

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“MONSEÑOR ELÍAS OLÁZAR”**



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Práctica de hábitos alimentarios en los niños del II ciclo de la Institución
Educativa N° 62027, Balsapuerto - 2025

PARA OBTENER EL GRADO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN

AUTORAS

Hilda Flor Campos Moreno (<https://orcid.org/0009-0004-7778-8518>)

Patricia de Jesús Rodríguez Maslucán (<https://orcid.org/0009-0006-4396-9438>)

Luz Enith Teco Marichin (<https://orcid.org/0009-0008-8517-9439>)

ASESORA

Mg. Jessica Pisco Tello (<https://orcid.org/0009-0002-3324-2818>)

Línea de investigación

Calidad del aprendizaje / Desarrollo personal de los niños de inicial EIB

YURIMAGUAS – PERÚ

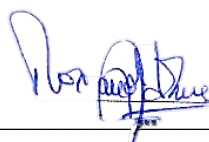
2025

PÁGINA DEL JURADO

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Jessica Pisco Tello', written over a horizontal line.

Mg. Jessica Pisco Tello

Presidente

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Roxanita Moreno Fuller', written over a horizontal line.

Mg. Roxanita Moreno Fuller

Secretario

DEDICATORIA

A mi mamá y a mi hermana, por ser un apoyo incondicional tanto económico y emocional a lo largo de este camino. Gracias por estar siempre a mi lado guiándome en momentos difíciles durante estos años de estudio y por ser mis principales motivos de superación.

Hilda Flor

A mi mamá y a mi hermana, por ser mi fuerza en los momentos difíciles, por su amor incondicional y constante apoyo moral a lo largo de mi formación. Ellas han sido mi inspiración y el principal motivo para seguir superándome cada día.

Patricia de Jesús

A mis queridos padres e hija, por darme ánimos y fuerza de superarme día a día, también por el apoyo que me brindaron ante las dificultades durante mis años académicos.

Luz Enith

AGRADECIMIENTO

A Dios, nuestro padre celestial, por dirigir nuestro trayecto y darnos la fuerza necesaria para lograr este objetivo que nos hemos planteado. A los profesores de la Escuela de Educación Superior Pedagógica, que nos guiaron durante nuestra formación con paciencia, compromiso y dedicación. Por compartir largas jornadas de trabajo, por cada lección impartida, por los conocimientos que reforzaron nuestra vocación docente y nos motivaron a mantenernos firmes en nuestro objetivo de completar la carrera. Sus palabras de apoyo en los momentos complicados, su disposición siempre lista para ayudarnos y su demostración de dedicación en el ámbito académico, nos inspiraron enormemente.

Reconocemos el esfuerzo que realizaron, a menudo sacrificando su tiempo, para ayudarnos a entender mejor cada tema, y por mostrarnos a través de su ejemplo lo que significa ser verdaderos educadores en Educación Intercultural Bilingüe. Muchas gracias por cultivar en nosotras la pasión por educar con identidad y compromiso.

Las autoras

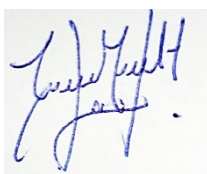
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Nosotras, Hilda Flor Campos Morenos con DNI n.º 74898169, Patricia de Jesús Rodríguez Maslucán con DNI n.º 76009960 y Luz Enith Teco Marichin con DNI n.º 74484593, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Investigación de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “Mons. Elías Olázar”, declaramos bajo juramento que toda la documentación que acompaño a la tesis: *Práctica de hábitos alimentarios en los niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025*, es veraz y auténtica.

Así mismo, declaramos también bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido, asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas del Reglamento de Investigación de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “Mons. Elías Olázar”

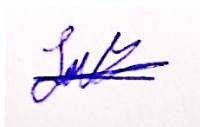
Yurimaguas, 03 de diciembre del 2025



Hilda Flor Campos Moreno
DNI 74898169



Patricia de Jesús Rodríguez Maslucán
DNI 76009960



Luz Enith Teco Marichin
DNI 74484593

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Portada	
Pagina del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Resumen	x
Ananiateresu	xi
Introducción.....	11

CAPÍTULO I

Problema de investigación

1.1 Planteamiento del problema	13
1.2 Descripción del contexto en el que se llevará a cabo el estudio.....	15
1.3 Formulación del problema de investigación.....	17
1.3.1 <i>Problema general</i>	17
1.3.2 <i>Problemas específicos</i>	17
1.4 Objetivos de la investigación.....	18
1.4.1 <i>Objetivo general</i>	18
1.4.2 <i>Objetivos específicos</i>	18
1.5 Justificación de la investigación.....	18
1.5.1 <i>Justificación teórica</i>	18
1.5.2 <i>Justificación práctica</i>	18
1.5.3 <i>Justificación metodológica</i>	19

CAPÍTULO II

Marco teórico

2.1 Antecedentes.....	20
2.1.1 <i>Internacional</i>	20
2.1.2 <i>Nacional</i>	22
2.2. Fundamentación teórica.....	23
2.2.1. <i>Teoría sociocultural de Vigotsky</i>	23
2.2.2. <i>Definición de hábitos alimentarios</i>	24

2.2.2.1. Importancia.....	24
2.2.2.2. Características.....	24
2.2.2.3. Ventajas y Desventajas.....	25
2.2.2.4. Grupos alimentarios.....	26
2.2.2.5. Aporte del consumo de alimentos	26
2.2.2.6. Conservación de los alimentos	27
2.2.2.7. Alimentación saludable y no saludable	28
2.2.2.8. Selección y clasificación de alimentos	28
2.2.2.9. Preparación de alimentos.....	29
2.2.2.10. Consumo de alimentos	30
2.2.2.11. Dimensiones	30
2.3. Definición de términos	31

CAPÍTULO III

Metodología de la investigación

3.1 Enfoque de la investigación.....	32
3.2 Tipo de investigación	32
3.3 Nivel de investigación	32
3.4 Diseño de investigación.....	33
3.5 Operacionalización de la variable.....	34
3.6 Población, muestra y unidad de análisis (criterios de selección)	35
3.6.1 Población – Muestra.....	35
3.6.2 Muestreo	35
3.6.3 Criterio de selección.....	36
3.6.4 Unidad de análisis.....	36
3.6.5 Unidad de muestreo.....	36
3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	36
3.7. Técnica	36
3.7.2 Instrumentos	36
3.8 Validez y confiabilidad.....	37
3.8.1 Validez	37
3.8.2 Confiabilidad.....	38
3.9 Procedimientos	38
3.10 Métodos de análisis de datos	39

3.10.1 <i>Tablas de frecuencia</i>	39
3.10.2 <i>Gráficos estadísticos</i>	39
3.11 Aspectos éticos	39

CAPÍTULO IV

Presentación, análisis e interpretación de resultados

4.1 Descripción de resultados.....	40
4.2 Discusión y contrastación teórica de los resultados	43
Conclusiones.....	46
Recomendaciones	48
Referencias	49
Anexos.....	54

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de la variable.....	34
Tabla 2 Población muestra de estudio	35
Tabla 3 Validez de contenido	37
Tabla 4 Frecuencia y porcentaje de la dimensión calidad nutricional por medio de las representaciones gráficas.....	40
Tabla 5 Frecuencia y porcentaje de la dimensión horario de comida por medio de las representaciones gráficas.....	41
Tabla 6 Frecuencia y porcentaje de la dimensión conducta alimentaria por medio de las representaciones gráficas.....	41
Tabla 7 Frecuencia y porcentaje de la dimensión influencia alimentaria por medio de las representaciones gráficas.....	42
Tabla 8 Frecuencia y porcentaje de la variable hábitos alimentarios por medio de las representaciones gráficas.....	42

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de práctica de hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025. Se empleó un enfoque cuantitativo, de tipo básico, con un diseño descriptivo simple no experimental. Para la recolección de información se utilizó la técnica de la encuesta, aplicando un cuestionario como instrumento. La población y muestra fue conformada por 47 niños y niñas de 3, 4 y 5 años. Los resultados evidenciaron que 85% se encuentran en un nivel medio respecto a la práctica de hábitos alimentarios, el 13% presentó un nivel bajo y solo el 2% en un nivel alto. En conclusión, se determina que la mayoría de los niños aún necesitan fortalecer sus hábitos alimentarios, considerando aspectos claves como la calidad nutricional, el establecimiento de horarios de comida, la adecuada conducta alimentaria y la influencia del entorno familiar. Por ello, se resalta la importancia del compromiso conjunto entre padres y docentes para fomentar prácticas alimentarias saludables, contribuyendo no solo una mejor nutrición, sino también el desarrollo integral, al bienestar físico y emocional, y la adquisición de un estilo de vida saludable en los niños y niñas.

Palabras clave: hábitos alimentarios, práctica y comida, saludable

ANANIATERESU

Ihsu sahkatu kanausu ya'ipi niwentunawesu pa'kute nuwiterawesu nuya kusharuru'sa kapakaisu wa'waru'sa kahtu nanpeke nihsapiruwita a'chinpeike 62027, yamurai ninanuke – kahtu waranka kahtu shunka a'naterapu. Akurawe nuwiteresu na'kun pichiru'sa, inauchin kanarinamen, yuranesu nishi kusahkayawe nuhkinan. Makakamare sha'wiru'sa nuwanterawesu yunkiru'sa nahtanterawesuwita, asakaterawe a'na nahtatu sahkatu akurawesu. Ya'ipi ninanu inaran sha'wirawimaresuwita ya'wewisu kahtawini shunka kanchise wa'waru'sa kara, kahtawini inaran a'naterapu pi'i ya'wetewisu. Tikinan pihpirinsu sha'wirin pusa shunka a'naterapu % kenane yankana pa'kuteke nuwitereke nuhkituwisu kusharuru'sa, shunka kara % kenane pu'pian pa'kuteke inaran kahtu % chanchuwike. Tihkinamenke, niwentunawesu na'kunchachin wa'waru'sa nuwantuwi ayunkikasu kusharuru'sa nuya kapakaisu, shawiate nuya nananu'sa nuya kushatakasu, akukasu ura kushatamare, unpuateta nuyasha kushatamare inaran kusharuru'sa kanesu ninanunenpua ya'werinsu. Napuatun, nuya nikakaisu napuinachin tataru'sa inaran achinapiru'sa shawikaisu nuya kusharuru'sa kapakaisu, katawakasu ku chinikenachin nikamarewe, nimantarin nuya su'sukamare, chiniru yawetamare, nuya yunkitamare inaran kaninsu nuya yawetakasu wa'waru'sa nanpirinke.

Nananu'sa aninkechin nininsu: wa'waru'sa, nuya kusharuru'sa kapakaisu, nikakasu inaran kusharuru'sa.

INTRODUCCIÓN

Los hábitos alimentarios en niños, es una etapa crucial en el desarrollo físico, cognitivo y emocional del ser humano. Porque no adquieren solo habilidades básicas y sociales, sino también patrones de conductas alimentarias que puede influir significativamente en su salud. Se entiende por hábitos alimentarios al conjunto de comportamientos repetitivos y adquiridos relacionados con la selección, preparación y consumo de alimentos, que se desarrollan desde los primeros años de vida, principalmente en el entorno familiar y educativo.

Este estudio se desarrolló como respuesta a la situación observada durante las prácticas preprofesionales. Su finalidad fue comprender los hábitos alimentarios predominantes en los entornos familiar y educativo de niños que presentaban hábitos alimentarios inadecuados, los cuales afectaban a su desarrollo personal. La metodología utilizada fue el enfoque cuantitativo y descriptivo. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta con su instrumento el cuestionario, recopilando información de los niños a través de los padres de familias. Además, se buscó profundizar en los factores que inciden en las conductas alimentarias, promoviendo así la toma de conciencia en el ámbito escolar sobre la importancia de una alimentación equilibrada desde los primeros años de vida.

Por ello, es necesario trabajar más con la familia y la escuela para mejorar los hábitos alimentarios en los niños enseñándoles desde pequeños la importancia de una buena nutrición para crecer sanos y fuertes. Es esencial promover hábitos saludables desde temprana edad, ya que una alimentación adecuada impacta directamente en el crecimiento, el desarrollo y el rendimiento académico de los niños.

A partir de ello, se planteó la presente investigación con el objetivo de determinar el nivel de práctica de hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025, teniendo como producto, el informe de tesis de bachiller, el contenido ha sido organizado en cuatro capítulos, los que se detallan a continuación:

Capítulo I: Se aborda el planteamiento del problema, descripción de la contextualización y formulación del problema, objetivo de la investigación, así como la justificación de la investigación.

Capítulo II: Se describe los antecedentes internacionales y nacionales, fundamentaciones teóricas que sustentan el estudio y la definición de términos. En este apartado se abordan y conceptualizan temas relacionados con la alimentación infantil, los requerimientos nutricionales en los niños de 3, 4 y 5 años, así como otros aspectos relevantes que permiten comprender el fenómeno estudiado de los hábitos alimentarios con sus respectivas dimensiones.

Capítulo III: Presenta el enfoque de la investigación, tipo de investigación, nivel de investigación, diseño de investigación, variable, población, muestra, muestreo y unidad de análisis, técnica e instrumento de recolección de datos, validez y confiabilidad y método de análisis.

Capítulo IV: Esta constituida por la descripción de resultado, discusión y contrastación de los resultados, finalmente se expone las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I

Problema de investigación

1.1 Planteamiento del problema

Actualmente los hábitos alimentarios están siendo uno de los problemas más latentes a nivel mundial, que, desde la infancia son más probables a adoptar prácticas inadecuadas de alimentación que puede perjudicar su salud y bienestar. De acuerdo a la problemática planteada los organismos como la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), el Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola (FIDA), Programa Mundial de Alimentos (PMA) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) en (2024), señalan que los objetivos relacionados con el desarrollo sostenible de todos los países, orientados hacia el año 2030, aún presentan desigualdades y son insuficientes, porque la inseguridad alimentaria, la malnutrición y el hambre han aumentado en varios estados. Lo que perturba a un sinnúmero de personas, específicamente en zonas rurales, donde existe la inseguridad alimentaria y la pobreza extrema. Las mujeres, los jóvenes, los niños y los pueblos indígenas son los más afectados, y se estima que, para el año señalado, millones de niños continuarán viéndose perjudicados por la mala nutrición en sus distintas formas, manteniendo al mundo lejos de alcanzar los objetivos globales. Además, manifiestan que el predominio de la inseguridad alimentaria grave o moderada que durante tres años consecutivos a escala mundial fueron registrados el 2023 en América Latina, siendo el 28,9 % de la población mundial (2 330 millones de personas). De tal manera la malnutrición en los primeros años de vida en la niñez puede llevar a discapacidades

físicas y cognitivas irreversibles. Según CEPAL/FAO (Comisión Económica para América Latina y el Caribe/Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) (2020); declaran que en la pandemia de COVID-19 se ha detectado los modelos de consumo que afecta especialmente en hogares más vulnerables y el aumento a la carga de desnutrición y sobrepeso-obesidad. En consecuencia, la mayoría de países la desnutrición crónica infantil experimentó una disminución gradual en la última década. Se comprueba que el porcentaje de niños(as) menores de 5 años alcanzó el 11,5 % en el 2022, comparado con el 12,7 % en el 2012. Paralelamente, se evidencia un obstáculo en el desarrollo de afectados (9,5 % en 2012 y 9,6 % en 2022) a la población mundial. Como el Banco Mundial (BM, 2019) testifica, un cuarto de los niños menores de 5 años presenta atraso en el crecimiento debido a la desnutrición crónica. Por otro lado, esta problemática se puede evitar con mejoras en las prácticas de alimentación, salud y servicio de agua y saneamiento de calidad, la cual se incluyó en los objetivos de desarrollo sostenible. Enfocándonos a Guatemala, la lucha es más fuerte y necesaria, pues, en el país se evidencia el porcentaje más elevado de América Latina y Caribe, son más de un millón de niños menores de 5 años que sufren desnutrición crónica que arrastra grandes consecuencias para el resto de sus vidas de dichos niños y los demás estados.

