



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR  
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACION PREVIO  
A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADOS EN  
NUTRICION Y DIETÉTICA**

**TEMA:**

**HABITOS ALIMENTARIOS Y SU INFLUENCIA EN EL ESTADO  
NUTRICIONAL DE NIÑOS MENORES A 5 AÑOS EN EL CNH  
LOS PITUFOS TRAVIESOS 1 DE LA PARROQUIA BARREIRO  
NUEVO, CANTÓN BABAHOYO, LOS RIOS ECUADOR PERIODO  
JUNIO -OCTUBRE 2023**

**AUTORAS:**

María De Los Ángeles Villacís Ormeño

María Fernanda Díaz Campuzano

**TUTOR:**

Dr. Felipe Gerónimo Huerta Concha, Msc.

**Babahoyo-Los Ríos-Ecuador**

**2023**

## DEDICATORIA

Dedicamos el presente trabajo de investigación a nuestras familias, que con amor, apoyo y dedicación han hecho posible que cumplamos la meta de ser Lcdas en Nutrición y Dietética.

A nuestros amigos y amigas, quienes con su entusiasmo, alegría y motivación lograron animarnos en todo momento para seguir la meta que hemos alcanzado.

A todos aquellos jóvenes entusiastas del estudio de la Nutrición y la Dietética, que encuentren en este trabajo recursos con los cuales hacer sus investigaciones y aportar al crecimiento personal y académico.

**María De Los Ángeles Villacís Ormeño  
María Fernanda Díaz Campuzano**

## **AGRADECIMIENTO**

A todas las autoridades de nuestra querida Universidad Técnica de Babahoyo, por acogernos en sus aulas en los inicios de nuestros estudios, y a nuestra apreciada Facultad de Ciencias de la Salud, de la cual guardamos invaluable recuerdos de sus aulas, compañeros y docentes y en donde nos despedimos al ser Lcdas. en Nutrición y Dietética. Gracias

A nuestros queridos docentes que con sus conocimientos nos fueron guiando durante los semestres en nuestra carrera escogida con mucha pasión y corazón en cada momento de nuestros ciclos de estudios. Gracias

A Dios por darnos la vida y la salud para culminar nuestros estudios con el éxito anhelado, con felicidad, con gratitud por todo lo bueno que nos ha dado este ciclo en nuestras vidas como estudiantes y ahora como profesionales de la salud. Gracias

**María De Los Ángeles Villacís Ormeño**  
**María Fernanda Díaz Campuzano**

## **TEMA**

HÁBITOS ALIMENTARIOS Y SU INFLUENCIA EN EL ESTADO  
NUTRICIONAL DE NIÑOS MENORES A 5 AÑOS EN EL CNH LOS  
PITUFOS TRAVIESOS 1 DE LA PARROQUIA BARREIRO  
NUEVO, CANTÓN BABAHOYO, LOS RÍOS ECUADOR PERIODO  
JUNIO 2023-OCTUBRE

## RESUMEN

Actualmente, mantener una dieta saludable y equilibrada es muy importante, sobre todo para los niños, los cuales mantendrán las costumbres que se fomenten en sus primeros años de vida. Por tales circunstancias, el objetivo de la presente investigación es identificar la influencia que tiene los hábitos alimentarios en el estado nutricional de los niños menores de 5 años que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 - de La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre 2023. El estado nutricional de los niños menores de cinco tiene impacto en su desarrollo cognitivo, emocional, y en la prevención de enfermedades no transmisibles. Por tanto, es necesario que los padres tengan conocimientos referentes a una adecuada nutrición de los niños desde su gestación y todo el ciclo antes de los cinco años de edad. Hay que destacar que para la presente investigación se tomó en consideración la encuesta realizada a los 94 padres o cabeza de hogar, donde a través de un análisis de datos se lograron detectar las situaciones por las cuales se hace complicado que los niños del CNH Pitufos Traviesos 1 puedan inculcar adecuados hábitos, entre ellos están el grado de conocimiento de una adecuada combinación de alimentos, el ingreso económico en el hogar, por tanto, se hace urgente que las madres se guíen a través de una guía de dietas de los alimentos que se consuman en el hogar los niños.

**Palabras claves:** dieta, hábitos alimentarios, estado nutricional

## ABSTRACT

Currently, maintaining a healthy and balanced diet is very important, especially for children, who will maintain the habits that are encouraged in their first years of life. Due to these circumstances, the objective of this research is to identify the influence that eating habits have on the nutritional status of children under 5 years of age who attend the CNH Los Pitufos Traviesos 1 - La Parroquia Barreiro Nuevo, Canton Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Period June 2023-October 2023. The nutritional status of children under five has an impact on their cognitive and emotional development, and on the prevention of non-communicable diseases. Therefore, it is necessary for parents to have knowledge regarding adequate nutrition for children from pregnancy and the entire cycle before five years of age. It should be noted that for this research, the survey carried out on 94 parents or heads of household was taken into consideration, where through data analysis it was possible to detect the situations that make it difficult for the children of the CNH Naughty Smurfs to 1 can instill appropriate habits, among them are the degree of knowledge of an adequate combination of foods, the economic income in the home, therefore, it is urgent that mothers be guided through a diet manual for the foods they consume. at home the children.

**Keywords:** diet, eating habits, nutritional status

## ÍNDICE

DEDICATORIA .....	I
AGRADECIMIENTO .....	II
TEMA .....	III
RESUMEN .....	IV
ABSTRACT .....	V
ÍNDICE DE TABLAS .....	IX
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	X
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I .....	3
1.    PROBLEMA.....	3
1.1.    Marco contextual.....	3
1.1.1.    Contexto Internacional .....	3
1.1.2.    Contexto Nacional.....	4
1.1.3.    Contexto Regional .....	5
1.1.4.    Contexto Local y/o Institucional .....	6
1.2.    Situación problemática.....	7
1.3.    Planteamiento del problema.....	9
1.3.1.    Problema general.....	10
1.3.2.    Problemas derivados.....	10
1.4.    Delimitación de la Investigación.....	10
1.5.    Justificación .....	11
1.6.    Objetivos .....	12
1.6.1.    Objetivo General .....	12
1.6.2.    Objetivos Específicos .....	13
CAPÍTULO II .....	14
2.    MARCO TEÓRICO .....	14
2.1.    Marco Teórico .....	14
2.1.1.    Marco conceptual.....	14
2.1.2.    Antecedentes Investigativos.....	20
2.2.    Hipótesis .....	21
2.2.1.    Hipótesis General .....	21
2.2.2.    Hipótesis Específicas.....	22

2.3.	Variables .....	22
2.3.1.	Variables Independientes .....	22
2.3.2.	Variables Dependientes .....	22
2.3.3.	Operacionalización de las Variables .....	23
CAPÍTULO III .....		25
3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....		25
3.1.	Método de investigación .....	25
3.2.	Modalidad de la investigación .....	25
3.3.	Tipo de investigación .....	26
3.4.	Técnicas e instrumentos de recolección de la información .....	27
3.4.1.	Técnicas .....	27
3.4.2.	Instrumentos .....	27
3.5.	Población y Muestra .....	27
3.5.1.	Población .....	27
3.5.2.	Muestra .....	27
3.6.	Cronograma del proyecto .....	28
3.7.	Recursos .....	29
3.7.1.	Recursos humanos .....	29
3.7.2.	Recursos económicos .....	29
3.8.	Plan de tabulación y análisis .....	29
3.8.1.	Base de datos .....	29
3.8.2.	Procesamiento y análisis de datos .....	30
CAPÍTULO IV .....		30
4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN .....		30
4.1.	Resultados obtenidos de la investigación .....	30
4.2.	Análisis e interpretación de datos .....	52
4.3.	Conclusiones .....	54
4.4.	Recomendaciones .....	55
CAPÍTULO V .....		56
5. PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN .....		56
5.1.	Título de la propuesta de Aplicación .....	56
5.2.	Antecedentes .....	56
5.3.	Justificación .....	57



5.4	Objetivos .....	59
5.4.1.	Objetivo General .....	59
5.4.2.	Objetivos Específicos .....	59
5.5	Aspectos básicos de la Propuesta de Aplicación.....	59
5.5.1.	Estructura general de la propuesta .....	59
5.5.2.	Componentes .....	60
5.6	Resultados esperados de la Propuesta de Aplicación .....	63
5.6.1.	Alcance de la alternativa.....	63

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Variable Independiente.....	23
Tabla 2. Variables Dependientes .....	24
Tabla 3. Cronograma del proyecto.....	28
Tabla 4. Recursos Humanos.....	29
Tabla 5. Recursos Económicos .....	29
Tabla 6. Atención médica o nutricional en el CNH.....	31
Tabla 7. Edad de los niños del CNH Los Pitufos Traviesos 1 .....	32
Tabla 8. Patologías presentadas en la consulta.....	33
Tabla 9. Complicaciones médicas más atendidas .....	34
Tabla 10. Nivel de educación de las madres .....	35
Tabla 11. Tiempo de lactancia de los niños menores de 5 años .....	36
Tabla 12. Alimentos que consumen con frecuencia .....	38
Tabla 13. Alimentos que no se consumen por el costo.....	39
Tabla 14. Conocimiento del peso adecuado.....	40
Tabla 15. Actividad laboral .....	41
Tabla 16. Comidas ingeridas al día por los niños menores a cinco años.....	42
Tabla 17. Frecuencia de chequeo médico .....	43
Tabla 18. Número de veces que se desparasitan los niños .....	44
Tabla 19. Conocimiento de nutrición.....	45
Tabla 20. Conocimiento de combinaciones de alimentos.....	46
Tabla 21. Charlas de nutrición .....	47
Tabla 22. Condición económica .....	48
Tabla 23. Suplementación alimenticia .....	49
Tabla 24. Consumo de agua .....	50
Tabla 25. Limpieza de alimentos.....	51
Tabla 26. Estructura general de la propuesta.....	59

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Atención medica nutricional .....	31
Gráfico 2. Edad de los niños que asisten al CNH Pitufos Traviesos 1 .....	32
Gráfico 3. Patologías presentadas en las consultas .....	33
Gráfico 4. Complicaciones médicas más atendidas .....	34
Gráfico 5. Nivel de educación de las madres .....	35
Gráfico 6. Tiempo de lactancia de los niños menores de 5 años .....	37
Gráfico 7. Alimentos que consumen con frecuencia .....	38
Gráfico 8. Alimento que no se consumen por el costo .....	39
Gráfico 9. Conocimiento del peso adecuado .....	40
Gráfico 10. Actividad laboral .....	41
Gráfico 11. Comidas ingeridas al día por los niños menores a cinco años .....	42
Gráfico 12. Frecuencia de chequeo medico .....	43
Gráfico 13. Número de veces que se desparasitan los niños .....	44
Gráfico 14. Conocimiento de nutrición .....	45
Gráfico 15. Conocimiento de combinación de alimentos .....	46
Gráfico 16. Charlas de nutrición .....	47
Gráfico 17. Condición económica .....	48
Gráfico 18. Suplementación alimenticia .....	49
Gráfico 19. Consumo de agua .....	50
Gráfico 20. Limpieza de alimentos .....	51

## INTRODUCCIÓN

Los hábitos alimentarios se adquieren en la familia y poseen un gran impacto en la alimentación y los comportamientos relacionados con la alimentación de los niños. Sin embargo, los cambios socioeconómicos actuales están provocando que estos hábitos influyan en el estado nutricional de toda la familia y en forma directa en los niños, provocando retraso en el crecimiento, carencia de vitaminas y minerales, obesidad, sobrepeso, desnutrición. Los cambios sociales han impactado en la forma que los miembros del hogar llevan sus rutinas diferentes y sus roles no sean los que fueron en el siglo pasado, donde la mujer estaba en casa atendiendo el hogar, controlando y vigilantes de los que se consumía en la dieta diaria de la familia (UNICEF, 2019).

En este sentido, es inminente proporcionar un estudio que proporcione información, datos de los hábitos alimentarios y de cómo los cambios están afectando el estado nutricional de los niños menores de cinco años, por consiguiente, fomentar hábitos nutricionales desde temprana edad es fundamental para evitar enfermedades no transmisibles y que a largo plazo afectan el desarrollo normal de los individuos.

Los cambios que han detectado organismos internacionales como OMS, Unicef, OPS en la salud de niños menores de cinco años en el Ecuador ha derivado en que se ponga especial atención en el estado nutricional de la población y en específico en la infancia donde empieza la formación del individuo, el acelerado consumo de alimentos procesados, cambios en los estilos de vida han favorecido el consumo de alimentos ricos en calorías, altos en grasas y azúcares, no así los alimentos que favorecen una nutrición adecuada como son legumbres hortalizas, consumo de frutas, y un equilibrado consumo de proteínas, junto a controles médicos ayudan a tener estilos de vida más saludables y una población con menos problemas de salud (Organización Panamericana de la Salud, 2023)

La correspondiente investigación se hace con el propósito de identificar la influencia de los hábitos alimentarios en el estado nutricional de los niños menores de 5 años que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 - de La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023-octubre 2023.

# CAPÍTULO I

## 1. PROBLEMA

### 1.1. Marco contextual

#### 1.1.1. Contexto Internacional

Los hábitos alimentarios han cambiado especialmente a finales del último siglo. Hay que destacar que las cifras que da la OMS sobre el tema son alarmantes especialmente por estar involucrada la vida y salud de aproximadamente según esto datos de 3,7 millones de personas para el 2025 sino se realiza la inversión en fomentar hábitos alimentarios saludables en la población. Según la Dra. Naoko Yamamoto, Subdirectora General de la OMS “para proporcionar servicios de salud de calidad y lograr la cobertura sanitaria universal, la nutrición debe ser una de las piedras angulares de los servicios de salud esenciales” (OMS, 2019).

En el informe emitido por varias organizaciones a nivel mundial como la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), Organización Mundial de la Salud (OMS), UNICEF, la situación alimentaria y de nutrición en el mundo es preocupante, por un lado, el “sobrepeso infantil tiene tendencia de aumentar” por estar vinculado a el consumo de alimentos altamente procesados consumidos fuera del hogar especialmente en zonas urbanas de América Latina y Asia, también se acrecientan en África donde la proporción de personas con casi nada de acceso alimentos es alta 21,2 millones de personas siendo el 50% niños, de estos 1,3 millones están en situación de desnutrición (FAO, FIDA, OMS, UNICEF, 2023).

En el mundo, de acuerdo a un estimado de la OMS, sostiene que para el 2022 existían 148,1 millones de niños menores de cinco años, de los cuales un 22,3% tenían retraso en el crecimiento, así 45 millones que representa un 6,8% tenían emaciación, y; 35 millones tenían sobrepeso que corresponde a un 6,5%. La OMS declara que la prevalencia del retraso del crecimiento y la

emaciación, según la fuente fue mayor en zonas rurales y que el sobrepeso fue sutilmente más recurrente en las zonas urbanas (El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo , 2023)

La Unicef expuso que en América Latina y el Caribe 4,8 millones de niños menores de cinco años sufre de retraso en el crecimiento y 0,7 millones de emaciación, lo que se conoce como “hambre oculta” debido a la “carencia de vitaminas y minerales esenciales”, que quitan a los niños de vitalidad en todos los ciclos de su vida. De acuerdo a este mismo informe la obesidad y el sobrepeso que era consideradas trastornos alimentarios de “ricos” ahora afectan a los pobres lo que hace entre ver la disponibilidad de calorías a bajos precios, pero con alto contenido de azúcares y grasas poco o nada de valor nutritivo. Además, el estudio denominado Carga Mundial de Enfermedades expuso que los hábitos y prácticas poco saludables es una de las causas de muertes en todo el mundo (UNICEF, 2019).

### **1.1.2. Contexto Nacional**

En el Ecuador la obesidad y el sobrepeso van ganando terreno entre niños y niñas, uno de cada 10 niños ya la padece, sostiene el informe de ENSANUT, el informe destaca cifras que son una alerta con respecto al avance de estos trastornos y aumentar según el mismo informe la diabetes tipo 2, estigmatización, depresión, estos padecimientos predicen en muchos casos enfermedades crónicas no transmisibles como hipertensión, enfermedades cardiovasculares que antes eran más frecuentes en adultos y que ahora se desarrollan en edades más tempranas. El sobrepeso y la obesidad no está presente solo en estrato sociales altos, actualmente en todos, desde los más ricos hasta los más pobres. (Unicef, 2023).

Con respecto a la condición que parece contraria, un informe de Unicef sostiene que en el Ecuador un 23.1% de los niños y niñas menores de cinco años padece desnutrición crónica infantil o retraso en el crecimiento, estas cifras

aumentan en las zonas rurales donde un 28,7% los niños tienen esta condición dado entre otras cosas por la ingesta insuficientes de alimentos, donde en el corto plazo se dan problemas de aprendizaje, en el largo plazo son individuos que tendrán menos probabilidades de tener acceso a una educación superior, trabajo digno y en las mujeres complicaciones en los embarazos (Naciones Unidas , 2022).

En el Ecuador existe preocupación por la situación de la niñez existiendo un estudio realizado por la CEPAL el cual concluye que la desnutrición, la obesidad y el sobrepeso tiene un costo económico de 4.344 millones de dólares americanos todo esto asociado a la malnutrición según este informe lo que afecta gravemente la salud y los gastos derivados por que niños con malnutrición son en la productividad, en la salud y educación (CEPAL, 2020).

El Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP) tiene actualmente el Plan Intersectorial de Alimentación y Nutrición Ecuador 2018-2025 (Piane) derivado del Plan de Desarrollo destacó que tiene como objetivo según se ha planteado reducir del 24,8% al 14,8% la “prevalencia de desnutrición crónica en los niños menores de dos años y del 23,9% al 13,2% la prevalencia de desnutrición crónica en niños menores de 5 años en el año 2021”. El país se encuentra dentro de América Latina y el Caribe como el segundo país que tiene como problema de salud pública la desnutrición infantil (Ministerio de Salud Pública, 2023).

### **1.1.3. Contexto Regional**

En el último censo que realizó ENSANUT en el año 2018 destacó que la prevalencia de desnutrición crónica en niños menores de dos años alcanza el 27,2% y en general en niños menores de cinco años es de 23% a nivel nacional en la población de niños menores a cinco años. Así mismo, las provincias con mayor porcentaje con desnutrición crónica infantil se encuentran en la Sierra Centro del país, es Tungurahua con un 41.3% de menores de dos años,



Chimborazo con un 39% y Cotopaxi con un 34,8%. Para el caso, las provincias de la costa también tienen este problema de salud pública de desnutrición infantil, siendo la Provincia de Santa Elena con mayor porcentaje de 39,31%, seguida de Manabí con un 28,68%, en la Provincia de Los Ríos es de 24,96% (ENSANUT, 2018).

De acuerdo a investigaciones realizadas por medios escritos, la revista *Gestión* expuso que los hábitos alimentarios que influyen en la dieta tienen una connotación sociocultural. La parte económica está relacionada con el “acceso a alimentos” de mayor grado nutricional y dietas más saludables. Hay que hacer notar que la dieta de las familias ecuatorianas tiene como base los carbohidratos como son el arroz, fideos, harinas y demás ricas en azúcares refinadas, lo que no corresponde a una dieta equilibrada y sana, lo que en correspondencia da como resultados niños con desnutrición crónica, baja talla, obesidad y en edades adultas enfermedades no transmisibles como hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares (*Revista Gestión*, 2020).

#### **1.1.4. Contexto Local y/o Institucional**

De acuerdo a las políticas públicas planteadas en el Plan Decenal Salud-2022 se expuso que se tiene como meta “el desarrollo integral de la primera infancia” siendo prioridad las comunidades y pueblos indígenas, afrodescendientes y montubios de las zonas rurales. Así mismo se destacó que se tiene como prioridad bajar en diez puntos la “brecha” actual de desnutrición crónica infantil en niños menores de dos años en el país (Minsiterio de Salud Pública, 2022).

En el Cantón Babahoyo, el Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) a través de su programa *Creciendo con Nuestros Hijos* (CNH) tiene como objetivo “alcanzar el desarrollo infantil integral y el óptimo desarrollo físico y cognitivo a los infantes, especialmente durante los primeros años de vida”. Así mismo, esta modalidad de CNH da capacitaciones de estimulación temprana a través de educadoras a las madres y a las personas que hacen de cabeza de

hogar, con el fin de que se replique en el hogar las recomendaciones y se dé el empoderamiento de las familias y de la comunidad sobre los cuidados de los infantes en el hogar incluyendo las buenas prácticas de salud, alimentación y nutrición (MIES, 2018).

Para la presente investigación, el CNH “Los Pitufos Traviesos 1” de la Parroquia Barreiro, que está dentro del perímetro urbano, también se encuentra dentro de esta modalidad de atención a los niños menores de cinco años que acuden a realizar las respectivas consultas médicas y donde de acuerdo a lo investigado los niños y niñas que acuden presentan problemas de salud de anemia y baja talla (Villacís Ormeño & Díaz Campuzano).

## **1.2. Situación problemática**

Los hábitos alimentarios, de acuerdo a la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) expone que “son conjunto de costumbres que condicionan la forma como los individuos o grupos seleccionan, preparan y consumen los alimentos influidos por la disponibilidad de estos niveles de educación alimentaria y el acceso a los mismos”, por consiguiente los hábitos alimentarios están influenciados tanto por la disponibilidad de alimentos y factores socioeconómicos y culturales (FAO, 2022).

