



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

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

**ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN
NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA
DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020**

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

AUTORA

**GUIN VELASQUEZ, DARA ANABEL
ORCID: 0000-0001-7473-9789**

ASESORA

**ARANDA SÁNCHEZ, JUANA RENÉ
ORCID: 0000-0002-7745-0080**

CHIMBOTE – PERÚ

2023

2. EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Guin Velásquez, Dara Anabel

ORCID: 0000-0001-7473-9789

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,
Chimbote, Perú

ASESORA

Aranda Sánchez, Juana René

ORCID: 0000-0002-7745-0080

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de
la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú

JURADO

Romero Acevedo, Juan Hugo

ORCID: 0000-0003-1940-0365

Cerdán Vargas, Ana

ORCID: 0000-0001-8811-7382

Ñique Tapia, Fanny Rocio

ORCID: 0000-0002-1205-7309

3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

Dr. Romero Acevedo, Juan Hugo

Presidente

Mgtr. Cerdán Vargas, Ana

Miembro

Mgtr. Ñique Tapia, Fanny Rocio

Miembro

Dra. Aranda Sánchez, Juana René

Asesora

4. AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por estar siempre conmigo. Por ser mi fiel consejero y amigo incondicional. Mi ayuda en tiempos difíciles, mi fuerza en momentos de desánimo.

A mis docentes, por su paciencia, comprensión y dedicación, sé que con su labor lograron inculcar conocimientos en mí, que me servirán para toda la vida.

A mis padres, por su sacrificio y entrega incondicional. Por ser mi apoyo; por enseñarme que los miedos y obstáculos se pueden vencer con la ayuda de Dios. Por ser mi ejemplo a seguir y mi más grande tesoro.

A la Universidad los Ángeles de Chimbote, por acogerme con amor y brindarme la posibilidad de estudiar la carrera de Enfermería, por impulsarme a ser una buena profesional en el futuro.

Dara Guin Velásquez

DEDICATORIA

A Dios, por brindarme la oportunidad de estudiar esta hermosa carrera universitaria.

Por darme las fuerzas en mis noches de desvelos, tanto en mi vida emocional y física. Por ser mi guía y acompañarme siempre.

A mis hermanos: Cynthia, Sandy, Guetty, Brandon y Robin, por ser motivo de mi alegría, siendo la fuente de motivación que me impulsa para seguir adelante en la vida. Su compañía es una bendición de Dios.

A mis padres Delia y Jorge, por su dedicación y abnegación. Por ayudarme en este trayecto, por darme su apoyo incondicional con esmero, esfuerzo, perseverancia y cariño.

A Jhonatan Ríos, por su ayuda incondicional y buena amistad, por estar junto a mí en este trayecto.

Dara Guin Velásquez

5. ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
1. CARÁTULA.....	i
2. EQUIPO DE TRABAJO	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y DEDICATORIA	iv
5. ÍNDICE DE CONTENIDO	vi
6. ÍNDICE DE TABLAS	vii
7. RESUMEN Y ABSTRACT.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	7
2.1 Antecedentes.....	7
2.2 Bases teóricas de la investigación	11
III. HIPÓTESIS	17
IV. METODOLOGÍA.....	18
4.1 Diseño de la investigación	18
4.2 Población y muestra.....	18
4.3 Definición y operalización de la variables e indicadores	19
4.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	21
4.5 Plan de análisis	23
4.6 Matriz de consistencia	25
4.7 Principios éticos.....	26
V. RESULTADOS.....	27
5.1 Resultados.....	27
5.2 Análisis de resultados	30
VI. CONCLUSIONES	41
VII. RECOMENDACIONES	43
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	44
ANEXOS	54

6. ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILO DE VIDA EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020.....	27
TABLA 2: ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020.....	28
TABLA 3: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020.....	29

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO DE TABLA 1: ESTILO DE VIDA EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020.....	27
GRÁFICO DE TABLA 2: ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020.....	28
GRÁFICO DE TABLA 3: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020.....	29

7. RESUMEN

En la actualidad se evidencia a preescolares con sobrepeso, obesidad y anemia. Esto se debe a un inadecuado estilo de vida e incluso falta de economía por parte de los padres de familia; por ende, la información de este estudio es de mucha ayuda para las autoridades en salud. El título del presente informe es “Estilo de vida y estado nutricional en niños preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja, Distrito Chimbote - Santa, 2020”, fue realizado para establecer la relación entre el estilo de vida y estado nutricional en los preescolares de la Institución Educativa N° 318.

Investigación de tipo cuantitativo, transversal y con diseño de correlación descriptivo. La muestra fue conformada por 48 niños preescolares cuyo estilo de vida y estado nutricional fueron realizados mediante entrevistas y observación. Adicionalmente, los datos fueron procesados en Microsoft Excel y enviado al programa de análisis estadístico PASW Statistics versión 18.0 para su procesamiento. En el proceso de elaboración y análisis de cuadros estadísticos se obtuvieron los siguientes resultados y conclusiones: para el estilo de vida, la mayoría presentan vida no saludable y menos de la mitad suficiente y saludable. Para el estado nutricional, menos de la mitad presenta un estado normal, seguidos del sobrepeso, obesidad y la desnutrición. La aplicación de la prueba de Chi- cuadrado confirmó que no existe significancia estadística entre las dos variables.

Palabras clave: Estado nutricional, estilo de vida, preescolares.

ABSTRACT

Currently, preschoolers are overweight, obese and anemia. This is due to an inadequate lifestyle and even lack of economy on the part of the parents; therefore, the information from this study is very helpful for health authorities. The title of this report is "Lifestyle and nutritional status in preschool children of the Educational Institution No. 318 Esperanza Baja, Chimbote - Santa District, 2020", it was carried out to establish the relationship between lifestyle and nutritional status in preschoolers. of Educational Institution No. 318.

Quantitative, cross-sectional research with a descriptive correlation design. The sample was made up of 48 preschool children whose lifestyle and nutritional status were determined through interviews and observation. Additionally, the data was processed in Microsoft Excel and sent to the statistical analysis program PASW Statistics version 18.0 for processing. In the process of elaboration and analysis of statistical tables, the following results and conclusions were obtained: for the lifestyle, the majority present an unhealthy life and less than half are sufficient and healthy. For nutritional status, less than half present a normal state, followed by overweight, obesity and malnutrition. The application of the chi-square test confirmed that there is no statistical significance between the two variables.

Keywords: Nutritional status, lifestyle, preschooler

I. INTRODUCCIÓN

Actualmente, es importante que el niño preescolar posea un buen estado nutricional para que la salud de este que encuentre estable. En adición, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) en el año 2020 señaló: una buena nutrición es un elemento esencial de la buena salud. Sin embargo, un mal estado nutricional logra disminuir la inmunidad, aumentando la susceptibilidad de adquirir enfermedades e incluso puede afectar tanto el desarrollo físico como mental (1).

Asimismo, Gonzáles O. en el año 2020, señaló la importancia de analizar el estilo de vida y estado nutricional de los niños preescolares puesto que esta etapa es crucial para el desarrollo físico y mental de esta población, se añade que se encuentran en un crecimiento continuo, es por esto que se requieren alimentos que aporten los nutrientes necesarios para el fortalecimiento de los huesos, músculos y dientes. Es bien sabido, que la deficiencia de alimentos esenciales conlleva a adquirir enfermedades como la anemia y desnutrición, por otro lado, el exceso de este, genera afecciones como la obesidad y sobrepeso, lo cual se evidencia frecuentemente en niños preescolares (2).

A nivel internacional, en Estados Unidos - 2019, la mala nutrición que perjudica el mundo en la actualidad engloba la alimentación de forma excesiva (obesidad, sobrepeso) y desnutrición; siendo estos factores de gran riesgo para la salud del ser humano. Ante ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS) (3), señala que un tercio de la población en el mundo constata muertes en niños a causa de la desnutrición; asimismo, estudios también indican que hay un alto

índice en casos de obesidad y sobrepeso infantil que están en avance de manera significativa. Lo cual es un indicador negativo, enfatizándose en lo importante que es llevar un estilo de vida para el buen estado nutricional en la niñez.

Asimismo, existen millones de niños menores de 5 años que presentan retraso en el crecimiento, entre los países más afectados encontramos a África (33,1%) y Asia (34,4%). Esto es, debido a la privación, pobreza y precaria educación de los padres, que existen en estos países; conllevando así a la desnutrición.

Por ello, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), 2018 (4), afirma que la primera etapa en la vida del ser humano es básica para prevenir dificultades en el desarrollo y crecimiento y/o afecciones en un futuro, ya que, si no se detectan en el tiempo oportuno o no se acude a un centro médico, problemas como la desnutrición pueden generar daños irreparables tanto físicos como mentales que en casos extremos conducirían a la muerte.

A nivel nacional, en Lima - Perú, 2018, el desarrollo de la desnutrición en los niños preescolares (menores de 5 años) ha disminuido a comparación de años atrás (17,1%). La obesidad, también está presente en los niños peruanos, reincide más en niños varones (1,6%) que en las mujeres (1,3%). La desnutrición crónica se presenta con mayor porcentaje en Junín (24%) y Huancavelica (35%); en cuanto al progreso de la desnutrición a comparación de años anteriores está descendiendo (1,3%) (5).

En el año 2019, el Ministerio de Salud (MINSA) señaló que la evolución de sobrepeso en niños preescolares ha ido en aumento (7%). Otro indicador es la excedencia de peso (sobrepeso y obesidad) en Tacna (15-19%)

de niños padecen de estas afecciones, siendo esta la mayor cifra en el Perú. Cabe mencionar, que el sobrepeso a nivel nacional se ha incrementado considerablemente con un 6,7% (6).

A nivel local, en Áncash, en el año 2019, según lo investigado Ministerio de Salud (MINSA) el 47,1% de niños menores de cinco años, presentan anemia en Áncash. Asimismo, el 18,5% reflejan riesgo en desnutrición crónica. También, en nuestra localidad existen niños que se encuentran bajos en peso (9,4%). El 44,8% de niños menores de 5 años presentan sobrepeso, el 26,3% anemia. El 1,8% de niños en Áncash presenta déficit de peso (7).

Ante esta realidad existente no escapan, los niños preescolares de la Institución Educativa Esperanza Baja N° 318, quienes residen en los alrededores del presente colegio. En el Asentamiento Humano Esperanza Baja, se puede evidenciar a algunos padres de familia con bajos recursos económicos; además se enfatiza que, hay un mercado cerca de la Institución Educativa donde en muchas ocasiones los señores padres de familia logran adquirir frutas para la lonchera de sus hijos. Es evidente que, los pequeños son atraídos por alimentos pocos saludables (golosinas, dulces, alimentos chatarra), por eso, es de suma importancia que los padres de familia presten atención en los alimentos que consumen los infantes(8).

De acuerdo a lo antes expuesto, se formula la siguiente interrogante de investigación:

¿Cuál es la relación entre el estilo de vida y estado nutricional en los niños preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020?

