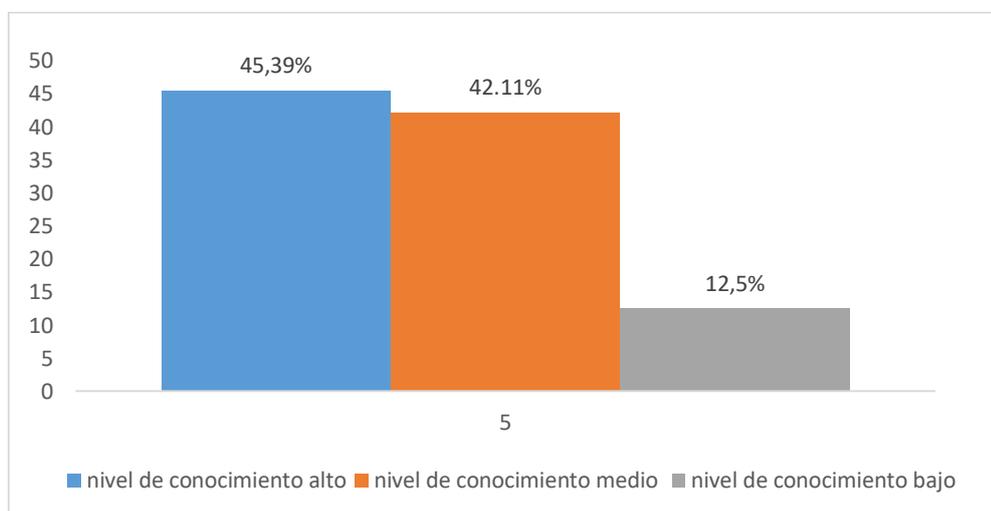
**Tabla 2**

**NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA DE LAS MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA – HUARAZ, 2020.**

<b>Nivel de conocimientos</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Nivel de conocimiento alto	69	45,39
Nivel de conocimiento medio	64	42,11
Nivel de conocimiento bajo	19	12,50
<b>Total</b>	<b>152</b>	<b>100,00</b>

**Fuente:** cuestionario sobre nivel de conocimiento sobre anemia elaborado por Garro R, Yanac M, aplicado en las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020.

**Gráfico de la tabla 2.** Nivel de conocimientos sobre anemia de las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020.



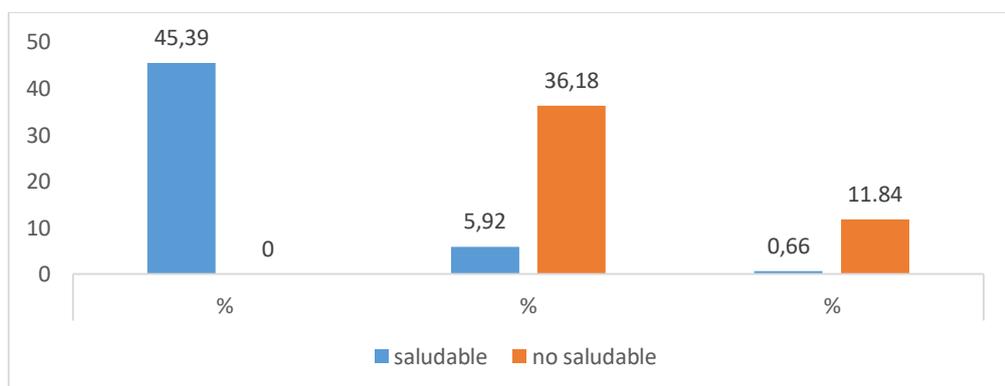
**Fuente:** cuestionario sobre nivel de conocimiento sobre anemia elaborado por Garro R, Yanac M, aplicado en las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020.

**Tabla 3**  
**RELACIÓN ENTRE LOS ESTILOS DE VIDA Y EL NIVEL DE**  
**CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA EN MADRES DE NIÑOS**  
**MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA –**  
**HUARAZ, 2020.**

Estilos de vida	Nivel de conocimiento sobre anemia						Total		Chi cuadrado
	Alto		Medio		Bajo		Nº	%	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	
Saludable	69	45,39	9	05,92	1	00,66	79	51,97	Chi cal 117,219 Chi tabla 5,99 p 0,00
No saludable	0	0	55	36,18	18	11,84	73	48,03	<b>Interpretación:</b> si existe relación entre las dos variables
Total	69	45,39	64	42,11	19	12,50	152	100,00	

**Fuente:** Escala sobre estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por Delgado, R; Reyna, E. y Díaz, R., y cuestionario sobre nivel de conocimiento sobre anemia elaborado por Garro R, Yanac M, aplicado en las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020.

**Gráfico de la tabla 3.** Relación entre los estilos de vida y el nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020.



**Fuente:** Escala sobre estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por Delgado, R; Reyna, E. y Díaz, R., y cuestionario sobre nivel de conocimiento sobre anemia elaborado por Garro R, Yanac M, aplicado en las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020.

## 4.2 Análisis de resultados

### Tabla 1

Respecto a los estilos de vida del 100% (152) de las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, el 51,97% (79) tienen un estilo de vida saludable, mientras que un 48,03% (73) mantienen un estilo de vida no saludable.

Estos resultados se asemejan al estudio de Yglesias C, (68). Su investigación “Estilos de vida y su influencia en el cáncer de cuello uterino” Trujillo – 2019. Tuvo como resultado que 56% tienen un estilo de vida saludables, mientras que el 44% mantienen un estilo de vida no saludable. Se asemeja a la investigación realizada ya que en Trujillo también más de la mitad tiene un estilo de vida saludable

Asimismo, estos resultados se asemejan al de Llatas C, (69). En su investigación “estilo de vida y factores biosocioculturales en madres adultas. Sector 8, Bellamar - Nuevo Chimbote, 2019”, donde tuvo como resultado que, un 46,15% tienen un estilo de vida saludable, mientras el 53,85% su estilo de vida es no saludable.

Sin embargo, este resultado difiere al estudio de Ramírez D, (70). Sobre “Estilos de vida y factores biosocioculturales de la mujer comerciante del Mercado Modelo De Iscos. Provincia De Chupaca\_Junín, 2019”, teniendo como resultados que, el 96% tienen un estilo de vida no saludable y un porcentaje pequeño de 4% presentan un estilo de vida saludable.

Del mismo modo, este estudio se difiere al estudio por Díaz I, (71). Sobre “Estilos de vida y factores biosocioculturales en la mujer adulta mayor en

Pueblo Joven dos de Mayo - Chimbote, 2018”, obtuvo como resultados que, solo el 23,3% mantienen un estilo de vida saludable, y el 76,7% tienen un estilo de vida no saludable.

Muchas veces la mayoría de las personas desde una edad temprana, van adquiriendo hábitos y conductas que van integrando más y más a su estilo de vida, esto también repercute y varía según la etapa de vida, es decir que estaba basado en la interacción con la vida cotidiana en un amplio sentido y también los patrones individuales de conducta, en la actualidad la persona puede elegir entre prácticas buenas o malas para su salud, por ende, los estilos de vida están constituidas por conductas que esto causa el bienestar de forma natural de cada persona (72).

En la investigación se encontró que más de la mitad tienen un estilo de vida saludable en cuanto a los comportamientos que adoptaron las madres es en relación a la alimentación que ellos tienen es por ello que tienen estilo de vida saludable, ya que manifiestan muchas de las madres que son profesionales y tienen conocimiento sobre el tema y más aún por la pandemia y al quedarse sin trabajo aprovecharon el tiempo para poder buscar información en el internet, además las madres tienen en cuenta las orientaciones que les brinda el personal de salud.