Los estudios realizados por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) se expuso que determinados hábitos alimentarios tienen influencia directa en la aparición de ciertas patologías como la obesidad y sobrepeso y enfermedades no trasmisibles (ENT). El consumo de alimentos procesados y ultraprocesados, en América Latina, crece exponencialmente a un ritmo de 8,3% las bebidas azucaradas (gaseosas) 22%, los panes industriales 22%, galletas 18%, los snacks dulces y salados, las tortas, los cereales endulzados para el

desayuno, los productos cárnicos reconstituidos y los platos anticipadamente preparados, ha desplazado la ingesta de nutrientes provenientes frutas, verduras, hortalizas y proteínas preparados en la alimentación tradicional (Organización Panamericana de la Salud, 2019).

El estado nutricional, según lo sostiene la FAO como “la condición física que presenta una persona, como resultado del balance entre sus necesidades e ingesta de energía y nutrientes”. El consumo de alimentos está dado por diferentes factores que intervienen en el estado nutricional como son la educación, disponibilidad de alimentos, nivel de ingresos. Con respecto a la educación, en este sentido es importante que las personas, familias y la sociedad tengan conocimientos alimentarios, que fomenten hábitos alimentarios para así tener una distribución intrafamiliar de alimentos correcta y equitativa de los miembros de la familia, tanto de los niños como de los adultos. Hay que destacar que el nivel de ingreso también determina la capacidad de compra de los alimentos, y hasta cierto grado indica el saneamiento ambiental, que a su vez incorpora un manejo higiénico de los alimentos, lo que ayudará a tener un mejor beneficio por parte del organismo y un mejor estado nutricional (UNICEF, 2022).

En la actualidad, el tener hábitos alimentarios saludables está directamente relacionado con el estado nutricional de los individuos, sean niños o personas adultas, tanto en el corto, mediano y largo plazo. En el corto plazo, los niños menores de cinco años que no tengan hábitos nutricionales saludables como son el tener en la dieta alimentos fresco y en buen estado que provean a su organismo, los minerales, vitaminas, proteínas, estarán dentro de las estadísticas de desnutrición crónica, baja talla, peso bajo, no obstante, el no tener hábitos alimentarios saludables como el consumo de alimentos, ultraprocesados, con aditivos artificiales de sabor, altos en azúcar y sal son potencialmente peligrosos a mediano y largo plazo por incidir en problemas de obesidad y el sobrepeso en los niños y adultos (Organización Panamericana de la Salud, 2019)

### **1.3. Planteamiento del problema**

El propósito de esta investigación es identificar los hábitos alimentarios y su influencia en el estado nutricional de los niños menores de 5 años que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 - de La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre 2023.

La importancia que actualmente se da a una alimentación adecuada más en los primeros años de vida, la OMS destaca que los hábitos alimenticios saludables inician en los primeros años de vida; la lactancia materna promueve un crecimiento saludable y mejora el desarrollo cognitivo; además, puede tener beneficios a largo plazo, incluida la reducción del riesgo de sobrepeso y obesidad y enfermedades no transmisibles más adelante en la vida (Organización Mundial de la Salud, 2018).

Las condiciones en nuestro planeta han cambiado en consecuencia, lo que hay que destacar que el ambiente, la producción de alimentos y los entornos sociales lo han hecho también, lo que ha provocado cambios en la forma de alimentarse de todos, en todas las etapas de vida se reflejan afecciones relacionadas con los con el estado nutricional, y los niños menores de 5 años presentan retraso en el crecimiento emaciación o sobrepeso en efecto en algunas ocasiones combinación de ambas (UNICEF, 2019).

La nutrición y la alimentación son uno de los componentes determinantes de la salud vida y tiene la ventaja de ser buenamente variable, con lo que no ocurre con la condicionalidad genética. El estado nutricional puede verse afectado, ya sea por comer muy poco o debido al crecida de la ingesta de alimentos que puede conducir a un crecimiento y desarrollo deficientes un niño. Los requerimientos de energía varían según la edad y las características. Relación con el peso corporal, mayores requerimientos de energía en niños, dependiendo de potencial genético, actividad física, metabolismo basal y género (Castro Rodríguez, Martínez Fernández, & Perote Alejandro).

### **1.3.1. Problema general**

¿Cómo influyen los hábitos alimentarios en el estado el estado nutricional de niños menores de 5 años del CNH Los Pitufos Traviesos 1 - de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos Ecuador periodo junio 2023- octubre 2023?

### **1.3.2. Problemas derivados**

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento tienen las madres respecto de los hábitos nutricionales saludables para los niños menores de 5 años?
- ¿Cómo influye el nivel socioeconómico de la familia en el estado nutricional de los niños menores de 5 años?
- ¿Cuáles son las medidas necesarias para concientizar a las madres de los efectos de una inadecuada y adecuada nutrición en los niños menores de 5 años?

## **1.4. Delimitación de la Investigación**

### **Delimitación Espacial**

Se realiza en el CNH “Los Pitufos Traviesos1”, tipo de servicio desarrollo infantil, se encuentra ubicado en la Provincia de Los Ríos Cantón Babahoyo en la Parroquia Urbana de Barreiro Nuevo zona 05 Distrito 12D01. Babahoyo es el Cantón segundo más poblado de la provincia con 177.866 habitantes de los cuales Barreiro consta con 8714 habitantes de acuerdo al censo catastral que realizo el GAD de Babahoyo.

### **Delimitación del tiempo**

La investigación se realiza desde el mes de junio 2023 hasta octubre 2023.

## **Delimitación de la población**

El CNH Los Pitufos Traviesos 1 cuenta con un aproximado de para este estudio de 94 niños y a las madres o representantes legales que están inscritos y asisten a la CNH de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos – Ecuador.

## **Delimitación del contenido**

Se va a realizar un análisis de las 2 variables hábitos alimentarios y estado nutricional, los cuales se asocia a los componentes de:

- Educación
- Disponibilidad de alimentos
- Nivel de Ingresos

### **1.5. Justificación**

En la infancia una alimentación equilibrada es un factor importante para el desarrollo físico, mental para un niño en los primeros años de infancia, es decir, antes de los cinco años, por lo que los hábitos alimentarios deben ser supervisados por profesionales de la salud, además cuando no se realiza este monitoreo en los niños se presenta retraso en el crecimiento, emaciación, sobrepeso, problemas que a nivel de América latina y el Caribe de acuerdo a estudios de la UNICEF se encuentra en uno de cada cinco (UNICEF, 2019)

En relación con los hábitos alimenticios es de acuerdo a estudios que se ha determinado que estos se induzcan desde la niñez, siendo los padres y las personas que cuidan a los niños los responsables de su alimentación, a través de esta investigación se busca determinar la importancia que tiene establecer la influencia que tienen los hábitos alimenticios en la nutrición de los niños menores de cinco años en la población de la parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, periodo junio 2023- octubre 2023, que asisten a consulta en el CNH Los Pitufos Traviesos 1.

Siendo este un problema de salud pública, la presente investigación busca concientizar a la población sobre aquellos problemas de salud que se pueden exponer a los niños cuando no se tiene adecuados hábitos alimenticios y que pueden ocasionar grados de desnutrición, sobrepeso y obesidad que afecta su desarrollo tanto en las primeras etapas de vida como también a futuro. Por tanto, es fundamental identificar como se consumen los nutrientes, los tipos de alimentos, la adecuada combinación de los mismos, de tal forma que se puedan asimilar de forma ideal para un desarrollo pleno.

En consecuencia, el efecto, la estructuración de todos aquellos que están inmersos, en especial los padres, para que corrijan los hábitos alimenticios de sus niños y aprendan a brindar alimentos saludables, junto con visitas periódicas a profesionales de la salud como son el médico general, pediatra, el nutricionista, psicólogo, enfermería y de esta manera tener saludables a sus hijos. Así mismo, esto será beneficioso porque se aprovecharán mejor los recursos disponibles en los hogares y los que el Estado proporciona a través de los servicios de salud.

La investigación que se realice será de beneficio para todos aquellos que se interesan por el bienestar de la población en cuanto a los hábitos alimenticios y de cómo esto afecta el estado nutricional de los niños menores de cinco años, las consecuencias y qué medidas se pueden tomar y como contribuir a erradicar los hábitos poco saludables.

## **1.6. Objetivos**

### **1.6.1. Objetivo General**

Identificar la influencia de los hábitos alimentarios en el estado nutricional de los niños menores de 5 años que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 - de La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre 2023.

### **1.6.2. Objetivos Específicos**

- Determinar el nivel de conocimiento que poseen las madres de los niños menores de cinco años sobre normas nutricionales que van a consulta en el CNH Los Pitufos Travieso 1.
- Establecer guías alimentarias adecuados para mejorar la ingesta de nutrientes en niños menores de cinco años en hogares con hábitos nutricionales poco saludables.
- Diseñar una propuesta de intervención dirigida a las madres de los niños menores de 5 años acerca de hábitos alimentarios adecuados.



## CAPÍTULO II

### 2. MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Marco Teórico

##### 2.1.1. Marco conceptual

#### **Hábitos alimentarios**

Se los define como “conjunto de costumbres que condicionan la forma como los individuos o grupos seleccionan, preparan y consumen los alimentos, influidas por la disponibilidad de éstos, el nivel de educación alimentaria y el acceso a los mismos” (FAO, 2022).

Los hábitos alimentarios son comportamientos aprendidos durante la infancia en el seno de la familia, donde aprenden lo que es adecuado o inadecuado desde el hogar con la ayuda de los padres o cuidadores principales, y están influenciados por varios factores, los más destacados son: educación , el clima, la vegetación, la disponibilidad del territorio, las costumbres y la experiencia, y éstas, por supuesto, también están relacionadas con la forma de acceder, seleccionar y preparar los alimentos y el consumo para inculcar hábitos saludables en los niños y así prevenir problemas nutricionales en la población infantil; por ejemplo, sobrepeso, obesidad, desnutrición (Asociación Española de Pediatría , 2021).

Advertir y crear comportamientos saludables en las familias y mejorar sus hábitos alimentarios contribuirá a tener niños y niñas más sanos y con menos enfermedades. Así mismo se contribuirá a disminuir enfermedades provocadas

por la desnutrición, muy comunes en la sociedad, como obesidad, sobrepeso, problemas de aprendizaje, y en la edad adulta enfermedades como hipertensión, cardiovasculares, diabetes, estas patologías pueden afectar inclusive su inserción en el mercado laboral (CEPAL, 2020).

## **ESTADO NUTRICIONAL**

La OMS sostiene que “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, pico-socio-económicos y ambientales” (OMS, 2019).

“El estado nutricional se logra según el balance y calidad de los nutrientes ingeridos en la dieta y se mide mediante indicadores como: índice de masa corporal para la edad y permite diagnosticar sobre-peso y obesidad” (Lapo Ordoñez & Quintana Salinas, 2018).

Los niños deben en su etapa de crecimiento deben de tener una alimentación sana y variada que le provea de una adecuada ingesta de nutrientes sobre todo en la infancia para que puedan desarrollar su potencial cognitivo, junto a un ambiente adecuado se puede prevenir que se padezca desnutrición u otras patologías asociadas a una dieta no equilibrada como la obesidad o el sobrepeso (FAO, FIDA, OMS, UNICEF, 2023).

Implica dedicación, atención y asistencia dentro de la familia y la comunidad para satisfacer las necesidades físicas, psicológicas y sociales de los vulnerables nutricionalmente. Los cuidados de la familia son especialmente importantes para los niños especialmente en crecimiento, ya que permiten la lactancia, el despechar y el abastecimiento de alimentos suficientes en el hogar, entre otras cosas, permitiendo un uso óptimo de los recursos disponibles tanto económicos, humanos y sociales (UNICEF, 2021).

## **EDUCACIÓN**

Si bien la madre y su educación son un elemento importante del cuidado, también es necesario el apoyo de toda la familia, ya que es la unidad socioeconómica más responsable del bienestar nutricional; por lo tanto, se deben tener en cuenta los oficios, los conocimientos y las limitaciones de tiempo, los ingresos y los recursos y la motivación de la familia y sus miembros (FAO, 2022).

La educación fue la variable predictora más estrechamente relacionada con el estado de salud de la población, la comunidad o el individuo. Es la educación la que Proporciona la forma correcta de implementar comportamientos y actitudes de búsqueda y sostenimiento de la salud que conducirán a un estilo de vida gratificante y una mejor calidad de vida. El progreso en la alfabetización y educación de las madres y futuras progenitoras es un factor importante en el desarrollo infantil (FAO, FIDA, OMS, UNICEF, 2023).

## **DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS**

Una comprensión integral de los problemas de seguridad alimentaria y nutricional requiere información nutricional más allá de los indicadores para producir informes sobre el estado nutricional de los alimentos y los factores que influyen en él. El principal objetivo de la conocer sobre la disponibilidad de alimentos es la seguridad alimentaria y nutricional que envuelve el bienestar nutricional de la población, por lo que su análisis integral requiere el conocimiento del estado nutricional de la población (FAO, 2022).

En general, la interpretación de los valores nutricionales requiere mucho cuidado, lo que plantea tres cuestiones principales como son el determinar si realmente se trata de un problema de “seguridad alimentaria”, es decir, tener la disponibilidad de los alimentos, pero también en donde conseguirlos con la calidad adecuada y en las cantidades necesarias y que estos alimentos sean nutritivos (FAO, FIDA, OMS, UNICEF, 2023).

## **NIVEL DE INGRESOS**

La posibilidad de tener ingresos dignos es importante para que la población tenga acceso a una alimentación de calidad que proporcione los nutrientes necesarios en su dieta diaria, dicho de esta manera se considera que “los ingresos representan cualquier cantidad de dinero que entre a formar parte de la economía de una persona y los egresos son las cantidades que salen y suponen un incremento (inversiones) o una reducción de dicho patrimonio (gastos)” (Rodríguez, 2023).

De acuerdo a las estadísticas del Banco Mundial sostiene que “la pobreza, la pandemia la exacerbó del 24 % al 26,5 % entre 2019 y 2021. En términos de inflación, y exceptuando Argentina, se prevé que en promedio disminuya al 5 % en 2023, tras alcanzar 7,9 % en 2022. Las perspectivas de crecimiento para 2023 han ido disminuyendo de manera constante a lo largo de los últimos seis meses, hasta 1,4 %”. Para el año 2024 este número es del 2,4 %, pronosticándose el mismo porcentaje para 2025 (Banco Mundial, 2023).

## **MARCO CONCEPTUAL**

### **Nutrientes**

“Sustancias químicas de los alimentos que el cuerpo utiliza para su crecimiento y salud” ( Brown, 2014).

### **Nutrición**

“La nutrición es una ciencia interdisciplinaria que se centra en el estudio de los alimentos, los nutrientes y otros componentes de los alimentos y la salud” ( Brown, 2014).

### **Seguridad alimentaria**

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) describe “Seguridad alimentaria consiste en la disponibilidad de alimentos suficientes para satisfacer las necesidades de consumo de la población de un país en todo momento, incluso en épocas de escasa producción nacional o de condiciones económicas adversas” (FAO, 2023).

## **Vitaminas**

El libro *Nutrición Médica* se describe “vitaminas son compuestos orgánicos que el organismo requiere en pequeñas cantidades para los procesos metabólicos, pero que no pueden producirse de forma endógena” (Katz, Friedman, & Lucan, 2018).

## **Salud**

La publicación *Patologías Nutricionales del Siglo XXI* define “la salud es un estado dinámico de completo bienestar físico, mental, espiritual y social y no solamente la ausencia de enfermedad” (Calvo Bruzos, Escudero Álvarez, Gómez Candela, & Riobó Serván, 2019).

## **Comunidad**

**El artículo** *La comunidad es un referente necesario para la enfermería y principalmente para la enfermera comunitaria*, establece que comunidad es una “asociación o grupo de individuos, animales o cualquier ser viviente, los cuales comparten ciertos elementos, características, intereses, propiedades u objetivos en común. Si se analiza a las comunidades desde el punto de vista antropológico, se puede ver que comparten ubicación geográfica (país, ciudad, barrio, vecinos), idioma o lengua, costumbres, valores, creencias, problemas e intereses, e inclusive la misma visión del mundo” (Hernández Falcón & Alba Leonel, 2020).

## **Alimentación adecuada**

“Una alimentación correcta, basada en alimentos y prácticas alimentarias adecuadas para los niños, niñas y mujeres” (UNICEF, 2020).

## **Desnutrición**

El libro *La desnutrición infantil en el mundo: herramientas para su diagnóstico*, el autor postula la desnutrición como “un estado patológico, inespecífico, sistémico y potencialmente reversible, que se origina como resultado de la deficiente incorporación de nutrientes a las células del organismo, y que se presenta con diversos grados de intensidad y varias manifestaciones clínicas de acuerdo con factores ecológicos” (Diez Navarro & Marrodán Serrano, *La desnutrición infantil en el mundo: herramientas para su diagnóstico*, 2018)

### **2.1.2. Antecedentes Investigativos**

La Unicef en un informe emitido sostiene que “la malnutrición sigue afectando gravemente a los niños. En 2018, casi 200 millones de niños menores de cinco años sufrían de retraso en el crecimiento o emaciación, mientras que al menos 340 millones sufrían de hambre oculta”. Así mismo, declara que a “nivel mundial, al menos uno de cada tres niños menores de cinco años no crece de manera adecuada porque sufre una o más de las tres formas más visibles de malnutrición: retraso en el crecimiento, emaciación y sobrepeso” (UNICEF, 2019).

En un informe la CEPAL expone que “la malnutrición, en sus formas de exceso y déficit, impacta negativamente en el desarrollo de la persona y, por lo tanto, en la sociedad. Esto se evidencia en una niñez que no logra su pleno desarrollo físico y mental, con poca posibilidad de gozar derechos básicos como la educación, y en una reducida productividad laboral en la vida adulta, así como

una creciente carga de enfermedades crónicas relacionadas con una dieta inadecuada, lo que reduce su calidad de vida” (CEPAL, 2020).

Al medir la gravedad de los efectos a través de la estimación de sus costos en el año de análisis, se puede dimensionar el impacto para el país de no atender las causas estructurales de las diferentes formas de malnutrición. Es evidente que la doble carga de la malnutrición representa un elevado costo social y económico que, según las estimaciones de este estudio, asciende a 12 034 millones de dólares, equivalentes a 16,3% del Producto Interno Bruto (PIB). De estos, 8 220,37 millones de dólares - equivalentes a 11,1% - corresponden a desnutrición y 3 813,5 millones - equivalentes a 5,2% del PIB - a sobrepeso y obesidad (CEPAL, 2020).

Los estudios son alarmantes en un informe emitido por Unicef, asegura que “sólo 1 de cada 5 niños de entre 6 y 23 meses de edad procedentes de los hogares más pobres y de las zonas rurales recibe la dieta mínima recomendada para un crecimiento saludable y el desarrollo adecuado del cerebro” (UNICEF, 2019).

## **2.2. Hipótesis**

### **2.2.1. Hipótesis General**

Los hábitos alimentarios influyen en el estado nutricional y el nivel de conocimientos del consumo de alimentos saludables de las madres de los niños menores de 5 años que son atendidos en el CNH Los Pitufos Traviesos 1 - de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos Ecuador, periodo junio 2023- octubre 2023.



### **2.2.2. Hipótesis Específicas**

Los componentes de educación, disponibilidad de alimentos y nivel de ingresos afectan directamente el estado nutricional de los niños menores de cinco años del CNH Los Pitufos traviesos.

Los hábitos alimentarios son influenciados por la educación que tienen las madres con respecto del consumo de alimentos y la dieta que necesitan los niños menores de cinco años.