Para lograr responder a la pregunta se planteó el siguiente objetivo general:

Establecer la relación entre el estilo de vida y estado nutricional en los niños preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

Para poder precisar el objetivo general, se plantearon los siguientes objetivos específicos:

- Determinar el estilo de vida en los niños preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.
- Identificar el estado nutricional en los niños preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

La presente investigación se justifica debido a las posibles problemáticas nutricionales que está enfrentando el niño preescolar en nuestra sociedad, llevando en ocasiones conductas y hábitos pocos saludables, que ocasionarían daños en la salud de estos. Asimismo, se ejecutó para comprender la relación entre estilo de vida y estado nutricional en los niños de la Institución Educativa N° 318; ya que es bien sabido que esta es una población que se encuentra en constante desarrollo físico y mental, por ende, si no se otorga una buena alimentación, se afectará el estado nutricional acarreando como

resultado baja talla y peso, además de afecciones como anemia, sobrepeso u obesidad, que pueden ser irreversibles en el transcurso de la vida.

Se obtuvo aportes significativos con los resultados obtenidos para aminorar los factores de riesgo en los niños preescolares de la Institución Educativa N° 318. Por ello, es crucial que los padres de familia logren concientizar sobre la importancia de proteger la salud de sus hijos, ya son los mentores y tutores de los preescolares. Referente al estudiante de enfermería, el proyecto fue factible de emplear puesto que la población en estudio está en una Institución Educativa cercana a mi vivienda, que con solo solicitar un permiso se logró aplicar el instrumento.

De igual modo, el personal de salud logró evidenciar las dificultades que atraviesa el niño preescolar, impulsándose así el compromiso de apoyar con la prevención de afecciones cercanas o futuras en este grupo de infantes. Por otro lado, las autoridades locales y regionales, tienen un rol considerable, ya que son estas, las encargadas de generar estrategias de índole social para el bienestar de la población infantil; asimismo los actores de nuestra sociedad tienen la responsabilidad de difundir campañas para una buena salud.

Asimismo, la investigación es de tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional. Además, cuenta con dos variables las cuales son: Estilo de vida y estado nutricional. Como resultados se obtuvo que: En cuanto al estilo de vida en los niños preescolares la mayoría presentan un estilo de vida no saludable y un porcentaje mínimo saludable y suficiente. Asimismo, en relación al estado nutricional la mayoría presenta un estado nutricional normal, seguido de sobrepeso, obesidad y desnutrición. Al realizar

la Prueba de Chi- Cuadrado, no se halló relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1 Antecedentes de la investigación

Se lograron identificar los siguientes estudios en relación a la presente investigación:

A nivel internacional:

Sumba C, (9). En su investigación: “Estado nutricional de niños menores a 2 años que acuden al centro de Salud Ficsh Sucúa, enero – marzo 2022”. Cuyo **objetivo** es establecer el estado nutricional de niños menores a 2 años que acuden al Centro de Salud FICSH Sucúa. Tipo cuantitativo. Se empleó el **método** descriptivo de corte transversal. Cuyo **resultado** es que el 59,8% presentaron un peso bajo, el 39,6% presentan talla baja severa. El 41,8% consumen carbohidratos, el 60,8% un alto consumo de golosinas y el 37% verduras. **Concluye** existen ciertos preescolares que reflejan baja talla en desacorde a la edad, asimismo, se ve reflejada una mala alimentación en más de la mitad de esta población.

Díaz A, (10). En su tesis: “Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares en Cuba, 2019”. Cuyo **objetivo** es caracterizar los hábitos alimentarios y estado nutricional de los preescolares de un centro de educación inicial. La **metodología** es de tipo descriptivo, corte transversal. Sus **resultados** fueron que 4,70 % demostraron alto consumo en alimentos de baja calidad nutricional; el 33,60 % de los niños presentó delgadez y 2,40 % sobrepeso. Llegando a la **conclusión** de que los hábitos alimenticios en niños y niñas, la alimentación se distingue por: el consumo de alimentos altos en azúcar, además de baja

ingesta de proteínas, altos niveles de sodio, déficit de zinc juntamente con el hierro; por lo antes mencionado se evidencia una inadecuada calidad en la nutrición de los preescolares.

Rivas L, Moya M, Bauce G, (11). En su investigación: “Estilos de vida saludables en niños de una institución de educación inicial,2020”. Cuyo **objetivo** es: Caracterizar los estilos de vida saludables de niños y niñas en etapa inicial atendidos en la Fundación Guardería Infantil La Alquitrana del Ministerio del Poder Popular de Petróleo. La **metodología** es de tipo descriptivo con corte transversal. Tuvo como **resultados** que el 91,03% de los niños se encuentran en el rango normal, seguido por el riesgo de sobrepeso y obesidad (8,97%). Además, el 21,98% presenta una alimentación inadecuada por exceso y el 10,76% una dieta inadecuada por déficit. **Conclusiones**, el estilo de vida de los preescolares se ve influenciado por los ingresos económicos, estado nutricional y actividad física.

A nivel nacional:

Albornoz I, Macedo R, (12). En su investigación: “Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 3 años del centro de salud Breña, Lima 2018”. Cuyo **objetivo** es determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en niños de 1 a 3 años de edad. Tipo cuantitativo. La **metodología** descriptivo correlacional, en la cual los **resultados** fueron el 77.1% obtuvo un estado nutricional adecuado y el 22.9% presento un estado nutricional inadecuado. **Concluye** que hay conexión de significancia entre el estado nutricional y hábitos de alimentación en los preescolares; con una baja cifra en la ingesta inadecuada de alimentos. Asimismo, más de la mitad de niños(as) tienen

un consumo poco adecuado de carbohidratos. La gran mayoría tiene un estado nutricional estable, con respecto al peso/edad. Concluye en que

Santander I, (13). En la investigación: “Relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de niños de 3 a 5 años de edad de la institución educativa inicial N°835 – Estrellitas De Jesús – Pueblo Libre – Belén Zona Baja”. Cuyo **objetivo** es determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de niños de 3 a 5 años, de la Institución Educativa Inicial N° 835. **Método** descriptivo correlacional. **Los resultados:** El 92.6% de los niños evaluados presentan hábitos alimentarios inadecuados mientras que un 7.4% presentan hábitos alimentarios adecuados; el 80,9% estado nutricional normal y el 10,6% sobrepeso. La **conclusión** que la mayoría de los evaluados presentan hábitos alimentarios inadecuados, en cuanto a los datos del estado nutricional se observó que 60 niños presentaban desnutrición.

Romero I, (14). Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial, N° 049 “Mis Primeros Pasos”, Andrés Araujo Morán, Tumbes, 2020. Cuyo **objetivo** es determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial, N° 049 “Mis Primeros Pasos”. **Método** descriptivo, correlacional y transversal. **Los resultados:** El 83,3% de los preescolares tienen hábitos alimentarios saludables y el 3,3% tuvo hábitos no saludables. Además, el 80% posee un estado nutricional normal, seguido por desnutrición 6,7%, sobrepeso 3,3%

y obesidad 3,3%. En **conclusión**, no existe relación estadística significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional.

A nivel local:

Núñez J, Vargas V, (15). En su tesis: “Antecedentes maternos, control de crecimiento y desarrollo relacionado al estado nutricional del preescolar. Nuevo Chimbote, 2020.”. Cuyo **objetivo** conocer los antecedentes maternos, control de crecimiento y desarrollo relacionado al estado nutricional del preescolar. Nuevo Chimbote. La **metodología** de tipo descriptivo correlacional con corte trasversal. Los **resultados**: el 29.4 % de los preescolares presentan un estado nutricional normal, el 25.6 % sobrepeso, 16.9% desnutrición aguda, el 15.6% obesidad; y el 12.5% tiene desnutrición severa. Tiene como **conclusión** que si existe relación estadística significativa entre los antecedentes maternos; edad materna, grado de instrucción y lactancia materna exclusiva con el estado nutricional del preescolar.

Arotoma E, (16). En su investigación titulada: “Mejorando el estado nutricional en niños menores de 36 meses en el puesto de salud Paria – Huaraz, 2019”. Cuyo **objetivo**: Mejorar el estado nutricional de los niños menores de 36 meses. Puesto de Salud Paria. La **metodología** descriptiva. **Resultados**: El 40% de los niños mejoran el estado nutricional, 70% de las madres reconocen el beneficio de una alimentación saludable. **Concluye** en el fortalecimiento de los conocimientos, sensibilización del personal de enfermería y las madres, reforzando la información, educación y comunicación a través del monitoreo y supervisión de las intervenciones.

Capillo R, Paredes M (17). En su tesis: "Estado nutricional y factores maternos del Preescolar en una Institución Educativa. Nuevo Chimbote. 2018". Cuyo **objetivo** es conocer la relación entre el estado nutricional y los factores maternos del preescolar, en una Institución Educativa de Nuevo Chimbote. Los **resultados**: El 50% de los preescolares presentan un estado nutricional normal, el 23,3% sobrepeso, el 19,2% desnutrición crónica y el 7,5% obesidad. **Concluye** en que los factores maternos no se relacionaron significativamente con el grado Instrucciones de Operación; Se encontró relación significativa entre los factores maternos: edad, trabajo, hábitos alimenticios y preparación de almuerzos escolares Estado nutricional de la edad preescolar.

2.2 Bases teóricas de la investigación:

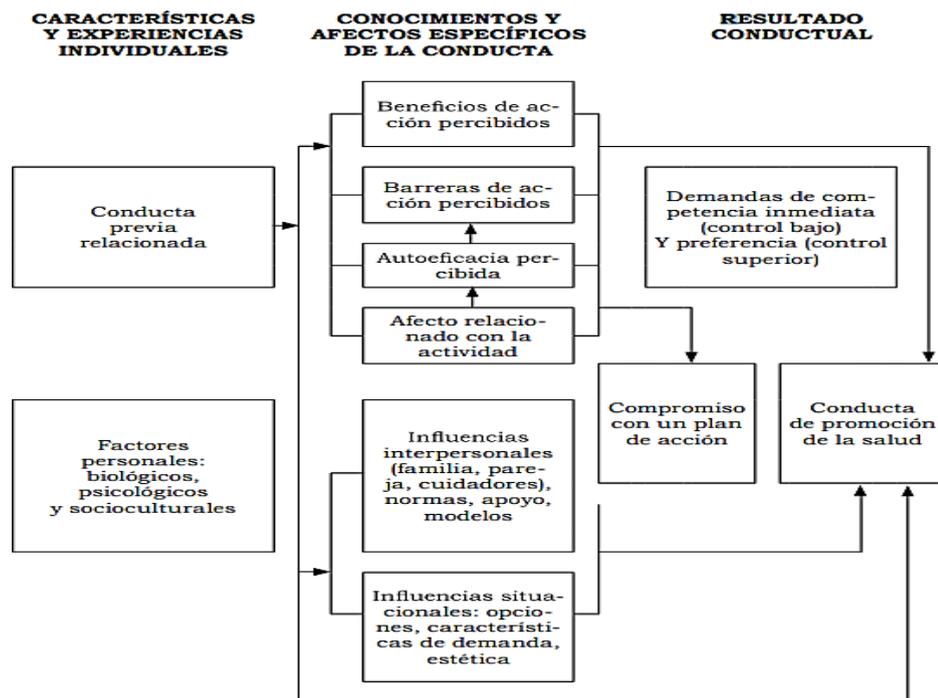
La presente investigación se basa en: El Modelo de Promoción de la Salud sustentada por Nola Pender y en los determinantes de la salud fundamentada por el teorista Marc Lalonde; con la conceptualización del estilo de vida y estado nutricional en preescolares.

