

## **Relación entre el nivel de conocimiento, actitud y práctica sobre micronutrientes en puérperas atendidas en el Centro Materno Infantil Miguel Grau - Lima**

**Relation between knowledge level, attitude and practice regarding micronutrients in postpartum women attended in the “Miguel Grau” Maternal Child Center, Lima**

Suely Beth Guio Broncano<sup>1a</sup> y Mery Rodríguez Vásquez<sup>2</sup>

Universidad Peruana Unión, Perú<sup>12</sup>

**Recibido:** 15 de noviembre de 2019

**Aceptado:** 01 de diciembre de 2019

### **Resumen**

El presente artículo analiza la relación entre conocimiento, actitud y práctica sobre micronutrientes en puérperas atendidas en el Centro Materno Infantil “Miguel Grau,” Lima. Su enfoque es cuantitativo, de diseño correlacional, no experimental, de corte transversal retrospectivo y de tipo descriptivo. La muestra (120 puérperas) se seleccionó mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional, según criterios de inclusión y exclusión. Como resultado, el nivel de conocimiento de las puérperas sobre el consumo de micronutrientes, fue “regular” con un 81.7%. La actitud de las puérperas con respecto a su consumo de micronutrientes fue “favorable,” con un 87.5%,—dato corroborado en investigaciones similares. La práctica de las puérperas con respecto al consumo de micronutrientes, fue “inadecuada” en la totalidad de la muestra, hallando mayor falencia en el consumo diario de alimentos lácteos. Por otra parte, existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y la actitud de las puérperas sobre el consumo de micronutrientes, vía el Rho de Spearman de 0.001 ( $p < 0.05$ ). Sin embargo, no se encontró relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y la práctica, ni entre la actitud y la práctica de las puérperas sobre el consumo de micronutrientes, según un análisis de Rho de Spearman de 0.173 y 0.656 ( $p < 0.05$ ) respectivamente, lo que podría tener relación con la información insuficiente, estado civil, así como las creencias y mitos que la puérpera posea.

Palabras clave: Conocimiento, actitud, práctica, micronutrientes, hábitos nutricionales, puérperas, embarazo.

### **Abstract**

This article analyzes the relationship between knowledge, attitude and practice on micronutrients in puerperal women attended at the “Miguel Grau” Maternal and Child Center

---

<sup>a</sup>**Correspondencia al autor**

**E-mail:** sbsu7@gmail.com

in Lima. Its approach is quantitative, of correlational design, not experimental, of retrospective cross-sectional and descriptive type. The sample (120 postpartum women) was selected by means of an intentional non-probability sampling, according to inclusion and exclusion criteria. As a result, the level of knowledge of the puerperal women about the consumption of micronutrients was “regular” with 81.7%. The postpartum attitude towards their consumption of micronutrients was “favorable,” with 87.5%, - data corroborated in similar research. The practice of the puerperal women with regard to the consumption of micronutrients was “inadequate” in the entire sample, finding greater deficiency in the daily consumption of dairy foods. On the other hand, there is a statistically significant relationship between the knowledge and the attitude of the puerperal women about the consumption of micronutrients, via the Spearman's Rho of 0.001 ( $p < 0.05$ ). However, no statistically significant relationship was found between knowledge and practice, nor between the attitude and practice of postpartum women regarding the consumption of micronutrients, according to a Rho analysis by Spearman of 0.173 and 0.656 ( $p < 0.05$ ) respectively, which could be related to insufficient information, marital status, as well as the beliefs and myths that the puerperal women possesses.

Keywords: Knowledge, attitude, practice, micronutrients, nutritional habits, postpartum, pregnancy.

## **Introducción**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) refiere que 13 millones de niños nacieron con bajo peso o prematuramente debido a problemas de desnutrición materna u otros factores; en este caso, la desnutrición materna se constituye en un fenómeno común en muchos países en desarrollo, llevando al desarrollo fetal a un nivel deficiente y a un mayor riesgo de complicaciones en el embarazo. Por otro lado, las crecientes tasas en gestantes repercuten en un mayor riesgo de complicaciones del embarazo, mayor peso al nacer y obesidad en los niños, fomentando a largo plazo el aumento de las enfermedades crónicas como el cáncer, enfermedades cardiovasculares y la diabetes. Por ello, la importancia de una correcta nutrición no solo tiene que ver con la vida de la madre y el ser que ésta lleva en el vientre, sino también con la sociedad.

