



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA

**Nivel de conocimiento sobre anemia y su asociación con hábitos alimentarios
en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año
2023**

TESIS

Para optar el título profesional de Médico Cirujano

AUTOR

Chipana Portella, Alvaro André (0000-0002-7665-4284)

ASESOR

Llanos Tejada, Félix Konrad (0000-0003-1834-1287)

Lima, Perú

2023

Metadatos Complementarios

Datos de autor

AUTOR: Chipana Portella, Alvaro André

Tipo de documento de identidad del AUTOR: DNI

Número de documento de identidad del AUTOR: 74893596

Datos de asesor

ASESOR: Llanos Tejada, Félix Konrad

Tipo de documento de identidad del ASESOR: DNI

Número de documento de identidad del ASESOR: 10303788

Datos del jurado

PRESIDENTE: Cucho Espinoza, Carolina

DNI: 42234332

ORCID: 0000-0003-3529-4830

MIEMBRO: Vera Ponce, Víctor Juan

DNI: 46070007

ORCID: 0000-0003-4075-9049

MIEMBRO: Pichardo Rodríguez Rafael Martin De Jesús

DNI: 46687078

ORCID: 0000-0003-3316-4557

Datos de la investigación

Campo del conocimiento OCDE: 3.00.00

Código del Programa: 912016

DEDICATORIA

*A Dios que me ha dado la
oportunidad de estudiar esta
hermosa ciencia llamada
Medicina, por siempre ayudarme,
animarme y levantarme en
momentos adversos.*

*A mis padres Néstor y Débora y a
mis hermanos Néstor y Giulianna
por su amor incondicional y ayuda
en cada momento, por el apoyo
dado a través de palabras y
acciones.*

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por toda la ayuda, fortaleza y amor que me ha mostrado durante todos los años de estudio y durante toda la realización de este trabajo. A mi familia, por su gran amor y apoyo en cada momento y a mi abuelita Lina que fue mi soporte en todo momento y sus enseñanzas y perseverancia en el amor a Dios que han marcado mi vida.

Agradezco a maestros, tutores y amigos que, con su apoyo durante todos estos años, con sus palabras y acciones, han sido de mucha ayuda para progresar y terminar la meta.

Agradezco a mi asesor Félix Llanos Tejada por compartir sus conocimientos y guiarme en la realización y finalización del presente trabajo de investigación.

RESUMEN

Introducción: La Organización Mundial de la Salud afirma que casi el 40% de las embarazadas en el mundo sufren de anemia. En América Latina, El Perú presenta el 29,6% de las gestantes afectadas por esta enfermedad, siendo una de las causas la alimentación inadecuada. **Objetivo:** Determinar asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia y los hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023. **Métodos:** El diseño de la investigación es cuantitativo, observacional, analítico de corte transversal; el tipo de muestreo fue por conveniencia y se conformó con una muestra de 164 gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo. Los datos se obtuvieron a través de la encuesta y se utilizaron los programas SPSS v.29 y STATA v.16 para los análisis estadísticos para obtener el RP ajustado con un intervalo de confianza de 95% y significancia $p < 0.005$. **Resultados:** En el análisis bivariado el lugar de procedencia ($p = 0.001$), la paridad ($p < 0.001$) y el nivel de conocimiento sobre anemia ($p < 0.001$) tuvieron una asociación estadísticamente significativa con los hábitos alimentarios. En el análisis multivariado se obtuvo que gestantes que tienen procedencia rural tienen 1,60 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados (RPa: 1,60 IC 95%: 1,14-2,25), las primigestas tienen 1,81 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados (RPa: 1,81 IC 95%: 1,05-3,13) y un nivel de conocimiento bajo sobre anemia tienen 2,54 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados (RPa: 2,54 IC 95%: 1,47-4,37). **Conclusiones:** Se encontró la asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia, lugar de procedencia y la paridad con los hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

Palabras clave: Hábitos Alimentarios, Conocimiento, Anemia (DeCS).

ABSTRACT

Introduction: The World Health Organization states that almost 40% of pregnant women in the world suffer from anemia. In Latin America, Peru presents 29.6% of pregnant women affected by this disease, one of the causes being inadequate nutrition. **Objective:** To determine the association between the level of knowledge about anemia and eating habits in pregnant women at the Villa María del Triunfo Maternal and Child Center in the year 2023. **Methods:** The research design is quantitative, observational, analytical, cross-sectional; The type of sampling was for convenience and was made up of a sample of 164 pregnant women from the Villa María del Triunfo Maternal and Child Center. The data was obtained through the survey and the SPSS v.29 and STATA v.16 programs were used for the statistical analyzes to obtain the adjusted PR with a confidence interval of 95% and significance $p < 0.005$. **Results:** In the bivariate analysis of the place of origin ($p = 0.001$), parity ($p < 0.001$) and the level of knowledge about anemia ($p < 0.001$) had a statistically significant association with eating habits. In the multivariate analysis, it was found that pregnant women of rural origin have a 1.60 times greater risk of having inadequate eating habits (RPa: 1.60; CI 95%: 1.14-2.25), primiparous women have 1.81 times higher risk of having inadequate eating habits (RPa: 1.81; CI 95%: 1.05-3.13) and a low level of knowledge about anemia have a 2.54 times greater risk of having inadequate eating habits (RPa: 2, 54; CI 95%: 1.47-4.37). **Conclusions:** The association between the level of knowledge about anemia, place of origin and parity with eating habits in pregnant women at the Villa María del Triunfo Maternal and Child Center in 2023 was found.

Key words: Feeding Behavior, Knowledge, Anemia (MESH).

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	2
1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	3
1.3 LÍNEA DE INVESTIGACIÓN NACIONAL Y DE LA URP	3
1.4 JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	4
1.5 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA.....	4
1.6 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	5
1.6.1 OBJETIVO GENERAL	5
1.6.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	5
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	6
2.1 ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN.....	6
2.2 BASES TEÓRICAS	11
2.3 DEFINICIÓN DE CONCEPTOS OPERACIONALES	18
CAPÍTULO III. HIPÓTESIS Y VARIABLES.....	20
3.1 HIPÓTESIS: GENERAL Y ESPECÍFICAS	20
3.2 VARIABLES PRINCIPALES DE LA INVESTIGACIÓN.....	21
CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA.....	22
4.1 TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	22
4.2 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	22
4.3 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	24
4.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	27
4.5 RECOLECCIÓN DE DATOS	28
4.6 TÉCNICA DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS	28
4.7 ASPECTOS ÉTICOS	28

CAPÍTULO V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	29
5.1 RESULTADOS	29
5.2 DISCUSIÓN DE RESULTADOS	36
CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	40
6.1 CONCLUSIONES	40
6.2 RECOMENDACIONES	41
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	42
ANEXOS	49
ANEXO 1: ACTA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE TESIS	49
ANEXO 2: CARTA DE COMPROMISO DEL ASESOR DE TESIS	50
ANEXO 3: CARTA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE TESIS, FIRMADO POR LA SECRETARÍA ACADÉMICA	51
ANEXO 4: CARTA DE ACEPTACIÓN DE EJECUCIÓN DE LA TESIS POR LA SEDE HOSPITALARIA CON APROBACION POR EL COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN	52
ANEXO 5: ACTA DE APROBACIÓN DEL BORRADOR DE TESIS	54
ANEXO 6: CERTIFICADO DE ASISTENCIA AL CURSO TALLER	55
ANEXO 7: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	56
ANEXO 8: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	59
ANEXO 9: FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS O INSTRUMENTOS UTILIZADOS	62
ANEXO 10: BASES DE DATOS (EXCEL, SPSS), O EL LINK A SU BASE DE DATOS SUBIDA EN EL INICIB-URP.....	69
ANEXO 11: RECIBO Y REPORTE DE ORIGINALIDAD DEL TURNITIN	70

LISTA DE TABLAS

TABLA N°1. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

TABLA N°2. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA Y HáBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

TABLA N°3. ANÁLISIS BIVARIADO ENTRE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS ASOCIADOS A LOS HáBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

TABLA N°4. ANÁLISIS BIVARIADO ENTRE NIVEL DE CONOCIMIENTO DE ANEMIA ASOCIADO A LOS HáBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

TABLA N°5. ANÁLISIS MULTIVARIADO ENTRE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS ASOCIADOS A LOS HáBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

TABLA N°6. ANÁLISIS MULTIVARIADO ENTRE NIVEL DE CONOCIMIENTO DE ANEMIA ASOCIADO A LOS HáBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud afirma que casi el 40% de las embarazadas en el mundo sufren de anemia.⁽¹⁾ En América Latina, El Perú presente el 29,6% de las gestantes afectadas por esta enfermedad, ubicándose entre los primeros de la región.⁽²⁾ Existen diversas etiologías de la anemia, una de ellas es una deficiente alimentación de vitaminas y minerales antes y durante la gestación.⁽³⁾ Esta inadecuada alimentación y limitada ingesta de nutrientes esenciales durante la gestación genera un impacto negativo al binomio madre-niño.⁽⁴⁾

En el Perú, el estado peruano, a través del Ministerio de Salud, ha fomentado diversos proyectos y ha establecido normas y políticas para evitar una mala alimentación durante la gestación, implementando consejerías nutricionales en los establecimientos de salud y enseñando acerca de la importancia del consumo de alimentos saludables ricos en fibra como también ricos en vitaminas y minerales como el hierro y los alimentos que lo contienen para que puedan tener el conocimiento sobre cómo prevenir la anemia.⁽⁵⁾ Sin embargo, a pesar de estas políticas, en los últimos estudios realizados el problema de la anemia sigue estando dentro de las primeras patologías que afectan a las gestantes en el Perú.⁽⁶⁾

Debido a ello, valorar el conocimiento que la gestante tiene acerca de la anemia y el cómo debe prevenirla durante la gestación a través de una buena alimentación es de suma importancia.⁽⁷⁾

Por tal motivo se efectuó esta investigación teniendo como objetivo valorar la asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia y los hábitos alimentarios en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La Organización Mundial de la Salud afirma que la anemia es uno de los grandes problemas de salud pública en todo el mundo que afecta a casi el 40% de las embarazadas, siendo la más común la anemia por deficiencia de hierro. ^(8,9)

En América Latina, se estima que el 37% de las gestantes sufren de anemia. ⁽¹⁰⁾ En el Perú, según ENDES 2017, tres de cada diez mujeres en estado de gestación (29,6%) padecen de anemia en el Perú, ⁽²⁾ siendo la malnutrición, hábitos alimentarios inadecuados y el limitado conocimiento de las gestantes sobre la prevención de la anemia una de las causas más importantes que la originan. ⁽¹¹⁾

En el distrito de Villa María del Triunfo, según el Análisis de Situación de Salud, en el año 2015 se evidenció que el 15,6% de las gestantes que se atendieron en centros de salud presentaron anemia, cifra que para el 2017 subió a 21% de las gestantes con esta afección. ⁽¹²⁾ Se pudo observar que, solo 46.2 % de las grávidas presentaba un nivel medio en el entendimiento del origen, síntomas y medidas preventivas sobre anemia, ⁽¹³⁾ observándose también que gran parte de las mujeres presentaban una inadecuada alimentación, debido a la ínfima ingesta de alimentos ricos en micro y macronutrientes esenciales como el hierro para prevenir esta enfermedad, entre otros. ⁽¹⁴⁾

La gestación es la etapa donde la mujer debe recibir múltiples cuidados, entre ellas el cuidado nutricional, debido a que en esta etapa se requiere un mayor consumo de micronutrientes y macronutrientes. Es importante que las gestantes tengan un adecuado conocimiento sobre una buena alimentación y la prevención de la anemia a través de los alimentos, en especial, los ricos en hierro. Una inadecuada e insuficiente ingesta de estos alimentos puede provocar en la madre un cuadro de anemia ferropénica y este a su vez afectar en el feto provocando la presencia de parto prematuro, oligohidramnios y bajo peso al nacer; Así como riesgos nutricionales durante los primeros meses de vida. ^(15,16)

Diversos trabajos de investigación han estudiado y encontrado que la anemia presente en las gestantes se encuentra asociada a ciertos factores de riesgo, siendo uno de ellos el nivel de conocimiento sobre anemia en las gestantes y hábitos alimentarios, así como otros factores como el nivel socioeconómico cultural, el grado de instrucción de la gestante, entre otros.⁽¹⁷⁻¹⁹⁾

Es por ello que, observándose el gran problema de salud pública que es la anemia en la gestación debida a los hábitos alimentarios que estas tienen, se realizará este estudio el cual determinaremos la asociación entre el nivel de conocimiento de anemia con los hábitos alimentarios en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023, mediante esta asociación se ayudará a implementar estrategias y mejorar el nivel de conocimiento y formar hábitos alimentarios preventivos contra la anemia en las gestantes que acuden a este Centro Materno Infantil.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

La pregunta elaborada fue:

¿Existe una asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia y hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023?

1.3 LÍNEA DE INVESTIGACIÓN NACIONAL Y DE LA URP

El trabajo se encuentra en las siguientes líneas de investigación:

- Prioridad Sanitaria nacional de investigación en Salud 2019 – 2023: “Malnutrición y anemia”.
- Tema Priorizado de Investigación de la Universidad Ricardo Palma en el Periodo 2021 – 2025: “Malnutrición y anemia”.

1.4 JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Abordar el tema del nivel de conocimiento de anemia en las gestantes y los hábitos alimentarios que presentan es de suma importancia ya que se han observado en diversos estudios el impacto que tiene una buena alimentación antes, durante y después de la gestación. En el Perú, la anemia es una enfermedad frecuente que afecta a niños, adultos mayores y también a las gestantes, siendo de gran interés nacional el como detectarla, tratarla y sobre todo prevenirla en los grupos mas vulnerables. En las gestantes se ha observado que la presencia de anemia durante el embarazo esta ligada a muchas causas, una de ellas es la inadecuada alimentación que presentan durante esta etapa lo que provoca una ingesta minima de micronutrientes y macronutrientes esenciales para la gestante como para el feto que está en desarrollo. Por todo ello, se procura conocer el nivel de conocimiento sobre anemia y los hábitos alimentarios de las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo, asimismo conocer si existe una relación entre estas dos variables.

Una vez obtenidos los resultados de este estudio se espera reforzar la educación nutricional en conjunto con el área de Nutrición. Asimismo, ofrecer capacitaciones y talleres donde permiten a las gestantes adquirir nuevos conocimientos sobre una adecuada alimentación y así contribuir a mejorar sus hábitos alimentarios.

1.5 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

- Delimitación espacial: Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo.
- Delimitación temporal: Durante el año 2023.
- Delimitación social: Gestantes atendidas en el área de Gineco-obstetricia.

1.6 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.6.1 OBJETIVO GENERAL

- Evaluar la asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia y los hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

1.6.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Indicar las características sociodemográficas de las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
- Evaluar el nivel de conocimiento de anemia en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
- Valorar los hábitos alimentarios de las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
- Relacionar las características sociodemográficas con los hábitos alimentarios en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
- Asociar el nivel de conocimiento de anemia con los hábitos alimentarios de las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES.

