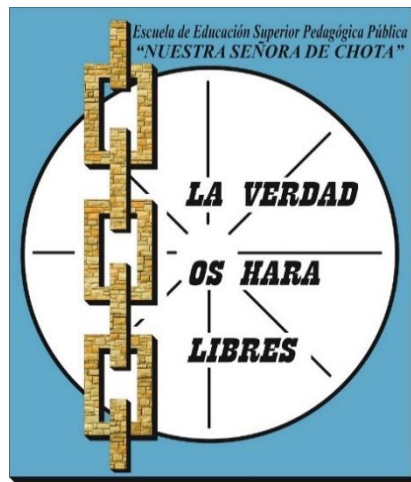


**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“NUESTRA SEÑORA DE CHOTA”**



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

**LA ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS DE TRES AÑOS DE
UNAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE EDUCACIÓN
INICIAL DE LA PROVINCIA HUALGAYOC.**

PARA OPTAR EL GRADO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN

PROGRAMA DE ESTUDIOS: EDUCACIÓN INICIAL

AUTORAS

AGUILAR GALLARDO HILDA (ORCID: 0009-0008-0512-4404)

TARRILLO LUNA SILVIA (ORCID: 0009-0005-4781-070X)

ASESOR

DR. SEGUNDO JOSÉ GÁLVEZ VÁSQUEZ (ORCID: 0009-0002-3882-872X)

CHOTA – JUNIO DE 2025

ÍNDICE

ÍNDICE	ii
RESUMEN.....	iv
ABSTRACT.....	v
INTRODUCCIÓN	vi
1. METODOLOGÍA	7
1.1. Tipo de investigación:	7
1.2. Población de estudio.....	7
1.3. Variable de estudio.....	7
1.4. Técnicas de recolección de datos.....	8
1.4.1. Técnicas de observación.....	8
1.4.2. Entrevista	8
1.5. Instrumentos:	8
1.5.1. Ficha de observación.....	8
1.5.2. Cuestionario.....	8
2. JUSTIFICACIÓN	8
3. OBJETIVOS	10
3.1. Objetivo general	10
3.2. Objetivos específicos.....	10
3.3. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	10
3.4. Preámbulo histórico.....	10
3.5. Planteamiento del problema	12
3.6. Formulación del problema.....	12
3.7. Antecedentes	12
3.7.1. Internacionales	12
3.7.2. Nacionales.....	13
3.7.3. Regionales.....	15
3.7.4. Locales.....	15
4. DESARROLLO DEL TEMA.....	16
4.1. Definiciones.....	16
4.2. Factores	17
4.3. Tipos	18
4.4. Rendimiento académico desde una mirada nutricional.....	18
4.5. La escuela y la familia en su papel educador.....	18
4.6. Importancia.....	19

4.7. Estrategias	19
5. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	20
5.1. Resultados	20
5.3. Desafíos.....	25
CONCLUSIONES	26
REFERENCIAS	27
ANEXOS.....	30

RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado la alimentación de los niños de tres años de unas instituciones educativas de educación inicial de la provincia de Hualgayoc, tuvo como objetivo identificar los niveles y tipos de alimentación de niños de tres años, utilizando la observación y la entrevista cuyos resultados brindados por el puesto de salud de Hualgayoc, indican que; solo el 15% presenta una nutrición adecuada, el 10% muestra signos de desnutrición; un 20% presenta desnutrición crónica y afectan en el crecimiento físico y el crecimiento cognitivo; el 15% presenta desnutrición aguda; el 15% sufre de anemia; solo el 10% tiene una talla acorde a su edad y un 15% presenta un peso saludable, datos que coinciden con el informe del INEI (2023) en el caso de desnutrición a un número de evaluados 1, 140, 079, números de casos 414, 925, en riesgo de desnutrición 36.4 y sobre la anemia el número de evaluados 784, 813 números de casos 178, 690 y riesgo de desnutrición 22.8. En conclusión, en 45% de los niños sufren de desnutrición en sus diferentes tipos, datos que concuerdan con informes nacionales, donde podemos evaluar que el nivel educativo de los padres tiene una influencia importante en el rendimiento escolar de los niños y por otro lado los padres con menos educación pueden tener menos conocimientos sobre la nutrición adecuada y menos habilidades para promover hábitos alimenticios saludables en sus hijos.

Palabras Claves: Alimentación, nutrición y desnutrición.

ABSTRACT

The present research work entitled the feeding of three-year-old children in early childhood education institutions in the province of Hualgayoc, aimed to identify the levels and types of feeding of three-year-old children, using observation and interviews, the results of which were provided by the Hualgayoc health center, indicating that; only 15% have adequate nutrition, 10% show signs of malnutrition; 20% have chronic malnutrition and it affects physical and cognitive growth; 15% have acute malnutrition; 15% suffer from anemia; Only 10% have a height appropriate to their age and 15% have a healthy weight, data that coincide with the INEI report (2023) in the case of malnutrition with a number of those evaluated 1,140,079, number of cases 414,925 and risk of malnutrition 36.4 and on anemia the number of those evaluated 784,813 numbers of cases 178,690 and risk of malnutrition 22.8. In conclusion, 45% of children suffer from malnutrition in its different types, data that agree with national reports, where we can assess that the educational level of parents has an important influence on the school performance of children and on the other hand parents with less education may have less knowledge about proper nutrition and less skills to promote healthy eating habits in their children.

Keywords: Food, nutrition and malnutrition

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación titulado la alimentación de los niños de tres años de unas instituciones educativas de educación inicial de la provincia de Hualgayoc, tuvo como objetivo evaluar los niveles y tipos de alimentación de los niños de tres años de edad que son un total de veintiuno, utilizando instrumentos de recojo de información, cuyos efectos brindados por el puesto de salud de Hualgayoc, muestran que; solo el 15% presenta una nutrición adecuada; el 10% tienen signos de desnutrición; un 20% presenta desnutrición crónica afectando en su crecimiento físico y cognitivo; el 15% presenta desnutrición aguda; un factor que preocupa; el 15% sufre de anemia; solo el 10% tiene una talla acorde a su edad y un 15% presenta un peso saludable, estos datos coinciden con el informe del INEI (2023) en relación con la desnutrición el número de evaluados 1, 140, 079, números de casos 414, 925 y riesgo de desnutrición 36.4 y sobre la anemia el número de evaluados 784, 813 números de casos 178, 690 y riesgo de desnutrición 22.8, donde podemos observar episodios severos de desnutrición.

Estructuralmente comprende seis puntos. En el primero se explica la metodología empleada en el desarrollo; en el segundo las investigadoras justifican el valor del presente; en el tercero se especifica los objetivos; en el cuarto se analiza e interpreta la problemática de la alimentación infantil en sus diferentes dimensiones; en el quinto punto se desarrolla el tema sobre la nutrición; y finalmente se discuten aquellos resultados encontrados sobre la nutrición de los niños.

En conclusión, el 45% de los niños están con una alimentación no nutritiva y eso contribuye en su aprendizaje y por ende influye en su salud, donde podemos darnos cuenta las tendencias y desafíos relacionados con la nutrición infantil, por eso sería necesario evaluar las áreas críticas que requieren atención.

Finalmente, las autoras agradecen al asesor del trabajo a los niños, padres de familia, personal del puesto de salud; ya que a través de este trabajo logramos analizar la realidad en la que los niños se encuentran sobre la alimentación, siendo un tema muy valioso, crucial y enriquecedor.