Los estilos de vida que las madres tienen también puede deberse a los cambios recientes que han realizado, ya que debido a la coyuntura en la que vivimos por la pandemia del COVID-19, en este tiempo se han acentuado en la importancia de tener estilos de vida saludable, que son multidimensionales, ya que después de muchos meses de confinamiento estricto, empezaron a

realizar actividades como caminar y el ciclismo de manera regular, que se considera como un medio de transporte, además cocinar en casa y una adecuada higiene por el miedo a contraer la enfermedad.

Asimismo, un porcentaje significativo tienen un estilo de vida no saludable ya que muchas de las veces las madres por falta de tiempo ignoran las orientaciones y aún mantienen creencias sobre una alimentación, las madres con estilos de vida inadecuado presentan en general deficiencias, sobre todo en el aspecto de actividad física, esto indica que no solo la información que se les brinda es suficiente para producir cambios de conducta.

Respecto a las dimensiones se encontró en cuanto a la alimentación que tienen una alimentación saludable, podemos evidenciar la frecuencia de la alimentación que reciben es de 3 veces al día, además ellas refirieron que consumen alimentos que incluyen tanto vegetales, carne, cereales, legumbres, frutas diariamente de acuerdo a lo que se produce en la zona y por el bajo precio., y como vemos actualmente el requerimiento nutricional de un adulto es de 0.83g/kg de peso al día de proteínas y de energías es de 2.000kcal/día en mujeres, de modo que esta alimentación que ellas consumen se debe a que constantemente están escuchando sobre una alimentación saludables, de los alimentos que contribuyen en los riesgos de enfermedades como la diabetes, hipertensión, entre otras, además porque muchos de ellas escuchan las charlas que brindan en el establecimiento de salud.

Con respecto a la dimensión de actividad y ejercicio, se pudo observar que realizan actividad que incluya el movimiento del cuerpo ya que viven en una zona no hay mucho tráfico de carro y prefieren caminar por ejemplo ir al

mercado, sacar a pasear a sus niños, entre otros, realizan actividad física regular ya que solo se dedican a las actividades domésticas, así como también el uso de la tecnología está creando cada día más actividades de entrenamiento como bailes y ejercicios donde lo practican en casa, muy aparte de ello con el hecho de estar de pie el mayor tiempo posible hace que su cuerpo este en constante movimiento y teniendo formas activas de actividad física. Ya que el escaso desarrollo de actividad física se encuentra vinculado a los estilos de vida y es un factor de riesgos para adquirir enfermedades como obesidad, diabetes, enfermedades cardiacas, etc.

En la dimensión manejo de estrés, se evidencio que frecuentemente tienen conocimientos sobre las técnicas que les pueda ayudar a manejar su estrés, ya que se dan un tiempo adecuado para relajarse aquí influye que algunas personas viven en zonas lejanas libre de ruidos, contaminación y están rodeados de una forestación verdosa, otras veces aprovechan su tiempo libre para salir de paseo a los parques con sus hijos, pero también un porcentaje significativo desconocen las técnicas de manejo de estrés porque solo se ocupan de los labores domésticos y entre otros trabajos.

En la dimensión apoyo interpersonal, las madres habitualmente comparten y reciben apoyo de personas cercanas como sus amistades y familiares sobre sus problemas y preocupaciones, se dan un poco de tiempo para compartir cuando se encuentran en el parque o cuando coinciden en las citas en el Centro de Salud. Estos resultados corroboran que las relaciones interpersonales son las situaciones que se presentan entre 2 o más personas cuando concurre circunstancias que las une, ya que cada una de las personas eligen el tipo de

amistades que deseen, aceptando que a muchos les interesa vivir bien con su entorno, sintiéndose mucho mejor.

Con respecto a la dimensión de autorrealización, más de la mitad frecuentemente siente satisfacción en su realización, debido a que lograron sus metas y objetivos, son optimistas con respecto a su vida que cada vez va cambiando personalmente en orientaciones positivas son conscientes de sus capacidades, debilidades personales y de lo que realmente les importa en su vida a pesar de los problemas que se puedan presentar. Los resultados reafirman que la autorrealización de cada persona son procesos intencionales de las capacidades o habilidades, ya que también varían claramente entre las personas y que sirven para caracterizarlas, acorde se van autorrealizando.

En la dimensión de responsabilidad en salud, menos de la mitad frecuentemente cumplen con acudir a los establecimientos de Salud, por distintos motivos ya sea por falta de tiempo suficiente, muchas veces cuando sienten alguna molestia prefieren automedicarse o curarse con remedios caseros, muy pocas veces participan en actividades realizadas por el Centro de Salud; con un porcentaje significativo las madres a veces acuden a los establecimientos porque los medicamentos y las atenciones son gratuitos, muchas veces se niegan a recibir información sobre la importancia de su salud, siendo una responsabilidad individual. Estos resultados muestran que la salud está siendo significativamente afectada por el comportamiento de las personas con relación a su propia salud, creencias, costumbres, hábitos y acciones.

Los resultados que se obtiene en la investigación son corroborados como lo señala en la encuesta de INEI en el 2020 a nivel nacional, el 77,1% de las

mujeres no presentan ningún problema de salud, mientras en 22,9% presentan problemas de salud en las últimas 4 semanas, ya que un estilo de vida saludable está relacionado con la reducción de enfermedades, ya sean crónicas o no, como se evidencia en las cifras estadísticas; además, en el mes de octubre, noviembre y diciembre del 2020, el 71,6% de las madres de familia que tienen hijos matriculados en educación inicial o primaria se beneficiaron del programa de desayuno escolar, también, el 16% de madres que tienen niñas(os) menores de 5 años fueron beneficiados por el programa de vaso de leche, por lo que les ayuda a una buena alimentación saludable (73).

Si comparamos o vemos otra población andina tienen similares características en cuando a los estilos de vida, ellas son las que se quedan a cargo de las labores domésticas, una de ellas son la preparación de las comidas, donde predomina más los productos agrícolas y la carne ya que tiene a su disposición a diferencias de otros alimentos que no son saludables, cabe resaltar que las muchas de las madres tienen bien definido de una alimentación saludable, algunas madres que no trabajan optan por salir a pasear a sus niños, también realizan las labores del hogar como (barrer, lavar, etc), por ello realizan actividad física evitando así el sedentarismo, manifiestan que son responsables en los controles de CRED de sus hijos y más ahora por la pandemia que no desean que sus hijos se enfermen.

La propuesta de conclusión, el personal de multidisciplinario del Centro de Salud Nicrupampa trabaje y refuerce en cuanto a las sesiones demostrativas, ya que los estilos de vida y/o las prácticas de alimentación que realizan las madres para sus hijos, es un factor muy importante para poder salvaguardar

tanto la salud física y prevenir la enfermedad de anemia, ya que en relación a la alimentación se suministra nutrientes necesarios que un niño necesita de acorde a su desarrollo evolutivo.

## **Tabla 2**

Respecto al nivel de conocimientos sobre anemia del 100% (152) de las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, se pudo evidenciar que el 45,39% (69) su nivel de conocimiento es alto, seguidamente el 42,11% (64) su nivel de conocimiento es medio, mientras que un 12,50% (19) mantienen un nivel de conocimiento bajo sobre la anemia.

Los resultados obtenidos del estudio son similares al de Revilla M, (74). En su investigación sobre “Nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica, prácticas alimenticias en madres relacionado con anemia en niños de 6 a 35 meses. Curgos, 2019”, obtuvo como resultado que un 42,7% mantienen alto su nivel de conocimiento sobre la anemia, seguidamente de 29,3% corresponde a un nivel de conocimiento medio, y por último el 28% el nivel de conocimiento acerca de la anemia que tienen es bajo.