Ullah A, et al⁽¹⁹⁾ en su trabajo de investigación titulado “Prevalence of anemia and associated risk factors among pregnant women in Lahore, Pakistan” durante el año 2019. El objetivo fue determinar los factores asociados con la prevalencia de anemia materna entre mujeres de diferentes grupos de edad, siendo el estudio de diseño transversal que involucró a 390 mujeres embarazadas. En los resultados se evidenció que el 57,7 % de los participantes presentaba anemia y a través del análisis bivariado se mostró que menor educación ($p = 0,01$), ocupación como ama de casa ($p = 0,03$), menor ingreso ($p = 0,001$), residencia rural ($p = 0,028$) y mayor número de miembros de la casa ($p = 0,04$) fueron significativamente asociados con anemia materna. Se concluyó que los bajos ingresos fueron el único factor significativo asociado de forma independiente con la anemia materna y se recomendó las intervenciones, como el Programa de Apoyo Nutricional, para mejorar el estado nutricional de las mujeres embarazadas.

Appiah, et al⁽¹⁸⁾ realizó un estudio titulado “Knowledge of and Adherence to Anaemia Prevention Strategies among Pregnant Women Attending Antenatal Care Facilities in Juaboso District in Western-North Region, Ghana” 2020. El objetivo de este estudio fue evaluar la adherencia de las embarazadas a las estrategias de prevención de la anemia, recolectándose información descriptiva de corte transversal sobre el conocimiento y la adherencia a las estrategias de prevención de la anemia. Se observó que cerca de 13,5% de las gestantes tenían conocimiento alto sobre anemia, mientras que 58,4% y 28,1% tenían conocimiento medio y bajo, se evidenció también que menos de la mitad (39,1%) de las mujeres se adhirieron a las estrategias de prevención de la anemia, observándose una asociación significativa entre la adherencia a las estrategias de prevención de la anemia y su conocimiento sobre la anemia (AOR: 3,88, IC del 95 %: 1,32).

Yakar, et al⁽²⁰⁾ en su estudio “Prevalence of Anemia and Associated Risk Factors among Pregnant Women, What is the Role of Antenatal Care in Prevention? A Cross-sectional Study” Realizado en Turquía, 2021, cuyo objetivo fue determinar la prevalencia de anemia con los factores asociados en mujeres embarazadas y el efecto de la práctica de la

medicina familiar y los servicios de atención prenatal brindados por médicos de familia para la prevención de la anemia en el embarazo. El tipo de estudio fue transversal de base comunitaria, incluyendo a un total de 495 gestantes que acudían a los centros de salud de la familia. Se obtuvo como resultados que la prevalencia de anemia durante el embarazo fue de 27,9% y fue más baja en los participantes con mayor nivel educativo ($p=0,005$) y con educación nutricional ($p=0,004$). Se concluye en este estudio que las gestantes que tienen un mayor nivel educativo y un mayor nivel de conocimiento nutricional presentan menor riesgo de padecer anemia.

Ahmed, et al⁽²¹⁾ en su trabajo de investigación titulado “Anemia among pregnant women in internally displaced camps in Mogadishu, Somalia: a cross-sectional study on prevalence, severity and associated risk factors” realizado en Somalia, 2021. La finalidad del estudio fue encontrar la prevalencia, la gravedad, conocimientos y los factores de riesgo relacionados con la anemia entre las grávidas en los campamentos de desplazados internos en Mogadishu, Somalia. Estudio de tipo transversal basado en la comunidad entre 383 hogares en los distritos donde se asentaron más desplazados internos en Mogadishu. Se obtuvo como resultado que la prevalencia general de anemia entre los participantes del estudio fue del 44,4 % (IC del 95 %: 39,5-49,3 %) y que la edad materna joven, ingresos familiares bajos, menor/cero paridades y una ingesta inadecuada de alimentos durante el embarazo fueron factores de riesgo asociados conocimientos bajos de anemia y su prevalencia ($p < 0.05$).

Guzmán, et al.⁽²²⁾ Realizó un estudio titulado “ Food habits in Mexican pregnant adolescents according to their civil status” que tenía como objetivo identificar los hábitos alimentarios de adolescentes embarazadas en cuatro estados civiles diferentes: casada, cohabita con una pareja, soltera sin pareja y soltera con una pareja. Tuvo como población a 321 gestantes y el tipo de estudio fue transversal. En los resultados se obtuvo que las gestantes casadas fueron de 9,3%, 59,8% en unión libre, 15,3% eran solteras sin pareja y 15,6% solteras con pareja. También se observó que en las gestantes casadas y en quienes cohabitaban con pareja se asociaban a hábitos alimentarios inadecuados ($p < 0.05$).

Barrientos, et al. ⁽²³⁾ en su estudio titulado “Prácticas y estilos de vida en gestantes atendidas en una institución de alta complejidad. Medellín-Colombia” en el año 2015, tuvo como objetivo identificar factores sociodemográficos, antecedentes, prácticas alimentarias, hábitos y estilos de vida en gestantes en estudio. El diseño del estudio fue observacional,

retrospectivo y transversal realizado en 346 gestantes. En los resultados se observó que el bajo nivel de escolaridad (2,35 IC95 % 1,00-5,49) y con el hecho de estar sin empleo (1,70 IC95 % 1,03-2,82) se relacionan con el aumento de prácticas alimentarias inadecuadas mientras que estar empleada (0,64 IC95 % 0,42-0,99) y residir en zona urbana (OR 0,54; IC95 % 0,29-1,00) lo disminuyeron ($p < 0,04$). Se concluyó que las condiciones socioeconómicas y demográficas influyeron en las prácticas alimentarias.

Fernández E. ⁽²⁴⁾ en su investigación titulado “Hábitos alimentarios y factores socioculturales en gestantes. Una propuesta de educación nutricional en la ciudad de Melilla” realizado en España, 2021. El estudio tuvo como objetivo conocer los hábitos alimentarios, los conocimientos y costumbres sobre alimentación relacionado con diversos factores socioculturales de las gestantes participantes del estudio. El tipo de estudio fue descriptivo correlacional, con un diseño trasversal y un enfoque cuantitativo y la muestra fue de 306 mujeres gestantes seleccionadas por muestreo no probabilístico por conveniencia. En los resultados se observó que las gestantes que vivían en la zona urbana de la ciudad de Melilla ($p=0.03$), que estaban dentro de su primera gestación ($p < 0.00$), y en su primer y segundo trimestre ($p=0.02$) presentaban un inadecuado patrón alimentario a comparación de las gestantes que vivían en las zonas no céntricas de la ciudad y con 2 o más hijos ($p < 0.00$) y en su tercer trimestre de gestación. Se concluyó que existe una asociación significativa del patrón alimentario con las variables antes mencionadas.

Tenesaca y Vásquez⁽²⁵⁾ en su estudio titulado “Hábitos Alimenticios y Estado Nutricional de las mujeres embarazadas del Centro De Salud De Biblian Tipo B.” Que fue realizado en Ecuador, 2019. Cuya finalidad fue reconocer el estado nutricional y conducta alimentaria de las mujeres embarazadas. Estudio de tipo trasversal con una muestra de 87 gestantes. Se observó que el 64% de las gestantes se encontraban entre los 20-39 años de edad, con nivel de instrucción primaria completa (48%), procedente mayoritariamente del sector rural en un 80%. Se evidenció que las grávidas presentaron una cultura alimentaria adecuada y una nutricional normal, concluyendo que los hábitos alimentarios adecuados y el estado nutricional tienen una relación estadísticamente significativa.

2.1.2 ANTECEDENTES NACIONALES

Gonzales, et al.⁽²⁶⁾ en su trabajo titulado “Relación entre el nivel de conocimientos y actitudes sobre la alimentación saludable y el nivel de anemia en gestantes en Tacna” en el año 2019, el cual tuvo como fin encontrar la asociación entre el nivel de conocimientos y actitudes sobre alimentación saludable de las grávidas estudiadas. El tipo de estudio fue correlacional, transversal con una población de 74 gestantes. En los resultados se observó que el 56,8% de la muestra presentaron un nivel promedio de conocimiento sobre una adecuada y saludable alimentación. El 67,6 % presentaron actitud favorable en cultura alimentaria saludable. Por lo cual se concluyó que existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento y actitud sobre alimentación saludable con un valor de $p < 0.05$.

Munayco⁽²⁷⁾ en su trabajo de investigación titulado “Grado de conocimientos sobre alimentos nutricionales y practicas alimentarias en gestantes del primer trimestre del Centro de Salud Fonavi IV - Ica, setiembre 2017- marzo 2018”. El objetivo fue encontrar asociación entre el grado de conocimiento de una alimentación nutricional y anemia con hábitos alimentarios de las gestantes. El estudio fue observacional, transversal y prospectivo, de nivel relacional. La población fue de 46 gestantes. Se evidenció que el grado de conocimiento sobre alimentos nutricionales es bajo en el 98,8% de las gestantes; el 13% mantiene prácticas alimentarias inadecuadas, 80,4% practicas medianamente adecuadas y el 6,5% practicas adecuadas, concluyendo así que no existe relación entre el grado de conocimiento sobre alimentos nutricionales y anemia con las prácticas alimentarias en las gestantes (p-valor: 0,872).

Azabache G.⁽²⁸⁾ en su estudio de investigación titulado “Relación entre el nivel de conocimiento sobre alimentación y las practicas alimentarias en pacientes obstétricas del hospital distrital santa Isabel – 2018” El propósito de este estudio fue encontrar si el nivel de conocimiento sobre alimentación y las prácticas alimentarias estaban asociadas en pacientes obstétricas. El estudio fue cuantitativo, correlacional y la muestra de 124 grávidas. Se observó que 53,1% de las gestantes eran convivientes. En los resultados se encontró que 19,5% de las gestantes presentaron alto conocimiento de hábitos alimenticios, el 47,5% y 33,0% tiene un nivel medio y deficiente respectivamente. También se evidenció que 17,8% tenía hábitos alimentarios adecuados y el 82,2% hábitos alimentarios inadecuados. Se

concluyó la no asociación entre el nivel de conocimientos nutricionales y prácticas alimentarias.

Cercedo y Vásquez ⁽²⁹⁾ realizó una investigación llamada “Nivel de conocimiento sobre la anemia asociado a la cultura alimentaria en gestantes que acuden al Centro de Salud Aparicio Pomares. Huánuco - 2020” tuvo como objetivo investigar la asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia y la cultura alimentaria de las gestantes. El diseño fue observacional, prospectivo, transversal, analítico con una población de 120 gestantes. En los resultados se observó que el 45,8% presenta conocimiento bajo sobre anemia y el 85,8% una cultura alimentaria adecuada. En conclusión, existe asociación entre el nivel de conocimiento sobre la anemia y la cultura alimentaria con una significancia de p menor a 0.005.

Vásquez ⁽³⁰⁾ en su trabajo que tiene como título “Conocimiento y Prácticas Alimentarias preventivas de anemia ferropénica gestacional en el Puesto de Salud Chontapaccha. Cajamarca, 2020” tuvo como objetivo conocer el nivel de conocimiento y su asociación a las prácticas alimentarias preventivas de anemia ferropénica en las gestantes participantes del estudio. El tipo de estudio fue estudio correlacional, transversal, realizado en 80 gestantes. Se observó que 56,2% tienen edad que van desde los 18 a 29 años, 44% de las gestantes tiene como grado de instrucción la secundaria, 72,5% se dedican a las labores domésticas, 82,5% son convivientes con sus parejas, 51,2% tiene buen conocimiento sobre prevención de anemia y 83,8% presentan hábitos alimentarios inadecuados. Se concluye que las variables sociodemográficas, conocimiento y prácticas alimentarias preventivas de anemia ferropénica presentan una asociación significativa ($p < 0.05$).

Marianela G. ⁽³¹⁾ en su investigación titulada “Relación del nivel de conocimiento y prácticas sobre alimentación en el embarazo en gestantes del centro de salud Collique III Zona 2019.” En Comas, Lima. Tuvo como objetivo encontrar la asociación del grado de conocimiento con los hábitos alimentarios en el embarazo. El tipo de estudio fue correlacional, prospectivo y transversal, participaron 293 gestantes. Se observó que 73.7% de las encuestadas tenían el estado civil de conviviente, 74.1% tenía como grado de instrucción la secundaria. Al evaluar el nivel de conocimientos sobre la alimentación y conocimiento sobre anemia, 60.1% obtuvo un conocimiento y 66.6% de las gestantes obtuvo prácticas alimentarias adecuadas. En conclusión, una asociación significativa) entre nivel de conocimiento y las prácticas de alimentación en el embarazo ($p < 0.001$, $Rho = 0.505$).

