

**UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE OBSTETRICIA**



**Factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en
el Centro de Salud Yaután – Casma, en el año 2020.**

Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Obstetricia

Autor:

Rosas Rupay, Angela Mariluz

Asesor:

Mg. Víctor Joel, Sánchez Romero (ORCID: 0000-0001-5056-9244)

Chimbote – Perú

2021

ACTA DE SUSTENTACION



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA
SEDE CENTRAL CHIMBOTE**

ACTA DE DICTAMEN DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS N.º 002-2020

En la ciudad de Chimbote siendo las 14:00 horas del día veinticuatro de julio del año dos mil veinte y estando dispuesto al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro, aprobado con Resolución de Consejo Universitario 3539-2019-USP/CU en su artículo 22º, se reunió el Jurado Evaluador integrado por:

Dra. Jenny Evelyn Cano Mejía	Presidenta
Mg. Víctor Joel Sanchez Romero	Secretario
Mg. Dora Emperatriz Castro Rubio	Vocal

Con el objetivo de evaluar la sustentación del informe de tesis titulado "Adherencia al consumo de micronutrientes y anemia en gestantes atendidas en Maternidad de María. Chimbote, enero - abril 2020", presentado por la bachiller:

Gloria Enriqueta Dueñas Luna

Efectuada la revisión y evaluación de la sustentación y defensa de la tesis, el Jurado Evaluador emite el siguiente fallo: **APROBADO** por **MAYORÍA**, quedando expedita la bachiller para optar el Título Profesional de Licenciada en Obstetricia.

Acto seguido fue llamada la bachiller, a quien el Secretario del Jurado Evaluador dio a conocer en acto público el resultado obtenido en la sustentación.

Siendo las 4:50 horas del mismo día se dio por terminado dicho acto.

Los miembros del Jurado Evaluador firman a continuación, dando fe de las conclusiones del acta:

Dra. Jenny Evelyn Cano Mejía
Presidenta

Mg. Víctor Joel Sanchez Romero
Secretario

Mg. Dora Emperatriz Castro Rubio
Vocal

c.c.: Interesada
Expediente
Archivo.

RECTORADO: Av. José Pardo 194 Chimbote / Perú - Telf.: (043) 483320
CAMPUS UNIVERSITARIA: Urb. Los Pinos Telf.: (043) 483222 / 483817 / 483201 - Av. Bolognesi 421 Telf.: (043) 483810
Nuevo Chimbote Av. Pacífico y Anchoyeta Telf.: (043) 483802 / San Luis Telf.: (043) 483826
OFICINA DE ADMISIÓN: Esq. Aguirre y Espinal - Teléfono: 043 345898 - www.usanpedro.edu.pe - facebook/ Universidad San Pedro

CS desarrollado con CardScanner

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi familia, por enseñarme a luchar por mis sueños.

AGRADECIMIENTOS

Al personal que labora en el Centro de Salud Yautan, por su predisposición y apoyo para la realización de la presente investigación.

A todas aquellas personas que, de alguna manera, contribuyeron en el desarrollo del presente estudio.

A mi familia por brindarme su apoyo incondicional, por su amor, por sus buenas enseñanzas y por haber sido mi motivación.

DERECHOS DE AUTORÍA Y DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, Angela Mariluz Rosas Rupay, con Documento de Identidad N° 70279545, autora de la tesis titulada "Factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma, 2020" y a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro, declaro bajo juramento que:

1. La presente tesis es de mi autoría. Por lo cual otorgo a la Universidad San Pedro la facultad de comunicar, divulgar, publicar y reproducir parcial o totalmente la tesis en soportes analógicos o digitales, debiendo indicar que la autoría o creación de la tesis corresponde a mi persona.
2. He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, establecidas por la Universidad San Pedro, respetando de esa manera el derecho de autor.
3. La presente tesis no ha sido presentada, sustentada ni publicada con anterioridad para obtener grado académico, título profesional o título de segunda especialidad profesional alguno.
4. Los datos presentados en los resultados son reales; no fueron falseados, duplicados ni copiados; por tanto, los resultados que se exponen en la presente tesis se constituirán en aportes teóricos y prácticos a la realidad investigada.
5. En tal sentido de identificarse fraude plagio, auto plagio, piratería o falsificación asumo la responsabilidad y las consecuencias que de mi accionar deviene, sometién dome a las disposiciones contenidas en las normas académicas de la Universidad San Pedro.

Chimbote, mayo 11 de 2021



Firma

INDICE

ACTA DE SUSTENTACION	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTOS	iv
DERECHOS DE AUTORÍA Y DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	v
ÍNDICE	vi
ÍNDICE DE TABLAS	vii
PALABRAS CLAVE.....	viii
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD.....	ix
RESUMEN.....	x
ABSTRACT.....	xi
INTRODUCCION	
1.Antecedentes y fundamentación científica	1
2.Justificación de la investigación	5
3.Problema	6
4.Conceptuación y operacionalización de las variables	6
5.Hipótesis.....	7
6.Objetivos.....	7
METODOLOGÍA	
1.Tipo y diseño de investigación	8
2.Población - Muestra	8
3.Técnicas e instrumentos de investigación.....	8
4.Procesamiento y análisis de la información	9
RESULTADOS	10
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN.....	13
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	16
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	18

ANEXOS..... 22

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características demográficas de las gestantes.....10

Tabla 2. Descripción de los factores culturales sobre alimentación y nutrición de las gestantes.....11

Tabla 3. Descripción de los hábitos alimenticios de las gestantes.12

Tabla 4. Correlación de Pearson entre aspectos culturales y hábitos alimenticios (n=50)13

PALABRAS CLAVE

Cultura, embarazo, hábitos alimenticios, nutrición.

KEYWORDS

Culture, pregnancy, eating habits, nutrition.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Línea : Salud Sexual y Reproductiva de la mujer, familia y comunidad.
Área : Ciencias Médicas y de Salud.
Sub-área : Ciencias de la Salud.
Disciplina : Ciencias Socio-biomédicas.



VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, Vicerrector de Investigación de la Universidad San Pedro:

HACE CONSTAR

Que, de la revisión del trabajo titulado "Factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yautan - Casma, en el año 2020." del (a) estudiante: ROSAS RUPAY ANGELA MARILUZ, identificado(a) con Código N° 1113100708, se ha verificado un porcentaje de similitud del 29%, el cual se encuentra dentro del parámetro establecido por la Universidad San Pedro mediante resolución de Consejo Universitario N° 5037-2019-USP/CU para la obtención de grados y títulos académicos de pre y posgrado, así como proyectos de investigación anual Docente.

Se expide la presente constancia para los fines pertinentes.

Chimbote, 24 de abril de 2024

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

DR. JAVIER MARTÍNEZ CARRIÓN
VICERRECTOR



NOTA: Este documento carece de valor si no tiene adjunta el reporte del Software TURNITIN.

**Factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes
atendidas en el Centro de Salud Yautan – Casma, en el año
2020.**

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre los factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma, 2020. Se trató de una investigación básica con diseño correlacional-causal, con una encuesta a 50 gestantes que cumplieron con los criterios de elegibilidad atendidas en el Centro de Salud Yaután durante enero de 2020. Para el análisis correlacional se empleó el coeficiente de correlación de Pearson. Se logró identificar la presencia en nivel medio de factores culturales y creencias alimentarias en el 68% de gestantes y hábitos alimenticios poco adecuados y/o nada adecuados en el 80% de participantes. Determinándose una correlación fuerte negativa entre los factores culturales y hábitos alimenticios en las gestantes. Concluyéndose que, a mayor presencia de factores culturales menos adecuados serán los hábitos alimenticios durante el embarazo.

ABSTRACT

The objective of the research was to establish the relationship between cultural factors and eating habits in pregnant women attended at the Yaután-Casma Health Center, 2020. It was a basic research with a correlational-causal design, with a survey of 50 pregnant women who complied with the eligibility criteria attended at the Yaután Health Center during January 2020. For the correlational analysis, the Pearson correlation coefficient was used. It was possible to identify the presence at a medium level of cultural factors and dietary beliefs in 68% of pregnant women and inappropriate and / or unsuitable eating habits in 80% of participants. Determining a strong negative correlation between cultural factors and eating habits in pregnant women. Concluding that the greater the presence of cultural factors, the less adequate the eating habits during pregnancy will be.

INTRODUCCIÓN

1. Antecedentes y fundamentación científica

Según ENDES (2018), la anemia en el Perú se distribuye en el área urbana con un 21,2 por ciento y 20,5 en el porcentaje en el área rural. Siendo Huancavelica y Puno las regiones con mayor cantidad de casos con 46,8% y Pucallpa con 24.8% (Anastasio y Gudiel, 2018). Durante la gestación, los estudios reportan una prevalencia variable, dependiendo del lugar de residencia, la edad de la mujer y el trimestre del embarazo, en el año 2001 se informó una prevalencia del 75.8% de anemia (Sánchez et al, 2001), entre los años 2011 y 2012 esta cifra disminuye a 25% (Munares et al., 2012; Munares y Gómez, 2018). Recientemente, Valverde (2018) al describir la anemia según niveles, halló 40.6% de anemia leve, 45.3% de anemia moderada y 14.1% de anemia severa particularmente en zonas geográficas de altura y rural la anemia presenta cifras variables. Así, en el año 2018, un estudio en el Hospital Apoyo Daniel Alcides Carrión de Huanta halló una prevalencia de 24% (Heredia, 2018). Además, durante la gestación no se realiza un régimen alimentario adecuado, como consecuencia genera una inadecuada ganancia de peso y anemia (Montero, 2016).

Por otro lado, la obesidad durante la gestación propicia un mayor riesgo obstétrico y neonatal, constituyendo una confrontación para la salud pública. En una investigación realizada por el Instituto Nacional Materno Perinatal (2015) se encontró que las gestantes tienen obstáculos con el sobrepeso 37.5% y obesidad en el 14.5%. En esa misma línea Montero (2016) apreció que el 29.1% de gestantes tiene sobrepeso y el 9.2% obesidad. La sobreganancia de peso durante el embarazo está relacionada a la diabetes gestacional y trastornos hipertensivos, aborto espontáneo, nacimiento prematuro, óbito fetal, y macrosomía fetal; así mismo provocando patologías maternas en el aparato respiratorio, sistema cardiovascular y gastrointestinal trayendo como complicaciones en el trabajo de parto (Lozano et al, 2016; Bernarda et al, 2010; Ramos, 2013). Al respecto, Izquierdo (2016), encontró asociación significativa entre la obesidad y la práctica de cesárea. Así mismo, Lozano et al. (2016) encontró una relación entre la obesidad y alteraciones del trabajo de parto con mayores tasas de

cesaría. Sin embargo, también se reporta que los embarazos de gestantes con sobrepeso y obesidad terminan en parto eutócico en el 89.3% de las veces (Ramos, 2014); generándose así controversia sobre esta relación.

En general, en diversos países, incluido Perú, se encontró un alto porcentaje de anemia, sobrepeso-obesidad y bajo peso, que tienen como motivo principal una dieta incorrecta, en la cual no se realiza una valoración controlada de alimentos. De acuerdo al Sistema de Información del Estado Nutricional de las gestantes, se observa que, al adquirir un aumento de peso durante el periodo de gestación es insuficiente en el 11.5 por ciento de los casos y por el contrario en el 41.0 por ciento es excesiva (Luque, 2019). Una de las fundamentales razones de esta etapa se refiere a las prácticas alimentarias de las mujeres gestantes, siendo con mayor regularidad, inadecuadas. Originándose así un inconveniente estado nutricional (Montero, 2016); contrariamente, cuando las gestantes presentan prácticas alimentarias apropiada, hay un conveniente estado nutricional (Jorge, 2016; Mendoza, 2017; Romero, 2014), concluyéndose así que el estado nutricional de las gestantes estará afectado por sus hábitos alimenticios (Estupiñán, 2016).

Se entiende por hábitos alimenticios al conjunto de comportamientos alcanzados por un individuo mediante la reiteración de actos en cuanto al escoger, elaboración y consumo de alimentos, los cuales tienen una correlación permanente y dinámica entre la cultura y el medio ambiente, se propaga de una generación a otra a través del tiempo, donde incluyen desde la forma de seleccionar los alimentos, hasta la manera en que los consumen (Anastasio, 2017). También referidos a la valoración que se hace de los alimentos y su consumo, la cual en la actualidad está influenciada por prejuicios y estereotipos alimentarios, evidenciándose actitudes negativas, como lo señala Arana (2016) en su estudio, donde el 59.9 por ciento de las gestantes a término presentaron un comportamiento negativo de alimentación. De ahí la importancia de los mismo durante el embarazo, pues al tener hábitos de alimentación inapropiados se presentará malnutrición durante el periodo gestacional, con bajo peso, sobrepeso u obesidad.

Durante el embarazo, el estado de salud de la progenitora y el feto dependen prioritariamente de una adecuada alimentación de la mujer; concretándose así un correcto desarrollo de ambos. Estrada (2010) refiere que 70 por ciento de gestantes ingiere de 3 a 4 tiempos de comida diarias, dentro de ellos los lácteos, leguminosa y frutas son consumidos con una regularidad semanal, en tanto los cereales, carnes, vegetales, aceites y grasas, azúcar, dulces y bebidas, líquidos lo realizan con una periodicidad diaria. Por otro lado, el pescado, las carnes y los mariscos, en muchos casos son alimentos o comidas que se consumen menos durante el embarazo (Ipiates y Rivera, 2010). Sin embargo, diversas razones sociales y culturales pueden determinar la adopción de patrones alimenticios que, lejos de favorecer una adecuada alimentación, ocasionan estados nutricionales deficientes, asociándose a complicaciones obstétricas y neonatales (Anastasio, 2017). Respecto a la alimentación durante el embarazo, más del 80 por ciento de gestantes desconocen la forma apropiada de alimentarse por lo que realizan prácticas alimentarias inadecuadas y solo cerca del 20 por ciento presentan hábitos alimentarios adecuados (Azabache, 2018; Minaya, 2016). Específicamente, al valorar a las adolescentes embarazadas, los hábitos inapropiados disminuyen hasta el 63.0 por ciento e incrementándose las buenas prácticas alimentarias hasta 37.0 por ciento, como consecuencia de la mayor atención de los servicios de salud, la familia y la misma gestante, en su mayoría primigestas (Romero, 2013).