De la misma forma, estos resultados se asemejan al de Camavilca J, (75). En su trabajo realizado acerca de “Nivel de conocimiento de las madres sobre la anemia ferropénica y alimentos fuentes de hierro utilizados en niños de 6 a 35 meses, Lima 2019” donde los resultados que obtuvo fueron los siguientes, un 49,50% de las madres encuestadas tienen un nivel de conocimiento alto, mientras el 48,50% el nivel de conocimientos es medio y solo el 2% de las madres su nivel de conocimiento es bajo.

Por otro lado, a esta investigación difieren los resultados de Salazar S, (76). En su investigación sobre “Nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica y prácticas alimentarias preventivas de las madres pertenecientes a la institución educativa n° 3089 Los Ángeles - Ventanilla, 2018”, donde los resultados fueron el 43,3% sostienen bajo el nivel conocimiento acerca de la anemia, seguidamente del 44,8% corresponde a medio el nivel de conocimiento, y un 11,9% mantienen su nivel de conocimiento alto.

A su vez, los resultados discrepan con los resultados de Mamani R. y Chiarccahuana M, (77). En su estudio sobre “Conocimiento y actitud sobre la prevención de anemia ferropénica en madres de niños menores de 3 años atendidos en el servicio de control de crecimiento y desarrollo del niño sano, Hospital San Juan de Lurigancho, Lima – 2018”, obteniendo como resultados que el 79,7% tienen un conocimiento medio sobre anemia, mientras el 15,9% mantienen un nivel de conocimiento bajo, y por ultimo un 4,3% corresponde al nivel de conocimiento alto.

El conocimiento es un hecho consciente e intencional para poder aprender, del mismo modo los niveles de conocimiento se derivan del progreso en la producción del saber y representan un aumento en la complejidad con que se entiende y se explica la realidad. Por otro lado, la OMS define a la anemia como disminución de la concentración de hemoglobina el valor límite es de 11g/dl para los niños menores de 5 años, pero este valor varía dependiendo la altura (78;79).

En los resultados obtenidos un porcentaje mayoritario tienen un nivel de conocimiento alto, pueden deberse a que estas madres perciben una adecuada

información en su establecimiento de salud que acuden y asisten a sus controles de crecimiento y desarrollo de sus niños, ya que le toman interés en cuanto a la afección de la anemia que puede causar en sus hijos, también porque el Centro de Salud brinda continuos programas, sesiones demostrativas de cómo preparar los alimentos para prevenir la anemia de acuerdo a las etapas de vida y por edades, también charlas educativas y sobre las medidas preventivas de la anemia y la disponibilidad de tiempo que tienen el personal de enfermería junto al equipo multidisciplinario al brindar consejería.

Por ende, estos conocimientos que adquieren las madres influyen positivamente en el crecimiento de los niños menores de 5 años, además ya que por el grado de instrucción que tiene ellas repercute en adquirir conocimientos en cuanto a la definición de anemia, los signos y síntomas, las consecuencias, y la suplementación de hierro que fueron adquiridos por parte de la enfermera en el programa de CRED, y que son reflejados en la práctica de alimentación con alto contenido en hierro al niño para así ayudar a incrementar la hemoglobina a los niveles normales para fortalecerlos y tengan un óptimo crecimiento y desarrollo, logrando mantener una buena nutrición.

En los resultados encontrados un porcentaje significativo tienen un nivel de conocimiento medio, lo que indica que las madres poseen conocimientos regulares, por lo que refieren que no están adecuadamente informadas por diversos motivos principalmente por su trabajo y la falta de tiempo, ya que algunas de ellas son madres solteras y se les imposibilita escuchar las charlas educativas que les brindan el personal de salud, además manifiestan conocer el

tema, pero no a profundidad como quisieran, es decir mantienen conocimientos débiles para prevenir la anemia.

Después un porcentaje mínimo tienen un nivel de conocimiento bajo, lo que significa muchas de las madres que carecen de información, aún tienen algunas creencias equivocadas sobre la anemia manifestando desconocimiento sobre cómo prevenir la afección dejando finalmente a sus hijos menores en riesgo de adquirir esta afección, ya sea por el grado de instrucción que tienen asimilan muy poco la información que les brindan y este nivel de conocimiento sobre anemia va repercutir en el cuidado a sus niños que tienen, en el cual predispone a la alta incidencia de anemia que se presenta tanto a nivel mundial, nacional y local.

Estos resultados podemos relacionarlo también con las cifras estadísticas que según INEI y Encuesta Nacional de Hogares, en el 2019 a nivel nacional, el nivel de educación alcanzado por madres a partir de 25 años de edad 34,1% llegaron a completar en sus estudios el nivel secundario, el 15,8% llegaron a superior universitario con pos grado y un 15,4% llegaron a superior no universitario y cifras muy bajas tienen nivel primario (80).

Cabe mencionar que los resultados encontrados en la investigación, concuerda con la teoría de Nola Pender, ya que ella sostiene que el rol de enfermería es de gran importancia en el rol educativo para un adecuado cumplimiento del régimen terapéutico y nutricional, de esta manera promocionando y promoviendo el consumo de alimentos de alto contenido nutritivo y de fácil acceso. Por ende, que el personal de enfermería que pertenece al área de CRED tiene una responsabilidad grande para con la

persona y familia, especialmente con las madres quienes son cuidadoras de los niños, y gracias a esos conocimientos ellas adquieren información adecuada para evitar que su niño presente anemia.

La propuesta de conclusión, es que el conocimiento es una herramienta de intervención distinguida, el cual tiene el fin de mejorar el comportamiento de acuerdo a su nivel de conocimiento, que van orientando a mejorar su estilo de vida tanto de sus hijos como la de su familia. Por ende, el personal de enfermería debe capacitar y orientar más información actualizada en cuanto a la afección que es la anemia, a su vez, el personal de salud debe fomentar el uso de los recursos que tiene la población para mejorar sus conocimientos a través del internet que hoy en día la gran mayoría tiene acceso a la tecnología.

### **Tabla 3**

Con respecto a la relación entre los estilos de vida y el nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, del 100% (152) de las madres encuestadas, el 51,97% (79) tienen un estilo de vida saludable, de los cuales el 45,39% (69) de las encuestadas tienen un nivel de conocimiento alto y el 5,92% (9) su nivel de conocimiento medio, y un 0,66% (1) tiene un nivel de conocimiento bajo. Por otro lado, el 48,03% (73) mantienen su estilo de vida no saludable; de ello el 36,18% (55) tienen un nivel de conocimiento medio y el otro 11,84% (18) poseen un nivel de conocimiento bajo en cuanto a la anemia.

Al establecer la relación de estilos de vida sobre el nivel de conocimiento sobre anemia de las madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa, se obtuvo un valor de chi calculado 117,219 y con un valor de

chi cuadrado de 5,99, con un valor  $p < 0,005$ , con lo cual se determina que, si existe una relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y el nivel de conocimientos sobre anemia, por lo tanto, se acepta la hipótesis alternativa  $H_1$ .

Los resultados obtenidos de la presente investigación no pueden ser contrastados ya que no existe estudios que midan el estilo de vida y el nivel de conocimientos sobre anemia de las madres de niños menores de 5 años, sin embargo, existe algunas investigaciones que relacionan el nivel de conocimientos y las practicas alimentarias en madres con lactantes, también estudios que relacionan el conocimiento y la cultura sobre la anemia y las practicas alimenticias que tiene las madres en niños de 6 a 24 meses.

Por consiguiente, la teorista Leininger en su teoría transcultural, explicó que el ser humano, como un ente global inseparable de sus referencias culturales, de su estructura social y su visión sobre el mundo, donde la madre obtenga conocimientos que ayuden a mejorar conductas, dándole importancia al deseo de cambio de comportamientos, donde sus actitudes, valores y creencias les ayude a mantener su bienestar, mejorando su situación de salud y por lo tanto previniendo enfermedades. El conocimiento es un proceso activo, donde se da como base sólida para orientar el trabajo de enfermería en la prestación de servicios acorde con los entornos culturales en el esfuerzo para mantener y evitar la enfermedad (81).