Coripuna M. ⁽³²⁾ realizó un trabajo que lleva como título “Algunos factores asociados al nivel de conocimientos y prácticas sobre anemia en mujeres gestantes y puérperas inmediatas atendidas en El Hospital Goyeneche de Arequipa” en el año 2021. Se propuso como objetivo analizar algunos factores asociados al nivel de conocimientos y prácticas sobre anemia en mujeres gestantes y puérperas inmediatas atendidas en el hospital Goyeneche de Arequipa. Siendo el estudio de tipo observacional, transversal y prospectivo en 155 gestantes. Se evidenció que una gestante que tiene un nivel de instrucción más elevado y se encuentra controlada presenta un nivel de conocimiento alto sobre anemia. A mayor edad, mayor tiempo intergenésico, mayor paridad y edad gestacional menor, las practicas alimentarias mejoran en comparación al grupo en contraste; Por lo que se concluyó que existe relación entre el nivel de instrucción, gestante controlada, paridad y periodo intergenésico con el nivel de conocimientos y prácticas alimentarias adecuadas. ($p < 0.005$)

2.2 BASES TEÓRICAS

HÁBITOS ALIMENTARIOS:

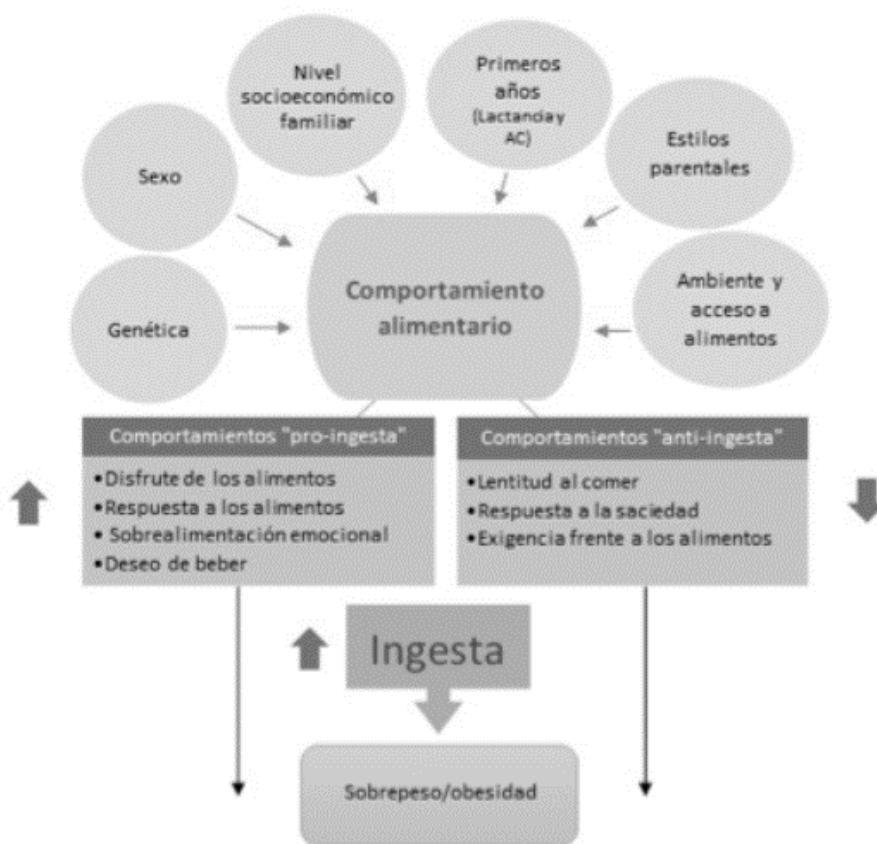
Los hábitos alimentarios una serie de conductas y comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos los cuales influyen en la vida de cada individuo en la manera de escoger, preparar y alimentar. Cervera, et al ⁽³³⁾ también lo define como aquellos procesos por el cual un individuo selecciona sus alimentos, de acuerdo a la disponibilidad y al aprendizaje obtenido de su entorno, influenciados a su vez por factores socioculturales, psicológicos, geográficos y socioeconómicos. Los hábitos alimentarios, como hemos apreciado, es un proceso de aprendizaje que comienza en la familia, desde pequeño cada individuo está arraigada a los hábitos alimentarios de la familia donde nació que, en la mayor parte, se sigue manteniendo hasta su vida adulta. ⁽³⁴⁾

Por ello el comer sano dentro de cada familia se considera un factor importante para el bien y la salud de todos sus miembros y esto se consolida al alimentarse con alimentos que son esenciales para que cada organismo fabrique nuevas células y consiga las energías necesarias a todo el cuerpo a través de los micro y macronutrientes. Entre todos estos nutrientes necesarios para el cuerpo, los que resaltan por su gran importancia son: el hierro, complejo B (En específico B12), vitamina A, B, C Y D y sobre todo el ácido fólico. Estos alimentos ayudan al desarrollo, de los niños, adolescentes adultos y sobre todo a las mujeres en

gestación debido a alta necesidad que tiene el feto para evitar las graves patologías que se presentan en ausencia de estos. ⁽²⁹⁾

El comportamiento alimentario, está ligada a ciertos factores y determinantes en cada persona, entre ellos factores que promueven la ingesta de alimentos (disfrute del alimento, sobrealimentación emocional, etc.) y otras que evitan la ingesta (la saciedad, lentitud al comer, etc.). Estos detalles y determinantes lo veremos más a detalle en la figura N°1. ⁽³⁵⁾

Figura N°1. Factores determinantes del comportamiento alimentario y su impacto sobre la ingesta y la obesidad.



ALIMENTACIÓN Y EMBARAZO

Durante la gestación, una adecuada nutrición es primordial tanto para la madre como para el bebé, ya que incrementan las necesidades de proteínas, vitaminas y minerales. La Organización Mundial de la Salud recomienda una alimentación saludable que sea balanceada y variada, así como alimentos ricos en vitaminas y minerales para evitar enfermedades, como la anemia, que perjudican tanto a la madre como al bebé. ⁽³⁶⁾ En este

sentido, se han dado ciertas orientaciones sobre alimentación para llevar una adecuada gestación.

- Cobertura las necesidades nutricionales de la gestante a través de la alimentación rica en vitaminas como la A y C, así como la ingesta de macronutrientes y micronutrientes. De esta manera también hacemos la cobertura nutricional del bebe para su correcto crecimiento.
- Presentar una buena alimentación antes, durante y después del parto para evitar la anemia debido a la pérdida de sangre que se da durante esta etapa.
- Continuar la nutrición e ingesta de líquidos adecuada durante la lactancia.

CAMBIOS FISIOLÓGICOS EN EL EMBARAZO

El embarazo representa una enorme cantidad de cambios en toda la fisiología de las mujeres, estos cambios suceden de manera gradual y continua. Se aprecian cambios en el sistema cardiovascular, renal, gastrointestinal, hematológicos, entre otros, uno de ellos son los cambios dados a nivel metabólico donde se puede observar al inicio un estado anabólico en la madre lo que hace que las reservas de grasa aumenten y aumente también de manera mínima la sensibilidad a la insulina. En esta etapa se almacenan los nutrientes para soportar las demandas feto placentarias ya que, en el embarazo tardío, que se caracteriza por un estado catabólico y resistente a la insulina, se presencia mayores concentraciones de glucosa y ácidos grasos lo que sirve como sustrato para el crecimiento del feto. Es por ello que se deben presentar hábitos alimentarios adecuados durante esta etapa, pero tener siempre el sumo cuidado con la cantidad de alimentos sobre todo los ricos en grasas ya que pueden provocar enfermedades que dañarán a la madre y al bebé, como son la diabetes que puede causar macrosomía fetal.⁽³⁷⁾

REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES DURANTE EL EMBARAZO

Los estudios afirman que en el embarazo la placenta funciona como un filtro donde los nutrientes pasan desde la placenta al feto gracias al cordón umbilical. Durante los primeros meses del embarazo no se necesita alimentarse más de lo normal ya que la misma fisiología aumenta la absorción de los nutrientes. Sin embargo, a partir de la segunda mitad del embarazo, el feto comience a aumentar de tamaño lo que hace que los requerimientos

nutricionales aumenten. Es ahí donde las reservas guardadas durante las primeras semanas en la madre son utilizadas para los requerimientos necesarios para el crecimiento del feto. En los últimos meses, el feto acumula proteínas y grasa, lo que incrementa las necesidades de fósforo y calcio para el desarrollo esquelético fetal.⁽³⁸⁾

En el embarazo lo que se quiere lograr a nivel nutricional es una ganancia gradual del peso, siendo aproximadamente 12,5 kilogramos lo que debe ganar durante todo el embarazo. En la primera mitad del embarazo existen dos posibilidades, si la mujer come para satisfacer su apetito, ganará unos 3,5 kg, y a partir de entonces incrementará unos 0,5 kg por semana hasta el final del embarazo. Si la gestante llega a alimentarse más de la cuenta y por ello subir de peso más de lo habitual existe el riesgo a que la presión arterial aumente y el ser obesa a futuro también. Por ello la ingesta antes y durante el embarazo debe ser controlada tanto en la cantidad como en la calidad, que los alimentos contengan los nutrientes necesarios y vitales para el buen crecimiento del feto y preservar una buena salud a la madre.⁽³⁸⁾

NECESIDADES DE MACRONUTRIENTES

A continuación, veremos la necesidad de consumo de cada macronutriente:

Proteínas

Durante el embarazo, por lo expuesto anteriormente, sabemos que se aumenta el consumo de alimentos, uno de ellos es el aumento de la ingesta de proteínas. Esto ayuda al crecimiento del feto durante el embarazo. La dosis de proteínas diarias para las gestantes es de 71 gramos.⁽³⁹⁾ Los alimentos donde podemos encontrar las proteínas son los huevos, que son grandes fuentes de proteínas, las carnes de aves, los mariscos, frutos secos, semillas y productos de soja.⁽³⁴⁾

Carbohidratos

En el embarazo, el consumo de los carbohidratos es de gran importancia por la energía que este alimento aporta tanto a la madre como al feto en desarrollo a través de la glucosa. Sin embargo, se debe tener sumo cuidado en la cantidad en que se ingiere ya que, en cantidades excesivas, puede causar diabetes en las gestantes, alterando la glucohomeostasis y el desarrollo fetal.⁽⁴⁰⁾

Lípidos

El consumo de los lípidos, o más conocido como las grasas, durante el embarazo tiene funciones esenciales en el desarrollo del feto. Presentan un adecuado y rápido transporte útero placentario para la formación de membranas celulares, crecimiento uterino y el desarrollo del sistema nervioso. Los aceites hechos de semillas de girasol o maní son muy importantes ya que contienen ácidos grasos muy importantes para alcanzar los 600 g de ácidos grasos esenciales al día los cuales son transferidos de la madre al feto para su beneficio.^(41,42)

Al igual con los carbohidratos, se debe tener sumo cuidado en la cantidad ingerida de las grasas, ya que estudios han revelado que la ingesta de lípidos está asociado a diabetes gestacional y estados hipertensivos.⁽⁴³⁾

NECESIDADES DE MICRONUTRIENTES

Hierro

El hierro es pieza clave y fundamental en el embarazo. Sus requerimientos se incrementan, ya que la síntesis eritrocitaria aumenta debido al requerimiento sanguíneo dado por la necesidad del feto y para prevenir la anemia gestacional la cual está relacionada a la prematuridad del recién nacido así como un bajo peso al nacer.⁽¹⁶⁾ La ingesta de hierro diaria en las gestantes es de 27 miligramos al día y las mayores fuentes donde se encuentra en las vísceras, como hígado de pollo, riñón, pulmón de res, bazo, alimentos como frijoles, espinaca, así como en la sangrecita de pollo, siendo este último el alimento donde más se encuentra el hierro. ⁽²⁸⁾ Es importante también conocer cuáles son los alimentos que favorecen la absorción de este hierro. Muchos estudios señalan que las bebidas que contienen alto contenido de vitamina C como las hechas por limón, naranja, fresas entre otras, son las que ayudan en gran medida a la absorción de hierro. ⁽³⁹⁾

Ácido fólico

El ácido fólico es una vitamina B que es importante durante la gestación ya que contribuye en la producción de glóbulos rojos. Participa en el crecimiento placentario y fetal y en la producción de ácido desoxirribonucleico (ADN). La poca o nula ingesta de este elemento genera una de las enfermedades más graves que afecta al feto el cual es el defecto en el tubo neural debido a que su desarrollo empieza en el primer mes de embarazo, es por ello que la

gestante debe consumir el ácido fólico aún antes del embarazo. La ingesta necesaria diaria es de 400 microgramos al día antes del embarazo y 600 a 1000 microgramos durante el embarazo. ⁽²⁴⁾ Este micronutriente se encuentra principalmente en cereales fortificados, verduras verdes oscuras, frijoles y frutos secos. ⁽⁴⁴⁾

Calcio

Es indispensable el consumo de calcio durante la gestación, ya que previene las pérdidas importantes de este mineral en los huesos maternos, además que ayuda al sistema circulatorio, muscular y nervioso. La deficiencia de este nutriente está asociada con los trastornos hipertensivos del embarazo. ⁽³⁹⁾ La dosis necesaria diaria es de 1000 miligramos y los alimentos donde se encuentra son la leche, yogurt y el queso así como el brócoli y la col rizada. ⁽⁴⁵⁾

vitamina A

La vitamina A desempeña un rol fundamental en el desarrollo embrionario, principalmente del cuerpo, corazón, ojos y oídos. Sin embargo, se debe tener sumo cuidado con no sobrepasar la dosis adecuada ya que se ha reportado problemas de visión, dermatológicos y los más graves los teratogénicos. La dosis indicada durante todo un día es 1000 microgramos y los alimentos donde está presente son las carnes de aves y pescados, así como en las frutas y verduras como papaya, zanahoria, entre otros. ⁽⁴⁶⁾

Vitamina D

Así como el calcio, la vitamina D ayuda al fortalecimiento de los huesos y dientes del binomio madre-niño, así como la diferenciación celular, la respuesta inmune y en el crecimiento y desarrollo fetal. La dosis recomendada es de 600 unidades internacionales diarias. Dosis inferiores se han relacionado con preeclampsia y diabetes en la madre y en el niño prematuridad y bajo peso al nacer. Los alimentos donde más se encuentra es el pescado (salmón rojo), huevo, jugo de naranja y leche. ⁽⁴⁷⁾

Es importante la buena alimentación de las gestantes y la adecuada ingesta de todos los micronutrientes y macronutrientes sobre todo las porciones indicadas de cada uno de ellas, por ello las cantidades indicadas se muestran en la siguiente figura N°2. ⁽⁴⁸⁾

Figura N°2: Cantidad diaria de porciones recomendadas para cubrir las necesidades nutricionales de la gestante adulta.

Grupo de alimentos	Alimentos	Porciones
Lácteos	Leche, queso, yogurt	2 tazas de leche + 1 vaso de yogurt natural + 1 tajada queso
Carnes, vísceras, huevo, leguminosas	Pescado, pavita, pollo, alpaca, hígado, res, cuy, sangrecita, menestras, huevo	1½ porciones regulares o 1 taza de menestras cocidas + ½ porción de cualquier tipo de carne
Cereales y tubérculos	Pan, arroz, avena, quinua fideos, galletas, maíz papa, camote, yuca, plátano verde (maduro)	2 u de pan + 2 tazas de arroz o 1 plato de fideos cocidos + cereal o harina para sopas y postres + 2 u grandes de papa o camote o yuca
Verduras y frutas	Zanahoria, zapallo, vainitas, tomate, lechuga, espinaca, otros Mandarina, naranja, uvas, plátano, melón, papaya, piña, fresas, higos	1 plato de verduras crudas + 1 taza de verduras cocidas 3 u medianas de frutas variadas, o jugos
Aceites y azúcar	Azúcar, miel, jaleas mermeladas, aceite, margarinas	Cantidad moderada

*Fuente: Cereceda M. *Dietética de la teoría a la práctica* - UNMSM 2008

158 Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia

CONOCIMIENTO

La Real Academia de la Lengua Española define el conocimiento como un proceso de descubrimiento a través de la manipulación de las capacidades cognoscitivas del entorno, las aptitudes y vinculaciones de los objetos.⁽⁴⁹⁾ El conocimiento es el acto consciente e intencional para aprehender las cualidades del objeto y primariamente es referido al sujeto, el quién conoce, pero lo es también a la cosa que es su objeto, el qué se conoce.⁽⁵⁰⁾ Debemos de tener en cuenta que no se nace conociendo las cosas, sino que al momento de ir creciendo se van adquiriendo nuevos conocimientos y habilidades los cuales causarán un gran impacto en la vida del individuo y definirán el rumbo que esta tome.⁽⁵¹⁾

CLASIFICACIÓN DEL CONOCIMIENTO:

- Conocimiento empírico: Se refiere a la experiencia que se tiene del medio natural y se produce a través de nuestros sentidos, así como de la manera en cómo se percibe la realidad. Ejemplo: Aprender a caminar. aprender a andar en bicicleta, etc.⁽⁵²⁾

- Conocimiento filosófico: Es aquel razonamiento puro que no ha pasado por un proceso de praxis o experimentación metodológica para probarlo como cierto. Se caracteriza por la búsqueda del saber y tiene la curiosidad como fuente de conocimiento. ⁽⁵²⁾
- Conocimiento científico: Se refiere al conjunto de hechos recogidos por las teorías científicas, así como al estudio de la adquisición y elaboración de nuevos conocimientos o leyes. Se obtiene mediante la observación, a través de procedimientos metódicos con pretensión de validez. ⁽⁵²⁾

NIVEL DE CONOCIMIENTO:

- Conocimiento alto: Se presenta ideas organizadas, el nivel de las concepciones está bien formadas. Puede definir, organizar para formular una conclusión y resultado. ⁽²⁹⁾
- Conocimiento bajo: Se presenta una idea mal organizada, con insuficiente conocimiento de las concepciones básicas. ⁽²⁹⁾

2.3 DEFINICIÓN DE CONCEPTOS OPERACIONALES

- **Conocimiento.** Es el resultado que se obtiene del proceso progresivo y gradual de aprehensión del mundo.
- **Anemia:** La anemia es un trastorno en el que el número y tamaño de los eritrocitos, o bien la concentración de hemoglobina, caen por debajo de un determinado valor de corte disminuyendo así la capacidad de la sangre para el transporte de oxígeno en el organismo.
- **Hábitos alimentarios:** Los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales.
- **Gestante.** El procedimiento de desarrollo y formación embrionario. Es el período que transcurre entre la implantación en el útero del óvulo fecundado y el momento del parto, que dura aproximadamente 38 a 40 semanas generalmente.
- **Edad:** Tiempo que ha vivido una persona o ciertos animales o vegetales.
- **Estado civil:** Condición de una persona en relación con su nacimiento,

nacionalidad, filiación o matrimonio, que se hacen constar en el registro civil y que delimitan el ámbito propio de poder y responsabilidad que el derecho reconoce a las personas naturales.

