



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Medicina

Escuela Académico Profesional de Nutrición

**Conocimientos, actitudes y prácticas sobre uso de
granos andinos en la alimentación del preescolar de
madres en una institución educativa, Lima 2015**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición

AUTOR

Roxana BALTAZAR ÑAHUI

ASESOR

Doris Hilda DELGADO PÉREZ

Lima, Perú

2016



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Baltazar R. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar de madres en una institución educativa, Lima 2015 [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Académico Profesional de Nutrición; 2016.

1256



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
(Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA)
FACULTAD DE MEDICINA
Escuela Académico Profesional de Nutrición



«Año de la consolidación del Mar de Grau»

ACTA DE EXAMEN DE TITULACIÓN
MODALIDAD DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Conforme a lo estipulado en el artículo 45 de la Ley Universitaria 30220, el **Jurado de Sustentación** nombrada por el Comité Asesor y la Dirección de la Escuela Académico Profesional de Nutrición, conformado por las siguientes Docentes:

- Presidente: Dr. Aníbal Jesús Pacheco Gallupe
- Miembros: Lic. Enriqueta Estrada Menacho
Lic. Jhon Antony Campomanes Acuña
- Asesora: Mg. Doris Hilda Delgado Pérez

Se reunió en la ciudad de Lima, el día miércoles 26 de octubre del 2016, para proceder a evaluar la **Sustentación de Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición**, a la Bachiller:

ROXANA BALTAZAR ÑAHUI
Código de Matrícula N° 11010167

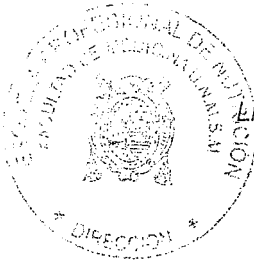
Tesis: «**CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE USO DE GRANOS ANDINOS EN LA ALIMENTACIÓN DEL PREESCOLAR DE MADRES EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, LIMA 2015**» la mencionada Bachiller aprueba el Examen, obteniendo la calificación:

Diecisiete (en letras)

Estando de acuerdo con la presente acta, el Jurado de Sustentación, firma en señal de conformidad.

.....
Dr. Aníbal Jesús Pacheco Gallupe
Presidente

.....
Lic. Enriqueta Estrada Menacho
Miembro



.....
Lic. Jhon Antony Campomanes Acuña
Miembro

AMFY/Glenda

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a Dios por guiarme en esta hermosa profesión, por darme fortaleza y perseverancia para conseguir alcanzar mis metas.

A mis padres y hermanos por su amor, consejos, comprensión y su principal apoyo para cumplir mis metas.

AGRADECIMIENTOS

A mi asesora de tesis, M Sc Doris Delgado Pérez por su incondicional apoyo, tiempo y motivación constante.

A todas las licenciadas de mi querida alma máter, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Escuela de Nutrición, por haber impartido en mí saberes y valores que hoy aplico en el ámbito profesional y personal.

A la M Sc. Ivon Bernui, Lic. Violeta Rojas, Lic. Enriqueta Estrada, Dr. Aníbal Pacheco, Lic. Jon Campomanes por sus acertadas observaciones y sugerencias para enriquecer el presente estudio.

A la directora y profesoras de la institución educativa inicial 541 “Divino Niño Jesús” por haberme brindado muy amablemente las facilidades para la aplicación de mis encuestas.

A cada una de las madres que participaron en este estudio, por ayudarme con cada una de sus respuestas y brindarme su tiempo.

A mis queridos compañeros y amigas en quienes encontré siempre la motivación para seguir, por todo su apoyo y permitirme compartir momentos inolvidables a largo de los cinco años.

CONTENIDO

I. INTRODUCCIÓN	1
II. OBJETIVOS.....	7
2.1 Objetivo general.....	7
2.2 Objetivos específicos.....	7
III. METODOLOGÍA.....	8
3.1 Tipo de estudio	8
3.2 Población de estudio.....	8
3.3 Tamaño de la Muestra	8
3.4 Operacionalización de variables	9
3.5 Técnicas e Instrumentos	10
3.6 Procedimiento de captación de la información	10
3.7 Análisis de Datos	11
3.8 Consideraciones éticas.....	11
IV. RESULTADOS.....	12
4.1 Características de la muestra.....	12
4.2 Conocimientos de madres sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar.....	13
4.3 Actitudes de madres sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar.....	14
4.4 Prácticas de madres sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar.....	16
V. DISCUSIÓN.....	20
VI. CONCLUSIONES	23
VII. RECOMENDACIONES	24
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1: Operacionalización de variables	9
Tabla 2: Distribución según grado de instrucción y lugar de procedencia de madres de niños preescolares de la Institución Educativa “Divino Niño Jesús” Lima 2015	12
Tabla 3: Nivel de conocimientos de madres sobre uso de la quinua, kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar de la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015	13
Tabla 4: Actitudes de madres sobre uso de la quinua, kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar de la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015	14

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Distribución de madres según su actitud hacia las afirmaciones positivas sobre el uso de la quinua,kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar en la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015.....	15
Figura 2. Distribución de madres según su actitud hacia las afirmaciones negativas sobre el uso de la quinua,kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar en la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015	16
Figura 3. Distribución de madres según su frecuencia de uso de la quinua,kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar en la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015.....	17
Figura 4. Tipo de preparaciones a base de quinua en la alimentación del preescolar según madres de preescolares de la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015.....	18
Figura 5. Alimentos que acompañan la quinua en la alimentación del preescolar según madres de preescolares de la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015	19

ÍNDICE DE ANEXOS

	Pág.
Anexo 1: Cuestionario acerca de conocimientos, actitudes y prácticas sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar de madres en una Institución Educativa, Lima 2015.....	32
Anexo 2: Consentimiento informado.....	35
Anexo 3: Galería fotográfica.....	37

RESUMEN

Introducción La prevalencia del retardo en el crecimiento en niñas y niños menores de cinco años en el 2014 en el Perú fue de 14.6%. A pesar de haber presentado un descenso de 9.2 puntos porcentuales respecto al 2009 (23.8%) aún representa un problema de salud. Dentro de las estrategias propuestas para disminuir éste problema se encuentran el mejorar las prácticas alimentarias relacionadas al adecuado consumo de alimentos e ingesta de nutrientes, asimismo prácticas alimentarias basadas en el uso de alimentos originarios y tradicionales. Tal es el caso de la quinua, kiwicha y cañihua, granos andinos que son reconocidos por su calidad nutritiva, en especial por su contenido de aminoácidos esenciales. **Objetivos:** Determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar de madres en una institución educativa, Lima 2015. **Diseño:** Estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, transversal y prospectivo. **Lugar:** Institución Educativa Inicial “Divino Niño Jesús” del distrito de San Juan de Miraflores. **Participantes:** 66 madres de familia de niños y niñas de 3, 4 y 5 años de edad. **Metodología:** Previo consentimiento informado se realizó una encuesta sobre conocimiento, actitudes y prácticas. **Principales medidas de resultados:** Nivel de conocimiento (bajo, medio y alto), actitudes (favorables y desfavorables) y prácticas maternas sobre uso de granos andinos alimentación del preescolar. **Resultados:** Del total de madres entrevistadas, el 41% de ellas presentó nivel de conocimiento medio, 30% nivel bajo y 29% nivel alto. El 59% de ellas presentó actitudes desfavorables y el 41% actitudes favorables. Respecto a las prácticas, el 44% de ellas usó la quinua 1 a 2 veces por mes, la mayoría la usó en guisos y de los alimentos que la acompañan los más resaltantes fueron el arroz, leche, queso y carne de pollo. El 9% de las madres usó la kiwicha, de ellas la mayoría la usó 1 a 2 veces por mes, todas la usaron en bebidas y la acompañaban con leche y azúcar; por último, ninguna madre manifestó usar la cañihua. **Conclusiones:** La mayoría de madres presentó un nivel de conocimiento medio y tuvo actitudes desfavorables. La mayoría de ellas usó la quinua en diferentes preparaciones y la acompaña con varios alimentos; mientras pocas madres usaron la kiwicha y ninguna usó la cañihua.

Palabras claves: Conocimientos, actitudes, prácticas, quinua, kiwicha, cañihua.