Por lo tanto, el personal de enfermería juega un papel importante en el consultorio de CRED, la manera de transmitir información culturalmente pertinente acerca de la anemia, a través de consejerías y continuar reforzando

sus conocimientos de las madres aprovechando que asisten al área de CRED con su niño(a), dándole a conocer el progreso de la salud de su hijo con la finalidad de que el conocimiento completo acerca de la anemia basado en una contribución razonable, también con los dosajes de hemoglobina se va controlando para detectar oportunamente la anemia y recibir el tratamiento pertinente. Además, las madres asumen la importancia de tener estos conocimientos ya que siendo un problema de salud pública se requiere que las madres adquieran esta información, por lo que también se debe escuchar y comprender su cultura, ya que por medio de ellos podemos conseguir un cambio de conducta en cuando a sus estilos de vida y lleguen a tener un estilo de vida saludable.

Finalmente, la propuesta de conclusión, el nivel de conocimientos sobre la anemia que tienen las madres influye con los estilos de vida, ya que los resultados obtenidos mostraron que muchos de los conocimientos también se pueden transmitir implícitamente y con el tiempo ir mejorando estos conocimientos, ya que mientras tengan mejor conocimientos o más alto sea su nivel, mejor llevaran su estilo de vida, ya que las personas instruidas tienen una mejor calidad de vida a diferencia de las personas que tienen bajos conocimientos, aun tengan las mismas posibilidad tanto económicamente, ó de cultivar sus interés y ocupaciones. Además, instruir al personal de salud de dicho establecimiento a que promover más las charlas y sesiones educativas para seguir reforzando los conocimientos en las madres.

## VI. CONCLUSIONES

- Los estilos de vida de las madres de niños menores de 5 años del Centro de Salud Nicrupampa, de la mayoría es saludable. Todo ello se debe a que muchas de las madres son profesionales y conocen el tema, más aún en la cuarentena buscaron información en internet, también tienen en cuenta las orientaciones que les brinda el personal de salud, lo que enfermería juntamente con nutrición realizan sesión educativas y demostrativas sobre estilos de vida saludable para así concientizar a las madres, y así mejoren sus hábitos.
- El nivel de conocimiento sobre anemia de la mayoría de las madres de niños menores de 5 años del Centro de Salud Nicrupampa es alto. Esto se debió a que estas madres perciben una adecuada información en su establecimiento de salud que acuden y asisten a sus controles CRED, siendo que el personal de enfermería da prioridad a que las madres adquieran el conocimiento para de esta manera prevenir la anemia y aumenten sus cifras.
- Los estilos de vida de las madres de niños menores de 5 años que son atendidos en el Centro de Salud Nicrupampa, existe relación estadísticamente significativa con el nivel de conocimientos sobre anemia, se obtuvo un valor de Chi cuadrado  $\chi^2=117,219$ , con un valor  $p<0,05$ , por ende, mientras el nivel de conocimientos sea alto y mayor porcentaje mejores va a ser los estilos de vida de cada madre. El personal de enfermería jugó un papel importante en el consultorio de CRED, la manera que transmitió información culturalmente pertinente acerca de la anemia, a través de consejerías y que también las madres hayan aprovechado esa información para que actualmente sus conocimientos sean altos en cuanto a la anemia y por ende su estilo de vida sea saludable.

## ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

- Brindar estos resultados al establecimiento de salud de Nicrupampa, para continuar con las sesiones educativas e implementar capacitaciones, talleres para reforzar como prevenir la anemia en los niños y con la consejería nutricional que se les brinda a las madres tanto dentro del servicio de CRED y en otros servicios como nutrición, medicina que hay en el establecimiento de Salud
- Dar a conocer los resultados a las sectoristas correspondiente para que al momento de realizar las visitas fomenten los estilos de vida saludables teniendo en cuenta la coyuntura que se está viviendo por la pandemia COVID-19.
- Informar al personal de salud para que realice las visitas domiciliarias para fortalecer la educación a las madres principalmente sobre la preparación de alimentos con alto contenido de hierro, asimismo a identificar bien los signos y síntomas de la anemia, priorizando a las madres que aún mantienen un nivel de conocimiento medio y bajo.
- El Centro de Salud debe realizar más estudios e investigaciones sobre el nivel de conocimientos sobre anemia de madres y también el valor que implica que aquellas madres manejen dicha información
- También el personal multidisciplinario del Centro de Salud Nicrupampa, deben desarrollar y efectuar estrategias que prevengan la anemia basándose en la educación a las madres y familiares de los niños menores de 5 años que son más vulnerables que acuden al establecimiento de salud.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Almeida A. Formación de hábitos alimentarios y de estilos de vida saludables.: Ministerio de Educación y Deportes. [internet]. 2020. [Acceso el 24 de marzo del 2021]. Disponible en: [http://www.ddc.mep.go.cr/sites/all/files/ddc\\_mep\\_go\\_cr/recursos-edu/formacion\\_de\\_habitos\\_alimentarios\\_y\\_de\\_estilos\\_de\\_vida\\_saludables.pdf](http://www.ddc.mep.go.cr/sites/all/files/ddc_mep_go_cr/recursos-edu/formacion_de_habitos_alimentarios_y_de_estilos_de_vida_saludables.pdf)
2. Vadillo V. Lima. Mala alimentación y desconocimiento provocan anemia en 4 de cada 10 infantes. [internet]. 2020. [Acceso el 24 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://andina.pe/agencia/noticia-mala-alimentacion-y-desconocimiento-provocan-anemia-4-cada-10-infantes-524497.aspx>.
3. UNICEF. Estado mundial de la infancia 2021: niños, alimentos y nutrición. [internet]. 2021. [Acceso el 24 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf>
4. Solano L., Landaeta M. Educación nutricional dirigida a madres de niños lactantes y preescolares con anemia. [internet]. 2020. [Acceso el 24 de marzo del 2021]. Disponible en: <http://salus-online.fcs.uc.edu.ve/salus2013/SUPLEMENTO2011-2012/educacionnutricionall.pdf>
5. Organización Mundial de la Salud. [internet]. 2020. [Acceso el 20 de abril del 2021]. Disponible en: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255734/WHO\\_NMH\\_NHD\\_14.4\\_spa.pdf;jsessionid=2817D79C6A9BC9E1CEDFDACBEE68267A?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255734/WHO_NMH_NHD_14.4_spa.pdf;jsessionid=2817D79C6A9BC9E1CEDFDACBEE68267A?sequence=1)

6. Organización Panamericana de la Salud. Perfiles de país sobre cáncer, 2020. [internet]. 2020. [Acceso el 30 de Mayo del 2021]. Disponible en: [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=15716:country-cancer-profiles-2020&Itemid=72576&lang=es](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15716:country-cancer-profiles-2020&Itemid=72576&lang=es)
7. Organización Mundial de la Salud. Las nuevas orientaciones de la OMS ayudan a detectar la carencia de hierro y a proteger el desarrollo cerebral. [internet]. 2021. [Acceso el 25 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/20-04-2020-who-guidance-helps-detect-iron-deficiency-and-protect-brain-development>
8. Infomed Red de Salud Cuba. Deficiencias nutricionales y anemia. Estadísticas Mundiales. [internet]. 2020. [Acceso el 25 de marzo del 2021]. Disponible en: <http://www.sld.cu/anuncio/2020/04/14/deficiencias-nutricionales-y-anemia-estadisticas-mundiales>
9. Díaz F. Percepción del estado de salud y estilo de vida en trabajadores de una refinería. [Tesis para optar el grado de magister en enfermería]. Universidad Autónoma de Nuevo León. España. [Citado el 30 de Mayo del 2021]. Disponible desde el URL: <http://eprints.uanl.mx/1798/1/1080093843.PDF>
10. Organización Panamericana de la Salud. Consulta de las Américas: Oportunidad para acelerar logros contra la malnutrición en la región. [internet]. 2020. [Acceso el 26 de marzo del 2021]. Disponible en: [https://www.paho.org/per/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1571:consulta-americas-oportunidad-acelerar-logros-contra-malnutricion-region&Itemid=900](https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=1571:consulta-americas-oportunidad-acelerar-logros-contra-malnutricion-region&Itemid=900)