Pender, fue una enfermera terapeuta procedente de Estados Unidos, se dedicó a la docencia en la Universidad Estatal de Michigan, por más de 40 años instruyendo a jóvenes de pregrado y posgrado; asimismo fue mentora de muchos becados postdoctorales. Ella poseí un gran interés por la investigación y realizó muchos estudios sobre el modelo de las conductas promotoras de la salud que sustenta: tanto la enfermedad y/o salud no solo están enlazadas por factores biológicos o agentes infecciosos, sino que el origen de estos se halla también en factores socioeconómicos.

Ante ello, estudió sobre los determinantes sociales de la salud que son las condiciones económicas y sociales que logran influir en la salud del ser humano (18).

El modelo de Nola Pender, expone la relación que hay en los factores que logran influir en la conducta de la salud del ser humano. Por ende, apoyándose en las teorías planteadas por Feather y Bandura, afirma que tanto la conducta como la cognición influyen en el comportamiento que asume la persona. Asimismo, enfatiza en el comportamiento y puede ser modelado a través de: la atención (la persona está al tanto de lo que sucede), retención (hacer memoria de lo que se logró observar), reproducción (imitar la conducta) y motivación (la persona desea y se siente motivado a asumir un determinado comportamiento); este último componente es indispensable para alcanzar un fin (18).

En la niñez, se aprende a través de la imitación; las conductas que asumen los padres influyen en los niños. Por ejemplo: si los padres o madres, tiene conductas sedentarias, consumen alimentos pocos beneficiosos (chatarra, golosinas, gaseosas, etc.), no realizan ejercicios; estos malos comportamientos logran ser copiados por los niños; que a la larga pueden llegar a generarse problemas de salud como: enfermedades cardiovasculares, obesidad, entre otros. Además, los factores personales (biológicos, socioculturales y psicológicos), ayudan a predecir las conductas saludables como pocas saludables; en consecuencia, logran influenciar en las metas planificadas (19).



Fuente: Modelo de promoción de la salud de Nola Pender.

Pender, clasifica la salud en: características y experiencias individuales que a su vez se subdividen en conductas relacionadas con factores personales; como base principal (centro del esquema) se encuentran las cogniciones con los afectos relativos a la conducta que desarrollan la percepción e influencias respectivamente; como resultado conductual está el compromiso y demandas que conllevan a una conducta promotora de la salud que compromete a la persona a accionar cumpliendo sus propósitos.

Además, Nola Pender señala dimensiones que fundamentan su teoría, ellas son:

Nutrición. Es la selección, conocimiento y consumo de alimentos esenciales para adquirir un buen estado nutricional.

Actividad y ejercicio. Se desarrolla de manera regular, y pueden ir de menor a mayor intensidad. Estas actividades pueden desarrollarse dentro de un programa planificado o controlado, además que ayudará en la

aptitud y la salud de la persona, y también como parte de la vida diaria o las actividades de ocio.

Responsabilidad en salud. Abarca un compromiso responsable con el bienestar propio. Donde comprende brindar una educación y atención a la salud de uno mismo, además de buscar información oportuna y apoyo profesional cuando sea necesario.

Manejo de estrés. Conlleva movilizar e identificar los recursos del ámbito psicológico y físico para el control eficaz, reduciendo las tensiones.

Apoyo interpersonal. Es utilizar la comunicación asertiva para generar una cercanía con las personas, se recalca que la comunicación es compartir pensamientos y sentimientos por medio de mensajes verbales y no verbales.

Autorrealización. Es la satisfacción de haber hecho realidad una o varias metas personales, que a su vez ayudan en el desarrollo y el potencial de la persona (20).

Asimismo, también sustenta la investigación es Marc Lalonde quien fue un abogado destacado de Canadá, además de desarrollar la labor de ministro de Bienestar y Salud en su país. En el año 1972, logró publicar propuestas para la seguridad social canadiense. Por ende, debido a su gran labor como líder en políticas públicas obtuvo influencia en todo el continente durante años. En el año 1974, creó el modelo donde sustenta que la salud es un campo multidimensional, ya que tanto: el medio ambiente, organización de atención en salud, estilo de vida y biología humana logran determinar el estado de salud del ser humano (21).



Fuente: Determinantes de la Salud de Marc Lalonde.

Lalonde subdivide al campo de salud en: medio ambiente que hace referencia a todos los factores externos al cuerpo del ser humano. La biología humana incluye a los enormes gastos en tratamiento, herencia genética, la salud física y mental. Estilo de vida donde se considera el conjunto de decisiones asumidas por el ser humano referente a su salud. La organización de atención en salud, incluye la calidad y cantidad, índole, orden y relaciones de personas y recursos de la atención de salud. La biología humana agrupa todos los sucesos de bienestar (mental, física), evidenciados en el cuerpo humano. Abarca la herencia genética, etapas de maduración en el ser humano al igual que aparatos internos del cuerpo. El servicio de atención médica, involucra el desarrollo de la enfermería y medicina, centros hospitalarios, medicamentos, servicios comunitarios, entre otros servicios de rubro sanitario. Medio ambiente, abarca los factores externos que se vinculan con la salud del individuo (22).

Asimismo, cuenta con las siguientes bases conceptuales:

Preescolares: Es el niño o niña menor de 5 años que se encuentra en la etapa del proceso educativo que antecede a la escuela primaria. Esto quiere decir que, antes de iniciarse en la educación primaria, los niños pasan por un periodo calificado como preescolar (23).

Estilo de vida: Es el conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan las personas de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal. El estilo de vida que adoptamos tiene repercusión en la salud tanto física como psíquica. Un estilo de vida saludable repercute de forma positiva en la salud. Comprende hábitos como la práctica habitual de ejercicio, una alimentación adecuada y saludable, beber suficiente agua de calidad (por ejemplo, con un dispensador de agua purificador), el disfrute del tiempo libre, actividades de socialización, mantener la autoestima alta, etc. (24)

Estado nutricional: Es el resultado del balance entre las necesidades y el gasto de energía alimentaria y otros nutrientes esenciales, y secundariamente, de múltiples determinantes en un espacio dado, representado por factores físicos, genéticos, biológicos, culturales, psico-socio-económicos y ambientales (25).

III. HIPÓTESIS:

H₀: No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y estado nutricional preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de la investigación

Tipo de investigación

Cuantitativa: Implicó el uso de herramientas informáticas, estadísticas, y matemáticas para obtener resultados (26).

Nivel de investigación

Descriptiva: Describió los datos y características de la población o fenómeno en estudio. Se caracterizaron porque primero se midieron las variables y luego, mediante pruebas de hipótesis correlacionales y la aplicación de técnicas estadísticas, se estimó la correlación. (27).

Diseño de la investigación

Correlacional: Ya que tuvo como finalidad establecer el grado de relación o asociación no causal existente entre dos o más variables.

No experimental de doble casilla: Se realizó sin manipular deliberadamente variables. Se basó fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para después analizarlos, además fue de doble casilla ya que se compararon dos variables. (28).

4.2. Población y muestra

Población

Estuvo constituido por 60 niños preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

Muestra

Se trabajó con 48 niños preescolares de la Institución Educativa N° 318, debido a que sólo ellos cumplieron con los criterios de inclusión.

Unidad de análisis

Cada preescolar de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja, que formaron parte de los criterios de investigación y de la muestra.

Criterios de inclusión

- Preescolares matriculados en la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja.
- Padres de familia de preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja, que aceptaron que sus hijos participen en el estudio.
- Padres de familia de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja, que contaron con disponibilidad de participar en el cuestionario como informantes sin importar sexo y su nivel de escolarización.

Criterios de exclusión

- Preescolares matriculados en la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja, que presenten algún trastorno mental (problemas neurológicos).
- Preescolares matriculados en la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja, que presenten problemas de comunicación.

4.3. Definición y operacionalización de la variables e indicadores

ESTILO DE VIDA

Definición conceptual

Es el conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan las personas de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal (29).

Definición operacional

Estilo de vida no saludable < 170

Estilo de vida suficiente 170 -189

Estilo de vida saludable 190 - 200

ESTADO NUTRICIONAL

Definición conceptual

Es la situación de salud y bienestar que determina la nutrición en una persona o colectivo. Asumiendo que las personas tenemos necesidades nutricionales concretas y que estas deben ser satisfechas, un estado nutricional óptimo se alcanza cuando los requerimientos fisiológicos, bioquímicos y metabólicos están adecuadamente cubiertos por la ingestión de nutrientes a través de los alimentos (30).

Definición operacional

La clasificación infantil sobre los percentiles indica:

Desnutrición: percentil menor de 3.

Normal: percentil entre 3 y 85.

Sobrepeso: percentil entre 85 y 97.

Obesidad: percentil mayor de 97.

4.4.Técnica e instrumentos de recolección de datos

En la presente investigación de tesis en preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote, se empleó la técnica de observación y entrevista estructurada para la aplicación del instrumento y/o herramienta. El cuestionario se aplicó a las madres con el fin de obtener información del estilo de vida de los niños (as).

Instrumento

En la investigación de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote, se utilizó el instrumento de Becerra Z.; para la recopilación de datos que se consigan la información de las dos variables de estudio: estilos de vida y estado nutricional, donde consta de 40 ítems, IMC), que se determinan a continuación:

ESTILO DE VIDA

Fue evaluado mediante un cuestionario “Estilo de vida y estado nutricional en escolares” realizado por Zafira Becerra (Anexo N°1). El cuestionario final constó de 40 preguntas cada una de las cuales tiene opciones a responder que van desde el 1 al 5. Si la respuesta fue favorable (diariamente) la calificación fue con 5 y si fue desfavorable (nunca) se calificó con 1. Una vez obtenido las respuestas de los ítems se sumaron resultando, el puntaje mínimo de 40 puntos y un máximo de 200 puntos. Los resultados se categorizaron en: Estilo de vida no saludable < 170 puntos; Estilo de vida suficiente entre 170 a 189 puntos y Estilo de vida saludable 190-200 puntos.