- **Grado de instrucción:** Es el grado máximo alcanzado en los estudios, sin tener en cuenta si se han terminado o está incompleto.
- **Ocupación:** Se define como la clase o tipo de trabajo desarrollado, con especificación del puesto de trabajo desempeñado.
- **Procedencia:** Origen, principio de donde nace o se deriva algo.
- **Paridad:** La paridad indica el número de embarazos que alcanzan una edad gestacional viable.

CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 HIPÓTESIS: GENERAL Y ESPECÍFICAS

- HIPÓTESIS GENERAL:
 - **Hi:** Existe asociación entre el nivel de conocimiento de anemia con los hábitos alimentarios en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
 - **Ho:** No existe asociación entre el nivel de conocimiento de anemia con los hábitos alimentarios en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

- HIPÓTESIS ESPECÍFICA:
 - **Hi:** El nivel de conocimiento sobre anemia es adecuado en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
 - **Ho:** El nivel de conocimiento sobre anemia no es adecuado en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

 - **Hi:** Los hábitos alimentarios son adecuados en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
 - **Ho:** Los hábitos alimentarios no son adecuados en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

 - **Hi:** Las características sociodemográficas de las gestantes se relacionan con buenos hábitos alimentarios.
 - **Ho:** Las características sociodemográficas de las gestantes no se relacionan con buenos hábitos alimentarios.

3.2 VARIABLES PRINCIPALES DE LA INVESTIGACIÓN

Variable dependiente: Hábitos alimentarios.

Variable independiente: Nivel de conocimiento sobre anemia.

Otras variables:

- Edad: Años cumplidos
- Estado civil: Soltera, conviviente, casada, separada o divorciada
- Nivel de instrucción: Analfabeta, primaria, secundaria, superior técnico, superior universitario.
- Ocupación: Estudiante, ama de casa, empleada pública, empleada privada.
- Lugar de Procedencia: Urbano, rural.
- Paridad: primigesta, multigesta.

CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA

4.1 TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

- El tipo de estudio fue cuantitativo, observacional, analítico de corte transversal.
- Cuantitativo, ya que se determinó la correlación entre las variables del estudio y la muestra obtenida a través de una encuesta; Observacional, ya que no hay intervención por parte del investigador, solo se limita a medir las variables del estudio; Analítico, ya que se buscará la asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia con la anemia en gestantes transversal, debido a que la información adquirida se obtuvo en tiempo determinado.

4.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

- **POBLACIÓN**

El presente estudio incluyó a las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

- **MUESTRA**

TAMAÑO MUESTRAL

Para el cálculo del tamaño de la muestra se utilizó la calculadora Sample Size del Instituto de Investigación de Ciencias Biomédicas (INICIB) para el diseño de estudio transversal analítico con una frecuencia del factor del 24% y una frecuencia sin el factor de 7% con un nivel de confianza del 95% y un poder estadístico del 80%, se obtiene un tamaño de muestra total de 164 casos. El cálculo fue realizado en base a un estudio transversal realizado por Vásquez.⁽³⁰⁾ debido a que este estudio tuvo similitud con las características institucionales y de la población estudiadas en esta investigación.

Diseño Transversal Analítico

P_1 : FRECUENCIA CON EL FACTOR	0.24
P_2 : FRECUENCIA SIN EL FACTOR	0.07
NIVEL DE CONFIANZA	0.95
PODER ESTADÍSTICO	0.80
n' : TAMAÑO DE MUESTRA SIN CORRECCIÓN	70
n : TAMAÑO DE MUESTRA CON CORRECCIÓN DE YATES	82
TAMAÑO MUESTRA EXPUESTOS	82
TAMAÑO DE MUESTRA NO EXPUESTOS	82
TAMAÑO MUESTRA TOTAL	164

Fuente: Camacho-Sandoval J., "Tamaño de Muestra en Estudios Clínicos", Acta Médica Costarricense (AMC), Vol. 50 (1), 2008

✓ TIPO DE MUESTREO

Se realizó un muestreo por conveniencia desde el mes de enero a junio del 2023 hasta completar la muestra deseada.

✓ CRITERIOS DE SELECCIÓN DE LA MUESTRA:

• CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Gestantes que asistieron a sus controles médicos perinatales en el Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
- Gestantes que aceptaron y firmaron el consentimiento informado, autorizando participar en la presente investigación.

• CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Gestantes que llenaron el cuestionario de manera incompleta.
- Gestantes que asisten a la consulta obstétrica pero que no pertenecen a la jurisdicción de Villa María del Triunfo.

4.3 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	ESCALA DE MEDICIÓN	TIPO DE VARIABLE RELACION Y NATURALEZA	CATEGORÍA O UNIDAD
Hábitos alimentarios (dependiente)	Los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales.	Hábitos alimentarios encontrados en las gestantes de este estudio.	Nominal.	Dependiente cualitativa	0 = Inadecuados hábitos alimentarios (menor igual de 44 puntos) 1 = Adecuados hábitos alimentarios (mayor igual de 45 puntos)
Nivel de conocimiento sobre la anemia (independiente)	Es la información que el individuo obtiene y posee, personalizada y subjetiva,	Grado de información que posee la gestante	Nominal	Independiente Cuantitativa	0 = Nivel de conocimiento bajo

	relacionada con hechos, procedimientos, conceptos, interpretaciones, ideas, observaciones, juicios y elementos.	sobre la anemia.			sobre la anemia (13 - 30 puntos) 1 = Nivel de conocimiento alto sobre la anemia (31 – 39 puntos)
Edad	Tiempo que ha vivido una persona desde su nacimiento	Número de años consignado por la gestante en el cuestionario.	Ordinal	Independiente cuantitativa.	Años cumplidos
Estado civil	Estado en la que se encuentra una persona respecto a su relación conyugal.	Categoría de acuerdo a los respondidos por la gestante.	Nominal	Independiente Cualitativa	0 = Soltera 1 = Conviviente 2 = Casada 3 = Divorciada o separada
Grado de instrucción	Grado de una persona que indica o reflejados estudios realizados durante su vida.	Grado instructivo máximo alcanzado de la gestante.	Ordinal	Independiente cualitativa	0 = Analfabeta 1 = Primaria 2 = Secundaria 3 = Superior técnico

					4 = Superior universitario
Ocupación	Clase o tipo de trabajo desarrollado, con especificación del puesto de trabajo desempeñado.	Clase de trabajo u ocupación que tiene o realiza la gestante.	Nominal	Independiente cualitativa	0 = Estudiante 1 = Ama de casa 2 = Empleada pública 3 = Empleada privada
Lugar de procedencia	Lugar donde habita un individuo según la geografía peruana.	Lugar donde reside la gestante	Nominal	Independiente cualitativa	0 = Rural 1 = Urbano
Paridad gestacional	Número de veces que la mujer ha estado embarazada	Número de veces que la gestante ha estado embarazada y se consigna en la encuesta.	Ordinal	Independiente cualitativa	0 = primigesta 1 = Multigesta

4.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Técnica:

La técnica que se aplicó fue a través del uso de las encuestas.

Instrumento:

La recolección de datos se comenzó con las características sociodemográficas de la paciente. Edad, estado civil, nivel de instrucción, ocupación, procedencia y paridad para ello se le solicitó el documento de identidad de la gestante corroborando el lugar donde residen y las demás características sociodemográficas.

Para conocer el nivel de conocimiento sobre anemia en las gestantes fue realizado por medio de un instrumento validado (Alfa de Cronbach = 0.730) y obtenido de un estudio llamado “Conocimiento sobre anemia en gestantes atendidas en El Centro De Salud Concepción 2019” Realizado por Aldana Arredondo, Lola. ⁽⁵³⁾ (Anexo 10)

En este cuestionario se formularon un total de 13 preguntas donde se incluyeron preguntas como: definición de la anemia, conocimiento de los síntomas de la anemia, conocimiento de sus causas, conocimiento de prevención y conocimiento sobre consecuencias de la anemia en la madre y el feto.

Para la valorización el nivel de conocimiento fue en base al siguiente puntaje: bueno (03 puntos), regular (02 puntos) y Malo (01 punto). Obtenido el puntaje se clasificó el nivel de conocimiento sobre anemia de la siguiente manera:

- Nivel de conocimiento bajo en anemia: 13 – 30 puntos
- Nivel de conocimiento alto en anemia: 31 – 39 puntos

Para conocer los hábitos alimentarios de las gestantes se utilizó el instrumento validado (Alfa de Cronbach = 0.767) y obtenido del estudio “Asociación de hábitos alimentarios y estado nutricional con el nivel socioeconómico en gestantes atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal Durante Mayo -Julio Del 2015” realizado por Medina Fabian, Alexi. ⁽⁵⁴⁾ (anexo 10).

Esta evaluación se rigió en base a las porciones consumidas al día y frecuencia recomendada, dándole un puntaje según la evaluación Likert. Las preguntas tuvieron una valoración de 5 puntos a 1 punto, siendo el puntaje 5 una valoración de óptimo y 1 punto, una valoración de deficiente. Se categorizó de la siguiente manera:

- Habito alimentarios Inadecuados = menor igual a 44 puntos.
- Habito alimentarios adecuados = mayor igual a 45 puntos.

4.5 RECOLECCIÓN DE DATOS

Se utilizó 2 cuestionarios validados para poder conocer el nivel de conocimiento sobre anemia y los hábitos alimentarios de las gestantes.

4.6 TÉCNICA DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

Los datos obtenidos en la ficha de recolección de datos se pasaron a una base de datos generada en el programa de Microsoft Excel 2019; donde se procedió a la tabulación de los datos en el software estadístico SPSS v.29 y STATA v.16. Se utilizaron los análisis estadísticos de Chi-cuadrado y la prueba exacta de Fisher para demostrar la asociación entre la variable dependiente y las variables independientes y el análisis de Regresión de Poisson para el análisis multivariado para obtener el RP ajustado con un intervalo de confianza de 95% y significancia $p < 0.05$. Los resultados fueron presentados a través de tablas los cuales se discutieron y se procedió a la elaboración de las conclusiones.

4.7 ASPECTOS ÉTICOS

- **Beneficencia:** Con los resultados obtenidos se benefició a las gestantes que acuden a los controles. **No maleficencia:** Todos los derechos de las embarazadas no se vieron comprometidos en este trabajo de investigación. **Confidencialidad:** Se conservó la confidencialidad y la privacidad de las gestantes. **Consentimiento informado:** Antes que se aplique el instrumento se brindó información sobre la hoja de consentimiento informado enfatizando cuales son los objetivos de la investigación, y de manera voluntaria se pedirá a las gestantes que puedan firmar el consentimiento informado y participar del estudio. (anexo 10).

CAPÍTULO V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.1 RESULTADOS

En el estudio se incluyeron 164 gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo durante el año 2023.

En la tabla 1 se presenta las características sociodemográficas de la muestra. La variable edad presentó una media de 25,6 con una desviación estándar de más menos 4.9. En la variable de estado civil se evidenció que 69,5% de las gestantes eran convivientes, seguido del 16,5% de las gestantes que eran casadas y el 12,2% de ellas eran solteras y por último solo 1,8% eran divorciadas. Con respecto al grado de instrucción se observó que el 70,7% de las gestantes solo había alcanzado el grado de secundaria, en comparación al 22,6% y 6,7% de las gestantes que habían alcanzado el grado de superior técnico y superior universitario respectivamente. En la variable ocupación, 61,6% eran amas de casa, 11,6% eran estudiantes, 18,9% de ellas trabajaban como empleadas públicas y solo el 7,9% tenían un empleo como empleadas privadas. Sobre el lugar de procedencia la gran mayoría de las gestantes (93,3%) provenían de la zona urbana y el 6,7% de la zona Rural. En cuanto a la paridad, el 64,6% eran multigesta y el 35,4% eran primigesta.

TABLA N°1. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

	Frecuencia	Porcentaje
Edad (años)*	25,6	±4.9
Estado Civil		
Soltera	20	12,2%
Conviviente	144	69,5%
Casada	27	16,5%
Divorciada	3	1,8%
Grado de Instrucción		
Secundaria	116	70,7%
Superior Técnico	37	22,6%
Superior Universitario	11	6,7%
Ocupación		
Estudiante	19	11,6%
Ama de casa	101	61,6%
Empleada Pública	31	18,9%
Empleada Privada	13	7,9%
Lugar de procedencia		
Rural	11	6,7%
Urbana	153	93,3%
Paridad		
Primigesta	58	35,4%
Multigesta	106	64,6%

*Media y desviación estándar.

En la tabla N°2 se observa dos variables, el nivel de conocimiento sobre anemia y los hábitos alimentarios que tienen las gestantes. Sobre el nivel de conocimiento sobre anemia se observó que el 64,6% de las gestantes presentaba un nivel de conocimiento alto y el 35,4% tenía un nivel de conocimiento bajo sobre anemia respectivamente. En cuanto a los hábitos alimentarios, el 65,8% de las gestantes tenía hábitos alimentarios adecuados y el 34,2% tenían hábitos alimentarios inadecuados.