En ese sentido, el Ministerio de Salud (2012) recomienda descubrir oportunamente hábitos pasibles para ser mejorados e impresionar positivamente en el estado nutricional del binomio; principalmente porque las exigencias nutricionales durante el proceso de la gestación y lactancia están aumentadas, en comparación con las mujeres sanas en etapa no reproductiva, para favorecer el crecimiento y desarrollo del feto y del lactante, de este modo subvenir en este período (Florido et al., 2010); dado que, si los nutrientes básicos no están presentes para mantener el incremento durante la gestación, puede suceder un perjuicio estable en tejidos y órganos (Lutz y Przytulski, 2011). Durante el embarazo es fundamental una adecuada alimentación para el buen desarrollo del bebé inmediatamente después de la concepción

principalmente por que las exigencias nutricionales esta aumentadas en dichas etapas. Es necesario cubrir las necesidades nutricionales para la gestación caso contrario se relaciona con problemas de prematuridad y morbilidad neonatal. (Cereceda y Quintana, 2014).

A nivel mundial, los consumos de los alimentos se encuentran limitado por las creencias, las costumbres y los hábitos alimenticios que cada población tiene en su entorno experimental, histórico y geográfico, que se obtiene durante el embarazo. De ahí que, los servicios de salud han diseñado prácticas alimenticias para salvaguardar y promover la salud. Por ejemplo, propiciar el suministro de alimentos con nutrientes densos en energía, durante los primeros meses de la gestación; integrados en seis grupos esenciales: leche y derivados lácteos; frutas y verduras; cereales y legumbres; carne, pollo y pescado; aceites y grasas; azúcares y dulces (Escobedo, 2015). Así mismo, el consumo impropio de alimentos principalmente determinado por malos hábitos alimentarios estaría presente indistintamente en las comunidades rurales o urbanas, pero en su mayoría en las mujeres con características demográficas y familiares deficientes (García y Montaña, 2009).

El 25.8 por ciento de gestantes tienen conocimientos sobre alimentación durante la gestación y solo el 18.3 por ciento tienen adecuadas prácticas alimentarias. Sin embargo, no se encontró asociación entre los conocimientos y las prácticas de alimentación en gestantes (Francia, 2018). Estos hallazgos son comunes dado que la conducta alimentaria no depende únicamente del conocimiento que la persona puede tener sobre alimentación y nutrición, otras variables, como las sociales y culturales son influyentes en la alimentación.

Sobre las variables cultura y alimentación la evidencia científica muestra una relación aun no muy clara sobre una influencia negativa durante la gestación. Gonell (2014) observó creencias y percepciones sobre la alimentación afectados por su cultura, por las enseñanzas de los ancestros, pero generalmente por el deseo de mejorar

su salud y la del neonato. La creencia de que la gestante debe comer por dos sigue actualmente en el inconsciente colectivo de las mujeres y familias, siendo más frecuente en la población joven y de menor nivel educacional (Ipiates y Rivera, 2010). Generalmente la mayor cantidad de embarazadas y lactantes no tienen conocimientos suficientes sobre cómo llevar una nutrición adecuada por lo cual realizan prácticas nutricionales desequilibradas, durante el embarazo y lactancia tienen creencias y tabúes, Chimbo (2014). Sin duda, los hábitos alimentarios en gestantes se encuentran relacionados con las creencias de alimentos beneficiosos durante el embarazo y la importancia del aspecto físico durante este periodo (Espinoza y Mallqui, 2017); alimentos que nutren o benefician a la madre hijo como las sopas o caldos y los frijoles o leguminosas; y por el contrario alimentos prohibidos como el ají o chile, la sal y frituras (Herrera et al., 2008). Contrariamente, otros estudios concluyen que, los factores culturales no influyen en los hábitos alimentarios, ya que antes de este, existen muchos más factores correlacionantes para definir el consumo (Estrada, 2010).

2. Justificación de la investigación

El presente estudio se justifica desde su aporte teórico ya que permitirá a la comunidad y profesionales de la salud a tener un conocimiento más claro respecto a la importancia de los factores culturales y hábitos alimenticios en el periodo de la gestación, logrando identificar las principales dimensiones culturales asociadas a la nutrición en el embarazo.

Respecto a los resultados, el estudio permitirán identificar los problemas de las embarazadas en cuantos a los factores culturales y sus hábitos alimentación, asimismo a la formulación de futuras intervenciones nutricionales de esa manera ayudar a mejorar en un buen porcentaje las condiciones de alimentación y el estado nutricional de las gestantes con la única finalidad lograr la intervención nutricional aplicado al control prenatal, con la finalidad de transformar las creencias perjudiciales y reforzar las creencias que manifiestan utilidad para optimizar la nutrición en el embarazo.

3. Problema

¿Existe relación entre los factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma, 2020?

4. Conceptuación y operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Indicadores	Escala de medición
Factores culturales	La cultura se define como la forma de vida propio de un grupo de personas, normalmente de la misma nacionalidad o procedentes de una localidad definida. (Ipiales, 2010)	<ul style="list-style-type: none"> - Costumbres - Mitos. - Tabúes - Creencias 	Intervalo

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Hábitos alimenticios	Son diversas conductas y actitudes que tiene una persona en el tiempo de alimentarse, donde deberían tener los principales requerimientos mínimos de nutrientes que contribuyan al cuerpo la energía necesaria para el desarrollo de las actividades diarias o de las demandas que se requieran (FAO, 2013).	Frecuencia de consumo de alimentos	<ul style="list-style-type: none"> - Número de veces de alimentos ingeridos en el día. 	Intervalo
		Necesidades nutricionales en el periodo del embarazo	<ul style="list-style-type: none"> - Consumo de proteínas, carbohidratos, cereales, grasas, frutas y verduras. - Consumo de calcio, hierro, ácido fólico, ácidos esenciales y complementos multivitamínicos. 	
		Alimentos no nutritivos en el embarazo	<ul style="list-style-type: none"> - Consumo de comida chatarra, snacks y/o dulces. - Consumo de alimentos enlatados y exceso de sal. 	
		Hidratación	<ul style="list-style-type: none"> - Número de vasos con líquidos ingeridos al día. 	

5. Hipótesis

H₀: No existe correlación entre los factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma, 2020.

H₁: Existe correlación inversa entre los factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma, 2020.

6. Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre los factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma, 2020.

Objetivos específicos:

1. Identificar los factores culturales en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma, 2020.
2. Identificar los hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma, 2020.
3. Determinar la correlación entre los factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma, 2020.

METODOLOGÍA

1. Tipo y Diseño de investigación

Investigación básica, porque tiene como objetivo desarrollar e indagar el conocimiento de un problema poco estudiado hasta ahora, con la intención de generalizar los resultados (Gómez, 2003).