11. Instituto de Políticas Públicas en salud. ¿Qué podemos hacer en casa para evitar el sobrepeso y la obesidad?. [internet]. 2019. [Acceso el 30 de mayo del 2021]. Disponible en: <http://www.ipsuss.cl/ipsuss/actualidad/que-podemos-hacer-en-casa-para-evitar-el-sobrepeso-y-la-obesidad/2019-07-22/091200.html>
12. Mallo J. Anemia: Panorama actual en Chile. [internet]. 2020. [Acceso el 26 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://prensamedica.org/noticia-anemia-panorama-actual-en-chile/>
13. Centro Latinoamericano para el Desarrollo Rural. En Ecuador las brechas de género aún son mayores en la ruralidad. [internet]. 2020. [Acceso el 30 de mayo del 2021]. Disponible en: <https://www.rimisp.org/noticia/en-ecuador-las-brechas-de-genero-aun-son-mayores-en-la-ruralidad/>
14. Lahora. En Ecuador, el 15% de las mujeres en edad fértil tienen anemia. [internet]. 2020. [Acceso el 26 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://lahora.com.ec/noticia/1102303447/en-ecuador-el-15-de-las-mujeres-en-edad-fertil-tienen-anemia#:~:text=FEB%2C%2002%2C%202020%20%7C,el%20feto%20sufrir%C3%A1%20las%20consecuencias.>
15. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Mujeres y hombre en Mexico 2019. [internet]. 2019. [Acceso el 30 de mayo del 2021]. Disponible en: [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/MHM\\_2019.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/MHM_2019.pdf)
16. Shamah T, Mejia F, Gracia A, Ed. Comportamiento y factores asociados con la anemia en mujeres mexicanas en edad fértil. Ensanut 2018-19. [internet]. 2019. [Acceso el 26 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/salpubmex/sal-2020/sal206q.pdf>

17. El peruano. ¡Cuidado! la obesidad aumenta el riesgo de muerte y complicaciones en pacientes con covid-19. [internet]. 2021. [Acceso el 30 de mayo del 2021]. Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/114272-cuidado-la-obesidad-aumenta-el-riesgo-de-muerte-y-complicaciones-en-pacientes-con-covid-19>
18. Ministerio de Salud. 2020, I Semestre Informe Gerencial Estado Nutricional de Niños y Gestantes que acceden a Establecimientos de Salud. [internet]. 2019. [Acceso el 26 de marzo del 2021]. Disponible en: [https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2019/informe\\_gerencial\\_sien\\_his\\_2020.pdf](https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2019/informe_gerencial_sien_his_2020.pdf)
19. Instituto Peruano de Economía. Áncash: prevalencia de la anemia disminuye. Diario de Chimbote. [internet]. 2020. [Acceso el 26 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://www.ipe.org.pe/portal/ancash-prevalencia-de-la-anemia-disminuye/>
20. Centro Nacional de Estimación, Prevención y Reducción del Riesgo de Desastre. Escenario de riesgo por covid-19 departamento de Áncash ciudades de Chimbote y Huaraz. [internet]. 2019. [Acceso el 30 de mayo del 2021]. Disponible en: [http://sigrid.cenepred.gob.pe/sigridv3/storage/biblioteca//10379\\_escenario-de-riesgo-por-covid-19-para-las-ciudades-de-chimbote-y-huaraz-ancash.pdf](http://sigrid.cenepred.gob.pe/sigridv3/storage/biblioteca//10379_escenario-de-riesgo-por-covid-19-para-las-ciudades-de-chimbote-y-huaraz-ancash.pdf)
21. Ministerio de Salud. Anemia en gestantes del Perú y Provincias con comunidades nativas. [internet]. 2020. [Acceso el 26 de marzo del 2021]. Disponible en:

[http://www.ins.gob.pe/repositorioaps/0/5/jer/res\\_2011/Prevalencia%20de%20anemia%20en%20gestantes%20v%201\\_0\\_1.pdf](http://www.ins.gob.pe/repositorioaps/0/5/jer/res_2011/Prevalencia%20de%20anemia%20en%20gestantes%20v%201_0_1.pdf)

22. DePerú. Centro de Salud Nicrupampa. [internet]. 2010. [Acceso el 26 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://www.deperu.com/salud-nacional/establecimientos-de-salud-gbno-regional-minsa/centro-de-salud-nicrupampa-1075>
23. Acosta D. Cconocimiento de las madres acerca de una alimentación adecuada para la prevención de anemia ferropenica en lactantes de 6 a 24 meses y su relación con la prevalencia de anemia en la unidad Metropolitana de Salud Sur. [Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Quito: Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Facultad de Enfermería; 2019. [acceso el 1 de abril del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/16217/ACOSTA%20D-Trabajo%20de%20Graduaci%C3%B3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
24. Mora T. Conducta sociosanitaria y conocimiento de las madres sobre prácticas preventivas de la anemia infantil, Montalvo – Ecuador, 2021. [Tesis para optar el grado académico de: Maestra en gestión de los servicios de la salud]. Piura: Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Ciencias de la Salud; 2021. [acceso el 14 de Marzo del 2022]. Hallado en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/68175/Mora\\_VTL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/68175/Mora_VTL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
25. Kumari s, Thakur I. Conocimiento acerca de la anemia nutricional en mamas de niños menores de cinco años en áreas rurales seleccionadas del

distrito sirmour, (HP), Revista internacional de investigación avanzada, ideas e innovaciones en tecnología, India. [internet]. 2018. [acceso el 24 de marzo del 2021]. Hallado en: <https://www.ijarnd.com/manuscripts/v3i4/V3I4-1270.pdf>

26. Alvarez J. Nivel de conocimiento sobre la prevención de anemia ferropénica en madres de niños menores de 1 a 5 años, centro de salud de Cercado de Lima – 2019. [Tesis para optar el título profesional de: Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener, Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. [acceso el 27 de Marzo del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/3336/TESIS%20Alvarez%20Jos%C3%A9.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
27. Trujillo J. “Nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica en madres de niños menores de 2 años que acuden a un puesto de salud de primer nivel, Rímac - 2019. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener, Facultad de Ciencias de la Salud; 2020. [acceso el 24 de marzo del 2021]. Hallado en: [http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/3588/T061\\_47649657\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/3588/T061_47649657_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
28. Rojas D. Nivel de conocimiento de las madres sobre la prevención de anemia en sus hijos menores de 2 años que asisten al Centro de Salud Villa Esperanza, Carabayllo, 2018. [Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Ciencias Médicas; 2018. [acceso el 20 de abril del 2020]. Hallado en:

[http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ir00912a&AN=CONCYTEC.UCV.18034&lang=es&site=eds-live&scope=site.](http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ir00912a&AN=CONCYTEC.UCV.18034&lang=es&site=eds-live&scope=site)