TABLA N°2. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA Y HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

	Frecuencia	Porcentaje
Conocimiento sobre anemia		
Bajo	58	35,4%
Alto	106	64,6%
Hábitos Alimentarios		
Inadecuados	56	34,2%
Adecuados	108	65,8%

ANÁLISIS BIVARIADO:

En la tabla N°3 se observa la asociación entre los hábitos alimentarios de las gestantes con las variables sociodemográficas obtenidas de la muestra. Se puede evidenciar que en las variables donde se halló una asociación estadísticamente significativa con hábitos alimentarios fueron el lugar de procedencia ($p=0.001$) y la paridad ($p<0.001$). Las variables como edad ($p=0.123$), estado civil ($p=0.288$), grado de instrucción ($p=0.278$) y ocupación ($p=0.256$) no presentan una asociación estadísticamente significativa con los hábitos alimentarios.

TABLA N°3. ANÁLISIS BIVARIADO ENTRE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS ASOCIADOS A LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

	Hábitos Alimentarios		Total	Valor de p**
	Inadecuados (n=56)	Adecuados (n=108)		
Edad (años)*	24.7 ± 5,4	25,9 ± 4.7	25,6 ± 5	0.123
Estado Civil				
Soltera	10 (50%)	10 (50%)	20	0.288 ^α
Conviviente	38 (33,3%)	76 (66,7%)	114	
Casada	8 (29,6%)	19 (70,4%)	27	
Divorciada	0 (0%)	3 (100%)	3	
Grado de Instrucción				
Secundaria	44 (37,9%)	72 (62,1%)	116	0.278
Superior Técnico	9 (24,3%)	28 (75,7%)	37	
Superior Universitario	3 (27,3%)	8 (72.7%)	11	
Ocupación				
Estudiante	10 (52,6%)	9 (47,4%)	19	0.256
Ama de casa	33 (32,7%)	68 (67,3%)	101	
Empleada Pública	8 (25,8%)	23 (74,2%)	31	
Empleada Privada	5 (38,5 %)	8 (61,5%)	13	
Lugar de procedencia				
Rural	9 (81,8%)	2 (18,2%)	11	0.001
Urbana	47 (30,7%)	106 (69,3%)	153	
Paridad				
Primigesta	33 (56,9%)	25 (43,1%)	58	<0.001
Multigesta	23 (21,7%)	83 (78,3%)	106	

* Media y desviación estándar.

** Nivel de significancia obtenido a través de la prueba de Chi-cuadrado(p<0.05)

^α Nivel de Significancia obtenido a través de la prueba exacta de Fisher.

En la tabla N°4 se observa la asociación entre nivel de conocimiento de anemia y los hábitos alimentarios de las gestantes donde se halló una asociación estadísticamente significativa entre las variables con un valor de $p < 0.001$.

TABLA N°4. ANÁLISIS BIVARIADO ENTRE NIVEL DE CONOCIMIENTO DE ANEMIA ASOCIADO A LOS HáBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

	Hábitos Alimentarios			Valor de p^*
	Inadecuados (n=56)	Adecuados (n=108)	total	
Conocimiento sobre anemia				
Bajos	37 (63,8%)	21 (36,2%)	58	<0.001
Altos	19 (17,9%)	87 (82,1%)	106	

* Nivel de significancia obtenido a través de la prueba de Chi-cuadrado ($p < 0.05$)

ANÁLISIS MULTIVARIADO:

En la tabla N°5 se observa el análisis multivariado de las variables sociodemográficas de las gestantes con los hábitos alimentarios que ellas tienen, donde se aprecia que las gestantes que tienen procedencia rural tienen 1,60 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados en comparación a las gestantes que residen en la zona urbana (RPa: 1,60 IC 95%: 1,14-2,25). Asimismo, las gestantes que son primigestas tienen 1,81 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados en comparación a las gestantes que son multigestas (RPa: 1,81 IC 95%: 1,05-3,13).

TABLA N°5. ANÁLISIS MULTIVARIADO ENTRE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS ASOCIADOS A LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

	Hábitos Alimentarios		total	RPa (IC 95%)	Valor de p
	Inadecuados (n=58)	Adecuados (n=108)			
Edad (años)*	24.7 ± 5,4	25,9 ± 4.7	25,6 ± 5	1,02 (0,97-1,07)	0.528
Estado Civil					
Conviviente	38 (33,3%)	76 (66,7%)	114	0,90 (0,53-1,53)	0.691
Casada	8 (29,6%)	19 (70,4%)	27	0,99 (0,44-2,20)	0.978
Soltera y divorciada	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.
Grado de Instrucción					
Secundaria	44 (37,9%)	72 (62,1%)	116	1,48 (0,81-2,72)	0.205
Superior Técnico y Universitario	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.
Ocupación					
Estudiante	10 (52,6%)	9 (47,4%)	19	1,53 (0,78-3,02)	0.217
Ama de casa	33 (32,7%)	68 (67,3%)	101	0,98 (0,56-1,72)	0.954
Empleada Pública y Privada	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.
Lugar de procedencia					
Rural	9 (81,8%)	2 (18,2%)	11	1,60 (1,14-2,25)	0.007
Urbana	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.

Paridad					
Primigesta	33 (56,9%)	25 (43,1%)	58	1,81 (1,05-3,13)	0.032
Multigesta	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.

* Media y desviación estándar.

En el análisis multivariado de la tabla N°6 se observa que las gestantes que tienen un nivel de conocimiento bajo sobre anemia tienen 2,54 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados respecto a las gestantes que tienen nivel de conocimiento alto de anemia (RPa: 2,54 IC 95%: 1,47-4,37)

TABLA N°6. ANÁLISIS MULTIVARIADO ENTRE NIVEL DE CONOCIMIENTO DE ANEMIA ASOCIADO A LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LAS GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO DURANTE EL AÑO 2023.

Hábitos Alimentarios					
	Inadecuados	Adecuados	total	RPa (IC 95%)	Valor de <i>p</i>
Conocimiento sobre anemia					
Bajo	37 (63,8%)	21 (36,2%)	58	2.54 (1.47-4.37)	0.001
Alto	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.	Ref.

5.2 DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La gestación es la etapa donde el organismo de la mujer experimenta grandes cambios fisiológicos, donde uno de esos importantes cambios sucede a nivel metabólico, con el aumento de requerimientos de micronutrientes y macronutrientes.⁽³⁷⁾ Por ello, es importante que la mujer durante su gestación tenga una adecuada alimentación y evitar así daños en el binomio madre-niño por la inadecuada ingesta de alimentos. Uno de los factores que ayuda a que la mujer tenga una adecuada ingesta de alimentos es el nivel de conocimiento que esta tiene hacia la prevención de la anemia, que es la patología más importante y presente en las gestantes del Perú por la deficiente ingesta de hierro en los alimentos.⁽⁴¹⁾ Por este motivo se decidió investigar la asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia y los hábitos alimentarios de las gestantes que acudían al área de gineco-obstetricia del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

En primer lugar, se analizaron las variables sociodemográficas de las gestantes participantes del estudio, donde se vio que la edad tuvo una media de 25,6 años con una desviación mayor y menor de 5 años no tenía una asociación significativa con los adecuados hábitos alimentarios ($p=0.528$). Esto contrasta con los resultados encontrados por Vásquez⁽³⁰⁾ donde se encontró que la edad de las gestantes se encontraban entre 18 a 29 años y presentaban una asociación significativa con hábitos y prácticas alimentarios adecuadas con un valor de p menor a 0.05, esto debido a que en su estudio se evidenció que a mayor edad de la gestante, es mayor el nivel que tiene sobre el conocimiento y prevención de anemia con la adecuada alimentación.

Con respecto al estado civil de la gestante, en este estudio se observó que el mayor grupo presente era de mujeres convivientes siendo un número de 114 gestantes (69,5%), lo cual guarda relación con el estudio hecho por Azabache⁽²⁸⁾ y Vásquez⁽³⁰⁾, donde se encontró que el 53,1% y el 82,5% de todas las gestantes presentaban como estado civil conviviente respectivamente. Ante el análisis bivariado se evidenció que el estado civil no presenta una asociación estadísticamente significativa con los hábitos alimentarios inadecuados por encontrarse un valor de $p=0.288$. Asimismo, en el análisis multivariado se vio que las casadas ($p=0.978$) y las gestantes convivientes ($p=0.691$) no presentan una asociación estadísticamente significativa ni un aumento en el riesgo a presentar hábitos alimentarios inadecuados en comparación con las gestantes solteras o divorciadas, lo que contrasta con

Guzmán⁽²²⁾, et al donde se encontró que las gestantes que son casadas y las gestantes que cohabitaban con pareja se asociaban a hábitos alimentarios inadecuados ($p < 0.05$).

Al evaluar el grado de instrucción de las gestantes, el 70,7% de las gestantes habían alcanzado y terminado la secundaria. Tenesaca , Vásconez⁽²⁵⁾ refirió lo mismo al encontrar que el 48% de las gestantes en su estudio tenía un nivel educativo bajo, al igual que el estudio de García⁽³¹⁾ donde se encontró que 74,1% tenían nivel secundario. Al realizar el análisis bivariado no se encontró una relación estadísticamente significativa con hábitos alimentarios inadecuados ($p = 0.278$) y en el análisis multivariado se observó que las gestantes con grado académico de secundaria no tenían un mayor riesgo en comparación a las gestantes con grados superior técnico y universitario (RPa 1,48 (IC 95%: 0,81-2,72), $p = 0.205$), resultando contrario al estudio realizado por Ullah A, et al⁽¹⁹⁾ donde se evidencia que a menor grado de nivel educativo se asociaba a presentar inadecuados hábitos alimentarios en las gestantes ($p = 0.001$), así como Yakar, et al⁽²⁰⁾ en su estudio evidenció que mayor nivel educativo se asociaba a menor prevalencia de anemia en las gestantes ($p = 0,005$) y la presencia de una buena educación nutricional ($p = 0,004$). En el distrito de Villa María, a través de análisis de situación de salud realizado por el ministerio de Salud, se encontró el nivel educativo más elevado en la mayor parte de las gestantes era la secundaria, esto debido a los bajos ingresos de las familias a seguir ayudando a los hijos a alcanzar una carrera técnica o superior y también debido a la corta edad que las mujeres comenzaban la gestación. Esto guarda relación con lo encontrado en el estudio donde se evidencia que la secundaria fue el grado alcanzado por la mayor parte de las gestantes.

Con respecto a la ocupación de las gestantes se observó que 61,6% eran amas de casa, similar a lo encontrado por Vásquez⁽³⁰⁾ siendo el 72,5% de las gestantes amas de casa. En el análisis bivariado no se evidenció una asociación estadísticamente significativa con los hábitos alimentarios (0.256) y en el análisis multivariado no se evidenció que aumentara el riesgo de inadecuados hábitos alimentarios en gestantes que no tienen trabajo, como son las estudiantes y amas de casa, en comparación a gestantes que cuentan con trabajo en el ámbito público o privado, resultando contrario a la investigación realizada por Barrientos, et al.⁽²³⁾ donde se concluye que estar empleada (0,64 IC95 % 0,42-0,99) disminuye el riesgo a presentar hábitos alimentarios inadecuados ($p < 0,04$).

Al evaluar en lugar de procedencia de las gestantes, el 93,3% de ellas proviene de zona urbana. Al realizar el análisis bivariado se encuentra una asociación estadísticamente

significativa con los hábitos alimentarios ($p=0.001$) y en el análisis multivariado se evidenció que las gestantes que tienen procedencia rural tienen 1,60 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados en comparación a las gestantes que residen en la zona urbana (RPa: 1,60 IC 95%: 1,14-2,25). Esto concuerda con lo hallado por Barrientos et al.⁽²³⁾ donde se concluye que residir en zona urbana (OR 0,54; IC95 % 0,29-1,00) disminuye el riesgo a presentar hábitos alimentarios inadecuados ($p<0,04$). En el caso de Fernández E.⁽²⁴⁾ no obtuvo esta asociación ya que las gestantes que vivían en zona urbana presentaban hábitos alimentarios inadecuados.

Con respecto a la variable paridad se observó que el 64,6% de las gestantes eran multigestas y 35,4% eran primigestas. Al hacer el análisis bivariado se obtuvo una asociación estadísticamente significativa con los hábitos alimentarios con un valor de $p<0.001$. Fernández E.⁽²⁴⁾ en su investigación obtuvo como resultado que las gestantes que estaban dentro de su primera gestación ($p<0.00$) presentaban un inadecuado hábito alimentario a comparación de las gestantes con 2 o más hijos ($p<0.00$), coincidiendo con lo encontrado en este estudio donde se observa que las gestantes que son primigestas tienen 1,81 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados en comparación con las multigestas (RPa: 1,81 IC 95%: 1,05-3,13). Resultado que también se observó en el estudio de Coripuna⁽³²⁾ donde las mujeres con mayor paridad tienen menor riesgo a presentar hábitos alimentarios inadecuados, esto debido a que las gestantes con mayor paridad han recibido mayor información y charlas sobre nutrición y prevención de la anemia en las gestaciones anteriores.

Evaluando el nivel de conocimiento sobre anemia en las gestantes se observó que 64,4% presentó un nivel alto de conocimiento sobre anemia y el 35,4% un nivel bajo y respecto a los hábitos alimentarios se evidenció que el 65,8% presentó hábitos alimentarios adecuados y 34,2% hábitos alimentarios inadecuados. Estos resultados guardan relación con los encontrados por Marianela⁽³¹⁾ donde se encontró que el conocimiento sobre anemia, en el embarazo fue regular en el 60.1% de las gestantes y las prácticas alimentarias medianamente adecuadas en el 66.6%; Gonzales et al.⁽²⁶⁾ donde el 56,8% presentaban conocimientos sobre alimentación saludable y el 67,6 % de conocimientos adecuados y Cercedo y Vázquez⁽²⁹⁾ donde la cultura alimentaria presentó un nivel adecuado en un 85,8%. Este resultado puede ser producto de las enseñanzas ya brindadas dentro de los centros y/o hospitales donde se realizaron dichos estudios. En contraste con lo encontrado por Vázquez⁽³⁰⁾ donde 83,8% tiene una práctica alimentaria inadecuada y Azabache⁽²⁸⁾ donde el 33,0% tiene un nivel

deficiente en el conocimiento de anemia y el 82,2% presenta hábitos inadecuados en la alimentación.

A nivel internacional, Tenesaca Vascones⁽²⁵⁾, Ahmed et al⁽²¹⁾ y Barrientos et al⁽²³⁾ quienes realizaron sus trabajos de investigación en los países de Ecuador, Somalia y Colombia, concuerdan con lo encontrado en este estudio, presentando mayor conocimiento de las gestantes sobre anemia y también la presencia de adecuados hábitos alimentarios. Sin embargo, otros estudios que se han realizado observan no encontrar relación con los demás estudios en el nivel de conocimiento y hábitos alimentarios, observándose un nivel bajo de conocimiento sobre anemia y hábitos alimentarios, como los realizados en países que no cuentan con una economía buena y las carencias a nivel de salud generen ello.