ESTADO NUTRICIONAL

Se pesó a los escolares con una balanza digital de pie, seguido se procedió a tallar al preescolar mediante un tallímetro, calculando así el índice de masa corporal de los preescolares (IMC), después de ello, se registraron los resultados en una tabla de crecimiento y peso infantil, con la cual se obtuvo el percentil que más se ajusta al pequeño. Los percentiles indican la posición relativa del IMC de un niño respecto a su grupo de coetáneos, de su mismo género y edad; de esta manera, se clasificó según sea su estado de nutrición para después ser procesados en Excel.

Para pesar a los niños se realizó sin calzado, con la ropa mínima posible para que salga el peso exacto, para la talla se verificó que las niñas no tengan el pelo recogido.

Confiabilidad interevaluadora

En el presente estudio, se determinó la validez del instrumento estilo de vida mediante la medida de adecuación muestra de Keiser Meyer-Olkin y el test de Bartlett y la confiabilidad del instrumento se determinó en función al estadístico Alfa de Cron Bach obteniendo una confiabilidad de 0.910 concluyendo, que el instrumento cuenta una excelente consistencia interna, encontrándose apta para su ejecución. La validez del contenido fue realizada por 04 profesionales con amplia experiencia en el tema (Una Enfermera con Especialidad en Salud Comunitaria; Una Enfermera con Especialidad en Pediatría; Una Licenciada en nutrición con diplomado en nutrición clínica y un Psicólogo con Especialista en Psicología Clínica), luego del cual se hizo una prueba piloto con 20 estudiantes y finalmente hizo las correcciones finales con los profesionales mencionados.

4.5. Plan de análisis

4.5.1. Procedimientos de recolección de datos:

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se consideraron los siguientes aspectos:

- Se solicitó el permiso a la directora de la Institución Educativa N° 318 a través de un documento escrito, el cual fue aceptado.
- La directora facilitó el acceso a los números telefónicos de los padres de familia, ya que, debido a la pandemia del COVID-19, los niños no llevaban clases presenciales.
- Se prosiguió a realizar las llamadas telefónicas a los padres de familia de los preescolares Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote, donde se informó sobre la investigación y confidencialidad de resultados. Asimismo, se coordinó el día de la visita para la aplicación del instrumento.
- Ya en el día previsto, se hizo entrega del consentimiento informado y realizó la lectura de las instrucciones del instrumento a los padres de preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote.
- Se prosiguió con la aplicación del instrumento a los padres de familia, ellos dieron a conocer las actividades de su niño (a) preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote.
- El instrumento se aplicó en tiempo de 15 minutos, las respuestas fueron marcadas por el investigador luego de que el padre de familia respondió a las preguntas.

- Seguidamente, se pesó y talló a los prescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote.
- Los datos fueron sometidos a la prueba estadística de Chi cuadrado con un nivel de confianza de 95% y un margen de error de 1% con la finalidad de distinguir si existe relación entre las variables de estudio.

4.5.2. Análisis y Procesamiento de los datos:

Los datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel, luego se exportaron a una base de datos en el software PASW Statistics versión 18.0, para su respectivo procesamiento. Para el análisis de los datos se construyó tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. Así como sus respectivos gráficos estadísticos.

4.6. Matriz de consistencia

ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	VARIABLES	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación entre el estilo de vida y estado nutricional en los niños preescolares de la institución educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020?	Establecer la relación entre el estilo de vida y estado nutricional en los niños preescolares de la institución educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.	Determinar el estilo de vida en los niños preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020. Evaluar el estado nutricional en los niños preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.	Variable dependiente: Estilo de vida Variable independiente: Estado nutricional	Tipo: Cuantitativo. Nivel: Descriptivo. Diseño: Correlacional, transversal. Muestra: Estuvo constituida por 48 niños preescolares de la Institución Educativa N° 318.

4.7.Principios éticos

Protección a las personas

El cuestionario fue aplicado a los preescolares, donde se preservó la protección respetándose la dignidad, diversidad, confidencialidad, identidad y privacidad. (31)

Libre participación y derecho a estar informado

Los preescolares y padres de familia, fueron informados acerca de la investigación; así también contaron con la libertad de aceptar la participación de esta, por libre voluntad. (Anexo N° 4)

Beneficencia y no maleficencia

En esta investigación se respaldó el bien de las personas en estudio. Enfatizándose el no ocasionar daños físicos ni morales, minimizando los efectos contrarios.

Justicia

Las personas que participaron en el presente estudio tuvieron el derecho de conocer los resultados obtenidos. Asimismo, fueron tratados con razonabilidad evitando injusticias.

Integridad científica

El investigador tiene la responsabilidad de asumir una conducta íntegra, realizando la evaluación y declaración de daños, beneficios y riesgos que son potenciales y pueden influenciar de manera negativa a los participantes de la presente investigación. Por ello, en la presente investigación se asumieron conductas íntegras para el bienestar de los entrevistados.

V. RESULTADOS

Resultados

ESTILO DE VIDA

Tabla N° 1

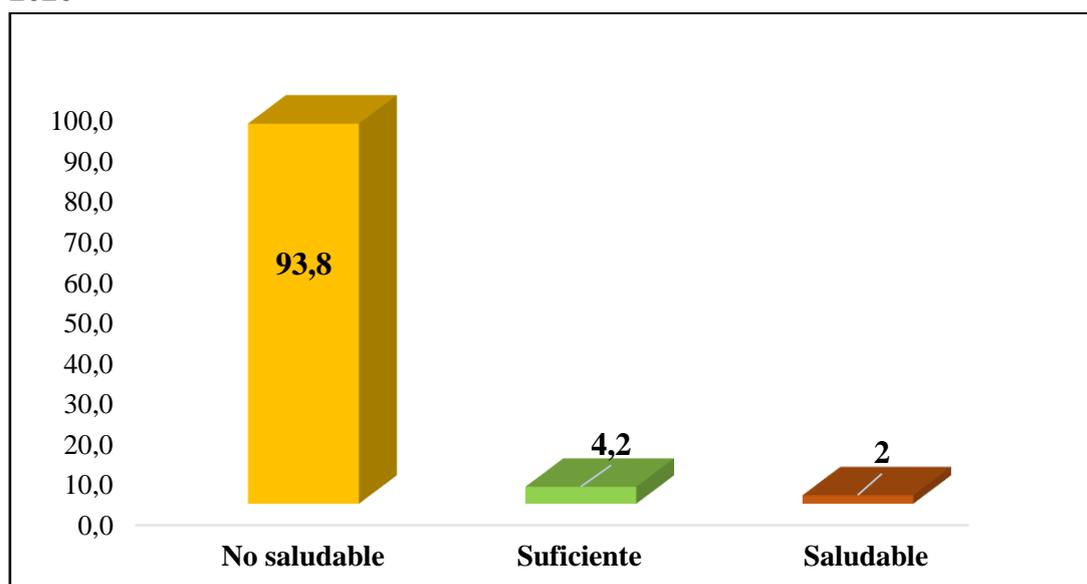
“ESTILO DE VIDA EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020”

Estilo de vida	n	%
No saludable	45	93,8
Suficiente	2	4,2
Saludable	1	2,0
Total	48	100,0

Fuente: Cuestionario de estilo de vida y estado nutricional en escolares, elaborado por Becerra Z, aplicada en niños preescolares de la Institución Educativa N°318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

GRÁFICO DE TABLA N° 1

ESTILO DE VIDA EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020



Fuente: Cuestionario de estilo de vida y estado nutricional en escolares, elaborado por Becerra Z, aplicada en niños preescolares de la Institución Educativa N°318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

ESTADO NUTRICIONAL

Tabla N° 2

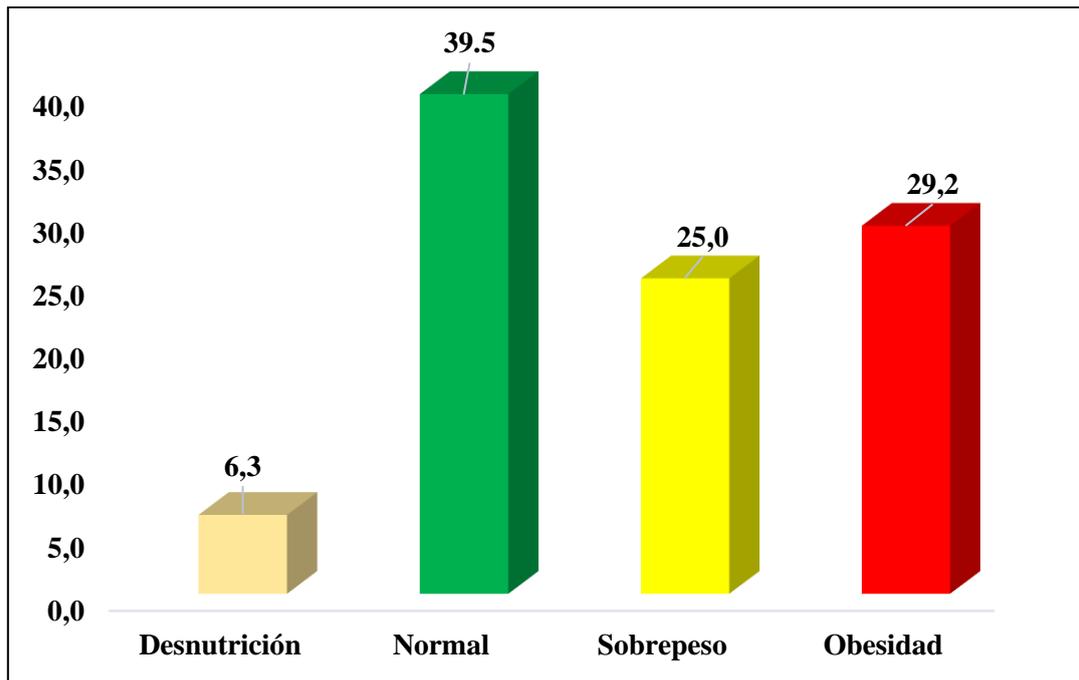
“ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020”

Estado Nutricional	n	%
Desnutrición	3	6,3
Normal	19	39,5
Sobrepeso	12	25,0
Obesidad	14	29,2
Total	48	100,0

Fuente: Resultados de la dimensión Peso / Talla del estado nutricional aplicada en niños preescolares de la Institución Educativa N°318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

GRÁFICO DE TABLA N° 2:

ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020



Fuente: Resultados de la dimensión Peso / Talla del estado nutricional aplicada en niños preescolares de la Institución Educativa N°318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