1.METODOLOGÍA

1.1.Tipo de investigación

Según Gallego et al. (2011) el tipo de trabajo desarrollado corresponde a las investigaciones mixtas porque a través de la combinación de enfoques, se logra mejorar el fenómeno en cuestión. Este enfoque se basa en las fortalezas inherentes a los métodos cuantitativos como cualitativos, enfocándose en sus aspectos positivos en lugar de sus limitaciones. Esto conlleva a una presentación más clara del problema planteado, así como a la identificación de las formas más adecuadas para abordar y teorizar las cuestiones de investigación, en base a una variedad de fuentes y tipos de datos, diversos contextos y ambientes, así como análisis profundos; promueve la creatividad teórica a través de procesos evaluativos, posibilita investigaciones más efectivas y por el respaldo de las inferencias científicas. En última instancia, esto permite una investigación con significados más aproximado.

1.2. Población de estudio

Niños de tres años conformantes de la población de estudio sobre la alimentación en unas instituciones educativas de educación inicial de Hualgayoc.

Tabla 1

Descripción de los estudiantes.

LUGAR	II.EE	VARONES		MUJERES	
		Nº	%	Nª	%
HUALGAYOC	1	2	2%	4	4%
BAMBAMARCA	1	7	7%	8	8%
SUB TOTAL	2	9		12	
TOTAL			21		100 %

Fuente: Nóminas de matrícula 2023.

1.3. Variable de estudio

La alimentación de los niños de tres de unas Instituciones Educativas de educación inicial de la provincia de Hualgayoc.

1.4. Técnicas de recolección de datos

1.4.1. Técnicas de Observación

Según Zapata (2006) los métodos de observación son los procesos utilizados por los investigadores para presentar directamente el fenómeno que ha investigado sin acción sin modificar y no realiza ningún tipo de cambio que permita la manipulación.

1.4.2. Entrevista

Según Galan (2009) la entrevista se refiere a la capacidad de recopilar información mediante la obtención de datos verbales por parte de los individuos entrevistados. Esta técnica implica formular preguntas específicas con el propósito de adquirir información relacionada con un tema de investigación determinado.

1.5. Instrumentos

Ibarra et al. (2011) los instrumentos de evaluación son herramientas prácticas y físicas utilizadas para evaluar el aprendizaje. Se utiliza para organizar auditores para evaluar los diversos aspectos.

1.5.1. Ficha de Observación

Hernández et al. (1996) técnicas que consisten en la observación de un fenómeno, hecho o caso, encuentran información y la registran para un análisis posterior. Es el elemento principal de cualquier proceso de investigación; Lo respalda a él y al investigador para recopilar tantos datos como sea posible.

1.5.2. Cuestionario

Bravo et al. (2015) herramienta utilizada para acumular información de una forma integrada, en donde permitirá obtener un registro de las variables de gran importancia en un estudio de investigación.

2. JUSTIFICACIÓN

La alimentación en los niños es una pregunta importante en los primeros años de vida, particularmente en la etapa de edad de tres a cinco años, lo cual es un paso esencial para el desarrollo físico, cognitivo y emocional y absorber hábitos saludables, en esta etapa

es cuando la alimentación juega un papel clave, ya que una nutrición adecuada contribuye al desarrollo óptimo del cerebro, el sistema inmunológico, y el bienestar general del niño. La alimentación del niño comienza en el hogar y los padres tienen una responsabilidad vital y un impacto significativo en los alimentos que consumen. Por lo tanto, estos hábitos no solo deben ser promovidos en el desayuno, almuerzo y cena, sino que también deben abarcar la lonchera que llevará a la institución inicial, lo cual representa un 15 a 20% de su ingesta diaria. Una alimentación balanceada durante la niñez temprana no solo previene problemas nutricionales inmediatos, como la desnutrición o la obesidad, sino que también sienta las bases para prevenir enfermedades crónicas a largo plazo, como enfermedades cardiovasculares. Además, los hábitos alimenticios adquiridos en esta etapa suelen influir en las elecciones alimentarias durante la adolescencia y la adultez, por lo que es crucial entender que factores inciden en el comportamiento alimentario de los niños pequeños.

El Nuevo Patrón de Crecimiento infantil de la OMS (2006) afirma que es probable que los infantes que reciben atención segura desde el comienzo de la vida crezcan hasta alcanzar una estatura y un peso comparables, independientemente del lugar del mundo en el que residan. Las afecciones como desnutrición, sobrepeso, obesidad se vinculan con el crecimiento y se pueden detectar y abordar de manera temprana con este método. Esto justifica que los gobiernos deben crear programas de alimentación que incluyan a las personas más necesitadas para garantizar que todos tengan las mismas oportunidades.

La nutrición adecuada en los primeros años tiene un impacto directo en el rendimiento cognitivo, la capacidad de aprendizaje y el desarrollo emocional. Por lo tanto, un estado del arte permitirá evaluar cómo una dieta balanceada contribuye a un desarrollo académico y social más saludable, lo que a su vez influye en el éxito escolar y un análisis sistemático de la literatura proporcionará una base sólida para desarrollar estrategias de intervención eficaces tanto a nivel familiar como institucional. Esto es particularmente importante en un contexto donde existen desafíos como el acceso limitado a alimentos saludables en algunas regiones, se ha observado publicidad poco saludable y la ignorancia de muchas familias en la dieta infantil, y en las décadas recientes, se percibió transformaciones significativas sobre los hábitos alimenticios para los niños pequeños afectados por la globalización, la urbanización y el estilo de vida modernos.

Dada la importancia del tema, el cual aún no ha sido estudiado en la provincia de Hualgayoc, se ha seleccionado como tema de investigación, ya que predominan en la forma

de vida de los padres y, por ende, en los niños, se observará un aumento de enfermedades gastrointestinales, musculares, óseas, cáncer, diabetes, desnutrición, obesidad, entre otras. El avance del presente trabajo aportará especialmente a los maestros y padres de familia en lo referente a la importancia de la alimentación y cómo esta incide en la adopción de buenos hábitos alimenticios tanto en la institución como en la comunidad.

3.OBJETIVOS

3.1. Objetivo general

Evaluar el estado de alimentación de los niños de tres años de unas Instituciones Educativas de educación inicial de la provincia de Hualgayoc.

3.2.Objetivos específicos

3.2.1. Recoger información sobre el estado nutricional de los niños de tres años de unas Instituciones Educativas de educación inicial de Hualgayoc.

3.2.2. Analizar e interpretar la información recopilada utilizando instrumentos de evaluación sobre la alimentación en los niños de tres años de unas Instituciones Educativas de educación inicial de Hualgayoc.

3.2.3. Elaborar el informe sobre la alimentación en los niños de tres años de unas Instituciones Educativas de educación inicial de Hualgayoc.

3.3. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

3.4. Preámbulo histórico

En tiempos prehistóricos, los primates arbóreos consumían principalmente frutos, plantas, animales vertebrados e invertebrados, insectos, y en algunos periodos salían a cazar animales de tamaño promedio. El análisis del rendimiento dental de los homínidos muestra que su dieta era predominantemente vegetariana.