### **2.3. Variables**

#### **2.3.1. Variables Independientes**

Hábitos alimentarios

#### **2.3.2. Variables Dependientes**

Estado nutricional

### 2.3.3. Operacionalización de las Variables

Tabla 1. Variable Independiente

VARIABLE INDEPENDIENTE				
VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN CATEGORIA	INDICADOR	ÍNDICE
HABITOS ALIMENTARIOS	Son comportamientos aprendidos durante la infancia en el seno de la familia, donde aprenden lo que es adecuado o inadecuado desde el hogar con la ayuda de los padres o cuidadores principales	EDUCACION	NIVEL DE EDUCACION	
		DE LAS MADRES QUE VAN A CONSULTA AL CNH	Primaria Secundaria Tercer nivel Cuarto nivel	23,40% 76,60% 0,00% 0,00%
		Nutrición adecuada	Alto Medio Bajo Ninguno	7,55% 36,17% 43,62% 12,66%
			CORRECTA COMBINACION DE ALIMENTOS	
			Alto Medio Bajo Ninguno	10,64% 35,32 40,21% 13,83%
	Tener la disponibilidad de los alimentos, pero también en donde conseguirlos con la calidad adecuada y en las cantidades necesarias y que estos alimentos sean nutritivos	DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS		0,00% 3,19% 55,32% 41,49%
	Cualquier cantidad de dinero que entre a formar parte de la economía de una persona y los egresos son las cantidades que salen y suponen un incremento (inversiones) o una reducción de dicho	NIVEL DE INGRESOS FAMILIA DE LOS NIÑOS QUE ASISTEN AL CNH	CONDICION ECONOMICA	
			Excelente Buena Regular	7,45% 15,36 61,70 14,83%

	patrimonio (gastos)		Mala	
			ACTIVIDAD LABORAL FUERA DE CASA	
			Tiempo completo	13,83%
			Medio tiempo	8,51%
			Tiempo parcial	7,45%
			No trabaja	70,21%

Tabla 2. Variables Dependientes

VARIABLES DEPENDIENTES				
VARIABLE	DEFICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN CATEGORIA	INDICADOR	ÍNDICE
Estado Nutricional	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, pico-socio-económicos y ambientales".	NIÑOS MENOS DE CINCO AÑOS	NORMAL ANEMIA BAJO PESO SOBREPESO	11,70% 53,19% 28,72% 6,38%

**Nota:** Elaborado por: María De Los Ángeles Villacís Ormeño y María Fernanda Díaz Campuzano

## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Método de investigación**

##### **Deductivo**

En este método se utiliza la recopilación de datos para probar hipótesis basadas en mediciones numéricas y análisis estadístico para modelar el comportamiento y probar teorías, estos datos fueron recolectados a través de cuestionarios dirigidos a las madres de los niños menores de cinco años con el fin de obtener información de cómo los hábitos alimentarios influyen en el estado nutricional de los niños menores a 5 años de edad (Gallardo Echenique, 2017)

##### **Inductivo**

En este enfoque, comenzamos con datos específicos obtenidos de la aplicación de la encuesta y luego generamos información generalizada, es decir se parte de lo particular a lo general sobre los temas dentro del alcance de la encuesta. Esta perspectiva también se aplica al diseño del cuestionario para cumplir con los objetivos de la encuesta (Hernández Sampieri, Metodología de la Investigación, 2018)

##### **Analítico**

Mediante este método, los resultados son analizados e interpretados en efecto, con el fin de basar los objetivos de la investigación en los datos obtenidos y, en base a ello, explicar posibles soluciones a la influencia que tienen los hábitos alimentarios en el estado nutricional de los niños menores de cinco años que son atendidos en el CNH Los Pitufos Traviesos 1

#### **3.2. Modalidad de la investigación**

Este modo permite obtener datos medibles y observables aplicando métodos instrumentales y estadísticos probados para obtener información real sobre el problema del estado nutricional relacionado con el peso, talla, índice de talla corporal de los niños menores de 5 años que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los

Ríos - Ecuador, periodo junio 2023- octubre 2023.

### **3.3. Tipo de investigación**

La investigación fue de tipo documental, porque se indagaron en documentos, artículos, libros, revistas con el propósito de analizar investigaciones previas de diversos autores en el campo de la medicina, nutrición, legales, a través de medios impresos, digitales, audiovisuales con el fin de tener un contexto teórico de la problemática (Reyes & Boente, 2019).

**Investigación de campo:** teniendo en cuenta los objetivos de la investigación se realizó trabajo de campo, se tomó los datos en ambientes reales debido a que se desarrolló en CNH -Los Pitufos Traviesos 1 - De La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, y los niños y corresponden a dicha parroquia (Cajal , 2023)

**Investigación descriptiva:** se aplica a la investigación por estar enfocada en “describir con detalle una situación determinada, las percepciones de un grupo de individuos en un contexto puntual”, esto es, los hábitos alimentarios y su influencia en el estado nutricional de niños menores de cinco años y sus madres que asisten a consulta al CNH Los Pitufos Traviesos 1 - De La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre 2023 (Pontificia Universidad Católica del Perú, 2023)

**Investigación de corte-transversal:** se formalizó para analizar los hábitos alimentarios de los niños menores de cinco años en un tiempo y espacio determinado, en consecuencia, en el período de junio 2023 hasta octubre 2023, en el CNH -Los Pitufos Traviesos 1 - De La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos – Ecuador (Hernández Sampieri, Metodología de la Investigación d, 2018, págs. 178-179)

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de la información**

#### **3.4.1. Técnicas**

La técnica utilizada es la encuesta que se aplicó a las madres de los 94 niños menores de 5 que asisten al CNH -Los Pitufos Traviesos 1 - De La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos – Ecuador.

#### **3.4.2. Instrumentos**

El instrumento utilizado fue el cuestionario de 20 preguntas aplicadas a las madres de los menores de cinco años que asisten al CNH -Los Pitufos Traviesos 1 - De La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos – Ecuador, las mismas que fueron validadas por profesionales de la carrera de Nutrición y Dietética.

### **3.5. Población y Muestra**

#### **3.5.1. Población**

La población que se ha sido considerada para este estudio son 94 niños y a las madres o representantes legales que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre2023.

#### **3.5.2. Muestra**

La muestra considera son los 94 niños que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre 2023.

Dado que estamos considerando una población pequeña, realizaremos una encuesta al 100%, por lo que el tamaño de la muestra será de 94 niños y sus madres.

### 3.6. Cronograma del proyecto

Tabla 3. Cronograma del proyecto

Nº	Meses Sem Actividades	mayo				junio				julio				agosto				septiembre				octubre			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Selección de Tema																								
2	Aprobación del tema																								
3	Recopilación de la Información																								
4	Desarrollo del capítulo I																								
5	Desarrollo del capítulo II																								
6	Desarrollo del capítulo III																								
7	Elaboración de las encuestas																								
8	Aplicación de las encuestas																								
9	Tamización de la información																								
10	Desarrollo del capítulo IV																								
11	Elaboración de las conclusiones																								
12	Presentación de la Tesis																								
13	Sustentación de la previa																								
14	Sustentación																								

### 3.7. Recursos

#### 3.7.1. Recursos humanos

*Tabla 4. Recursos Humanos*

RECURSOS HUMANOS	
INVESTIGADOR	María De Los Ángeles Villacís Ormeño María Fernanda Díaz Campuzano
ACESOR DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN	Dr. Felipe Gerónimo Huerta Concha, Msc

#### 3.7.2. Recursos económicos

*Tabla 5. Recursos Económicos*

RECURSOS	INVERSIÓN
Internet	\$35
Copias a colores	\$58
Movilización De Transporte	\$50
Alimentación	\$40
Empastada	\$65
Materiales para recolección datos de encuesta sobre hábitos alimenticios	\$45
<b>TOTAL</b>	<b>\$293</b>

### 3.8. Plan de tabulación y análisis

Se efectuó la recolección de la información, tabulación y organización de datos en el programa Excel del paquete de office, a continuación, se dispuso un análisis de resultados y se obtuvo un informe escrito para la presentación de los hallazgos del estudio.

#### 3.8.1. Base de datos

Se identificaron las muestras y se utilizó la encuesta como medio para obtener información por medio de las madres de los niños que asisten al CNH



Pitufos Traviesos 1 de la de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre 2023, utilizando hojas de cálculo del programa de Excel de Microsoft se procedió a la tabulación de la información recolectada.

### **3.8.2. Procesamiento y análisis de datos**

La tabulación de la información se ejecutará mediante los Programas Microsoft Office de Excel, donde se manejarán tablas y gráficos dinámicos para analizar, ordenar y procesar información con base en estadística descriptiva aplicada. Todos estos instrumentos proporcionan un lenguaje sencillo de entender y simple de usar.

## **CAPÍTULO IV**

### **4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **4.1. Resultados obtenidos de la investigación**

En relación con los resultados obtenidos a través del cuestionario que se aplicó a las madres de los 94 niños que asisten al CNH Pitufos Traviesos 1 de la de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre 2023, se valuó las preguntas, y; la forma de interpretación, se realizaron las correcciones. Al mismo tiempo de acuerdo con los objetivos específicos los resultados son los siguientes:

**4.1.1** *Encuesta aplicada a las madres de los niños que son atendidos en el CNH Pitufos Traviesos 1 de la de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre 2023*

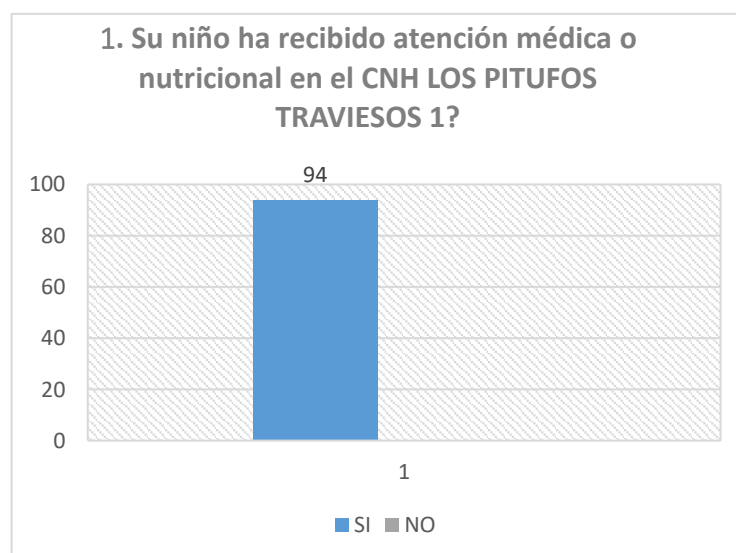
## 1 Su niño ha recibido atención médica o nutricional en el CNH LOS PITUFOS TRAVIESOS 1?

Tabla 6. Atención médica o nutricional en el CNH

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Si	94	100%
No	0	0%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 1. Atención medica nutricional



*Nota.* Las madres encuestadas en su totalidad reciben atención medica en el CNH Pitufos Traviesos 1 de la de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador, Periodo junio 2023- octubre 2023

### Análisis

Con relación a la atención médica que recibieron todas las madres, es decir, el 100% de ellas, respondieron que sus hijos fueron atendidos en el CNH Pitufos Traviesos 1. Hay que recordar que este Programa Creciendo con Nuestros Hijos (CNH) es un programa impulsado por el Ministerio de Inclusión Económica y Social, (MIES). Dentro de las actividades que se realizan dentro del programa se postula el autocuidado, cuidado mutuo y cuidado del medio ambiente.

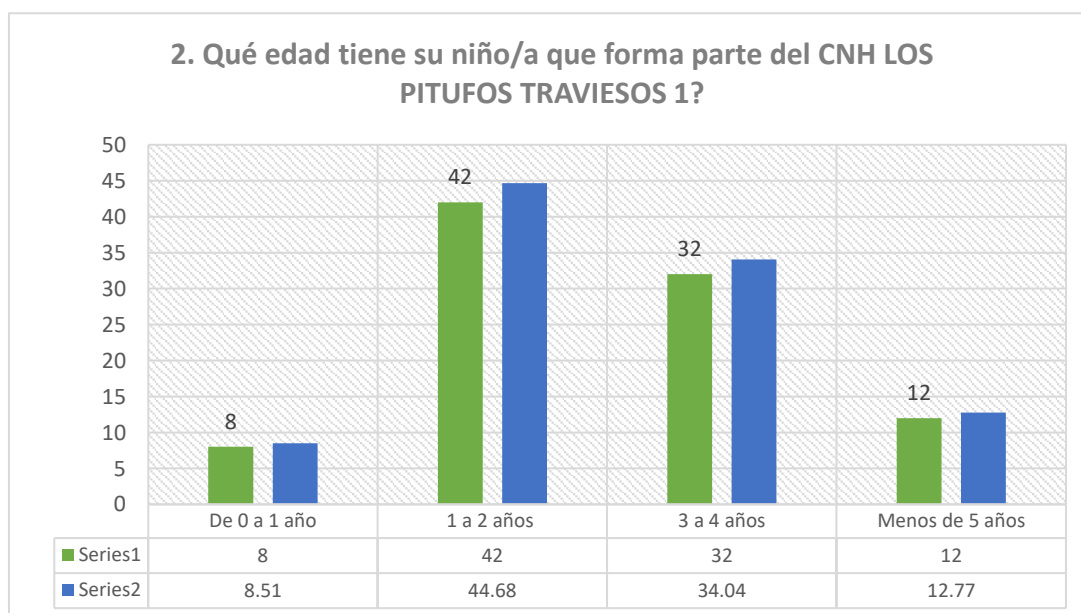
## 2 Qué edad tiene su niño/a que forma parte del CNH Los Pitufos Traviesos 1?

Tabla 7. Edad de los niños del CNH Los Pitufos Traviesos 1

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
De 0 a 1 años	8	8,51%
1 a 2 años	42	44,68%
3 a 4 años	32	34,04%
Menos de 5 años	12	12,67%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 2. Edad de los niños que asisten al CNH Pitufos Traviesos 1



Nota. La serie 1 pertenece al número de niños de cada rango, y la serie dos son los porcentajes  
Elaboración propia

### Análisis

La mayoría de niños que asisten están en el rango de 1 a dos años con un 44,68%, seguidos por niños de 3 a 4 años que representan un 34,04%, esto da a notar que los niños en su mayoría están en una etapa temprana de sus vidas donde el cuidado en la alimentación y en las dietas es muy importante.

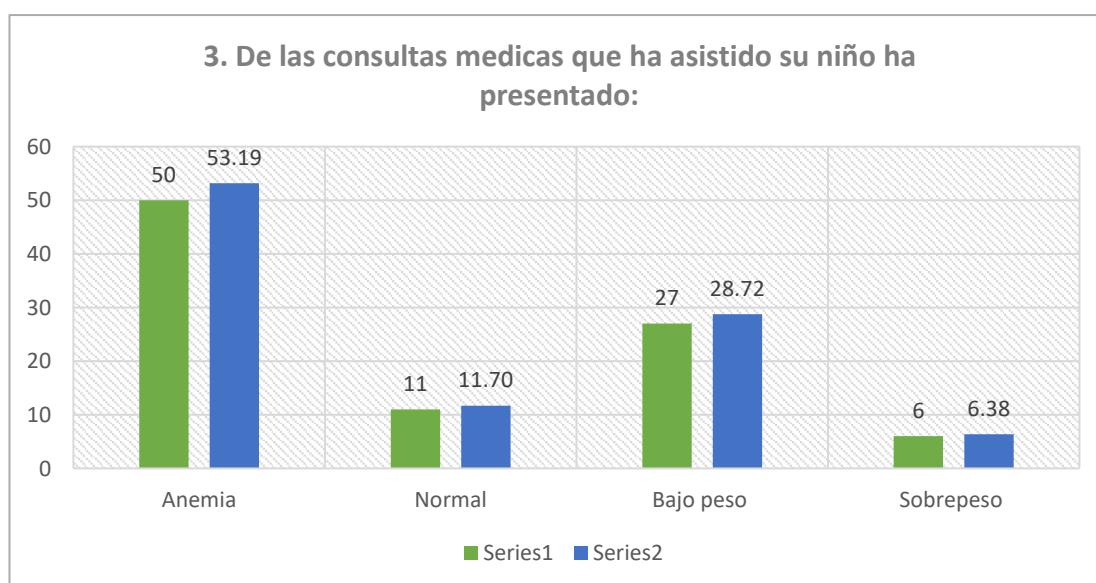
### 3 De las consultas médicas que ha asistido su niño ha presentado:

Tabla 8. Patologías presentadas en la consulta

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Anemia	50	53,19%
Normal	11	11,70%
Bajo Peso	27	28,72%
Sobrepeso	6	6,38%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 3. Patologías presentadas en las consultas



Nota. Datos obtenidos de los registros de consultas

Elaboración propia

### Análisis

Como muestran los datos obtenidos la anemia es la patología con mayor porcentaje 53,19%, seguida de un bajo peso con 28,72%. Estos índices son alarmantes con relación a un 11,70% de los que no presentaron ninguna de las otras patologías, sin embargo, un 6,38% presentó sobrepeso.

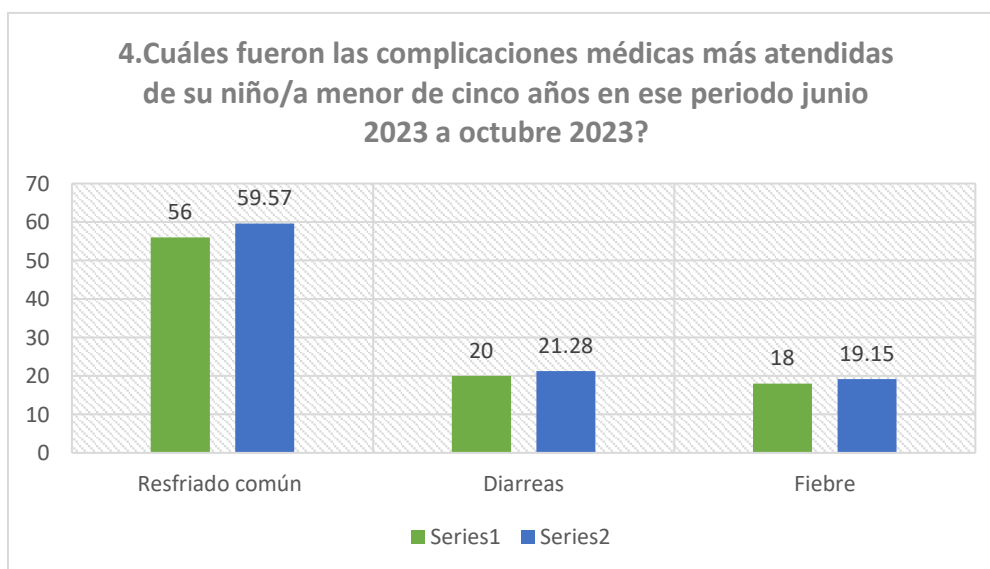
#### 4 Cuáles fueron las complicaciones médicas más atendidas de su niño/a menor de cinco años en ese periodo junio 2023 a octubre 2023?

Tabla 9. Complicaciones médicas más atendidas

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Resfriado común	50	53,19%
Diarreas	11	11,70%
Fiebre	27	28,72%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 4. Complicaciones médicas más atendidas



Nota. Datos obtenidos a través de las encuestas a las madres

Elaboración propia

#### Análisis

De acuerdo con los datos analizados las patologías más frecuentes que se dan en los niños que asisten al CNH los Pitufos Traviesos 1 es el resfriado común con un 59,57% y las diarreas con un 21,28%, en menor porcentaje de 19,15% se presentaron cuadros de diarreas. Hay que destacar que estas patologías pueden darse por diversas causas, como son parásitos, medicamentos o variaciones en la dieta del infante.

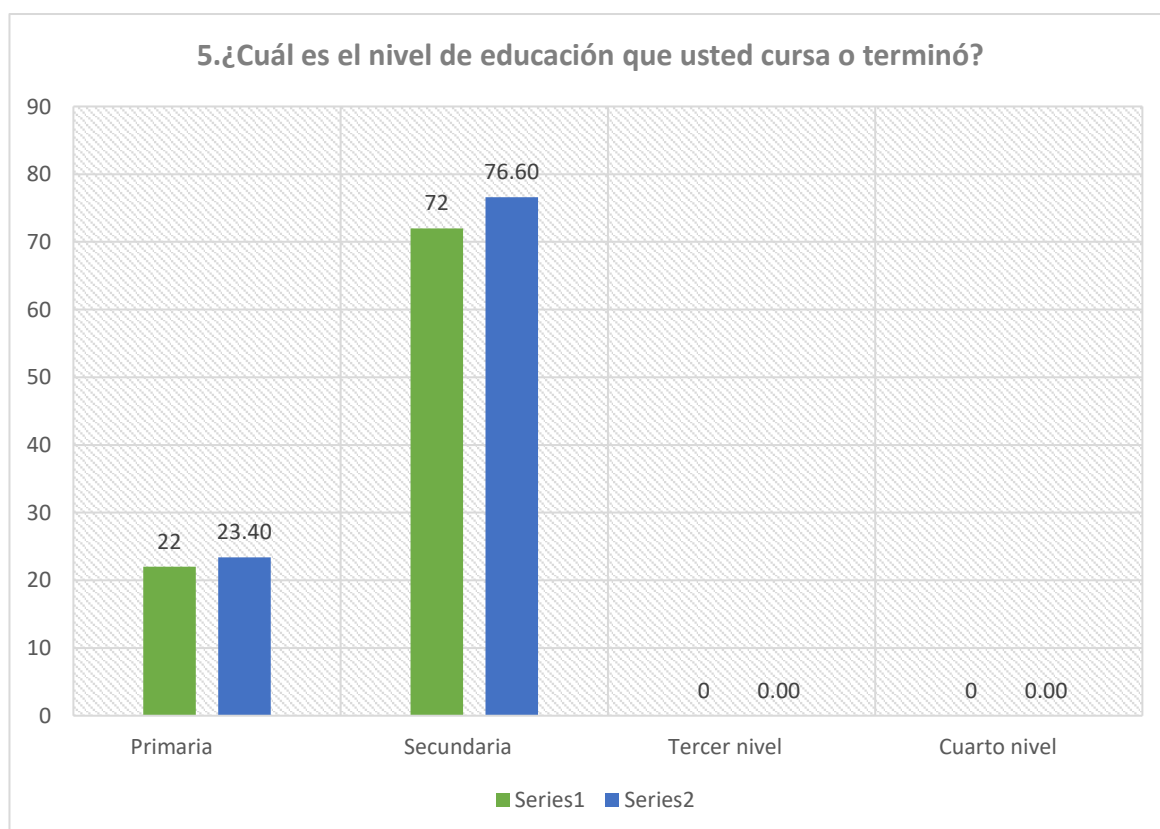
## 5 ¿Cuál es el nivel de educación que usted cursa o terminó?