Considerando el índice de desnutrición y anemia en nuestro país tal como lo indica el Botín del Instituto Nacional de Salud (2023) refleja que entre enero y marzo del 2023 se registraron información de 291, 454 niños menores de cinco años con presencia de anemia. Además, la OMS informa que la desnutrición crónica en el Perú durante el primer trimestre del 2023 alcanzó un 15,4%. Asimismo, la Dirección Regional de Salud (DIRESA) de Huancavelica presentó el mayor porcentaje del 25.6 %, seguida de Cajamarca con el 24.1 %. Y también se identificó un alcance del 26.1% en niños menores de cinco años con anemia. Es significativo tener en cuenta que existen organizaciones que buscan eliminar la desnutrición crónica infantil, utilizando planes y estrategias. Así como el Ministerio de Salud (MINSA) ejecutaron una lucha para combatir la anemia y desnutrición en la región Loreto donde el 10% se encuentra en desnutrición crónica infantil y el 20% con anemia, es por ello que implementaron el proyecto Nutriwawa con el fin de informar, demostrar y concientizar a las familias sobre la preparación de los alimentos y la buena higiene que deben tener al momento de hacerlo con la estrategia de la nutricaravanas.

Según el proyecto de (CÁRITAS) Centro Amazónico de Antropología y Aplicación Práctica (2021) afirman que, en el ámbito de la salud y la seguridad alimentaria, se estableció

un acuerdo de colaboración con la Red de Salud de Alto Amazonas y los puestos de Salud ubicados en las comunidades de Providencia, Luz del Oriente, Nueva Era, Puerto Arturo, Alto Moena, Chirapa, Sanango, Dos de Mayo, Santa María, Santa Isabel, San Juan de Zapote y el centro CLAS Aguamiro. Las intervenciones en salud defensora, promoción y vigilancia nutricional estuvieron enfocadas en disminuir la desnutrición infantil crónica y la anemia de mujeres gestantes, lactantes y en niños menores de cinco años. Al iniciar el proyecto 2017, se registró una tasa de desnutrición crónica del 20.27%, equivalente a 90 niños afectados entre 436 evaluados en 28 comunidades. Para el cierre del componente en 2018, dicha prevalencia se redujo al 7.88%, es decir, 29 niños, reflejando una disminución del 12%, lo que equivale a 61 niños que lograron recuperarse. Asimismo, se llevaron a cabo talleres de formación para promotores comunitarios de salud y personal médico, además de clases modelos de preparación de alimentos locales orientadas a madres de niños menores de cinco años. También se ofrecieron asesorías nutricionales, se distribuyeron antiparasitarios con el apoyo de los profesionales de la salud, se fortaleció la seguridad alimentaria familiar mediante la entrega de 210 módulos de crianza de gallinas, 60 de cuyes y la instalación de 237 biohuertos con especies locales, pero en la actualidad esta problemática aún sigue latente en nuestra provincia y sus caseríos aledaños.

Durante el proceso de las prácticas profesionales realizadas en el distrito de Balsapuerto, se evidenció una problemática preocupante en el estado nutricional de los niños considerado hábito alimentario. De una manera recurrente, manifestaban la necesidad de consumir algún alimento, fuera de los horarios establecidos para el desayuno y el almuerzo del programa Wasi Mikuna, solicitando comida a lo largo de la jornada pedagógica. Esta situación se relaciona con su condición socioeconómica, porque la mayoría pertenecen a familias de bajos recursos, es por ello que pocos niños no llevan refrigerio al jardín. Por lo tanto, cuando algún compañero lleva alimentos, es común que los demás le pidan compartirlos. Esta falta de alimentación adecuada también repercute en su desempeño durante las actividades escolares, estado de salud y en lo emocional: muchos niños se muestran desatentos, fatigados o permanecen sentados durante las dinámicas físicas, y solo unos pocos logran participar activamente, lo cual podría estar relacionado con la debilidad que experimentan debido a la falta de vitaminas y estado nutricional inadecuado para el estilo de vida desde su infancia.

1.2 Descripción del contexto en el que se llevará a cabo el estudio

El distrito de Balsapuerto se ubica en el margen izquierdo del río Cachiyacu pertenece a la provincia de Alto Amazonas región Loreto. Limita al norte con la comunidad de Nueva Luz, por el sur con la comunidad de Pintuyacu, por el oeste con la comunidad de Buenos Aires y por el este con la comunidad de Nuevo Cusco. El número aproximado de la población es 15600 habitantes. Dentro de su reseña histórica a principios de la primera década del siglo XIX, se fundó en el año 1822 por el gobernador general de misiones el teniente coronel Doroteo Arévalo Villasis, pues en ese entonces era un puerto de embarcaciones del Cachiyacu. Por eso hace muchos años les dieron el apodo de “balsachos” o “balsapuertinos”. Además, es la capital histórica de nuestra provincia, tiene una extensa tradición histórica social, cultural y económica desde la antigüedad. Su acceso es por vía fluvial y terrestre a través de los medios de transporte como canoas, botes, camioneta, motocar y moto lineal, para llegar a Balsapuerto desde la ciudad de Yurimaguas por la carretera en camioneta es un viaje de aproximadamente tres horas y por el río es un viaje de un día con peque peque. Actualmente la condición socioeconómica es la agricultura para la venta y su consumo, cultivan arroz, cacao, árboles frutales, plátanos y yuca, trabajan en la ganadería, la pesca, también en la elaboración de tinajas, mocahuas, callanas, ollas de barro y tejidos como: shicra, canasto, tarrafas; algunos son comerciantes, otros se dedican a los que haceres del hogar. Se caracterizan por pertenecer a la cultura shawi, que aún sigue viva porque practican sus costumbres valorando sus tradiciones que van recibiendo desde que nacen de generación en generación, del mismo modo no son ajenos a los avances de la ciencia y tecnología moderna. Las fiestas que celebran son el carnaval, la fiesta patronal de Santo Tomás, el responso y la fiesta de San Juan.

Al pasar de los años la Institución Educativa Pública n°62027 ha transitado por diversas denominaciones que hasta la actualidad a dado la oportunidad de dirigirla a diferentes directores que realizaron su labor como lo indicaba en su época, llegando hasta la actualidad con la enseñanza moderna y con el uso de la tecnología. El 7 de febrero del año 1866 fue la primera escuela elemental n°1503 teniendo información en archivos desde el año 1927 datos de Flor de María Mesa como directora. La Institución Educativa n°62027 de la provincia de Alto Amazonas distrito de Balsapuerto está ubicada en la calle Daniel Alcides Carrión. Cuenta con los niveles de educación Inicial, primaria y secundaria de Educación Básica Regular, solo atiende en el turno mañana. Actualmente la directora es Zenith Muñoz Valles, aproximadamente hay 350 estudiantes, los que son bilingües hablan la lengua

originaria Shawi en un 98%, y solo castellano un 2%. Cuenta con 3 aulas en el nivel inicial, 10 aulas en primaria y 4 aulas en secundaria, caracterizada con su infraestructura de material noble y rústica. Las familias se dedican a la agricultura, algunos a la artesanía y otros están comprometidos con los quehaceres cotidianos; la condición económica de los estudiantes en su mayoría es baja y extrema pobreza. El ambiente laboral entre la directora, docentes y personal administrativo es armonioso porque se involucran en las diversas actividades institucionales o fuera de ellas, los docentes siempre fomentan la disciplina y responsabilidad a sus estudiantes y trabajan de la mano con las familias.

El aula de 3 años es pequeña, hay cinco carpetas grupales, pero solo se utilizan tres de ellas, no hay sectores, sin embargo, presenta un ambiente letrado organizado. Por otro lado, el aula de 4 años es amplia, contiene una pizarra acrílica grande, no tiene puertas, pero sí dos rejas, el aula es de material noble, tiene 6 mesas grupales grandes tamaño rectangulares y 30 sillas, hay 2 armarios, un escritorio pequeño para la maestra y una silla grande, no cuenta con muchos sectores y un ambiente letrado completo. Mientras que el aula de 5 años es más pequeña, tiene una puerta segura y es de madera, también tiene una pizarra acrílica pero pocas mesas y sillas, cuenta con algunos sectores y un organizado ambiente letrado. También las tres aulas tienen un espacio donde juegan llamado patio y cerca hay un lavatorio para lavarse las manos y vasos después de su desayuno. Pero no cuenta con un adecuado servicio higiénico debido a una inadecuada infraestructura de los módulos de baños.

1.3 Formulación del problema de investigación

1.3.1 Problema general

¿Cuál es el nivel de práctica de hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025?

1.3.2 Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de la calidad nutricional para lograr hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025?

¿Cuál es el horario de comida de los hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025?

¿Cuál es la conducta alimentaria que practican los niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025?

¿Cuál es la influencia familiar de los hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025?

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1 Objetivo general

Determinar el nivel de práctica de hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025.

1.4.2 Objetivos específicos

Describir el nivel de la calidad nutricional para lograr hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025.

Evaluar el horario de comida de los hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025.

Analizar la conducta alimentaria que practican los niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025.

Definir la influencia familiar de los hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025.

1.5 Justificación de la investigación

1.5.1 Justificación teórica

El presente trabajo de investigación se realizó con el propósito de determinar el nivel de práctica de los hábitos alimentarios en los niños, dado que se consideró comprender como se desarrolla desde su realidad cotidiana en el hogar y escuela, se buscó identificar de qué manera adoptaban prácticas alimentarias saludables o no saludables, reconociendo su conducta está influenciada por el entorno en el que vive e interactúan con los demás. Desde el enfoque sociocultural de Lev Vygotsky, se entendió que el aprendizaje en los niños se construye a partir de la interacción con su entorno, es decir, que los niños adquieren hábitos alimentarios al observar, imitar y participar en rutinas que se practican en su entorno familiar. Por lo tanto, se logró describir sus hábitos alimentarios e incluir información relevante que puede contribuir al fortalecimiento del bienestar y desarrollo integral de los niños.

1.5.2 Justificación práctica

Este estudio, se llevó a cabo como repuesta a la situación observada durante las prácticas preprofesionales en la Institución Educativa n°62027, Balsapuerto – 2025, donde se evidenció la problemática del inadecuado hábito alimentario en los niños de 3, 4 y 5 años trayendo consigo múltiples consecuencias en su desarrollo personal. La investigación buscó determinar el nivel de hábitos alimentarios con el recojo de información de los niños a través de los padres. Para analizar más a fondo los factores que afectan las conductas relacionadas

con la alimentación, creando conciencia en el entorno escolar acerca de la relevancia de una buena alimentación equilibrada en los primeros años de vida.

1.5.3 Justificación metodológica

En este trabajo de investigación se empleó un enfoque cuantitativo de tipo básica con un diseño de investigación descriptivo simple no experimental. Para la recolección de la información se utilizó la técnica de la encuesta con su referente instrumento el cuestionario. Además, se espera que los resultados obtenidos a través de esta investigación proporcionen conceptos básicos para futuras investigaciones.

CAPÍTULO II

Marco teórico

2.1 Antecedentes

2.1.1 Internacional

Burgo, Rodríguez y Rebolledo (2023) en su investigación tuvieron como objetivo determinar los hábitos alimentarios y estado nutricional en niños en edad escolares. Fue de enfoque cuantitativo, tipo transversal, no experimental y con diseño descriptivo. La técnica utilizada fue la observación y aplicaron el instrumento validado por la OMS (2006) para valorar el estado nutricional en los niños, también consiguieron una balanza y la calculadora. Su población estaba compuesta por un número infinito de niños escolares y como muestra seleccionaron a 112 niños(as). Obteniendo los resultados se logró observar del estudio del estado nutrición normal el 48.9% de los niños. Sin embargo, que los niños presentan alguna representación de malnutrición por escasez y excesos como el sobrepeso, obesidad y enflaquecimiento, formando el 51.1 %. Es decir, en situación de malnutrición en escasez por exceso, cada día va agudizándose y convirtiéndose en un problema de salud. Llegando a la conclusión la evaluación en el estado nutricional en los preescolares demuestran que el aumento de los niños que se mostraron con mala nutrición por escasas y exceso de los niños con su peso normal.

Caizaluisa (2024) tuvo como objetivo de analizar la relación entre hábitos alimentarias y estado nutricional de niños de 5 – 11 años, con un enfoque cuantitativo tipo descriptivo. La técnica fue la encuesta y el instrumento el cuestionario con una población de familias de las 24 provincias del territorio ecuatoriano (46 638 hogares), priorizando a las mujeres fértiles, infantes de 5 años a menos edad, varones de 12 años en a más y niños de 5

a 17 años y teniendo como muestra a niños de 5 a 11 años. Entre los resultados adquiridos un 61,7 % de los niños tenía un peso normal pero el 19% presentaba sobrepeso y el 9,9% obesidad; aunque el 58,4% consumían frutas y el 54,8% verduras. Sin embargo, el 41% ingerían bebidas alto en azúcar, el 37,7% consumía comida rápida y el 51,9% alimentos procesados. En cuanto a la alimentación en la escuela, el 40.8% de los niños recibían alimentos escolares, el 39.9 llevaban comida de casa y el 31% comían dentro del centro educativo. Sin embargo, pese a los esfuerzos estatales, el 38% de los niños alcanzó la venta de alimentos procesados en la escuela. Llegando a la conclusión, establecer buenos hábitos alimentarios desde la niñez es clave para evitar el sobrepeso y la obesidad, por eso es fundamental crear estrategias conjuntas que involucren tanto al sector salud como al educativo.

Aldas y Fernández (2023) tuvieron como objetivo establecer la evaluación antropométrica y hábitos alimentarios en niños escolares con desnutrición. Con un enfoque cuantitativo, tipo descriptivo. La técnica de fueron indicadores antropométricos (talla, IMC/edad, peso/edad,), una historia clínica dietética para conductas de hábitos alimentarios y un nivel de hambre en el hogar. Contaron con una población de 50 niños con desnutrición, mediante un muestreo aleatoria simple de 43 niños desnutridos. Obteniendo como resultado que los hábitos y conductas alimentarias de los niños de la institución educativa “Atahualpa” prevalecieron: tipo de apetito malo con un 51,2%, padres que no controlan la alimentación de sus hijos con un 41,8%, niños indiferentes a su alimentación 46,5%. Siendo el 76,7%, el consumo semanal de frecuencia inapropiada, un 69,8%, en preparación inadecuada de alimentos, por el tiempo permanente del niño al consumir su alimento principal 65,1% y la concurrencia de elementos distractores con un 86,1%. Llegaron a la conclusión que la evaluación nutricional de la mayoría de los niños presenta desnutrición crónica especialmente en la forma conocida como talla baja, en hábitos alimentarios se observaron patrones como pocos apetitos, niños indiferentes a la comida y la presencia de distracciones durante las comidas. Además, se identificaron tres áreas problemáticas: la frecuencia semanal con la que comían, la forma en que se preparaban los alimentos y la duración de las comidas. Finalmente, se detectó una incidencia moderada de inseguridad alimentaria en el hogar.