SUMMARY

Introduction The prevalence of stunting in children under five in 2014 in Peru was 14.6%. Despite having presented a decrease of 9.2 percentage points compared to 2009 (23.8%) still represents a health problem. Among the strategies proposed to reduce this problem are improving feeding practices related to adequate food consumption and nutrient intake, dietary practices also based on the use of indigenous and traditional foods. Such is the case of quinoa, amaranth and cañihua, Andean grains that are recognized for their nutritional quality, especially for its content of essential amino acids. **Objectives:** To determine the knowledge, attitudes and practices on use of Andean grain feeding mothers preschool educational institution, Lima 2015. **Objectives:** To determine the knowledge, attitudes and practices on use of Andean grain feeding mothers preschool educational institution, Lima 2015. **Design:** Study of quantitative approach, type descriptive, transversal and prospective. **Location:** Home School "Divine Child Jesus" of San Juan de Miraflores. **Participants:** 68 mothers of children aged 3, 4 and 5 years old. **Methodology:** Prior informed consent a survey of knowledge, attitudes and practices was conducted. **Main outcome measures:** Knowledge level (low, medium and high), attitudes (favorable and unfavorable) and maternal practices on the use of feed grains Andean preschool. **Results:** Of the mothers interviewed, 43% of them presented average level of knowledge, 29% and 28% low level high level. 60% of them presented unfavorable attitudes and 40% favorable attitudes. Regarding practices, 43% of them used quinoa 1-2 times per month, most used it in stews and foods that accompany the highlights were rice, milk, cheese and chicken meat. 9% of mothers used the amaranth, most of them used it one to two times per month, all they used in drinks and accompanied with milk and sugar; Finally, no mother said cañihua use. **Conclusions:** Most mothers presented a medium level of knowledge and had unfavorable attitudes. Most of them used the quinoa in different preparations and accompanied with various foods; few mothers used as Amaranth and none used the cañihua.

Keywords: Knowledge, attitudes, practices, quinoa, amaranth, cañihua.

I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial existen alrededor de 159 millones de niños menores de 5 años que sufren retardo del crecimiento, lo que representa el 23,8% de los niños en el mundo en el año 2014, ésta cifra muestra un descenso considerable de 15,8 puntos porcentuales respecto al año 1990; sin embargo a pesar de la disminución en la prevalencia, el retardo del crecimiento es un problema de salud que afecta a uno de cada cuatro niños menores de cinco años ⁽¹⁾. En países de América Latina como Argentina la prevalencia de retardo del crecimiento infantil fue de 8,2% en el 2005; Brasil, 7,1% en el 2007; Venezuela, 13,4% en el 2009 y Chile, 1,8% en el 2013⁽²⁾.

En el Perú la prevalencia de retardo del crecimiento en niñas y niños menores de cinco años fue de 14.6% en el 2014 ⁽³⁾ ésta cifra referente a otros países sigue siendo alta y aún representa un problema de salud pública pues sus efectos negativos se evidencian en distintas dimensiones, entre las que destacan los impactos en la salud, la educación y la economía, a su vez afecta el desempeño escolar por las limitaciones en la capacidad de aprendizaje, incluso el impacto negativo se extiende a la adolescencia hasta la edad adulta afectando la capacidad productiva laboral, hecho que contribuye a disminuir la productividad económica, lo que a su vez afecta el desarrollo del país ⁽⁴⁻⁵⁾.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) postula que la malnutrición infantil por déficit es un fenómeno multicausal originado por tres conjuntos de causas: inmediatas, subyacentes y básicas; dentro de las causas inmediatas de la malnutrición infantil por déficit se encuentran la alimentación inadecuada en cantidad y calidad, las enfermedades infecciosas y el cuidado inapropiado del niño, quien depende para su adecuada alimentación y salud de la atención de sus padres ⁽⁶⁾. Asimismo, en el Perú un estudio realizado por Miranda y col en el 2001 sobre el consumo de alimentos en niños peruanos de 6 a 60 meses muestra que solo el 79,2% de los niños cubre los requerimientos de energía según edad ⁽⁷⁾; así mismo el CENAN en el periodo 2008-2010, menciona que la mitad de los niños y niñas de 6 a 35 meses consumen una dieta que cubre sus requerimientos de energía ⁽⁸⁾ éstos resultados sugieren que la dieta de los niños continúa siendo deficiente.

Dentro de las causas subyacentes de la malnutrición por déficit se encuentran el acceso insuficiente de los alimentos en los hogares, la escasez de servicios sanitarios y un medio ambiente insalubre, y la atención inadecuada a los niños y mujeres; por último, dentro de las causas básicas se encuentran la inequidad en la distribución de recursos, servicios, riqueza y oportunidades ⁽⁶⁾.

Es así que la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) y el Programa Mundial de Alimentos (PMA) en el estudio de Martínez y col en el 2015 proponen acciones que aborden las causas de la malnutrición infantil por déficit como los relacionados al adecuado consumo de alimentos e ingesta de nutrientes, cuidados y prácticas de alimentación del niño; otra de las acciones que proponen es el mejoramiento y promoción de prácticas alimentarias basadas en el uso de alimentos originarios y tradicionales como una de las estrategias para disminuir y erradicar la malnutrición infantil por déficit ⁽⁹⁾.

En el 2011 la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) frente a la necesidad de identificar cultivos que contengan un alto potencial de producir alimentos de calidad, consideró a la quinua como un alimento estratégico para la seguridad alimentaria debido a sus características sobresalientes como su calidad nutritiva, representada por su composición de aminoácidos esenciales tanto en calidad y cantidad que le otorgan un alto valor biológico constituyendo un alimento funcional e ideal para el organismo; su amplia variabilidad genética, cuyo pool genético es extraordinariamente estratégico para desarrollar variedades que mejoren el rendimiento de producción; su capacidad de adaptabilidad a condiciones adversas de clima y suelo, dado que se pueden obtener cosechas desde el nivel del mar hasta los 4000 metros de altitud donde otros cultivos no pueden desarrollarse ⁽¹⁰⁾. Del mismo modo, la kiwicha y cañihua son también alimentos reconocidos por su alto valor de aminoácidos y nutrientes como el calcio, fósforo, hierro, potasio, zinc, vitamina E y el complejo de vitamina B ^(11,12,13).

En Bolivia, según Montoya el año 2007, nueve de cada diez pobladores de la ciudad de Oruro consume la quinua, de ellas la mitad la consume como quinua entera ⁽¹⁴⁾. Sin embargo, Poma en el mismo año, en Bolivia, realizó un estudio en dos comunidades de la región, donde halló que el 81% de los pobladores no consumen la cañihua a pesar de ser consideradas comunidades productoras de éste alimento ⁽¹⁵⁾. Nava y cols en un estudio realizado en Chile en el 2011 mostró que tres de cada diez niños preescolares tiene un consumo de cinco a ocho raciones al día de alimentos del grupo de cereales donde se

incluye a la quinua ⁽¹⁶⁾. Higuera en un estudio realizado en Colombia en el 2011, menciona que la quinua, kiwicha y cañihua son granos andinos que poseen propiedades nutricionales con gran potencial para complementar y diversificar la dieta ⁽¹⁷⁾.

En Perú, según Mujica en el año 2009, la quinua, cañihua y kiwicha son alimentos capaces de resolver el álgido problema de la desnutrición, por ser alimentos cultivados en el territorio peruano constituyen importantes fuentes de ingreso económico, por su variabilidad y diversidad genética para obtener variedades resistentes a los factores adversos, por su amplias posibilidades de transformación en otros productos de uso inmediato con características adecuadas para el consumo masivo y moderno, todo ello hace que el desarrollo del área andina, que es el área rural más afectado por el retardo en crecimiento, sea sostenido ⁽¹⁸⁾. Sin embargo en el periodo 2008- 2009, según el Instituto Nacional de Estadística e informática (INEI), mediante su la Encuesta de consumo de alimentos, en el Perú el consumo per capita de la quinua, kiwicha y cañihua osciló en 0.6 kilogramos ⁽¹⁹⁾ es decir menos de un 1 kilo al año.

La Asamblea General de las Naciones Unidas en el 2011, declaró el “Año Internacional de la Quinua” con el especial propósito de difundir no solo su consumo de la quinua, sino también su cultivo en todas las regiones del mundo, ello permitió mejorar la producción y el consumo de la quinua.

En el Perú, en el 2014 el Ministerio de agricultura y riego (MINAGRI) estimó que el consumo interno aparente de la quinua fue de 2,54 kilogramos al año, de la kiwicha, 0.14 kilogramos y de la cañihua de 0.15 kilogramos; dichas cifras fueron halladas a través del cálculo de la Demanda Interna Aparente (DIA), que es la producción nacional de la quinua, kiwicha y cañihua, menos sus volúmenes de exportación, dividida entre el número de habitantes del país ⁽²⁰⁾.

Otra de las causas de la malnutrición infantil por déficit, según Mukuria J y cols en el 2005, son las características de las madres y el cuidado de la salud del niño ⁽²¹⁾. Como lo explica Bacallao y cols en el 2012, las características familiares son un determinante social importante no solo como agentes causales en la salud del niño, sino como poderosas fuerzas moduladoras para el desarrollo y crecimiento del niño ⁽²²⁾. Así, las características

de las madres representan un factor clave en la salud y nutrición del niño tal como lo explica Domínguez y cols, la madre alimenta al hijo de acuerdo a sus valores, creencias, costumbres, símbolos y representaciones sobre los alimentos ⁽²³⁾ por lo que el rol del conocimiento de la madre sobre nutrición infantil en relación con el crecimiento y desarrollo de su hijo ayuda a implementar mejores prácticas de educación, nutrición y cuidado de la salud de sus hijos ⁽²⁴⁾.