Tabla 10. Nivel de educación de las madres

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Primaria	22	23,40%
Secundaria	72	76,60%
Tercer nivel	0	0,00%
Cuarto nivel	0	0,00%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 5. Nivel de educación de las madres



Nota. Elaboración propia

## Análisis

El nivel de educación de las madres en un 76,60% es secundaria, donde de acuerdo a los niveles de educación en Ecuador se prepara a la persona en competencias ciudadanas, no se encontraron madres de formación de tercer y cuarto nivel. Este factor ha sido de consideración en la variable independiente dentro de la investigación por marcar determinados comportamientos en los hábitos alimentarios. Hay que destacar que en este nivel se obtienen capacidades importantes que ameritan ser reforzadas con una adecuada guía como es valorar la salud humana, en lo físico, psicológico y sexual, por tal razón aprovechar esos conocimientos y en lo posible acrecentarlos es un desafío para ponerlos a favor de los niños y familia en cuanto a lo que respecta al consumo de alimentos que fortalezcan una alimentación y dieta saludables en todos los ciclos de vida desde la concepción y durante toda la vida.

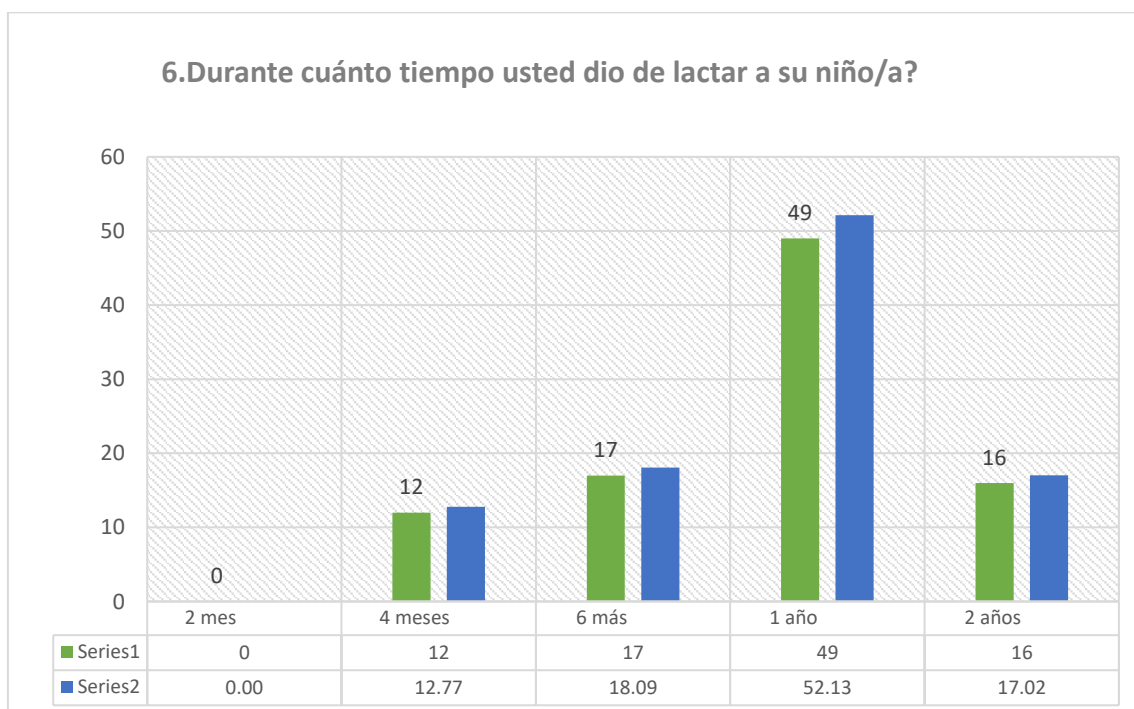
### 6 Durante cuánto tiempo usted dio de lactar a su niño/a

*Tabla 11. Tiempo de lactancia de los niños menores de 5 años*

<b>Respuesta</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido %</b>
2 mes	0	0,00%
4 meses	12	12,77%
6 más	17	18,09%
1 año	49	52,13%
2 años	16	17,02%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

*Elaboración propia*

Gráfico 6. Tiempo de lactancia de los niños menores de 5 años



Nota. Elaboración propia

## Análisis

Respecto al tiempo de lactancia que las madres un 52,13% dio de lactar a su niño durante el primer año de vida algo que es muy favorable más, sin embargo, no es suficiente, puesto que lo ideal es según lo indican las investigaciones de especialistas lo más recomendable es de 24 a 36 meses por los beneficios presentes, futuro y efectos en la salud del niño.



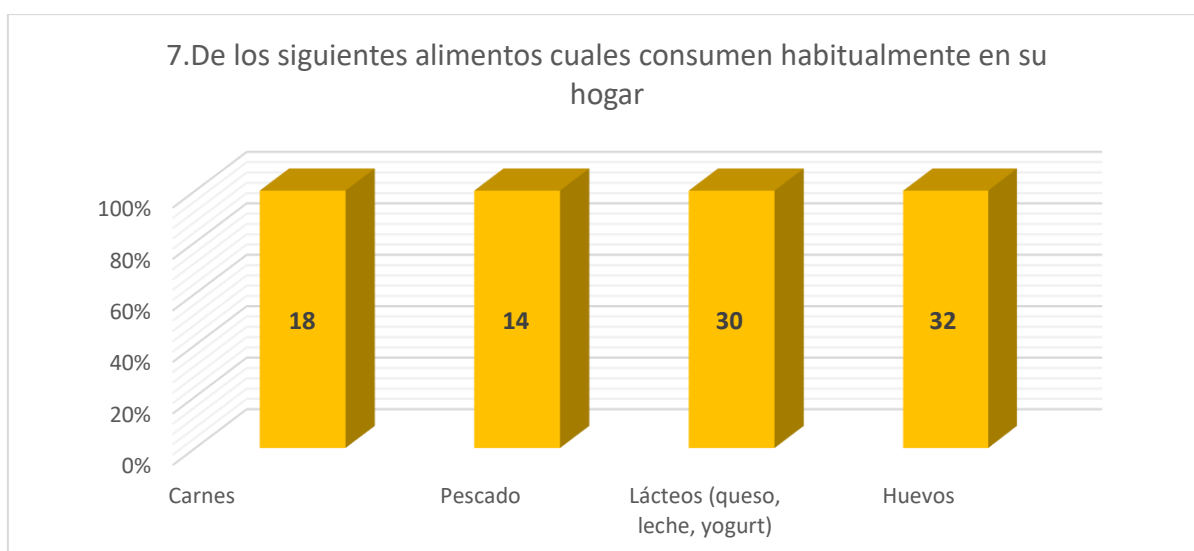
## 7 De los siguientes alimentos cuales consumen habitualmente en su hogar

Tabla 12. Alimentos que consumen con frecuencia

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Carnes	18	19,15%
Pescado	14	14,89%
Lácteos (queso, leche, yogurt)	30	31,91%
Huevos	32	34,04%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 7. Alimentos que consumen con frecuencia



Nota. Elaboración propia

### Análisis

Los alimentos que se consumen habitualmente en el hogar se encuentra con mayor porcentaje son los huevos con un 34,04%, esto va seguido de otro alimento como son los lácteos (queso, leche, yogurt) con un 31,91%. Los alimentos que en menor porcentaje se consumen en los hogares son la carne con un 19,15% y el pescado 14,89%.

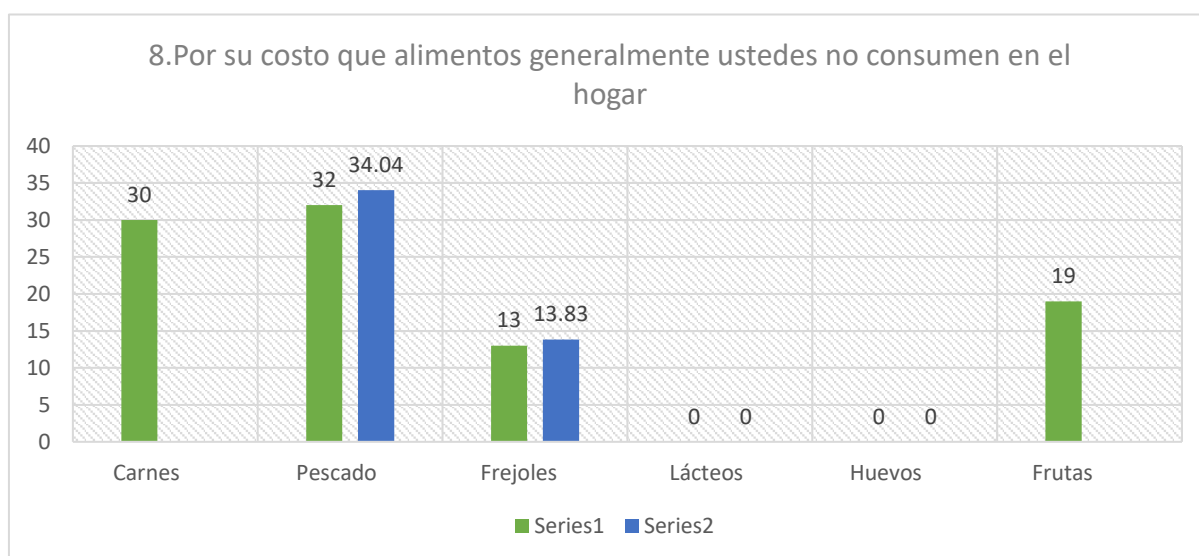
## 8 Por su costo que alimentos generalmente ustedes no consumen en el hogar

Tabla 13. Alimentos que no se consumen por el costo

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Carne	30	31,92%
Pescado	32	34,04%
Frejoles	13	13,83%
Lácteos	0	0,00%
Huevos	0	0,00%
Frutas	19	20,21%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Nota. Elaboración propia

Gráfico 8. Alimento que no se consumen por el costo



Nota. Elaboración propia

### Análisis

Los alimentos que no son consumidos por su costo según las respuestas al cuestionario de las madres son con mayor porcentaje el pescado con un 34,01%, y; como segundo está la carne con un 31,92%. Otros alimentos que por su costo no son consumidos en los hogares son las frutas con un 20,21% los frejoles con un 13,83%. Hay que tomar en cuenta que el consumo de alimentos está relacionado con el poder adquisitivo de las familias.

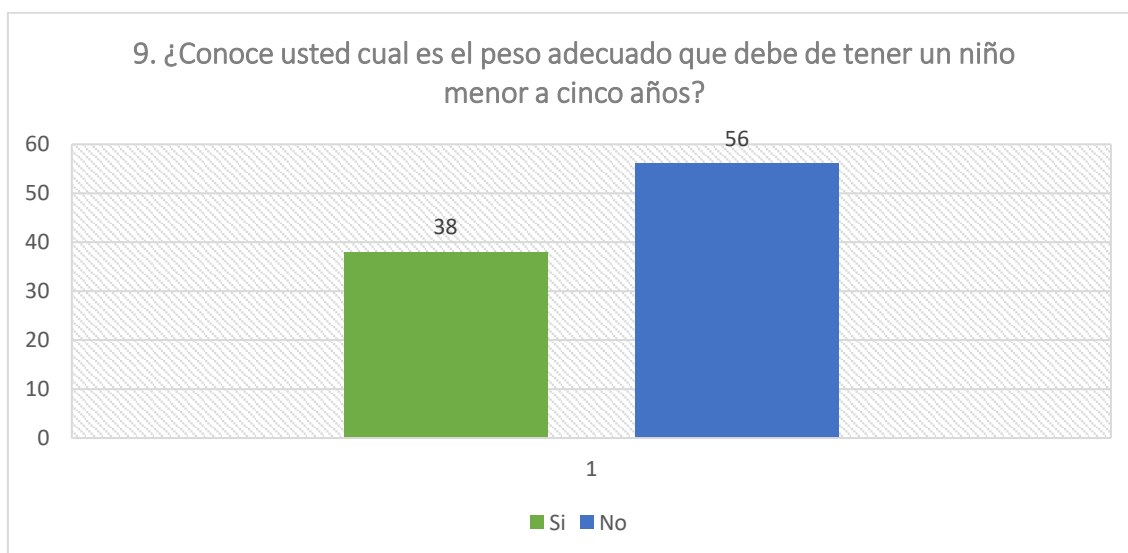
## 9 Conoce usted cual es el peso adecuado que debe de tener un niño menor a cinco años

Tabla 14. Conocimiento del peso adecuado

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Si	38	40,43%
No	56	59,57%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Nota. Elaboración propia

Gráfico 9. Conocimiento del peso adecuado



Nota. Elaboración propia

### Análisis

Como es evidente en la información que se expone, la mayoría de las madres desconocen cuál es el peso que el niño debe de tener de acuerdo a la edad. Por lo tanto en un 59,57% la respuesta es un No, mientras que un 40,43%, es decir un menor porcentaje tiene conocimiento del peso ideal del niño menor a 5 años.

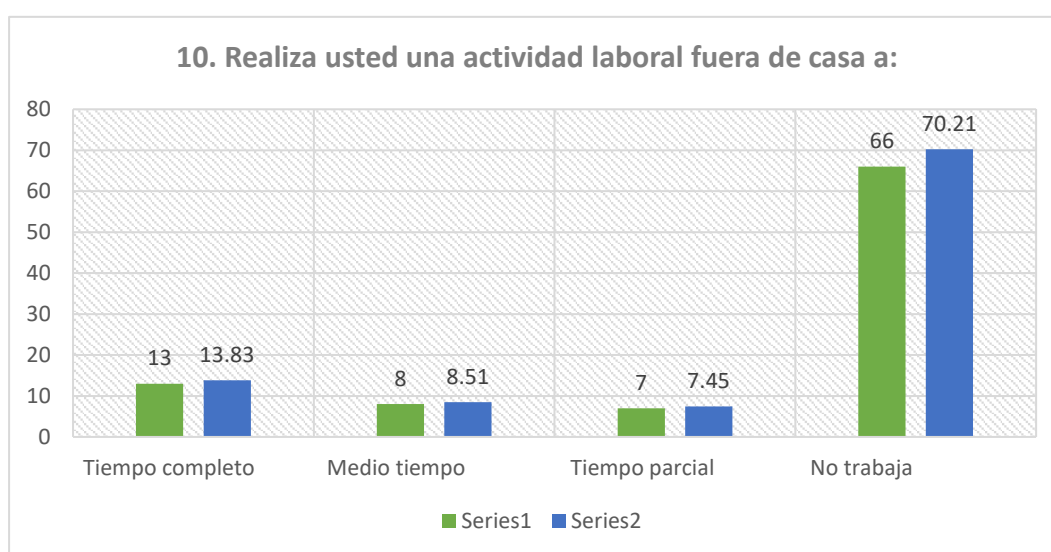
## 10 Realiza usted una actividad laboral fuera de casa a:

Tabla 15. Actividad laboral

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Tiempo Completo	13	13,83%
Medio tiempo	8	8,51%
Tiempo Parcial	7	7,45%
No trabaja	66	70,21%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 10. Actividad laboral



Nota. Elaboración propia

### Análisis

Para el caso la mayoría de madres no tiene un trabajo formal, este grupo constituye un 70,21%, mientras que apenas un 13,83% posee un trabajo de tiempo completo formal, en un 8,51% posee un trabajo a medio tiempo, y apenas un 7,45% trabaja a tiempo parcial. Actualmente, los ingresos se miden desde el punto que ambos padres trabajen, al no ser de esta manera los ingresos familiares se ven disminuidos.

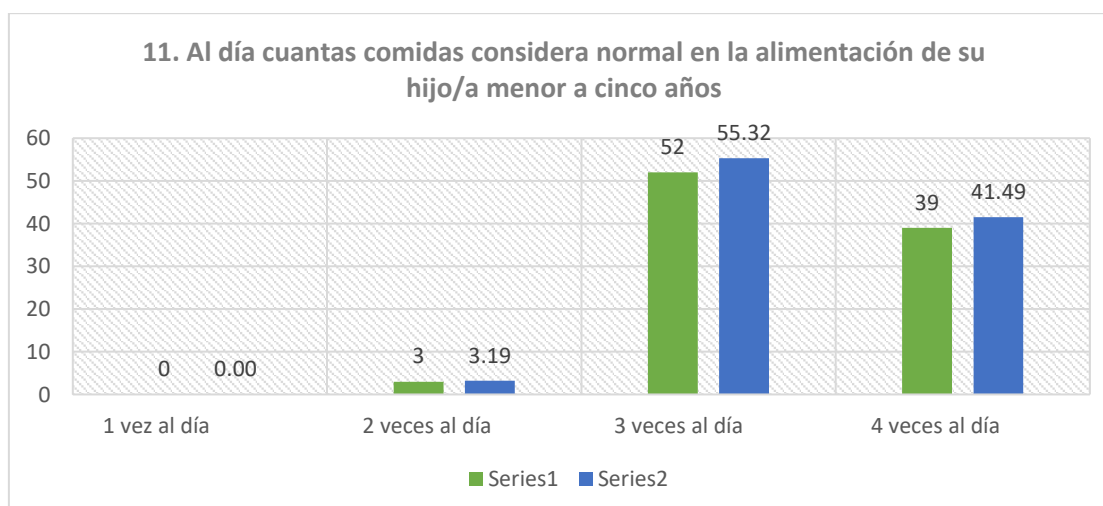
**11 Al día cuantas comidas considera normal en la alimentación de su hijo/a menor a cinco años**

*Tabla 16. Comidas ingeridas al día por los niños menores a cinco años*

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
1 vez al día	00	0,00%
2 veces al día	3	3,19%
3 veces al día	52	55,32%
4 veces al día	39	14,49%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

*Elaboración propia*

*Gráfico 11. Comidas ingeridas al día por los niños menores a cinco años*



*Elaboración propia*

**Análisis**

Como muestran los datos, la mayoría de niños consumen alimentos tres veces al día, es decir, un 55,32%, mientras que un 41,49% lo hace cuatro veces por día, un 3,19% lo hace dos veces por día y no hay niños que lo hagan solamente una vez al día. Es necesario considerar que estamos tomando en consideración que son niños menores de cinco años y que lo recomendable para niños menores de cinco años es que consuman alimentos al menos cinco veces por día.

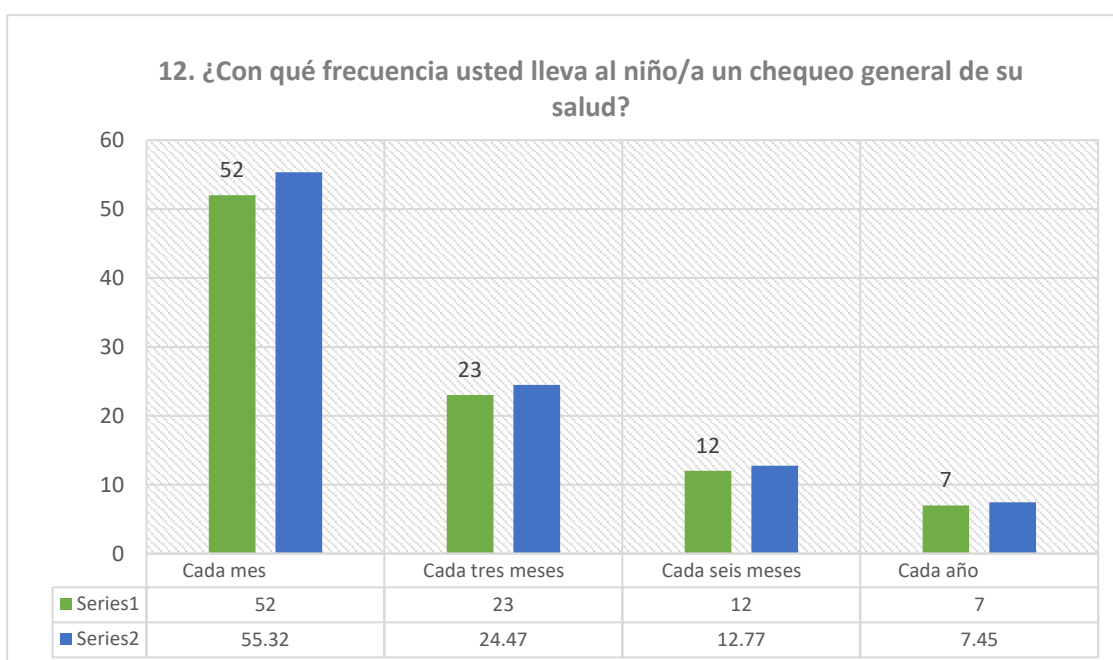
## 12 Con qué frecuencia usted lleva al niño/a un chequeo general de su salud

Tabla 17. Frecuencia de chequeo médico

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
1 vez al día	00	0,00%
2 veces al día	3	3,19%
3 veces al día	52	55,32%
4 veces al día	39	14,49%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 12. Frecuencia de chequeo médico



Elaboración propia

### Análisis

Con respecto a la frecuencia con la que las madres llevan a consulta a sus niños, un 55,32% lo hace cada mes, cada tres meses un 24,47% y cada seis meses un 12,77%, sin embargo, aún existe en un porcentaje menor del 7,45% que llevan a sus niños a chequeos una vez por año.