Por su punto de vista cuantitativo y en correspondencia con los objetivos presentados el proyecto se enmarca en un nivel de investigación relacional (Supo, 2012), de diseño no experimental transeccional correlacional/causales, donde se busca determinar relaciones entre variables en un momento establecido, sin precisar el sentido de causalidad (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

2. Población-Muestra

La población estuvo conformada por un total de 50 gestantes con embarazo único atendidas en el Centro de Salud Yaután-Casma hasta el 31 de enero del 2020 que voluntariamente decidieron participar en el estudio.

3. Técnicas e instrumentos de investigación

Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento un cuestionario estructurado para medir las características demográficas, los factores culturales y los hábitos alimenticios de las gestantes.

Se utilizaron 6 categorías para describir las diferentes características del grupo encuestado de mujeres gestantes. 1. Etapa de la vida, que se subdivide en 3 grupos: adolescentes de 15 a 19 años; jóvenes de 20 a 24 años y adultas de 25 años a más. 2. Estado conyugal, que se subdivide en 3 grupos: solteras, casadas y convivientes. 3. Doctrinas religiosas, que se subdivide en 3 grupos: católica, adventista y evangelista. 4. Ocupación subdividida en 2 grupos: ama de casa

y comerciante. 5. Grado de instrucción, subdividido en 4 grupos: ninguno, primaria, secundaria y superior. 6. Procedencia, que se subdivide en 3 grupos: costa, sierra y selva.

La evaluación de los hábitos alimentarios 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, siendo un puntaje óptimo a 1 punto, un puntaje deficiente, según los hábitos evaluados. Al final la categorización fue la siguiente:

- Hábito alimentarios adecuados.
- Hábito alimentarios medianamente adecuados.
- Hábito alimentarios inadecuados.

4. Procesamiento y análisis de la información

Los datos fueron procesados y analizados con el software estadístico en IBM SPSS Statistics versión 26, realizándose una descripción de cada variable y obteniéndose la correlación mediante el coeficiente r de Pearson, para lo cual se consideró la interpretación de la magnitud del coeficiente según Cohen:

Rango de valores de r_{XY}	Interpretación
$0.00 \leq r_{XY} < 0.10$	Correlación nula
$0.10 \leq r_{XY} < 0.30$	Correlación débil
$0.30 \leq r_{XY} < 0.50$	Correlación moderada
$0.50 \leq r_{XY} < 1.00$	Correlación fuerte

RESULTADOS

Tabla 1.

Características demográficas de las gestantes.

Característica	f	%
Etapa de vida		
Adolescentes (15 – 19)	11	22.0
Joven (20 – 24)	17	34.0
Adulta (25 a más)	22	44.0
Total	50	100.0
Promedio edad: 25.6 años		
Estado conyugal		
Soltera	1	2.0
Casada	9	18.0
Conviviente	40	80.0
Total	50	100.0
Doctrina religiosa		
Católica	25	50.0
Adventista	4	8.0
Evangelista	17	34.0
Otros	4	8.0
Total	50	100.0
Ocupación		
Ama de casa	48	96.0
Comerciante	2	4.0
Total	50	100.0
Grado de instrucción		
Ninguno	2	4.0
Primaria	8	16.0
Secundaria	39	78.0
Superior	1	2.0
Total	50	100.0
Procedencia		
Costa	37	74.0
Sierra	11	22.0
Selva	2	4.0
Total	50	100.0

De los resultados se puede observar que, la mayoría de las gestantes de las encuestadas eran de 25 años a más, 80% eran convivientes, 50% católicas, 96% amas de casa, 78% tienen estudios secundarios y 74% proviene de la costa.

Tabla 2.

Descripción de los factores culturales sobre alimentación y nutrición de las gestantes.

Factores culturales	f	%
Alto	2	4.0
Medio	34	68.0
Bajo	14	28.0
Total	50	100.0

En la tabla 2 se puede observar que el 68% de gestantes presentaron factores culturales sobre alimentación y nutrición en un nivel medio y 4% en nivel alto. En tanto el 28% de las gestantes tienen una baja presencia de estos factores. Es decir que, más de la mitad de las encuestadas reconoce seguir sus costumbres para la alimentación en su estado gestacional.

Tabla 3.

Descripción de los hábitos alimenticios de las gestantes.

Hábitos alimenticios	f	%
Adecuados	10	20.0
Poco adecuados	25	50.0
Nada adecuados	15	30.0
Total	50	100.0

En la tabla 3, el 50% de gestantes presenta hábitos alimenticios poco adecuados y 30% nada adecuados. Solo el 20% tiene hábitos alimenticios adecuados para una alimentación nutritiva durante el embarazo, este resultado nos indica que las prácticas de alimentación no están cumpliendo su objetivo principal, propiciar la cantidad óptima de proteínas, vitaminas y minerales para contribuir al normal desarrollo, tanto de la madre como del hijo.

Tabla 4.

Correlación de Pearson entre aspectos culturales y hábitos alimenticios (n=50).

Medición	1	2
1. Aspectos culturales	-	
2. Hábitos alimenticios	-.579***	-

*** $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En la tabla 4 se analizan las variables descritas en la metodología para conocer la existencia una correlación negativa fuerte entre los factores culturales y hábitos alimenticios en las gestantes con la utilización del programa estadístico SPSS. Es decir que a mayor presencia de factores culturales en las gestantes menos adecuados serán los hábitos alimenticios durante el embarazo.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Los resultados muestran una correlación negativa fuerte entre los factores culturales y hábitos alimenticios en las gestantes ($r = -.579$ $p < .001$), a diferencia de lo afirmado por Estrada (2010) quien no encontró información suficiente para afirmar que las variables culturales están relacionadas con los hábitos alimenticios ya que, existen diversos factores que influyen en la misma medida y no es posible aislarlo para saber el impacto específico de la cultura. Es decir, se establece que a mayor presencia de factores culturales en las gestantes menos adecuados serán los hábitos alimenticios durante el embarazo. Respecto a la alimentación durante el embarazo, más del 80% de gestantes desconocen la forma apropiada de alimentarse por lo que realizan prácticas alimentarias inadecuadas y solo cerca del 20% presentan hábitos alimentarios adecuados (Azabache, 2018; Minaya, 2016). Sin embargo, diversas razones sociales y culturales pueden determinar la adopción de patrones alimenticios que, lejos de favorecer una adecuada alimentación, ocasionan estados nutricionales deficientes, asociándose a complicaciones obstétricas y neonatales (Anastasio, 2017).

A nivel mundial, el consumo de los alimentos está limitado por las creencias, las

costumbres y los hábitos alimenticios que cada población posee en su entorno vivencial, como histórico y geográfico, que se obtiene durante el embarazo. De ahí que, los servicios de salud han diseñado prácticas alimenticias para proteger y promover la salud. Un ejemplo es propiciar el suministro de alimentos nutrientes densos en energía, durante los primeros meses de la gestación; integrados en seis grupos básicos: leche y derivados lácteos; frutas y verduras; cereales y legumbres; carne, pollo y pescado; aceites y grasas; azúcares y dulces (Escobedo, 2015), este resultado se apoya en los resultados obtenidos por Chimbo (2014) que relaciona el nivel de conocimientos generales con la capacidad de conocer la manera de alimentarse en una relación directamente proporcional.