## **Materiales y métodos**

### ***Población de estudio***

La muestra consistió en 120 púerperas mediatas, que fueron atendidas durante el periodo de investigación, en el área de puerperio del Centro Materno Infantil Miguel Grau y

que cumplieron con los criterios de exclusión e inclusión según el investigador; quienes fueron seleccionadas por muestreo no probabilístico de tipo intencional.

### ***Criterios de inclusión y exclusión***

Para los criterios de inclusión, se consideró a las puérperas mediatas mayores de 18 años de edad, omnívoras, hospitalizadas en el servicio de hospitalización del área de puerperio mediato en el CMI Miguel Grau, que hayan tenido de 4 a más controles prenatales, con parto único, quienes aceptaron participar voluntariamente en la investigación,

### ***Recolección de datos***

El recojo de la información se realizó con la coordinación del establecimiento de salud, y de su respectiva área de investigación. Por su parte, la participación de las puérperas se realizó con el consentimiento informado y su aceptación voluntaria. Los datos generales se recopilaron a manera de entrevista y de observación de la historia clínica. Luego, se aplicó el cuestionario de actitud y conocimiento directamente a la puérpera, y el cuestionario de práctica se realizó a manera de entrevista a cargo de la investigadora.

Se utilizó el “Formulario de datos generales y obstétricos,” y se aplicó un “Cuestionario de conocimiento, actitud y práctica sobre micronutrientes en puérperas”, que cuenta con la validación de 7 jueces expertos. Asimismo, se realizó el análisis de confiabilidad del cuestionario aplicando la prueba piloto a 25 personas con características similares a la muestra-objetivo. La fiabilidad de la variable de conocimiento se determinó a través del análisis Kuder–Richardson, lo cual formuló 20 con un valor de 0.714, mientras que las variables de actitudes y prácticas pasaron por la prueba de Alfa de Cronbach con valores 0.701 y 0.754 respectivamente. Para el análisis estadístico se utilizó el software SPSS versión 23. También se utilizaron tablas de frecuencia y porcentaje para determinar la relación entre conocimientos, actitud y prácticas, así como la prueba estadística de Chi cuadrado.

### **Resultados**

En la tabla 1 se observa que un 71.7% de puérperas encuestadas tiene una edad que varía entre los 18 a 29 años. El estado civil predominante es “conviviente,” con un 73.3%, siguiéndole un 16.7% de puérperas que son “solteras”. En cuanto a nivel educativo, el 69.2% cuenta con secundaria, seguido de superior técnico con un 15%. Por otro lado, en cuanto a la

religión, se encontró que un 59.2% son católicas. Referente a la ocupación, se encontró que un 85% de puérperas son amas de casa. Por otra parte, sobre el lugar de procedencia de las puérperas, tanto de la sierra como de la costa participaron un 43.3% en cada caso. Sobre el nivel económico en base al ingreso económico mensual, se encontró que un 42.5% tiene un ingreso de S/. 850.00 a S/. 1200.00; asimismo, se evidenció que un 60.8% invierte de S/.101.00 a S/.200.00 semanales para su alimentación. Finalmente, se encontró que un 76.7%, de 3 a 5 personas se alimentan de la mesa familiar.

Tabla 1 *Distribución de las características generales de las puérperas*

<b>Variable</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Edad		
18 a 29 años	86	71.7%
30 a 43 años	34	28.3%
Estado civil		
Soltera	20	16.7%
Conviviente	88	73.3%
Casada	12	10.0%
Nivel de educación		
Primaria	13	10.8%
Secundaria	83	69.2%
Superior técnico	18	15.0%
Superior universitario	6	5.0%
Religión		
Católico	71	59.2%
Evangélico	35	29.2%
Otros	14	11.7%
Ocupación		
Estudiante	10	8.3%
Ama de casa	102	85.0%
Profesional dependiente	3	2.5%
Profesional independiente	1	.8%
Otros	4	3.3%
Lugar de nacimiento		
Costa	52	43.3%
Sierra	52	43.3%
Selva	15	12.5%
Extranjero	1	.8%
Nivel económico		