29. Conco C, Monrroy K. Conocimiento materno y adherencia al tratamiento contra la anemia en niños de Huanchac – Huaraz, 2021. [Tesis para optar el título de: Licenciada en Enfermería]. Trujillo: Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Ciencias de la Salud; 2021. [acceso el 14 de Marzo del 2022]. Hallado en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62156/Conco\\_VCG-Monrroy\\_MKY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62156/Conco_VCG-Monrroy_MKY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
30. Lázaro I, Luna D. Efectividad de una intervención educativa en el nivel de conocimientos sobre la anemia que tienen las madres de niños menores de 2 años que acuden al Puesto de Salud de Marian, 2018. [Tesis para optar el título de: Licenciada en Enfermería]. Huaraz: Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo, Facultad de Ciencias Médicas; 2019. [acceso el 20 de abril del 2020]. Hallado en: [http://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/3386/T033\\_46843552\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/3386/T033_46843552_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
31. Conco C, y Morroy K. Nivel de conocimiento materno y adherencia al tratamiento contra la anemia en niños de Huanchac – Huaraz, 2021. [Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Trujillo: Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Ciencias de la Salud; 2021. [acceso el 20 de Mayo del 2021]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62156/Conco\\_VCG-Monrroy\\_MKY-SD.pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62156/Conco_VCG-Monrroy_MKY-SD.pdf?sequence=1)

32. Organización Mundial de la Salud. Los diez principales asuntos de salud para la región de las Américas 2021. [Internet]. 2021. [acceso el 19 de abril del 2022]. Hallado en: <https://www.paho.org/es/10-principales-asuntos-salud-para-region-americas-2021>
33. Huamán P. Estilos de vida e hipertensión arterial del adulto y adulto mayor. [Tesis para obtener el título de Licenciada en Enfermería]. Chachapoyas: Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Facultad de Ciencias Médicas; 2019.
34. Arrechadora I. Nola Pender: Biografía y teoría de la promoción de la salud. [internet]. 2021. [citado el 03 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
35. Manrique S. Efectividad de un programa educativa en el incremento de conocimientos sobre estilos de vida saludable en los adultos mayores. [Tesis de maestría]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Ciencias Médicas; 2018.
36. Valencia E. El modelo de la promoción de salud de Nola Pender: una reflexión en entorno a su comprensión. [Internet]. 2018. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://diaadiaconenfermeria.wixsite.com/informate-dia-a-dia/blank>
37. Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. [revista en la Internet]. 2020 [citado 2021 Jun 14]. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es).

38. Valdivia E. Actitudes hacia la promoción de la salud y estilos de vida modelo pender, profesionales del equipo de salud, Microred Mariscal Castilla. Arequipa 2018. [Internet]. 2019. [Acceso el 10 de junio del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/5985/ENMvamaeg.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
39. Endo N, et al. Estilos de vida saludable en estudiantes universitarios de un programa académico de salud. [Internet]. 2021. [Citado 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/1199>
40. Julcamoro B. Estilos de vida según la teoría de Nola Pender en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal 2018. [Internet]. 2019. [Acceso el 10 de junio del 2021]. Disponible en: [http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2829/UNFV\\_Julcamoro\\_Acevedo\\_Betsy\\_Marlin\\_Titulo\\_Profesional\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2829/UNFV_Julcamoro_Acevedo_Betsy_Marlin_Titulo_Profesional_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
41. Barragán H. fundamentos de la salud pública. En: Determinantes de la salud. [Internet]. 2021. [Citado 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://docer.com.ar/doc/n188150>
42. Eguiguren L. Noción de la persona humana. [Internet]. 2022. [Citado 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.udep.edu.pe/hoy/2022/01/nocion-de-persona-humana/>
43. Minsalud. Salud ambiental y entorno saludable. [internet]. 2022. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/EntornosSaludables.aspx>

44. Organización Mundial de la Salud. Temas de salud: Enfermería. [Internet]. 2019. [Acceso el 03 de mayo del 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/topics/nursing/es/>
45. Abarca R. Conocimientos, dimensiones valer. [Internet]. 2018. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <http://investigacion.ucsm.edu.pe/vrinvestigacion/>
46. Máxima J. Conocimiento: definición y características. [Internet]. 2020. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.caracteristicas.co/conocimiento/>
47. Gaos J. Johannes Hessen: teoría del conocimiento. [Internet]. 2019. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.planetadelibros.com/libro-teoria-del-conocimiento/710>
48. Instituto Latinoamericano de Ciencia y Artes. Johannes Hassen: teoría del conocimiento. [Internet]. 2020. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.tuslibros.com/ebook/Teoria-del-Conocimiento>
49. Cerón A. Cuatro niveles de conocimiento en relación a la ciencia. Unapropuesta taxonómica. [internet]. 2018. [citado el 15 de marzo del 2021]. Disponible en: [https://www.redalyc.org/journal/104/10449880009/html/#:~:text=Si%20se%20toma%20como%20referencia,cient%C3%ADfico%20y%20d%20\)%20el%20metacient%C3%ADfico.](https://www.redalyc.org/journal/104/10449880009/html/#:~:text=Si%20se%20toma%20como%20referencia,cient%C3%ADfico%20y%20d%20)%20el%20metacient%C3%ADfico.)
50. Pichimata N. teoría del conocimiento de Johannes Hessen.[internet]. 2020. [citado el 15 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://www.slideshare.net/Naleja633/teoria-del-conocimiento-11980292?ref>

51. Organización Mundial de la Salud. Nutrición y alimentación del lactante y del niño pequeño. [Internet]. 2021. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
52. Salazar H. La ciencia, su método y filosofía. [Internet]. 2020. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://elcomentario.ucol.mx/la-ciencia-su-metodo-y-su-filosofia-2/>
53. Martin D. definición del nivel de conocimiento. [Internet]. 2018. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <http://dit.upm.es/~gfer/ssii/rcsi/rcsisu8.html#x22-170001.6.2>
54. Ministerio de Educación. Formación de docentes en servicio en el Perú. [Internet]. 2019. [Acceso el 19 de abril de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/6808/La%20formaci%C3%B3n%20docente%20en%20servicio%20en%20el%20Per%C3%BA%20proceso%20de%20dise%C3%B1o%20de%20pol%C3%ADticas%20y%20generaci%C3%B3n%20de%20evidencias.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
55. Ministerio de Educacion. Programas de formacion docente en el servicio del Perú. [Internet]. 2018. [Acceso el 03 de mayo del 2020]. Disponible en: <http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/MINEDU/5710/Programas%20de%20formaci%C3%B3n%20docente%20en%20servicio%20en%20el%20Per%C3%BA%20experiencias%20y%20aprendizajes%20durante%20el%20per%C3%ADodo%2020112015.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

56. Ponce H, et al. Coeficiente alfa de Cronbach. [Internet]. 2021. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/463/567>
57. Bassetto M. Estilos de vida. [Internet]. 2018. [Acceso el 12 de junio del 2021]. Disponible en: [https://www.ecured.cu/Estilo\\_de\\_vida#Fuentes](https://www.ecured.cu/Estilo_de_vida#Fuentes)
58. Baluarte A. Nivel de conocimiento y medidas de prevención que adoptan las enfermeras que laboran en unidades críticas frente al síndrome de bourn – out en el Hospital José Casimiro Ulloa 2019. [Internet]. 2010. [Acceso el 12 de junio del 2021]. Disponible en: [https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/275/Baluarte\\_ac.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/275/Baluarte_ac.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
59. González J. Los niveles de conocimiento: El Aleph en la innovación curricular. Innovación educative. [Internet]. 2018. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-26732014000200009&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-26732014000200009&lng=es&tlng=es).
60. Bastos M. Anemia ferropénica: Tratamiento. Rev. esp. enferm. dig. . [Internet]. 2019. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1130-01082009000100010&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-01082009000100010&lng=es)
61. Ramirez F. Metodología de la investigación. [Internet]. 2019. [Acceso el 19 de abril del 2022]. disponible en: <https://demo.publicknowledgeproject.org/pkpschool/ojs3/index.php/index>

[/login?source=%2Fpkpschool%2Fojs3%2Findex.php%2Framirez%2Farticle%2Fview%2F548](#)