Así mismo, se logró identificar en el 72% de gestantes la presencia de factores culturales, en nivel medio y alto, que evidentemente influyen de manera negativa en sus hábitos alimenticios. Resultados que ratifican la presencia de costumbres, creencias y mitos sobre la alimentación en la población de las zonas rurales por limitan la nutrición óptima durante la gestación, dado que los alimentos tienen más bien un fin económico (Chimbo, 2014). Sin embargo, existen costumbres nutricionales aprendidas y transmitidas de generación en generación, de abuela a madre y de madre a hija, que propician una alimentación natural con alimentos frescos, cosechados o procesados por las mismas familias (Gonell, 2014), de hecho Ipiates y Rivera (2019) determinan en su estudio que las mujeres más jóvenes y con menor nivel de ingresos tiene la creencia de que debe duplicar su alimentación porque comparte su cuerpo con otro ser más, priorizando la cantidad y no la calidad de la comida.

La importancia de la alimentación durante el embarazo, considerar hábitos de alimentación inapropiados donde se presentará malnutrición durante el periodo gestacional, con bajo peso, sobrepeso u obesidad. Sin embargo, diversas razones sociales y culturales pueden determinar la adopción de patrones alimenticios que, lejos de favorecer una adecuada alimentación, ocasionan estados nutricionales deficientes, asociándose a complicaciones obstétricas y neonatales (Anastasio, 2017)

También, se halló que 80% de gestantes presentan hábitos alimenticios poco adecuados o nada adecuados y solo el 20% tiene hábitos que propician la alimentación nutritiva durante el embarazo. Estas prácticas son frecuentes en las gestantes y originan desnutrición y anemia o por el contrario sobre peso y obesidad (Azabache, 2018; Minaya, 2016; Montero, 2016). Sin embargo, si las gestantes practican rutinas alimentarias adecuadas en cantidades y frecuencia de consumo de verduras, frutas, carnes, sobre todo de pescado y aves, y con un consumo diario de agua, obtendrán un conveniente estado nutricional (Mendoza, 2017; Jorge, 2016; Romero, 2014), en vista que el estado nutricional de las gestantes está influenciado por sus hábitos alimenticios (Estupiñán, 2016).

En el periodo de la gestación se debe tener cuidado principalmente al seleccionar los alimentos, para consumir la calidad y cantidad que se necesita, sin comer el doble como se acostumbra. No es necesario realizar dietas especiales, ni eliminar el consumo de algunos alimentos ya sea por creencias o tabúes equivocados; a menos que exista alguna contraindicación médica o nutricional. La falta de orientación resulta en prácticas alimentarias inadecuadas, posiblemente por falta de información o a que la información obtenida no siempre es la correcta. Es indispensable establecer estrategias educativas para brindar información veraz, tomando en cuenta el contexto de las mujeres, así como a sus familias (Sánchez, 20015)

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Existe correlación fuerte y negativa entre los factores culturales y hábitos alimenticios en las gestantes. Lo que indica que, dependiendo del nivel cultural, siendo los niveles analizados: alto, medio y bajo, estos van a influenciar en los hábitos de alimentación perjudicando a las gestantes que por factores culturales no acuden a orientación necesaria para mejorar la calidad de su alimentación.

La mayoría de las gestantes (68%) exhiben factores culturales en nivel medio. Y con ello también se incrementa la cantidad de gestantes que a causa de esa falta de cultura no cuidan o no priorizan su alimentación.

En las gestantes predominan los hábitos alimenticios poco adecuados o nada adecuados con un 50% y 30% respectivamente. Es decir, el 80% de las gestantes tienen hábitos contraproducentes para su estado de gestación, el cual, el bebé absorbe todos los nutrientes necesarios para desarrollarse directamente de la madre, causando consecuencias como la descalcificación en las mujeres.

Recomendaciones:

- Realizar en todos los niveles de atención en el servicio de obstetricia, consejerías a las madres gestantes, información sobre aspectos culturales en el embarazo relacionado a la alimentación y también mostrarles las consecuencias de no procurar una alimentación con niveles altos de nutrición. Desarrollar estrategias de capacitación a las gestantes, con el objetivo de mejorar los factores culturales, teniendo en cuenta la necesidad de mejorar los hábitos alimenticios en manera personalizada junto con el programa de chequeo del bebé y transmitir la importancia de mantener una buena nutrición a las gestantes, informándoles que alimentos deben ser consumidos, en qué etapas y para qué propósitos. En caso las gestantes pertenezcan a los estratos

sociales más bajos, apoyarlas con vitaminas a través del seguro integral de salud con la finalidad de involucrar a todos sin excepción.

- Durante el periodo de embarazo debe eliminar aquellas creencias que afecten negativamente su salud y nutrición. Esta recomendación se puede concretar con las campañas de concientización en salud y nutrición que realizan las municipalidades en los sectores más pobres. Además, se puede trabajar de la mano con el Ministerio de Mujeres y Poblaciones Vulnerables.
- Debido a que los factores culturales y las características de las gestantes son variadas. Se recomienda realizar estudios de investigación similares, teniendo en cuenta otras variables con relevancia en la investigación como la zonificación o la cantidad de hijos que han tenido. Con ello buscar mayor cantidad de factores que puedan contribuir a la mejora del nivel nutritivo de las madres gestantes y con ello lograr un mejor desarrollo en los recién nacidos, aumentando sus probabilidades de nacer sanos y sin enfermedades como anemia o desnutrición severa.
- Se sugiere a los profesionales de la salud, continuar con estudios relacionados con el tema de la presente tesis con estudios a través de los análisis del tipo experimental que puedan correlacionar las diferentes variables que han tenido visibilidad en las mujeres encuestadas, a fin de encontrar nuevas alternativas de solución que ayuden a la prevención y disminución de los hábitos alimentarios nutricionales inadecuados en las gestantes. Para niveles más avanzados de estudio como maestrías y doctorados, se sugiere incluir análisis clínicos que muestren los valores cuantitativos de los niveles de nutrición durante diferentes etapas del embarazo.

REFERENCIAS

- Anastasio, Y. y Gudiel, A. (2018). *Relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en madres gestantes que acuden al centro de Salud Nuevo Paraíso, 2017*. (Tesis para título profesional, Universidad Nacional de Ucayali. Pucallpa. Perú. Recuperado de <http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/3731/ENFERMERIA2018-YURIANASTACIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arana, C. (2016) *Factores socio-culturales relacionados con el nivel de hemoglobina en gestantes a término atendidas en el Centro De Salud Maritza Campos Díaz, Arequipa JULIO-OCTUBRE 2016*. (Para optar el Título Profesional de Licenciada en Obstetricia). Universidad Católica Santa María. Arequipa. Perú. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/5887/63.0697.OP.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Azabache, C. (2018). *Relación entre el nivel de conocimiento sobre alimentación y las practicas alimentarias en pacientes obstétricas del Hospital Distrital Santa Isabel – 2018*. (Tesis para optar el título profesional de obstetriz). Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo. Perú. http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/4345/1/RE_OBST_CINTHY_A.AZABACHE_ALIMENTACION.Y.LAS.PRACTICAS.ALIMENTARIAS_DATOS.PDF
- Castellanos D, Gonell J, Martínez N, Martínez H, Pierre J. (2014). *Creencias, percepciones y prácticas sobre nutrición en el embarazo.vol.4*. http://investigare.pucmm.edu.do:8080/xmlui/bitstream/handle/20.500.12060/1742/AMP_20140401_29-37.pdf?sequence=1
- Chimbo, C. (2014) *Prácticas y conocimientos, creencias y tabús alimentarios que influyen en el estado nutricional de las mujeres gestantes y lactantes atendidas en el Centro de Salud de Huachi Chico durante el período junio-noviembre del 2013*. (Tesis para optar el título de medico). Universidad Técnica De Ambato Facultad De Ciencias De La Salud Carrera De Medicina. Ambato. Ecuador. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/7660/1/Cristina%20Elizabeth%20Chimbo%20Oyaque.pdf>
- Estado Nutricional en Niños y Gestantes de los Establecimientos de Salud del Ministerio de Salud. Lima.2014.Disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2014/5a_INFORME%20GERENCIAL%20I%20Sem%202014_Final.pdf
- Estupiñán, S. (2016). *Nutrición de las embarazadas atendidas en el Centro De Salud San Vicente De Paúl De La Ciudad De Esmeraldas*. (Obtención del título de