La manera en que las madres deciden cómo alimentar a sus hijos depende en gran medida de sus actitudes en la alimentación, de la adquisición de los conocimientos y el desarrollo de nuevas actitudes que puedan modificar el comportamiento alimentario y este cambio se logra fundamentalmente a través de la práctica ⁽²⁵⁾. Los conocimientos son aquellas informaciones o saberes que una persona posee y son necesarios para llevar a cabo una práctica ⁽²⁶⁾, mientras que las actitudes son definidas como la predisposición a actuar que indica la preferencia y entrega a alguna actividad observable, expresadas mediante la evaluación favorable o desfavorable ⁽²⁷⁾; las prácticas de alimentación se refieren a los comportamientos específicos que caracterizan a las interacciones durante la alimentación, muchas de las recomendaciones y evaluaciones de las interacciones durante la alimentación a menudo se centran en las prácticas ⁽²⁸⁾.

Murillo y col en el 2004 mencionó que la identificación de los conocimientos, actitudes y prácticas maternas permite llevar a cabo intervenciones educativas para modificar aquellos que son inadecuados y reforzar los adecuados ⁽²⁹⁾. Los padres o encargados de la alimentación del niño son responsables de proveer una variedad de alimentos nutritivos ⁽³⁰⁾.

Por ello de todos los integrantes de la familia, la madre o encargados de la alimentación del niño al ser las personas que comparten la mayor parte del tiempo con los niños y de alguna manera a través de sus conocimientos, actitudes y prácticas sobre la alimentación poseen mayor influencia la alimentación y nutrición del niño. Entendiéndose para la investigación como **conocimientos maternos sobre el uso de granos andinos en la alimentación del preescolar** al conjunto de conceptos e información que las madres manejan sobre el uso y las propiedades nutritivas de los granos andinos, por otro lado las **actitudes maternas sobre el uso de granos andinos en la alimentación del preescolar**, definidas como un estado de predisposición que tienen las madres sobre uso de granos andinos pudiendo ser

favorable o desfavorable respecto a la alimentación del preescolar y finalmente las **prácticas maternas sobre el uso de granos andinos en la alimentación del preescolar**, respuestas o acciones que las madres realizan sobre la frecuencia y uso de granos andinos en la alimentación del preescolar.

Pérez en el 2007 realizó un estudio en el Ecuador donde halló que el 93% de los padres de familia, de niños en edad escolar, desconoce el valor nutritivo de la quinua, el 79% de ellos estaría dispuesto a balancear la dieta de sus hijos con la quinua o con productos elaborados de éste grano, sin embargo el 48% de ellos manifestó consumir la quinua una vez por mes. Así, concluye que el desconocimiento del valor nutritivo de la quinua influye en el aprovechamiento de éste alimento ⁽³¹⁾.

Concha en el 2007 quien en un estudio realizado en la ciudad de Puno, halló que el 67% de las madres o familiares de alumnos de sexto grado de nivel primaria presentó un nivel de conocimiento bueno respecto al consumo de quinua, cañihua y kiwicha; el 62% de ellos presentó actitud negativa respecto al consumo de quinua, cañihua y kiwicha, y el 45% de ellos manifestó consumir una vez por semana la quinua, kiwicha y cañihua el estudio se centró en mejorar los conocimientos, actitudes y prácticas de las madres o familiares ⁽³²⁾.

Córdova y Flores en el 2014 realizaron un estudio en Perú donde hallaron que el 80% de las madres de niños preescolares de tres a cinco años presentó un nivel de conocimiento medio acerca de la alimentación a base de la quinua, kiwicha y cañihua, mientras que solo el 13% de ellas presentó un nivel de conocimiento medio y por último 7% de ellas presentó nivel de conocimiento bajo ⁽³³⁾.

En el Perú las investigaciones acerca de conocimientos, actitudes y prácticas maternas sobre uso de la quinua, kiwicha y cañihua son muy limitadas, asimismo la cifra de consumo per capita de éstos granos andinos a nivel nacional es baja a pesar de ser alimentos reconocidos por su valor nutritivo.

Por tal razón con el presente estudio se pretende disponer de información que sirva como base para futuras investigaciones sobre el uso de granos andinos en la alimentación del preescolar, asimismo sirva de lineamiento para el diseño o formulación de programas de

intervención sobre alimentación del niño a base de quinua, kiwicha y cañihua. Por otro lado también se espera contribuir a mejorar el consumo de los granos andinos, que por su contenido de aminoácidos esenciales, vitaminas y minerales contribuyen al desarrollo y crecimiento de los niños, con lo cual se espera que se incluyan en la dieta.

II. OBJETIVOS

2.1 Objetivo general

Determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar de madres en una institución educativa, Lima 2015.

2.2 Objetivos específicos

- Determinar el nivel de conocimiento sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar de madres en una institución educativa, Lima 2015.
- Identificar las actitudes sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar de madres en una institución educativa, Lima 2015.
- Identificar las prácticas sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar de madres en una institución educativa, Lima 2015.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo de estudio

Estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, transversal, observacional y prospectivo.

3.2 Población de estudio

La población estuvo conformada por las madres de familia de preescolares de 3, 4 y 5 años que asistieron a la Institución Educativa Inicial 541 Divino Niño Jesús” perteneciente al distrito de San Juan de Miraflores de la ciudad de Lima, dicha institución educativa fue elegida por conveniencia.

3.3 Muestra

La participación de la población fue por censo es decir se trabajó con la totalidad de madres de niños preescolares de la Institución Educativa Inicial 541 Divino Niño Jesús” que cumplieron con los siguientes criterios de elegibilidad:

- Madre de familia de preescolares de 3, 4 y 5 años que asistan a la Institución Educativa Inicial 541 Divino Niño Jesús.
- Madre de familia de preescolares de 3, 4 y 5 años que acepte participar en el estudio.

3.4 Operacionalización de variables

Tabla1. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN	INDICADORES	CATEGORIAS / PUNTO DE CORTE	ESCALA
Conocimientos de madres sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar	Información y conceptos sobre el uso y las propiedades nutritivas de la quinua, kiwicha y cañihua.	Nivel de conocimiento sobre el uso de la quinua, kiwicha y cañihua.	Bajo Medio Alto 0 a 7 pto 8 a 14 pto 15 a 21 pto	Ordinal
Actitudes de madres sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar	Predisposición para el uso de la quinua, kiwicha y cañihua.	Actitudes sobre uso de la quinua, kiwicha y cañihua.	Desfavorables Favorable 0 a 16 pto 17 a 24 pto	Nominal
		-Frecuencia de uso de la quinua, kiwicha y cañihua	- Diario - Interdiario - 1 vez por semanal - 1 a 2 veces por mes - Nunca	Nominal
Prácticas de madres sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar	Acciones que tienen las madres sobre la frecuencia y uso de la quinua, kiwicha y cañihua.	-Procedimiento de limpieza de la quinua antes de la preparación -Tipo de preparaciones a base de la quinua, kiwicha y cañihua	- SI - NO Bebidas/ Sopas/ Ensaladas/ Guisos/ Postres/ Otros	Nominal Nominal
		-Alimentos que acompaña a la quinua, kiwicha y cañihua.	-	-

3.5 Técnicas e Instrumentos

Para el desarrollo de la encuesta se utilizó un cuestionario con el objetivo de determinar conocimientos, actitudes y prácticas maternas sobre uso de granos andinos en alimentación del preescolar, dicha encuesta fue validada por una prueba piloto así mismo por ocho jueces expertos de la Escuela Académico Profesional de Nutrición, cuyo resultado por prueba binomial fue de p valor menor de 0,05. La encuesta estuvo conformada por tres secciones: conocimientos, actitudes y prácticas. (Anexo N°1)

Para los conocimientos se presentaron 10 preguntas, las cuales fueron calificadas según la escala vigesimal, asignándole 3 puntos a la primera pregunta y 2 puntos a cada pregunta restante, siendo la mínima puntuación 0 y la máxima 21 puntos, teniendo como puntos de corte: Bajo de 0 a 7, Medio de 8 a 14 y Alto de 15 a 21 puntos.

Para las actitudes se presentaron un total de 8 afirmaciones (negativas y positivas), las cuales fueron evaluadas según escala de Likert estructurada por tres alternativas, “De acuerdo”, “Ni de acuerdo ni en desacuerdo” y “En Desacuerdo” cuyo valor iba de 1 a 3 puntos; de ese modo el puntaje mínimo fue de 8 y el máximo alcanzable de 24, se consideró que de 16 a menos la madre tenía una Actitud desfavorable y de 17 a 24, una Actitud favorable.

Para las prácticas se presentaron un total de 12 preguntas sobre la frecuencia de uso de la quinua, kiwicha y cañihua, el procedimiento de limpieza de la quinua antes de la preparación, tipo de preparaciones a base de la quinua, kiwicha y cañihua; y alimentos con que acompaña la quinua, kiwicha y cañihua.