Entre 1,5 millones de años se desarrollaron herramientas a fin de cazar y comer carne. Se especializan sobre el uso de proteínas de origen animal. Se encontraron huesos fracturados, indicando agotamiento de la médula ósea. El consumo de carne no reemplazó la dieta vegetal, sugiriendo un comportamiento omnívoro. Hace 1,8 millones de años, abandonaron África y mantuvieron una dieta similar a la de sus antepasados, incluso

consumiendo insectos. Su dieta incluía canibalismo. Hace 1,9 millones de años pueden haber comenzado a usar el fuego para cocinar verduras, raíces y carne.

Alimentación de los campesinos. El pan se consideraba un alimento de gran importancia, seguido por el vino. Además, su dieta incluía legumbres como habas, lentejas y garbanzos. En ocasiones festivas, solían consumir ovejas, cerdos, cabras, gallinas. Se restringió el consumo de carne por la caza. En cuanto a los huevos, solía comer de 2 a 4 por semana. Además, su dieta incluía variedad de verduras, como repollo, cebolla, lechuga, etc.

La comida del siglo XX. La producción de alimentos a gran escala comenzó en Occidente y se lograron avances significativos en la comercialización y distribución de alimentos. Nuestra cultura mediterránea está influenciada por los patrones dietéticos anglosajones, especialmente entre los jóvenes y otros grupos demográficos. La prevalencia de la obesidad en la sociedad va en aumento debido abundando distintos alimentos, esto se relaciona con la falta de actividad física asociada al trabajo y las tareas diarias. El ideal estético de la delgadez surge al mismo tiempo, con gran importancia dada al culto al cuerpo y una preferencia por los alimentos con bajo contenido calórico. Aliaga (2017).

Las costumbres nutricionales obtenidas en la niñez se diferencian muy poco en estos años, patrones alimenticios y las pautas de alimentación comienzan a formarse desde las primeras etapas de la vida, desde el comienzo de la incorporación de alimentos complementarios (después de los seis meses) y están arraigados antes de que termine la primera década de la vida, manteniéndose en gran medida hasta la adultez. La familia juega un papel fundamental en la formación de la dieta y el comportamiento alimentario, ya que los niños aprenden de su ejemplo, influyendo en la adopción de estos hábitos es aún más fuerte en los niños más pequeños y cuando la costumbre de comer en familia es frecuente. Durante la etapa preescolar, los niños comienzan a ejercer cierto control sobre sí mismos y su entorno, desarrollando interés por los alimentos, tienen preferencias alimentarias, pueden volverse caprichosos con la comida, presentar poco apetito y mostrar monotonía en sus elecciones; influenciada por factores genéticos, aunque la observación e imitación juegan un papel más significativo. Además, los comedores en centros educativos están cobrando cada vez más relevancia. La asistencia a guarderías o escuelas implica una mayor independencia de los padres y la influencia ejercida por educadores y otros niños en diversas áreas, incluida la alimentación. Mendoza et al., (2019).

3.5.Planteamiento del problema

Una alimentación adecuada juega un papel muy fundamental a garantizar el derecho de los niños, especialmente en la etapa preescolar, a disfrutar del mejor estado posible tanto físico como mental. Sin embargo, más allá de esto, la insuficiente nutrición en todas sus manifestaciones afecta negativamente el desarrollo humano, teniendo repercusiones en el avance económico y social de las naciones. Además, la mala alimentación resulta en desnutrición aguda, crónica, anemia, sobrepeso y obesidad, todos los cuales generan consecuencias significativas.

La OMS ha advertido a nivel mundial de que la obesidad junto con el sobrepeso se está transformando en un factor problemático para la salud pública. Los cambios en la dieta, el aumento en los productos de procesamiento consumidos con elevado contenido de azúcar y grasa, el rápido crecimiento económico, estilo de vida y falta de percepción del tiempo de tiempo percibida son algunas de las muchas causas de estos problemas. OMS (2006).

3.6. Formulación del problema

¿Cuál es el estado de la alimentación de los niños de tres años de unas Instituciones Educativas de educación inicial de la provincia de Hualgayoc?

3.7.Antecedentes

3.7.1.Internacionales

Conde et al. (2020) en su tesis titulada "Influencia de los Hábitos Alimentarios en el Desempeño Académico de los Niños Preescolares de la Escuela de Educación Básica Los Sauces en Ambato, Ecuador". Propusieron demostrar cómo los hábitos alimenticios afectan el progreso del preescolar en las instituciones educativas mencionadas anteriormente. Como conclusiones anota la importancia de aumentar la conciencia de los padres acerca de la verdadera relevancia sobre los alimentos en sus hijos, subrayando su influencia y no verlo como presente o algo que hacer a diario y los niños mantienen realmente diferentes conocimientos y muchos beneficios. Es inevitable recalcar que los niños aprendan los hábitos alimenticios de sus progenitores, así la alimentación tiene un componente educacional, por tanto, los estudiantes requieren de una buena alimentación proporcionada en los hogares, que contribuirá en un buen rendimiento dentro y fuera del aula. Se relaciona con el trabajo porque en ambos se requiere comprender la gran importancia en la alimentación adecuada y balanceada en su desarrollo cognitivo.

Carranza (2020) en su tesis titulada "Influencia de una Alimentación Nutritiva en el Progreso del Aprendizaje de los Niños de Educación Inicial en el Centro Educativo 'Pequeños Pupilos' de la Comunidad de Hualcanga San Luis, Cantón Quero, Provincia de Tungurahua, durante el Año Lectivo 2018". Cuyo propósito fue demostrar la investigación a través de la implementación de una dieta saludable para mejorar el aprendizaje de los niños en el nivel de educación inicial. Las conclusiones anotan que, la investigación se sugirió siguiendo una dieta saludable a fin de potenciar el aprendizaje de los niños en la educación, indican que la mayoría de las familias han analizado la gran importancia de la salud, porque por razones laborales, no pudieron esperar para lidiar con la cantidad de comidas, presentan una alimentación idónea y su desempeño académico es útil para sus habilidades educativas, y está vinculado al trabajo porque ambos casos muestran una comida mediana en las actividades de los niños. Se relaciona con el trabajo porque ambos casos demuestran que la alimentación media sobre lo útil que es el rendimiento de los niños.

Moreno et al. (2017) en su tesis en su tesis denominada "Factores Socioeconómicos que Influyen en el Estado Nutricional de Menores de Cinco Años Atendidos en el Hospital Infantil Napoleón Franco Pareja" Colombia. Cuyo objetivo fue identificar factores económicos y sociales que afectan la situación nutricional de los niños menores de cinco años. Situando a los niños, un 48.05 % con desnutrición crónica en el índice T / E. Del mismo modo, se descubrió que el 56 % de los niños en el hogar tienen menos ingresos en el salario mensual mínimo que enfrenta problemas de desnutrición aguda. Como conclusiones determina como un aumento en el ingreso económico, el riesgo de desnutrición en los niños disminuye. Factores como la lactancia materna y funcional y la situación nutricional son cruciales para la salud de los niños. Se relaciona con el presente trabajo porque coincide con los resultados obtenidos sobre el estado de alimentación de los niños.

3.7.2. Nacionales

Oviedo et al. (2022) en su tesis titulada "Hábitos Alimentarios en Niños en Etapa de Educación Inicial durante la Pandemia COVID-19 en una Institución de Lima", con la participación de 33 niños de 5 años de edad. Se propuso determinar cómo Pandemia Covid-19 afecta los hábitos de los niños en la etapa educativa inicial. Como conclusiones afirma que la herramienta utilizada es el cuestionario Krece Plus. Aquellos hallazgos revelaron que la mayoría de aquellos colaboradores presentaron un nivel elevado de hábitos alimentarios. Además, se constató que esta conclusión estaba influida por los hábitos adoptados por los

padres. Se relaciona con el trabajo porque sugiere activamente involucrar a los padres en la promoción y fomento de hábitos de alimentación saludable.