2.1.2 Nacional

Moreto y Días (2022) tuvieron como objetivo determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en los niños de dos a cinco años Puesto de Salud Cabracancha – Chota. Teniendo un enfoque cuantitativo de tipo observacional y un diseño de investigación no experimental, en una población conformada por 60 niños entre dos a cinco años de edad, y una muestra de 54. Utilizaron las técnicas del cuestionario y la tabla de valoración nutricional, usando como instrumento la encuesta. Los resultados indicaron que los datos demográficos y sociales más recurrentes en las madres fueron: 51,9% entre 30 a 39 años; 57,4% con estudios primarios; 18,5% analfabetas; 81,5% con estado civil casadas y otras convivientes; 81,4% amas del hogar y 94,4% cobraban un ingreso económico menor a 1025 soles y es por ellos que un 37% de los niños evidenciaban patrones alimentarios inadecuados. En cuanto al estado nutricional y los hábitos alimentarios se obtuvo que los niños con alteración en el estado nutricional presentaban hábitos alimentarios poco favorables para su salud. Concluyeron que si existe relación estadística significativa entre los hábitos alimentarios y condición nutricional en los tres indicadores antropométricos evaluados.

Morales y Pacompia (2022) se propusieron como objetivo determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en el primer nivel en la I.E. Santa Rita Tiabaya – Arequipa. Utilizaron un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo correlacional. La investigación consideró como población a los niños de 4 años del colegio Santa Rita Tiabaya de Arequipa, 2022, seleccionando una muestra de 31 niños acompañados de sus progenitoras. La técnica que utilizaron fue la encuesta, y como instrumento el cuestionario y la lista de cotejo o de evaluación como instrumentos. Los resultados indicaron que un 83,9% de los niños mantenían una nutrición adecuada, el 12,9% manifestaban ciertas líneas alimentarias poco saludables y el 3,2 % mantenían dietas peligrosas para su salud. Desde la perspectiva nutricional con relación a la dieta, el 80,6% de los infantes se mantenían dentro de un rango normal, el 6,5% padecían de malnutrición llámese crónica como aguda y un 3,2% manifestaban señales de obesidad y sobrepeso. De esa manera concluyeron que en la I.E.I Santa Rita, el 83,9% de los infantes de 4 años mantenían buenos hábitos alimentarios, el 12,9% mantenían escasos hábitos alimentarios y el 3,2% manifestaban hábitos perjudiciales para su salud.

Cabrejos y Payajo (2022) en su trabajo en investigación tuvieron como objetivo general determinar la relación entre el estado nutricional y los hábitos alimentarios de los

niños menores de cinco años en la I.E 128 La Libertad, SJL, 2022. Utilizaron un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, se consideró una población de 60 niños de dos aulas de la institución educativa 128 "La Libertad", seleccionando una muestra de 54 niños. La técnica que utilizaron para recolectar la información fue la encuesta, usando al cuestionario como instrumento. Los resultados indicaron que de todos los niños evaluados el 57,4% muestran un estado nutricional dentro de lo normal, es decir que su hábito alimentario es adecuadamente. Sin embargo, el 24,1% presenta un cuadro de desnutrición, lo que indica que su hábito alimentario no es saludable, de la misma manera el 14,8% del total de participantes indican sobrepeso, indicando que su hábito alimentario no es saludable ni adecuado y solo el 3,7% presentan un cuadro de desnutrición grave, indicando que su hábito alimentario está en pésimas condiciones. De esa manera concluyeron en que los hábitos alimentarios en los niños de 5 años de la I.E 128 "La Libertad" 2022, más de la mitad presentan un hábito alimentario saludable y una pequeña parte de los niños tienen complicaciones en su nutrición por lo que su hábito alimentario es inadecuado y no saludable.

2.2. Fundamentación teórica

2.2.1. *Teoría sociocultural de Vygotsky*

Según Lev Vygotsky (1930) en su teoría menciona sobre el desarrollo, donde este se enfoca que el aprendizaje humano es un proceso social y cultural, desde la infancia los niños no aprenden por si solos, necesitan de la interacción de otras personas que le influyen en su entorno tales como su familia, compañeros y profesora. Además, manifiesta que en la zona de Desarrollo próximo (ZDP) el niño primero adquiere un conocimiento de su contexto social para luego convertirlo a un conocimiento propio. Explica también sobre la mediación del adulto que es su medio primordial para el acercamiento a explorar su entorno.

En base a la teoría anterior, se comprende que el niño desde su contexto social adquiere hábitos alimentarios al observar, imitar y participar en las situaciones cotidianas que realizan las personas que viven en su entorno, asimismo, necesita de la guía del adulto cuando ejecuta dicha acción, ejemplo de ello es cuando un niño observa a su mamá pelar y comer una guinea o mandarina, el niño primero solicita ayuda o lo intenta hacerlo para luego consumirlo, otra muestra, es cuando el niño acompaña a su hermana a lavar su plato y cuchara después de comer.

2.2.2. Definición de hábitos alimentarios

Según Gerbotto et al. (2020) lo definen como un conjunto de prácticas que determinan el aspecto en que los seres humanos o clases sociales escogen, preparan e ingieren los alimentos.

Para Hernández et al (1999) mencionan que los hábitos alimentarios son las decisiones permanentes que las personas se dan a sí mismo para nutrirse, porque es un omnívoro que puede comer de todo, por ende, elegir el tipo de alimentación que le satisface, contribuyendo a una conducta que se estructura interna y externamente a los hábitos alimentarios.

Gerbotto y Paturzo (2022) sostienen que es un proceso que está determinado por factores biológicos, del entorno y del contexto sociocultural, lo que significa que elementos fisiológicos, sociales y familiares que influye en nuestra manera de comer. Esta conducta alimentaria abarca aspectos como los hábitos relacionados con la comida, la lección de los alimentos, las formas de preparación y las porciones que consumimos.

2.2.2.1. Importancia. Gonzales (2020) menciona que la dieta saludable es aquella que nos facilita la energía y los nutrientes necesarios (como los energéticos, estructurales y reguladores) en cantidad y calidad adecuada, cumpliendo además con principios como la variedad la moderación y el equilibrio.

2.2.2.2. Características. Según el Programa de Formación Académica (2021) manifiesta que la alimentación saludable es crucial para prevenir el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) y otros. Por ello para cuidar nuestra alimentación se deben cumplir cinco características pertinentes las cuales son:

- **Completa:** Se recomienda incluir en cada comida un alimento del plato del buen comer.
- **Variedad:** Incluir alimentos variados de cada grupo alimentario en las comidas.
- **Equilibrada:** Que cada nutriente guarde las proporciones adecuadas entre ellas.
- **Suficiente:** Que proporcione los nutrientes y calorías necesarios para mantener una buena nutrición en los mayores de edad y en los niños(as) fortalecer un crecimiento y el desarrollo adecuado.
- **Apropiada:** que se ajusten a las preferencias, costumbres, posibilidades económicas y cultural de quien la consume, sin dejar de aportar energía y los nutrientes que el cuerpo exige.

- ***Inocua:*** que sea libre de gérmenes, toxinas o sustancias peligrosas, de tal manera que su consumo no presente ningún riesgo para la salud.

Según Moreno y Galiano (2015) considera que cuando los niños practican buenos hábitos alimentarios es de provecho para el desarrollo de su cuerpo destacando estas características biológicas tales como:

- Transcurrido los primeros dos años de vida, que se caracterizan por un crecimiento acelerado, el niño entra en una fase de crecimiento más estable durante la edad preescolar de 3 a 5 años y escolar desde los 6 años hasta el inicio de la pubertad. En la etapa preescolar, los niños crecen aproximadamente entre 6 y 8 centímetros por año y aumenta de peso entre 2 y 3 kilogramos al año. En el período escolar, el crecimiento en estatura se ralentiza ligeramente a unos 5-6 cm/año mientras que el incremento de peso se sitúa entre 3 y 3,5 kg por año. Al mismo tiempo, los órganos y sistemas del cuerpo continúan su proceso de maduración.
- En los dos años preescolares, los niños comienzan a desarrollar de forma progresiva sus habilidades motoras y del lenguaje. Luego, al comenzar la etapa escolar, se fortalecen habilidades más complejas como leer, escribir, realizar operaciones matemáticas y la asimilación continua de nuevos conocimientos.

2.2.2.3. Ventajas y Desventajas. La práctica de hábitos alimentarios presenta diferentes ventajas y desventajas:

- **Ventajas:** según el PROFA (2021) menciona que tener hábitos de alimentación saludable ayuda a mejorar la calidad de vida, previene enfermedades, mejora nuestro estado de ánimo y la autoestima, multiplica nuestra energía, embellece al aspecto físico, entre otros.
- **Desventajas:** Maza et al. (2022) manifiestan que actualmente las personas enfrentan grandes problemas de mala nutrición, comprendida como las carencias o excesos desequilibrados del consumo de energía o nutrientes que requiere un individuo. Estas corresponden a dos grupos como:
 - a. **La desnutrición;** abarca el retraso de crecimiento, desarrollar una baja estatura y bajo peso que no corresponde a la edad real, insuficiencia pondera y la insuficiencia de micronutrientes, además presenta riesgos en la salud, el desarrollo cerebral y físico.

- b. ***El sobrepeso***; o también llamada obesidad presenta un desequilibrio energético entre las calorías consumidas y agotadas, estas provocan en las personas enfermedades crónicas como la diabetes, cáncer y otros asociados a enfermedades cardiovasculares.

2.2.2.4. Grupos alimentarios. Según Catarino (2018) los alimentos se agrupan de forma científica en lo que se conoce como guías alimentarias. Estas sirven para evitar problemas como la desnutrición o el sobrepeso ayudando a que las personas se mantengan sanas y bien nutridas. Los grupos se dividen así.

- a) ***Verduras y frutas***: Son como las vitaminas naturales del cuerpo. Tienen lo que necesitamos para que todo funcione bien por dentro, ayudando a que crezcamos sanos y fuertes.
- b) ***Cereales y tubérculos***: Nos da energía para hacer todo lo que realizamos en el día: correr, estudiar, trabajar, bailar. Si los comemos enteros, también nos dan fibra, que ayuda a la digestión.
- c) ***Leguminosas y alimentos de origen animal***: Aquí entran cosas como los frijoles, la carne, el pollo o el pescado. Estos alimentos tienen muchas proteínas, que son como los ladrillos del cuerpo, porque ayudan a crecer, formar músculos y reparar lo que se daña.

2.2.2.5. Aporte del consumo de alimentos. Cuando nuestro cuerpo consume alimentos adquiere muchos nutrientes con funciones específicas que ayudan a fortalecer el sistema inmunológico de cada persona. Es por ello que debemos conocer cuáles son los aportes que dan cada grupo alimentario que consumimos. Según PROFA menciona lo siguiente.

- **Carbohidratos**: están con mayor proporción en las frutas, cereales legumbres, azúcares, leche y yogur, son quienes nos brindan energía y algunos dan fibra. De tal forma se clasifican en lo siguiente:
 - *Carbohidratos Simples*, nos proporciona energía inmediata a nuestro organismo, asimismo aporta vitaminas, minerales y fibras.
 - *Fibras*, presentes en las cáscaras de frutas ya cual ayuda la circulación intestinal.
 - *Carbohidratos Complejos (Almidones)*, digiere de manera lenta en el organismo provocando sensación de saciedad, pero también da energía para

metabolizarlos. Se encuentran en los cereales natural como: papá, arroz, avena, cereales naturales, etc.

- **Lípidos (grasas):** lo encontramos en alimentos procedentes de animales como carne de res, pollo, cerdo, pescado, lácteos y sus derivados (yogur, queso), oleaginosas, en aceite vegetal y palta. Además, reservan energía en el cuerpo y es participe de la función metabólica, son componentes de una variedad de hormonas y enzimas.
 - *Saturados*, aumenta el peligro de adquirir enfermedades cardiovasculares y subir de peso y desarrolla un incremento de los niveles de colesterol LDL. (malo)
 - *Monoinsaturados y Poliinsaturados (ácidos grasos esenciales)*, contribuye energía en la formación de a membrana celular, Reduce el nivel de colesterol (malo), permite pérdida de peso y reduce la grasa abdominal.
- **Proteínas:** están en los alimentos de origen animal (cerdo, res, pollo, insectos, pescado y marisco), leche y sus derivados y frijoles o lentejas. Estas brindan una rica fuente de proteínas para nuestros músculos y piel. Y se clasifican en:
 - Alto importe biológico en alimentos de origen animal (carnes, huevo y lácteos).
 - Bajo valor biológico en alimentos de origen vegetal (frutos secos, verduras y leguminosas).

2.2.2.6. Conservación de los alimentos. Retamozo (2021) menciona que muchas veces se nos puede hacer complicado los términos preservar y conservar, porque suenan parecido y se usan en contextos similares. Pero, aunque parezcan lo mismo, en realidad se refieren a cosas diferentes.

- **Preservar** es todo lo que se hace para cuidar los alimentos y prevenir que se arruinen por culpa de bichos, microbios o sustancias químicas. Es decir, es como ponerles una especie de escudo para que no se descompongan tan rápido. Esto puede incluir desde agregarles ciertos ingredientes, como conservadores, hasta aplicarles técnicas como el secado, el uso de frío, el ahumado, o el uso de sal. Todo esto se hace para que los alimentos estén protegidos mientras los vamos a usar pronto.
- **Conservar**, por otro lado, va más allá. Se trata de todo el proceso que implica preparar los alimentos y guardarlos de forma adecuada, por ejemplo, enlatarlos, congelarlos o empacarlos al vacío para que se puedan mantener en buen estado

durante mucho tiempo, incluso meses o años, sin que se dañen. La idea aquí es que puedas abrir el envase más adelante y el alimento todavía esté bueno y seguro para comer.

2.2.2.7. Alimentación saludable y no saludable. Para Cabezuelo y Frontera (2007) nuestro cuerpo conformado por órganos y tejidos (corazón, músculos, cerebro, etc.) necesita aportes en todo tiempo, por lo que requiere el consumo de sustancias cuando se está gastando, debido a que continuamente el metabolismo (actividad constante de las funciones vitales corporales) necesita reponerse. Estas desperdician dos tipos de sustancias.

- Energía, es decir el combustible para que trabaje nuestra máquina corporal y disminuya el encargo mecánico y calor.
- Las mismas unidades de los tejidos orgánicos que progresivamente se tiene que reponer porque se desgasta.