3.6 Procedimiento de captación de la información

Para iniciar la ejecución del estudio primero se procedió a informar de manera verbal y escrita sobre la investigación a las autoridades respectivas de la institución educativa inicial. Luego se procedió a coordinar con las profesoras de las aulas para el recojo de la información; después se procedió a seleccionar a las madres que cumplan con los

criterios de elegibilidad del estudio. Posteriormente se le pidió firmar el consentimiento informado y con la autorización firmada, se procedió a la recojo de datos.

3.7 Análisis de Datos

Una vez recolectada la información, se procedió a limpiar los datos verificando que todas las encuestas estén con datos completos y legibles, se procedió a la digitalización y vaciamiento de los datos en una hoja de cálculo del programa informático de Microsoft Excel 2010. Se utilizó la estadística descriptiva con medidas de tendencia central, frecuencias y porcentajes. Se presentó los resultados en tablas y gráficas

3.8 Consideraciones éticas

Se explicó a cada madre sujeto del estudio los objetivos de la investigación y se le preguntó si deseaba formar parte del estudio; en caso de aceptar, se procedió a solicitarle su consentimiento informado (Anexo N° 2), en dicho documento, se dio a conocer a las madres, a parte del propósito del estudio, la manera en que participarán, los riesgos y beneficios del estudio, la confidencialidad de la información proporcionada, la no existencia de costo alguno en caso de decidir participar; finalizando con su firma, como declaración voluntaria de su participación.

IV. RESULTADOS

4.1 Características de la muestra

La muestra final estuvo constituida por 66 madres de niños y niñas de 3, 4 y 5 años de edad matriculados en la institución educativa inicial 541 “Divino Niño Jesús”, del distrito de San Juan de Miraflores, Lima.

Las madres participantes del estudio presentaron una edad promedio de 29.6 años +/- 7.3 años. La mayoría de ellas alcanzó el grado de instrucción primaria presentándose un bajo porcentaje de madres analfabetas. El lugar de nacimiento de la mayoría de madres participantes fue del departamento de Lima y casi la mitad de ellas, del interior del país. (Tabla 2).

Respecto al estado civil, 36 madres eran convivientes, 23 madres casadas y 7 madres solteras.

Tabla 2. Distribución según grado de instrucción y lugar de procedencia de madres de niños preescolares de la Institución Educativa “Divino Niño Jesús” Lima 2015 (n=66)

CARACTERISTICAS	n	%
GRADO DE INSTRUCCIÓN		
Superior	3	5
Secundaria	28	42
Primaria	30	45
Analfabeto	5	8
LUGAR DE NACIMIENTO		
Lima	37	54
Otras provincias	29	43

4.2 Conocimientos de madres sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar

Del total de madres encuestadas, la mayoría de ellas (41%) presentó nivel de medio. (Tabla 3). La media de las notas obtenidas por las madres participantes fue de 8.7 +/- 4,8 puntos de desviación estándar

Tabla 3. Nivel de conocimientos de madres sobre uso de la quinua, kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar de la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015 (n=66)

NIVEL DE CONOCIMIENTO	Madre de niños de 3 a 5 años	
	n°	%
Alto (15 a 21 puntos)	19	29
Medio (8 a 14 puntos)	27	41
Bajo (0 a 7 puntos)	20	30
Total	66	100

El 83% de las madres manifestó conocer la quinua; 56% de ellas, la kiwicha y solo el 20% a la cañihua.

Respecto al conocimiento del valor nutricional de la quinua, kiwicha y cañihua, menos de la mitad del total de las madres (41%) conoció que el consumo de la quinua, kiwicha y cañihua favorece el desarrollo cerebral y el crecimiento del niño (a). Sin embargo menos de la mitad del total de las madres (29%) conoció que la quinua, kiwicha y cañihua poseen calcio y menos de la cuarta parte del total de madres (26%) conoció que la quinua, kiwicha y cañihua poseen fibra.

El 32% de las madres reconoció que el consumo de la quinua, kiwicha y cañihua puede comenzar a los seis meses y el 53% de las madres reconoce que la quinua, kiwicha y cañihua deben ser consumidos frecuentemente. Así mismo el 94% de las madres respondió correctamente sobre limpieza de los granos andinos antes de usarlos, y el 94% conocía que el lavado de la quinua evita un sabor amargo.

4.3 Actitudes de madres sobre el uso de granos andinos en la alimentación del preescolar

La mayoría de las madres (59%) tuvo actitudes desfavorables sobre el uso de la quinua, kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar. (Tabla 4)

Tabla 4. Actitud de madres sobre uso de la quinua, kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar de la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015 (n=66)

ACTITUD	Madre de niños de 3 a 5 años	
	n°	%
Desfavorable (0 a 16 puntos)	39	59
Favorables (17 a 21 puntos)	27	41
Total	66	100

Respecto a las afirmaciones positivas sobre uso de los granos andinos en la alimentación del preescolar, la mayoría de las madres (69.7%) estuvo de acuerdo en ofrecer la quinua, kiwicha o cañihua porque son nutritivos, la mitad de ellas (51.5%) estuvo de acuerdo con ofrecer la quinua, kiwicha o cañihua porque sus padres también les ofrecían, la mayoría de ellas (43.9%) no estuvo ni de acuerdo ni en desacuerdo con ofrecer la quinua, kiwicha o cañihua al menos una vez por semana, por último la mayoría de ellas (45.5%) no estuvo ni de acuerdo ni en desacuerdo con enviar bolitas de kiwicha en la lonchera en lugar de galletas o snack. (Figura 1)

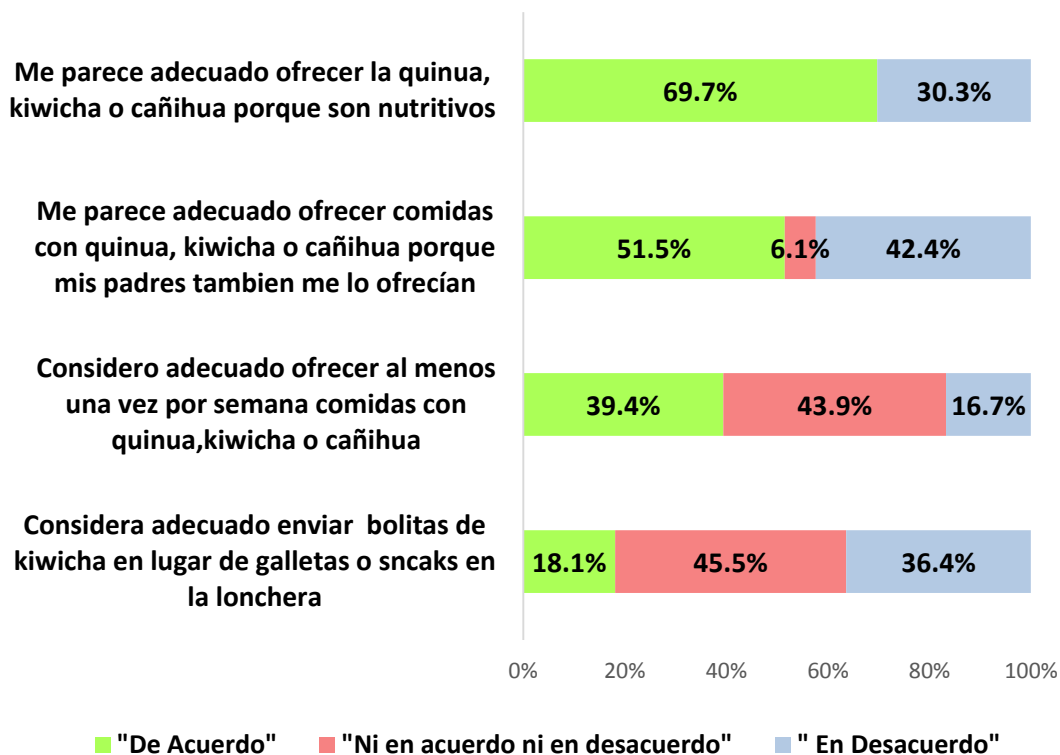


Figura 1. Distribución de madres según su actitud hacia las afirmaciones positivas sobre el uso de la quinua, kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar en la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015 (n=66)

Respecto a las afirmaciones negativas sobre uso de los granos andinos en la alimentación del preescolar, la mayoría de las madres (62%) estuvo de acuerdo en enviar néctares de fruta o bebidas azucaradas en la lonchera en lugar de refresco de quinua, más de la mitad de ellas (51.5%) estuvo de acuerdo con enviar dulces o golosinas en la lonchera en lugar de un postre de cañihua, Así mismo menos de la mitad de madres (42.4%) de las madres estuvo de acuerdo con que la quinua, kiwicha o cañihua son difíciles de preparar y el 42.4%, estuvo de acuerdo en que la quinua, kiwicha o cañihua solo se pueden preparar en bebidas. (Figura 2)