Abarca et al. (2021) en su investigación, se exploró la concordancia existente entre los hábitos alimenticios y el desempeño académico en el área de Ciencia y Tecnología. Abarcando por muestra de estudio a 26 niños y niñas de la Institución Educativa Inicial N° 345 de San Isidro, Hermilio Valdizan -Leoncio durante el año 2019. Se propuso demostrar la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico. Como conclusiones anota que, se obtiene una correlación directa y de significancia baja ($r = 0.371^{**}$) entre los hábitos alimenticios y también el rendimiento académico académicos entre los hábitos alimenticios en términos generales, así como en relación a una dieta equilibrada y una dieta higiénica, donde se observa que existe una relación positiva: a medida que los hábitos alimenticios saludables aumentan, también lo hace el rendimiento académico, independientemente de si la dieta es adecuada en términos de cantidad. Se relaciona con el presente trabajo porque ambos objetos de estudio muestran la influencia de la alimentación en el rendimiento académico.

Egoavil et al. (2017) a través de su tesis titulada "Hábitos alimentarios, crecimiento y desarrollo de niños de tres a cinco años que asisten a la I.E Mi Futuro - Puente Piedra". Se propuso evaluar hábitos alimenticios relacionados con su crecimiento y desarrollar de niños en edad preescolar en el distrito de Puente Piedra que asiste en una institución. Las conclusiones fueron mostrar que la frecuencia de utilización de carbohidratos y granos varían entre 4 y 6 veces por semana, alcanzando un porcentaje del 79%; el consumo de verduras y frutas también es de cuatro y seis veces por semana (88%); también se debe consumir carne, huevos y pescado fue entre cuatro y seis veces por semana, totalizando 25,71%; y el consumo de lactosa y derivados fue en una frecuencia similar (48%); finalmente, el conjunto de azúcares y grasas se consumía de una a tres veces por semana, con un 54%. Resaltan que los niños mostraron una mayor regularidad en la ingesta de frutas y verduras. Se relaciona con el presente trabajo coincidiendo los porcentajes del estado nutricional según los indicadores utilizados, aunque existe una proporción significativa que presenta inadecuada alimentación.

3.7.3. Regionales

Quispe et al. (2018) en su tesis "Estado nutricional de los niños menores de cinco años beneficiarios del programa Vaso de Leche en el Caserío Pata Pata y Barrio San Martín, ubicados en Cajamarca, Perú en el año 2018". basándose a su investigación, se propuso evaluar la condición nutricional para niños menores de cinco años se ha sugerido al programa Leche Vaso en los sitios mencionados anteriormente. Como conclusiones menciona claramente; en las zonas rurales, hay el 50 % de niños que dependen de la relación entre el peso de acuerdo a su edad, mientras que el 61.5 % tiene desnutrición aguda dependiendo del peso/talla y el 61.5 % talla baja. Por otro lado, en el área urbana, el 84.6 % de los niños tienen un peso natural según la relación entre peso / edad; El 77.5 % parece un peso normal dependiendo del peso / tamaño y el 84.6 % del tamaño normal dependiendo del tamaño / edad. Según estos resultados, se afirma que, en las zonas rurales, la mayoría de los niños están menos nutridos, a diferencia del área urbana, donde la mayoría de los niños mantienen cierta condición de nutrición saludable. Se relaciona con el trabajo porque describe el porcentaje de su estado nutricional de los niños.

Angeles (2018) considerando su estudio de posgrado, exploró la "Cultura de las familias frente al consumo de micronutrientes para prevenir la anemia ferropénica en niños menores de tres años" en la Micro Red Encañada, Cajamarca., donde se propuso demostrar la comprensión en la práctica cultural de las familias involucradas en microorganismos para prevenir la anemia de hierro. Sus conclusiones se detallan que las madres aumentarán sus hijos y su trabajo doméstico, mientras que la esposa es responsable del gasto familiar, con respecto a los hábitos alimenticios y se observa una combinación inadecuada de alimentos debido a la escasez de estos recursos, también se detecta la creencia errónea de que consumir frutas puede dañar sus dientes. Estos factores contribuyen en conjunto a una dieta deficiente. Se relación con el presente trabajo porque en ambos se exige analizar estado de anemia del objeto de estudio y así actuar en el mismo, garantizando la validez y confiabilidad del trabajo.

3.7.4. Locales

García (2021) realizó una investigación acerca de los "Factores demográficos, sociales y económicos de la madre en relación al estado nutricional de niños menores de cinco años beneficiarios del centro estudiantil compasión - CDSP N° 382 – Chota 2020".

Cuyo propósito fue determinar la relación entre los factores demográficos, económicos y sociales de las madres y la situación alimentaria para niños menores de cinco años. Como conclusiones anota hallazgos obtenidos del indicador de peso indican que el 69 % de los niños muestran una condición nutricional en lo que es normal, mientras que el 26 % tiene un peso bajo. Con respecto al tamaño, el 70 % de los niños han demostrado el estado de la nutrición normal, mientras que el 5 % destaca la desnutrición global. Del mismo modo, en términos de edad, se nota que el 68 % de los niños con condición nutricional normal, el 26 % muestra una talla baja y el 6 % muestra una talla baja severa. Se relaciona con el presente trabajo porque ambos objetos de estudio muestran el balance de cómo está su estado nutricional de cada uno de los niños, garantizando la viabilidad del trabajo.

Suarez et al. (2020) en su investigación titulada "Programa social Vaso de Leche y su impacto en el estado nutricional de los niños menores de 36 meses en Bambamarca – Cajamarca". Propuso determinar la influencia de la ración proporcionadas adoptando un enfoque descriptivo y correlacional de corte transversal. Las conclusiones obtenidas revelaron que, de los 10 niños estudiados, el 41,8% presentó una estatura por debajo de los valores considerados normales, mientras que el 32% mantuvo un estado nutricional dentro de lo considerado normal. Además, se ha determinado que el 11.5 % de los niños tienen sobrepeso, el 7.4 % de la desnutrición global y el 7.4 % muestran un aumento de peso. Se relaciona con el presente trabajo porque coincide ambos sobre su estado de alimentación garantizando la confiabilidad del trabajo.

4. DESARROLLO DEL TEMA.

4.1. Definiciones

La alimentación en cada persona consiste en satisfacer sus necesidades nutricionales en diferentes etapas de la vida y las dificultades de salud que puede presentar. Este método se puede aplicar a su dieta diaria y servir como base si se presentan síntomas relacionados con la enfermedad o el tratamiento, se deben consultar las recomendaciones dietéticas específicas. Las necesidades nutricionales difieren según la edad, el sexo, la altura, el grado de actividad física, la condición de salud y la presencia de la enfermedad de cada persona. A fin de preservar una salud adecuada además evitar enfermedades, se debe aplicar un estilo de vida sana, que incluya una dieta equilibrada, actividad física regular. En la etapa preescolar, es fundamental promover la formación de hábitos alimenticios saludables en los niños, ya que estos hábitos pueden influir en el riesgo de enfermedades durante su ciclo de

vida. Sin embargo, existen factores que pueden alterar las conductas alimentarias y las necesidades nutricionales en los niños. Por un lado, la desnutrición puede debilitar la inmunidad, aumentar la susceptibilidad a padecer enfermedades, afecta al crecimiento físico y mental además disminuye la eficiencia. La nutrición completa durante los primeros dos años de vida favorece un crecimiento sano y el progreso cognitivo. Además, reduce la capacidad de desarrollar aumento de peso, obesidad y enfermedades crónicas en el futuro. Abadeano et al., (2019).