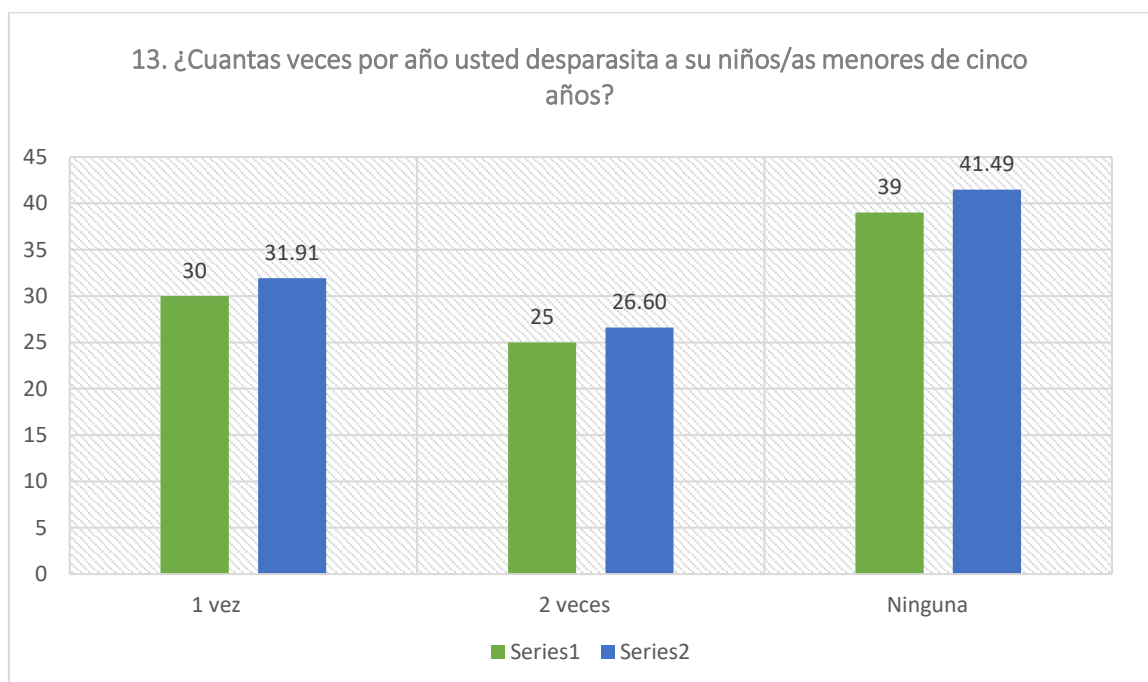
**13 Cuantas veces por año usted desparasita a su niños/as menores de cinco años:**

*Tabla 18. Número de veces que se desparasitan los niños*

<b>Respuesta</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido %</b>
1 vez	30	31,91%
2 veces	25	26,60%
Ninguna	39	41,49%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

*Elaboración propia*

*Gráfico 13. Número de veces que se desparasitan los niños*



*Elaboración propia*

**Análisis**

En cuanto a las veces que las madres desparasitan a los niños, vale la pena acotar que es un alto porcentaje de 41,49% no lo hacen, más existe un grupo que al menos lo realiza una vez 31,91%, más el ideal es dos veces por año lo realiza apenas un 26,60%.

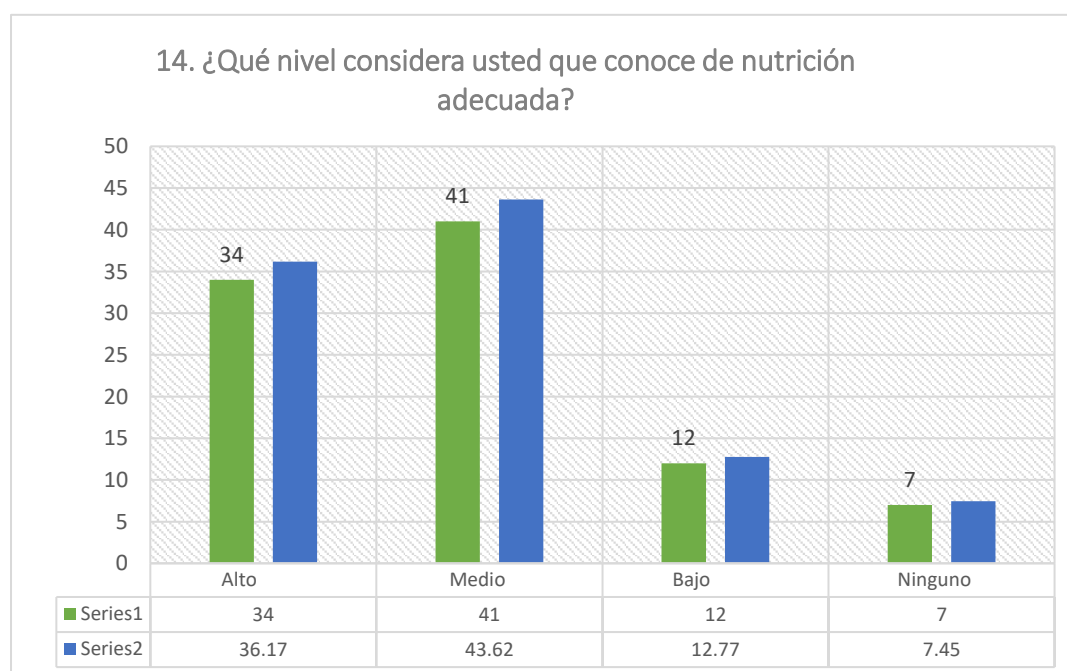
## 14 Qué nivel considera usted que conoce de nutrición adecuada:

Tabla 19. Conocimiento de nutrición

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Alto	34	36,17%
Medio	41	43,62%
Bajo	12	12,77%
Ninguno	7	7,45%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 14. Conocimiento de nutrición



Elaboración propia

### Análisis

En relación con el conocimiento que tienen las madres de los niños que son atendidos en el CNH Pitufos Traviesos 1 el 43,63% manifestó que su nivel de conocimiento respecto de nutrición es medio, un 36,17% dijo tener un alto conocimiento, un 12% reveló tener un nivel bajo, y ningún conocimiento apenas un 7,45%.



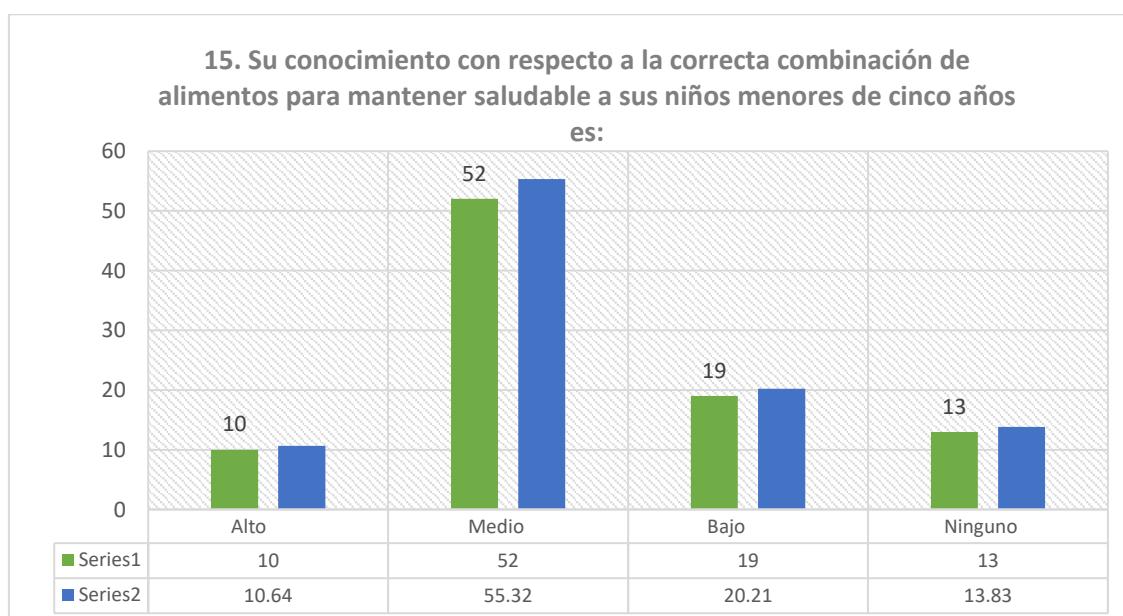
**15 Su conocimiento con respecto a la correcta combinación de alimentos para mantener saludable a sus niños menores de cinco años es:**

*Tabla 20. Conocimiento de combinaciones de alimentos*

<b>Respuesta</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido %</b>
Alto	10	10,64%
Medio	52	55,32%
Bajo	19	20,21%
Ninguno	13	13,83%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

*Elaboración propia*

*Gráfico 15. Conocimiento de combinación de alimentos*



*Elaboración propia*

**Análisis**

Por lo que se refiere a tener conocimientos respecto de la adecuada combinación de alimentos, el 55,32% de las madres manifestaron que es un nivel medio, apenas un 10% dijeron tener un nivel alto respecto a una adecuada combinación de alimentos, en un nivel bajo se encuentran el 20,21%, y; un 13,83% revelaron no tener ningún conocimiento de cómo combinar los alimentos que dan a sus niños.

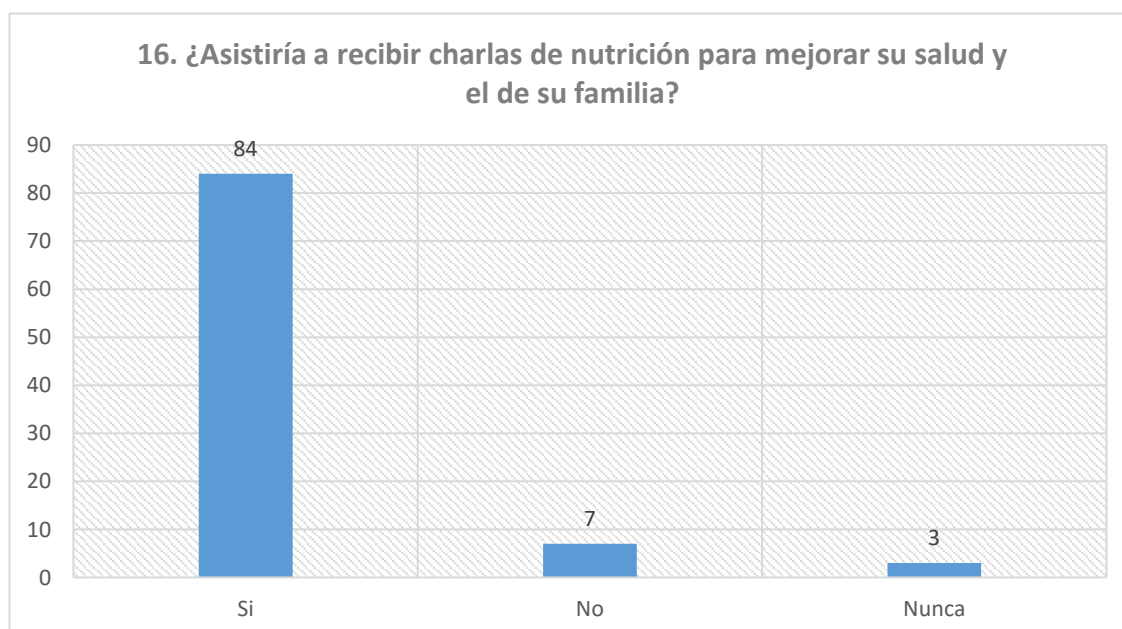
## 16 Asistiría a recibir charlas de nutrición para mejorar su salud y el de su familia

Tabla 21. Charlas de nutrición

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Si	84	89,36%
No	7	7,45%
Nunca	3	3,19%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 16. Charlas de nutrición



Elaboración propia

### Análisis

Acercas de recibir charlas sobre nutrición las madres en un 89,36% respondieron en forma afirmativa que desean recibir las, en un menor porcentaje en un 7,45% respondieron que No, y un mínimo porcentaje de 3,19% dijeron Nunca. Hay que estacar que las madres si están dispuestas a recibir las charlas de nutrición en forma mayoritaria lo que representa una oportunidad de acercarse a esa comunidad de madres.

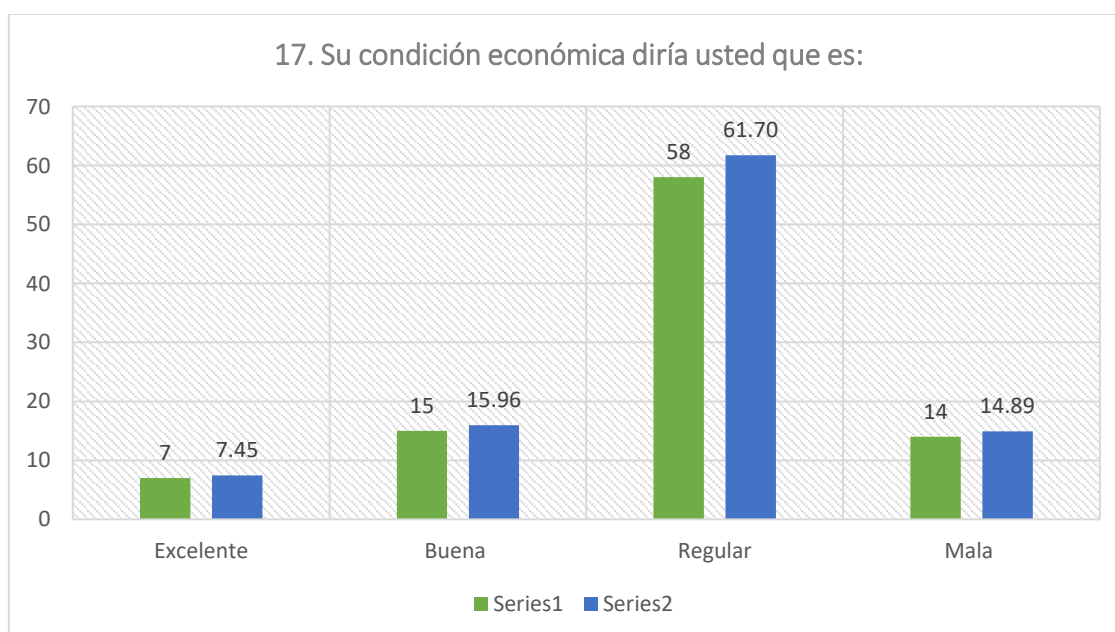
## 17 Su condición económica diría usted que es:

Tabla 22. Condición económica

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Excelente	7	7,45%
Buena	15	15,96%
Regular	58	61,70%
Mala	14	14,89%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 17. Condición económica



Elaboración propia

## Análisis

Con respecto de la condición económica de las familias, un porcentaje de 61,70% describió su situación económica como regular, como una condición Buena 15,96%, como una condición mala un 14,89%, y; una condición excelente apenas un 7,45%. Hay que hacer notar que la condición económica de las familias influye en la capacidad de adquirir alimentos.

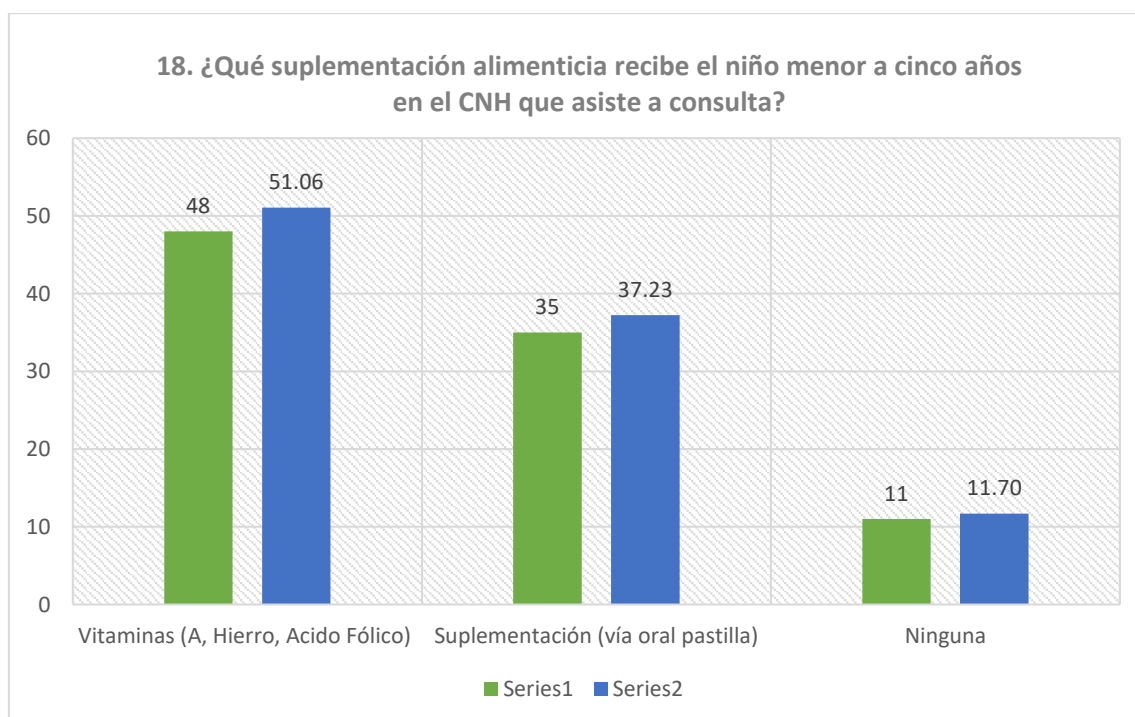
**18. Qué suplementación alimenticia recibe el niño menor a cinco años en el CNH que asiste a consulta:**

*Tabla 23. Suplementación alimenticia*

<b>Respuesta</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido %</b>
Vitaminas( A, Hierro, Ácido Fólico)	48	51,06%
Suplementación (vía oral, pastillas)	35	37,23%
Ninguna	11	11,70%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

*Elaboración propia*

*Gráfico 18. Suplementación alimenticia*



*Elaboración propia*

**Análisis**

En cuanto a suplementación alimenticia que recibe el niño, en un mayor porcentaje están dadas por vitaminas con 51,06%, luego la suplementación vía oral con un 37,23% y un grupo minoritario con un 11,70% que no recibe ninguna de las anteriores opciones de suplementación.

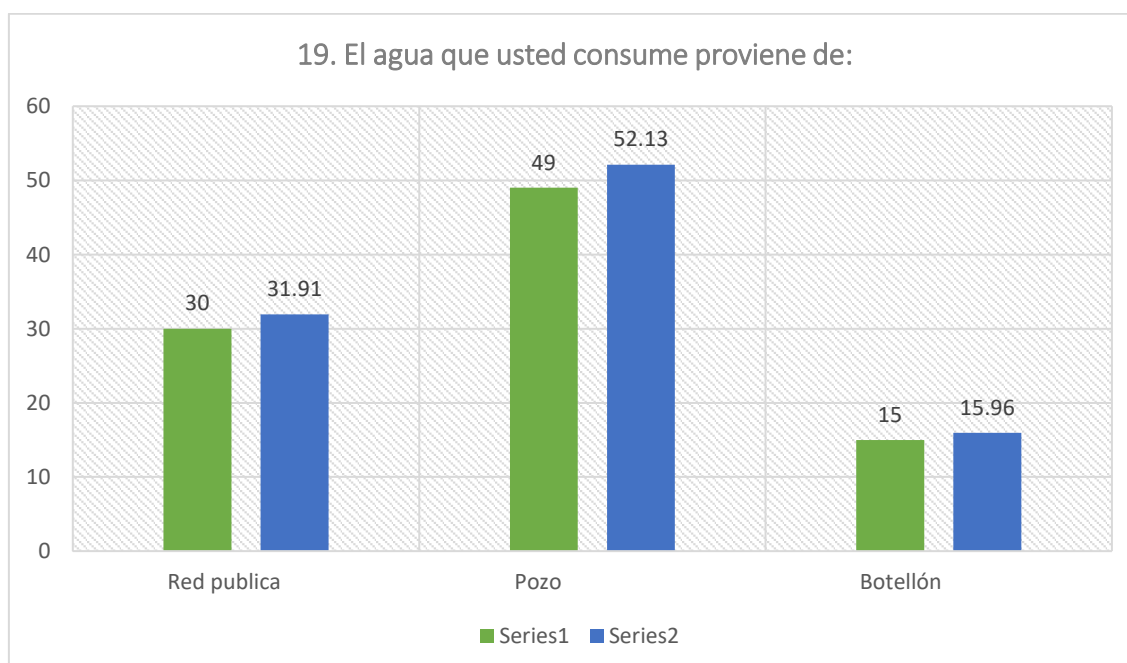
## 19 El agua que usted consume proviene de:

Tabla 24. Consumo de agua

Respuesta	Frecuencia	Porcentaje válido %
Red publica	30	31,91%
Pozo	49	52,13%
Botellón	15	15,96%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Elaboración propia

Gráfico 19. Consumo de agua



Elaboración propia

## Análisis

Otro punto importante de analizar son la fuente de donde se consume el agua en los hogares, para este caso un 52,13% lo hace de pozo, un 31,91% tiene acceso al agua de la red pública, y; en menor proporción del 15,96% consumen el agua que se distribuye en botellón.