En la relación entre nivel de conocimiento sobre anemia con los hábitos alimentarios de las gestantes participantes del estudio se dio como resultado que existe una asociación estadísticamente significativa con un valor de $p < 0.001$. Appiah, et al⁽¹⁸⁾ y Ahmed, et al⁽²¹⁾ obtuvieron un similar resultado al evaluar esta asociación encontrando una relación estadísticamente significativa con un valor de $p < 0.005$, sin embargo en otros estudios no se evidenció esta asociación como el realizado por Munayco A. ($p = 0.872$)⁽²⁷⁾, teniendo presente de este estudio la limitación de la poca cantidad de gestantes evaluadas, siendo una de esta el motivo de por qué no se encontró asociación entre estas dos variables.. Realizado el análisis multivariado se evidenció que las gestantes que tienen un nivel de conocimiento bajo sobre anemia tienen 2,54 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados respecto a las gestantes que tienen nivel de conocimiento alto de anemia (RPa: 2,54 IC 95%: 1,47-4,37). Gonzales et al⁽²⁶⁾ en su trabajo expone similar resultado al encontrar esta asociación ($p < 0.005$) Esto se debe a que las gestantes que conocen sobre una buena alimentación y conocimiento sobre anemia, de que alimentos contienen hierro, cuáles son los alimentos que ayudan a su absorción y cuáles son los que la disminuyen tienden a cambiar y tener un mejor hábito alimentario, cambiando el ingerir comidas chatarras o enlatadas a alimentos ricos en hierro como son la sangrecita e hígado, aumentando también la ingesta de proteínas, cereales así como las frutas y verduras.

Es este estudio se tuvo como limitación el posible sesgo con respecto a la información obtenida en la encuesta, debido a la percepción de cada gestante que ha participado en este estudio ya que alguna de ellas pudo haber contestado de manera poco honesta con respecto a sus factores sociodemográficos.

CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSIONES

- Se encontró la asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia y los hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
- El lugar de procedencia y la paridad obtuvieron asociación estadísticamente significativa los hábitos alimentarios de las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.
- Presentar un nivel de conocimiento bajo sobre anemia aumenta 2,54 veces el riesgo a tener un inadecuado hábito alimentario.
- Las gestantes que proceden del área Rural presentan 1,60 veces mayor riesgo a tener hábitos alimentarios inadecuados en comparación a las que residen en el área Urbana.
- Las gestantes que son primigestas presentan 1,81 veces mayor riesgo a presentar hábitos alimentarios inadecuados en comparación con las multigestas.

6.2 RECOMENDACIONES

- Se debe continuar la educación sobre buena alimentación a todas las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo y sobre la prevención de la anemia. Continuar la enseñanza de cuáles son los alimentos ricos en hierro y ácido fólico para evitar así la aparición de patologías que puedan dañar al binomio madre-niño.
- Fomentar una mejor educación alimentaria a las gestantes que provienen de las zonas rurales para disminuir el riesgo de hábitos alimentarios inadecuados, esto debido al desbalance nutricional que se presenta en estas dietas, ricas en carbohidratos, pero pobres en proteínas y alimentos ricos en hierro.
- Recomendar desde el inicio de la gestación una adecuada alimentación y enseñanza sobre ello, en específico a las gestantes que son primigestas debido a que presentan menor conocimiento sobre alimentación y nutrición en comparación a las gestantes que son multigestas. Enseñar sobre los alimentos ricos en proteínas, cereales, hierro y ácido fólico, así como en la ingesta de frutas y verduras, evitando los alimentos chatarra, alimentos enlatados y que presenten muchos preservantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Metas mundiales de nutrición 2025: documento normativo sobre anemia [Internet]. [citado el 30 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.4>
2. Tres de cada diez gestantes en el Perú tienen anemia [Internet]. [citado el 30 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/17573-tres-de-cada-diez-gestantes-en-el-peru-tienen-anemia>
3. Instituto Nacional de Salud, Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Lineamientos de Nutrición Materno Infantil del Perú. Disponible en: http://bvs.minsa.gob.pe/local/ins/158_linnut.pdf
4. Buena alimentación en gestantes previene riesgo de anemia y diabetes en el bebé [Internet]. INSTITUTO NACIONAL DE SALUD. [citado el 26 de julio de 2023]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/buena-alimentacion-en-gestantes-previene-riesgo-de-anemia-y-diabetes-en-el-bebe>
5. GuiaGestanteyPuerpera.pdf [Internet]. [citado el 3 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://alimentacionsaludable.ins.gob.pe/sites/default/files/2017-02/GuiaGestanteyPuerpera.pdf>
6. Dávila WV, Vargas RSV. Estado Nutricional de niños menores de cinco años y gestantes que acceden a los establecimientos de salud del Ministerio de Salud. Informe Gerencial Nacional. 2022 – I Semestre. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2022/Inf%20Gerencial%20SIEN-HIS%20I%20SEMESTRE%202022.pdf>
7. DÍA MUNDIAL DE LA NUTRICIÓN: ¿CÓMO DEBE SER LA ALIMENTACIÓN DE LA GESTANTE? [Internet]. DIRIS LIMA SUR. 2022 [citado el 3 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.dirislimasur.gob.pe/dia-mundial-de-la-nutricion-como-debe-ser-la-alimentacion-de-la-gestante/>

8.

Plan_nacional_para_la_reducción_y_control_de_la_anemia_materno_infantil_y_la_desnutrición_crónica_infantil_en_el_Perú__2017__2021._Documento_técnico20190621-17253-s9ub98.pdf [Internet]. [citado el 30 de noviembre de 2022]. Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/322898/Plan_nacional_para_la_reduccion%C3%B3n_y_control_de_la_anemia_materno_infantil_y_la_desnutrici%C3%B3n_cr%C3%B3nica_infantil_en_el_Per%C3%BA__2017__2021._Documento_t%C3%A9cnico20190621-17253-s9ub98.pdf?v=1561140241

9. Las nuevas orientaciones de la OMS ayudan a detectar la carencia de hierro y a proteger el desarrollo cerebral [Internet]. [citado el 6 de enero de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/20-04-2020-who-guidance-helps-detect-iron-deficiency-and-protect-brain-development>

10. Ayala Peralta FD, Ayala Moreno D. Implicancias clínicas de la anemia durante la gestación. *Rev Peru Ginecol Obstet.* 2019;65(4):487–8. doi:10.31403/rpgo.v65i2209

11. Sánchez LMM, Jaramillo LIJ, Álzate JDV, Hernández LFÁ, Mejía CR. La anemia fisiológica frente a la patológica en el embarazo. *Rev Cuba Obstet Ginecol* [Internet]. 2018 [citado el 6 de enero de 2023];44(2). Disponible en: <https://revginecobstetricia.sld.cu/index.php/gin/article/view/356>

12. ASIS_DISTRITO VILLA MARIA EL TRIUNFO 2019.pdf [Internet]. [citado el 9 de enero de 2023]. Disponible en: https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis-lima-2019/CD_MINSA/DOCUMENTOS_ASIS/ASIS_DISTRITO%20VILLA%20MARIA%20EL%20TRIUNFO%202019.pdf

13. Castro Huaylinos LE. Nivel de conocimiento sobre anemia en gestantes del centro materno infantil José Carlos Mariátegui en el distrito de Villa María del Triunfo, 2018. 2019 [citado el 9 de enero de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12990/8874>

14. Huiza Huatuco SY. Estado nutricional y prácticas alimentarias en las gestantes a término atendidas en el centro de salud Gustavo Lanatta Lujan - Comas. Univ César Vallejo [Internet]. 2018 [citado el 9 de enero de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/16103>

15. Hoz FEDL, Santiago LO. Anemia en el embarazo, un problema de salud que puede prevenirse. *Médicas UIS* [Internet]. 2013 [citado el 30 de noviembre de 2022];26(3). Disponible en: <https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistamedicasuis/article/view/3920>
16. Inadecuado consumo de alimentos durante el embarazo incrementa el riesgo de bajo peso y anemia en el bebe [Internet]. INSTITUTO NACIONAL DE SALUD. [citado el 9 de enero de 2023]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/inadecuado-consumo-de-alimentos-durante-el-embarazo-incrementa-el-riesgo-de-bajo>
17. Cisneros-Rojas EP, Lázaro-Tacuchi MC. Factores asociados a anemia en la gestación en Huánuco, 2018. *Rev Peru Investig En Salud*. 2019;3(2):68–75. doi:<https://doi.org/10.35839/repis.3.2.262>
18. Appiah PK, Nkuah D, Bonchel DA. Knowledge of and Adherence to Anaemia Prevention Strategies among Pregnant Women Attending Antenatal Care Facilities in Juaboso District in Western-North Region, Ghana. *J Pregnancy*. 2020;2020:2139892. doi:10.1155/2020/2139892
19. Ullah A, Sohaib M, Saeed F, Iqbal S. Prevalence of anemia and associated risk factors among pregnant women in Lahore, Pakistan. *Women Health*. 2019;59(6):660–71. doi:10.1080/03630242.2018.1544966
20. Yakar B, Pirincci E, Kaya MO, Onalan E. Prevalence of Anemia and Associated Risk Factors among Pregnant Women, What is the Role of Antenatal Care in Prevention? A Cross-sectional Study. *J Coll Physicians Surg--Pak JCPSP*. 2021;31(11):1341–5. doi:10.29271/jcpsp.2021.11.1341
21. Ahmed RH, Yussuf AA, Ali AA, Iyow SN, Abdulahi M, Mohamed LM, et al. Anemia among pregnant women in internally displaced camps in Mogadishu, Somalia: a cross-sectional study on prevalence, severity and associated risk factors. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2021;21(1):832. doi:10.1186/s12884-021-04269-4
22. Guzmán-Mercado E, Vásquez-Garibay EM, Troyo-Sanroman R, Romero-Velarde E. Hábitos de alimentación en adolescentes embarazadas de acuerdo a su estado civil. *Nutr Hosp* [Internet]. 2016 [citado el 25 de julio de 2023];33(2). doi:10.20960/nh.94

23. Barrientos-Gómez JG, Torres-Trujillo LE, López-Herrera FE, Barrientos-Gómez JG, Torres-Trujillo LE, López-Herrera FE. Prácticas y estilos de vida en gestantes atendidas en una institución de alta complejidad. Medellín-Colombia 2015. *Perspect En Nutr Humana*. 2017;19(2):181–93. doi:10.17533/udea.penh.v19n2a05
24. Fernández Gómez E. Hábitos alimentarios y factores socioculturales en gestantes. Una propuesta de educación nutricional en la ciudad de melilla [<http://purl.org/dc/dcmitype/Text>]. Universidad de Granada; 2021 [citado el 25 de julio de 2023]. p. 1. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=291545>
25. Tenesaca Bravo, Aida Alexandra, Vásconez Cabrera, Mariela Alexandra. HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL DE LAS MUJERES EMBARAZADAS DEL CENTRO DE SALUD DE BIBLIAN TIPO B. 2019. :65 páginas. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/34543>.
26. Gonzáles ERG, Cori GGC, Ramos LHL, Anco MYS. Relación entre el nivel de conocimientos y actitudes sobre la alimentación saludable y el nivel de anemia en gestantes en Tacna. *Rev Médica Basadrina*. 2019;13(2):41–6. doi:10.33326/26176068.2019.2.880
27. Munayco Aroste IM. Grado de conocimientos sobre alimentos nutricionales y practicas alimentarias en gestantes del primer trimestre del Centro de Salud Fonavi IV - Ica, setiembre 2017- marzo 2018. 2018 [citado el 27 de julio de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12990/5303>
28. Azabache Gordillo CP. Relación entre el nivel de conocimiento sobre alimentación y las practicas alimentarias en pacientes obstétricas del hospital distrital santa Isabel - 2018. Univ Priv Antenor Orrego - UPAO [Internet]. 2018 [citado el 27 de julio de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/4345>
29. Cercedo Cruz C, Vasquez Tacuche LC. Nivel de conocimiento sobre la anemia asociado a la cultura alimentaria. gestantes que acuden al Centro de Salud Aparicio Pomares. Huánuco – 2020. 2022 [citado el 9 de enero de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/7075>
30. Vásquez Pérez AM. Conocimiento y prácticas alimentarias preventivas de anemia ferropénica gestacional. Puesto de Salud Chontapaccha. Cajamarca, 2020. Univ Nac

- Cajamarca [Internet]. 2022 [citado el 9 de enero de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/4750>
31. Marianela Emilia ME, García Cabello. Relación del nivel de conocimiento y prácticas sobre alimentación en el embarazo en gestantes del centro de salud Collique III Zona 2019. 2020 [citado el 19 de julio de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12990/10028>
 32. Coripuna MGR. ALGUNOS FACTORES ASOCIADOS AL NIVEL DE CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS SOBRE ANEMIA EN MUJERES GESTANTES Y PUÉRPERAS INMEDIATAS ATENDIDAS EN EL HOSPITAL GOYENECHÉ DE AREQUIPA. Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/items/4d6b34a2-1898-4120-ac9c-32795c2b01e4>
 33. Cervera P, Clapés J, Rigolfas R. Alimentación y dietoterapia: nutrición aplicada en la salud y la enfermedad. En: Alimentación y dietoterapia: nutrición aplicada en la salud y la enfermedad [Internet]. 1999 [citado el 1 de agosto de 2023]. p. 380–380. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-871302>
 34. Hábitos alimentarios | FEN [Internet]. [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>
 35. Jimeno-Martínez A, Maneschy I, Rupérez AI, Moreno LA. Factores determinantes del comportamiento alimentario y su impacto sobre la ingesta y la obesidad en niños. *J Behav Feed.* 2021;1(1):60-71. Disponible en: <http://www.jbf.cusur.udg.mx/index.php/JBF/article/view/20>.
 36. Alimentación de una mujer embarazada – EsSalud [Internet]. [citado el 1 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://portal.essalud.gob.pe/index.php/2021/03/13/las-necesidades-de-nutricion-durante-el-embarazo/>
 37. Carrillo-Mora P, García-Franco A, Soto-Lara M, Rodríguez-Vásquez G, Pérez-Villalobos J, Martínez-Torres D. Cambios fisiológicos durante el embarazo normal. *Rev Fac Med.* 2021;64(1):39–48. doi:10.22201/fm.24484865e.2021.64.1.07
 38. Rodríguez-Palmero M. Recomendaciones dietéticas en el embarazo y la lactancia. *Offarm.* 2001;20(3):126–33.