- licenciada en enfermería.) Pontificia Universidad Católica Del Ecuador. Esmeraldas.2014.
<https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/295/1/MOSQUERA%20QUINONEZ%20LETTY.pdf>
- Escobedo, L. y Lavado, C. (2015). *Conocimientos y actitudes sobre requerimientos nutricionales durante el embarazo en gestantes del i trimestre. Hospital Belén de Trujillo año 2012.* (Para optar el Título Profesional de Obstetricia). Universidad privada Antenor Orrego. Trujillo. Perú.
http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1118/1/ESCOBEDO_LOURDES_CONOCIMIENTO_ACTITUDES_EMBARAZO.pdf
- Espinoza, L. y Mallqui, E. (2017). *Factores relacionados a los hábitos alimentarios en gestantes, hospital Carlos Lanfranco la Hoz, Puente Piedra, Lima, 2017.* (Tesis para optar el título de licenciada en obstetricia). Universidad Nacional Santiago Antúnez De Mayolo. Huaraz. Perú.
http://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/1920/T033_47317731_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Estrada, D. (2010) *Hábitos alimentarios y factores culturales en mujeres embarazadas que acuden a consulta externa del Hospital Básico Dr. Eduardo Montenegro Del Cantón Chillanes, Provincia de Bolivar,2010.* (Tesis de grado para nutricionista dietista). Escuela superior politécnica de Chimborazo. Riobamba. Ecuador.
<http://dspace.epoch.edu.ec/bitstream/123456789/1062/1/34T00193.pdf>
- Gómez, S. (2003). *Técnicas de investigación.* Bogotá, Colombia: Universidad Nacional Abierta y a Distancia-UNAD.
- Gómez, J., Rodríguez, M., González, G., Valdez, D. y Ortega, L. (2017). *Revista cubana de obstetricia y ginecología.* ISSN 0138-600Xversión On-line ISSN 1561-3062.Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0138600X2017000200005&script=sci_arttext&tlng=pt
- Heredía, P. (2018). *Prevalencia de la anemia en gestantes adolescentes que acuden al Hospital de Apoyo Daniel Alcides Carrión de Huanta Enero a Junio 2017.* (Para optar el título profesional de especialista en: emergencias y alto riesgo obstétrico). Universidad Nacional De Huancavelica. Huancavelica. Perú.
<http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/1713/TESIS%20HERE DIA%20ESPINOZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación.* 6ª ed. México D.F.: MCGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

- Ipiates, M., y Rivera, F. (2010). *Prácticas, creencias alimentarias y estado nutricional de las mujeres embarazadas y lactantes atendidas en el Centro de Salud n°1 de la ciudad de Ibarra. diciembre del 2009 a diciembre 2010.* (Tesis de grado previo a la obtención del título de licenciadas en Nutrición y Salud comunitaria). Universidad Técnica Del Norte. Ibarra. Ecuador.
- INEI. Encuesta demográfica y de salud familiar- ENDES. (2014). https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1211/pdf/Libro.pdf
- Izquierdo, M. (2016). *Estudio de hábitos alimentarios y conocimientos nutricionales en embarazadas de distintas áreas de salud de la Comunidad de Madrid. Madrid, 2016.* (Tesis de grado) Universidad Complutense de Madrid. <https://eprints.ucm.es/38752/1/T37581.pdf>
- Jorge, S. (2016) Relación entre los conocimientos y las prácticas alimentarias en gestantes atendidas en el Hospital San Juan de Lurigancho. Febrero – marzo, 2016. (Tesis profesional de licenciada en obstetricia). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima. Perú. http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4863/Jorge_ms.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Luque, K. (2019) *Hábitos alimentarios y ganancia de peso en primigestas asistentes a un centro materno infantil, San Juan de Miraflores-2018.* (Para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición) Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima. Perú. <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/10275>
- Lutz, C. y Przytulski, K. (2011) Nutrición y dioterapia 5° edición. Disponible en <http://www.universidadcultural.com.mx/online/claroline/backends/download.php?url=L051dHJpY2lvbi55LkRpZXRvdGVyYXBpYS5wZGY%3D&cidReset=true&cidReq=PDNIG>
- Mendoza, E. (2017) Conocimiento, practicas alimentarias y estado nutricional de las gestantes que acuden al control prenatal en el Hospital Regional de Pucallpa año 2016. Universidad Alas Peruanas. (Para optar el título profesional de licenciada en obstetricia.). Pucallpa. Perú. <http://repositorio.uap.edu.pe/handle/uap/4857>
- Montero, Y. (2016) *Estado nutricional y prácticas alimentarias durante el embarazo en las gestantes a término atendidas en el Instituto Nacional Materno Perinatal durante enero-febrero del 2016.* (Para optar el Título Profesional de Licenciada en Obstetricia). Universidad Nacional Mayor De San Marcos. Lima. Perú. http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4778/Montero_mj.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Munares, O. et al (2012) *Anemia en gestantes del Perú y provincias con comunidades nativas 2011.* Dirección Ejecutiva de Vigilancia Alimentaria y Nutricional.

https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2013/12_Prevalencia%20de%20anemia%20en%20gestantes%20v%201_0_1.pdfMunares, O. y Gómez, G. (2018) Anemia en gestantes con y sin talla baja. *Revista Cubana Salud Pública* ISSN: 0864-3466 Versión on-line ISSN: 1561-3127 (44) 1. <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2018.v44n1/14-26/>

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura FAO. Fortaleciendo capacidades en alimentación y nutrición para promoción de la salud. <http://www.fao.org/3/at775s/at775s.pdf>

Ramos, C. (2014) *Complicaciones obstétricas en gestantes con sobrepeso y obesidad en el Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2013*. Para optar el Título Profesional de Médico Cirujano. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima. Perú. http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/9712/Ramos_dc%20-%20Resumen.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Romero, B. (2014). *Hábitos alimentarios y estado nutricional en gestantes adolescentes que asisten al consultorio prenatal del Hospital Regional De Loreto. Iquitos – 2013*. (Tesis de grado). Universidad Nacional De La Amazonia Peruana. Iquitos. Perú. <https://eprints.ucm.es/38752/1/T37581.pdf>

Sánchez, B., Sámano, R., Pinzón, I., Balas, N., Perichart, O. (2010). Factores socioculturales y del entorno que influyen en las prácticas alimentarias de gestantes con y sin obesidad. *Revista en Salud Publica* vol.11. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revsalpubnut/spn-2010/spn102c.pdf>

Supo, J. (2012). *Seminarios de investigación científica*. México D.F.: Seminarios de Investigación.

Valverde, F. (2018). *Factores asociados a grados de anemia en gestantes del Centro De Salud Conde De La Vega Baja, Enero – Marzo del 2016*. (Título profesional de médico cirujano). Universidad Privada San Juan Bautista. Lima. Perú. <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/1873/T-TPMC-Flor%20de%20Maria%20Villaverde%20Contreras.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Anexos

Anexo 1. Instrumento de recolección de la información

Factores culturales y los hábitos alimenticios en gestantes atendidas en Centro de Salud Yaután-Casma 2020.

La presente es una encuesta personal, anónima que tiene como propósito conocer los factores culturales y su relación con los hábitos alimenticios de las gestantes atendidas en el C.S de Yaután. Le pedimos responder a las siguientes preguntas de una forma sincera y agradecemos su colaboración.

I.- DATOS GENERALES: Fecha:

N° Ficha:

1.1 Edad (años cumplidos):

1.2 Estado civil: Soltera () Casada () Conviviente ()

1.3 Religión: Católica () Adventista () Evangélico () Otra:

.....

1.4 Ocupación: Su casa () Comerciante () Obrera () Agricultura ()

1.5 Nivel de instrucción: Ninguna () Primaria () Secundaria () Superior ()

1.6 Procedencia: Costa () sierra () selva ()

II.- HÁBITOS ALIMENTARIOS (Marcar con un aspa (X) sobre la letra de su elección para cada pregunta.

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) 2 veces al día.
 - d) 1 vez.
 - 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 consume.
3. ¿Cuántas porciones de cereales (arroz, avena, quinua, maíz, kiwicha, 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 consume.

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 consume.
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 consume.
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.)?
- Nunca
 - A veces
 - Comúnmente
 - Frecuentemente
 - Siempre
11. ¿Cuántas veces consume comida chatarra (pizza, salchipapa, hamburguesa, gaseosas, etc.) y/o salsas procesadas como mostaza, mayonesa, ketchup, "Tari", "Uchucuta", etc.?
- Diario.
 - Interdiario.
 - 1 a 2 veces por semana.
 - 1 a 2 veces por mes.
 - Nunca.
12. ¿Cuántas veces consume snacks (chifle, papa frita, etc.) y/o dulces (golosinas, galletas, tortas, helados, etc.)?
- Diario.
 - Interdiario.
 - 1 a 2 veces por semana.
 - 1 a 2 veces por mes.
 - Nunca.
13. ¿Usted le añade sal adicional a la comida preparada (comida ya servida) que va a consumir?
- Nunca
 - A veces
 - Comúnmente
 - Frecuentemente
 - Siempre
14. ¿Cuántas veces consume usted complementos multivitamínicos? (madre, enfagrow, Supradin, pronatal, etc.)
- Diario.
 - Interdiario.
 - 1 a 2 veces por semana.
 - 1 a 2 veces por mes.
 - Nunca.

III.- FACTORES CULTURALES Y CREENCIAS ALIMENTARIAS EN EL EMBARAZO

Embarazo	Respuesta
1.- ¿Ud. Cree que al consumir alimentos gemelares o deformes durante el embarazo puede ocasionar qué? ➤ Nacen niños gemelares o con deformidad	Si () No () No sabe ()
2.- Cree Ud. que, durante su embarazo, los alimentos preparados en casa son más nutritivos que los procesados (enlatados)	Si () No () No sabe ()
3.- En su comunidad, que alimentos son considerados como perjudiciales o prohibidos en la etapa de embarazo (esperando bebé).	Las golosinas El ají Legumbres
4.- En su comunidad que alimentos son considerados como beneficiosos en la etapa del embarazo (esperando bebé).	Gaseosas Verduras Dulces

Anexo 2. Consentimiento informado

INFORMACIÓN PARA EL CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación científica de la Escuela Profesional de Obstetricia de la Universidad San Pedro, tiene como finalidad identificar los factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yautan-Casma durante el periodo diciembre -enero del 2020. Para lo cual se aplicará una encuesta auto-diligenciada a las gestantes que voluntariamente lo acepten. Dicha encuesta será anónima para proteger la identidad del participante informante y se desarrollará dentro de un ambiente de respeto mutuo, confidencialidad y responsabilidad, con el compromiso de no utilizar esta información para otros fines que puedan perjudicar a los sujetos de estudio.

Cordialmente

Br. Angela Rosas Rupay
Investigadora

FICHA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO DEL PARTICIPANTE

Comentado [VJSR1]:

Yo, como sujeto de investigación, en pleno uso de mis facultades, libre y voluntariamente, **EXPONGO:** Que he sido debidamente **INFORMADA** por los responsables de realizar la presente investigación científica titulada: **Factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud de Yautan, 2020;** y he recibido explicaciones, tanto verbales como escritas, sobre la naturaleza y propósitos de la investigación y también he tenido ocasión de aclarar las dudas que me han surgido.

Habiendo comprendido y estando satisfecho/a de todas las explicaciones y aclaraciones recibidas sobre el mencionado trabajo de investigación, **OTORGO MI CONSENTIMIENTO** para que me sea realizada la encuesta. Entiendo que este consentimiento puede ser revocado por mí en cualquier momento antes de la realización del procedimiento.

Y, para que así conste, firmo el presente documento.

Firma de la Participante

Fecha: _____

Anexo 3. Informe de conformidad del asesor



INFORME DE ASESORÍA N.º 034-2021-VJSR

A : Mg. Reyna Margarita Escobedo Zarzosa
Director de la Escuela Profesional de Obstetricia

De : Mg. Víctor Joel Sanchez Romero
Asesor de Tesis

Asunto : Informe de conformidad de Informe de Tesis

Fecha : Chimbote, octubre 11 de 2021

Tengo a bien dirigirme a usted, para saludarle cordialmente y al mismo tiempo informarle que se ha culminado con la segunda parte de la asesoría de tesis a la graduada **Angela Mariluz Rosas Rupay**, concerniente en la elaboración del Informe de Tesis titulado: **“Factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yautan – Casma, en el año 2020”**. El informe en mención se encuentra en condición de ser evaluado por los miembros del Jurado Dictaminador.

Contando con su amable atención al presente, es ocasión propicia para renovarle las muestras de mi especial deferencia personal.

Atentamente,




Mg. Víctor Joel Sanchez Romero

Anexo 4. Base de datos.

N°	EDAD	EST.CO NYUGA L	RELIGIÓ N	OCUPACI ÓN	NIVELIN ST	PROCE DENCI A	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	TOTAL	C1	C2	C3	C4	TOTAL
1	4	36	2	1	3	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	4	0	0	1	0	1
2	3	26	3	3	1	3	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	6	0	0	1	0	1
3	2	20	3	1	1	2	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1
4	4	31	3	3	1	3	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	7	0	0	1	0	1
5	4	31	3	1	1	3	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	6	0	0	1	0	1
6	2	24	3	1	1	3	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	5	0	0	1	0	1
7	1	19	3	1	1	3	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	7	0	0	1	0	1
8	4	37	2	3	1	3	2	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	7	0	0	1	0	1
9	3	29	3	3	1	3	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	7	0	0	1	0	1
10	4	34	3	1	1	2	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	9	0	0	1	0	1
11	3	28	2	3	1	3	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	6	1	0	1	0	2
12	1	19	3	3	1	3	2	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	5	0	0	1	0	1
13	4	37	3	3	1	1	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	5	0	0	1	0	1
14	4	37	2	3	2	3	2	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	6	0	0	1	0	1
15	2	22	3	3	1	4	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	4	0	0	0	0	0
16	3	27	3	1	1	3	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	4	0	0	1	0	1
17	2	24	3	1	1	3	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	7	0	0	1	0	1
18	2	22	3	1	1	3	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	5	0	0	1	0	1
19	1	17	3	1	1	3	2	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	6	1	0	1	0	2
20	4	41	3	3	1	2	2	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	4	0	0	1	0	1
21	1	15	3	4	1	3	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	7	0	0	1	0	1
22	1	19	3	1	1	3	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	4	0	0	1	0	1
23	4	36	3	4	1	3	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	5	0	0	1	0	1
24	1	15	3	1	1	3	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	7	0	0	1	0	1
25	2	24	3	1	1	3	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	7	1	0	1	0	2
26	2	21	2	3	1	3	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	6	1	0	1	0	2
27	2	23	3	1	1	3	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	5	1	0	1	0	2
28	2	24	3	1	1	3	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	7	0	0	1	0	1
29	2	20	3	3	1	3	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	5	1	0	1	0	2
30	2	24	3	1	1	3	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	9	1	0	1	0	2
31	1	16	3	1	1	3	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	6	1	0	1	0	2
32	4	37	2	1	1	1	2	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	8	0	0	1	0	1
33	1	19	3	2	1	3	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	6	0	1	1	0	2
34	4	40	3	2	1	3	2	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	4	0	0	1	0	1
35	4	37	3	1	1	2	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	5	1	0	1	0	2
36	3	24	3	1	1	2	2	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	7	0	0	1	0	1
37	2	21	3	3	1	3	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	5	1	0	1	0	2
38	1	18	3	1	2	2	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	5	1	0	1	0	2
39	3	25	2	3	1	3	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	8	0	0	1	0	1
40	1	16	3	4	1	2	2	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	4	0	0	1	0	1
41	2	20	3	2	1	3	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	8	0	0	1	0	1
42	4	30	3	2	1	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	0	0	1	0	1
43	4	30	3	4	1	2	3	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	4	0	0	1	0	1
44	2	24	3	1	1	3	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	9	0	0	1	0	1
45	1	19	2	3	1	3	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	7	0	0	1	0	1
46	2	20	3	1	1	3	3	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	6	0	0	1	0	1
47	2	24	1	1	1	3	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	9	0	0	1	0	1
48	2	21	3	3	1	3	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	5	0	0	1	0	1
49	4	32	2	3	1	3	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	4	0	0	1	0	1
50	3	25	3	1	1	3	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	5	1	0	1	0	2

Anexo 5. Repositorio.



REPOSITORIO INSTITUCIONAL DIGITAL
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

1 Información del Autor			
ROSAS RUPAY ANGELA MARILUZ		70279545	angelarosas0603@outlook.com
Apellidos y Nombres		DNI	Correo Electrónico
2 Tipo de Documento de Investigación			
<input checked="" type="checkbox"/> Tesis	<input type="checkbox"/> Trabajo de Suficiencia Profesional	<input type="checkbox"/> Trabajo Académico	<input type="checkbox"/> Trabajo de Investigación
3 Grado Académico o Título Profesional¹			
<input type="checkbox"/> Bachiller	<input checked="" type="checkbox"/> Título Profesional	<input type="checkbox"/> Título Segunda Especialidad	<input type="checkbox"/> Maestría
4 Título del Documento de Investigación			
Factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yactan - Casma, en el año 2020.			
5 Programa Académico			
Programa de estudios de obstetricia			
6 Tipo de Acceso al Documento			
<input checked="" type="checkbox"/> Abierto o Público (info:repro/semantics/restrictedAccess)		<input type="checkbox"/> Acceso restringido (info:repro/semantics/restrictedAccess)	

A. Originalidad del Archivo Digital

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador y forma parte del proceso que conduce a obtener el grado académico o título profesional.

B. Otorgamiento de una licencia CREATIVE COMMONS⁵

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Institucional Digital, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.

Huella Digital



Lugar	Día	Mes	Año
Chimbote	16	05	2024


Firm

Importante
 1. Sigue Resolución de Consejo Directivo N° 033-2016-UNUSP/CD. Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar Grados Académicos y Títulos Profesionales. Art. 8, inciso 8.2.
 2. Ley N° 39035 Ley que regula el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto y D.S. 006 -2015-PCM.
 3. Si el autor eligió el tipo de acceso abierto público, otorga a la Universidad San Pedro una licencia no exclusiva, para que no pueda hacer arreglos de forma en la obra y difundir en el Repositorio Institucional Digital, respetando siempre los derechos de Autor Propiedad Intelectual de acuerdo con el inciso de la Ley 822.
 4. En caso de que el autor elija la segunda opción, únicamente se publicará los datos del autor y resumen de la obra, de acuerdo a la directiva N° 004-2016-CONCYTEC-SIEG (Discentes 5.2 y 6.7) que norma el funcionamiento del Repositorio Institucional Digital.
 5. Las licencias Creative Commons (CC) es una organización internacional sin fines de lucro que pone a disposición de los autores un conjunto de licencias flexibles y de herramientas tecnológicas que facilitan la difusión de información, recursos educativos, obras artísticas y científicas, entre otras. Estas licencias también garantizan que el autor obtenga el crédito por su obra.
 6. Según el inciso 12.2 del artículo 17° del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales-RNATI¹ en universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo sus metadatos en sus repositorios institucionales prestando al uso de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI a través del cuestionario ARESA.
 Nota: - En caso de falsedad en los datos, se procederá de acuerdo a ley (Ley 27444, art 33, mín. 32.3)

Anexo 6. Constancia de originalidad.

Factores culturales y hábitos alimenticios en gestantes atendidas en el Centro de Salud Yautan – Casma, en el año 2020.

INFORME DE ORIGINALIDAD

29% INDICE DE SIMILITUD	29% FUENTES DE INTERNET	% PUBLICACIONES	11% TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	---------------------------	---------------------------------------

FUENTES PRIMARIAS

1	docplayer.es Fuente de Internet	4%
2	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	repositorio.unasam.edu.pe Fuente de Internet	3%
4	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
5	1library.co Fuente de Internet	2%
6	repositorio.unapiquitos.edu.pe Fuente de Internet	2%
7	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
8	core.ac.uk Fuente de Internet	1%