Menos de S/. 850.00	47	39.2%
Entre S/. 850.00 – < S/. 1200.00	51	42.5%
S/. 1200.00 – 2000.00	19	15.8%
Mayor de S/. 2000.00	3	2.5%
Presupuesto semanal para el alimento		
Menos igual de 100 soles	24	20.0%
101 a 200 soles	73	60.8%
201 a 300 soles	20	16.7%
301 a 400 soles	3	2.5%
Número de personas que comen de la mesa familiar		
2	17	14.2%
3 a 5	92	76.7%
Más de 6	11	9.2%
Total	120	100.0%

En la tabla 2 se observa que el 81.7% de puérperas cuenta con un nivel de conocimiento regular sobre el consumo de micronutrientes.

*Tabla 2 Niveles de Conocimiento sobre micronutrientes en puérperas*

<b>Conocimientos</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Bajo	20	16,7
Regular	98	81,7
Alto	2	1,7
Total	120	100,0

En la tabla 3 se encontró que un 87.5% de puérperas tienen una actitud favorable en relación al consumo de micronutrientes.

*Tabla 3 Evaluación de la Actitud sobre micronutrientes en puérperas*

<b>Patrón alimentario</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Occidental	49	37.7
Lacto Ovo Vegetariano	31	23.8
Vegano	20	15.4

Mediterráneo	30	23.1
Total	130	100.0

En la tabla 4 se evidencia que el 100% de puérperas tienen prácticas inadecuadas sobre el consumo de micronutrientes.

Tabla 4 *Práctica sobre micronutrientes en puérperas*

Practicar	n	%
Inadecuado	120	100.0
Adecuado	0	0
Total	120	100.0

En la tabla 5 se encontró como resultado sobre la práctica de las puérperas en el consumo diario de micronutrientes por grupo de alimentos, en cuanto a alimentos proteicos tiene un 64.2% de consumo inadecuado, en lácteos un 91.7% de consumo inadecuado, en verduras un 68.3% de consumo inadecuado, en cereales un 91.7% de consumo inadecuado, así como el consumo de frutas con un 62.5% también con un consumo inadecuado.

Tabla 5 *Práctica de consumo diario de las puérperas sobre los micronutrientes por grupos de alimentos*

Diario	No Adecuado		Adecuado	
	N	%	n	%
Alimentos proteicos	77	64.2%	43	35.8%
Lácteos	110	91.7%	10	8.3%
Verduras	82	68.3%	38	31.7%
Cereales	74	61.7%	46	38.3%
Frutas	75	62.5%	45	37.5%

En la tabla 6 se demuestra que no existe relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y las prácticas de las puérperas sobre el consumo de micronutrientes, obteniendo en la evaluación de Rho de Spearman un resultado de 0.173 ( $p < 0.05$ ), y la desviación estándar de conocimiento en 1.74 y desviación estándar de prácticas en 0.93 indicando que este último está concentrado en el rango de práctica inadecuada en promedio, la desviación estándar del conocimiento, indicaría por su parte que los datos encontrados en esta variable, se encuentra con mayor dispersión, sin embargo se mantuvo dentro de los resultados de regular a alto.

Tabla 6 *Relación entre los Conocimientos y las Práctica en las puérperas sobre micronutrientes*

		<b>Prácticas</b>	
Rho de Spearman	<b>Conocimientos</b>	Coefficiente de correlación	-0,125
		p	0.173
		N	120
Desviación Estandar	<b>1.74</b>		<b>0.93</b>

En la tabla 7 se observa que existe relación estadísticamente significativa entre los conocimientos y actitudes de las puérperas sobre el consumo de micronutrientes con un resultado de Rho de Spearman de 0.001 ( $p < 0.05$ ). La desviación estándar de conocimiento es 1.74 y la de actitud es 4.43.