Asimismo, el infante y adolescente requieren una contribución máxima de materiales para aumentar su crecimiento. Debemos tener en cuenta que todas las sustancias que aporta al cuerpo con la alimentación se llaman “nutrientes” (ciencia que estudia los alimentos y sus procesos dentro del organismo cuando se los consume y su dependencia con la salud de la persona)

- **Dieta saludable:** son normas de alimentación y comidas que aportan todos los nutrientes necesarios para el cuerpo, ayuda a prevenir enfermedades y mantener una buena salud, esto forma el “estilo de vida saludable” que compone un conjunto de costumbres y hábitos diarios de comidas sanas, actividad física, higiene corporal y evitar el consumo de productos tóxicos para el organismo (tabaco, alcohol y drogas). Toda dieta esta equilibradamente por tres proporciones de nutrientes como fuente de energía: hidratos de carbono, grasas y proteínas.
- **Dieta no saludable:** presentan solo algunos nutrientes o excesos y esto perjudica la salud. Estas están compuestas principalmente por: excesos de alimentos procesados a gran escala; la abundancia de calorías y de grasas de origen animales; y el déficit consumo de fibra vegetal y de vitaminas naturales.

2.2.2.8. Selección y clasificación de alimentos. Fernando (2009) menciona a la selección de alimentos que realiza una persona es un fenómeno amplio que incluye factores individuales y estructurales articulándose entre sí con un objetivo esencial al deseo de adquirir un producto y el pago por dicho producto según su ingreso económico y sus

prioridades. También, comprende el tipo de cultivo, las políticas públicas de impuestos, las tendencias de las tierras, la cuestión laboral, del campo la pesca, el salario, la distribución y la concentración de la riqueza e intereses.

Además, la clasificación de alimentos hace referencia a la adecuada distribución de alimentos que brinden nutrientes esenciales a los niños dentro de una dieta equilibrada. Esto implica seleccionar una diversidad de alimentos que aportan los nutrientes esenciales y fomentar hábitos alimentarios saludable, incluyendo carnes, cereales, tubérculos, verduras y frutas.

2.2.2.9. Preparación de alimentos. Implica que la personas manipule y procese los ingredientes de manera adecuada, evitando todo tipo de contaminación, la cual incluyen prácticas como lavarse las manos antes de tocar productos como carnes, verduras, frutas y cereales. De tal manera, se sugiere elegir alimentos integrales en lugar de procesados, utilizar métodos de cocción bajos en grasa, medir los ingredientes con exactitud, abstenerse recocinar las carnes, reducir el uso de azúcares o sal y consumir poco las carnes procesadas.

Según la OMS (2007) La insalubridad de alimentos ha sido un problema desde hace siglos. Cada año mueren 1,8 millones de personas por enfermedades estomacales diarreicas, principalmente por consumir agua o alimentos contaminados. Una correcta preparación puede evitar gran parte de estos casos. Presenta cinco claves para la higiene alimentaria:

- a.) Mantenga la limpieza:** Lávese las manos con frecuencia, mantenga limpias las superficies y utensilios, y proteja los alimentos de plagas y contaminantes.
- b.) Separe los alimentos crudos y cocinados:** Los alimentos crudos, como carnes y pescados, pueden contener microbios peligrosos que se transmiten fácilmente a otros alimentos si no se manipulan adecuadamente.
- c.) Cocine completamente:** Cocinar los alimentos a al menos 70 °C elimina casi todos los microorganismos peligrosos. Algunos, como la carne picada, los asados grandes y las aves enteras, requieren especial cuidado en su cocción.
- d.) Mantenga los alimentos a temperaturas seguras:** Los microorganismos se multiplican rápido a temperatura ambiente. Mantener los alimentos por debajo de 5 °C o por encima de 60 °C reduce su crecimiento, aunque algunos aún pueden desarrollarse a bajas temperaturas.
- e.) Use agua y materias primas seguras:** Utilice agua segura o trátela, elija alimentos frescos y sanos, prefiera productos procesados como la leche pasteurizada, lave bien frutas y verduras crudas, y no consuma alimentos caducados.

2.2.2.10. Consumo de alimentos. Hace referencia a la frecuencia que presenta un niño al consumir ciertos alimentos, ajustada a las cantidades necesarias según su edad, sexo y condiciones específicas. Por ello, una alimentación saludable debe incluir:

- Consumo diario de cereales o patatas, lácteos, verduras y frutas.
- Consumo semanal de pescado, carne y huevos.
- Consumo ocasional de embutidos, dulces y productos manufacturados.

2.2.2.11. Dimensiones. Los hábitos alimentarios presentan cuatro dimensiones que permiten observar el nivel en el que se encuentra el ser humano:

- **La calidad nutricional.** Martínez y Martínez (2006) definen que tan bien esa proteína puede satisfacer las necesidades del cuerpo en cuanto a nitrógeno y aminoácidos de un determinado individuo.
- **Horario de alimentación.** Según Concha et al (2019) el horario de alimentación:
 - 1) Regulares: cuando el tiempo entre comidas es de 4 horas o menos.
 - 2) Irregulares: cuando pasa más de 4 horas entre comidas, al menos en una ocasión del día.

Según Lemos (2023) señalo que el horario de alimentación es:

- **El desayuno**, a partir de las 7 de la mañana. Se sugiere que a las 7 o 8 am es la hora indicada para consumir alimentos.
- **El bocadillo**, después del desayuno, entre las 10 y 11 de la mañana puede ser buen momento para comer frutas o un pequeño bocadillo integral, después, nos vamos a trabajar o a atender nuestras responsabilidades.
- **El almuerzo**, se recomienda consumir el alimento a partir de la 1 de la tarde, y a muy tardar hasta las 3 de la tarde.
- **La merienda**: la hora adecuada es entre las 4 y 5 de la tarde, pero si consumiste el almuerzo a las 3 de la tarde, podemos extender este horario hasta las 6 de la tarde.
- **La cena**, no debe sobrepasar las 9 de la noche, la hora adecuada para la cena debe ser desde las 7 o 8 hasta las 9 o 10 de la noche. No es recomendable hacerlo más allá de esta hora, a menos que nos acostemos tarde. Además, se recuerda que deben pasar al menos dos horas después de cenar para ir a dormir.
- **La conducta alimentaria.** Oyarce. et al. (2016) define como el conjunto de prácticas que vinculan al ser humano con la alimentación. Por lo general, se

considera que estas conductas se forman a partir de las experiencias directas con los alimentos en el contexto familiar y social, influenciadas por la imitación de modelos, la accesibilidad de los productos, el nivel socioeconómico y las costumbres culturales.

- **La influencia familiar.** Meza, et al. (2016) refiere a la influencia que ejercen las interacciones normas y vínculos familiares en el crecimiento, la conducta y las decisiones de los miembros del hogar, especialmente en los niños y adolescentes. De acuerdo con el documento, la familia representa el primer entorno cercano en el que se estructura la vida de un individuo, desempeñando un papel esencial en la construcción de valores, hábitos, actitudes y formas de actuar que incide en su desarrollo tanto personal como social. Además, puede manifestarse de manera positiva cuando se cultivan vínculos afectivos se practica una comunicación adecuada, y se brinda apoyo y guía. En contraste, puede ser negativa si existen situaciones de maltrato, falta de interés o ausencia de acompañamiento. Además, las vivencias familiares como la calidad de las interacciones y el tiempo compartido resultan fundamentales en la formación de la identidad, el desarrollo de la autoestima y en la capacidad de las personas para tomar decisiones.

2.3. Definición de términos

- **Hábito:** Para la RAE (2006) Es la manera particular para actuar o comportarse que se adquiere por medio de la repetición de acciones similares o idénticas, o que surge de impulsos innatos.
- **Alimentario:** Para la RAE (2006) Es la acción que se relaciona o vincula con la alimentación o con productos comestibles y a la actividad de comer, nutrirse o que se ingieren para conseguir energía y nutrientes.
- **Consumo de alimento:** Según la FAO (2010) está relacionado con la elección, el acceso y la ingesta de productos que satisfacen las necesidades nutricionales y culturales de un grupo de personas.
- **Nutrientes:** Para Corio y Arbonés (2009) son elementos que están presentes en los alimentos y gracias a ello el cuerpo puede desarrollarse y realizar funciones como crecimientos, reparación de tejidos y reproducción, también pueden ayudar a generar movimiento corporal y cualquier tipo de energía.

CAPÍTULO III

Metodología de la investigación

3.1 Enfoque de la investigación

Este estudio de investigación se desarrolló con el enfoque cuantitativo, así como Hernández, Fernández y Baptista (2014) manifiestan que utiliza la recolección de datos para comprobar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer un modelo de comportamiento y examinar teorías buscando resultados objetivos y en otros contextos. Además, usa la recolección y análisis de los datos numéricos con el objetivo de precisar mejor las preguntas del en el momento que se interprete los resultados también poder originar nuevas interrogantes o líneas de estudio.

3.2 Tipo de investigación

La investigación fue tipo básica, según Muntané (2010) conocida también como teórica o dógmatica, es aquella que implica su desarrollo a partir de teorías e ideas. Su propósito es ampliar el conocimiento científico, pero no lo aplican a situaciones reales.

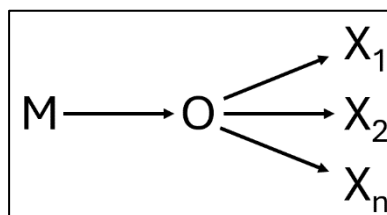
3.3 Nivel de investigación

El diseño de investigación fue descriptiva simple, según Niño y Mendoza (2021) también conocida como investigación estadística, porque describe fenómenos tal como sucede en la realidad. Se utiliza para identificar y recopilar información sobre las características de un tema determinado, tal como la comunidad, el grupo o las personas. Es decir, que describen fenómenos de cualidades sociales.

3.4 Diseño de investigación

El diseño de investigación fue la no experimental, según Fernández, Baptista y Sampieri (2014) es aquella que se realiza sin la manipulación deliberadamente de la variable, es decir son estudios en la que no se hace variar de manera intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables, pues solo se observa el fenómeno tal cual se dan en el contexto natural para analizarlos.

Diagrama del diseño descriptivo simple



Nota. Tomado de Ñaupas et al. (2023)

Donde:

M: Muestra constituida por los 47 niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto - 2025.

O: Observación del nivel de práctica de hábitos alimentarios

X₁, X₂, X₃ y X₄: Dimensiones (calidad nutricional, horarios de comida, conducta alimentaria e influencia familiar)

3.5 Operacionalización de la variable

Tabla 1.

Operacionalización de la variable

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Hábitos alimentarios	Según Gerbotto et al (2020) Los hábitos alimentarios son un conjunto de prácticas que determinan el aspecto en que los seres humanos o clases sociales escogen, preparan e ingieren los alimentos.	El nivel de los hábitos alimentarios será medido con un cuestionario que consta de 20 ítems, teniendo en cuenta las dimensiones tales como la calidad nutricional, horario de comida, conducta alimentaria y la influencia familiar.	Calidad nutricional	Consumo de alimentos saludables Consumo de alimentos ultraprocesados	Alto Medio Bajo
			Horario de comida	Regularidad de las comidas Cumplimiento de horarios	
			Conducta alimentaria	Comportamiento durante la comida Autonomía al comer	
			Influencia familiar	Participación de los padres Educación en casa sobre alimentación	

Nota: Elaboración Propia

3.6 Población, muestra y unidad de análisis (criterios de selección)

3.6.1 Población – Muestra

La población, según Hadi et al (2023) es el conjunto de personas de quienes se desea obtener información, dicho grupo comparte características en común y por ende se pretende sacar conclusiones generalizadas sobre ellos. Además, suele ser extensa o pequeña, y puede estar dividida en grupos más pequeños o sub grupos dependiendo del objetivo del estudio, mientras que la muestra, según Hernández et al (2014) es un sub grupo o grupo pequeño que hace parte de todo lo que llamamos población, siendo parte representativa y que comparten las mismas características. En esta investigación se trabajó con la población y muestra, constituida por 47 niños de 3, 4 y 5 años de la Institución Educativa n°62027, Balsapuerto – 2025, tal como se observa en la siguiente tabla:

Criterio de selección

Criterio de inclusión:

- Niños del nivel inicial de 3, 4 y 5 años de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto.
- Niños matriculados con el consentimiento de los padres.
- Niños matriculados en la Institución Educativa N° 62027, Balsapuerto.

Criterio de exclusión:

- Niños que no están en la edad mencionada.
- Niños que no pertenecen a la Institución Educativa N° 62027, Balsapuerto

Tabla 2

Población muestra de estudio

Edades	Población muestra			Total
	3 años	4 años	5 años	
Nº de niños	10	23	14	47

Nota: Archivo de la Institución Educativa n°62027, Balsapuerto – 2025

3.6.2 Muestreo

Para Hadi et al (2023) define el muestreo como una técnica que se utiliza en investigaciones para seleccionar un grupo minoritario de personas o elementos de un grupo grande, llamado población. Permitiendo a los investigadores obtener información relevante y confiable, sin la necesidad de estudiar a todos los individuos, sobre todo cuando el grupo es muy difícil de acceder debido a su magnitud.

3.6.3 Criterio de selección

- a) Nivel: Inicial
- b) Pre requisito: que sean niños matriculados en el 2025 en la Institución Educativa N° 62027, Balsapuerto – 2025.
- c) Género: masculino – femenino

3.6.4 Unidad de análisis

Niños de 3, 4 y 5 años de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025.

3.6.5 Unidad de muestreo

Padres de familia de los niños de 3, 4 y 5 años de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025.

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

Según Arispe et al. (2020) mencionan que es un conjunto de acciones y actividades que ejerce la persona al investigar para recopilar información y afirmar el logro de sus objetivos de acuerdo a las hipótesis de investigación. Es decir que las técnicas de investigación son procesos que se utiliza para recopilar información de hechos o acontecimientos relevantes al momento de aplicarlo en la práctica pedagógica. En este estudio se usó la técnica de encuesta, según Hadi, et al (2023) es un método y/o técnica que se utiliza en la investigación y tiene como objetivo registrar información únicamente de las personas tanto de sus percepciones como de sus comportamientos obteniendo datos cualitativos como cuantitativos.

3.7.2 Instrumentos

Para Arispe, et. al. (2020) define un instrumento como aquella herramienta que se utiliza para recoger los datos relacionados con los objetivos de investigación y la realidad donde se lo va a aplicar. Permitiendo la aplicación de la técnica elaborado con propiedad, considerando las variables e indicadores que deben ser transferidos al proceso de validez y confiabilidad. El instrumento utilizado, fue el cuestionario, Arias (2020) menciona que es un recurso utilizado para recopilar información durante el proceso de la investigación científica, conforma una serie de preguntas que están acompañadas con opciones para que las personas puedan seleccionar. No existen buenas o malas respuestas, todas aportan de manera significativa en la investigación y se aplica a un grupo específico de personas. El cuestionario utilizado tenía 20 ítems, que estaban divididos en 4 dimensiones de estudio (5

para la dimensión calidad nutricional, 4 para la dimensión horarios de comida, 6 para la dimensión conducta alimentaria y 5 para la dimensión influencia familiar) de la variable hábitos alimentarios.

3.8 Validez y confiabilidad

3.8.1 Validez

Según Hernández et al (2014) sostienen que la validez implica la seguridad de que una prueba o herramienta sirva realmente para medir lo que se pretende estudiar, y no otra cosa.