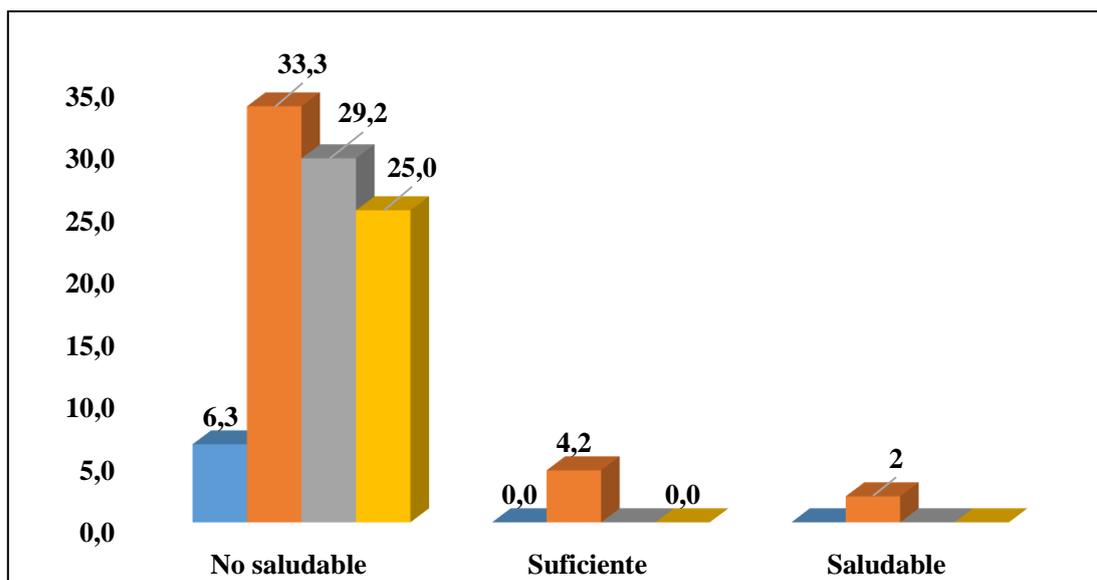
Tabla N° 3
“RELACIÓN ENTRE ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020”

ESTILO DE VIDA	ESTADO NUTRICIONAL								TOTAL	
	Desnutrición		Normal		Obesidad		Sobrepeso			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
No saludable	3	6,3	16	33,3	14	29,2	12	25,0	45	93,8
Suficiente	0	0	2	4,2	0	0	0	0	2	4,2
Saludable	0	0	1	2,0	0	0	0	0	1	2,0
Total	3	6,3	19	39,5	14	29,2	12	25,0	48	100

$X^2 = 4.884$; $gl = 6$; $p = 0.559 > 0.05$ (No existe relación significativa entre las variables)

Fuente: Cuestionario de estilo de vida y estado nutricional en escolares, elaborado por Becerra Z, aplicada en niños preescolares de la Institución Educativa N°318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

GRÁFICO DE TABLA N° 3
ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020



Fuente: Cuestionario de estilo de vida y estado nutricional en escolares, elaborado por Becerra Z, aplicada en niños preescolares de la Institución Educativa N°318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

Análisis de resultados

En la tabla 1: Del 100% (48) de preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja, el 93,8% (45) tiene un estilo de vida no saludable, 4,2 % (2) suficiente, 2,0% (1) saludable.

Así, en la investigación la mayoría tiene estilo de vida no saludable y menos de la mitad suficiente y saludable.

Existen estudios que se asemejan a los resultados de la investigación, como lo investigado por Díaz A, (32). En la investigación “Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares en Cuba, 2019”, concluyendo en que un porcentaje elevado, tiene estilo de vida no saludable debido al consumo de alimentos altos en azúcar, además de baja ingesta de proteínas, altos niveles de sodio.

Asimismo, difiere con lo investigado por Moya M, (33). En la investigación “Estilos de vida saludables en niños de una institución de educación inicial, 2020”. Concluye hay niños que presentan estilo de vida saludable ya que el 91,09% se ubica en normalidad en la clasificación del estado nutricional. En cuanto a la higiene personal, mayoritariamente se lavan las manos y se cepillan los dientes (después de cada comida y al acostarse) y se duchan diariamente.

Es bien sabido que el estilo de vida es el comportamiento que asume el individuo para lograr un completo estado de bienestar. Por otro lado, el estilo de vida inadecuado hace referencia a actitudes que desarrollan efectos negativos para la salud. Es por ello, que, en la primera etapa de vida, es decisivo adquirir y consolidar hábitos saludables ya que, se pueden establecer conductas estilo de vida saludable que logran preservarse a lo largo de los años (34). En

el caso de los niños preescolares, los padres juegan un papel muy importante ya que son responsables de supervisar su vida diaria e incluso ser ellos de ejemplo con sus acciones sobre hábitos positivos, ya que, los niños asumen comportamientos que observan en el ámbito familiar (35).

Por ende, en esta comunidad de preescolares, se evidencia un estilo de vida no saludable en la mayoría de niños(as), esto se debe al confinamiento vivido por la COVID-19. Los niños llevan una vida sedentaria, ya no recurren a los parques, ni lugares públicos para realizar deporte. Los preescolares utilizan como medio de distracción el celular y/o televisor, obviando así una parte fundamental de la niñez siendo esta, la recreación a través de actividades físicas. Asimismo, los padres de familia, debido a los bajos recursos económicos e incluso labores en el trabajo, no brindan una alimentación adecuada a sus menores hijos, por ende, esto ha generado problemas de salud en los preescolares como sobrepeso, obesidad e incluso desnutrición. Asimismo, Nola Pender menciona las dimensiones que todo ser humano tiene:

En cuanto a la alimentación en el preescolar de esta Institución Educativa, se evidencia que no consumen alimentos nutritivos que le ayuden en su crecimiento y desarrollo, esto es debido a que los padres brindan alimentos basados en frituras, carbohidratos y no optan por la alimentación saludable ricos en proteínas, carbohidratos y vitaminas, de manera proporcional. Otro de los factores es que, muchos de los padres trabajan y dejan a sus hijos al cuidado de otras personas (hermanos adolescentes, abuelos, entre otros) que no brindan una correcta alimentación, esto trae como consecuencia la predisposición de enfermedades prevalentes en la infancia

como la anemia, las IRAS y EDAS; ante esto la directora ejecutiva de UNICEF Henrietta Fore, afirmó en el año 2019, que uno de cada tres niños menores de 5 años, padecen de sobrepeso y/o desnutrición por una mala alimentación, además el 45% de niños en el mundo no consumen verduras o frutas (36).

Actividad y ejercicio, en los preescolares de la Institución Educativa N° 318, los niños no realizan actividad física continua, esto se debe al impacto del COVID-19, ya que debido al confinamiento la actividad física ha dejado de ser una prioridad, ante esto los niños viven una vida sedentaria; como lo señala la Organización Mundial de la Salud en el año 2020, el 80% de niños y niñas en el mundo no realizan ejercicios diariamente, lo cual es perjudicial para su salud (37).

Así también, en cuanto a la responsabilidad en salud en los preescolares, se puede evidenciar que generalmente los niños adoptan las conductas que sus padres les enseñan, por ejemplo, se lavan los dientes de manera recurrente, se lavan las manos antes y después de ir al baño; estos hábitos son positivos; sin embargo, también se logra evidenciar la falta de responsabilidad en cuanto a la frecuencia de la higiene corporal, así como también de la supervisión de las uñas tanto de las manos y pies. Esto se debe muchas veces al cambio climático, los padres optan por bañar a sus hijos de 3 a 5 veces a la semana. Ante ello, el Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus, director general de la OMS, en el año 2019, señaló que «La primera infancia es un período de rápido desarrollo y una época en la que los modos de vida familiar pueden adaptarse para mejorar la salud». Por esto, los padres tienen un rol importante puesto que son ellos quienes

orientan y guían al infante a asumir conductas responsables frente a su salud.
(38)

En cuanto al manejo de estrés, debido al confinamiento los niños realizan actividades en el hogar, entre las que se destacan ámbitos de estudio y recreación. Los preescolares logran manejar las situaciones estresantes empleando la televisión, celular y computadora como medio distractor. Las madres de familia afirman que sus hijos juegan en casa y por lo general no salen fuera de ella, para protegerlos de la pandemia. Ante esto, en el seminario virtual organizado por el Ministerio de Salud y Organización Panamericana de la Salud, en el año 2020, señalaron que los niños representan una población vulnerable en el contexto de COVID-19, ya que la pandemia está generando problemas específicos en la salud mental de los niños que deben ser detectados y tratados. Por ello, se plantearon estrategias en cuatro áreas clave: información; seguridad y confianza; aislamiento y confinamiento; y escolarización; donde se destaca la gran labor que tienen los padres de familia y cuidadores brindando confianza, para que los preescolares expresen sus emociones de manera propia, reforzando así los vínculos parentales en estos tiempos de crisis mundial (39).

Asimismo, en el apoyo interpersonal de los preescolares, se evidencia a la familia como el soporte que el niño necesita. Mayormente, son las madres y profesores de la Institución Educativa, quienes deben ser mentores para el desarrollo interpersonal de los niños. Como se sabe, los preescolares ya no entablan amistades debido al COVID – 19, ya no se relacionan con compañeros de aula de manera física, esto acarrea una problemática, ante ello, la Academia

de Pediatría, en el año 2020, señaló que las relaciones interpersonales son importantes para la salud y el bienestar de toda familia, por ende, los niños deben ser guiados correctamente por los padres, estableciendo límites y brindándoles amor; de esta manera se fomenta una conducta segura y optimista por parte de los preescolares (40).

También, se evidencia la autorrealización en los preescolares, puesto que logran lavarse las manos de manera autónoma e incluso se visten solos, además comunican lo que sienten; estas actividades denotan la realización personal en la que están encaminados. Ante esto, el doctor Federico Gómez del Hospital Infantil de México, señala la autorrealización ayuda a que los preescolares se sientan útiles, motivados y satisfechos frente a sus logros personales. Asimismo, frente a su desarrollo emocional, expresa con sinceridad y como se siente (41).

Por lo que se plantea la siguiente propuesta de conclusión: que se intensifiquen las campañas de salud en los niños preescolares, ya que, a través de ello, estos lograrán mejorar y adoptar un buen estilo de vida con el compromiso responsable de los padres de familia; asimismo, se insta a que ellos asuman una cultura saludable para que sus hijos e hijas vean reflejado un buen ejemplo en su estilo de vida.

En la tabla 2:

Del 100% (48) de preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja, el 39,5% (18) tiene un estado nutricional normal, el 29,2% (14) obesidad, el 25,0% (12) presenta sobrepeso y el 6% (3) desnutrición.

Así, menos de la mitad de preescolares presenta un estado nutricional normal, seguido de obesidad, sobrepeso y desnutrición.

Estos resultados obtenidos tienen una similitud con lo encontrado en el estudio realizado por Castillo T, (42). En su investigación titulada: “Estado nutricional de preescolares en una Institución Educativa Inicial Pública de Ventanilla - 2018”. Los cuales fueron que: la mayoría se encuentra con un estado nutricional dentro de los parámetros normales el cual es un indicador de una adecuada nutrición, se asemejan el 0,4% de niños se encuentran con desnutrición crónica el cual indica que la ingesta de alimentos no es suficiente tampoco la adecuada para el desarrollo del niño.