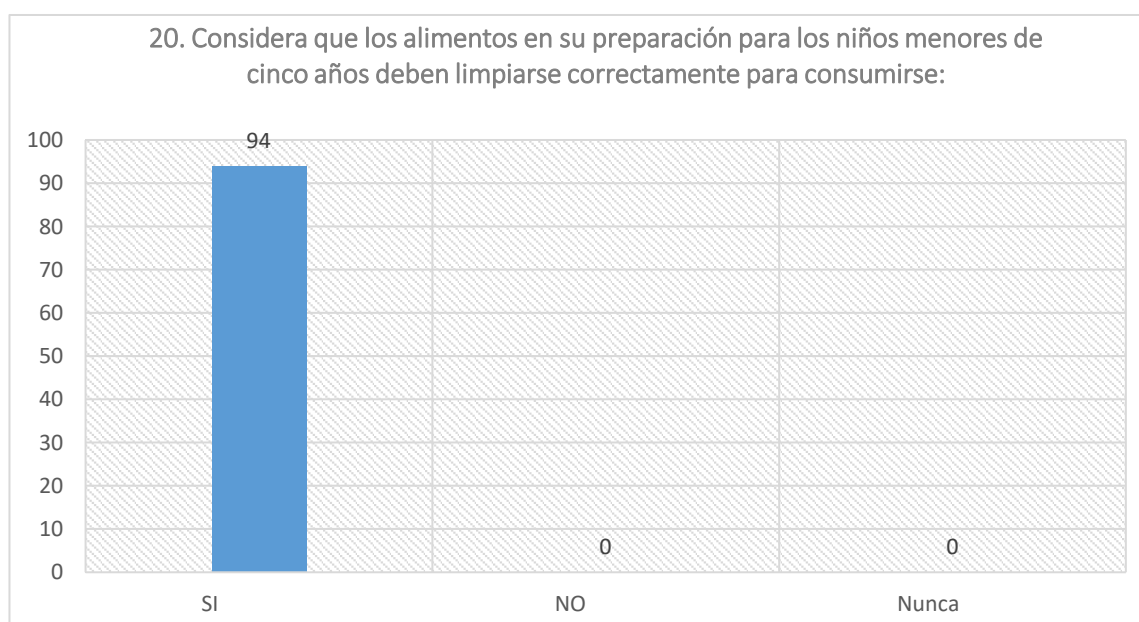
**20 Considera que los alimentos en su preparación para los niños menores de cinco años deben limpiarse correctamente para consumirse:**

*Tabla 25. Limpieza de alimentos*

<b>Respuesta</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje válido %</b>
Si	94	100%
No	0	0,00%
Nunca	0	0,00%
<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

*Elaboración propia*

*Gráfico 20.Limpieza de alimentos*



*Elaboración propia*

### **Análisis**

Acerca de la limpieza de los alimentos las madres estuvieron en un 100% de acuerdo que estos deben de ser limpiados adecuadamente para ser dados a los niños y también comentaron para toda la familia. El asea que se inculcó durante la pandemia tuvo un efecto positivo, los recordatorios de limpiar todo.

## 4.2 Análisis e interpretación de datos

En relación con los datos analizados el total de los 94 niños reciben atención nutricional en el CNH Los Pitufos Traviesos 1 De La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos Ecuador, lo cual demuestra que las madres reciben orientación respecto a la forma de alimentar a sus hijos.

Las patologías que en su mayoría presentan los niños, de acuerdo a los datos analizados son que 53,19% fueron atendidos por anemia, un 28,72% por bajo peso, lo que demuestra que, aun existiendo orientación en cuanto a la nutrición, existen factores que están afectando los hábitos alimentarios de los niños y sus familias que a su vez se reflejan en el estado nutricional. Esta situación es preocupante, porque la anemia en los niños tiene consecuencias como irritabilidad, escaso crecimiento neuronal, afectando las capacidades motoras y cognitivas del niño retraso en el crecimiento (Carrero, Oróstegui, Ruiz Escorcia, & Barros Arriet, 2018).

Es de destacar que en su mayoría los niños están entre las edades de uno a dos años en esta categoría se encuentra el 44,68%, mientras que de tres a cuatro años se encuentra un 34,04%, donde toma más cuidado su desarrollo integral. Por otra parte, también dentro de las enfermedades que tienen relevancia están el resfriado común con un 59,57% en los niños seguido de diarreas con un 21,28%, fiebres con un 19,15%. Los síntomas gripales efectivamente son tratados y se recomienda la vacunación oportuna de los menores, en cambio las diarreas están asociadas a bacterias, parásitos, cambios de dietas, complicaciones intestinales. Esta situación se puede ver reflejadas en que un 41,49% de las madres no desparasitan a sus hijos, el 31,91% solamente lo hace una vez por año y el ideal de dos veces por año apenas el 26,60%. Esta situación también se asocia a la infraestructura sanitaria que en un 52,13% del consumo de agua proviene de pozo, un 31,91% apenas es de red pública, y un 15,96% se provee de agua mediante botellones.

Con respecto a aquellos factores que influyen en los hábitos alimentarios encontramos que, si están influenciados por la educación que tenga la madre, el nivel educativo que cuentan las madres es de un 76,60% tiene secundaria, y un 23,40% ha terminado la primaria. El cuidado de los niños en sus primeros años

de vida es importante, la alimentación debe ser variada y sana. Para aquellas madres deben estar informadas en cuanto al tipo de alimentación y la correcta combinación de alimentos, las porciones, los horarios, todo demanda atención y dedicación de parte de la familia. Para esto hay que tener en cuenta que los hallazgos dentro del análisis de los datos muestran que un 55,32% de las madres manifestaron que es un nivel medio, apenas un 10% dijeron tener un nivel alto respecto a una adecuada combinación de alimentos, en un nivel bajo se encuentran el 20,21%, esto demuestra que aún no es suficiente las capacitaciones que reciben respecto a una adecuada nutrición y al fomento de hábitos saludables.

El estado nutricional de los niños también es afectado por la situación económica del hogar, un 61,70% de las madres describieron su situación económica como regular, apenas un 7,45% dijo tener una situación económica excelente, más aún una situación descrita como mala sigue superando a la excelente con un 14,89%. Esto de alguna manera afecta la forma de consumir ciertos tipos de proteínas necesarias en una dieta equilibrada por el costo que representa adquirirlos, en un 34,04% no consumen pescado, el 31,92% no consumen carne y un 20,21% frejoles. Estos alimentos son necesarios en los niños para formar tejidos, células, hormonas, y otros órganos durante la niñez y la pubertad.

Lo importante y sobre todo rescatable es que existen 89,36% de madres interesadas en aprender sobre la forma correcta de alimentarse en un 7,45% están dispuestas a asistir a charlas sobre nutrición para mejorar la salud de la familia y de los niños especialmente, apenas un 7,45% dijeron que No, y en un mínimo 3,19% que no asistiría nunca.

Es importante rescatar que las madres están totalmente de acuerdo en su totalidad que se debe limpiar los alimentos que deben ingerir los niños, pero el agua que se utiliza con este fin no está adecuada, puesto que proviene de pozos y no de una red pública con mejores condiciones de higiene.



### **4.3 Conclusiones**

Acorde con los datos que se obtuvieron en la encuesta realizada a las madres de los 94 niños que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 De La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos Ecuador Periodo junio-octubre-2023 se obtuvo las siguientes conclusiones:

Se identificó que los hábitos alimentarios niños están relacionados con el entorno social, puesto que depende de los ingresos económicos que tenga la familia, el conocimiento y costumbres adquiridas. Además, también debe tenerse en cuenta la sanidad que tenga el entorno donde vive la familia.

Las madres están interesadas en obtener mejores condiciones de alimentación para sus hijos, pero existen limitantes, entre ellas las condiciones económicas que las familias tienen actualmente, donde en la mayoría de los casos solamente existe un ingreso y las madres no trabajan. Así mismo, no cuenta con estudios donde puedan calificar para obtener un trabajo formal remunerado.

El estado nutricional de los niños también se ve afectado por las condiciones económicas al no poder consumir alimentos con la frecuencia que se debe para considerar que un niño tiene una dieta sana y equilibrada, no hay acceso continuo a proteínas que deben ser consumidas con otros alimentos para sustentar un estado nutricional óptimo.

En efecto se necesita mejorar los hábitos alimentarios productos de las costumbres y también del entorno donde se están desarrollando los niños, aprovechar que las madres están dispuestas a cambiar y a recibir charlas que les ayuden a manejarse con los presupuestos que tienen, a prender como combinar alimentos para nutrirse de mejor manera y consumir alimentos que aporten al crecimiento sano de los niños.

#### **4.4 Recomendaciones**

Realizar campañas de concientización de cultivar hábitos alimenticios que favorezcan la nutrición en los niños menores de cinco años, a través de un efectivo control y guía nutricional que les dé a las madres los elementos para fortalecer sus conocimientos en el área de la nutrición.

Mejorar las condiciones para el acceso a agua tratada para el consumo humano, de esta manera evitar enfermedades que ocasionan enfermedades parasitarias en los niños, a la vez orientar a las madres hacia la necesidad de que los niños se deben desparasitar mínimo dos veces por año.

Fomentar hábitos saludables que les permita a los niños crecer en ambientes más sanos, direccionar la alimentación hacia el consumo de alimentos con el propósito de fortalecer los sistemas de defensas naturales del cuerpo para prevenir enfermedades por un sistema inmune debilitado por no encontrarse el cuerpo adecuadamente nutrido.

Incentivar a las madres en que logren subir el nivel de estudios que actualmente mantienen, para de esta forma poder acceder a una situación económica más favorable para el hogar, por ellas y para sus hijos.

Incentivar metas con respecto a tener niños más sanos, familias con hábitos que contribuyan al bienestar, al contexto social donde se fomente la salud en todos los aspectos de la vida del individuo desde su gestación hasta su edad adulta.

Fortalecer la comunicación que debe existir entre los profesionales de la salud y las personas encargadas por parte del Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) para la atención integral de las familias que se encuentran en estado de vulnerabilidad y que son consideradas en este Programa CNH Creciendo con Nuestros Hijos, donde de acuerdo a los parámetros se tiene que analizar la situación personalizada de cada niño y de todos los actores claves, lo exige que se tenga el conocimiento y las destrezas necesarias para resolver los problemas en el mínimo de tiempo, lo que en muchas ocasiones no llega a cumplirse satisfactoriamente.

## **CAPÍTULO V**

### **5. PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN**

#### **5.1. Título de la propuesta de Aplicación**

Guía alimentaria para promover hábitos alimentarios saludables para mejorar el estado nutricional de los niños menores de cinco años en las familias de la Parroquia Urbana Barreiro Nuevo del Cantón Babahoyo Provincia de Los Ríos.

#### **5.2 Antecedentes**

La salud se relaciona estrechamente con la alimentación y los hábitos alimentarios de las personas, familias, grupos, cultura, entorno social. Por lo tanto, esto no significa que siempre aquellas costumbres y hábitos que tienen las personas o los grupos sociales contribuyan a una salud nutricional. Es decir, que se hace necesario tener una guía respecto de lo que científicamente es más recomendable en cuanto a la ingesta de alimentos.

Una alimentación debe de ser variada, saludable, que proporciones los nutrientes necesarios para poder sostener el gasto energético diario, pero también debe ser accesible a las personas que la necesitan. Además, el tener guías alimentarias contribuye a que la alimentación se realice a que cumpla con el objetivo de garantizar una nutrición correcta, combatir la desnutrición, prevenir la obesidad y las deficiencias vitamínicas que puede surgir de una inadecuada ingesta de alimentos (UNICEF, 2023).

La mayoría de madres de los 94 niños en un 43,62% tiene conocimientos en cuanto a nutrición que consideran en un nivel medio, de aquellas el 12,77% en un nivel bajo y un 7,45% considera que no tienen ningún conocimiento sobre nutrición. Si relacionamos los porcentajes de conocimientos medios, bajo y ninguno, tenemos que un 63,84% no conocen completamente las formas correctas de nutrir a sus familias y en especial a los niños.

Esta situación también se vio reflejada en que un 55,32% manifestaron tener un nivel medio sobre la combinación adecuada de alimentos, un 20,21% dijo desconocer aquello y un 13,83% no tiene idea que como combinar alimentos de forma adecuada para sus niños. Estos datos reflejan que existen necesidad de tener una guía adecuada de alimentación sobre todo en los niños menores de cinco años, que de manera ideal necesitan una forma diferente de alimentación en cantidades, combinación de alimentos y diferente distribución de tiempos.

Por consiguiente, es prioridad que las madres tengan guías alimentarias confiables para que puedan dar los alimentos a los niños de forma correcta, de esta forma prevenir la desnutrición, mejorar hábitos alimentarios, que la población pueda considerar una gama más amplia de alimentos y considerar consumir aquellos alimentos en estado fresco que se puedan cultivar en el entorno y disminuir el consumo de alimentos poco saludables menos procesados o ultraprocesados.

### **5.3 Justificación**

Una guía alimentaria según se postula es un instrumento o herramienta para ayudarnos en la forma de alimentarnos con información y consejos inteligentes que nos permitan prevenir enfermedades derivadas de una inadecuada alimentación y a su vez preservar el medio ambiente (UNICEF, 2023).

Ante la necesidad que existe de fomentar en la sociedad hábitos alimentarios saludables que se articulen a los medios existentes en las poblaciones más vulnerables, y con menos acceso a condiciones favorables con respecto a opciones para una nutrición que contribuya a una salud integral de los niños se hace necesaria crear guía con el fin de educar a la población en temas de salud nutricional.

La presente propuesta de investigación surge de la necesidad que tienen las madres de una guía con respecto a cómo llevar la dieta de sus hijos menores de cinco años, con una combinación adecuada de nutrientes que proporcione bienestar y salud en el proceso de desarrollo del niño en sus primeros años de vida, y que contribuya al desarrollo pleno de sus capacidades físicas, cognitivas y emocionales, en la etapa de vida que corresponda a su edad.

Con respecto a las guías alimentarias se asegura que son el fundamento para que los distintos actores y sectores que se encuentran involucrados y relacionados con alimentos, nutrición, la salud y la agricultura, puedan orientar y coordinar mediante la promoción de consumo saludable de alimentos ricos en vitaminas minerales contribuir a cultivar hábitos alimentarios saludables en la población y así combatir la desnutrición, sobrepeso y obesidad que son el detonante de enfermedades no transmisibles como la diabetes, enfermedades cardiovasculares entre otras (PAHO, 2023).

Actualmente, es necesario que las familias y especialmente las madres que llevan generalmente la dirección de la alimentación conozcan la forma correcta en la que deben alimentarse los niños menores de cinco años y toda la familia construya hábitos que de no tener conocimientos de ellos sean guiados a costumbres más saludables con respecto de lo que es consumido en la dieta diaria de acuerdo a la disponibilidad de alimentos y a lo que se pueda adquirir con los ingresos de las familias. (FAO, FIDA, OMS, UNICEF, 2023).

La presente propuesta de una guía alimentaria puede ser de beneficio metodológico, puesto que con ella se puede realizar una investigación más amplia respecto a cómo se puede mejorar la salud nutricional de las personas en toda la etapa de vida, desde su infancia, edad adulta y madurez física.

## 5.4 Objetivos

### 5.4.1. Objetivo General

Promover hábitos alimentarios saludables para mejorar el estado nutricional de los niños en las familias de la Parroquia Urbana Barreiro Nuevo del Cantón Babahoyo

### 5.4.2. Objetivos Específicos

Adaptar una guía alimentaria que contenga alimentos saludables para mejorar el consumo de nutrientes en los niños menores de cinco años

Realizar talleres para las madres para que puedan preparar alimentos saludables y nutritivos con base en la condición económica del hogar.

Ejecutar controles periódicos referentes al progreso de la salud del niño para medir su desarrollo físico.

## 5.5 Aspectos básicos de la Propuesta de Aplicación

### 5.5.1. Estructura general de la propuesta

*Tabla 26. Estructura general de la propuesta*

<b>Fases</b>	<b>Procesos Esperados</b>	<b>Actividades</b>	<b>Participantes</b>	<b>Responsables</b>
Primera Fase	Las madres se relacionan con la información dada en la guía	Socialización de la guía alimentaria	Madres/padres/cabeza del hogar de los niños menores de cinco años	María De Los Ángeles Villacís Ormeño María Fernanda Díaz Campuzano
Segunda Fase	Las madres describen alimentos que son conocidos por la comunidad	Descripción de los tipos de alimentos explicados en la guía necesarios para los niños menores de cinco años	Madres/padres/cabeza del hogar de los niños menores de cinco años	María De Los Ángeles Villacís Ormeño María Fernanda Díaz Campuzano
Tercera Fase	Las madres	Identificación de los	Madres/padres/cabeza del hogar	María De Los Ángeles

	identifican los grupos de alimentos	diferentes grupos de alimentos y su aporte nutricional	de los niños menores de cinco años	Villacís Ormeño María Fernanda Díaz Campuzano
Cuarta Fase	Las madres aprender a elegir alimentos	Establecimiento de pautas para la elección de alimentos	Madres/padres/cabeza del hogar de los niños menores de cinco años	María De Los Ángeles Villacís Ormeño María Fernanda Díaz Campuzano
Quinta Fase	Las madres conozcan el manejo de los alimentos que consumen	Conocer el manejo de alimentos que se consumen en el hogar	Madres/padres/cabeza del hogar de los niños menores de cinco años	María De Los Ángeles Villacís Ormeño María Fernanda Díaz Campuzano
Sexta Fase	Las madres reconocen en base a lo visto en las exposiciones la importancia de la guía alimentaria	Reconocimiento de una guía alimentaria para mejorar la nutrición y los hábitos alimentarios saludables	Madres/padres/cabeza del hogar de los niños menores de cinco años	María De Los Ángeles Villacís Ormeño María Fernanda Díaz Campuzano

Nota. Elaborado por las investigadoras

### 5.5.2. Componentes

Los componentes de la propuesta son las madres de los 94 niños que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 De La Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Provincia de Los Ríos Ecuador Periodo Junio -octubre 2023, los cuales colaboraron en la presente investigación con los datos que fueron analizados y de la Educadora del Programa Creciendo con Nuestros Hijos, también a las personas que estuvieron prestas para colaborarnos en las instalaciones para realizar la investigación.

En forma especial a las participantes directas de la presente investigación, al personal docente de la Universidad Técnica de Babahoyo, es especial a la Facultad de Ciencias de la Salud y al docente tutor miembro de la Escuela de Salud y Bienestar de la Carrera de Nutrición y Dietética.

La propuesta fue creada en concordancia a los datos y al análisis realizado para promover la utilización de esta herramienta con el fin de informar, orientar a las madres o cabezas de familia para que puedan proveer alimentación sana a través de una dieta equilibrada a sus hijos e integrar hábitos alimentarios saludables y la nutrición necesaria para que los niños crezcan acorde a su edad y tengan el desarrollo físico, cognitivo y emocional para ser adultos sanos y productivos.

Tema: Guía alimentaria para promover hábitos alimentarios saludables para mejorar el estado nutricional de los niños menores de cinco años en las familias de la Parroquia Urbana Barreiro Nuevo del Cantón Babahoyo Provincia de Los Ríos.

Objetivo: Promover hábitos alimentarios saludables para mejorar el estado nutricional de los niños en las familias de la Parroquia Urbana Barreiro Nuevo del Cantón Babahoyo.

Meta a conseguir: Que las madres inicien en sus hogares a través de una adecuada orientación hábitos alimentarios saludables para nutrir adecuadamente a sus hijos menores de cinco años.

Duración

3 horas

Contenido

Las guías alimentarias actualmente se encuentran dirigidas a la población con el propósito de ofrecer recomendaciones detalladas del tejido y elementos que forman una alimentación adecuada, hábitos alimentarios y estilos de vida saludable en una población. Así mismo estas guías alimentarias responden a otros factores como salud pública, estándares de producción, consumo de alimentos, influjos socioculturales, características de los alimentos. Es decir que orientan y promueven la utilidad del conocimiento respecto a grupos de alimentos, modelos dietéticos, que ayuden a prevenir enfermedades crónicas y no transmisibles. (FAO, 2023) .



Las guías alimentarias son instrumentos que se utilizan para orientar a la población que actualmente a nivel mundial se enfrenta a tres problemas derivados de una inadecuada ingesta de alimentos, como son el sobrepeso, desnutrición, deficiencias vitamínicas y de minerales. Además, no únicamente nos enfrentamos a estas patologías, también existe el problema del cambio climático que afecta directamente la manera de producir alimentos, la localización, distribución, lo que pone en peligro la seguridad alimentaria de las actuales y futuras generaciones (FAO, FIDA, OMS, UNICEF, 2023).

El contenido de una guía alimentaria también se encuentra conformado para instruir a las madres y las personas que tienen a su cargo la compra y la preparación de los alimentos con el propósito de promover el consumo de alimentos que formen una dieta equilibrada y variada, que sea sustentable, que se incluya con la cultura del lugar donde se la promociona y que los alimentos que la conformen estén a disposición para ser consumidos y adquiridos (Poo, 2023).