Tabla 7 *Relación entre los Conocimientos y actitudes en las puérperas sobre micronutrientes*

		<b>Actitudes</b>	
Rho de Spearman	<b>Conocimientos</b>	Coefficiente de correlación	0.301
		P	.001
		N	120
Desviación Estandar	<b>1.74</b>		<b>4.43</b>

En la tabla 8 se observa que no existe relación estadística significativa entre las actitudes y las prácticas de las puérperas sobre el consumo de micronutrientes. Con un resultado de Rho de Spearman de 0.656 ( $p < 0.05$ ). La desviación estándar de actitud es 4.43 y la desviación estándar de prácticas es 0.93, indicando que este último está concentrado en el rango de práctica inadecuada en promedio, la desviación estándar de la variable actitud, revela que los datos encontrados en esta variable son de mayor dispersión, y que a pesar de estar en el rango de favorable, tienes diversidad de respuestas que podrían tener impacto en el resultado de la práctica de las puérperas.

Tabla 8 *Relación entre las Actitudes y Prácticas en las puérperas sobre micronutrientes*

		<b>Prácticas</b>	
Rho de Spearman	<b>Actitudes</b>	Coefficiente de correlación	-0.041
		P	0.656
		N	120
Desviación estándar	<b>4.43</b>		<b>0.93</b>

## Discusión

En cuanto a la relación entre los conocimientos y las prácticas en puérperas, Torres et al. (2012) obtuvieron como resultado, en su estudio en gestantes, que el 60% desconocía como debiera ser una alimentación saludable en el embarazo, un 75% no identificó en qué alimentos podría obtener calcio, hierro y ácido fólico; sin embargo, el 74.6% consumía alimentos ricos en calcio, al menos 3 veces por semana, y 47.5% más de cinco veces. Opuesto a este resultado, se encontró que un 90.5% nunca o rara vez consumía alimentos ricos en ácido fólico, pero si consumía suplementos de micronutrientes en un 87%. El bajo nivel educativo afectó el consumo adecuado de frutas y verdura en un 50%, así como alimentos fuente de hierro en un 40%. Por lo que se puede apreciar que las gestantes desconocían el aporte nutricional de los micronutrientes y los beneficios por consumirlos. Por su parte Jorge (2016), encontró relación entre el conocimiento y las prácticas alimentarias en gestantes, dado que el 82.6% de gestantes que no tenían conocimiento sobre la alimentación durante el embarazo realizaban prácticas alimentarias inadecuadas, y el 100% de gestantes que si tenían



conocimiento sobre la alimentación durante el embarazo realizaban prácticas alimentarias adecuadas. Por ello, Chimbo (2013), coincide al concluir en su estudio que la práctica y el conocimiento tiene un impacto en la salud nutricional de la gestante y que el trabajo de concientizar a la gestante en la importancia que tiene una nutrición adecuada.

Acerca de la relación entre el conocimiento y actitud en las puérperas, Paima y Zevallos (2012) encuentran un resultado semejante, que en su estudio evaluando el conocimiento y la percepción sobre alimentación en la gestante, encontraron un 43% con conocimiento deficiente y paralelo a esto, un nivel de percepción inadecuado (65%), lo cual indicaría relación significativa entre las variables. Escobedo y Lavado (2015) encontraron resultados diferentes al hallar que el nivel de conocimiento en cantidades necesarias nutricionalmente en las gestantes del primer trimestre es alto en 36%, medio 40% y bajo un 24%; la actitud sobre el requerimiento nutricional en el primer trimestre de las gestantes, por su parte, indicó que es adecuada en un 70%, neutral 25% e inadecuado solo un 5%. Por otro lado, Diez y Guerrero (2011), encontraron el mismo resultado en puérperas, evidenciando que el nivel de conocimiento no tenía un impacto significativo en la salud de la gestante, ya que el nivel de conocimiento se encontró en nivel regular en 55% y malo en 64.8%, a la par que el nivel de anemia durante la gestación fue de un 59.4%; y en las puérperas que tiene una actitud positiva un 47.8% presentó anemia.