Por otro lado, difieren con los resultados obtenidos por Chachi Z, (43). En su investigación titulada: “Relación entre el estado nutricional y el desarrollo psicomotor en preescolares de la institución educativa integrada N° 320 Señor De Los Milagros, Rímac”. Concluyendo que el 82,7% niños tuvieron estado nutricional normal, asimismo el 9,1% presentó bajo peso. Además, se detectaron preescolares con sobrepeso de estos el 8,2%.

En cuanto al estado nutricional en los preescolares la mayoría se encuentra en el rango normal, lo cual es un resultado óptimo, sin embargo, hay problemáticas de salud como: obesidad, sobrepeso y desnutrición. Esto se debe a los malos hábitos alimenticios y falta de actividad física en los preescolares.

El sobrepeso se definió en que la persona tiene más grasa corporal de la que es saludable. Todos tienen algo de grasa en el cuerpo, pero el exceso de ello, puede causar problemas de salud. Los niños con sobrepeso tienen dificultad para moverse y seguir el ritmo de sus amigos en el parque de juegos.

Es posible, incluso, que sean el blanco de bromas o se sientan mal con ellos mismos (44).

Asimismo, la obesidad también es una enfermedad grave que afecta a niños. Es particularmente problemática porque, el sobrepeso a menudo genera que el niño comience a padecer problemas de salud que antes se consideraban problemas de adultos, como: la diabetes, la presión arterial alta y el colesterol alto. La obesidad infantil puede generar baja autoestima y depresión (45).

Por otro lado, la desnutrición es una afección en la que el niño presenta un retraso en su crecimiento. Se mide comparando la talla del niño con el estándar recomendado para su edad. Indica una carencia de los nutrientes necesarios durante un tiempo prolongado, por lo que aumenta el riesgo de que contraiga enfermedades y afecta al desarrollo físico e intelectual del niño (46).

Ante ello, hay un porcentaje considerable de preescolares con obesidad y sobrepeso, esto debido a que el niño no realiza actividades que mantengan su buen estado de salud. Hoy en día el preescolar realiza clases frente a una computadora, y hace usos de juegos virtuales para su distracción, esto conlleva al niño adoptar una vida no saludable (mala alimentación, sedentarismo, etc.). Por la tanto, los padres tienen el compromiso de adoptar buenos hábitos de alimentación y promover la actividad física en el niño y en el hogar.

Hay un mínimo porcentaje de niños que sufren de desnutrición, ya que no reciben una alimentación adecuada con nutrientes necesarios para el desarrollo, algunos niños de esta comunidad viven en hogares con bajos recursos, este es un detonante para padecer esta enfermedad, ya que los padres no pueden adquirir todos los alimentos necesarios para sus hijos. Sin embargo,

es importante señalar el apoyo del Estado para con los preescolares, puesto que cada mes entregan víveres de forma gratuita a los niños matriculados en la Institución Educativa, lo cual es un apoyo para las familias. Si bien es cierto son pocos niños con esta enfermedad, lo ideal sería que ningún preescolar padezca de este enemigo de la subsistencia infantil, ya que puede desencadenar afecciones como: diarreas, neumonías y malaria e incluso llevar a la muerte.

Por lo que se plantea la siguiente propuesta de conclusión: que, en los centros de estudios de nivel inicial, se incorporen quioscos saludables, de esta manera se contribuirá de forma positiva en la alimentación de los niños y niñas de dichas instituciones, asimismo, generar conciencia en los docentes y padres a través de la sensibilización sobre la importancia de una buena alimentación. Asimismo, que se continúe con el apoyo del Estado con los niños, en cuanto a los desayunos Qali Warma y víveres pues son de gran apoyo para las familias con bajos recursos.

En la tabla 3: Con respecto a la relación entre el estilo de vida estado nutricional en niños preescolares de la Institución Educativa N°318, no existe relación estadísticamente significativa.

El 33,3%, 4,3% y 2,0% presenta estado nutricional normal con un estilo de vida no saludable, suficiente y saludable; respectivamente. El 29,2% tiene obesidad y estilo de vida no saludable, el 25,0% sobrepeso y estilo de vida no saludable. El 6,3% presenta desnutrición y estilo de vida no saludable.

Estos resultados obtenidos tienen una similitud con lo encontrado en el estudio realizado por Mera D, (47). En su investigación titulada “Estilos de vida y su relación en el estado nutricional en estudiantes de la Institución

Educativa Marcial Acharan y Smith – Trujillo, 2019”. Logró concluir en cuanto al estilo de vida, el 19.0% presenta un estilo de vida poco saludable, el 24.1% saludable y el 6,9% muy saludable. En cuanto al estado nutricional el 8,6% obesidad, talla baja y sobrepeso el 6,9%, asimismo el 25,9% sobrepeso, talla baja el 8,6% y el 50% normal. Además, al realizar la Prueba de Chi- Cuadrado se halló relación estadísticamente significativa entre el estado nutricional y estilo de vida.

Por otro lado, difiere con lo investigado por Salazar R, (48) en su investigación titulada “Estado nutricional y condiciones de vida de escolares rurales de Tucumán, Argentina: un estudio observacional transversal, 2021”. Concluyendo que el 54,3% presentó estado nutricional adecuado; 5,6% desnutrición (3,9% Baja Talla/Edad y 1,7% Bajo IMC/Edad) y 40,1% exceso de peso (21,3% sobrepeso y 18,8% obesidad). Los resultados informaron que el consumo predominante fueron grasas saturadas, harinas refinadas y azúcares a través de panificados, bebidas azucaradas y golosinas, seguido por frutas, carnes y yogur. El 72,5% de los escolares realizaba ejercicio físico semanal y el 67,7% no superaba las 3 horas diarias frente a las pantallas de televisión y computadora.

El estilo de vida hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por las personas, algunas no saludables. Se concibe como la unidad de lo social y lo individual, es la realización de la personalidad en la práctica social diaria, en la solución de sus necesidades (49).

El estado nutricional es el resultado del balance entre las necesidades y el gasto de energía alimentaria y otros nutrientes esenciales, y

secundariamente, de múltiples determinantes en un espacio dado, representado por factores físicos, genéticos, biológicos, culturales, psico-socio-económicos y ambientales (50).

Ante ello, La mayoría presenta una vida no saludable, lo cual es muy preocupante; los preescolares no realizan muy seguido actividades provechosas para su salud. Posiblemente se debe a factores sociales como el de la pandemia COVID-19, además el bajo nivel económico no satisface las necesidades básicas de los niños, lo que lleva a comportamientos inapropiados como la falta de ejercicio y la mala nutrición. Por otro lado, existen niño que tienen vida suficiente esto se debe probablemente a que las madres desconocen de una buena alimentación y realizan lo posible por darle lo mejor a sus hijos, sin embargo, esto no es lo idóneo. En cambio, existe un mínimo porcentaje que mantiene una vida saludable, esto se debe a que tanto su alimentación y actividad física, van de la mano y de manera óptima.

En la actualidad los problemas de obesidad, sobrepeso y desnutrición, se dan con recurrencia en los niños. La desnutrición, es una enfermedad producida por un insuficiente aporte de proteínas y/o calorías, necesario para satisfacer las necesidades alimentarias del organismo. En su origen interfieren numerosos factores, tales como la pobreza, la escasez en la disponibilidad de alimentos, la privación económica, los hábitos dietéticos, la mala calidad del agua para beber, la selección inapropiada de alimentos y la asociación con infecciones parasitarias. Por otra parte, la malnutrición por exceso, es decir, el sobrepeso y la obesidad, es un factor de riesgo para el desarrollo de

enfermedades crónicas como la diabetes, las dolencias cardíacas o algunos tipos de cáncer (51).

Ante ello, en esta comunidad los resultados muestran que hay preescolares que, aunque tienen un estilo de vida no saludable estos presentan un estado nutricional normal, otros obesidad, sobrepeso y desnutrición. Es probable que el estado nutricional de los niños se vea influenciado por muchos factores y no solo por el consumo de alimentos, por ello, los resultados de esta investigación concluyen que el estilo de vida no tiene relación con el estado nutricional del preescolar.

Por lo que se plantea la siguiente propuesta de conclusión: Que se intensifique Campañas de Promoción y Prevención de la Salud en preescolares de forma virtual, educando a los padres de familia sobre la importancia de la actividad física y de una buena alimentación, de esta manera que puedan tomar conciencia del daño que pueden estar atravesando sus hijos.

VI. CONCLUSIONES

Luego de analizar y discutir los resultados del presente trabajo de investigación se detallan las siguientes conclusiones:

- Al realizar la prueba del Chi Cuadrado, entre el estilo de vida y el estado nutricional se encontró que no existe relación estadísticamente significativa. Ante ello, expongo que, es importante mantener un equilibrio entre ambas variables y para ello es indispensable la labor de los padres de familia, ya que son ellos quienes brindan educación en el hogar a través de buenos hábitos de higiene, ejercicios y alimentación; de esta manera se contribuirá para el bienestar de los niños quienes están a tiempo de asumir conductas saludables.
- En cuanto al estilo de vida, la mayoría de preescolares tiene un estilo de vida no saludable y menos de la mitad saludable y suficiente. Por lo tanto, ante lo expuesto, señalo que el preescolar debería mejorar su estilo de vida, para ello necesita la supervisión de los padres o tutores, puesto que ellos son los responsables de la salud y bienestar de los menores, por ello, asumir el compromiso de llevar conductas saludables, para que los niños puedan imitar estos buenos hábitos y mejoren su estilo de vida.
- Asimismo, en cuanto al estado nutricional de los preescolares; menos de la mitad tienen un estado nutricional normal, seguido de sobrepeso, obesidad y desnutrición. Ante ello, expongo que, si bien es cierto, gran parte de los preescolares tienen un estado nutricional óptimo; aún existen niños que cuentan con afecciones como el sobrepeso, obesidad y desnutrición lo cual es preocupante, por ende, es necesario el apoyo de las autoridades de los

centros de estudio; para que se puedan generar ideas de mejora en bienestar de los preescolares y así esta población logre contar con una mejor alimentación.