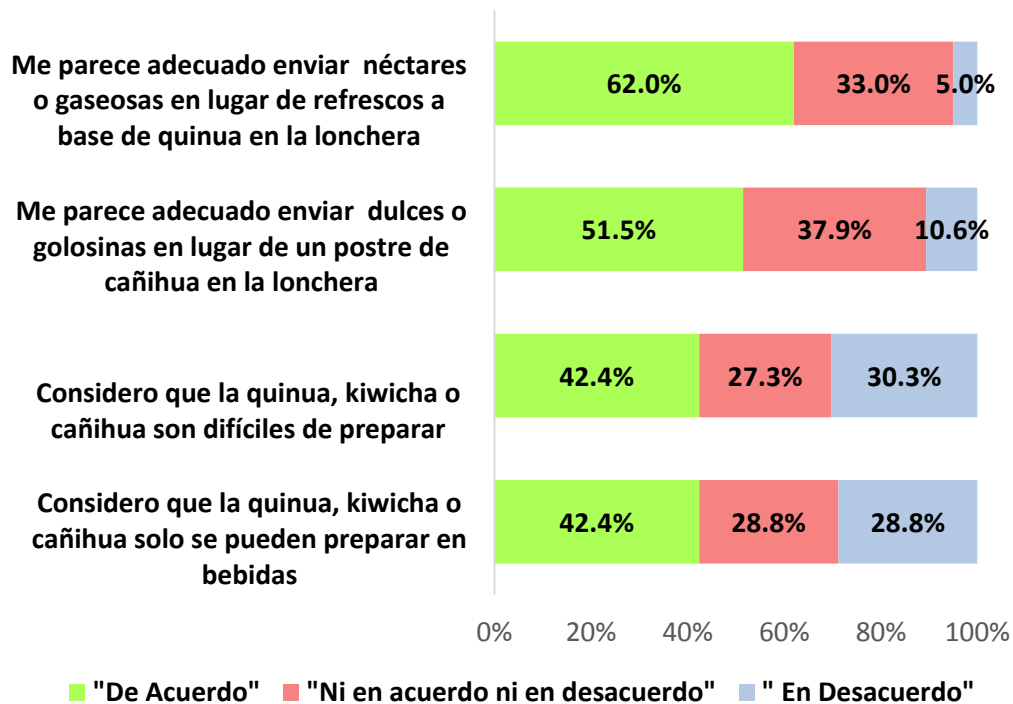


Figura 2. Distribución de madres según su actitud hacia las afirmaciones negativas sobre el uso de la quinua, kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar en la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015 (n=66)

4.4 Prácticas de madres sobre el uso de granos andinos en la alimentación del preescolar

El 44% de las madres manifestó usar la quinua 1 a 2 veces por mes en la alimentación del niño preescolar. En cuanto a la kiwicha el 91% de las madres manifestó no usar la kiwicha; por último, ninguna madre manifestó usar la cañihua. (Figura 3)

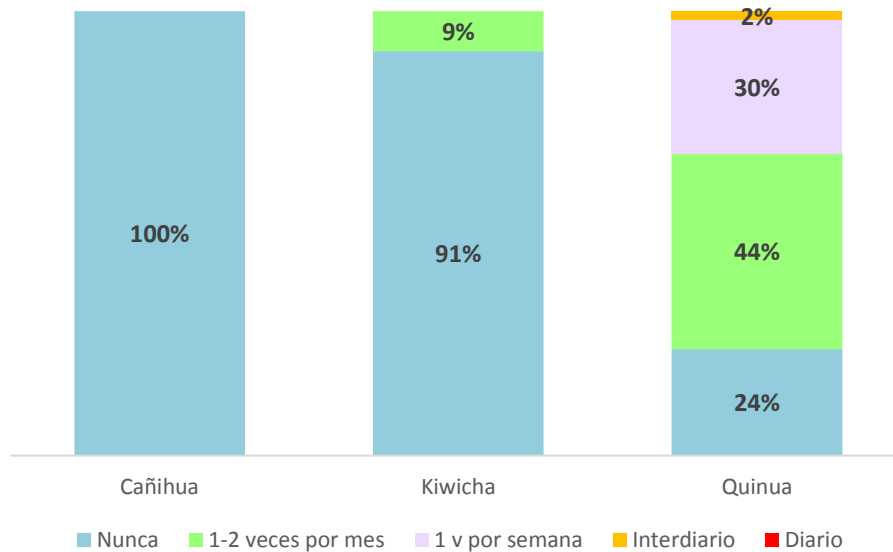


Figura 3. Distribución de madre según frecuencia de uso la quinua, kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar en la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015. (n=66)

Respecto al procedimiento de limpieza de la quinua antes de la preparación, la totalidad de ellas (100%) manifestó someter a limpieza la quinua, la mayoría de ellas (92%) lavaba más de una vez a quinua y la mayoría (86%) de ellas manifestó escoger la quinua para eliminar posibles piedrecitas.

Respecto al tipo de preparaciones, de las madres que manifestaron usar la quinua (n=50) la mayoría de ellas (92%) la usó en guisos, 68% de ellas en bebidas y 8% en sopas, ninguna la uso en ensaladas ni en postres. (Figura 4). De las madres que manifestaron usar la kiwicha (n=6), todas manifestaron usarla en bebidas.

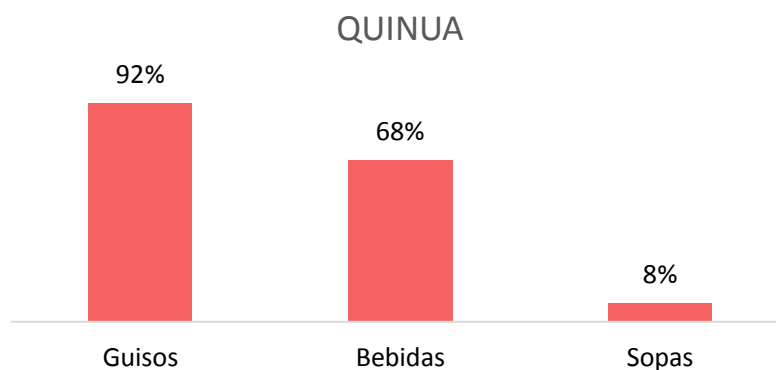


Figura 4. Tipo de preparaciones a base de quinua en la alimentación del preescolar según madres de preescolares de la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015.

Respecto a los alimentos que acompañan a los granos andinos, de las madres que manifestaron usar la quinua, la mayoría manifestó acompañar la quinua con el arroz seguido de la leche. (Figura 5) De las pocas madres que manifestaron usar la kiwicha, la mayoría manifestó acompañarla con leche seguido del azúcar.

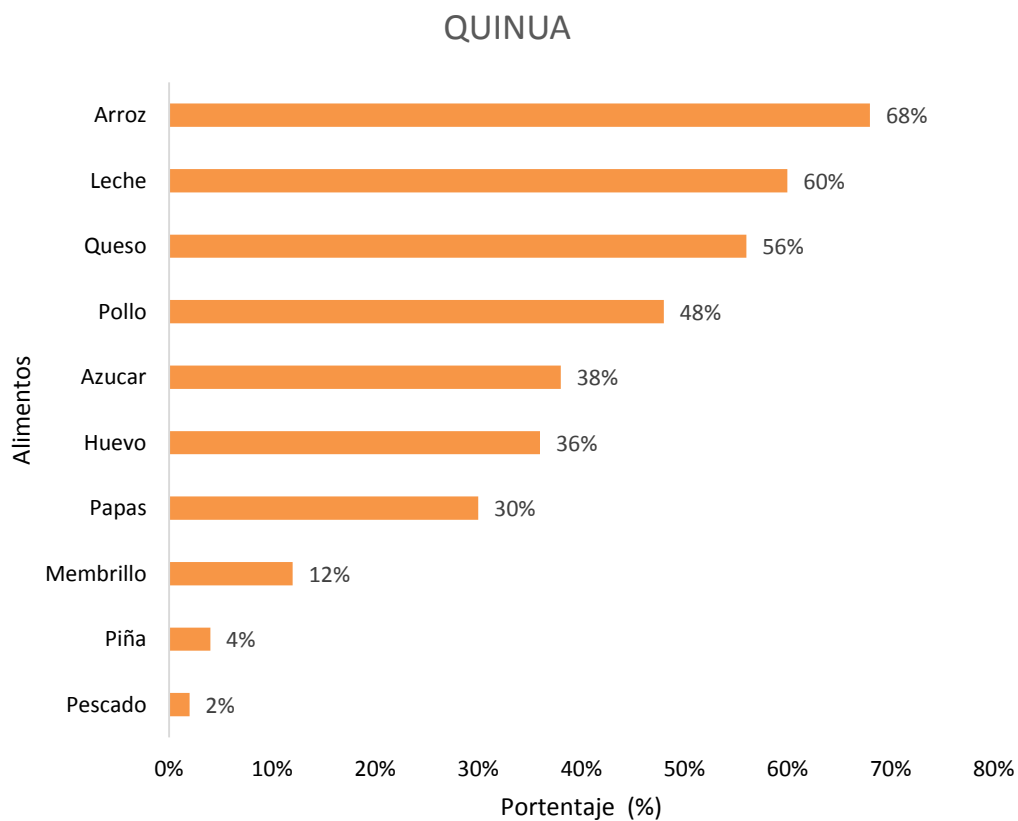


Figura 5. Alimentos que acompañan la quinua en la alimentación del preescolar según madres de niños preescolares de la institución educativa inicial Divino Niño Jesús, Lima 2015.