62. Oberti A, Bacci C. Metodología de la investigación. [Internet]. 2021. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/programas/pp.11944/pp.11944.pdf>
63. Camero L. Metodología de la investigación. [Internet]. 2021. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://ceauniversidad.com/wp-content/uploads/2021/10/356.pdf>
64. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. [Internet]. 2018. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://dspace.scz.ucb.edu.bo/dspace/bitstream/123456789/21401/1/11699.pdf>
65. Fernández C. metodología de la investigación. [Internet]. 2021. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/353246749\\_introduccion\\_a\\_la\\_metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_2021](https://www.researchgate.net/publication/353246749_introduccion_a_la_metodologia_de_la_investigacion_2021)
66. Internacional Research. ¿Qué la investigación cualitativa? [Internet]. 2018. [Acceso el 04 de mayo del 2020]. Disponible en: <https://www.sisinternacional.com/investigacion-cuantitativa/>
67. Gamarra M, et al. Estilo de vida, autoestima y apoyo social en estudiantes. [Internet]. 2018. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/UCV-SCIENTIA/article/view/451/326>
68. Cadena J. Los niveles de conocimiento El Aleph en la innovación curricular. [Internet]. 2019. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible

en: <https://sites.google.com/site/articulostec/home/niveles-del-conocimiento>

69. Pérez J, Merino M. definición de principios éticos. [Internet]. 2018. [Acceso el 05 de mayo del 2020]. Disponible en: <https://definicion.de/principio-etico/>
70. Yglesias C. Estilos de vida y su influencia en el cáncer del cuello uterino. [Tesis para optar el grado de segunda especialidad profesional en Enfermería]. Trujillo: Universidad Nacional del Trujillo, Escuela Posgrado; 2019. [acceso el 24 de mayo del 2021]. disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/13086/2E%20597.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
71. Llatas C. Estilo de vida y factores biosocioculturales en madres adultas. Sector 8, Bellamar - Nuevo Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. [acceso el 02 de abril del 2021]. disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15294/estilo de vida factores biosocioculturales llatas salazar cesar fernando.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15294/estilo%20de%20vida%20factores%20biosocioculturales%20llatas%20salazar%20cesar%20fernando.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
72. Ramírez D. Estilos de vida y factores biosocioculturales de la mujer comerciante del Mercado Modelo De Iscos. Provincia De Chupaca\_Junín, 2019. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería]. Junín: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. [acceso el 24 mayo del 2021]. disponible en:

[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15356/ESTILO DE VIDA FACTORES BIOSOCIOCULTURALES RAMIREZ DIONISIO DANY FRANCIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15356/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_RAMIREZ_DIONISIO_DANY_FRANCIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

73. Díaz I. Estilos de vida y factores biosocioculturales en la mujer adulta mayor en Pueblo Joven dos de Mayo - Chimbote, 2018. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2020. [acceso el 02 de abril del 2021]. disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17926/ESTILOS%20DE%20VIDA\\_DIAZ\\_ORE\\_YRENE\\_INDIRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17926/ESTILOS%20DE%20VIDA_DIAZ_ORE_YRENE_INDIRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
74. Fundación latinoamericana de tiempo libre y creación. Los estilos de vida saludables: Componentes de la calidad de vida. [internet]. 2019. [Acceso el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <http://www.funlibre.org/documentos/lemaya1.htm>
75. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Estadísticas con enfoque de género. Informe técnico. [internet]. 2020. [citado 15 Mayo 2021]. Disponible en: <http://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/informe-tecnico-enfoque-de-genero.pdf>
76. Revilla M. Nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica, prácticas alimenticias en madres relacionado con anemia en niños de 6 a 35 meses. Curgos, 2019. [tesis para obtener el grado académico de: Maestra en Gestión de los Servicios de la Salud]. Trujillo: Universidad Cesar Vallejo,

Escuela de Posgrado; 2020. [acceso el 02 de abril del 2021]. disponible en:  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/44858/Revila\\_PME-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/44858/Revila_PME-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

77. Camavilca J. Nivel de conocimiento de las madres sobre la anemia ferropénica y alimentos fuentes de hierro utilizados en niños de 6 a 35 meses, Lima 2017. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Nutrición]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal, Facultad de Medicina “Hipólito Unanue”; 2018. [acceso el 02 de abril del 2021]. disponible en: <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2334/Camavilca%20Chavez%20Judith.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
78. Salazar S. Nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica y prácticas alimentarias preventivas de las madres pertenecientes a la institución educativa n° 3089 “Los Ángeles” Ventanilla, 2018. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Nutrición]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal, Facultad de Medicina “Hipólito Unanue”; 2019. [acceso el 02 de abril del 2021]. disponible en: [http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3123/UNFV\\_SALAZAR\\_GAMARRA\\_SHEYLA\\_KARINA\\_TITULO\\_PROFESIONAL\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3123/UNFV_SALAZAR_GAMARRA_SHEYLA_KARINA_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
79. Mamani R. y Chiarccahuana M. Conocimiento y actitud sobre la prevención de anemia ferropénica en madres de niños menores de 3 años atendidos en el servicio de control de crecimiento y desarrollo del niño sano, Hospital San Juan de Lurigancho, Lima – 2018. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad María

- Auxiliadora, Facultad de Ciencias de la Salud; 2018. [acceso el 02 de abril del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/UMA/171/2018-12%20ENF.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
80. Ramírez A. La teoría del conocimiento en investigación científica: una visión actual. [Internet]. 2019, [citado el 19 de abril del 2022]. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-55832009000300011&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832009000300011&lng=es).
81. Repullo P. Nutrición Humana y Dietética. [internet]. 2019. [citado el 19 de abril del 2022]. disponible en: <http://www.uam.es/Ciencias/Nutricion-Humana-y-Dietetica/1242655568847.htm#:~:text=Estos%20estudios%2C%20que%20se%20integran,profesi%C3%B3n%20regulada%20de%20Dietista%2DNutricionista>.
82. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Indicadores de género. Educación llave para la igualdad de género. [Internet]. 2019, [citado el 19 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/brechas-de-genero-7913/>
83. Islas P, Zesati G, Moye M. Una propuesta educativa en enfermería transcultural: el caso de la cultura menonita. [Internet]. 2018. [citado el 19 de abril del 2021]. Disponible en: <https://www.semanticscholar.org/paper/Una-propuesta-educativa-en-enfermer%C3%ADa-el-caso-de-la-Salinas-Pereyra/2a8bcd0eec66338b377dbbdcf635a91a2fb065be>



## FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

## ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

**ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA EN  
MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD  
NICRUPAMPA - HUARAZ, 2020**

## TAMAÑO DE LA MUESTRA

**Muestra:** para precisar el tamaño de la muestra que se trabajó en la investigación; se aplicó la formula siguiente:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{e^2(N - 1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

**Donde:**

N: universo (1931)

Z: nivel de confianza (99%; 2,57)

p: probabilidad de éxito (0.5)

q: probabilidad de fracaso (0.5)

e: error estándar (0.10)

Reemplazando:

$$n = \frac{2,57^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5 \cdot 1931}{0,10^2(1931 - 1) + 2,57^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5} = 152$$

## ANEXO 02



### FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

#### ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

#### ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA EN MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA - HUARAZ, 2020

#### INSTRUMENTO 01

#### ESCALAS DE ESTILOS DE VIDA

ELABORADO POR: Walker, Sechrist, Pender

Modificado por: Díaz E.; Reyna, E; Delgado, R (2008)

N°	ITEMS	CRITERIOS			
<b>ALIMENTACIÓN</b>					
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno, almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día.	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>					
7	Hace Ud. ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de toso su cuerpo	N	V	F	S
<b>MANEJO DE ESTRÉS</b>					
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales	N	V	F	S



## ANEXO 03



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE



### FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

### ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

## ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA EN MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA - HUARAZ, 2020

### INSTRUMENTO 02

### CUESTIONARIO DE NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA

ELABORADO POR: Garro R. y Yanac M.