VII. RECOMENDACIONES

- Informar a la junta directiva de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja – distrito Chimbote, sobre los resultados obtenidos acerca del estilo de vida y estado nutricional de los preescolares, de esta manera se logren formular actividades para mejorar el estilo de vida y nutrición de los estudiantes, por ende, disminuir los riesgos a los que se encuentran sometidos.
- Comunicar a las autoridades locales y regionales, con la finalidad de que trabajen en conjunto a fin de crear estrategias de utilidad para el bienestar de los preescolares; pues los actores sociales tienen la responsabilidad de difundir a través de campañas de prevención en mejoras para la preservación de la salud.
- Recomendar a la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, escuela Profesional de Enfermería; seguir promoviendo la elaboración de investigaciones en el área de determinantes de la salud – estilo de vida y estado nutricional; para generar aportes significativos que ayuden a futuras investigaciones, logrando así, disminuir los factores de riesgo en los preescolares.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Panamericana de la Salud (OPS). España, 2020. [fecha de acceso 12 de octubre de 2020]. URL disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/nutricion>
2. Gonzáles O. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. España, 2020. [fecha de acceso 24 de setiembre de 2021]. URL disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2020-03/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente-2/>
3. Fondo de las Naciones Unidas (UNICEF). Niños, alimentos y nutrición, Crecer bien en un mundo en transformación. Estados Unidos, 2019. [fecha de acceso 12 de octubre de 2020]. URL disponible en: <https://www.unicef.org/media/61091/file/Estado-mundial-infancia-2019-resumen-ejecutivo.pdf>
4. López M. Estado nutricional de niños menores de cinco años en el caribe colombiano. Colombia, 2018. [fecha de acceso 12 de octubre de 2020]. URL disponible en: https://www.researchgate.net/publication/331741327_Estado_nutricional_de_ninos_menores_de_cinco_anos_en_el_caribe_colombiano
5. Ministerio de Salud (MINSa). Estado nutricional de niños peruanos menores de 5 años. Perú, 2018. [fecha de acceso 12 de octubre de 2020]. URL disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/sala_nutricional/sala_1/2019/sala_situacional_del_estado_nutricional_de_ninos_menores_de_cinco_anos_2018.pdf

6. Ministerio de Salud (MINSA). Estado nutricional de niños peruanos menores de 5 años 2019. Perú, 2019. [fecha de acceso 12 de octubre de 2020]. URL disponible en:
https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/sala_nutricional/sala_1/2020/sala_situacional_estado_nutricional_ninos_menores_de_5_anos_sien-his_2019.pdf
7. Vílchez Dávila W. Estado Nutricional de Niños y Gestantes que acceden a Establecimientos de Salud. Perú, 2019. [fecha de acceso 12 de octubre de 2020]. URL disponible en:
https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2019/informe_gerencia_sien_his_2019.pdf
8. Red Pacífico Norte, Microred Progreso, Unidad de Red PS La Esperanza.
9. Sumba C. Estado nutricional de niños menores a 2 años que acuden al centro de salud FICSH Sucúa, enero – marzo 2022 [en línea]. Ecuador, 2022. [fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
<https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/39112/1/Trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf>
10. Díaz Yanesdy A. Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares [en línea]. Cuba, 2019. [fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
<http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/1973/439>
11. Rivas Suarez L, Moya Sifontes M, Bauce G. Estilos de vida saludables en niños de una institución de educación inicial. [en línea]. Venezuela, 2020. [fecha de

acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
<http://portal.amelica.org/ameli/journal/101/1011187008/html/>

- 12.** Albornoz Cárdenas I, Macedo Dávila R. Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 3 años del centro de salud Breña, Lima 2018 [en línea]. Perú, 2018 [fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:

<http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2751/TESIS%20Albornoz%20Isabel%20%20Macedo%20Ross.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- 13.** Santander Ramírez I. “Relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de niños de 3 a 5 años de edad de la Institución Educativa Inicial N°835 – Estrellitas De Jesús – Pueblo Libre – Belén Zona Baja [en línea]. Perú, 2017 [fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
https://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12737/5369/Ingrid_Tesis_Titulo_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- 14.** Romero I. Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial, N° 049 “Mis Primeros Pasos”, Andrés Araujo Morán, Tumbes, 2020. [en línea]. Perú, 2020 [fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:

<https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2192/TESIS%20-%20ROMERO%20CAMPA%C3%91A.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- 15.** Núñez Jara A, Vargas Iparraguirre V. Antecedentes maternos, control de crecimiento y desarrollo relacionado al estado nutricional del preescolar. Nuevo Chimbote, 2020. [en línea]. Perú, 2020 [fecha de acceso 20 de octubre

de 2020]. URL disponible en:
<https://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14278/3709/52231.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- 16.** Arotoma E. Mejorando el estado nutricional en niños menores de 36 meses en el Puesto De Salud Paria – Huaraz, 2019” [en línea]. Perú, 2019 [fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/11937/MEJORANDO_EL_ESTADO_NUTRICIONAL_EN_NINOS_MENORES_AROTOMA_NUNEZ_ENID.pdf?sequence=4
- 17.** Capillo Lucar R, Paredes Robles M. Estado nutricional y factores maternos del Preescolar en una Institución Educativa. Nuevo Chimbote. 2018 [en línea]. Perú, 2018[fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
<http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/3196/48887.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 18.** Arrechedera I. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud. [en línea]. España, 2018[fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>.
- 19.** Gómez M. Estilos de vida saludable en estudiantes de enfermería en la universidad cooperativa de Colombia [en línea]. Colombia, 2014[fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772014000100006
- 20.** De Arco O, Puenayan Y, Vaca Modelo de promoción de la salud en el lugar de trabajo: una propuesta. [en línea]. Colombia, 2019[fecha de acceso 20 de

octubre de 2020]. URL disponible en:
<http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v37n2/0121-4500-aven-37-02-227.pdf>

21. Organización Panamericana de la Salud. El Honorable Marc Lalonde. [en línea]. España, 2016[fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:

<https://www.paho.org/es/heroes-salud-publica/honorable-marc-lalonde>

22. Liñán R. Determinantes de salud. Modelos y teorías del cambio de conductas de salud. [en línea]. España: 2017. [fecha de acceso 2 de noviembre de 2020].

URL disponible en:

<http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>

23. Pérez J, Merino M. Definición de preescolar [en línea]. España: 2015. [fecha de acceso 9 de junio de 2021]. URL disponible en:

<https://definicion.de/preescolar/>

24. Consumoteca. Qué es el estilo de vida. Madrid, 2021. [fecha de acceso 9 de junio de 2021]. URL disponible en: [https://www.consumoteca.com/bienestar-](https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/)

[y-salud/estilo-de-vida/](https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/)

25. Figueroa D. Estado nutricional como factor y resultado de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. Brasil, 2004.[fecha de acceso 9 de junio de 2021]. URL disponible en:

<https://scielosp.org/article/rsap/2004.v6n2/140-155/>

<https://scielosp.org/article/rsap/2004.v6n2/140-155/>

26. International Research. ¿Qué es la investigación cuantitativa? [en línea].

España: 2016. [fecha de acceso 2 de noviembre de 2020]. URL disponible en:

<https://www.sisinternational.com/investigacion-cuantitativa/>

- 27.** Peña M. Metodología de la investigación [en línea]. Perú, 2012. [fecha de acceso 2 de noviembre de 2020]. URL disponible en:
http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf
- 28.** Dzul M. Diseño no experimental [en línea]. España: 2016. [fecha de acceso 2 de noviembre de 2020]. URL disponible en:
<https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-correlacional/>
- 29.** Consumoteca. Qué es el estilo de vida. Lo que dice sobre ti [en línea]. España: 2016. [fecha de acceso 2 de noviembre de 2020]. URL disponible en:
<https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>
- 30.** Rodríguez VM, Simón E. Estado nutricional [en línea]. México: 2014. [fecha de acceso 2 de noviembre de 2020]. URL disponible en:
https://wiki.elika.eus/index.php/Estado_nutricional
- 31.** Universidad los Ángeles de Chimbote (ULADECH). Código de ética de la investigación. Chimbote: 2019. [fecha de acceso 25 de octubre de 2019]. URL disponible en:
<file:///D:/Users/StevenGv/Downloads/codigo%20de%20%C3%A9tica%20para%20la%20investigaci%C3%B3n.pdf>
- 32.** Díaz Amador A. Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de preescolares [en línea]. Cuba, 2019. [fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
<http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/1973/439>
- 33.** Moya M. Estilos de vida saludables en niños de una institución de educación inicial [en línea]. Venezuela, 2020. [fecha de acceso 20 de noviembre 2021].

- URL disponible en:
<http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/101/1011187008/html/index.html>
- 34.** Benassar V. Estilos de vida y salud [en línea]. Colombia, 2018. [fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
<file:///C:/Users/admin/Downloads/tmbv1de1.pdf>
- 35.** Rojas M. Hábitos saludables en la infancia [en línea]. España: 2018. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en:
<https://www.riojasalud.es/servicios/pediatrica/articulos/habitos-saludables-en-la-infancia>
- 36.** Campo L. Estilos de vida saludables de niños, niñas y adolescentes [en línea]. Colombia: 2017. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en:
<http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v33n3/2011-7531-sun-33-03-00419.pdf>
- 37.** Orr S. Los niños fuera de peligro y las familias saludables [en línea]. España: 2006. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en:
https://www.childwelfare.gov/pubpdfs/prev_packet_2006_sp.pdf
- 38.** Organización Mundial de la Salud. Para crecer sanos, los niños tienen que pasar menos tiempo sentados y jugar más [en línea]. España: 2020. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en:
<https://www.who.int/es/news/item/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more>
- 39.** Organización Panamericana de la Salud. Ayudar a los niños a superar el estrés durante COVID-19 [en línea]. España: 2020. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en:
https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id

=15783:ayudar-a-los-ninos-a-superar-el-estres-durante-covid-19&Itemid=1426&lang=es

40. Academia Americana de Pediatría. Ventajas de las relaciones interpersonales de apoyo [en línea]. Estados Unidos: 2020. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en:
<https://www.acesaware.org/wp-content/uploads/2019/12/8-The-Benefit-of-Supportive-Relationships-Spanish.pdf>
41. Universidad Nacional Autónoma de México. Necesidad autorrealización [en línea]. México: 2015. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en: <https://es.slideshare.net/marianaalarcon7399/necesidad-autorrealizacion>
42. Castillo T. Estado nutricional de preescolares en una Institución Educativa Inicial Pública de Ventanilla - 2018. [en línea]. Perú:2018. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en:
https://repositorio.uich.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/493/Castillo_T_Z_Urbano_MR_Urbina_NN_articulo_bachiller_enfermeria_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y
43. Chacchi Z. Relación entre el estado nutricional y el desarrollo psicomotor en preescolares de la Institución Educativa Integrada N° 320 Señor De Los Milagros, Rímac. [en línea]. Perú, 2018 [fecha de acceso 20 de octubre de 2020]. URL disponible en:
<http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1989/TITULO%20%20Zonaly%20Margarita%20Chacchi%20Fuentes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

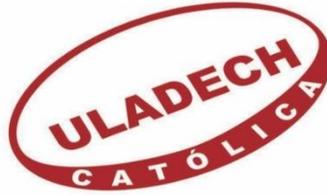
44. Gavin M. Cuando el sobrepeso es un problema de salud [en línea]. España;2017. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en: <https://kidshealth.org/es/teens/obesity.html>
45. Mayo Clinic. Obesidad Infantil [en línea]. España;2016. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/childhood-obesity/symptoms-causes/syc-20354827#:~:text=La%20obesidad%20infantil%20es%20una,alta%20y%20e1%20colesterol%20alto.>
46. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). La desnutrición Infantil [en línea]. España;2011. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en: <http://disde.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/3713/La%20desnutrici%C3%B3n%20infantil%20causas%2C%20consecuencias%20y%20estrategias%20para%20su%20prevenci%C3%B3n%20y%20tratamiento.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Un%20ni%C3%B1o%20que%20sufre%20desnutrici%C3%B3n,est%C3%A1ndar%20recomendado%20para%20su%20edad>
47. Mera Vizconde D. Estilos de vida y su relación en el estado nutricional en estudiantes de la Institución Educativa Marcial Acharan y Smith – Trujillo, 2019. [en línea]. Perú, 2019. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36207/mera_vd.pdf?sequence=1&isAllowed=y
48. Salazar R. Estado nutricional y condiciones de vida de escolares rurales de Tucumán, Argentina: un estudio observacional transversal,2021. [en línea].