V. DISCUSIÓN

El presente estudio encontró que la mayoría de madres tuvo un nivel de conocimiento medio, actitudes desfavorables y en las prácticas, muy pocas madres usaban la kiwicha, ninguna usó la cañihua y la quinua fue el único grano andino que la mayoría de madres usó en la alimentación del niño en edad preescolar, evidenciado que se debe tener en cuenta el comportamiento de las madres para fomentar el consumo de los granos andinos en la etapa preescolar, ya que son los padres o encargados de la alimentación del niño los responsables de proveer una variedad de alimentos nutritivos ⁽³⁰⁾.

En relación a los conocimientos maternos sobre el uso de la quinua, kiwicha y cañihua en la alimentación del preescolar, la mayoría de madres presentó un nivel de conocimiento medio. Este resultado coincide con lo hallado por Córdova ⁽³³⁾ en el 2014 en Lima, que también halla que la mayoría de madres presentó conocimientos de nivel medio acerca de alimentación del preescolar a base de la quinua, kiwicha y cañihua. Por otro lado fue diferente a lo hallado por Concha ⁽³²⁾, en el 2007 en Puno, quien encontró que la mayoría de padres de familia presentó un nivel de conocimiento bueno, aunque es preciso resaltar que dicho estudio se realizó en una zona productora por excelencia de los granos andinos, lo cual podría ser un factor relevante para el uso de estos alimentos.

Con respecto a las preguntas de conocimientos sobre la importancia del consumo de los granos andinos, más de la mitad de las madres desconocía que el consumo de la quinua, kiwicha y cañihua favorecen el desarrollo cerebral y el crecimiento del niño. Similar resultado fue encontrado por Pérez ⁽³¹⁾ en el 2007, en Ecuador, donde halla que casi la totalidad de las madres desconocía el valor nutritivo de la quinua, concluyendo que dicho desconocimiento influye en el aprovechamiento de éste alimento. En tanto, el resultado del presente estudio sugiere brindar mayor información a las madres sobre los beneficios del consumo de los granos andinos mediante estrategias educativas que mejoren el nivel de conocimientos y que éstos sean llevados a la práctica.

Dentro las actitudes positivas el 69.7% de ellas estuvo de acuerdo con ofrecer la quinua, kiwicha o cañihua por ser nutritivos, éste resultado es similar a lo hallado por Pérez ⁽³¹⁾, donde halló que el 79% de padres de familia, de una institución educativa parroquial de niños en edad escolar, estaría dispuesto a balancear la dieta de sus hijos con la quinua o

con productos elaborados de éste grano. El resultado hallado en el presente estudio parece demostrar que las madres tienen la predisposición de incluir los granos andinos en la alimentación de sus hijos al considerarlos nutritivos. Por tal motivo es necesario incidir en las actitudes maternas para el cambio de comportamiento ya que facilita la adopción de prácticas saludables ^(34,35).

Dentro de las actitudes negativas el 62% de las madres estuvo de acuerdo con enviar néctares o gaseosas en lugar de refrescos a base de quinua y el 51.5% de ellas estuvo de acuerdo con enviar dulces o golosinas en lugar de un postre de cañihua. Demostrando que las madres tienen la predisposición de enviar alimentos industrializados como gaseosas, néctares y dulces antes que algún alimento a base de granos andinos. Como lo reportado por Mamani y Arauz donde encontraron que la mayoría de madres enviaba jugos procesados, golosinas y snacks en las loncheras de los preescolares ^(36,37). Estos resultados refuerzan la propuesta de brindar información sobre el uso de los granos andinos como alternativa para la inclusión de éstos en los refrigerios escolares saludables, así como motivar el hábito de consumo de la quinua, kiwicha y cañihua en los preescolares como papel formador de los hábitos saludables.

Respecto a la frecuencia de uso de los granos andinos, la mayoría de las madres (44%) manifestó usar la quinua 1 a 2 veces por mes, 91% de ellas nunca usó la kiwicha y el 100% de ellas nunca usó la cañihua en la alimentación del preescolar. Estos resultados muestran que las madres casi no incluyen los granos andinos en la dieta del preescolar, lo que es muy preocupante porque además de proporcionar variedad a la dieta del niño, son alimentos reconocidos por su aporte de aminoácidos esenciales, vitaminas y minerales capaces de mejorar la alimentación del niño.

Según Hernández un factor limitante para el consumo de la quinua es el contenido de saponinas ⁽³⁸⁾, dicho componente se localiza en el pericardio del grano y es la sustancia que le da el sabor amargo a la quinua; por ello deben ser eliminadas del grano para poder ser consumida, así el lavar sucesivamente la quinua con agua, es un método tradicional para extraer las saponinas ⁽¹⁰⁾. En el presente estudio la totalidad de las madres manifestó someter a limpieza la quinua antes de usarla y la mayoría de ellas manifestó lavar la quinua más de una vez, lo que evidencia un proceder adecuado para el consumo de la quinua.

Respecto al tipo de preparación a base de quinua, casi la totalidad de madres la usó en los guisos. Cabe señalar como posible explicación que las madres conocen el valor nutritivo de los guisos, como lo demuestra un estudio realizado por Gamarra y cols donde la mayoría conoce que el segundo alimenta más que la sopa y la mayoría de ellas dijo estar de acuerdo con brindar preparaciones espesas ⁽³⁹⁾. El resultado del presente estudio pone de manifiesto que las madres prefieren ofrecer los guisos en la alimentación del niño, lo cual es una de las prácticas alimentarias recomendadas para cubrir el requerimiento calórico del niño ya que ofrecer alimentos de alta densidad energética en un volumen pequeño permiten aportar la cantidad de calorías que demanda su organismo ⁽⁴⁰⁾. De las madres que usaron la kiwicha, todas la usaron en bebidas. Este resultado nos muestra que es necesario brindar mayor información sobre las formas de preparación de los granos andinos en la alimentación del preescolar.

Una de las limitaciones del estudio es que los resultados no pueden ser extrapolados o generalizados a otras poblaciones porque no es el fin de este estudio; sin embargo, se destaca como fortaleza que las madres cumplían con los criterios de elegibilidad. Además el abordar los conocimientos, actitudes y prácticas maternas permiten visualizar mejor el comportamiento de las madres.

Finalmente los resultados de esta investigación demuestran que la quinua es el único grano andino que la mayoría de madres usa en la alimentación de su hijo, dejando de lado a la kiwicha y cañihua. Por lo que es importante promover el uso de estos tres granos andinos en la dieta del niño. Para ello es necesario considerar a las madres como agentes clave para la adopción de prácticas que incluyan alimentos que promuevan la salud del niño y con ello su desarrollo integral.

VI. CONCLUSIONES

- La mayoría de las madres presentó un nivel de conocimiento medio respecto al uso de los granos andinos en la alimentación del preescolar, mientras no hubo mayor diferencia entre el nivel de conocimiento bajo y nivel de conocimiento alto.
- La mayoría de las madres tuvo actitudes desfavorables sobre el uso de los granos andinos en la alimentación del preescolar.
- La mayoría de madres manifestó usar la quinua 1 a 2 veces por mes, de ellas casi la totalidad la usó en guisos, de los alimentos que la acompañan los más resaltantes fueron el arroz, leche, queso y carne de pollo. Pocas madres usaron la kiwicha; de ellas, casi todas la usaron en bebidas y la acompañaban con leche y azúcar; por último ninguna madre manifestó usar la cañihua en la alimentación del preescolar.

VII. RECOMENDACIONES

Para los investigadores

- Continuar realizando investigaciones tanto en zonas urbanas como rurales, sobre todo del tipo cualitativas, que nos permitirá explorar los factores relacionados al uso de la quinua, kiwicha y cañihua, de tal manera se puedan tener en cuenta como parte de un plan integrado para promover el uso de los granos andinos en la alimentación del niño.

Para las escuelas de inicial

- Apoyar los procesos de investigación de éste tipo y propiciar de los ambientes y tiempo apropiado para los investigadores, siempre que los procedimientos se ajusten a los aspectos éticos de toda investigación científica.
- Implementar sesiones educativas dirigidas a los padres de familia que incluyan la importancia del consumo de los granos andinos, las formas de uso, tipos de preparación a base de estos alimentos y sobre todo su uso en las loncheras escolares; junto con sesiones prácticas para lograr mayor impacto en la población objetivo.