4.2. Factores

Los problemas nutricionales más importantes se prueban en la era del jardín de infantes a través del índice de alimentos saludables. Esto indica que alrededor del 75 % del jardín de infantes requiere una mejor salud alimentaria. La deficiencia más común es la deficiencia de hierro, lo que conduce a condiciones como la anemia, el desarrollo físico inapropiado y el retraso en la edad adulta y el lenguaje. La falta de consumo de fibra y fluidos puede causar problemas de estreñimiento. Las instrucciones propuestas para la cantidad diaria de fibra se calculan a la edad del niño. Para los suministros de efectivo, la escuela previa consumirá aproximadamente 1200 ml por día, mientras que los adolescentes deben apuntar a 2200 ml. Es importante enfatizar que consumir muchos postres y bocadillos puede contribuir al desarrollo de caries dental, en algunas áreas, incluido nuestro país, la deficiencia de vitamina A parece ser una de las vitaminas más prominentes en las vitaminas. Este enfoque está asociado al modelo de promoción de la salud que se estableció en 2010. Un factor crucial y más relevante que impacta directamente al crecimiento saludable además al desarrollo mental de los niños es el alimento. Los niños pueden tener una vida más saludable si desde pequeños se les enseñan buenos hábitos alimenticios en casa y en la escuela.

Asimismo, los siguientes efectos de la desnutrición infantil son los principales: La razón de la desnutrición es la contribución incompleta de los nutrientes que el cuerpo requiere a fin de funcionar adecuadamente, lo que conduce a la pérdida de niños y no tiene la capacidad de defender la necesidad de protegerse de otras enfermedades. Debido a la falta de interés en los niños o su energía en las actividades propuestas, esto puede tener un impacto en los logros de los estudiantes. Por lo tanto, hay otro resultado de la dieta poco saludable que es la obesidad, que se desarrolla cuando consume demasiado o constantemente para consumir alimentos con dióxido de carbono, azúcar y grasas de alta grasa. Esto puede conducir a la muerte. Albornoz et al., (2018)

4.3. Tipos

Es entender que nuestra alimentación ha sido y es la forjadora de nuestra sociedad, pues en torno a ella se ha podido fortalecer lazos fraternales y amorosos, e inclusive ha permitido la supervivencia de nuestras civilizaciones; nos ha otorgado la posibilidad de construir lo que ahora podemos gozar, en infraestructura, avances tecnológicos, psicológicos, educativos, etc. En otras palabras, nos ha regalado autonomía y encaminarnos hacia nuestros objetivos.

No obstante, la alimentación está muy diferenciada por cada sociedad en nuestros días, y es debido principalmente por controles climáticos, de índole económico-social, religiosos y/u horarios de consumo; por ejemplo, en nuestro departamento por influencias incaicas, españolas y de asuntos de oportunidades otorgadas por nuestros gobiernos, nos hemos visto consumidores de productos y animales de fácil cultivo y crianza: papa, ovinos, etc. que hace que nuestra ingesta alimenticia sea en muchas zonas limitadas; en contraste de otras culturas de nuestro país o el mundo, con esto queremos dejar sentado de las diferencias, no solo en sociedades muy desiguales, sino también en zonas que nos hermanan, por ejemplo, la selva donde muchas veces se come animales o productos que nos pueden ser muy raras, e incluso, desagradables, pero de alto valor nutricional. Lillo et al., (2002).

4.4. Rendimiento académico desde una mirada nutricional

En torno al tema puede haber muchas discrepancias, sin embargo, el rendimiento académico se resume o se finiquita en poder alcanzar una meta y llevar a cabo con total soltura o facilidad tareas que es el producto del aprovechar los estudios previamente impartidos. Hay muchos elementos que se envuelven en el rendimiento académico, pasando por los que están sujetos a la institución educativa, las habilidades que tiene que presentar el docente, de individualidades de los educandos, sin embargo, estas están impulsadas básicamente por el normal funcionamiento del organismo, es decir del factor fisiológico, inmerso en la buena nutrición. Bricklin et al., (1988).

4.5. La escuela y la familia en su papel educador

Según Razeto (2016) es imperativo, que la escuela y la familia estén unidas en la educación de los menores; desde una mirada de forma de pensar de cada de una de las partes y convergencia hacia objetivos en común; es decir, si se tiene divergencias, el profesional

educador está llamado a buscar estrategias que puedan unirlos, con el cambio de forma de pensar basado en evidencias. Por su puesto, el docente es un agente de cambio que busca también acceder y apoyar propuestas que salgan de los padres de familia. Todo lo que hacemos o no hacemos, nuestros hijos aprenderán esto debido a una imitación estricta, por tanto, si vemos padres y docentes responsables en la alimentación y, por su puesto, en planes, programas o proyectos que se planteen; somos el modelo de ello y absorberán todo lo que les demos, incluido hábitos que consideramos adecuados por influencias externas a nuestro hogar, de ahí nace el cuidado ante lo que se proyecte en el presente y futuro.

4.6. Importancia

Una forma de vida saludable es aquella que maximiza la eficiencia en la vida de un individuo, elimina las enfermedades donde contribuye a su bienestar, mental, físico y social presente y futuro. Para lograrlo, es importante tener una dieta saludable. Una dieta adecuada exige consumir la cantidad adecuada de alimentos para apoyar el mantenimiento de la función, el crecimiento y el desarrollo de los órganos. La falta de nutrientes suficientes causa problemas nutricionales, anemia y hace que se prueben otros nutrientes excesivos a partir de enfermedades degenerativas crónicas como la diabetes, hipertensión arterial y enfermedad cardiovascular. Este aspecto es muy importante en la sociedad debido a la difusión de la psiquiatría excesiva, como la bulimia y Anorexia, problemas desnutridos y problemas asociados a ellas. Algunos factores que se deben tomar en cuenta en el manejo de la nutrición de su hijo y comenzar con la educación infantil debe ser de una manera variada, sana, equilibrada, nutritiva, apetecible, divertida y educativa. Andalucía (2011).

4.7. Estrategias

A los estudiantes se les debe enseñar la importancia de la nutrición desde una edad temprana para mantener una buena salud y un desarrollo emocional y psicosocial. En la etapa de educación infantil, los maestros deben abordar la educación alimentaria desde diferentes áreas del plan de estudios. Los hábitos alimenticios desarrollados por los alimentos de la educación anterior tienen un impacto en el comportamiento de comer las siguientes generaciones, señalando que la educación debe considerarse como un instrumento importante para prevenir los trastornos alimentarios.

Los buenos hábitos alimentarios contribuyen positivamente al crecimiento y desarrollo del organismo y mejoran el crecimiento físico además mental de los niños

manteniendo una buena salud desde la primera infancia. Por lo tanto, obtener la nutrición adecuada a lo largo de esta etapa es crucial ya que el cuerpo del niño está en constante desarrollo y cambio para la óptima capacidad de aprendizaje, la comunicación, el pensamiento, la habilidad social y el adecuado desarrollo de nuevos entornos, personas y capacidades psíquicas. esencial para la buena salud de un niño. Andalucía (2011)

5. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. Resultados.