Tabla 3

Validez de contenido

Variable	N.º	Experto o especialista	Promedio de validez	Opinión del experto
Hábitos alimentarios	1	Mg. Roxanita Melina Moreno de Gonzáles Zuñiga.	4.8	El instrumento muestra coherencia entre los indicadores con sus dimensiones. Apto para aplicar.
	2	Mg. Guevara Muñoz Melissa	4.2	Presenta coherencia interna
	3	Mg. Nelly Roxana Ruiz Tapullima	4.3	Guarda relación en cuanto a suficiencia, claridad, coherencia y relevancia. Por lo tanto, es aplicable.
Promedio global				4.4

Nota. Promedio de validez de los jueces

Se logró mediante la validación de un grupo de Jueces Expertos, donde se consideraron criterios establecidos, tales como la suficiencia, claridad, coherencia y relevancia en relación con los indicadores y dimensiones de la variable. Este instrumento fue validado por tres profesionales, quienes compartieron sus opiniones, sugerencias y observaciones respecto al instrumento aplicado. Según el promedio global obtenido del juicio de expertos, se evidencia que se obtuvo el 4.4, el cual según la tabla de valores de Herrera (1998) es válido para su aplicación, teniendo como equivalente de 90% (0,90) es decir el instrumento posee una excelente validez.

- **Validez de criterio**

Se tuvo en cuenta el resultado de los tres jueces quienes validaron el instrumento del cuestionario y concluyeron que tiene una excelente validez, ya que los resultados dan un promedio de 0.72. Considerando estos resultados, se estableció que el instrumento es apropiado para ser aplicado y, de esta manera, obtener datos sobre la práctica de hábitos alimentarios que muestran los niños

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

K: El número de ítems
 $\sum S_i^2$: Sumatoria de Varianzas de los Items
 S_T^2 : Varianza de la suma de los Items
 α : Coeficiente de Alfa de Cronbach

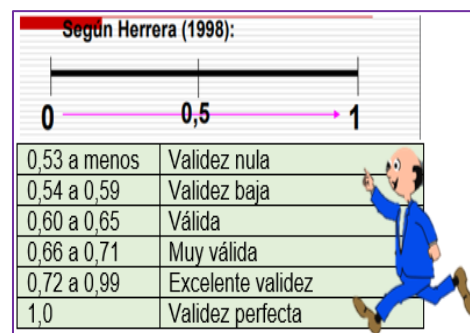
$$\alpha = \frac{20}{20-1} \left[1 - \frac{0.85}{1.85} \right]$$

$$\alpha = 1.05 [0.459]$$

$$\alpha = 0.72$$

Alfa de Cronbach = 0.72

“Excelente validez”



3.8.2 Confiabilidad

Según Medina et. Al (2023), la confiabilidad es un indicador de la estabilidad y uniformidad de un instrumento, ya que se relaciona con su capacidad para generar resultados precisos y repetibles cuando se aplica en condiciones equivalentes. Para calcular la confiabilidad, se aplicó el coeficiente de alfa de Cronbach, que permite determinar la confiabilidad basado en resultados del estudio realizado; obteniendo como valor 0.70, lo que demuestra que la práctica de hábitos alimentarios en niños de 3, 4 y 5 años del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025 es muy confiable.

Formula del alfa de Cronbach.

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

K: El número de ítems
 $\sum S_i^2$: Sumatoria de Varianzas de los Items
 S_T^2 : Varianza de la suma de los Items
 α : Coeficiente de Alfa de Cronbach

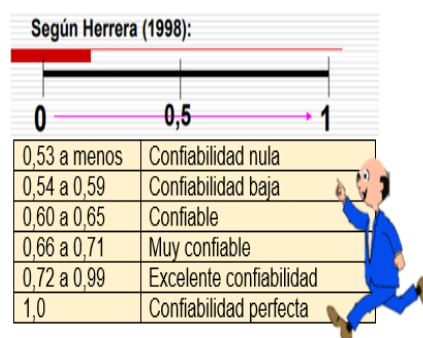
$$\alpha = \frac{20}{20-1} \left[1 - \frac{9.81}{29.50} \right]$$

$$\alpha = 1.05 [0.332]$$

$$\alpha = 0.70$$

Alfa de Cronbach = 0.70

“Muy confiable”



3.9 Procedimientos

Para llevar a cabo esta investigación, se determinó la variable hábitos alimentarios y se formuló el planteamiento del problema siguiendo un enfoque que fue de lo general a lo específico. Posteriormente, se llevó a cabo una revisión de diversas fuentes bibliográficas, lo que permitió construir el marco teórico respaldado por autores que sustentan este estudio. La metodología se estructuró con un enfoque cuantitativo y diseño descriptivo simple. Las dimensiones de la variable sirvieron de base para la elaborar un cuestionario, el cual fue validado por jueces expertos y aplicado a los padres de familia de los niños de 3, 4 y 5 años

de la Institución Educativa N° 62027 de Balsapuerto. Este instrumento facilitó la recolección de la información relevante para el análisis. Una vez recopilado los datos se procedió a describir los resultados, realizamos la discusión contrastamos con los antecedentes, finalmente se formularon las conclusiones de cada dimensión y variable en general, así como las recomendaciones para actores que están involucrados de dicha investigación y futuros estudios.

3.10 Métodos de análisis de datos

3.10.1 *Tablas de frecuencia*

Para Requena (2015) también es llamada distribución de frecuencia porque muestra la distribución mediante sus frecuencias. Son útiles tanto para datos cuantitativos como para cualitativos ordinales.

3.10.2 *Gráficos estadísticos*

Obando y Castellanos (2021) los gráficos estadísticos herramientas visuales esenciales que nos permita comunicar información, funciona como instrumento estadística clave para analizar datos de forma eficiente, ofreciendo diferentes niveles de lectura facilitando una comprensión profunda de la información.

3.11 Aspectos éticos

El presente estudio se ejecutó de manera libre sin ningún interés político, económico, religioso o de otro tipo y se respetó los derechos de contribución intelectual de ciertos investigadores, incluyendo evitar el plagio de otros autores. Se presentó de manera fidedigna los resultados evitando modificaciones. Asimismo, se cumplió con los principios éticos en investigación establecidos por la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “Monseñor Elías Olázar” tales como: beneficencia, autonomía, competencia profesional y científica, justicia, integridad humana, libertad, no maleficencia, probidad, respeto de la propiedad intelectual, responsabilidad, transparencia y precaución.

CAPÍTULO IV

Presentación, análisis e interpretación de resultados

4.1 Descripción de resultados

Tabla 4

Frecuencia y porcentaje de la dimensión calidad nutricional por medio de las representaciones gráficas

ESCALA DE MEDICIÓN		D1. CALIDAD NUTRICIONAL	
		<i>F</i>	%
Nunca (1)	Bajo	4	8%
A veces (2)	Medio	38	81%
Siempre (3)	Alto	5	11%
Total		47	100%

Nota: Puntajes obtenidos sobre la calidad nutricional en la encuesta con los padres de familia.

Interpretación

En la tabla 4 se observa que el 81% están en un nivel medio en relación con la calidad nutricional, mientras que el 11% se sitúa en un nivel alto y el 8% en un nivel bajo. Estos resultados indican que los niños poseen una calidad nutricional poco aceptable, aunque no ideal porque los padres dan mucha libertad a sus hijos al consumir alimentos no saludables.

Tabla 5

Frecuencia y porcentaje de la dimensión horario de comida por medio de las representaciones gráficas.

ESCALA DE MEDICIÓN		D2. HORARIO DE COMIDA	
		<i>F</i>	%
Nunca (1)	Bajo	13	28%
A veces (2)	Medio	23	49%
Siempre (3)	Alto	11	23%
Total		47	100%

Nota: Puntajes obtenidos sobre los horarios de comida en la encuesta con los padres de familia.

Interpretación

En la tabla 5 se puede apreciar que el 49% de los niños se encuentran en un nivel medio en relación con el horario de comida, el 28% en un nivel bajo y el 23% en un nivel alto. Lo cual indica que los niños no mantienen un horario de comida, es decir no se alimentan a la misma hora diariamente. Estas cifras evidencian la necesidad de reforzar la orientación a las familias sobre establecer horarios regulares para las comidas, ya que esto favorece una mejor digestión, desarrollo físico y bienestar general en los niños

Tabla 6

Frecuencia y porcentaje de la dimensión conducta alimentaria por medio de las representaciones gráficas.

ESCALA DE MEDICIÓN		D3. CONDUCTA ALIMENTARIA	
		<i>F</i>	%
Nunca (1)	Bajo	6	13%
A veces (2)	Medio	31	66%
Siempre (3)	Alto	10	21%
Total		47	100%

Nota: Puntajes obtenidos sobre la conducta alimentaria en la encuesta con los padres de familia.

Interpretación

En la tabla 6 se evidencia que un 66% de los niños se encuentran en un nivel medio en relación a la conducta alimentaria, el 21% está en un nivel alto y el 13% en un nivel bajo. Estos resultados demuestran que los niños no ponen en práctica los hábitos de higiene antes y después de consumir sus alimentos. Ante ellos, existe la necesidad de fortalecer los hábitos de higiene y de conducta alimentaria desde el hogar y la escuela.

Tabla 7

Frecuencia y porcentaje de la dimensión influencia alimentaria por medio de las representaciones gráficas.

ESCALA DE MEDICIÓN		D4. INFLUENCIA FAMILIAR	
		<i>F</i>	%
Nunca (1)	Bajo	12	26%
A veces (2)	Medio	32	68%
Siempre (3)	Alto	3	6%
Total		47	100%

Nota: Puntajes obtenidos sobre la influencia familiar en la encuesta con los padres de familia.

Interpretación

Según la tabla 7 se observa que el 68% corresponde al nivel medio en la influencia familiar, el 26% indica el nivel bajo y el 6% se encuentra en un nivel alto. Lo cual resalta, que los niños consumen alimentos tradicionales que pueden ser perjudiciales para su salud y no reciben orientación sobre una alimentación saludable, lo que manifiesta la exigencia de fortalecer el rol familiar dentro de los hábitos alimentarios en los niños.

Tabla 8

Frecuencia y porcentaje de la variable hábitos alimentarios por medio de las representaciones gráficas.

ESCALA DE MEDICIÓN		V. Hábitos Alimentarios	
		<i>F</i>	%
Nunca (1)	Bajo	6	13%
A veces (2)	Medio	40	85%
Siempre (3)	Alto	1	2%
Total		47	100%

Nota: Puntajes obtenidos sobre Hábitos alimentarios en la encuesta con los padres de familia.

Interpretación

En la tabla 8 se observa que el 85% de los niños se encuentran en un nivel medio en cuanto a la práctica de hábitos alimentarios, mientras que un 13% presenta el nivel bajo y solo el 2% corresponde a un nivel alto. Esto indica que los niños aun requieren fortalecer la práctica de hábitos alimentarios, la calidad nutricional, establecer horarios de comidas y

conductas alimentarias. De esa manera que los padres de familia cumplen un rol importante para fortalecer el bienestar integral de sus hijos.

4.2 Discusión y contrastación teórica de los resultados

Según la investigación realizada por Caizaluisa (2024) el 61,7% de los niños tenía un peso dentro de lo normal; no obstante, un 19% se encontraba con sobrepeso y un 9,9% padecía obesidad. A pesar de que más de la mitad de ellos consumía frutas (58,4%) y verduras (54,8%) también se notó un alarmante nivel de consumo de bebidas azucaradas (41%) comida rápida (37,7%) y productos procesados (51,9%). Esta información refleja que, a pesar de algunos hábitos saludables, todavía existen conductas alimentarias que podrían impactar negativamente en la salud nutricional de los niños. Del mismo modo, dentro del ámbito escolar, aunque algunos niños recibían alimentos del programa alimentario (40,8%) o llevaban comida de su casa (39,9%) un 38% consumía alimentos procesados en la escuela. Contrastando estos resultados con la presente investigación, donde se observa que el 81% indica un nivel medio en la calidad nutricional, el 11% la considera alta y el 8% corresponde al nivel bajo. Esto indica que, aunque la mayoría de los niños cuenta con una alimentación aceptable, todavía hay carencias que impiden alcanzar una nutrición óptima e ideal. Esta condición está vinculada a la permisividad que algunos padres ofrecen a sus hijos en el consumo de alimentos no saludables lo que representa la necesidad de implementar medidas educativas nutricionales que propicien una mejor calidad de vida para los niños del II ciclo.

Según el estudio realizado por Morales y Pacompia (2022) el 83,9% de los niños presentaron una nutrición apropiada, mientras que el 12,9% sostenían hábitos alimentarios poco saludables y un 3,2% mantenían dietas peligrosas. Asimismo, desde el punto de vista nutricional, el 80,6% se encontraba en un estado norma, el 6,5% sufría de malnutrición, ya sea de forma crónica o aguda, y el 3,2% mostraba signos de sobrepeso u obesidad. Estos resultados evidencian que, aunque la mayoría de los niños tienen acceso a una alimentación adecuada, todavía hay un porcentaje que enfrenta problemas nutricionales que pueden influir en su desarrollo integral. A diferencia de los hallazgos de nuestra investigación, se identificó que el 49% están en el nivel medio en relación con el horario de las comidas, un 28% en nivel bajo y solo 23% está en un nivel alto. Esto indica que la gran mayoría de los niños no tiene de un horario establecido para alimentarse diariamente, lo que podría influir negativamente en su nutrición, su proceso digestivo y su crecimiento integral teniendo como consecuencia el bajo rendimiento académico o problemas de salud en el futuro. Por otro lado, el 23% que ocupa el nivel alto corresponde a aquellos niños cuyos padres afirmaron

que, si se apegan a un horario fijo para las comidas, lo que favorece su regulación biológica y bienestar general. Ambas investigaciones coinciden en que, aunque se dan prácticas positivas, aún se requiere dar refuerzo a la educación alimentaria en las familias.

Según el estudio realizado por Aldas y Fernández (2023) manifestaron que en la institución educativa “Atahualpa” los hábitos y conductas alimentarias de los niños presentaban deficiencias importantes. Entre los hallazgos más destacados, el 51,2% de los niños con un apetito reducido o inapropiado, el 41,8% tenían padres que no controlaban adecuadamente su alimentación, y el 46,5% mostraban indiferencia hacia los alimentos que consumían. Además, se encontró que el 76,7% tenían una frecuencia de consumo semanal inapropiada, un 69,8% ingerían alimentos mal preparados, el 65,1% demoraban excesivamente en consumir su alimento principal y un 86,1% lo hacían en presencia de elementos distractorias. Estos resultados guardan similitud con los obtenidos en nuestra investigación, donde el 66% de los niños se encuentran en un nivel medio respecto a la conducta alimentaria, el 21% en un nivel alto y el 13% en un nivel bajo, según la información proporcionado por los padres de familia. Esto sugiere que la mayoría de los niños mantienen hábitos alimentarios parcialmente adecuados, como el lavado de manos antes y después de comer. No obstante, también se evidencia conductas que requieren mejora, como la resistencia a probar nuevos alimentos, la falta de permanencia en la mesa durante la comida y tendencia a distraerse con objetos cercano.