39. Alimentación durante el embarazo: enfócate en estos nutrientes esenciales [Internet]. Mayo Clinic. [citado el 31 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/pregnancy-week-by-week/in-depth/pregnancy-nutrition/art-20045082>
40. Osorio O. JH. Embarazo y metabolismo de los carbohidratos. *Rev Colomb Obstet Ginecol.* 2003;54(2):97–106. doi:10.18597/rcog.617
41. Castillo-Matamoros SED, Poveda NE, Castillo-Matamoros SED, Poveda NE. La importancia de la nutrición en la mujer gestante. *Rev Colomb Obstet Ginecol.* 2021;72(4):343–5. doi:10.18597/rcog.3825
42. Rodríguez Enríquez Y, Pita Rodríguez G, González IM, Ferret Martínez A, Puentes Márquez I. Las grasas en la dieta materna, edad gestacional y peso al nacer. *Rev Cuba Salud Pública* [Internet]. 2004 [citado el 31 de julio de 2023];30(2.). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0864-34662004000200002&lng=es&nrm=iso&tlng=es
43. Ferriols E, Rueda C, Gamero R, Vidal M, Payá A, Carreras R, et al. Comportamiento de los lípidos durante la gestación y su relación con acontecimientos obstétricos desfavorables. *Clínica E Investig En Arterioscler.* 2016;28(5):232–44. doi:10.1016/j.arteri.2015.04.003
44. Office of Dietary Supplements - Folato [Internet]. [citado el 31 de julio de 2023]. Disponible en: <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Folate-DatosEnEspanol/>
45. Diaz Herrera J. Calcio y embarazo. *Rev Medica Hered.* 24(3):237-241. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract & pid=S1018-130X2013000300011 & lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1018-130X2013000300011&lng=es&nrm=iso&tlng=es).
46. Pavón CM, Pinilla ER, Martín PF, Martínez-Frías ML. VITAMINA A Y EMBARAZO: REVISIÓN DE LA LITERATURA Y ESTIMACIÓN DEL RIESGO TERATOGENICO. ISSN [Internet]. Disponible en: https://repisalud.isciii.es/bitstream/handle/20.500.12105/14025/VitaminaAEmbarazoRevisi%C3%B3nLiteratura_2007.pdf?sequence=1

47. Villalobos M, Tous M, Canals J, Arija V, Villalobos M, Tous M, et al. Vitamina D durante el embarazo y neurodesarrollo del niño: revisión sistemática. *An Psicol.* 2019;35(3):389–96. doi:10.6018/analesps.35.3.326411
48. Cereceda Bujaico M del P, Quintana Salinas MR. Consideraciones para una adecuada alimentación durante el embarazo. *Rev Peru Ginecol Obstet.* 2014;60(2):153-160. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract & pid=S2304-51322014000200010 & lng=es&nrm=iso&tlng=es.
49. ASALE R-, RAE. conocimiento | Diccionario de la lengua española [Internet]. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <https://dle.rae.es/conocimiento>
50. V. Ramírez A. La teoría del conocimiento en investigación científica: una visión actual. *An Fac Med.* 2012;70(3):217. doi:10.15381/anales.v70i3.943
51. School EB. ¿Qué es un concepto de conocimiento? | Euroinnova [Internet]. Euroinnova Business School. [citado el 12 de enero de 2023]. Disponible en: <https://www.euroinnova.pe/blog/que-es-un-concepto-de-conocimiento>
52. Martínez González JS. Tipos de conocimiento. 2020 [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <https://repository.uaeh.edu.mx/bitstream/handle/123456789/19701>
53. Aldana Arredondo LM. CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA EN GESTANTES ATENDIDAS EN EL CENTRO DE SALUD CONCEPCIÓN 2019. 2019 [citado el 11 de enero de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2997>
54. Medina Fabian AY. Asociación de hábitos alimentarios y estado nutricional con el nivel socioeconómico en gestantes atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal durante mayo -julio del 2015. Repos Tesis - UNMSM [Internet]. 2015 [citado el 12 de enero de 2023]; Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/4358>
55. Rincón-Pabón D, González-Santamaría J, Urazán-Hernández Y. Prevalencia y factores sociodemográficos asociados a anemia ferropénica en mujeres gestantes de Colombia (análisis secundario de la ENSIN 2010). *Nutr Hosp.* 2019;36(1):87–95. doi:10.20960/nh.1895

ANEXOS

ANEXO 1: ACTA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE TESIS

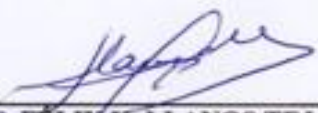


UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA
Manuel Huamán Guerrero
Oficina de Grados y Títulos

ACTA DE APROBACIÓN DE PROYECTO DE TESIS

Los miembros que firman la presente acta en relación al Proyecto de Tesis “ **NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA Y SU ASOCIACIÓN CON HÁBITOS ALIMENTARIOS EN GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO EN EL AÑO 2023.**”, que presenta la Sr. **ÁLVARO ANDRÉ CHIPANA PORTELLA** , para optar el Título Profesional de Médico Cirujano, declaran que el referido proyecto cumple con los requisitos correspondientes, tanto en forma como en fondo; indicando que se proceda con la ejecución del mismo.

En fe de lo cual firman los siguientes docentes:



M. C. FÉLIX K. LLANOS TEJADA
ASESOR DE LA TESIS



DR. JHONY DE LA CRUZ VARGAS
DIRECTOR DE TESIS

Lima, 31 de octubre de 2022

ANEXO 2: CARTA DE COMPROMISO DEL ASESOR DE TESIS



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA
Manuel Huamán Guerrero

Instituto de Investigaciones de Ciencias Biomédicas
Unidad de Grados y Títulos
Formamos seres para una cultura de paz

Carta de Compromiso del Asesor de Tesis

Por la presente acepto el compromiso para desempeñarme como asesor de Tesis del estudiante de Medicina Humana, Álvaro André Chipana Portella de acuerdo a los siguientes principios:

1. Seguir los lineamientos y objetivos establecidos en el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Medicina Humana, sobre el proyecto de tesis.
2. Respetar los lineamientos y políticas establecidos por la Facultad de Medicina Humana y el INICIB, así como al Jurado de Tesis, designado por ellos.
3. Propiciar el respeto entre el estudiante, Director de Tesis Asesores y Jurado de Tesis.
4. Considerar seis meses como tiempo máximo para concluir en su totalidad la tesis, motivando al estudiante a finalizar y sustentar oportunamente
5. Cumplir los principios éticos que corresponden a un proyecto de investigación científica y con la tesis.
6. Guiar, supervisar y ayudar en el desarrollo del proyecto de tesis, brindando **asesoramiento y mentoría** para superar los POSIBLES puntos críticos o no claros.
7. Revisar el trabajo escrito final del estudiante y ver que cumplan con la metodología establecida y la calidad de la tesis y el artículo derivado de la tesis.
8. Asesorar al estudiante para la presentación de la defensa de la tesis (sustentación) ante el Jurado Examinador.
9. Atender de manera cordial y respetuosa a los alumnos.

Atentamente,

Félix K. LLANOS TEJADA

Lima, 31 de octubre del 2022

ANEXO 3: CARTA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE TESIS, FIRMADO POR LA SECRETARÍA ACADÉMICA



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
LICENCIAMIENTO INSTITUCIONAL RESOLUCIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO N° 040-2016-SUNEDU/CD

53 años
1969 2022

Facultad de Medicina Humana
Manuel Huamán Guerrero

Oficio electrónico N° 170-2023-FMH-D

Lima, 23 de enero de 2022.

Señor
ALVARO ANDRÉ CHIPANA PORTELLA
Presente. -

ASUNTO: Aprobación del Proyecto de Tesis

De mi consideración:

Me dirijo a usted para hacer de su conocimiento que el Proyecto de Tesis “NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA Y SU ASOCIACIÓN CON HÁBITOS ALIMENTARIOS EN GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO EN EL AÑO 2023”, desarrollado en el contexto del IX Curso Taller de Titulación por Tesis Modalidad Híbrida para Internos y Pre Internos 2022, Grupo N°05, presentado ante la Facultad de Medicina Humana para optar el Título Profesional de Médico Cirujano, ha sido aprobado por Acuerdo de Consejo de Facultad N°011-2023-FMH-D, de fecha 20 de enero de 2023.

Por lo tanto, queda usted expedito con la finalidad de que prosiga con la ejecución del mismo, teniendo en cuenta el Reglamento de Grados y Títulos.

Sin otro particular.

Atentamente,




Mg. Hilda Jurupe Chico
Secretaría Académica

c.c.: Oficina de Grados y Títulos.

"Formamos seres humanos para una cultura de Paz"

Av. Benavides 5440 - Urb. Las Gardenias - Surco | Central: 708-0000
Lima 33 - Perú / www.urp.edu.pe/medicina | Anexo: 6010

ANEXO 4: CARTA DE ACEPTACIÓN DE EJECUCIÓN DE LA TESIS POR LA SEDE HOSPITALARIA CON APROBACION POR EL COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN

Villa María del Triunfo 10 de abril del 2023

Director General del Centro Materno Infantil Villa María
Dr. Braulio Pacheco Sandoval

Yo, Alvaro André Chipana Portella, con DNI 74893596 y código universitario 201610858, alumno de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Ricardo Palma e interno del Centro Materno infantil Villa María durante el periodo junio 2022 – marzo 2023, con su debido respeto solicito:

La autorización para realizar la recolección de datos necesarios a través de encuestas para la ejecución del proyecto de tesis titulado "Nivel de conocimiento sobre anemia y su asociación con hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023." Debido a que es un documento importante para la realización de dicho trabajo.

Por lo expuesto, agradecería su conformidad y aceptación a mi petición.

Atentamente.

 Alvaro André Chipana Portella DNI 74893596		 MINISTERIO DE SALUD DIRIS LIMA SUR M.C. BRAULIO PACHECO SANDOVAL CMP 24471 Médico Jefe del CMI VMT
		Dr. Braulio Pacheco Sandoval Director General CMI Villa María

**COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN
FACULTAD DE MEDICINA "MANUEL HUAMAN GUERRERO"
UNIVERSIDAD RICARDO PALMA**



CONSTANCIA

La Presidenta del Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Ricardo Palma deja constancia de que el proyecto de investigación :

Título: NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA Y SU ASOCIACIÓN CON HÁBITOS ALIMENTARIOS EN GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO EN EL AÑO 2023

Investigador: CHIPANA PORTELLA ÁLVARO ANDRÉ

Código del Comité: PG 258 2022

Ha sido revisado y evaluado por los miembros del Comité que presido, concluyendo que le corresponde la categoría de revisión expedita por el período de 1 año.

Exhortamos al investigador a la publicación del trabajo de tesis concluido para colaborar con el desarrollo científico del país.

Lima, 20 enero 2023

Dra. Consuelo del Rocío Luna Muñoz
Presidenta del Comité de Ética en Investigación

ANEXO 5: ACTA DE APROBACIÓN DEL BORRADOR DE TESIS



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE MEDICINA HUMNA
Instituto de Investigación en Ciencias Biomédicas
Unidad de Grados y Títulos
FORMAMOS SERES HUMANOS PARA UNA CULTURA DE PAZ

ACTA DE APROBACIÓN DEL BORRADOR DE TESIS

Los abajo firmantes, director, asesor y miembros del Jurado de la Tesis titulada “NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA Y SU ASOCIACIÓN CON HÁBITOS ALIMENTARIOS EN GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO EN EL AÑO 2023”, que presenta el señor Alvaro André Chipana Portella para optar el Título Profesional de Médico Cirujano, dejan constancia de haber revisado el borrador de tesis correspondiente, declarando que este se halla conforme, reuniendo los requisitos en lo que respecta a la forma y al fondo.

Por lo tanto, consideramos que el borrador de tesis se halla expedito para la impresión, de acuerdo a lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos, y ha sido revisado con el software Turnitin, quedando atentos a la citación que fija día, hora y lugar, para la sustentación correspondiente.

En fe de lo cual firman los miembros del Jurado de Tesis:

Mg. Carolina Cucho Espinoza
PRESIDENTE

Mg. Víctor Juan Vera Ponce
MIEMBRO

Mg. Rafael Pichardo Rodríguez
MIEMBRO

Dr. Jhony De La Cruz Vargas
Director de Tesis

MC. Félix Konrad Llanos Tejada
Asesor de Tesis

Lima, 01 de agosto del 2023

ANEXO 6: CERTIFICADO DE ASISTENCIA AL CURSO TALLER



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA
MANUEL HUAMÁN GUERRERO

IX CURSO TALLER DE TITULACIÓN POR TESIS – MODALIDAD HÍBRIDA

CERTIFICADO

Por el presente se deja constancia que el señor:

ALVARO ANDRÉ CHIPANA PORTELLA

Ha cumplido con los requisitos del Curso Taller de Titulación por Tesis – Modalidad Híbrida, durante los meses de octubre, noviembre, diciembre 2022 - enero y febrero 2023 con la finalidad de desarrollar el proyecto de tesis, así como la culminación del mismo, siendo el título de la tesis: **“NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA Y SU ASOCIACIÓN CON HÁBITOS ALIMENTARIOS EN GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO EN EL AÑO 2023”**.

Por lo tanto, se extiende el presente certificado con valor curricular y valido por 06 conferencias académicas para la sustentación de tesis respectiva, según Acuerdo de Consejo Universitario N°0287-2023, que aprueba el IX Curso Taller de Titulación por Tesis – Modalidad Híbrida.

Lima, 01 de marzo de 2023.