Para una comprensión adecuada de una guía alimentaria debemos tener claro ciertos conceptos como alimento, nutrientes, dieta, carbohidratos y proteínas:

**Alimento:** Según la OPS lo describe como “sustancia o producto de carácter natural o artificial apta para el consumo humano. Es cualquier sustancia que aporta la materia y la energía necesarias para realizar nuestras funciones vitales” (OPS, 2023)

**Nutrientes:** Son elementos químicos que contienen los alimentos que se logran utilizar una vez se han comido y absorbido. Contienen los componentes dietéticos de carácter orgánico e inorgánico contenidos en los alimentos y que tienen un destino determinada en el cuerpo (OPS, 2023).

**Dieta:** Según la FAO “mezcla de alimentos sólidos y líquidos que un individuo o grupo consume. Su disposición depende de la disponibilidad de alimentos, su costo, los hábitos alimentarios el valor cultural de los alimentos” (fao.org, 2023).

Carbohidratos: Son los que proveen al cuerpo energía, necesaria para el dinamismo y desarrollo de las actividades cotidianas, como, por ejemplo: caminar, trabajar y estudiar. Los alimentos que proveen carbohidratos son: granos, cereales, papa, pan, yuca, plátano, azúcar, miel, entre otros. Su función transcendental es suministrar energía a las células, funcionan en el cuerpo como un combustible veloz y simple de obtener para el cuerpo. Hay dos tipos de carbohidratos los complejos y los simples. Los primeros son de lenta absorción por parte del intestino por contener fibra y los encontramos en alimentos como el frejol, habas, frutas, etc. Lo del segundo tipo también conocidos como azúcares simples o libres, y de rápida absorción se encuentran en las bebidas azucaradas y en la comida chatarra, en el consumo de éstos es preferible tomarlos con precaución (SMNE, 2021) .

La alimentación que se describe en las guías alimentarias se encuentran los alimentos clasificados de acuerdo al grupo al que pertenecen, identificando seis grupos: cereales, frutas, verduras, proteínicos (carnes, pescado, huevos), leche y sus derivados (queso, yogur) grasas y aceites (gan, 2023).

Con relación a la alimentación y nutrición adecuada en los primeros meses de vida de todo niño, la lactancia materna, es recomendable que en los primeros seis meses de vida el niño, la lactancia materna ayuda a desarrollar las capacidades físicas, mentales y sociales, además provee al niño defensas contra enfermedades, combatir infecciones, son menos proclives a desarrollar alergias, gripes, leucemias. Así mismo, los niños alimentados con leche materna disminuyen la probabilidad de tener desnutrición, obesidad, en la infancia como en la vida adulta (UNICEF, 2023).

## **5.6 Resultados esperados de la Propuesta de Aplicación**

### **5.6.1. Alcance de la alternativa**

En el transcurso que se implementó la ejecución de la alternativa de una Guía alimentaria para las madres de los niños que son atendidos en el CNH Pitufos Traviesos 1 de la Parroquia Barreiro Nuevo Cantón Babahoyo, Los Ríos Ecuador, se lograr lo siguiente:

Que las madres de los niños menores de cinco años de la población de la Parroquia Barreiro Nuevo se orienten, informen sobre el consumo de alimentos, y; en la adecuada combinación de las porciones que correspondan con la edad del niño.

Que a través de la puesta en práctica de la guía se construyan hábitos alimentarios saludables que permitan tener una alimentación equilibrada y mejorar la calidad de vida de los niños menores de cinco años, sus madres y de la familia.

Que las madres puedan aprovechar sus recursos limitados en la selección de alimentos de temporadas que mejor satisfagan las necesidades nutricionales de los niños menores de cinco años y por medio de esto la familia entera se beneficie.

Que la guía alimentaria sea una herramienta para proteger a sus hijos de la desnutrición, obesidad, sobrepeso, deficiencias vitamínicas y de minerales, si no que se favorezca el consumo responsable y equilibrado de los alimentos y se fomente hábitos alimentarios que beneficien una nutrición adecuada.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Brown, J. E. (2019). *Nutricion en las diferentes etapas de la vida*. Mexico: McGraw Hill.
- Asociacion Española de Pediatría . (2021). *Manual de Nutricion*. Madrid: Lúa Ediciones 3.0.
- Asociación Española de Pediatría. (2021). *Manual de Nutrición*. Madrid: Lúa Ediciones 3.0, S.L.
- Banco Mundial. (4 de Abril de 2023). *bancomundial*. Obtenido de bancomundial.:  
<https://www.bancomundial.org/es/region/lac/overview#:~:text=En%20cuanto%20a%20la%20pobreza,7%2C9%20%25%20en%202022>.
- Cajal , A. (25 de julio de 2023). *Users/USUARIO/*. Obtenido de Users/USUARIO/:  
<file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Investigaci%C3%B3n%20de%20Campo.pdf>
- Calvo Bruzos, S. C., Escudero Álvarez, E., Gómez Candela, C., & Riobó Serván, P. (2019). *Patologías Nutricionales en el siglo XXI. Un Problema de salud Pública*. Madrid: Editorial Aranzadi, S. A.
- Carrero, C. M., Oróstegui, M. A., Ruiz Escorcía, L., & Barros Arriet, D. (2018). Anemia infantil. *AVFT*, 3-4.
- Castro Rodríguez, B., Martínez Fernández, J., & Perote Alejandro, A. (s.f.). Hábitos de salud y nutrición desde la escuela. *Vive Sano*. Instituto Pascual Tomás Sanz, Madrid.
- CEPAL. (2020). *El costo de la doble carga de la malnutrición*. Roma: Publication WFP.
- Diez Navarro, A., & Marrodán Serrano, M. D. (2018). *La desnutrición infantil en el mundo: herramientas para su diagnostico*. Madrid: Punto Didot.
- Diez Navarro, A., & Morrodan Serrano, M. D. (2018). *La desnutrición infantil en el mundo*. Madrid: Edicion Punto Dldot.
- (2023). *El estado de la seguridad alimentaria y la nutricion en el mundo* . Roma: Creative Commos.
- ENSANUT. (31 de Octubre de 2018). *ecuadorencifras.gob.ec*. Obtenido de ecuadorencifras.gob.ec: [https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas\\_Sociales/ENSANUT/ENSANUT\\_2018/Evolucion%20Historica%20de%20ENSANUT%202018.pdf](https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/ENSANUT_2018/Evolucion%20Historica%20de%20ENSANUT%202018.pdf)
- FAO. (2022). *Nutricion Humana en el mundo*. Nueva York: Publicaciones multimedia.
- FAO. (18 de Agosto de 2023). *fao.org*. Obtenido de fao.org:  
<https://www.fao.org/3/am289s/am289s03.pdf>
- FAO, FIDA, OMS, UNICEF. (2023). *La seguridad alimentaria y la nutricion en el mundo*. Roma: ONU.
- Gallardo Echenique, E. E. (2017). *Metodología de la Investigación: manual autoformativo interactivo*. Huancayo: Universidad Continental.
- García López, I. C., & Méndez García, E. M. (2020). *Transformaciones en la alimentación contemporánea: miradas socioculturales*. México: Montiel & Soriano Editores S.A. de C.V.

- Hernández Falcón, J., & Alba Leonel, A. (2020). La comunidad es un referente necesario para la enfermería y especialmente para la enfermera comunitaria. *Enfermería IMSS*, 122.
- Hernández Sampieri, R. (2018). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw Hill.
- Hernández Sampieri, R. (2018). *Metodología de la Investigación d*. Mexico: McGraw-Hill.
- Katz, D. L., Friedman, R. S., & Lucan, S. C. (2018). *Nutrición Medica*. Barcelona: Proyectos Editoriales.
- Lapo Ordoñez, D. A., & Quintana Salinas, M. R. (2018). Relación entre el estado nutricional por antropometría y hábitos alimentarios. *Rev. Arch Med Camagüey*, 755.
- MIES. (2018). *Creciendo con Nuestros Hijos*. Quito: MIES.
- Ministerio de Salud Pública. (15 de Agosto de 2023). *salud.gob.ec*. Obtenido de salud.gob.ec: <https://www.salud.gob.ec/msp-presento-el-plan-intersectorial-de-alimentacion-y-nutricion-ecuador-2018-2025/#:~:text=Algunas%20de%20las%20metas%20del,a%C3%B1os%20en%20el%20a%C3%B1o%202021>.
- Minsiterio de Salud Pública. (2022). *Plan Decenal de Salud 2022-2031*. Quito: MSP.
- MSP. (2020). *Ministerio de Salud Pública*. Obtenido de <https://www.salud.gob.ec/msp-previene-enfermedades-cardiovasculares-con-estrategias-para-disminuir-los-factores-de-riesgo/>
- Naciones Unidas . (23 de Diciembre de 2022). *ecuador.un.org*. Obtenido de ecuador.un.org: <https://ecuador.un.org/es/213134-juntos-llegamos-m%C3%A1s-lejos-la-onu-en-ecuador-trabajando-contra-la-desnutrici%C3%B3n-cr%C3%B3nica#:~:text=Seg%C3%BAn%20los%20datos%20oficiales%2C%20un,vive%20John%20y%20su%20familia>.
- OMS. (4 de Septiembre de 2019). Enfoque en la nutrición y los servicios de salud. Ginebra.
- OMS. (2020). Obtenido de <https://www.paho.org/es/noticias/9-12-2020-oms-revela-principales-causas-muerte-discapacidad-mundo-2000-2019>
- OMS. (16 de Septiembre de 2022). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- OPS. (2019). Obtenido de <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-cardiovasculares>
- Organización Mundial de la Salud. (31 de Agosto de 2018). *who.int*. Obtenido de who.int: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Organización Panamericana de la Salud. (2019). *Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: ventas, perfiles de nutrientes e implicaciones normativas*. Washington, DC: OPS.
- Organización Panamericana de la Salud. (1 de Agosto de 2023). *paho.org*. Obtenido de paho.org: <https://www.paho.org/es/temas/alimentacion-saludable>
- Pontificia Universidad Católica del Perú. (25 de Julio de 2023). *files.pucp.education*. Obtenido de files.pucp.education: <https://files.pucp.education/facultad/educacion/wp-content/uploads/2022/04/28145648/GUIA-INVESTIGACION-DESCRIPTIVA-20221.pdf>

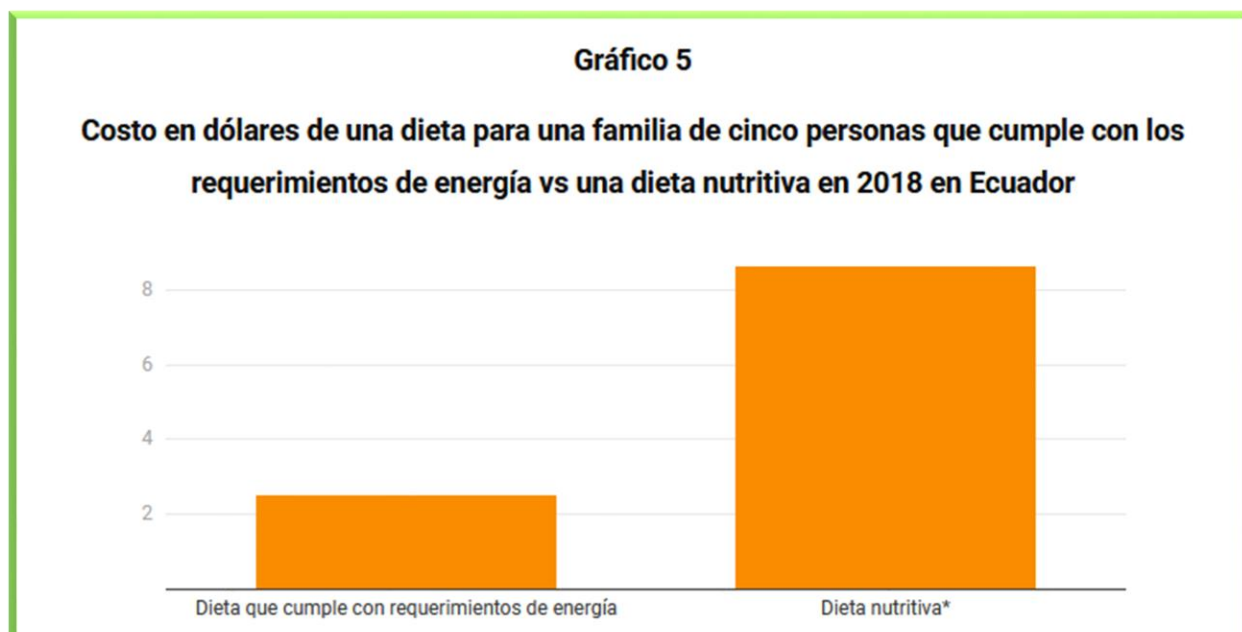
- Revista Gestión. (2020). El ecuatoriano transita entre la desnutrición y el sobrepeso. *Gestión*, 2-3.
- Reyes, N., & Boente, A. (2019). *Metodología de la Investigación: Compilación Total*. Venezuela: Independently Published.
- Rodríguez, C. (Agosto de 2023). Diccionario de Economía Etimológico, Conceptual y Procedimental. *Diccionario de Economía*. eumed, Mendoza. Obtenido de eumed.net.
- Segarra Canton, O., Redecilla Ferreiro, S., & Clemente Bautista, S. (2022). *Guía de Nutrición Pediátrica*. Madrid: ERGON.
- UNICEF. (2019). *Estado Mundial de la Infancia*. Nueva York: unicef.
- UNICEF. (2019). *Estado mundial de a infancia* . New York.
- UNICEF. (2019). *Niños, alimentos y nutrición*. Nueva York: Division de Comunicaciones Unicef.
- UNICEF. (2019). *Niños, alimentos y nutrición*. Nueva York: UNICEF.
- UNICEF. (2020). *Para cada infancia nutrición*. Nueva York: unicef.
- UNICEF. (2021). *Estado Mundial de la Infancia* . Nueva York: Onu.
- UNICEF. (2022). *Infancia en peligro* . Nueva York: Sistema de Archivo de las Naciones Unidas.
- Unicef. (4 de Agosto de 2023). *Obesidad Infantil*. Obtenido de unicef.org/ecuador:  
<https://www.unicef.org/ecuador/obesidad-infantil#programme-challenge>
- Universidad Veracruzana. (10 de Agosto de 2023). *uv.mx*. Obtenido de uv.mx:  
<https://www.uv.mx/saisuv/files/2019/09/Guia-alimentacion-como-estilo-de-vida-saludable.pdf>
- Villacís Ormeño, M. D., & Díaz Campuzano, M. F. (s.f.). *Habitos alimentarios y su influencia en el estado nutricional*. UTB, Babahoyo.

## ANEXOS

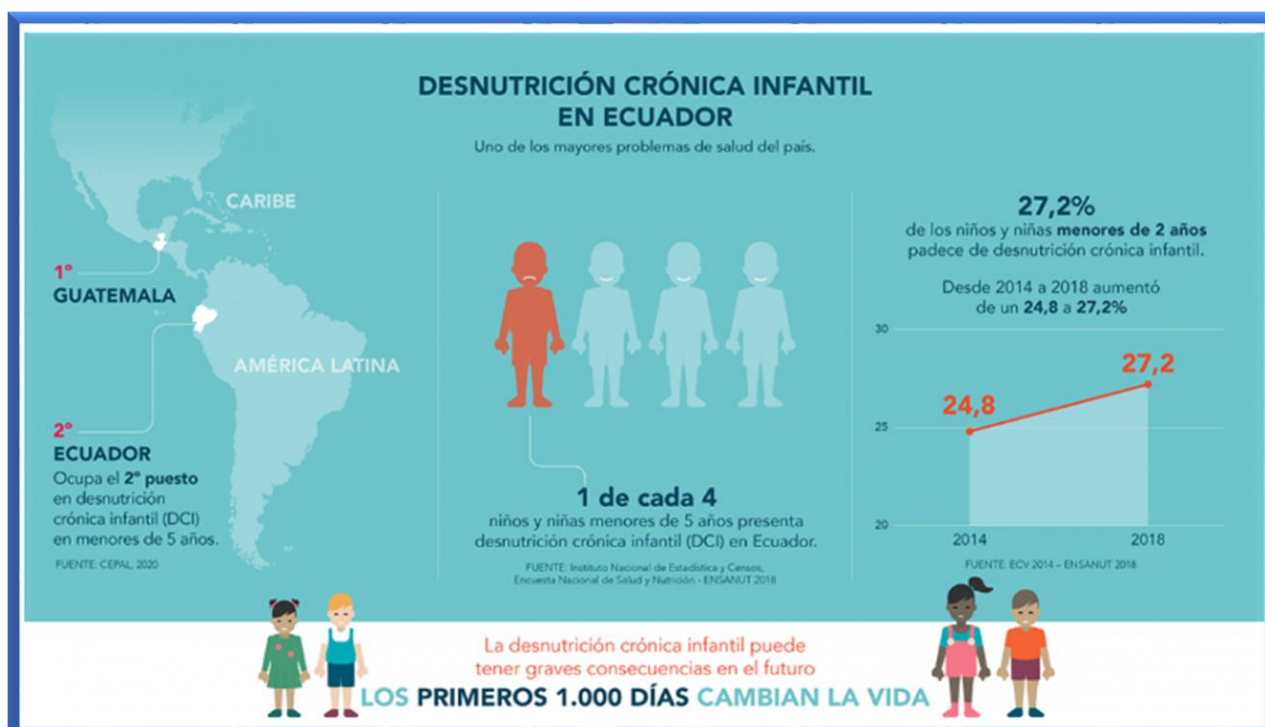
### Anexo Nº 1 Matriz de Contingencia

<b>PROBLEMA GENERAL</b>	<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>HIPOTESIS GENERAL</b>
¿Cuál es la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado el estado nutricional de niños menores de 5 años del CNH Los Pitufos Traviesos 1 - de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos Ecuador periodo junio 2023- octubre 2023?	Identificar los hábitos alimentarios y su influencia en el estado nutricional de los niños menores de cinco años que asisten al CNH Los Pitufos Traviesos 1 en la Parroquia Barreiro Nuevo del cantón Babahoyo Provincia de los Ríos.	Existe relación entre los hábitos alimentarios y el nivel de conocimientos del consumo de alimentos saludables de las madres, lo que se refleja en el estado nutricional de los niños menores de 5 años que son atendidos en el CNH Los Pitufos Traviesos 1 - de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos Ecuador, periodo junio 2023- octubre 2023.
<b>PROBLEMAS DERIVADOS</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>HIPÓTESIS ESPECIFICAS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué nivel de conocimiento tienen las madres respecto de los hábitos nutricionales saludables para los niños menores de 5 años?</li> <li>- ¿Cómo incide el nivel socioeconómico de la familia en el estado nutricional de los niños menores de 5 años?</li> <li>- ¿Qué medidas son necesarias para concientizar a las madres de los efectos de una inadecuada y adecuada nutrición en los niños menores de 5 años?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar el nivel de conocimiento que poseen las madres de los niños menores de cinco años sobre normas nutricionales que van a consulta en el CNH Los Pitufos Travieso 1.</li> <li>- Establecer guías alimentarias adecuados para mejorar la ingesta de nutrientes en niños menores de cinco años en hogares con hábitos nutricionales poco saludables.</li> <li>- Diseñar una propuesta de intervención dirigida a las madres de los niños menores de 5 años acerca de hábitos alimentarios adecuados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los componentes de educación, disponibilidad de alimentos y nivel de ingresos afectan directamente el estado nutricional de los niños menores de cinco años del CNH Los Pitufos traviesos.</li> <li>- Los hábitos alimentarios son influenciados por la educación que tienen las madres con respecto del consumo de alimentos y la dieta que necesitan los niños menores de cinco años</li> </ul>