Según el trabajo de Moreto y Días (2022) evidencian que las condiciones socioeconómicas y educativas de las madres influyen directamente en los hábitos alimentarios de sus hijos. La mayoría de las madres presentaba bajo nivel educativo e ingresos económicos limitados, lo cual se relacionó con patrones alimentarios inadecuados en el 37% de los niños evaluados. Estos resultados coinciden con los de nuestra investigación, donde el 68% de los niños presenta un nivel medio en la influencia familiar, el 26% un nivel bajo y solo el 6% un nivel alto. Además, se observó que los niños consumen alimentos tradicionales, lo cual, aunque forma parte de la cultura local, puede representar riesgos para la salud. También se identificó una falta de orientación familiar sobre alimentación saludable, lo que resalta la necesidad de fortalecer el rol educativo de la familia y de implementar programas de sensibilización que mejoren los hábitos alimentarios desde el hogar.

Según la investigación realizada por Cabrejos y Payajo (2022) el 57,4% de los niños evaluados muestran un hábito alimentario adecuado. No obstante, un 24,1% presenta

desnutrición, lo que refleja que su hábito alimentario no es saludable. Asimismo, el 14,8% manifiestan signos de sobrepeso, afirmando que su hábito alimentario no es saludable ni adecuado y solo el 3,7% presentaron desnutrición grave, lo que revela un estado crítico en sus hábitos alimentarios. Estos hallazgos son contrarios con los resultados obtenidos en la presente investigación, donde, según la encuesta aplicada a los padres de familia, el 85% de los niños se encuentran en un nivel medio respecto a la práctica de hábitos alimentarios, el 13% en el nivel bajo y solo el 2% a un nivel alto. Esto indica que la mayoría de niños aun requiere fortalecer sus hábitos alimentarios para alcanzar una mejor práctica de una alimentación saludable, optima y equilibrada a sus necesidades. De tal manera es fundamental que desde el hogar y la escuela incluir una cultura alimentaria saludable, con el acompañamiento constante de padres y docentes para mejorar no solo buenos hábitos alimentarios sino el bienestar integral para el desarrollo de cada niño y niña.

CONCLUSIONES

Primera. – Se determinó el nivel de práctica de hábitos alimentarios en niños del II ciclo. evidenciándose que el 85% se encuentran en un nivel medio, el 13% en el nivel bajo y solo el 2% al nivel alto, estos resultados reflejan que los niños aún necesitan fortalecer sus hábitos alimentarios teniendo en cuenta la calidad nutricional, establecimiento de horarios de comida, la conducta alimentaria e influencia familiar. En este sentido, desde el hogar y la escuela se desempeñe un rol fundamental para promover prácticas alimentarias saludables optimas por el bienestar integral de cada niño y niña.

Segunda. – Se describió el nivel de la calidad nutricional para lograr hábitos alimentarios en los niños del II ciclo. Manifestando que el 81% se encuentran en un nivel medio, el 11% en un nivel alto y el 8% en un nivel bajo, manifestando que presenta una calidad nutricional aceptable pero no óptima. El porcentaje en el nivel bajo, muestra la necesidad de implementar medidas que promuevan una alimentación adecuada debido a que los padres brindan a sus hijos el libre acceso para consumir alimentos no saludables. Por ellos es de gran importancia fomentar en la familiar acciones para incluir la práctica de una calidad nutricional favorable en los niños y niñas.

Tercera. –Se logró evaluar el horario de comida como parte de los hábitos alimentarios en los niños del II ciclo. Mostrándose que el 49% se encuentran que un nivel medio, el 28 % en un nivel bajo y solo el 23% en un nivel alto. Lo que implica que los niños no mantienen un horario fijo para alimentarse diariamente, lo que podría afectar de manera negativa su nutrición, digestión y su desarrollo integral. El nivel bajo que se percibe, enfatiza la urgente necesidad de guiar a los padres para crear rutinas de alimentación, como una acción esencial para promover una mejor digestión, desarrollo físico y bienestar general en los niños.

Cuarta. –Se logró analizar el nivel de la conducta alimentaria en niños del II ciclo. observándose que el 66% se encuentran en un nivel medio de la conducta alimentaria, el 21% en un nivel alto y un preocupante 13% en un nivel bajo. Estos hallazgos son significativos porque indican que los niños presentan hábitos

alimentarios inapropiados debido a la poca práctica del lavado de manos antes y después de consumir sus alimentos, la resistencia en los niños al probar alimentos nuevos o saludables y el no mantenerse quieto durante la comida o distraerse con algún objeto cercano. Ante ello se debe contribuir los hábitos de higiene y de conducta alimentaria desde el hogar y escuela.

Quinta. –Se logró definir la influencia familiar de los hábitos alimentarios en niños del II ciclo. Presentando como resultados que, el 68% corresponde al nivel medio, el 26% indica el nivel bajo y el 6% el nivel alto. Esto indica que los niños consumen alimentos tradicionales que pueden perjudicar su salud y reciben poca orientación sobre una alimentación saludables, lo que mantiene la necesidad de fortalecer el rol familiar dentro de los hábitos alimentarios en los niños.

RECOMENDACIONES

- Primera.** –A los padres de familia y docentes promover de manera conjunta, desde el hogar y la escuela hábitos alimentarios saludables en los niños. Esta práctica es fundamental para fortalecer su desarrollo integral, incorporando estilos de vida saludable, prevenir problemas nutricionales que afectar su salud, mejorar el horario y la conducta en la alimentación.
- Segunda.** –Al Centro de Salud y Nutrición prestar más atención a los hábitos alimentarios de los niños, con el objetivo de implementar y crear talleres educativos dirigidos a los padres y docentes que fomenten buenas prácticas alimentarias saludables desde una edad temprana.
- Tercera.** –A los padres de familia crear y mantener un horario regular de alimentación para sus hijos, a fin de impulsar en ellos buenos hábitos alimentarios saludables. Esta práctica contribuirá a una mejor organización de sus tiempos, al crecimiento físico adecuado y a una mayor atención y concentración durante sus actividades en el jardín.
- Cuarta.** –A los docentes trabajar unidos con las familias para reforzar en los niños la importancia de una alimentación saludable y variada, establecer rutinas y normas básicas durante la comida, como sentarse bien y evitar distracciones. Además, se sugiere usar el instrumento del cuestionario que permitan identificar en qué nivel de hábitos alimentarios están los niños para ver su avance e implementar estrategias de mejora.
- Quinta.** –A la directora de la institución educativa N°62027- Balsapuerto, implementar actividades orientadas a involucrar activamente a los padres de familia en la formación nutricional de sus hijos, estos pueden incluir talleres informativos, charlas con especialistas, campañas educativas y materiales didácticos sobre la importancia la práctica de buenos hábitos alimentarios saludables desde temprana edad que a su vez impacta directamente en el crecimiento, el desarrollo y el rendimiento escolar de los niños.

REFERENCIAS

- Arias, J. L. (2020). *Técnicas e instrumentos de investigación científica* (1.^a ed.). Enfoques consulting: Perú. <https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26118w/Tecnicas%20e%20instrumentos.pdf>
- Arispe, M., et. al. (2020). *La investigación científica: Una aproximación para los estudios de posgrado*. Departamento de investigación y posgrado, Universidad internacional de Ecuador. <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACION%20CIENTIFICA.pdf>
- Aldas, S. y Fernández, G. (2023). *Evaluación antropométrica y hábitos alimentarios en niños escolares con desnutrición*, 7(3), Journal ScientificMQRInvestigar. <http://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/520>
- Banco mundial (BM). *Guatemala intensifica la lucha contra la desnutrición*. <https://www.bancomundial.org/es/news/opinion/2019/05/20/guatemala-intensifica-la-lucha-contra-la-desnutricion>
- Botín del Instituto Nacional de Salud (2023). *Sistema de información del estado nutricional de niños menores de 5 años y gestantes que acceden a establecimientos de salud I trimestre 2023*. [Boletín]. <https://boletin.ins.gob.pe/wp-content/uploads/2023/V29N1/03.pdf>
- Burgos, M., Rodríguez, C., & Rebolledo, D. (2023). *Hábitos alimentarios y estado nutricional en edad escolar*. Revista Cuatrimestral “Conecta Libertad”, 7(3) ISSN 2661-6904. <https://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/view/344>
- Cabezuelo, G., & Frontera, P. (2007). *Enséñame a comer: Hábitos, pautas y recetas para evitar la obesidad infantil*. (1.^a ed.). Editorial EDAF, S. L. https://www.google.com.pe/books/edition/Ens%C3%A9ame_a_comer/kIEK5Y56QUAC?hl=es&gbpv=1&dq=habititos+alimentarios&pg=PA48&printsec=frontcover
- Cabrejos, L y Payajo, N (2022). *Estado nutricional y hábitos alimentarios en niños menores de cinco años de la I.E 128 La Libertad, SJL mayo - 2022*. [Tesis para optar el grado de licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio de UCV. Recuperado de: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/117160>
- Caizaluisa, T. (2024). *Hábitos alimentarios y estado nutricional de niños en edad escolar (5-11 años) según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2018*, 8(4), Journal Scientific MQRInvestigar. <https://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/1960>
- CEPAL y FAO (2020). *Sistemas alimentarios y COVID-19 en América Latina y el Caribe: Hábitos de consumo de alimentos y malnutrición*, (Boletín N.º 10, 16 de julio de

- 2020). CEPAL. https://www.cepal.org/es/enfoques/primer-infancia-la-pospandemia-america-latina-caribe#_ftn2
- Catarino, J (2018). *Análisis de la distribución de grupos de alimentos y macronutrientes en los menús del comedor comunitario de Temamatla en el Edo. Méx. y estado de nutrición de los usuarios*. [Tesis de grado para optar el título de licenciatura, Universidad Autónoma Del Estado De México] <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/94716/tesis%20javier%20catarino%20granados%20.pdf;jsessionid=3878E5639F3287E46A9A929E02D9C44E?sequence=1>
- Corio, R y Arbonés, L (2009). *Nutrición y salud. Formación continua; Actualización en medicina de familia*. Barcelona- España. Revista Elsevier. <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-familia-semergen-40-pdf-S1138359309728436>
- Concha et al (2019). *Relación entre tiempos de alimentación, composición nutricional del desayuno y estado nutricional en estudiantes universitarios de Valparaíso, Chile*. Artículo Original / Original Article. <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v46n4/0717-7518-rchnut-46-04-0400.pdf>
- FAO, FIDA, UNICEF, PMA y OMS. (2024). *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2024: Financiación para poner fin al hambre, la inseguridad alimentaria y todas las formas de malnutrición* (Versión resumida). FAO. <https://openknowledge.fao.org/handle/20.500.14283/cd1276es>
- Fernando, L. (2009). *La selección de los alimentos: Una práctica compleja*. Vol. 34 N°2. https://www.researchgate.net/publication/284925760_La_seleccion_de_los_alimentos_Una_practica_compleja
- Fernández, Baptista y Sampieri (2014). *Metodología de la investigación*. Sexta edición. Bookmedicos.org. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Ciencia%20y%20Tecnologia.pdf>
- Gerbotto, M. y Paturzo, C. (2022). *Hábitos alimentarios y percepción de la imagen corporal en un grupo de adolescentes que realizan comedia musical*. <https://www.scielo.org.ar/pdf/diaeta/v38n172/1852-7337-diaeta-38-172-26.pdf>
- Gonzales, O. (2020). *Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente*. <https://www.pediatruiintegral.es/publicacion-2020-03/alimentacion-del-nino-pre-escolar-escolar-y-del-adolescente-2/>
- Hadi, M., Martel, C., Huayta F., Rojas, C. y Arias, J (2023). *Metodología de la investigación: Guía para el proyecto de tesis*. Editorial Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi, Puno, Perú. <https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/catalog/view/82/124/149>
- Hernández. M, et al. (1999). *Tratado de nutrición*. Editorial Díaz de Santos. https://www.google.com.pe/books/edition/Tratado_de_nutrici%C3%B3n/2NSdE

[AAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=libros+gratis+sobre+los+habitos+alimentarios&pg=PA23&printsec=frontcover](https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%Ada%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf)

- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. n (6.ªed.). Editorial ESUP. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%Ada%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Lemos (2023). *Mejor con salud: conoce la hora adecuada para consumir alimentos*. <https://mejorconsalud.as.com/conoce-hora-adecuada-consumir-alimentos/>
- Maza, F et al (2022). *Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios*. Una revisión sistemática de la literatura. Vol. 25 no,47.http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372022000100110
- Martínez y Martínez (2006). *Proteínas y péptidos en nutrición enteral*. Nutrición hospitalaria. España. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v21_s2/original1.pdf
- Meza Rueda, J. L., & Páez Martínez, R. M. (Coords.). (2016). *Familia, escuela y desarrollo humano: Rutas de investigación educativa*. Editorial Kimpres S.A.S. <https://doi.org/10.1787/9789588939575>
- Medina, M., Rojas, R., Bustamante, W., Loaiza, R., Martel, C., y Castillo, R. (2023). *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. En W, Sucari, P, Aza, & A, Flores. Editorial: Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C. <https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/catalog/download/90/133/157?inline=1>
- Minsa (2014). *Nutriwawa sale a las calles de la región Loreto para luchar contra desnutrición infantil*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/31244-nutriwawa-sale-a-las-calles-de-la-region-loreto-para-luchar-contradesnutricion-infantil>
- Morales, J y Pacompia, S (2022). *Estado nutricional y hábitos alimentarios en nivel inicial en la I.E. Santa Rita, Arequipa – 2022*. [Tesis de grado para obtener el título de Bachiller, Escuela de Educación Superior Pedagógica Privada María Montessori, Arequipa- 2022] Repositorio Renati-Sunedu. https://renati.sunedu.gob.pe/bitstream/renati/2087130/1/MORALES_RODRIGUEZ_JE-PACOMPIA_PACOMPIA_S-2024_TI.pdf
- Moreno, J., & Galiano M. (2015). *Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente*. Servicio de Pediatría. Hospital Universitario 12 de octubre. Madrid. <https://www.pediatruiintegral.es/publicacion-2015-05/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente/>

- Moreto, S y Días, A (2022). *Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de dos a cinco años del Puesto de Salud Cabracancha – Chota, 2022*. [Tesis de grado; Universidad Nacional Autónoma de Chota] Repositorio Unach: <https://repositorio.unach.edu.pe/items/a9310d62-dad3-4ce8-aaaa-7316a19ce065>
- Muntané, J (2010). *Introducción a la investigación básica*. Revista Andaluza de Patología Digestiva. Vol 33 (3) pág, 221-227. <https://www.sapd.es/revista/2010/33/3/03/pdf>
- Niño, J y Mendoza, M (2021). *Investigación científica en el contexto académico* (1° ed.). https://www.google.com.pe/books/edition/La_investigaci%C3%B3n_cient%C3%A9fica_en_el_cont/B7koEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=SEGUN+Guevara+Y+O+TROS+AUTORES+SOBRE+LA+INVESTIGACI%C3%93N+DESCRIPTIVA&printsec=frontcover
- Ogden, J. (2003). *Psicología de la alimentación: Comportamientos saludables y trastornos alimentarios*. Ediciones Morata, S. L. https://www.google.com.pe/books/edition/Psicolog%C3%ADa_de_la_alimentaci%C3%B3n/P7iMuHWOwF4C?hl=es&gbpv=1
- Oyarce, K., Valladares, M., Vega, R., y Obregón, A. (2016). *Conducta alimentaria en niños / Eating behavior in children*. Revista Nutrición Hospitalaria, 33(6), 1352–1359. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112016000600032
- OMS (2007). *Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos*. Editorial de la OMS., 20 Avenue Appia, 1211 Ginebra 27, Suiza. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/43634/9789243594637_spa.pdf
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) (2010). *El estado de la inseguridad alimentaria en el mundo 2010*. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. <https://www.fao.org/4/i1683s/i1683s.pdf>
- Obando y Castellanos (2021). *Gráficos estadísticos: guía práctica para estadística descriptiva*. Colombia. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/d52d064c-1eed-4ec3-a051-1962fbd5bff6/content>
- Posada, G (2016). *Elementos básicos de estadística descriptiva para el análisis de datos*. Fondo Editorial Luis Amigo-- Medellín: Funlam. https://www.funlam.edu.co/uploads/fondoeditorial/120_Ebook-elementos_basicos.pdf
- PROFA (2021). *Alimentación Saludable. Guía práctica. Sistema de atención integral a la salud*. Universidad Veracruzana. Recuperado de: <https://www.uv.mx/saisuv/files/2021/01/Guia-alimentacion-como-estilo-de-vida-saludable-1.pdf>
- Real Academia Española (2006). *Diccionario esencial de la lengua española*. Recuperado de: <https://www.rae.es/desen/h%C3%A1bito>