Los resultados se determinan de la siguiente manera, de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadísticas e Información (INEI), correspondiente a 2023, como parte de la nutrición de niños menores de cinco años en Perú, existen los siguientes indicadores: la desnutrición crónica, que afecta 11.5 % de niños menores de cinco años. Esta situación es más común en las zonas rurales (20.3%) en contraste a la ciudad (8.1%). Aquellos departamentos tienen indicadores más altos, incluidos Huancavelica (26.1%), por consiguiente, Loreto (21.7%), en cuanto a Amazonas (19.9%). A nivel nacional. La desnutrición aguda afecta el 1.8% de aquellos niños menores de cinco años. Este índice muestra la tendencia de desarrollo en los últimos años. Un 25.7% de los niños menores de tres años presentan anemia. Tasas más altas en áreas rurales (30.1%) en comparación con las áreas urbanas (22.3%). El conjunto tiene una tasa más alta: Puno (45.2%), Ucayali (39.8%) y Madre de Dios (38.5%). Peso excesivo y obesidad: un 7,7% de los niños menores de tres años actualmente presentan sobrepeso (sobrepeso y obesidad). Este índice muestra la tendencia de desarrollo en los últimos años. Según los controles demográficos y familiares de salud (finalización) desde 2023, el 13.0% de los niños menores de tres personas en Perú son desnutrición crónica, medidas a un tamaño bajo para la edad. Este problema ocurre con mayor frecuencia en las zonas rurales (20.3%) en comparación con la ciudad (8.1%). Aquellos departamentos tienen indicadores más altos, incluidos Huancavelica al (26.1%), en cuanto a Loreto un (21.7%), por consiguiente, Amazonas al (19.9%). Según organizaciones y aplicaciones nacionales, la fortaleza de la dieta del niño en Perú en 2023 y las siguientes características: esta edad es popular en las zonas rurales (20.3%) en comparación con la ciudad (8.1%). Incluye partes más altas que Huancavelica (1/7%), Loreto (21.7%) y Amazonas (19.9%).

A continuación, tablas publicadas por el MINSA en el año 2023.

Tabla 2*Información sobre desnutrición*

Tabla 8.2		Grafico 8.2	
Proporción de riesgos de desnutrición crónica (OMS) en niños menores de cinco años que acuden a los establecimientos de salud		Proporción de riesgos de desnutrición crónica (OMS) en niños menores de cinco años que acuden a los establecimientos de salud	
Diresa/Geres/Diris	Nº de Evaluados	Nº de Casos	Riesgo DC%
Amazonas	26, 251	14, 667	45. 5
Ancash	40, 991	17, 615	43. 0
Apurimac	20, 807	9, 996	48. 0
Arequipa	44, 569	12, 097	27. 1
Ayacucho	34, 406	16, 452	47. 8
Cajamarca	75, 932	38, 153	50. 2
Callao	27, 006	6, 786	25. 1
Cusco	56, 224	23, 097	41. 1
Huancavelica	19, 758	10, 848	54. 9
Huánuco	40, 655	17, 524	43. 1
Ica	36, 026	9, 452	26. 2
Junín	41, 131	17, 545	42. 7
La Libertad	61, 680	22, 130	35. 9
Lambayeque	43, 019	14, 783	34. 4
Lima	43, 071	10, 322	24. 0
Lima Diris Centro	38, 483	8, 984	23. 3
Lima Diris Este	58, 873	12, 627	21. 4
Lima Diris Norte	52, 891	12, 762	24. 1
Lima Diris Sur	48, 842	14, 532	29. 8
Loreto	61, 016	29, 077	47. 7
Madre De Dios	10, 577	2, 858	27. 0
Moquegua	6, 081	1, 290	21. 2
Pasco	13, 270	5, 663	42. 7
Piura	87, 491	34, 586	39. 5
Puno	42, 959	16, 445	38. 3
San Martin	55, 679	19, 694	35. 4
Tacna	9, 755	1, 687	17. 3
Tumbes	9, 890	2, 761	27.9
Ucayali	26, 746	10, 492	39. 2
Perú	1, 140,079	414, 925	36. 4

Fuente: Ministerio de Salud / Vice Ministerio de Salud Pública / Oficina General de Tecnologías de la Información / HIS Instituto Nacional de Salud / Centro Nacional de Alimentación, Nutrición y Vida Saludable / Subdirección de Vigilancia Alimentaria y Nutricional/Sistema de Información del Estado Nutricional.

Tabla 3*Información sobre anemia*

Tabla 8.2		Grafico 8.2	
Proporción de anemia (OMS) en niños menores de cinco años que acuden a los establecimientos de salud		Proporción de anemia (OMS) en niños menores de cinco años que acuden a los establecimientos de salud	
Diresa/Geresa/Diris	Nº de Evaluados	Nº de Casos	Riesgo DC%
Amazonas	20,956	3,472	16.6
Ancash	37,593	11,738	31.2
Apurimac	17,876	3,684	20.6
Arequipa	25,893	6,218	24.0
Ayacucho	30,545	6,796	22.2
Cajamarca	56,727	10,664	18.8
Callao	20,287	3,269	16.1
Cusco	39,414	11,423	29.0
Huancavelica	15,868	4,866	30.7
Huánuco	28,990	5,654	19.5
Ica	21,099	3,850	18.2
Junín	39,604	11,313	28.6
La Libertad	49,036	10,211	20.8
Lambayeque	24,430	6,400	26.2
Lima	26,480	5,600	21.1
Lima Diris Centro	19,728	5,296	26.8
Lima Diris Este	31,484	8,177	26.0
Lima Diris Norte	30,342	6,484	21.4
Lima Diris Sur	28,412	4,582	16.1
Loreto	38,784	9,507	24.5
Madre De Dios	5,330	1,560	29.3
Moquegua	3,440	642	18.7
Pasco	9,277	2,843	30.6
Piura	59,621	10,572	17.7
Puno	31,092	8,754	28.2
San Martín	39,097	7,264	18.6
Tacna	7,322	1,771	24.2
Tumbes	6,657	705	10.6
Ucayali	19,429	5,375	27.7
Perú	784,813	178,690	22.8

Fuente: Ministerio de Salud/Viceministerio De Salud Pública/Oficina General de Tecnologías de la Información/HIS Instituto Nacional de Alimentación, Nutrición y Vida Saludable/Subdirección de Vigilancia Alimentaria y Nutricional/Sistema de Información del Estado Nutricional.

De acuerdo con la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) 2023 y en relación con las tablas presentadas se puede opinar que; la desnutrición crónica afecta un 13,0% de los niños menores de tres años en el Perú. Este índice reflexivo que más o menos 1 de cada 8 niños en saliente colectividad etario presenta una estatura inferior a la esperada para su edad, lo que puede mantener consecuencias significativas en su expansión físico y cognitivo. La desnutrición crónica prevalece más en áreas rurales (20,3%) que en urbanas

(8,1%). Aquellos departamentos con tasas elevadas incluyen Cajamarca (50,2%), Huancavelica (54,9%) y Loreto (47,7%). Estos datos subrayan la necesidad que urge para fortalecer las políticas públicas y programas de salubridad enfocados en la manutención infantil, especialmente en las zonas rurales y en departamentos con mayores índices de desnutrición.