Para el Ministerio de Educación y Salud

- Implementar programas de capacitación y difusión de los beneficios del consumo de granos andinos, donde se considere la participación tanto de los niños como de los padres y docentes, con ello motivar e incentivar las conductas alimentarias saludables, tanto en el colegio como el hogar.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. United National Children's Fund, WHO-World Bank Group joint child malnutrition estimates. Levels and trends in child malnutrition. Key finding of the 2015 edition. FAO; 2015.
2. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Panorama de la Inseguridad Alimentaria en America Latina y el Caribe, 2015. Santiago de Chile: FAO; 2015.
3. Instituto Nacional de Estadística e Informática: Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2014. INEI Perú, 2015.
4. Martinez R, Fernández A. Impacto social y económico de la desnutrición infantil en Centroamérica y República Dominicana. Naciones Unidas, Santiago de Chile: PMA, CEPAL; 2007.
5. Beltran A, Seinfeld J. Desnutrición Crónica Infantil en el Perú: Un problema persistente. Centro de Investigación de la Universidad del Pacífico, 2009.
6. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Estado Mundial de la Infancia 1988. Ginebra Suiza: UNICEF; 1988.
7. Miranda M, et al. Tendencias en el consumo de energía y nutrientes de niños peruanos menores de 5 años en el periodo 1997–2001. Rev Peru Med Exp Salud Pública. 2004; 21(4): 240-252.
8. Instituto Nacional de Salud, Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Informe de resultados de la energía y otros nutrientes en niños de 6 a 35 meses de edad según MONIN 2008-2010. Perú, 2012.

9. Martínez R, Palma A. Cerrando la brecha Modelo para estimar el costo de erradicar la desnutrición crónica y las deficiencias de micronutrientes. 2015. CEPAL-Series Manuales: 84.
10. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) La quinua, cultivo milenario para contribuir a la seguridad alimentaria mundial. Oficina regional de la FAO para América Latina y el Caribe; 2011.
11. Jacobsen S, Iteno K, Mujica A. Amaranto como un cultivo nuevo en el norte de Europa. Rev Agronomía Tropical. 2002; 52(1): 109-119.
12. Mujica A, Jacobsen, S. La quinua (*Chenopodium quinoa* Willd.) y sus parientes silvestres. Botánica Económica de los Andes Centrales. 2006: 449-457.
13. Ayala G. Aporte de los cultivos andinos a la nutrición humana. Raíces Andinas: Contribuciones al conocimiento y a la capacitación. Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2004: 101-112.
14. Montoya J. Estimación del consume de la quinua en la ciudad de Oruro [libro electrónico]. Oruro - Bolivia: Fundación AUTAPO; 2007 [Consultado: 18 de febrero de 2016]. Disponible en: <http://documents.mx/documents/estimacion-del-consumo-de-la-quinua-en-la-ciudad-de-oruro-montoya-ch-juan-crm.html>
15. Poma J. Descripción, análisis y revalorización de las formas de uso, preparación y consumo tradicional de la cañihua [Tesis]. Bolivia; 2007.

16. Nava M, Pérez A, Herrera H, Hernández R. Hábitos alimentarios, actividad física y su relación con el estado nutricional antropométrico de preescolares. Rev. Chil. Nutr. 2011; 38(3): 301-312.
17. Higuera N. Relación del agroecosistema quinua con los medios de vida y seguridad alimentaria de pequeños productores de la zona andina colombiana [Tesis doctoral]. Costa Rica; 2011.
18. Mujica Sánchez, Á. Potencialidades de los cultivos andinos en el desarrollo nacional y su riqueza nutricional y cultural. Revista de Análisis Thaki. 2009: 19-26.
19. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Dirección demográfica e indicadores sociales. Consumo per capita de los principales alimentos 2008-2009. Perú: INEI; 2009.
20. Ministerio de Agricultura y Riego. Quinoa Peruana Situación actual y perspectivas en el Mercado nacional e internaciona al 2015. Lima: Dirección General de Políticas Agrarias; 2015. Estudio Técnico: 1-2015.
21. Mukuria A, Cushing J, Sangha J. Nutritional status of children: Results from the demographic and Health Surveys 1994 – 2001. Maryland EEUU: MEASURE DHS Comparative Reports; 2005.
22. Bacallao J, Peña M, Diaz A. Reducción de la desnutrición crónica en las bases biosociales para la promoción de la salud y el desarrollo. Rev Panam Salud Pública. 2012; 32(2): 145-150.

23. Domínguez P, Olivares S, Santos J. Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. Archivos Latinoamericanos de Nutrición. 2008; 58(3): 249-255.
24. Alcázar L, Marini A, Walker I. El rol de las percepciones y los conocimientos de las madres en el estado nutricional de sus niños. En: GRADE, editor. Salud, interculturalidad y comportamiento de riesgo. Lima Perú: Grupo de Análisis para el Desarrollo Salud, interculturalidad y comportamiento de riesgo GRADE; 2011. p. 15-83.
25. Busdiecker S, Castillo C, Salas I. Cambios en los hábitos de alimentación durante la infancia: una visión antropológica. Rev Chil Pediatr. 2000; 71(1): 5-11.
26. Bourges H. Costumbres, prácticas y hábitos alimentarios deseables e indeseables. 1988. Archivos Latinoamericanos en nutrición. 1988; 38(3):766-779.
27. Elejabarrieta F, Iñiguez L. Construcción de escalas de actitud, tipo Thurstone y Likert. Rev electrónica La Sociología en sus escenarios. [Revista en línea] 2008 [Consultado 10 de abril 2015] Disponible en: <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/ceo/article/view/6820>.
28. Black M, Creed H. ¿Cómo alimentar a los niños? La práctica de conductas alimentarias saludables desde la infancia Rev Perú Med Exp Salud Pública. 2012; 29(3): 373-378.
29. Murillo A., Rodríguez, S. Conocimientos, actitudes y prácticas de madres de escolares con respecto a los frijoles. *Agronomía Mesoamericana*, 2004 1(1), 277-289.

30. Vasquez E, Romero E. Esquemas de Alimentación saludable en niños durante sus diferentes etapas de la vida. Parte II. Preescolares, escolares y adolescents. Boletín médico del Hospital Infantil de México. 2008; 65(6): 605-615.
31. Pérez A. El desconocimiento del valor nutritivo de la harina de quinua (*Chenopodium quinoa*) y la incidencia en el consumo en niños de edad escolar de la parroquia El Rosario del cantón Pelileo; 2007.
32. Concha M. Efectividad del programa “Come lo nuestro” en los conocimientos, actitudes y prácticas sobre el consumo de quinua, cañihua y kiwicha en alumnos del sexto grado de primaria y sus familiares del colegio adventista del Titicaca, Puno, Perú, 2007. Revista Científica de Ciencias de la Salud. 2010. 3(3): 34-39.
33. Córdova L, Flores N. Efecto de una intervención educativa en el conocimiento de madres y estado nutricional del niño utilizando productos oriundos peruanos. Cuidado y Salud/ KAWSAYNINCHIS. 2014;1(1).
34. Arnau L, Montané J. Aportaciones sobre la relación conceptual entre actitud y competencia desde la teoría del cambio de actitudes. Electronic Journal of Research in Educational Psychology. 2010; 8(3):1283-1302.
35. Jenkins D. Mejoremos la salud a todas las edades. Un manual para el cambio de comportamiento. OPS. Publicación Científica y Técnica N° 590.
36. Mamani S. Efectividad de un programa educativo en los conocimientos y prácticas de padres de niños preescolares sobre el contenido de la lonchera, IEI N° 326 María Motessori, distrito de Comas 2010 [Tesis]. Perú; 2010.

37. Aráuz G. Relación entre conocimientos actitudes y prácticas alimentarias sobre el desayuno, lonchera y almuerzo de las madres de los niños preescolares de 2 a 5 años que asisten al centro municipal de educación inicial Mundo infantil y su estado nutricional durante el Segundo quimestre del periodo escolar 2012-2013. [Tesis] Perú; 2013.
38. Hernandez R. Obtención de crudos de saponinas hipocolesteromizantes del *Chenopodium quinoa* Willd. Rev Cub Med Mil. 1997. 26(1).
39. Gamarra R, Porroa M, Quintana M. Conocimientos, actitudes y percepciones de madres sobre la Alimentación de niños menores de 3 años en una comunidad de Lima. An Fac Med 2010; 71(3): 179-183.
40. Instituto Nacional de Salud. Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre Alimentación y nutrición en madres de niños menores de tres años, gestantes y escolares. Perú 2004.

ANEXOS

ANEXO 1

CUESTIONARIO ACERCA DE CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE USO DE GRANOS ANDINOS EN LA ALIMENTACIÓN DEL PREESCOLAR DE MADRES EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, LIMA 2015

Datos generales

Lugar de Nacimiento: Lima / Provincias: _____	Fecha: _____	Codigo: _____
Grado de instrucción: Ninguno/ Primaria/ Secundaria/ Superior	Edad: _____	
Ocupación: _____	Trabaja actualmente: Si /No	Estado civil: _____

Instrucciones: De las siguientes preguntas marque con un aspa (X) la alternativa que usted crea correcta respecto de granos andinos (quinua, kiwicha, cañihua).