- Retamozo, A (2021). *Preservación y conservación de alimentos*. [Tesis para obtener el grado de licenciatura, UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN, Lima, Perú]
Repositorio Une: <https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/24ab2206-f061-4496-a4e6-b0a2a4a3f1cc/content>
- Requena, B. (2015). *Estadísticas aplicadas a la educación*. Recuperado de: https://estadisticaaplicadaaedu.blogspot.com/2020/09/que-son-las-tablas-de-frecuencia-no.html?utm_source=chatgpt.com
- Vygotsky, L. S. (1930). *Tool and Symbol in Children's Development* (1.^a ed.). Editorial Crítica. https://www.google.com.pe/books/edition/Mind_in_Society/Irq913IEZ1QC?hl=es-419&gbpv=1&dq=The+Development+of+Higher+Psychological+Processes&printsec=frontcover

ANEXOS

Matriz de consistencia

Título: Práctica de hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto - 2025

Autores: Campos Moreno Hilda Flor, Rodríguez Maslucán Patricia de Jesús y Teco Marichin Luz Enith

Línea de investigación: Calidad del aprendizaje / Desarrollo personal de los niños de inicial EIB.

Formulación del problema		Objetivos	Técnica e Instrumentos
Problema general ¿Cuál es el nivel de práctica de hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto - 2025? Problemas específicos • ¿Cuál es el nivel de la calidad nutricional para lograr hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto - 2025? • ¿Cuál es el horario de comida de los hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto - 2025? • ¿Cuál es la conducta alimentaria que practican los niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto - 2025? • ¿Cuál es la influencia familiar en los hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto - 2025?		Objetivo general Determinar el nivel de práctica de hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto - 2025 Objetivos específicos • Describir el nivel de la calidad nutricional para lograr hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025. • Evaluar el horario de comida de los hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025. • Analizar la conducta alimentaria en los niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025. • Definir la influencia familiar de los hábitos alimentarios en niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto – 2025	Técnica Encuesta Instrumentos Cuestionario
Diseño de investigación	Población y Muestra	Variables y Dimensiones	
Tipo de investigación: Básica Diseño: No experimental, descriptivo simple. Enfoque: Cuantitativo.	La población y muestra de esta investigación estará compuesta por 47 niños del II ciclo.	Variable	Dimensiones
		Hábitos alimentarios: Según Gerbotto et al (2020) Los hábitos alimentarios son un conjunto de prácticas que determinan el aspecto en que los seres humanos o clases sociales escogen, preparan e ingieren los alimentos.	D1: Calidad nutricional
			D2: Horario de comida
			D2: Conducta alimentaria
			D4: Influencia familiar

Instrumento de recojo de datos

“CUESTIONARIO DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA”

Buenas tardes, estimado padre o madre de familia:

Las estudiantes del IX ciclo del programa de Educación Inicial EIB de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “Monseñor Elías Ólazar” están realizando el presente cuestionario con el propósito de conocer los hábitos alimentarios de su niño(a). Agradecemos de antemano su valioso tiempo y colaboración.

Instrucciones: Marque con una (✓) la opción que más se acerque a la realidad de su hijo/a.

Dimensiones	Nº	Items	Nunca	A veces	Siempre
D1: Calidad Nutricional	I1	Consumo de alimentos saludables:			
	01	¿Tu hijo/a consume frutas o verdura de tu comunidad?			
	02	¿Tu hijo/a consume cereales tales como arroz, maíz y avena?			
	03	¿Tu hijo/a toma bebidas saludables como jugos o agua?			
	I2	Consumo de alimentos ultraprocesados:			
	04	¿Tu hijo/a consume golosinas (dulces, chocolates, etc.)?			
	05	¿Tu hijo/a toma bebidas como gaseosa o jugos artificiales?			
D2: Horarios de comida	I1	Regularidad de las comidas:			
	06	¿Su hijo/a desayuna antes de asistir al jardín?			
	07	¿Su hijo/a pide comida cuando siente hambre?			
	I2	Cumplimiento de horarios:			
	08	¿Su hijo/a come a la misma hora cada día?			
	09	¿Tu hijo/a consume su almuerzo en el horario establecido por el jardín?			
D3: Conducta alimentaria	I1	Comportamiento durante la comida:			
	10	¿Su hijo/a come sentado/a y permanece tranquilo/a durante la comida?			
	11	¿Tu hijo/a comparte sus alimentos con otros?			
	12	¿Tu niño acepta probar alimentos nuevos o saludables?			
	I2	Autonomía al comer:			
	13	¿Tu hijo/a se lava las manos antes y después de consumir sus alimentos?			
	14	¿Tu hijo/a usa la cuchara de manera adecuada al comer?			
	15	¿Tu hijo(a) te comenta si le gusta o no la comida que preparas en casa o la que recibe del programa Wasi Mikuna?			
D4: Influencia Familia	I1	Participación de los padres:			
	16	¿Tu hijo/a lleva refrigerio saludable al jardín?			
	17	¿Acostumbra a su hijo/a tomar bebidas regionales como masato o chicha?			
	18	¿Tu hijo/a ayuda a cosechar los productos que hay en la chacra y llevarlos a casa?			
	19	¿Su hijo/a participa en la preparación de alimentos?			
	I2	Conversan sobre alimentación:			
	20	¿Tu hijo/a sabe por qué es importante tener una alimentación saludable?			

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

	FORMATO	
	CONSTANCIA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO	
Código: FOR004INV		Versión:01
Fecha de Aprobación: 03-04-2023		Página 1 y 2

INFORMACIÓN DEL ESPECIALISTA:

Nombre y apellidos	Moreno de Gonzáles Zuñiga Melina
DNI	05581244
Profesión	Docente
Especialidad	Ed. Inicial
Grado Académico	Mg. Gestión pública
Cargo que desempeña actualmente	Formadora
Institución donde labora	EESPP “Monseñor Elías Olázar”

Hago constar que he revisado, con fines de validación el instrumento cuestionario, diseñado por las investigadoras: Campos Moreno Hilda Flor, Rodríguez Maslucán Patricia de Jesús y Teco Marichin Luz Enith, y luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

EVALUACIÓN DE RELEVANCIA, SUFICIENCIA, PERTINENCIA Y CLARIDAD DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

DIMENSIONES	Relevancia	Suficiencia	Pertinencia	Claridad
	Si/No	Si/No	Si/No	Si/No
Dimensión 1: Calidad nutricional	1	1	1	1
Dimensión 2: Horarios de comida	1	1	1	1
Dimensión 3: Conducta alimentaria	1	1	1	1
Dimensión 4: Influencia familiar	1	1	1	1
Total	4	4	4	4

Fuente: adaptado de [Escobar y Cuervo \(2008 p. 37\)](#)

Respuesta Sí: marque 1

Respuesta No: marque 0

SUFICIENCIA: El instrumento presenta ítems que pertenecen a una misma dimensión e indicador y son suficientes para obtener la medición de ésta.

CLARIDAD: El instrumento presenta ítems que se comprende fácilmente, es decir su sintáctica y semántica son adecuadas.

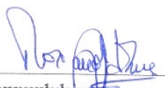
COHERENCIA: El instrumento presenta ítems que tienen una relación lógica con la dimensión e indicador que está midiendo.

RELEVANCIA: El instrumento presenta ítems que son esenciales e importantes, es decir deben ser incluidos.

OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES FINALES:

Motivos por los que se considera adecuada.	El instrumento muestra coherencia entre los indicadores con sus dimensiones apto para aplicar.
Motivos por los que se considera no adecuado.	
Propuestas de mejora (modificación, sustitución o supresión)	

En Yurimaguas, a los 3 días del mes de junio del 2025


.....
Roxarita Melina Moreno Fuller
Mg. Gestión Pública

....
Moreno de Gonzáles Zuñiga Melina

DNI: 05581244

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

	FORMATO	
	CONSTANCIA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO	
Código: FOR004INV		Versión:01
Fecha de Aprobación: 03-04-2023		Página 1 y 2

INFORMACIÓN DEL ESPECIALISTA:

Nombre y apellidos	Melisa Guevara Muñoz
DNI	43365547
Profesión	Docente
Especialidad	Inicial
Grado Académico	Magister
Cargo que desempeña actualmente	Jefe de formación continua
Institución donde labora	EESPP “Monseñor Elías Olázar”

Hago constar que he revisado, con fines de validación el instrumento cuestionario, diseñado por las investigadoras: Campos Moreno Hilda Flor, Rodríguez Maslucán Patricia de Jesús y Teco Marichin Luz Enith, y luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

EVALUACIÓN DE RELEVANCIA, SUFICIENCIA, PERTINENCIA Y CLARIDAD DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

DIMENSIONES	Relevancia	Suficiencia	Pertinencia	Claridad
	Si/No	Si/No	Si/No	Si/No
Dimensión 1: Calidad nutricional	1	1	1	1
Dimensión 2: Horarios de comida	1	1	1	1
Dimensión 3: Conducta alimentaria	1	1	1	1
Dimensión 4: Influencia familiar	1	1	1	1
Total	4	4	4	4

Fuente: adaptado de [Escobar y Cuervo \(2008 p. 37\)](#)

Respuesta Sí: marque 1

Respuesta No: marque 0

SUFICIENCIA: El instrumento presenta ítems que pertenecen a una misma dimensión e indicador y son suficientes para obtener la medición de ésta.

CLARIDAD: El instrumento presenta ítems que se comprende fácilmente, es decir su sintáctica y semántica son adecuadas.

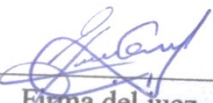
COHERENCIA: El instrumento presenta ítems que tienen una relación lógica con la dimensión e indicador que está midiendo.

RELEVANCIA: El instrumento presenta ítems que son esenciales e importantes, es decir deben ser incluidos.

OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES FINALES:

Motivos por los que se considera adecuada.	Presenta coherencia interna
Motivos por los que se considera no adecuado.	
Propuestas de mejora (modificación, sustitución o supresión)	

En Yurimaguas, a los 6 días del mes de junio del 2025



Firma del juez

Mg. Melisa Guevara Muñoz
DNI: 05581244

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

	FORMATO	
	CONSTANCIA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO	
Código: FOR004INV		Versión:01
Fecha de Aprobación: 03-04-2023		Página 1 y 2

INFORMACIÓN DEL ESPECIALISTA:

Nombre y apellidos	Nelly Rosana Ruiz Tapullima
DNI	40050691
Profesión	Docente
Especialidad	Educación Inicial
Grado Académico	Maestría
Cargo que desempeña actualmente	Directora
Institución donde labora	211 – Buena Vista

Hago constar que he revisado, con fines de validación el instrumento cuestionario, diseñado por las investigadoras: Campos Moreno Hilda Flor, Rodríguez Maslucán Patricia de Jesús y Teco Marichin Luz Enith, y luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

EVALUACIÓN DE RELEVANCIA, SUFICIENCIA, PERTINENCIA Y CLARIDAD DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

DIMENSIONES	Relevancia	Suficiencia	Pertinencia	Claridad
	Si/No	Si/No	Si/No	Si/No
Dimensión 1: Calidad nutricional	1	1	1	1
Dimensión 2: Horarios de comida	1	1	1	1
Dimensión 3: Conducta alimentaria	1	1	1	1
Dimensión 4: Influencia familiar	1	1	1	1
Total	4	4	4	4

Fuente: adaptado de [Escobar y Cuervo \(2008 p. 37\)](#)

Respuesta Sí: marque 1

Respuesta No: marque 0

SUFICIENCIA: El instrumento presenta ítems que pertenecen a una misma dimensión e indicador y son suficientes para obtener la medición de ésta.

CLARIDAD: El instrumento presenta ítems que se comprende fácilmente, es decir su sintáctica y semántica son adecuadas.

COHERENCIA: El instrumento presenta ítems que tienen una relación lógica con la dimensión e indicador que está midiendo.

RELEVANCIA: El instrumento presenta ítems que son esenciales e importantes, es decir deben ser incluidos.

OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES FINALES:

Motivos por los que se considera adecuada.	Guarda relación en cuanto a suficiencia, claridad, coherencia y relevancia. Por lo tanto, es aplicable.
Motivos por los que se considera no adecuado.	
Propuestas de mejora (modificación, sustitución o supresión)	

En Yurimaguas, a los 6 días del mes de junio del 2025



Firma del juez

Mg. Nelly Rosana Ruiz Tapullima

DNI: 05581244

Constancia de autorización donde se ejecutó la investigación

“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”

Yurimaguas 26 de junio del 2025

HILDA FLOR CAMPOS MORENO
PATRICIA DE JESÚS RODRÍGUEZ MASLUCÁN
LUZ ENITH TECO MARICHIN
ESTUDIANTES DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL
BILINGÜE DE LA EESPP MONS. ELÍAS OLÁZAR YURIMAGUAS

Presente. -

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a ustedes para saludarlos muy cordialmente como Directora de la IE N° 62027 Balsapuerto, para dar respuesta a su solicitud de autorización para ejecutar proyecto de investigación.

En tal sentido, se le comunica que cuentan con la aprobación y el permiso para llevar a cabo su Proyecto de Investigación titulado **PRÁCTICA DE HÁBITOS ALIMENTARIOS EN NIÑOS DEL II CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N°62027, BALSAPUERTO - 2025**, por lo que nuestra institución le brindará las facilidades necesarias al fin de que cumpla con responsabilidad su estudio.

Aprovecho para expresarle mi consideración y estima personal.

The image shows a handwritten signature in purple ink on the left and an official blue circular stamp on the right. The stamp contains the text "INST. EDUC. PUB. N° 62027" around the top edge, "DIRECCIÓN" in the center, and "BALSAPUERTO" around the bottom edge.