**Figura N°1: Costo en dólares de la dieta de una familia en Ecuador**

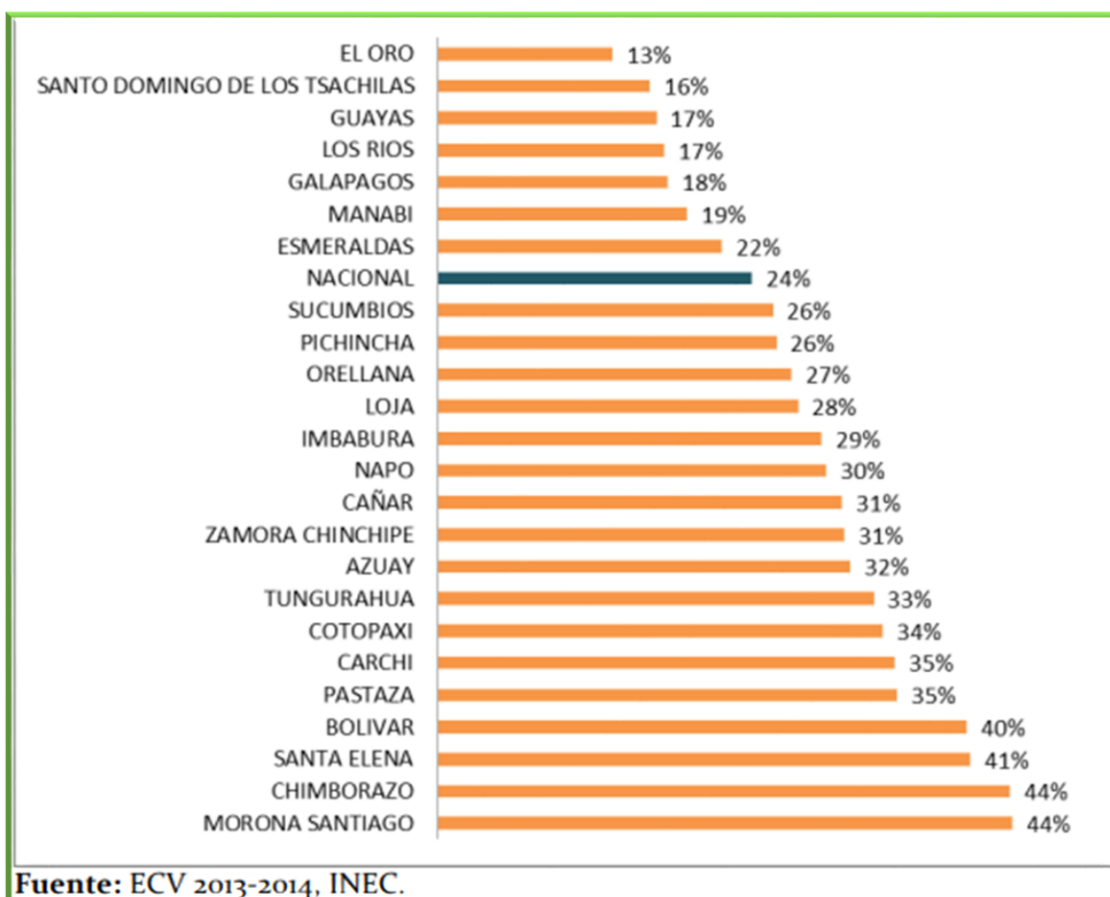


**Figura N°2: Desnutrición crónica infantil en Ecuador**



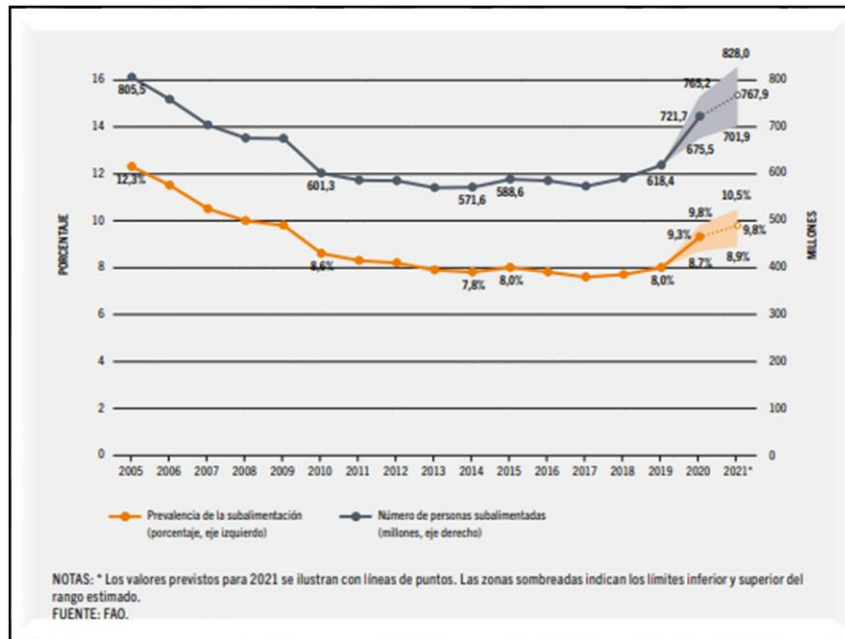


**Figura Nª 3. Incidencia de la desnutrición crónica según provincia en el Ecuador**



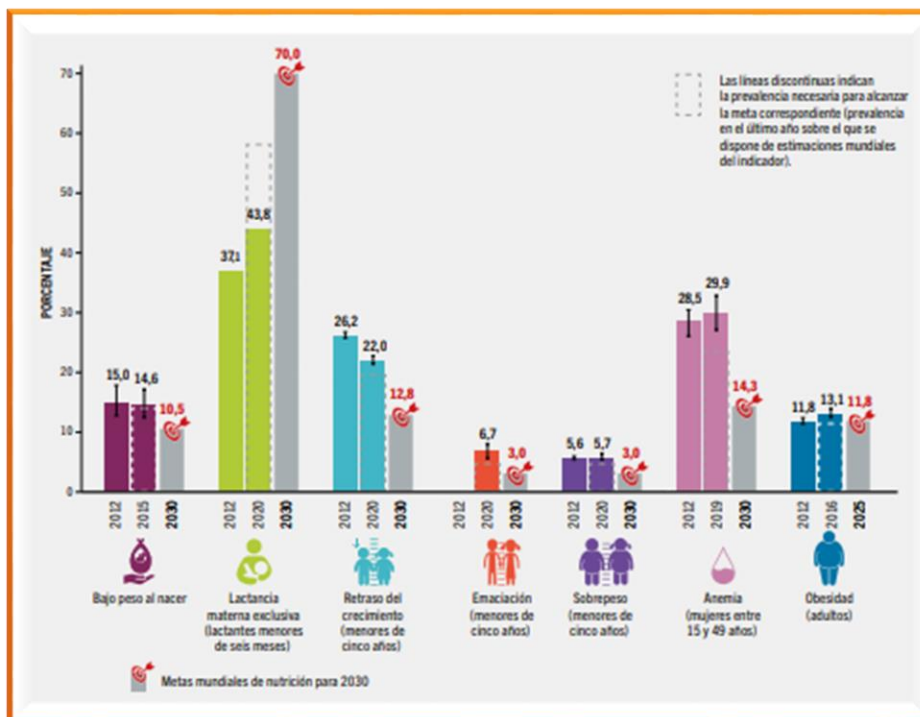
**Nota:** La región Interandina es la más afectada tendiendo altos índices de pobreza un 65%, estos niños de etnias indígenas alcanzan un 48% de desnutrición. En la gráfica se destacan con 44% de índice de desnutrición crónica las Provincias de Chimborazo y Morona Santiago

**Figura N<sup>a</sup> 4. Personas que enfrentan hambre en el mundo**



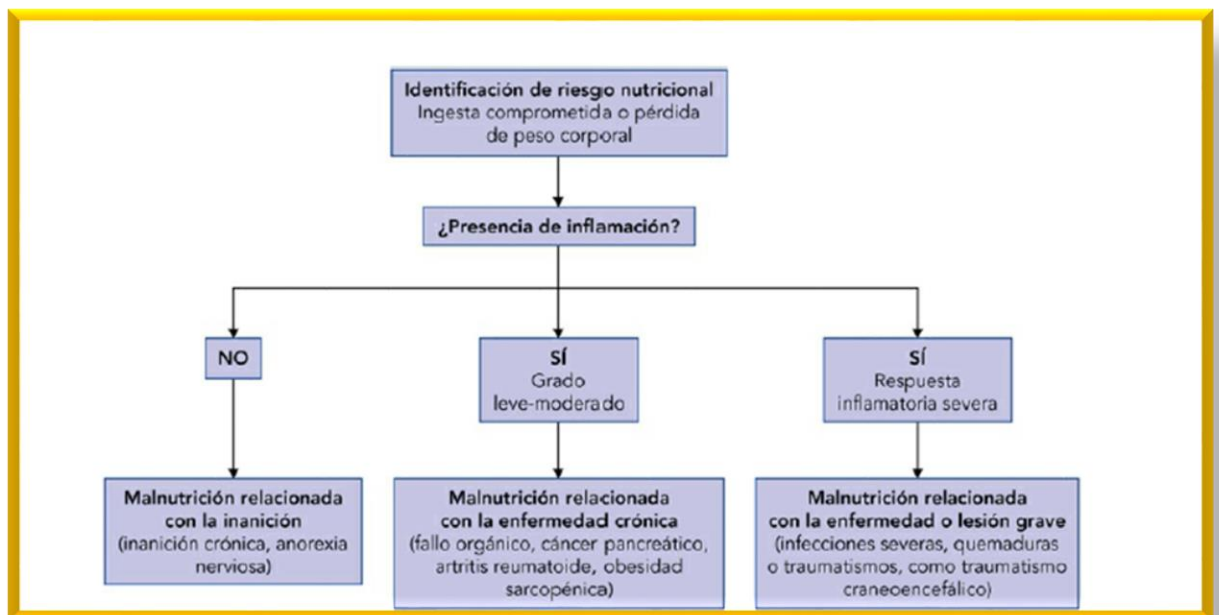
**Nota:** Entre 702 y 828 millones de personas se enfrentaron al hambre en todo el mundo en 2021. Considerando el punto medio del rango estimado (768 millones), en 2021 el hambre afectaba a 46 millones de personas más que en 2020 y a un total de 150 millones de personas más que en 2019, antes de la pandemia de la covid-19

**Figura N<sup>a</sup> 5. Logro de las metas mundiales de nutrición para el 2030**



**Nota:** Esfuerzos inmensos. Solo la lactancia materna exclusiva entre los lactantes menores de seis meses de edad (de 37,1% a 43,8%) y el retraso del crecimiento entre los menores de cinco años de edad (de 26,2% a 22,0%) han mejorado notablemente desde 2012, aunque incluso estos indicadores requerirán un progreso acelerado para lograr las metas de 2030.

**Figura Nª 6: Desnutrición relacionada con la enfermedad**



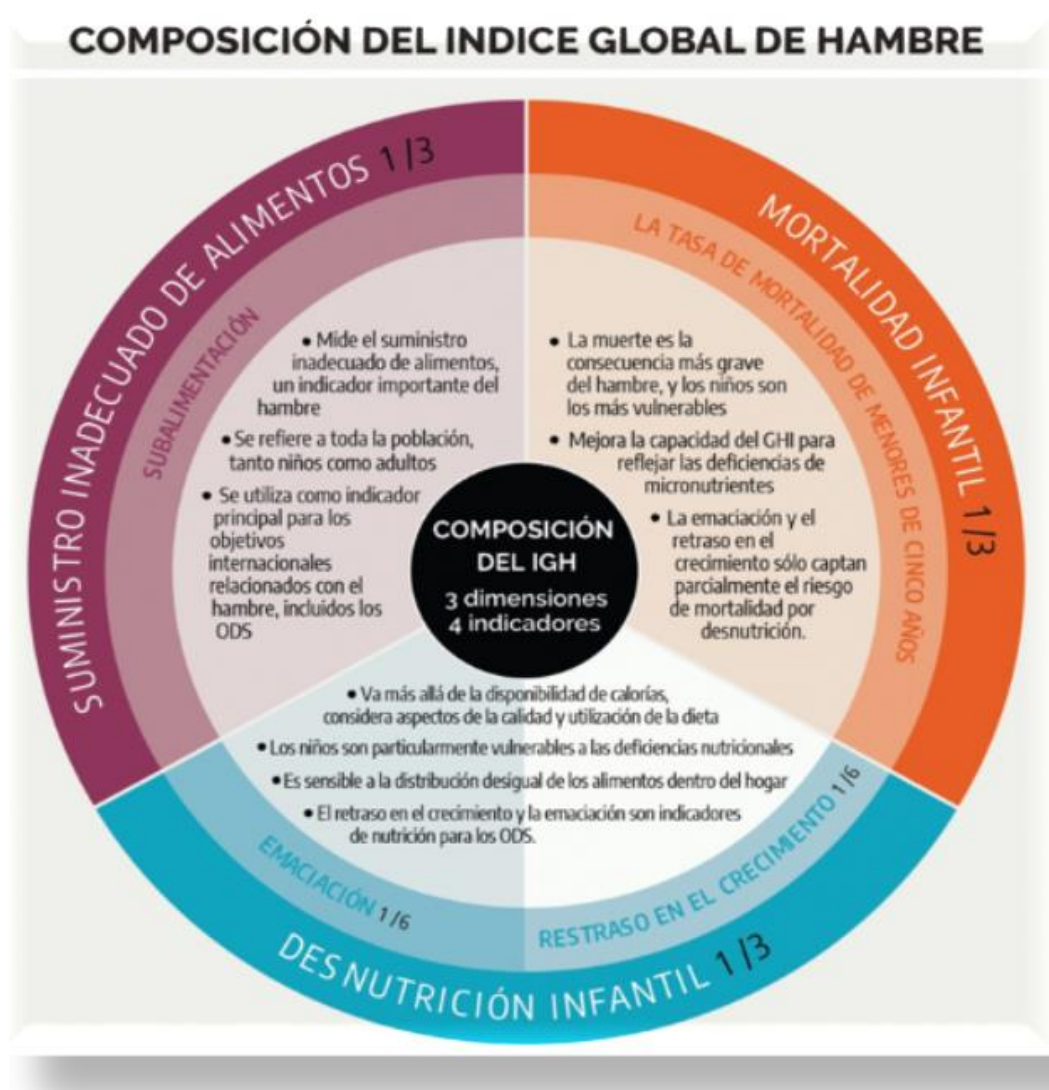
**Nota:** Algoritmo propuesto por la Sociedad Americana de Nutrición Enteral y Parenteral (ASPEN siglas en inglés) y la Sociedad Europea de Nutrición Clínica y Metabolismo (ESPEN siglas en inglés) para la clasificación de desnutrición relacionada con la enfermedad.

**FIGURA Nª 7: Enfoque sistémico de la nutrición**



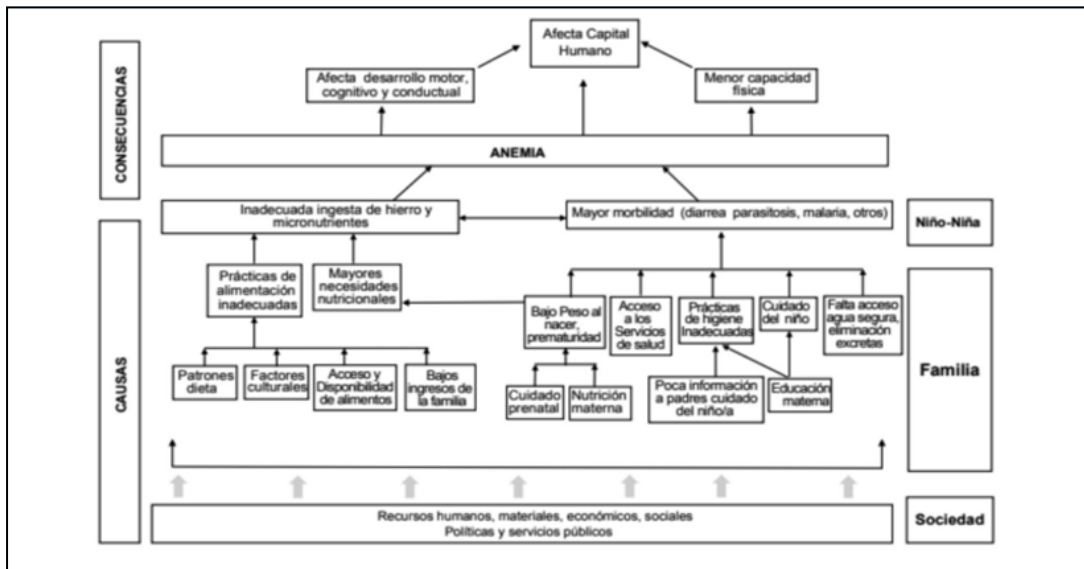
**Nota:** Es necesario un enfoque sistémico para mejorar la nutrición materno infantil, que permita alimentación, salud, agua y saneamiento, educación y protección social, que logre para los niños, niñas, mujeres y adolescentes tengan alimentación nutritiva, servicios esenciales de nutrición y prácticas nutricionales positivas.

**Figura Nª 8. Composición del índice global de hambre**



**Nota:** En el Ecuador 1 de cada 4 niños en el Ecuador tiene desnutrición crónica en Ecuador. Los Programas de alimentación e inversión pública no han resultado ser suficientes en cuanto a resolver el problema.

**Figura N<sup>a</sup> 9. Causas y consecuencias de la anemia en población infantil**



NOTA. Las consecuencias de la anemia son varias, entre ellas un déficit de hierro, también el que no se pueda absorber adecuadamente el hierro, esta patología necesita ser tratada inmediatamente que se la identifica.

Figura N<sup>a</sup> 10. Modelo de control de alimentos

**Mi diario de alimentos y bebidas** Fecha: \_\_\_\_\_

Lunes		Martes	
Desayuno		Desayuno	
Merienda		Merienda	
Almuerzo		Almuerzo	
Merienda		Merienda	
Cena		Cena	
Merienda		Merienda	

Miércoles		Jueves	
Desayuno		Desayuno	
Merienda		Merienda	
Almuerzo		Almuerzo	
Merienda		Merienda	
Cena		Cena	
Merienda		Merienda	

Viernes		Sábado	
Desayuno		Desayuno	
Merienda		Merienda	
Almuerzo		Almuerzo	
Merienda		Merienda	
Cena		Cena	
Merienda		Merienda	

Domingo		Notas:	
Desayuno			
Merienda			
Almuerzo			
Merienda			
Cena			
Merienda			



## Anexo N° 2 Encuesta



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR CARRERA  
DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



### **UNIDAD DE TITULACIÓN**

ENCUESTA dirigida a las madres de familia de niños menores de 5 años que acuden al CNH “Los Pitufos Traviesos 1” de la Parroquia Barreiro Nuevo, Cantón Babahoyo, Los Ríos - Ecuador.

INSTRUCTIVO: Lea detenidamente las preguntas y conteste. Marque con una x la respuesta que considere correcta.

**Encierre en un círculo la respuesta a cada pregunta**

**1. Su niño ha recibido atención médica o nutricional en el CNH LOS PITUFOS TRAVIESOS 1?**

- a) Si
- b) No

**2. Qué edad tiene su niño/a que forma parte del CNH LOS PITUFOS TRAVIESOS 1?**

- a) De 0 a 1 año
- b) 1 a 2 años
- c) 3 a 4 años
- d) Menos de 5 años

**3. De las consultas médicas que ha asistido su niño ha presentado:**

- a) Anemia
- b) Normal
- c) Bajo peso
- d) Sobrepeso

**4. Cuáles fueron las complicaciones médicas más atendidas de su niño/a menor de cinco años en ese periodo junio 2023 a octubre 2023?**

- a) Resfriado común
- b) Diarreas

c) Fiebre

5. Cuál es el nivel de educación que usted cursa o terminó

- a. Primaria
- b. Secundaria
- c. Tercer nivel
- d. Cuarto nivel

6. Durante cuánto tiempo usted dio de lactar a su niño/a?

- a. 2 mes
- b. 4 meses
- c. 6 más
- d. 1 año
- e. 2 años

7. De los siguientes alimentos cuales consumen habitualmente en su hogar

- a. Carnes
- b. Pescado
- c. Lácteos (queso, leche, yogurt)
- d. Huevos

8. Por su costo que alimentos generalmente ustedes no consumen en el hogar

- a. Carnes
- b. Pescado
- c. Frejoles
- d. Lácteos
- e. Huevos
- f. Frutas

9. Conoce usted cual es el peso adecuado que debe de tener un niño menor a cinco años

- a. Si
- b. No

10. Realiza usted una actividad laboral fuera de casa a:

- a. Tiempo completo
- b. Medio tiempo
- c. Tiempo parcial
- d. No trabaja

**11. Al día cuantas comidas considera normal en la alimentación de su hijo/a menor a cinco años**

- a. 1 vez al día
- b. 2 veces al día
- c. 3 veces al día
- d. 4 veces al día

**12. Con qué frecuencia usted lleva al niño/a un chequeo general de su salud**

- a. Cada mes
- b. Cada tres meses
- c. Cada seis meses
- d. Cada año

**13. Cuantas veces por año usted desparasita a su niños/as menores de cinco años**

- a. 1 vez
- b. 2 veces
- c. Ninguna

**14. Qué nivel considera usted que conoce de nutrición adecuada:**

- a. Alto
- b. Medio
- c. Bajo
- d. Ninguno

**15. Su conocimiento con respecto a la correcta combinación de alimentos para mantener saludable a sus niños menores de cinco años es:**

- a. Alto
- b. Medio
- c. Bajo
- d. Ninguno

**16. Asistiría a recibir charlas de nutrición para mejorar su salud y el de su familia**

- a. Si
- b. No
- c. Nunca

**17 Su condición económica diría usted que es:**

- a. Excelente
- b. Buena
- c. Regular
- d. Mala

**18. Qué suplementación alimenticia recibe el niño menor a cinco años en el CNH que asiste a consulta**

- a. Vitaminas (A, Hierro, Ácido Fólico)
- b. Suplementación (vía oral pastilla)
- c. Ninguna

**19 El agua que usted consume proviene de:**

- a. Red publica
- b. Pozo
- c. Botellón

**20 Considera que los alimentos en su preparación para los niños menores de cinco años deben limpiarse correctamente para consumirse:**

- a. SI
- b. NO
- c. Nunca
- d. Siempre

## ANEXOS