#### DATOS GENERALES

**De la madre:** Edad: .....

Marque con un "X":

Grado de instrucción:

1. Primaria (.....)
2. Secundaria (.....)
3. Superior, no universitaria. (.....)
4. Superior, universitaria. (.....)

Ocupación de la Madre:

1. Ama de Casa (.....)
2. Trabajadora Independiente (.....)
3. Trabajadora Dependiente
4. Otros (.....)

**Del niño (a)**

A. Edad del Niño Meses..... y/o Años.....

B. Sexo del niño:

Femenino ( )

Masculino ( )

A continuación, marque con un "X" la alternativa que cree conveniente:

1. ¿Qué es la anemia para usted?

- a) Falta de hemoglobina y hierro en la sangre.
- b) Falta de vitaminas.
- c) Falta de talla y peso.

**2. ¿Qué signos y síntomas tiene la anemia para usted?**

- a) Debilidad muscular, Fatiga, Palidez de piel y Mareos.
- b) Rendimiento físico disminuido, mareos, vértigos,
- c) Todas las anteriores

**3. El tratamiento de la anemia debe ser con el consumo de:**

- a) Hierro
- b) Vitamina A
- c) Frutas

**4. El tratamiento de la anemia debe ser por:**

- a) 3 meses
- b) 6 meses continuos
- c) 1 año

**5. Si su hijo (a) tiene anemia, su dosaje de hemoglobina será:**

- a) Al medio año iniciado el tratamiento
- b) Al mes y al medio año de iniciado el tratamiento
- c) Al mes, a los tres meses y a los 6 meses de iniciado el tratamiento

**6. Las consecuencias de la anemia son:**

- a) Crecimiento inadecuado
- b) Problemas de atención y disminución del rendimiento escolar.
- c) Todas las anteriores

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

**VALIDEZ INTERNA**

**COEFICIENTE DE CORRELACION DE PEARSON PARA ESTILOS DE VIDA DE LA MADRE**

<b>PREGUNTAS</b>	<b>COEFICIENTE DE CORRELACIÓN</b>
P01	0.039
P02	0.127
P03	0.232
P04	0.128
P05	0.053
P06	0.158
P07	0.273
P08	0.107
P09	0.016
P10	0.025
P11	0.113
P12	0.053
P13	0.147
P14	0.236
P15	0.243
P16	0.107
P17	0.046
P18	0.165
P19	0.075
P20	0.201
P21	0.137
P22	0.182
P23	0.109
P24	0.071
P25	0.471

**NOTA:** si es valor de la correlación es mayor a 0.20

Entonces la pregunta valida



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE



## FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

### ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

#### CONFIABILIDAD

#### ESTADISTICOS ALFA DE CRONBACH PARA LOS ESTILOS DE VIDA DE LAS MADRES

PREGUNTAS	MEDIA	DESVIACION ESTANDAR	CRONBACH SI SE ELIMINA LA PREGUNTA
P01	3.83	0.50	0.746
P02	3.33	0.54	0.738
P03	2.53	0.91	0.744
P04	3.24	0.64	0.722
P05	2.68	0.65	0.750
P06	2.57	0.64	0.731
P07	2.02	0.97	0.741
P08	3.51	0.54	0.754
P09	3.15	0.54	0.735
P10	2.49	0.87	0.724
P11	2.79	0.70	0.720
P12	2.80	0.50	0.733
P13	2.94	0.60	0.735
P14	3.02	0.54	0.739
P15	2.37	0.79	0.722
P16	2.52	0.96	0.723
P17	2.55	0.94	0.712
P18	3.03	0.85	0.719
P19	2.22	0.92	0.725
P20	2.21	1.04	0.734
P21	3.37	0.72	0.746
P22	2.67	0.73	0.719
P23	3.03	0.57	0.740
P24	2.31	0.64	0.728
P25	3.46	0.63	0.745

#### Estadístico de confiabilidad

N° de preguntas	Alfa de Cronbach
25	0.741

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**  
**VALIDEZ INTERNA**  
**NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA**

Validez del instrumento: el instrumento para la recolección de datos fue validado por el criterio de contenido, para lo cual se contó con el apoyo de 5 expertos (3 Lic. En enfermería, un nutricionista, y un Estadístico), siendo los siguientes:

- Lic. Soledad Ramos Soto (enfermera)
- Lic. Amparito Torres Peche (enfermera)
- Lic. Edwin Robles Lirio (enfermero)
- Lic. Andrés Bernuy Azaña (nutricionista)
- Lic. Edwin Asnate Salazar (Estadístico)

Realizando el contraste con la prueba de concordancia de Kendall se obtuvo:

VARIABLE	RANGO PROMEDIO
VAR00001	5.10
VAR00002	5.10
VAR00003	5.10
VAR00004	4.30
VAR00005	4.30
VAR00006	1.90
VAR00007	5.10
VAR00008	5.10

**ESTADISTICO DE CONTRASTE**

N	5
W de Kendall(a)	540
Chi Cuadrado	18.900
GL	7
Sig	0.009

(a) Coeficiente de concordancia de Kendall: 540; por lo que se demuestra la validez con un nivel de significación del 0.009



**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

**CONFIABILIDAD**

**NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA**

Confiabilidad del instrumento:

Los instrumentos de medición son confiables, cuando en repetidas ocasiones se aplican los mismos instrumentos al mismo grupo, se obtienen los mismos resultados. Para la confiabilidad se usó una prueba piloto con una muestra de 13 madres considerando los criterios de inclusión y exclusión; se calculó el Coeficiente de Alfa de Crombach que resultó un valor de:

Confiabilidad:

Realizando el análisis de la fiabilidad con la prueba de Alfa de Crombach Resumen del procesamiento de los casos

	N	%
Casos validos	30	100.0
Excluidos	0	0
Total	30	100.0

Eliminación por lista basada en todas las variables del procesamiento Estadísticos de fiabilidad Alfa

Alfa de Cronbach	N de elementos
.86.9	33

Con este resultado (0.889) se corrobora la confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos.

**ANEXO 06**



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE



**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

**ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA EN  
MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD  
NICRUPAMPA - HUARAZ, 2020**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo, ....., identificado con DNI:..... acepto participar voluntariamente en el presente estudio, señalo conocer el propósito de la investigación. Mi participación consiste en responder con veracidad y de forma oral a las preguntas planteadas.

El investigador se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

\_\_\_\_\_  
Firma



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

## ANEXO 07



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

### COMPROMISO ÉTICO

#### DECLARACIÓN DE COMPROMISO ÉTICO Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado: **Estilos de vida y nivel de conocimientos sobre anemia en madres de niños menores de 5 años, Centro de Salud Nicrupampa – Huaraz, 2020** declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumplo con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es

posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.



---

María Esther Rosales Alvino

DNI: 76317444



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

## ANEXO 08



### CONSTANCIA

El que suscribe, **Sifuentes Ponte Elizabeth**, en calidad de jefa de enfermería del Centro de Salud Nicrupampa, Independencia - Huaraz.

CERTIFICA, que **ROSALES ALVINO MARÍA ESTHER** identificado con **DNI N° 76317499**, investigador de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (ULADECH) se le concede el permiso correspondiente para poder realizar el estudio titulado “ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA EN MADRES DE NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS, CENTRO DE SALUD NICRUPAMPA - HUARAZ, 2020.” con la previa autorización de cada madre.

Se expide el presente documento a solicitud del interesado.



Lic. Elizabeth G. Sifuentes Ponte  
DNI: 46031628  
CEP: 64841