I. SECCIÓN DE CONOCIMIENTOS

1	Se le mostrará los granos andinos, cada uno tiene una letra (A, B, C), identifíquelos colocando el nombre de cada grano en el recuadro
---	--

A	B	C

N°	PREMISAS	SI	NO
2	¿Se puede ofrecer la quinua, kiwicha o cañihua al niño (a) partir de los 6 meses?		
3	¿El consumo de la quinua, kiwicha o cañihua favorece el crecimiento de su hijo (a)?		
4	¿Deben la quinua, kiwicha o cañihua ser utilizados frecuentemente en las comidas de su hijo(a)?		
5	¿Cree que el consumo de la quinua, kiwicha o cañihua favorece el desarrollo cerebral de su hijo(a)?		
6	¿Deben la quinua, kiwicha o cañihua ser sometidos a limpieza antes de usarlos?		
7	¿El consumo de la quinua, kiwicha o cañihua evitaría que su hijo(a) se enferme?		
8	¿La quinua, kiwicha o cañihua poseen fibra?		
9	¿La quinua, kiwicha y cañihua poseen calcio?		
10	¿Cree que el lavado de la quinua evitaría un sabor amargo?		

II. SECCIÓN DE ACTITUDES

Nº	Items	Puntuación		
		De acuerdo	Ni de acuerdo Ni en desacuerdo	En desacuerdo
	<p>A continuación se presentan afirmaciones sobre el uso de granos andinos en la alimentación de niños (as) de 3 a 5 años.</p> <p>Marque con una aspa (X) si la está de acuerdo, en desacuerdo, o ni de acuerdo ni en desacuerdo ante tales afirmaciones.</p>			
1	Me parece adecuado enviar en la lonchera de mi hijo(a) néctares de fruta o bebidas azucaradas en lugar de refrescos a base de quinua	C	B	A
2	Considera adecuado enviar en la lonchera de su hijo (a) bolitas de kiwicha en lugar de galletas o snacks	A	B	C
3	Me parece adecuado enviar en la lonchera de mi hijo (a) dulces o golosinas en lugar de un postre de cañihua.	C	B	A
4	Me parece adecuado ofrecer comidas a base de quinua, kiwicha o cañihua porque mis padres también me lo ofrecían	A	B	C
5	Considero adecuado ofrecer comidas a base de quinua, kiwicha o cañihua porque una amiga o conocida los usa.	A	B	C
6	Considero que la quinua, kiwicha o cañihua son difíciles de preparar	C	B	A
7	Me parece adecuado ofrecer a mi hijo (a) comidas a base de quinua, kiwicha o cañihua porque son nutritivos	A	B	C
8	Considero que la quinua, kiwicha o cañihua solo se pueden preparar en bebidas	C	B	A

II. SECCIÓN DE PRÁCTICAS

Instrucciones: Marque con un aspa (x) l alternativa que usted crea conveniente

1. **¿Con qué frecuencia prepara la QUINUA? (Marque solo una alternativa)**
 - a. Diario
 - b. Interdiario
 - c. 1 vez a la semana
 - d. 1 a 2 veces al mes
 - e. Nunca (*Pase a la pregunta 7*)

2. **¿Somete a limpieza la QUINUA antes de la preparación?**
 - a. Si
 - b. No

3. **Antes de la preparación de la QUINUA ¿Escoge la quinua para eliminar posibles piedrecitas?**

- a. Si
- b. No

4. **Antes de la preparación ¿Lava más de una vez la QUINUA?**

- c. Si
- d. No

5. **¿En qué preparaciones utiliza la QUINUA? (Puede marcar más de una alternativa)**

- a. Bebidas b. Sopas c. Ensaladas d. Guisos e. Postres f. Otros: _____

6. **¿Con qué alimentos acompaña a la QUINUA?**

(Puede marcar más de una alternativa)

- a. Papas d. Pollo g. Huevo j. Azúcar
- b. Arroz e. Pescado h. Queso k. Membrillo
- c. Camote f. Res i. Leche l. Piña

7. **¿Con qué frecuencia prepara la KIWICHA? (Marque solo una alternativa)**

- a. Diario
- b. Interdiario
- c. 1 vez a la semana
- d. 1 a 2 veces al mes
- e. Nunca (*Pase a la pregunta 10*)

8. **¿En qué preparaciones utiliza la KIWICHA? (Puede marcar más de una alternativa)**

- b. Bebidas b. Sopas c. Ensaladas d. Guisos e. Postres f. Otros: _____

9. **¿Con qué alimentos acompaña a la KIWICHA?**

(Puede marcar más de una alternativa)

- a. Papas d. Pollo g. Huevo j. Azúcar
- b. Arroz e. Pescado h. Queso k. Membrillo
- c. Camote f. Res i. Leche l. Piña

10. **¿Con qué frecuencia prepara la CAÑIHUA? (Marque solo una alternativa)**

- a. Diario
- b. Interdiario
- c. 1 vez a la semana
- d. 1 a 2 veces al mes
- e. Nunca (*Gracias por su participación*)

11. **¿En qué preparaciones utiliza la CAÑIHUA? (Puede marcar más de una alternativa)**

- a. Bebidas b. Sopas c. Ensaladas d. Guisos e. Postres f. Otros: _____

12. **¿Con qué alimentos acompaña a la CAÑIHUA?**

(Puede marcar más de una alternativa)

- a. Papas d. Pollo g. Huevo j. Azúcar
- b. Arroz e. Pescado h. Queso k. Membrillo
- c. Camote f. Res i. Leche l. Piña

Gracias por su participación

ANEXO 2

Formato de Consentimiento Informado

Investigadora: Roxana Baltazar Ñahui

Estimada Madre de familia

Propósito

La Universidad Nacional Mayor de San Marcos realiza estudios para preservar la salud y el estado nutricional. La desnutrición infantil afecta la salud de los niños y pone en riesgo su funcionamiento y desarrollo de su cuerpo y de sus capacidades. Actualmente afecta a muchos niños peruanos y se ha dejado de consumir alimentos como los granos andinos que proporcionan variedad a la dieta, porque constituyen fuentes importantes de nutrientes.

Participación

Este estudio pretende conocer los conocimientos, actitudes y prácticas sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar de madres. Si usted participa podremos fortalecer sus conocimientos, contribuir a ayudarlas a adoptar actitudes favorables y prácticas adecuadas para lograr cambios que se mantengan en el tiempo y podrían solucionar problemas nutricionales en sus hijo(as) si se incorpora a los granos andinos en la dieta diaria.

Riesgo del Estudio

Este estudio no representa ningún riesgo para usted ni para su hijo (a). Su participación es valiosa.

Beneficios del Estudio

Es importante señalar que con su participación se obtendrá información valiosa para fortalecer sus conocimientos, contribuir a ayudar a adoptar actitudes favorables y prácticas adecuadas.

Costo de la Participación

La participación en el estudio no tiene ningún costo para usted ni para la Institución Educativa

Confidencialidad

Toda la información obtenida en el estudio es completamente confidencial, solamente los miembros del equipo de trabajo conocerán los resultados y la información.

Se le asignará un número (código) a cada una de las participantes, y este número se usará para el análisis, presentación de resultados, publicaciones etc.; de manera que el nombre de la participación permanecerá en total confidencialidad. Con esto ninguna persona ajena a la investigación podrá conocer los nombres de las participantes.

Requisitos de Participación

Las posibles candidatas deben ser madres de familia que utilicen granos andinos en la alimentación de sus hijos en edad preescolar y que acepten participar voluntariamente en el Estudio. Sin embargo si usted no desea participar el estudio por cualquier razón, puede retirarse con toda libertad sin que esto represente algún gasto, pago o consecuencia negativa por hacerlo.

Donde conseguir información

Para cualquier consulta, queja o comentario favor comunicarse con Roxana Baltazar Ñahui al teléfono 5703941 en horario de oficina, donde con mucho gusto serán atendidos.

Declaración Voluntaria

Yo he sido informada del objetivo del estudio, he conocido los riesgos, beneficios y la confidencialidad de la información obtenida. Entiendo que la participación en el estudio es gratuita. He sido informada de la forma de cómo se realizará el estudio y de cómo se obtendrá la información. Estoy enterada también que puede de participar o no continuar en el estudio en el momento en el que lo considere necesario, o por alguna razón específica, sin que esto represente que tenga que pagar, o recibir alguna represalia de parte del equipo, del colegio o de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Por lo anterior acepto voluntariamente participar en la investigación de:

“Conocimientos, actitudes y prácticas sobre uso de granos andinos en la alimentación del preescolar de madres en una Institución Educativa, Lima 2015”

Nombre del participante:

Firma _____ Fecha: ____/____/2015

Dirección _____ Fecha de Nacimiento ____/____/____

ANEXO 3

GALERIA FOTOGRÁFICA



Fotografía 1. Aplicación de la encuesta a una madre de niño de 5 años de la institución educativa inicial 541 Divino Niño Jesús



Fotografía 2. Aplicación de la encuesta a una madre de niña de 3 años de la institución educativa inicial 541 Divino Niño Jesús