Prof. Zenith Muñoz Valles
Directora

AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARA PUBLICAR SU IDENTIDAD EN LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

Datos generales:

Nombre de la institución educativa	IEP n°62027 Balsapuerto	
Código modular	0265058	
Nombre del titular o representante legal		
Nombres y apellidos		DNI
Zenith Muñoz Valles		05628844

Consentimiento:

De conformidad con lo establecido en el reglamento de investigación a través del código de ética en investigación de la EESPP Monseñor Elías Olázar (*), autorizo (☒), no autorizo (☐) publicar la **IDENTIDAD DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**, en el cual se llevó a cabo la investigación:

Título de la investigación	
Práctica de hábitos alimentarios en los niños del II ciclo de la Institución Educativa N°62027, Balsapuerto - 2025	
Autor(es)	DNI
- Hilda Flor Campos Moreno - Patricia de Jesús Rodríguez Maslucán - Luz Enith Teco Marichin	74898169 76009960 74484593
Especialidad	Educación Inicial Intercultural Bilingüe

En caso de autorizarse, soy consciente que la investigación será alojada en el Repositorio Institucional de la EESPP Monseñor Elías Olázar, la misma que será de acceso abierto para los usuarios y podrá ser referenciada en futuras investigaciones. Dejando en claro que los derechos de propiedad intelectual corresponden exclusivamente a los autores de la investigación.

Yurimaguas, 26 de julio de 2025.



Prof. Zenith Muñoz Valles
Directora

(*) Reglamento de Investigación (Título V: Propiedad intelectual) de la EESPP Monseñor Elías Olázar, Artículo 27, literal “d”, para difundir o publicar los resultados de un trabajo de investigación es necesario mantener bajo anonimato el nombre de la institución educativa donde se llevó a cabo el estudio, salvo el caso en que haya un acuerdo formal con el director para que se difunda la identidad.

Bases de datos estadísticos

Nº	DIMENSIÓN 1					DIMENSIÓN 2				DIMENSIÓN 3							DIMENSIÓN 4				Total
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	
Est. 1	1	3	2	3	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	3	2	2	1	45
Est. 2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	3	2	3	1	1	3	2	2	1	43
Est. 3	1	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	1	1	3	2	2	1	43
Est. 4	3	2	2	3	1	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	38
Est. 5	1	2	1	1	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	34
Est. 6	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	3	1	41
Est. 7	1	2	1	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	3	1	39
Est. 8	2	2	3	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1	3	2	1	1	38
Est. 9	2	3	3	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1	3	2	1	1	39
Est. 10	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	3	1	1	1	40
Est. 11	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	3	1	1	1	35
Est. 12	3	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	29
Est. 13	3	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	29
Est. 14	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	29
Est. 15	3	3	1	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	3	3	3	40
Est. 16	3	3	3	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	36
Est. 17	3	3	1	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	34
Est. 18	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	1	49
Est. 19	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	39
Est. 20	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	39
Est. 21	3	3	3	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	36
Est. 22	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	3	2	3	1	46
Est. 23	1	2	1	1	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	1	35
Est. 24	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	3	1	40
Est. 25	3	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	29

Est. 26	3	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	3	1	31	
Est. 27	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	2	1	1	28	
Est. 28	3	3	1	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	34	
Est. 29	3	3	1	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	1	1	3	36	
Est. 30	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	3	2	2	1	45	
Est. 31	2	1	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	3	2	2	1	44	
Est.32	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	3	2	2	3	47	
Est. 33	3	2	2	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	39	
Est. 34	3	2	1	1	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	3	1	2	1	1	34	
Est. 35	3	1	1	3	1	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	3	1	1	1	3	35	
Est. 36	3	1	2	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	3	1	36	
Est. 37	2	2	3	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	3	2	2	3	1	41	
Est. 38	2	2	3	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	3	1	2	1	1	38	
Est. 39	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	5	1	2	1	1	39	
Est.40	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	3	1	40	
Est. 41	2	1	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	1	2	3	1	41	
Est. 42	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	3	1	47	
Est. 43	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	1	2	3	1	46	
Est. 44	3	1	1	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	3	1	34	
Est. 45	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2	2	1	2	2	1	3	1	3	3	1	42	
Est.46	3	2	2	1	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	3	2	3	1	1	37	
Est. 47	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	3	1	1	28	
VAR	0.5 1	0.4 3	0.4 2	0.6 6	0.2 3	0.71	0.5 6	0.28	0.5 8	0.36	0.37	0.73	0.1 1	0.4 6	0.2 3	0.9 4	0.7 3	0.4 9	0.7 5	0.3 2	VAR TOTAL	29.49 9
Σ VAR	9.8066605																					

Alfa de Cronbach

$\alpha =$

0.70

Muy
confiable

K: El número de ítems
 S_i^2 : Sumatoria de Varianzas de los Items
 S_T^2 : Varianza de la suma de los Items
 α : Coeficiente de Alfa de Cronbach

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

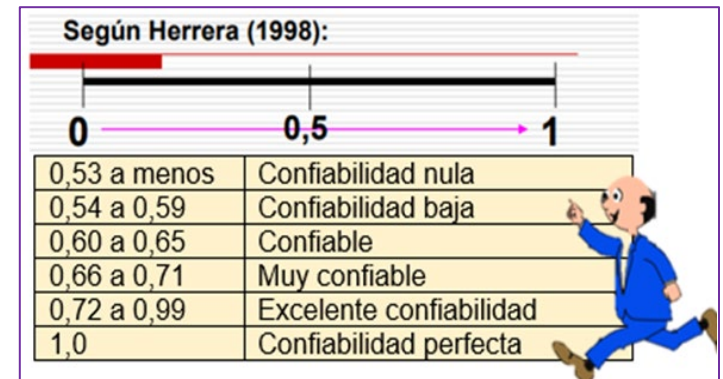
$$\alpha = \frac{20}{20-1} \left[1 - \frac{9.806}{20.49} \right]$$

$$\alpha = 1.05 [0.69]$$

$$\alpha = 0.70$$

Alfa de Cronbach = 0.70

“Muy confiable”



Cálculo de la validez del instrumento

Validez de criterio

Jueces	C1	C2	C3	C4	TOTAL
J1	4.8	4.8	4.8	4.8	19.2
J2	4.5	4.5	4.5	3.3	16.6
J3	4.3	4.4	4.2	4.35	17.2
VAR	0.07	0.05	0.1058	0.63583	VAR TOTAL
SUMA VAR	0.85				
					1.85333333

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

K: El número de ítems
 $\sum S_i^2$: Sumatoria de Varianzas de los Items
 S_T^2 : Varianza de la suma de los Items
 α : Coeficiente de Alfa de Cronbach

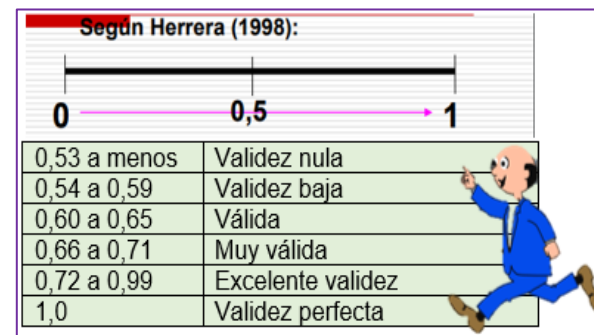
$$\alpha = \frac{20}{20-1} \left[1 - \frac{0.85}{1.85} \right]$$

$$\alpha = 1.05 [0.459]$$

$$\alpha = 0.72$$

$$\alpha = 0.72$$

Excelente validez



Validez de contenido

Jueces	Criterios				Promedio de jueces
	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	
Juez 01	4.8	4.8	4.8	4.8	4.8
Juez 02	4.5	4.5	4.5	3.3	4.2
Juez 03	4.3	4.4	4.2	4.35	4.3
Promedio total					4.4

“Conociendo el porcentaje”

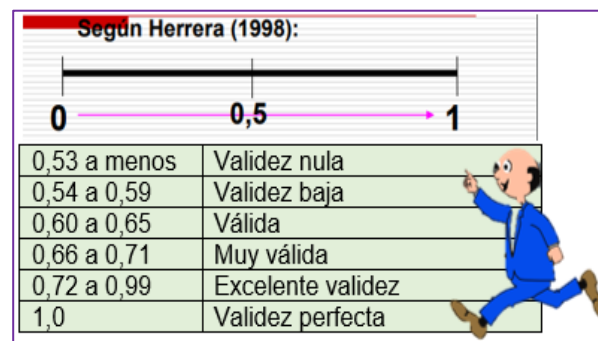
5  100%

4.4  X

$$X = \frac{4.4 \cdot 100\%}{5}$$

X = 88 %

“Excelente validez de contenido”



Cálculo de la confiabilidad del instrumento

Nº	DIMENSIÓN 1 CALIDAD NUTRICIONAL						DIMENSIÓN 2 HORARIO DE COMIDA					DIMENSIÓN 3 CONDUCTA ALIMENTARIA							DIMENSIÓN 4 INFLUENCIA FAMILIAR						Total
	P1	P2	P3	P4	P5	Prom	P6	P7	P8	P9	Prom.	P10	P11	P12	P13	P14	P15	Prom	P16	P17	P18	P19	P20	Prom	
Est. 1	1	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	2	2	1	2	3
Est. 2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	1	2	1	3	2	2	1	2	2
Est. 3	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	2	2	1	2	2
Est. 4	3	2	2	3	1	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2
Est. 5	1	2	1	1	2	1	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2
Est. 6	3	2	2	3	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	3	3	1	2	2
Est. 7	1	2	1	3	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	3	3	1	3	2
Est. 8	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	1	1	2	2
Est. 9	2	3	3	3	2	3	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	1	1	2	2
Est. 10	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	3	1	1	1	1	2
Est. 11	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	3	1	1	1	1	2
Est. 12	3	1	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1
Est. 13	3	1	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1
Est. 14	3	3	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1
Est. 15	3	3	1	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	2
Est. 16	3	3	3	3	1	3	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	2
Est. 17	3	3	1	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	2
Est. 18	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	1	3	2
Est. 19	3	2	2	3	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2
Est. 20	3	2	2	3	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2
Est. 21	3	3	3	3	1	3	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	2
Est. 22	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	2	3	1	2	2
Est. 23	1	2	1	1	2	1	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	1	2	2
Est. 24	3	2	2	3	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3	1	2	2

Est. 25	3	1	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1
Est. 26	3	1	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	1	3	1	2	2	2
Est. 27	3	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	2	1	1	2	2	1
Est. 28	3	3	1	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	2	2
Est. 29	3	3	1	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	1	1	3	2	2	2
Est. 30	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	2	2	1	2	2	2
Est. 31	2	1	2	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	2	2	1	2	2	2
Est.32	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	2	2	3	2	2	2
Est. 33	3	2	2	3	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	2
Est. 34	3	2	1	1	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	1	1	2	2	2
Est. 35	3	1	1	3	1	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	1	1	1	3	2	2	2
Est. 36	3	1	2	3	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	3	1	2	2	2
Est. 37	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2
Est. 38	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	3	1	2	1	1	2	2	2
Est. 39	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	5	1	2	1	1	2	2	2
Est.40	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	3	1	2	2	2
Est. 41	2	1	1	2	1	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	1	2	3	1	2	2	2
Est. 42	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	1	3	3	1	2	2	2
Est. 43	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	1	2	3	1	2	2	2
Est. 44	3	1	1	3	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	3	1	1	2	2
Est. 45	3	2	2	3	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	1	3	3	1	2	2	2
Est.46	3	2	2	1	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	3	1	1	2	2	2
Est. 47	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1
VAR	0.51	0.43	0.42	0.6	0.227	0.130	0.71	0.56	0.28	0.58	1.883	0.36	0.37	0.73	0.11	0.46	0.23	1.812	0.94	0.73	0.49	0.75	0.32	1.830	VAR TOTAL	0.084
Σ VAR	13.632																									

Evidencias fotográficas



Reunión con padres de familia para realizar la encuesta con el propósito de recopilar datos sobre los hábitos alimentarios de los niños de II ciclo del nivel inicial en la Institución Educativa 62027-Balsapuerto.



Estudiante investigadora apoyando a una madre de familia en el llenado del cuestionario sobre los hábitos alimentarios de su niño.

Reporte de Similitud



Página 1 de 48 - Portada

Identificador de la entrega: tm:oid::1:3432026253

Hilda Flor Campos Moreno

Tesis descriptiva

Quick Submit

Quick Submit

Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública Monseñor Elías Olázar

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1:3432026253

Fecha de entrega

3 dic 2025, 9:35 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

3 dic 2025, 9:41 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

s_Final-IX-HILDA_FLOR-PATRICIA_DE_JES_S_-LUZ_ENITH_TURNITIN.docx

Tamaño del archivo

307.0 KB

39 páginas

11.519 palabras

62.077 caracteres



Página 1 de 48 - Portada

Identificador de la entrega: tm:oid::1:3432026253

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 6%  Publicaciones
- 8%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Reporte IA



0 % detectado como IA

El porcentaje indica la cantidad de texto calificado en la entrega que probablemente se generó usando IA.

Precaución: Se necesita revisión.

Es esencial comprender los límites de la detección de IA antes de tomar decisiones acerca del trabajo del estudiante. Te alentamos a obtener más información acerca de las funciones de detección de IA de Turnitin antes de usar la herramienta.

Aviso legal

Nuestra evaluación de escritura con IA está diseñada para ayudar a los académicos a identificar texto que podrían haberse preparado mediante una herramienta de IA generativa. Es posible que nuestra evaluación de escritura con IA no siempre sea precisa (existe la posibilidad de que identifique erróneamente redacciones probablemente generadas por humanos como generadas por IA, y redacciones probablemente generadas por IA como generadas por humanos), por lo que no debe usarse como único fundamento para aplicar sanciones a un estudiante. Para determinar si es un caso de deshonestidad académica, se necesita de un escrutinio mayor y el juicio humano, junto con la aplicación de las políticas académicas específicas de la organización.

Preguntas frecuentes

¿Cómo debería interpretar los falsos positivos y el porcentaje de escritura con IA de Turnitin?

El porcentaje que se muestra en el reporte de escritura con IA es la cantidad del texto calificado en la entrega que el modelo de detección de escritura con IA de Turnitin determina se generó probablemente con IA desde un modelo de lenguaje de gran tamaño.

Los falsos positivos (que marcan incorrectamente alertas de texto escrito por humanos como generado con IA) son una posibilidad en los modelos de IA.

Los puntajes de detección de IA inferiores al 20 %, que no aparecen en reportes nuevos, tienen una mayor probabilidad de ser falsos positivos. Para reducir la probabilidad de malinterpretación, no se atribuye ningún puntaje o resaltado y se indican con un asterisco en el reporte (*%).

El porcentaje de escritura con IA no debe ser el único fundamento para determinar si ha ocurrido una mala conducta. El revisor/instructor debería usar el porcentaje como un medio para iniciar una conversación formativa con sus estudiantes o usarlo para examinar el ejercicio entregado según las políticas de la escuela.

¿Qué significa 'texto calificado'?

Nuestro modelo sólo procesa texto calificado en la forma de escritura de formato largo. La escritura de formato largo se refiere a los enunciados individuales en párrafos que constituyen una parte más grande del trabajo escrito, como un ensayo, una disertación, un artículo, etc. El texto calificado que se ha determinado que se generó probablemente con IA se resaltarán en color cian en la entrega.

El texto no calificado, como viñetas, bibliografías comentadas, etc., no se procesará y puede crear disparidad entre los puntos destacados de la entrega y el porcentaje mostrado.