Datos encontrados en las instituciones investigadas según una encuesta realizada e información del puesto de salud. El 15% de los niños se encuentran en buen estado de nutrición, correspondiendo a tres niños: El 10% de los niños cuentan con este porcentaje de desnutrición, es decir dos niños; el 20% con desnutrición crónica, equivale a cinco niños; el 15% con desnutrición aguda, es decir tres niños; el 15% con anemia, incumbe a tres niños; el 10% con baja talla, es decir un a dos niños y un 15% sufre de bajo peso, corresponde a tres niños, cabe precisar que, esto se debe a que, según los resultados de las entrevistas, no consumen hierro, fosforo, potasio, vitamina B, vitamina C, carbohidratos, cereales, frutos secos, zinc, etc., alimentos que encuentran en venta en diferentes lugares, y mayormente consumen productos que no favorece en una alimentación saludable.

Tabla 4

Resultados de los estudiantes.

Indicador	Cantidad de niños	Porcentaje (%)
Nutrición	3	15
Desnutrición	2	10
Desnutrición crónica	5	20
Desnutrición aguda	3	15
Anemia	3	15
Talla	2	10
Peso	3	15

Fuente: Encuesta realizada a los padres de familia y entrevista al puesto de salud.

A continuación, se describe de acuerdo a la tabla cual es la situación en que se encuentran los niños. El 15% de niños evaluados presentan una adecuada nutrición. Esto indica que una pequeña proporción de los niños tiene un estado nutricional óptimo, lo cual es positivo, pero también resalta la necesidad de atención para mejorar la alimentación del resto. El 10% de los niños muestran signos de desnutrición. Este porcentaje refleja que una proporción considerable de los niños no está recibiendo la cantidad adecuada de nutrientes esenciales, propensos a afectar su desarrollo físico y cognitivo. El 20% presentan desnutrición crónica. Este indicador es preocupante, ya que la desnutrición crónica afecta el crecimiento y el desarrollo de los niños a largo plazo, limitando su potencial físico y cognitivo. El 15% presentan desnutrición aguda, una condición que refleja una deficiencia

alimentaria más inmediata. Aunque este porcentaje es más bajo que la desnutrición crónica, aún señala que un número significativo de niños podría estar enfrentando episodios de falta de alimentación adecuada.

El 15% de los niños tiene anemia, una condición relacionada con la deficiencia de hierro o nutrientes esenciales. La anemia puede impactar en el rendimiento escolar, energía y desarrollo general de los niños y requiere de intervención nutricional. El 10% de los niños muestra una talla adecuada en relación con su edad. Este porcentaje sugiere que solo una pequeña parte de los niños tiene un desarrollo físico adecuado, lo que podría estar relacionado con deficiencias en su alimentación o salud general. El 15% de los niños presenta un peso adecuado. Esto indica que una parte significativa de los niños tiene un peso saludable, aunque aún hay un porcentaje importante que podría estar por debajo o por encima del peso adecuado para su edad, lo que también debe ser monitoreado.

5.2. Tendencias

Los niños presentan desnutrición crónica, lo cual es una cifra preocupante que refleja una tendencia creciente en la falta de acceso a una nutrición adecuada desde etapas tempranas, tiene efectos impactantes durante el desarrollo y crecimiento de los niños. Relacionado con la desnutrición aguda muestran que hay periodos de malnutrición severa, a menudo vinculados a factores como enfermedades, falta de acceso a alimentos en determinados momentos, o inestabilidad alimentaria.

Presentan anemia, lo que apunta que la deficiencia de hierro y otros nutrientes esenciales es un problema importante en el jardín de educación inicial. Este porcentaje podría estar en aumento, considerando que la anemia es común en países con desnutrición moderada a grave. Tienen una talla y peso adecuados para su edad, lo que indica que muchos niños no están alcanzando su potencial de crecimiento. Esta es una tendencia frecuente en poblaciones con dificultades económicas y alimentarias. La falta de acceso a educación nutricional adecuada para padres y cuidadores contribuye a los problemas de nutrición observados. Hay una creciente tendencia de instituciones educativas y comunidades que están trabajando para implementar programas de nutrición y educación alimentaria. Con el aumento de la información disponibles acerca de la relevancia de una dieta saludable, hay cierta tendencia a que tanto los padres como los educadores estén más conscientes de la relevancia de una nutrición adecuada para el desarrollo infantil.

5.3. Desafíos

Se estima que 293 millones de niños menores de cinco años a nivel global sufren por anemia, lo que equivale al 47% de los niños que viven en países subdesarrollados. Páez Valery et al. llaman la falta de micronutrientes, que afecta a más de 2 mil billones de persona en el mundo, aproximadamente 1 por 3 inspección, especialmente en bebés recién nacidos. La nutrición humana es una ciencia que estudia cuántos alimentos se relaciona con las personas que lo consumen.

La alimentación saludable puede prevenir o mejorar ciertas enfermedades. La nutrición adecuada a nivel celular es necesaria para el buen funcionamiento adecuado del cuerpo humano, por eso seguir prácticas saludables es fundamental para mantener el vigor y el rendimiento de las personas. Una de las enfermedades nutricionales más comunes en el mundo, en particular en niños menores de cinco años, es la anemia, independientemente del desarrollo socioeconómico de los países que consiguieron estos datos.

En varios países de América Latina, aún existen grandes disparidades socioeconómicas que afectan la nutrición de los individuos, esencialmente en aquellos niños de inicial, las personas suelen comer alimentos pobres en zinc, calcio, hierro tiamina, riboflavina, folatos, piridoxina, vitamina C y vitamina A. En varios países, se especula que aproximadamente 129 millones de niños menores de cinco años tienen un peso y talla inferior al recomendado, lo que indica una mala nutrición. En países andinos como Ecuador, Bolivia y Perú, la presencia de niños con bajo peso es de cuatro a cinco veces mayor. Abadeano et al. (2019).

CONCLUSIONES

Según los resultados obtenidos de las tablas 2, 3, sobre el estado de la alimentación presentadas según el año 2023 en el Perú en el caso de desnutrición a un número de evaluados 1, 140, 079, números de casos 414, 925 y riesgo de desnutrición 36.4 y sobre la anemia el número de evaluados 784, 813 números de casos 178, 690 y riesgo de desnutrición 22.8 y de la tabla de las instituciones investigadas muestran que una proporción significativa de niños de tres años de educación inicial enfrenta serios problemas nutricionales en su alimentación. Un 20% presenta desnutrición crónica, y un 15% sufre de desnutrición aguda, lo cual resalta la necesidad urgente de intervención en este ámbito. La alta prevalencia de anemia (15%) también refleja una deficiencia crítica de nutrientes esenciales, especialmente hierro, que aqueja el bienestar y el desarrollo de los niños.

Según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) 2023 y en relación con las tablas presentadas se puede opinar que; la desnutrición crónica afecta un 13,0% de los niños menores de tres años en el Perú. Este índice reflexivo que más o menos 1 de cada 8 niños en saliente colectividad etario presenta una estatura inferior a la esperada para su edad, lo que puede mantener consecuencias significativas en su expansión físico y cognitivo. La desnutrición crónica prevalece más en áreas rurales (20,3%) que en urbanas (8,1%). Aquellos departamentos con tasas elevadas incluyen Cajamarca (50,2%), Huancavelica (54,9%) y Loreto (47,7%). Estos datos subrayan la necesidad que urge para fortalecer las políticas públicas y programas de salubridad enfocados en la manutención infantil, especialmente en las zonas rurales y en departamentos con mayores índices de desnutrición.