Argentina:2021. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en:https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452021000100111

- 49.** Del Aguila R. Estilo de vida saludable. [en línea]. Chile; 2018. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible: <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html#:~:text=Los%20estilos%20de%20vida%20saludable,mente%20de%20una%20manera%20adecuada.>
- 50.** Figueroa D. Estado nutricional como factor y resultado de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. [en línea]. Brasil; 2004. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642004000200002#:~:text=El%20estado%20nutricional%20es%20el,%20D socio%20Decon%20C3%B3micos%20y%20ambientales.
- 51.** Jara P. Obesidad y desnutrición en niños, dos caras de la misma moneda [en línea]. Mexico:2019. [fecha de acceso 13 de septiembre de 2021]. URL disponible en: <https://elpais.com/hemeroteca/2019-01-19/>

ANEXOS

ANEXO N° 01



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO DE ESTILO DE VIDA PARA ESCOLARES

Instrumento elaborado por Zafira B, Chiclayo, 2019

Nombres y apellidos: _____

Edad: _____ Sexo: _____ Peso: _____ Talla: _____ IMC: _____

Instrucciones: Lea detenidamente las siguientes preguntas y marque con un aspa (X) la casilla de respuesta que tenga mayor relación con su la vida de su niño (a), si tienes alguna duda, pregunte con toda confianza. Muchas gracias.

N°	ASPECTOS	Respuestas				
		Nunca o menos de una vez por mes	1 o 3 veces por semana	1 o 2 veces por semana	3 o 6 veces por semana	Diariamente
1	Hago actividades físicas y/o deportivas con mi familia.					
2	Tomo gaseosas o frugos.					
3	Tomo leches saborizadas: chocolate, fresa.					
4	Estoy más tiempo en la computadora o videojuegos que jugando fútbol u otro deporte o actividad física.					
5	Comes al menos dos raciones de fruta al día.					

6	Comes al menos tres raciones de verdura al día como: lechuga, tomate, brócoli o zanahoria.					
7	Me paso 2 horas o más viendo programas de televisión.					
8	Como pizzas o hamburguesas.					
9	Como más de 4 panes en el día.					
10	Juego en el parque, jardín o patio con otros niños.					
11	Si estoy aburrido o triste me da por comer.					
12	Hago 5 comidas al día (desayuno, lonchera, almuerzo, tarde y cena).					
13	A la hora de recreo hago algún deporte o actividad física.					
14	Como algunas golosinas como: chicles, caramelos, papas de bolsa.					
15	Consumes frituras.					
16	Cuando tengo sed tomo agua sola.					
17	Practico algún tipo de actividad física o deportiva además de la que realizo en la escuela los días de Educación Física.					
18	Sigo comiendo aunque no tenga hambre, solo por acabar mi plato.					
19	Como al menos 2 frutas al día.					
20	Camino por lo menos 30 minutos por día.					
21	Cuando veo la televisión como golosinas o frituras.					
22	¿La lonchera que como todos los días es preparada en casa?					
23	Me paso más de 1 hora acostado durante la mañana o tarde.					
24	Si tengo hambre entre comidas, como una fruta.					
25	A la hora de comer veo la televisión.					
26	Me quedo en casa sentado/acostado, en vez de jugar o hacer deporte.					
27	Como al menos 2 verduras al día.					

28	Consumo helados, malteadas, café o chocolate, manjar o chocolate.					
29	¿Desayunas antes de ir a la escuela?					
30	¿Consumes 4 a 6 vasos de agua sola al día?					
31	Después de las comidas se lava los dientes por 1-3 minutos.					
32	¿Usas pasta dental?					
33	¿Revisas si tu cepillo dental aún está en buenas condiciones?					
34	¿Te enseñan la manera correcta de cómo cuidar tus dientes?					
35	¿Te lavas las manos antes y después de ir al baño?					
36	¿Cada cuánto tiempo te bañas?					
37	¿Te lavas las manos antes y después de ir a comer?					
38	¿Revisas si tus uñas de tus manos o pies están limpias y cortas?					
39	¿Te lavas las manos después de jugar, coger objetos contaminados y después de tocar las mascotas?					
40	¿Con qué frecuencia usas ropa limpia?					

Estilo de vida no saludable < 170 puntos

Estilo de vida suficiente entre 170 a 189 puntos

Estilo de vida saludable 190-200 puntos

ANEXO N° 02

ANÁLISIS DE CONFIABILIDAD

MÉTODO DE CONSISTENCIA INTERNA – ALFA DE CRONBACH

Cuestionario de estilos de vida para escolares de 9 a 12 años

1. Análisis de los casos

Coefficiente Alfa de Cronbach

Resumen del procesamiento de los casos

	N	%
Válidos	20	100,0
Casos Excluidos ^a	0	,0
Total	20	100,0

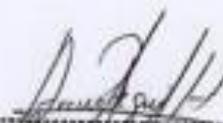
a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,910	40

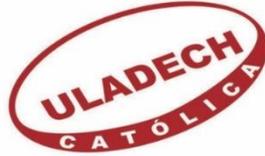
2. Interpretación

Considerando el instrumento de 40 ítems de tipo opción múltiple, se realizó un análisis de confiabilidad mediante el método de consistencia interna alfa de cronbach, obteniendo una confiabilidad de 0.910, concluyendo que el instrumento cuenta una excelente consistencia interna, encontrándose apta para su ejecución.


MSc. Betcy Fajardo
COESPE N° 331

ANEXO N° 03

ASENTIMIENTO INFORMADO



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

(Ciencias Médicas y de la Salud)

Mi nombre es Dara Anabel Guin Velásquez y estoy haciendo mi investigación, la participación de cada uno de ustedes es voluntaria.

A continuación, te presento unos puntos importantes que debes saber antes de aceptar ayudarme:

- Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- La conversación que tendremos será de 10 minutos máximos.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre mi investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

Te pido que marques con un aspa (x) en el siguiente enunciado según tu interés o no de participar en mi investigación.

¿Quiero participar en la investigación de Dara Anabel Guin Velásquez?	Sí	No
---	----	----

Fecha: _____

ANEXO N° 04



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN (PADRES) (Ciencias Médicas y de la Salud)

Título del estudio: ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 2020

Investigador (a): Dara Anabel Guín Velásquez

Propósito del estudio:

Estamos invitando a su hijo(a) a participar en un trabajo de investigación titulado: Estilo de vida y estado nutricional en niños preescolares de la institución educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote – Santa, 2020.

Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Explicar brevemente el fundamento de trabajo de investigación (máximo 50 palabras)

Esta investigación tiene como propósito conocer el estilo de vida y estado nutricional de los escolares para conocer los estilos de vida, se les aplicara un cuestionario, mientras que en el estado nutricional se realizara la medición del peso y talla de los niños preescolares.

Procedimientos:

Si usted acepta que su hijo (a) participe y su hijo (a) decide participar en este estudio se le realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se le brindará el consentimiento informado.
2. Aplicará el cuestionario de estilo de vida.
3. Medición de peso y talla.

Beneficios:

Con los resultados obtenidos para aminorar los factores de riesgo nutricionales y estilo de vida en los niños preescolares de la institución educativa N° 318. Además, se anhela que los padres de familia logren concientizar sobre la importancia de proteger la salud de sus hijos.

Costos y/ o compensación: (si el investigador crea conveniente)

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos la información de su hijo(a) sin nombre alguno. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su hijo(a) o de otros participantes del estudio.

Derechos del participante:

Si usted decide que su hijo(a) participe en el estudio, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o llame al número telefónico 934354777.

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo(a) ha sido tratado injustamente puede contactar con el Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, correo dara_forever99@hotmail.com.

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente que mi hijo(a) participe en este estudio, comprendo de las actividades en las que participará si ingresa al trabajo de investigación, también entiendo que mi hijo(a) puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento.

Nombres y Apellidos
Participante

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos
Investigador

Fecha y Hora

ANEXO N° 05
RESPUESTA DE ACEPTACIÓN DE EJECUCIÓN DEL ESTUDIO



PERÚ

Ministerio
de Educación

UGEL SANTA

“AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”

A.H. Esperanza Baja, 29 Octubre del 2020

OFICIO N° 55-2020-ME/DREA/UGEL-S/I.E. N°318-D.

SEÑORITA: DARA ANABEL GUIN VELASQUEZ
ESTUDIANTE DE ENFERMERIA VII CICLO UNIVERSIDAD CATOLICA
LOS ANGELES DE CHIMBOTE

ASUNTO: REMITE OFICIO DE ACEPTACION DE APLICACIÓN DE PROYECTO DE TESIS
“ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE
LA I.E. N°318 –ESPERANZA BAJA “

REF. : LO QUE SE INDICA

Es grato dirigirme a Usted con la finalidad de hacerle llegar mi cordial saludo y a la vez agradecerle por tener a bien aplicar su Proyecto de tesis titulado: “Estilo de vida y estado nutricional en niños preescolares de la I.E.N°318”, el cual será en beneficio de la salud de nuestra población estudiantil.

Deseándole éxitos en la aplicación de su Proyecto de tesis, aprovecho la ocasión para reiterarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente.



ANEXO N° 06



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado: ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS PREESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 318 ESPERANZA BAJA DISTRITO CHIMBOTE – SANTA, 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 la copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sea 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 orientan 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 del autor y la propiedad intelectual. Así mismo, cumplo con precisar que este 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 asigno 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, trabajo 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 sea 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 oriente las normas Vancouver, previsto en la universidad. En conformidad del presente contenido y como legítimo autor se forma el presente documento.

Guín Velásquez Dara Anabel
APELLIDOS Y NOMBRES

TURNITIN 2

INFORME DE ORIGINALIDAD

5%

INDICE DE SIMILITUD

5%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

5%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo

GUIN VELASQUEZ DARA ANABEL

INFORME DE ORIGINALIDAD

4%

INDICE DE SIMILITUD

4%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

4%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo