



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
MEDICINA

CONOCIMIENTOS Y HABITOS ALIMENTARIOS
DURANTE EL EMBARAZO Y SU RELACION CON LA
ANEMIA EN GESTANTES ADOLESCENTES DEL CENTRO
DE SALUD SAN JUAN DE SALINAS, 2022

KNOWLEDGE AND EATING HABITS DURING
PREGNANCY AND ITS RELATIONSHIP WITH ANEMIA IN
PREGNANT ADOLESCENTS AT THE CENTRO DE SALUD
SAN JUAN DE SALINAS, 2022

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR POR EL
TÍTULO DE ESPECIALISTA EN MEDICINA FAMILIAR Y
COMUNITARIA

AUTOR

JOSE MIGUEL GUERRERO GUEVARA

ASESORA

DRA. CARMEN ROSA MEZA LUIS

LIMA – PERÚ

2022

RESUMEN

La finalidad será relacionar los conocimientos y hábitos alimentarios durante el embarazo y la anemia en gestantes adolescentes. La población serían gestantes adolescentes del Centro de Salud San Juan de Salinas atendidas durante el periodo mayo-octubre 2022. Las variables a incluir en este estudio serán 3: Conocimientos sobre anemia, hábitos alimentarios y anemia en el embarazo. Los instrumentos a utilizar serán 2 cuestionarios sobre conocimientos sobre anemia y hábitos alimentarios adaptados de otras investigaciones. Además, se utilizará una ficha de recolección, para evaluar la variable anemia. Se empleará un análisis de correlación entre las tres variables de interés (conocimientos y hábitos alimentarios y anemia).

Palabras clave: anemia, conocimiento, embarazo, adolescente, hábitos alimentarios.

TABLA DE CONTENIDOS

I.	INTRODUCCIÓN	4
II.	OBJETIVOS	6
III.	MATERIAL Y MÉTODO	6
IV.	REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	11
V.	PRESUPUESTO Y CRONOGRAMA	13
VI.	ANEXOS	14

I. INTRODUCCIÓN

Según la “Organización Mundial de la Salud (OMS)”, una de las causas de anemia es la deficiencia nutricional, pues afecta al 40% de las gestantes (1). Según Otamendi et al. (2), informaron que la prevalencia de esta anomalía de hemoglobina en embarazadas españolas fue de 22,6%; de las cuales el 1,8%, 11,8% y 13,2% fueron diagnosticadas en cada trimestre gestacional respectivamente. Mientras que en un estudio realizado en Malasia, demostraron que la prevalencia de anemia entre los embarazos adolescentes fue del 53,1% y edad media fue de 18,2 años (3).

Debido a la frecuencia de anemia en las gestantes adolescentes, es que se ha resaltado el estudio de conocimientos y hábitos alimentarios relacionados a dicha condición. Un ejemplo de ello, es el estudio realizado por Fernández (4), en el año 2021, demostrando que el 50,3% de las gestantes adolescentes refirió haber recibido educación alimentaria, de las cuales el 52,6% de las mismas pertenecían a la segunda mitad de la gestación (>20 semanas), además el 39,5%-35,5% de las gestantes tuvieron una hemoglobina-hematocrito inferior a lo normal.

Según Appiah et al (5), en el año 2021, evaluaron el conocimiento nutricional y los hábitos alimentarios de las adolescentes. La metodología de estudio fue transversal y la población estuvo conformada por 423 participantes. En sus resultados se encontró que el 44,9% de las gestantes tenía conocimientos nutricionales altos. El nivel educativo ($p=0.014$), ocupación ($p=0.016$), etnia ($p=0.017$) y número de embarazos ($p=0.021$) se asociaron con buenos hábitos alimentarios estuvieron asociado a buenos hábitos alimentarios.

Mohamed (6), en el año 2019, evaluaron los conocimientos de nutrición, las prácticas dietéticas y el estado nutricional de las adolescentes embarazadas. La metodología fue transversal, donde participaron 258 adolescentes gestantes. Donde el 47.5% tenían conocimientos sobre nutrición moderados. También se halló que la puntuación de conocimientos sobre nutrición tuvo una relación positiva significativa con el estado nutricional ($p<0,001$) y el estado de morbilidad ($p<0,001$).

Sandoval et al (7), en el año 2018, en Ecuador, realizaron un estudio cuyo objetivo fue investigar los conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación en gestantes. La metodología de estudio fue descriptiva donde participaron 85 gestantes. Los resultados demostraron que el 72% de las madres adultas contestaron correctamente ítems de conocimiento sobre alimentación en gestantes.

Mirsanjari et al. (8), en el 2016, en Irán, asociaron los diferentes niveles de conocimiento nutricional de gestantes y la actitud y práctica saludable. La metodología de estudio fue transversal y la población estuvo conformada por 400 embarazadas. En los resultados no encontraron asociación significativa

entre conocimiento y su frecuencia y tipo de ingesta de desayuno ($P= 0,836$) y consumo de snacks saludables ($P= 0,168$).

Villanueva (9), en el año 2018, en Perú, determinó conocimiento nutricional y hábitos alimentarios relacionados con la anemia gestacional. La metodología de estudio fue descriptiva y la población estuvo conformada por 160 gestantes. En los resultados se encontró que el 62,35 tenían conocimiento nutricional regular y el 45,3% tenían hábitos alimentarios inadecuados. Hubo asociación entre las variables ($p<0,05$).

Cervantes (10), en el año 2018, en Perú, relacionaron el conocimiento y actitud con la práctica alimentaria en gestantes. La metodología de estudio fue correlacional y la población estuvo conformada por 80 gestantes. Los resultados demostraron ausencia de relación entre las variables. Por otra parte, el 42,5% de las gestantes tuvieron conocimiento de nivel medio y el 38,8% un conocimiento alto de alimentación.

Julca (11), en el año 2017, en Perú, determinó conocimientos, actitudes y prácticas sobre actividad física y hábitos alimentarios en embarazadas. Estudio descriptivo donde analizó 303 gestantes y halló que el 42.2% tuvo hábitos adecuados.

La anemia es la alteración deficiente de la cantidad de eritrocitos en sangre. Algunos de los síntomas generales son la hiporexia, sueño, reducción física, cefaleas, entre otros. Según los niveles de hemoglobina, en las embarazadas de 15 años o más son leve (<7.0 g/dl), moderada (7.0-9.9 g/dl) y severa (10.0-10.9 g/dl). Por otro lado, la terapéutica preventiva de anemia para esta población constará de 2 tabletas de 60 mg de hierro elemental más 400 ug de ácido fólico, una vez a la semana, durante tres meses por un año (12).

En casos de anemia leve-moderada, son 2 tabletas, haciendo consumo diario de 120mg de hierro elemental más 800 ug de ácido fólico (2 tabletas), durante 6 meses continuos, controlando la hemoglobina al mes, tercer y sexto mes. En las gestantes con anemia severa, el tratamiento es inmediato refiriéndose a un establecimiento especializado (12).

En el Perú, se evidenció que el 11,8% de las gestantes presentaron anemia, la edad más predominante fue de 21-30 años (55%), seguido de 17-20 años (19%) y que dichos casos fueron más frecuentes en los dos primeros trimestres (4,8%)(13). Por otra parte, en el “Hospital de Apoyo Daniel Alcides Carrión de Huanta” la prevalencia fue de 24%, además y el 54% tenía un estado nutricional bajo (14).

En el “Centro de Salud San Juan de Salinas”, se atiende un aproximado de 48 gestantes adolescentes al mes, lo que hace estimar 288 casos en seis meses. Debido a los casos mencionados que se atiende en el establecimiento, determinar los conocimientos y hábitos alimentarios relacionados a anemia en este grupo vulnerable sería beneficioso.

De esta manera este estudio incrementará información sobre las variables de estudio en esta población en particular. Pues los resultados serán de gran aporte a nivel nacional y local para investigaciones similares. De manera práctica, la identificación de los conocimientos y hábitos de las gestantes, permitirá reducir la frecuencia e incidencia de la anemia, además las principales beneficiarias con este estudio podrán ser las propias gestantes adolescentes, ya que en la institución de estudio se podrán formular nuevas medidas preventivas promocionales que mejoren sus conocimientos alimentarios durante este periodo tan importante. Es por estas importantes razones que se propone la ejecución de esta investigación.

II. OBJETIVOS

Objetivo general

Determinar la relación entre los conocimientos y hábitos alimentarios durante el embarazo y la anemia en gestantes adolescentes del Centro de Salud San Juan de Salinas, 2022.

Objetivos específicos

Establecer la relación entre los conocimientos sobre anemia y la anemia en gestantes adolescentes.

Identificar la relación entre los hábitos alimentarios durante el embarazo y la anemia en gestantes adolescentes.

III. MATERIAL Y MÉTODO

a) Diseño del estudio:

Observacional, correlacional y transversal.

b) Población

288 gestantes adolescentes del Centro de Salud San Juan de Salinas atendidas entre mayo-octubre 2022.

Criterios de inclusión

Gestantes adolescentes (≤ 19 años)

Gestantes con embarazo único

Gestantes que cuenten con toma de hemoglobina en el primer control prenatal

Gestantes que acepten participar del estudio

Criterios de exclusión

Gestantes con menos del 50% de preguntas contestadas en los cuestionarios

Gestantes con problemas psiquiátricos

Gestantes que no puedan responder los cuestionarios por no saber leer o escribir
Gestantes COVID-19

c) Muestra

Fórmula población finita (N=288)

$$n = \frac{N \times Z_{\alpha}^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_{\alpha}^2 \times p \times q}$$

Dónde:

Tamaño de Población: N=288

$Z_{\alpha}=1.96$

$p=0.50$

$q=0.50$

$d=0.05$

Muestra: n = 165

d) Definición operacional de variables

Variables	Definición operacional	Tipo de variable	Escala de medición	Categorías y sus valores	Medios de verificación
Conocimientos sobre anemia	Grado de información que la gestante en estudio posee sobre anemia, y que ha adquirido mediante la experiencia o el aprendizaje	Cualitativa	Ordinal	Muy bueno (De 18 a 20) Bueno (De 13 a 17) Regular (De 11 a 13) Deficiente (De 0 a 10)	Cuestionario de conocimientos sobre anemia
Hábitos alimentarios	Conjunto de costumbres que condicionan la forma en que la gestante adolescente selecciona, prepara y consume sus alimentos.	Cualitativa	Ordinal	Adecuada (≥ 8 puntos) Medianamente adecuada (5 - 7 puntos) Inadecuada (0 - 4 puntos)	Cuestionario de hábitos alimentarios
Anemia en gestantes	Reducción del nivel hemoglobina < 11.0 g/dl, diagnosticada en I trimestre	Cualitativa	Ordinal	Normal (≥ 11.0 g/dl) Leve (10.0 - 10.9 gr/dl) Moderada (7.0 - 9.9 gr/dl) Severa (< 7.0 gr/dl)	Historia clínica

e) Procedimientos y técnicas

Procedimientos

Se solicitará la aprobación del proyecto de investigación a la UPCH y a las autoridades del centro sanitario para tener acceso a las gestantes adolescentes que se atiendan en este establecimiento de salud. Además, se socializarán las autorizaciones requeridas con el personal del área de jefatura del servicio de Obstetricia para tener acceso a la información de las gestantes y seleccionar a aquellas que cumplan con los criterios de inclusión, posteriormente a dichas gestantes se les invitará a participar del estudio mediante una llamada telefónica. Aquellas que acepten participar se les enviará un link de acceso vía correo electrónico que contendrá el instrumento, el cual será creado empleando la aplicación Google Form. Se les pedirá la autorización mediante un consentimiento informado.

Técnicas

La técnica de recolección para las variables conocimientos sobre anemia y hábitos alimenticios será la encuesta. Mientras que para la variable anemia en el embarazo será documental, pues se accederá a la historia clínica de la paciente para obtener información sobre la primera toma de hemoglobina en el primer control prenatal.

El instrumento para las variables conocimientos sobre anemia y hábitos alimenticios será el cuestionario. Mientras que para anemia será una ficha de recolección.

El instrumento tendrá la siguiente estructura:

Ficha de recolección de datos

- I. Datos generales
- II. Anemia en el embarazo: se considerará lo mencionado en norma técnica del MINSA (15). Donde se categorizan los niveles de anemia de acuerdo con la concentración de hemoglobina.
Anemia leve: 10.0 - 10.9 gr/dl
Anemia moderada: 7.0 – 9.9 gr/dl
Anemia severa: < 7.0 gr/dl(15).

Cuestionarios

- III. Conocimientos sobre anemia, se empleará el cuestionario sobre conocimientos de anemia el cual presenta 10 ítems relacionados a anemia. Cada pregunta correctamente contestadas tendrá el valor de 2 punto. El puntaje final se comparará con lo siguiente:
Muy bueno (De 18 a 20)
Bueno (De 13 a 17)
Regular (De 11 a 13)
Deficiente (De 0 a 10) (16).

Validación: el instrumento se basó del elaborado por Ccama (16), que valido el instrumento mediante juicio de expertos.

- IV. Hábitos alimenticios: se empleará el cuestionario sobre hábitos alimenticios, que presenta 7 ítems, cada pregunta tiene una escala de respuesta con 3 puntos. La suma de cada puntos por pregunta brindará el resultado final. Este se comparará con lo siguiente:

Adecuada (≥ 8 puntos)
Medianamente adecuado (5 - 7 puntos)
Inadecuada (0 – 4 puntos)(17)

Validación: se tomó como modelo el estudio de Villanueva (17), que fue validado mediante juicio de expertos y prueba piloto.

Validación y confiabilidad del cuestionario

Se realizará una prueba piloto para la confiabilidad. Para ello, se aplicará el instrumento a 10 gestantes adolescentes que no participaran del estudio. Se aplicará el estadístico alfa de Cronbach para determinar el resultado final.

f) Aspectos éticos del estudio

Sera evaluado por comité de ética de la Facultad de Medicina de la UPCH previo a su ejecución. Se solicitará autorización a los tutores de las gestantes menores de edad (12 a 17 años) firmando un consentimiento informado (Anexo) y para mantener la autonomía de estas un asentimiento informado (Anexo). Se esclarecerá todas las dudas a los encuestados, pues se cuenta con la preparación adecuada y suficiente sobre el tema. Se respetará la decisión de no participar en el estudio.

Para garantizar confidencialidad de datos, los instrumentos serán codificados, evitando recolectar datos sobre nombres, apellidos o número de documento de identidad. Los resultados serán manejados por personal directamente asociado a la investigación y se trabajará de manera cuidadosa los cuatro criterios éticos para que el estudio tenga validez tanto científica como ética y moral.

En lo concerniente a la justicia, ésta exige que los casos considerados parecidos se traten de manera similar y que no se cometa sesgo de ningún tipo en la elección de los encuestados, por lo que, todos los participantes serán informados y tratados sin distinción ni clasificación subjetiva de ningún tipo.

g) Plan de análisis

Procesamiento:

Se creará una base de datos en la herramienta estadística SPSS 25, luego los registros pasarán por un control de calidad para luego ser analizados.

Análisis univariado:

Las variables cualitativas serán expresadas mediante frecuencias absolutas (n) y relativas (%), mientras que para las cuantitativas se calcularán medidas de tendencia central (promedio) y medidas de dispersión (desviación estándar).

Análisis bivariado

Para determinar la relación entre los conocimientos y hábitos alimentarios con anemia en el embarazo adolescente se realizará la prueba Rho de Spearman, considerando un nivel de significancia del 5%.

Presentación de resultados

Se elaborarán tablas simples y dobles, acompañadas de gráficos de barras y/o circulares, todo ello elaborado en Microsoft Excel 2013.

IV. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Las nuevas orientaciones de la OMS ayudan a detectar la carencia de hierro y a proteger el desarrollo cerebral [Internet]. [citado 18 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/20-04-2020-who-guidance-helps-detect-iron-deficiency-and-protect-brain-development>
2. Otamendi I, Zalba S, Ascensión a M, Galbete A, Osinaga M, García J. Prevalencia de anemia en población gestante. Med Clínica [Internet]. 25 de marzo de 2022 [citado 18 de abril de 2022];158(6):270-3. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S002577532100124X>
3. Jusoh N, Alina T, Daud A. Anemia Among Teenage Pregnancy In Northwestern Malaysia: What Are The Factors? 2016 [Internet]. [citado 18 de abril de 2022];7(12):1-10. Disponible en: <https://www.iomcworld.org/abstract/anemia-among-teenage-pregnancy-in-northwesternmalaysia-what-are-the-factors-18880.html>
4. Fernández E. Hábitos alimentarios y factores socioculturales en gestantes. Una propuesta de educación nutricional en la ciudad de Melilla [Internet] [Tesis doctoral]. [Caribe]: Universidad de Granada; 2021 [citado 18 de abril de 2022]. Disponible en: <https://digibug.ugr.es/handle/10481/70389>
5. Appiah P, Naa A, Bonchel D, Fenu G, Wadga F. Nutritional Knowledge and Dietary Intake Habits among Pregnant Adolescents Attending Antenatal Care Clinics in Urban Community in Ghana. J Nutr Metab [Internet]. 13 de febrero de 2021 [citado 18 de abril de 2022];2021:e8835704. Disponible en: <https://www.hindawi.com/journals/jnme/2021/8835704/>
6. Mohamed K. Nutrition Knowledge, Dietary Practices and Nutrition Status of Pregnant Adolescents in Mandera County, Kenya [Internet] [Thesis]. Kenyatta University; 2019 [citado 18 de abril de 2022]. Disponible en: <https://ir-library.ku.ac.ke/handle/123456789/20079>
7. Sandoval M, Sandoval K. Conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación en mujeres embarazadas del Centro de Salud El Valle, 2018 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Ecuador]: Universidad de Cuenca; 2018 [citado 18 de abril de 2022]. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31331>
8. Mirsanjari M, Muda W, Ahmad A, Othman M, Mosavat M, Mirsanjari M. Relationship Between Nutritional Knowledge and Healthy Attitude and Practice During Pregnancy. Borneo Sci [Internet]. 6 de abril de 2016 [citado 18 de abril de 2022]; Disponible en: <https://jurcon.ums.edu.my/ojums/index.php/borneo-science/article/view/167>
9. Villanueva C. Nivel de conocimiento nutricional y hábitos alimentarios asociados a la anemia en gestantes jóvenes atendidas en el hospital María Auxiliadora de Lima durante octubre-diciembre, 2017 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Tacna]: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohman; 2018 [citado 18 de abril de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/3336>
10. Cervantes R. Conocimiento, actitud y prácticas sobre alimentación de las gestantes que acuden al Centro de Salud Micaela Bastillas Ate, 2017 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Lima]: Universidad César Vallejo; 2018 [citado 18 de

- abril de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/14362>
11. Julca N. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre la actividad física y hábitos alimentarios en gestantes y que asisten al Hospital de Huaycán, Nivel II-1, 2016 [Internet]. [Lima]: Universidad Peruana Unión; 2017 [citado 18 de abril de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1223>
 12. Ministerio de Salud del Perú. Norma técnica-manejo terapéutico y preventivo de la anemia en niños, adolescentes, mujeres gestantes y puérperas [Internet]. 2017 [citado 18 de abril de 2022]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4190.pdf>
 13. Taípe B, Troncoso L. Anemia en el primer control de gestantes en un centro de salud de Lima, Perú y su relación con el estado nutricional pregestacional. Horiz Méd Lima [Internet]. abril de 2019 [citado 18 de abril de 2022];19(2):6-11. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1727-558X2019000200002&lng=es&nrm=iso&tlng=es
 14. Heredia P. Prevalencia de la anemia en gestantes adolescentes que acuden al Hospital de Apoyo Daniel Alcides Carrión de Huanta Enero a Junio 2017 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Huancavelica]: Universidad Nacional de Huancavelica; 2018 [citado 18 de abril de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1713>
 15. Ministerio de Salud del Perú. Norma técnica: Manejo terapéutico y preventivo de la anemia en niños, adolescentes, mujeres gestantes y puérperas. Lima: MINSA; 2017.
 16. Ccama F. Conocimientos sobre anemia y su relación con el nivel de hemoglobina y estado nutricional en gestantes del Centro de Salud Vallecito Puno 2019 [Internet] [Tesis de grado]. Universidad Nacional del Altiplano; 2021 [citado 21 de abril de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/16723>
 17. Villanueva C. Nivel de conocimiento nutricional y hábitos alimentarios asociados a la anemia en gestantes jóvenes atendidas en el Hospital María Auxiliadora de Lima durante octubre-diciembre, 2017 [Internet] [Tesis de grado]. [Tacna]: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2018 [citado 21 de abril de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/3336>

V. PRESUPUESTO Y CRONOGRAMA

PRESUPUESTO

Recursos	Materiales	Cantidad	Costo/unidad	Costo total
BIENES	Papel bond A4	1 millares	S/. 20.00	S/. 20.00
	Fólderes	4 unidades	S/. 0.70	S/. 2.80
	Lápiz	1 cajas	S/. 10.00	S/. 10.00
	Archivador	3 archivadores	S/. 7.50	S/. 22.20
	Tablero	2 unidades	S/. 6.50	S/. 13.00
	Equipo de protección personal	1 unidad	S/. 50.00	S/. 50.00
	Otros bienes	-	-	S/. 100.00
SERVICIOS	Movilidad local	-	-	S/. 200.00
	Telefonía celular	-	-	S/. 100.00
	Fotocopias e Impresiones	-	-	S/. 200.00
HONORARIOS DEL PERSONAL	Estadístico	-	S/. 980.00	S/. 1000.00
	Recolector de datos	-	S/. 350.00	S/. 300.00
	Digitador	1 mes	S/. 400.00	S/. 400.00
			TOTAL	S/. 2,418.00

FUENTE DE FINANCIAMIENTO

Autofinanciado

CRONOGRAMA

N.º	ACTIVIDADES	MESES-2022				
		Abr	May	Oct	Nov	Dic
1	Revisión bibliográfica	X				
2	Elaboración del proyecto	X				
3	Revisión del proyecto	X				
4	Presentación de autoridades	X				
5	Preparación del material de trabajo	X				
6	Selección de la muestra		X			
7	Recolección de datos		X	X		
8	Verificación de información				X	
9	Evaluación de la ejecución				X	
10	Tabulación de datos				X	
11	Codificación y preparación de datos para análisis				X	
12	Análisis e interpretación				X	
13	Redacción informe final					X
14	Impresión y presentación del informe final					X

VI. ANEXOS

ANEXO 1. FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Conocimientos y hábitos alimentarios durante el embarazo y su relación con la anemia en gestantes adolescentes del Centro de Salud San Juan de Salinas, 2022

Fecha : ___/___/___

ID: _____

I. Datos generales

Edad : _____ años

Paridad: _____

Estado civil: Soltera ()

Casada ()

Conviviente ()

Peso pregestacional: _____ kg

IMC PG: _____

Delgadez ()

Normal ()

Sobrepeso ()

Obesidad ()

II. Anemia en el embarazo

Nivel de hemoglobina: _____ gr/dl

Edad gestacional al diagnóstico: _____ semanas

Nivel de anemia: Leve ()

Moderada ()

Severa ()

ANEXO 2: CUESTIONARIOS

III. Conocimiento sobre anemia

Cuestionario de conocimiento sobre anemia

N°	Ítems
1	¿Qué es la anemia? a. Enfermedad causada por la deficiencia de hierro b. Problema de salud que surge por el deficiente consumo de carnes rojas c. Enfermedad causada por la falta de frutas d. Desconoce
2	¿Señale una característica de una persona con anemia? a. Aumento del apetito b. Cansancio, mareos y palidez c. Falta de sueño y adormecimiento d. desconoce
3	¿Quién tiene mayor riesgo de tener anemia? a. Adultos y ancianos. b. Varones y niños. c. Mujeres en edad reproductiva y niños. d. Desconoce
4	¿Qué es el hierro? a. Es un mineral que interviene en la formación de la sangre. b. Es una vitamina que se encuentra en todas las carnes. c. Es una proteína que se encuentra en la leche y derivados. d. Desconoce
5	¿Cuáles de los alimentos que se muestran piensa que son los enemigos del hierro? a. Café, té, infusiones b. Te, limonada, gaseosas c. Solamente el café y te d. Desconoce
6	¿Conoce usted que alimentos contienen hierro? a. Carnes rojas, hígado, pescados, menestras, hortalizas verdes oscuro. b. clara de huevo, garbanzos, pollo, beterraga. c. Leche, derivados, beterragas, verduras. d. Desconoce
7	¿Qué consecuencias trae tener anemia durante el embarazo? a. Que él bebe nazca pequeño y con bajo peso b. Que él bebe nazca enfermo y con poco apetito c. No le pasa nada al bebe d. Desconoce
8	La anemia se presenta cuando hay una disminución de en el cuerpo:

	a. Agua b. Calcio c. Vitaminas d. Hierro
9	¿Cuál de las siguientes viseras tiene grandes cantidades de hierro? a. Criadilla, mondongo b. Mollejas, Corazón. c. Sangrecita, bazo d. Desconoce
10	¿Por qué es importante consumir vitamina c en el embarazo? a. Para no tener anemia b. No es importante c. Para la buena absorción del hierro d. Desconoce

IV. Hábitos alimentarios

N°	Ítems	Puntaje	
1	¿Cuántas veces al día consumes leche, queso y/o yogurt?	a) Ninguna b) 1 – 2 veces al día c) 3 veces al día d) Mi consumo es semanal	0= ninguno 1 =1 vez semanal 2= 1- 2veces al día 3=3veces al día
2	¿Cuántas veces consume espinaca, col y/o acelga?	a) Ninguna b) 1 vez por día c) 1 vez por semana d) 2 – 3 veces por semana	0= ninguno 1 = 1 vez por día 2= 2 – 3 veces por semana 3=1 vez por día
3	¿Consume vísceras como hígado, riñones y/o corazón?	a) Nunca b) 1 vez por día c) 1 vez por semana d) 2 – 3 veces por semana	0= ninguno 1=1 vez por semana 2 = 1 vez por día 3= 2- 3veces al día
4	¿Consume lentejas, frijoles y/o garbanzos con bebidas cítricas como jugo de naranja o limonada?	a) Nunca b) No, como menestras solas c) 1 vez por semana d) 3 – 4 veces por semana	0= nunca 1= no, como menestras 2 = 1 vez por semana 3= 3- 4 veces por semana
5	¿Consume choclo, garbanzos, brócoli y/o coliflor?	a) Nunca b) Diario c) Semanalmente d) 2 -3 veces a la semana	0= nunca 1=diario 2 =semanalmente 3= 2- 3 a la semana
6	¿Consume usted frutas como la naranja, melón y/o plátano?	a) Nunca b) Diario c) Semanalmente d) 2 -3 veces a la semana	0= nunca 1 =semanalmente 2 =2 -3 veces a la semana 3= diario

7	¿Cuántas veces consume usted complementos multivitamínicos? (madre, enfagrow, Supradinpronatal, etc.)	a) Diario.	0= nunca 1= 1- 2 veces al día 2= Interdiario 3= diario
		b) Interdiario	
		c) 1 a 2 veces por semana	
		d) Nunca	

Respuestas cuestionario conocimiento sobre anemia

N°	Respuesta
1	1
2	2
3	3
4	1
5	1
6	1
7	1
8	4
9	3
10	3

ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO

“Conocimientos y hábitos alimentarios durante el embarazo y su relación con la anemia en gestantes adolescentes del Centro de Salud San Juan de Salinas, 2022”

Propósito del Estudio: Lo estamos invitando a participar en un estudio con la finalidad de determinar la relación entre los conocimientos y hábitos alimentarios durante el embarazo y la anemia en gestantes adolescentes del Centro de Salud San Juan de Salinas, 2022. Más allá de este propósito, se obtendrá un conocimiento válido para plantear en el futuro acciones de las gestiones que se vienen realizando en esta unidad orgánica de la institución.

Procedimientos: Si usted acepta participar en este estudio se le aplicará 2 cuestionarios que evaluarán su nivel de conocimiento sobre anemia y hábitos alimentarios. Además, se buscará en su historia clínica el primer tamizaje de hemoglobina.

Riesgos y Beneficios: No existe ningún riesgo ni beneficio al participar en este estudio Finalmente es necesario manifestarle que no habrá remuneración y/o pago de ningún tipo por su participación en este estudio.

Confidencialidad: No se divulgará su identidad en ninguna etapa de la investigación, pues toda la información que Ud. 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.

Se pone en conocimiento que Ud. puede decidir retirarse de este estudio en cualquier momento de este, sin perjuicio alguno.

Yo: _____ con número de DNI: _____ Acepto voluntariamente participar en este estudio luego de haber discutido los objetivos y procedimientos de la investigación con la investigadora.

Firma del participante

Fecha

ANEXO 4: ASENTIMIENTO INFORMADO

“Conocimientos y hábitos alimentarios durante el embarazo y su relación con la anemia en gestantes adolescentes del Centro de Salud San Juan de Salinas, 2022”

Hola, me llamo, y estoy realizando mi trabajo de investigación titulado “Conocimientos y hábitos alimentarios durante el embarazo y su relación con la anemia en gestantes adolescentes del Centro de Salud San Juan de Salinas, 2022”.

Para ello te invito a participar en mi trabajo, llenando un cuestionario el cual te tomará aproximadamente 10 minutos en contestar.

Las respuestas que puedas dar serán anónimas, ya que no se te pedirá colocar ni tu nombre ni tus apellidos en este cuestionario.

Así mismo, es importante mencionarte que tus padres, están enterados de tu participación, pero es importante manifestarte que las respuestas que tu brindes no serán divulgadas, es decir, no se las diré a tus padres.

Y si bien tus padres aceptaron que participes en el estudio, no es obligatorio que tu participes en caso no quieras.

Serás un gran apoyo para la terminación de mi trabajo de investigación, permitiendo que pueda titularme como médico.

Aceptas participar: Si, acepto ()

ANEXO 5: CONFIABILIDAD: COEFICIENTE ALFA DE CRONBACH

El Coeficiente de alfa de Cronbach sirve para medir la fiabilidad de una escala de medida. Este coeficiente puede tener valores de 0 a 1, cuando el valor esté más cercano a 1, mayor es la consistencia interna de los ítems analizados y mayor es la confiabilidad.

Valores del coeficiente	Nivel de confiabilidad
>0.9	Excelente
0.8 – 0.9	Bueno
0.7 – 0.8	Aceptable
<0.7	Inaceptable

Para el cálculo del coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach se utiliza la siguiente fórmula:

$$\alpha'_{Cronbach} = \frac{k}{(k-1)} \left(1 - \frac{\sum_{j=1}^k s_j^2}{S_T^2}\right)$$

Donde

K = El número de ítems.

Luego, para el cálculo de la varianza por cada ítem se utiliza la siguiente fórmula:

$$s_j^2 = \frac{1}{(n-1)} \sum_{i=1}^n (x_i - \bar{X})^2$$

Regla de decisión: Cuando el valor de α -Cronbach es > 0.70 se considera que el instrumento es confiable.