Como se muestra en el desarrollo de la base teórica, es necesario alimentar completamente a los niños, especialmente en los primeros años de vida en una dieta sana y equilibrada desde el principio. El futuro del niño depende en gran medida de nosotros, ya que nutrirá y realizará alimentos y actividad física saludable dependiendo de lo que vea en los adultos. Creo que es principalmente, la escuela, la familia y la sociedad trabajar juntos para mejorar una vida saludable desde una edad temprana.

REFERENCIAS

- Abarca, C., Beteta, L., Marcelo, M. (2021). *Hábitos alimenticios y el desempeño académico en el área de Ciencia y Tecnología. Este estudio se llevó a cabo en una muestra compuesta por 26 niños y niñas de la Institución Educativa Inicial N° 345 de San Isidro, Hermilio Valdizán- Leoncio Prado durante el año 2019.* [Tesis para optar el título de segunda especialidad profesional en educación con mención en educación inicial]. <https://repositorio.unheval.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/4cf8bdc6-71a7-4156-8392-87c72cfd74f6/content>
- Abadeano, S., Mosquera, G., Coello V., y Coello V. *Alimentación saludable en preescolares: un tema de interés para la salud pública*
- Albornoz. Macedo, R (2018), *Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 3 años del centro de salud breña, Lima 2018.* Universidad Privada Norbert Wiener.
- Aliaga, M. (2017). *Historia y evolución de la alimentación*, Publicaciones didácticas.
- Andalucía, (2011). *La importancia de la alimentación en los niños/as de infantil* Federación de enseñanza de CC. OO.
- Angeles, L. (2018). *Cultura de las familias frente al consumo de micronutrientes para prevenir la anemia ferropénica en niños menores de 3 años.* Microred Encañada Cajamarca, 2017. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Cajamarca]. Repositorio de la Universidad Nacional de Cajamarca. <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/>
- Aranceta. J., (200). *Hábitos alimentarios y consumo de alimentos en la población infantil y juvenil.* España. Recuperado el 25 de 08 de 2020
- Bravo P., y Valenzuela, G. *Cuadernillo técnico de evaluación educativa Desarrollo de instrumentos de evaluación: cuestionarios.* <https://www.inee.edu.mx/wp-content/uploads/2019/08/P2A355.pdf>
- Bricklin, B.; y Bricklin, M. (1988). *Causas psicológicas del bajo rendimiento escolar.* México: Pax-México
- Brown, J. Beate, Lechtenberg, Maureen A. Murtaugh, Sharbaugh, L. Splett, Stang, H. Wooldridge. (2014). *Nutrición en las diferentes etapas de la vida. 5ta ed.* México: McGraw-Hill.
- Cabezuelo, G; y Frontera, P;. (2007). *Alimentación sana y crecimiento en niños y adolescentes: Guía para padres.* Madrid. Recuperado el 26 de abril de 2020
- Carranza (2020) en su tesis titulada *Influencia de una Alimentación Nutritiva en el Progreso del Aprendizaje de los Niños de Educación Inicial en el Centro Educativo 'Pequeños Pupilos' de la Comunidad de Hualcanga San Luis, Cantón Quero, Provincia de Tungurahua, durante el Año Lectivo 2018.* [Tesis Para optar el título profesional de Licenciado en Educación Primaria] <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/4962/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Conde, R., Palomo, G., Ordoñez y Tandapilco, P. (2020). *Influencia de los Hábitos Alimentarios en el Desempeño Académico de los Niños Preescolares de la Escuela de Educación Básica Los Sauces en Ambato, Ecuador*. <https://core.ac.uk/download/pdf/386326757.pdf>
- Egoavil, M., Yataco, C. (2017). *Hábitos alimentarios, crecimiento y desarrollo de niños de 3 - 5 años que asisten a la I.E Mi Futuro - Puente Piedra*. [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería]. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/857/Habitos_EgoaviIMendez_Shirley.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2019, 14 de octubre). *La malnutrición impide el adecuado crecimiento de 1 de cada 5 niños y niñas menores de 5 años en América Latina y el Caribe*. <https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/unicef-advierte-que-1-de-cada-5-ninos-y-ninas-menores-de-5-años-no-esta-creciendo-bien>
- Galán, A. (2009). *Revista sobre asesoría en la elaboración de trabajos de grados en barrinas, Venezuela*. <https://trabajodegradobarinas.blogspot.com/>
- Gallego, B., Quesada, S., y Cubero I. (2011). *Medios, técnicas e instrumentos de evaluación*. En Rodríguez e Ibarra e-evaluación orientada al e- Facultad de Ciencias de la Educación Campus Río San Pedro. Avda. República Saharahui, s/n. 11519 Puerto Real (Cádiz). España. E-mail: evalfor@uca.es. Web: <http://www.uca.es/evalfor> -4- aprendizaje estratégico en educación superior. Madrid: Narcea.
- García (2021). *Factores demográficos, sociales y económicos de la madre en relación al estado nutricional de niños menores de cinco años beneficiarios del centro estudiantil compasión - CDSP N° 382 – Chota 2020*. [Tesis para obtener el grado académico de maestro en salud pública] <https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/4255>
- Hernández R, Fernández C, Baptista P. (2006) *"Metodología de la Investigación"*, México, cuarta edición, Editorial Mexicana.
- Lillo-Crespo, M., & Vizcaya-Moreno, M. (2002). *Origen y desarrollo de los hábitos y costumbres alimentarias como recurso sociocultural del ser humano: una aproximación a la historia y antropología de los cuidados en la alimentación*. *Cultura de los cuidados*, Año VI, 11 (1. semestre 2003), 61-65. https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4892/1/CC_11_11.pdf.
- Mendoza, J. (2019). Efectos de la desnutrición en el rendimiento escolar de los niños en el Perú. *Pensamiento crítico*, 24(1), 79-102. <https://doi.org/10.15381/pc.v24i1.16560>
- Moreno, (2017), *"Factores Socioeconómicos que Influyen en el Estado Nutricional de Menores de Cinco Años Atendidos en el Hospital Infantil Napoleón Franco Pareja"* <https://www.redalyc.org/pdf/3438/343851211010.pdf>
- OMS, (2006) *Patrón de crecimiento infantil*. <https://www.agapap.org/datos/tablas%20OMS%20LM.pdf>
- Oviedo, S., Benites, C. (2022). *"Hábitos Alimentarios en Niños en Etapa de Educación Inicial durante la Pandemia COVID-19 en una Institución de Lima"*. <https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0071.pdf>

- Quispe, V., Sánchez, B. (2018). *Estado nutricional de los niños menores de cinco años beneficiarios del programa Vaso de Leche en el Caserío Pata Pata y Barrio San Martín, ubicados en Cajamarca, Perú en el año 2018*. [Tesis presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos para optar el Título Profesional de Licenciadas en Enfermería]. <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/2869/N%C2%B05%20TESIS%20%20FINAL%20PDF%2018-%2011-22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Suarez, (2020). *Programa social Vaso de Leche y su impacto en el estado nutricional de los niños menores de 36 meses en Bambamarca – Cajamarca*. Tesis para obtener el grado académico de maestro en salud pública] <https://www.coursehero.com/file/238575433/Suarez-Medina-Cesar-Humbertopdf/>
- Zapata, (2006). *Técnicas e instrumentos de datos*. <https://virtual.urbe.edu/tesispub/0100773/cap03.pdf>