Dr. Jhony De La Cruz Vargas
Director

Instituto de Investigaciones en Ciencias Biomédicas
IX Curso Taller de Titulación por Tesis



Dra. María del Socorro Alatriza Gutiérrez Vda. De Bambarén
Decana(e)

ANEXO 7: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Nivel de conocimiento sobre anemia y su asociación con hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.					
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	METODOLOGÍA
¿Existe una asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia y hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo	<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Determinar asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia y los hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</p> <p>Indicar las características sociodemográficas de las gestantes del Centro</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL:</p> <p>Hi: Existe asociación entre el nivel de conocimiento de anemia con los hábitos alimentarios en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p> <p>HIPOTESIS ESPECÍFICAS:</p> <p>El nivel de conocimiento sobre anemia es adecuado en las gestantes del Centro</p>	<p>VARIABLE DEPENDIENTE:</p> <p>Hábitos alimentarios</p> <p>VARIABLE INDEPENDIENTE:</p> <p>Nivel de conocimiento sobre anemia.</p> <p>OTRAS VARIABLES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Edad • Estado civil 	<p>Cuantitativo, ya que se determinó la correlación entre las variables del estudio y la muestra obtenida a través de una encuesta;</p> <p>Observacional, ya que no hay intervención por parte del investigador, solo se limita a medir las variables del estudio; Analítico,</p>	<p>UNIDAD DE ANÁLISIS:</p> <p>El presente estudio incluyó a las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p> <p>Técnica e instrumento de recolección de datos:</p> <p>La técnica que se aplicó fue la encuesta.</p> <p>Técnica de procesamiento de datos:</p> <p>Los datos obtenidos en la ficha de recolección de</p>

<p>en el año 2023?</p>	<p>Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p> <p>Evaluar el nivel de conocimiento de anemia en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p> <p>Valorar los hábitos alimentarios de las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p> <p>Relacionar las características sociodemográficas con</p>	<p>Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p> <p>Los hábitos alimentarios son adecuados en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p> <p>Las características sociodemográficas de las gestantes se relacionan con buenos hábitos alimentarios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grado de instrucción • Ocupación • Lugar de procedencia • Paridad. 	<p>ya que se buscará la asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia con la anemia en gestantes transversal, debido a que la información adquirida se obtuvo en tiempo determinado.</p>	<p>datos se pasaron a una base de datos generada en el programa de Microsoft Excel 2019; se procedió a la tabulación de los datos en el software estadístico SPSS v.29 y STATA v.16. Se utilizaron los análisis estadísticos de Chi-cuadrado y la prueba exacta de Fisher para el análisis bivariado y el análisis de Regresión de Poisson para el análisis multivariado para obtener el RP ajustado con un intervalo de confianza de 95% y significancia $p < 0.05$.</p>
------------------------	---	---	---	---	---

	<p>los hábitos alimentarios en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p> <p>Asociar el nivel de conocimiento de anemia con los hábitos alimentarios de las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.</p>				
--	--	--	--	--	--

ANEXO 8: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	ESCALA DE MEDICIÓN	TIPO DE VARIABLE RELACION Y NATURALEZA	CATEGORÍA O UNIDAD
Hábitos alimentarios (dependiente)	Los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales.	Hábitos alimentarios encontrados en las gestantes de este estudio.	Nominal.	Dependiente cualitativa	0 = Inadecuados hábitos alimentarios (menor igual de 44 puntos) 1 = Adecuados hábitos alimentarios (mayor igual de 45 puntos)
Nivel de conocimiento sobre la anemia (independiente)	Es la información que el individuo obtiene y posee, personalizada y subjetiva, relacionada con hechos, procedimientos, conceptos,	Grado de información que posee la gestante sobre la anemia.	Nominal	Independiente Cualitativa	0 = Nivel de conocimiento bajo sobre la anemia (13 - 30 puntos)

	interpretaciones, ideas, observaciones, juicios y elementos.				1 = Nivel de conocimiento alto sobre la anemia (31 – 39 puntos)
Edad	Tiempo que ha vivido una persona desde su nacimiento	Número de años consignado por la gestante en el cuestionario.	Ordinal	Independiente cuantitativa.	Años cumplidos
Estado civil	Estado en la que se encuentra una persona respecto a su relación conyugal.	Categoría de acuerdo a los respondido por la gestante.	Nominal	Independiente Cualitativa	0 = Soltera 1 = Conviviente 2 = Casada 3 = Divorciada o separada
Grado de instrucción	Grado de una persona que indica o reflejados estudios realizado durante su vida.	Grado instructivo máximo alcanzado de la gestante.	Ordinal	Independiente cualitativa	0 = Analfabeta 1 = Primaria 2 = Secundaria 3 = Superior técnico 4 = Superior universitario

Ocupación	Clase o tipo de trabajo desarrollado, con especificación del puesto de trabajo desempeñado.	Clase de trabajo u ocupación que tiene o realiza la gestante.	Nominal	Independiente cualitativa	0 = Estudiante 1 = Ama de casa 2 = Empleada pública 3 = Empleada privada
Lugar de procedencia	Lugar donde habita un individuo según la geografía peruana.	Lugar donde reside la gestante	Nominal	Independiente cualitativa	0 = Rural 1 = Urbano
Paridad	Número de veces que la mujer ha estado embarazada	Número de veces que la gestante ha estado embarazada y se consigna en la encuesta.	Ordinal	Independiente cualitativa	0 = primigesta 1 = Multigesta



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA “MANUEL HUAMAN GUERRERO”

TITULO DE INVESTIGACIÓN: “NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA FERROPÉNICA Y SU ASOCIACIÓN CON HáBITOS ALIMENTARIOS EN GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO EN EL AÑO 2023”.

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS:

1. **Edad:** _____
2. **Estado Civil:**
 - a) Soltera
 - b) Conviviente
 - c) Casada
 - d) Divorciada o separada
3. **Grado de instrucción:**
 - a) Analfabeta
 - b) Primaria
 - c) Secundaria
 - d) Superior técnico
 - e) Superior universitario
4. **Ocupación:**
 - a) Estudiante
 - b) Ama de casa
 - c) Empleada pública
 - d) Empleada privada
5. **Lugar de procedencia:**
 - a) Rural
 - b) Urbana
6. **Paridad:**
 - c) Primigesta
 - d) Multigesta

CUESTIONARIO: CONOCIMIENTOS SOBRE ANEMIA

1. ¿Qué es la anemia?
 - a) Es una enfermedad infecciosa y contagiosa.
 - b) Es una enfermedad donde la gestante se pone muy flaca.
 - c) Es una enfermedad en la que baja la hemoglobina de la sangre.
 - d) Es una enfermedad en la que hay poca sangre.
 - e) Desconozco

2. ¿Qué es el hierro y para qué sirve?
 - a) Un carbohidrato, para aumentar los niveles de hemoglobina.
 - b) Una proteína, para aumentar los niveles de glucosa en sangre.
 - c) Una vitamina, para aumentar los niveles de hemoglobina
 - d) Un mineral, para aumentar los niveles de hemoglobina
 - e) Desconozco

3. ¿Qué características presenta en la piel una gestante con anemia?
 - a) Piel naranja.
 - b) Piel rojiza.
 - c) piel Palidez.
 - d) piel reseca.
 - e) Desconozco

4. ¿Qué característica presenta en las conjuntivas una gestante con anemia?
 - a) Conjuntiva rosada.
 - b) Conjuntiva rojiza.
 - c) Conjuntiva Pálida.
 - d) Conjuntiva seca.
 - e) Desconozco

5. ¿Qué siente una gestante con anemia?
 - a) Dolor muscular y tos frecuente.
 - b) Insomnio y ansiedad por comer.
 - c) Dolor de estómago y nauseas.
 - d) Cansancio y somnolencia injustificable
 - e) Desconozco

6. ¿Qué origina la anemia en las gestantes?
 - a) Bajo consumo de alimentos ricos en vitaminas.
 - b) Bajo consumo de alimentos ricos en hierro.
 - c) Bajo consumo de alimentos ricos en calcio.
 - d) Bajo consumo de alimentos ricos en proteínas.
 - e) Desconozco

7. ¿Qué puede tomar la gestante para prevenir la anemia?
 - a) Tomar vit. B12
 - b) Tomar Calcio
 - c) Tomar sulfato ferroso
 - d) Tomar ácido fólico
 - e) Desconozco

8. ¿Qué análisis se debe realizar la gestante para detectar la anemia?
- a) Hemoglobina
 - b) Grupo sanguíneo
 - c) Prueba de sífilis
 - d) Examen de orina
 - e) Desconozco
9. ¿Cuál de estos alimentos contiene el hierro más aprovechable?
- a) Leche, queso, betarragas
 - b) Huevo, lenteja, verduras
 - c) Sangrecita, bazo, hígado
 - d) Pollo, cuy, rabanito
 - e) Desconozco
10. ¿Cuál de las siguientes bebidas ayudan a que nuestro cuerpo aproveche mejor el hierro en los alimentos?
- a) Agua de manzanilla, agua de hierbas.
 - b) Jugo de naranja, limonada
 - c) Jugo de naranja, Gaseosas
 - d) Infusiones, leche
 - e) Desconozco
11. ¿Qué alimentos impiden que se aproveche mejor el hierro en los alimentos?
- a) Gaseosas, te, café, agua de hierbas
 - b) Jugo de limón, naranja, cebada.
 - c) Jugo de limón, naranja. agua de tiempo.
 - d) Alimentos chatarra
 - e) Desconozco
12. ¿Qué complicaciones presenta en el embarazo la gestante con anemia?
- a) Malformaciones.
 - b) Estreñimiento.
 - c) Parto prematuro.
 - d) Fiebre y dolor de cabeza.
 - e) Desconozco
13. ¿Qué ocasiona la anemia durante el embarazo al bebe?
- a) Bebes con huesos frágiles.
 - b) Bebes muy flaquitos.
 - c) Bebes con mucho peso.
 - d) Bebes con bajo peso al nacer.
 - e) Desconozco.



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA “MANUEL HUAMAN GUERRERO”

TITULO DE INVESTIGACIÓN: “NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA FERROPÉNICA Y SU ASOCIACIÓN CON HÁBITOS ALIMENTARIOS EN GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO EN EL AÑO 2023”.

CUESTIONARIO: HÁBITOS ALIMENTARIOS.

1. ¿Cuántas veces durante el día, consume alimentos? Considere desayuno, almuerzo, cena y refrigerio(s).
 - a) 4 veces al día.
 - b) 5 veces al día.
 - c) 3 veces al día.
 - d) 2 veces.
 - e) Más de 5 veces al día.

2. ¿Cuántas porciones de alimentos ricos en proteínas como carne (pollo, res, pescado, pavita, etc.), huevos y/o otros alimentos consume al día?
 - a) De 4 a más porciones
 - b) 3 porciones.
 - c) 2 porciones.
 - d) 1 porción.
 - e) No consumo

3. ¿Cuántas porciones de cereales (arroz, avena, quinua, maíz, kiwicha, cañihua, etc.) y/o derivados de tubérculos y raíces (harina, fideos pan, etc) consume al día?
 - a) De 4 a más porciones.
 - b) 3 porciones.
 - c) 2 porciones.
 - d) 1 porción.
 - e) No consumo.

4. ¿Cuántas porciones de frutas y verduras consume al día?
 - a) De 4 a más porciones.
 - b) 3 porciones.
 - c) 2 porciones.
 - d) 1 porción.
 - e) No consumo.

5. ¿Cuántas porciones de alimentos ricos en calcio como leche, queso, yogurt y/o producto lácteo consume al día?
 - a) De 4 a más porciones.

- b) 3 porciones.
 - c) 2 porciones.
 - d) 1 porción.
 - e) No consumo.
6. ¿Cuántas veces consume alimentos ricos en hierro como sangrecita, hígado, bazo, lentejas, frejol negro, entre otros?
- a) Diario.
 - b) Interdiario.
 - c) 1 a 2 veces por semana.
 - d) 1 a 2 veces por mes.
 - e) Nunca.
7. ¿Cuántas veces consume alimentos ricos en ácido fólico como verduras de intenso color verde (brócoli, col, espinaca, espárragos, etc.) palta, entre otros?
- a) Diario.
 - b) Interdiario.
 - c) 1 a 2 veces por semana.
 - d) 1 a 2 veces por mes.
 - e) Nunca.
8. ¿Cuántas veces consume alimentos ricos en ácidos esenciales como semillas oleaginosas (maní, pecana, avellana, etc.), pescado, entre otros?
- a) Diario.
 - b) Interdiario.
 - c) 1 a 2 veces por semana.
 - d) 1 a 2 veces por mes.
 - e) Nunca.
9. ¿Cuántos vasos de líquido (agua natural, jugos, otras bebidas) toma al día?
- a) De 11 a 15 vasos.
 - b) De 8 a 10 vasos.
 - c) De 4 a 7 vasos.
 - d) De 2 a 3 vasos.
 - e) De 0 a 1 vaso.
10. ¿Cuántas veces consume conserva de alimentos enlatados (¿mermeladas, conserva de duraznos, conserva de pescados, entre otros?)?
- a) Nunca
 - b) A veces
 - c) Comúnmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Siempre
11. ¿Cuántas veces consume comida chatarra (pizza, salchipapa, hamburguesa, gaseosas, etc.) y/o salsas procesadas como mostaza, mayonesa, ketchup, "Tari", "Uchucuta", etc.?
- a) Diario.
 - b) Interdiario.
 - c) 1 a 2 veces por semana.
 - d) 1 a 2 veces por mes.

- e) Nunca.
12. ¿Cuántas veces consume snacks (chifle, papa frita, etc.) y/o dulces (golosinas, galletas, tortas, helados, etc.)?
- a) Diario.
 - b) Interdiario.
 - c) 1 a 2 veces por semana.
 - d) 1 a 2 veces por mes.
 - e) Nunca.
13. ¿Usted le añade sal adicional a la comida preparada (comida ya servida) que va consumir?
- a) Nunca
 - b) A veces
 - c) Comúnmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Siempre
14. ¿Cuántas veces consume usted complementos multivitamínicos? (madre, enfagrow, Supradin pronatal, etc.)
- a) Diario.
 - b) Interdiario.
 - c) 1 a 2 veces por semana.
 - d) 1 a 2 veces por mes.
 - e) Nunca.

CONSENTIMIENTO INFORMADO



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA “MANUEL HUAMAN GUERRERO”

TITULO DE INVESTIGACIÓN: “NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ANEMIA FERROPÉNICA Y SU ASOCIACIÓN CON HÁBITOS ALIMENTARIOS EN GESTANTES DEL CENTRO MATERNO INFANTIL VILLA MARÍA DEL TRIUNFO EN EL AÑO 2023”.

Autor de la investigación: Chipana Portella, Álvaro André.

Propósito del Estudio: Lo estamos invitando a participar en un estudio con la finalidad de determinar la asociación entre el nivel de conocimiento sobre anemia ferropénica y los hábitos alimentarios en las gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023.

Procedimientos: Si usted acepta participar en este estudio se le aplicará 2 cuestionarios que evaluarán su nivel de conocimiento sobre anemia y hábitos alimentarios.

Riesgos o inconvenientes: Ninguno, solo responderán el cuestionario.

Confidencialidad: No se divulgará su identidad en ninguna etapa de la investigación, pues toda la información que usted brinde será usada solo con fines estrictos de estudio. En caso este estudio fuese publicado se seguirá salvaguardando su confidencialidad, ya que no se le pedirá en ningún momento sus nombres ni apellidos.

Renuncia: Usted puede decidir retirarse de este estudio en cualquier momento de este, sin perjuicio alguno.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO.

Yo: _____ con número de DNI: _____
Declaro que he leído, comprendido y acepto voluntariamente participar en este estudio luego de haber discutido los objetivos y procedimientos de la investigación con el investigador.

Firma del participante

Fecha

ANEXO 10: BASES DE DATOS (EXCEL, SPSS), O EL LINK A SU BASE DE DATOS SUBIDA EN EL INICIB-URP.

https://drive.google.com/drive/folders/1cj448xS51d2fNjLx4CZH2C5sqqZynBkx?usp=drive_link

Nivel de conocimiento sobre anemia y su asociación con hábitos alimentarios en gestantes del Centro Materno Infantil Villa María del Triunfo en el año 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%	10%	3%	3%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uap.edu.pe Fuente de Internet	2%
2	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	Juan Guillermo Barrientos Gómez, Luz Estella Torres Trujillo, Francly Edith López Herrera. "Prácticas y estilos de vida en gestantes atendidas en una institución de alta complejidad. Medellín-Colombia 2015", Perspectivas en Nutrición Humana, 2017 Publicación	1%
5	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
6	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	1%

7	multimedia.elsevier.es Fuente de Internet	1 %
8	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	1 %
9	repositorio.unsch.edu.pe Fuente de Internet	1 %
10	Submitted to Universidad Privada San Juan Bautista Trabajo del estudiante	1 %

Excluir citas Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía Activo