Sobre la actitud y la práctica en puérperas, Parada, Méndez y Flores (2015), indican un resultado opuesto ya que encontró que sus actitudes en cuanto a la asistencia a sus controles se habían limitado a asistir, de 4 a menos controles en un 90% de gestante, lo cual afectaría la adquisición de educación nutricional y por ende de sus prácticas. Sin embargo, el estudio indica que un 68% de gestantes realizaba prácticas adecuadas de cuidado personal, entre las que se encuentra el consumo de una alimentación balanceada y micronutrientes. Vasconez (2014), por su parte, encontró resultados similares, al evaluar las prácticas y actitudes de las gestantes según un diagnóstico antropométrico no favorable, ya que en cuanto a su práctica encontró que eran no adecuadas, no obstante, contaban con actitudes favorables en los cuidados de su alimentación. Por lo que no se encontró relación significativa entre estas variables, sino que tendría la tendencia a explicarse por un déficit de conocimiento más que de actitud. También se encuentran características demográficas semejantes de la población, así como en la formulación de preguntas en el instrumento según grupos de

alimentos. De igual manera, Cervantes (2017), tampoco halló relación significativa entre actitud un y práctica, ya que encontró que las gestantes con actitud negativa, tenían mala práctica sobre la alimentación en un 22.5% de casos, y en las gestantes que tenían actitud positiva su práctica presentaba un 30% de mala práctica en su alimentación. Datos encontrados que coinciden son, el estado civil de conviviente en un 70%, el nivel de instrucción es de 73.8% de estudios de secundaria.

En conclusión, sí existe relación significativa entre el conocimiento y la actitud de las puérperas sobre el consumo de micronutrientes - Rho de Spearman de 0.001 ( $p < 0.05$ ). Sin embargo, no se encontró relación estadísticamente significativa entre el conocimiento y la práctica, ni entre la actitud y la práctica de las puérperas sobre el consumo de micronutrientes, según un Rho de Spearman de 0.173 y 0.656 ( $p < 0.05$ ) respectivamente.

## Referencias

- Adelaida, M. (2008). Conocimientos y actitudes sobre requerimientos nutricionales durante el embarazo en gestantes de la microred metropolitana, Tacna. Instituto nacional de salud. Recuperado de: [https://bvs.ins.gob.pe/insprint/CINDOC/INFORMES\\_TECNICOS/04.pdf](https://bvs.ins.gob.pe/insprint/CINDOC/INFORMES_TECNICOS/04.pdf)
- Aguilar, L. Á. Guía Técnica: Consejería Nutricional. En el marco de la atención integral de la salud de la gestante y puérpera. Instituto Nacional de Salud. Recuperado de [https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/depridan/documentosNormativos/2\\_Guia\\_Gestante\\_final-ISBN.pdf](https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/depridan/documentosNormativos/2_Guia_Gestante_final-ISBN.pdf)
- Alba, M., Suya L., Vásquez E. I., Zabala, C. A. y Ramírez T. A. (2006). Conocimientos y prácticas sobre autocuidado que influyen en la salud de la mujer, durante el embarazo y el puerperio. Universidad nacional autónoma de Honduras. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas*.
- Biblioteca central del Ministerio de Salud. (2017). Directiva Sanitaria 069-2016-MINSA/DGSP-V.01: Directiva sanitaria para la prevención y control de la anemia por deficiencia de hierro en gestantes y puérperas. Ministerio de Salud. Recuperado de [http://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/02/948295/rm\\_069-2016-minsa-anexo.pdf](http://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/02/948295/rm_069-2016-minsa-anexo.pdf)
- Cañedo, R. (2003) Análisis del conocimiento , la información y la comunicación como categorías reflejas en el marco de la ciencia. *ACIMED*, 11(4),1-32.

- Casanueva, E., DeRegil, L. M. y Flores, M. F. (2006). Anemia por deficiencia de hierro en mujeres mexicanas en edad reproductiva: Historia de un problema no resuelto. *Salud Publica México*, 48(2), 1-10.
- Cervantes, R.M. (2017). Conocimiento, actitud y prácticas sobre alimentación de las gestantes que acuden al Centro de Salud Micaela Bastillas. Universidad César Vallejo. Repositorio digital institucional. Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/14362>
- Chimbo, C. E. (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, Junio-noviembre del 2013". Repositorio Universidad Técnica de Ambato. Recuperado de <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/7660>
- Colegio de Obstetras del Perú. (2016). Directiva Sanitaria para la prevención y control de la anemia por deficiencia de hierro en gestantes y puérperas. Perú; Ministerio de Salud. Recuperado de <http://colegiodeobstetras.pe/wp-content/uploads/2018/01/DIRECTIVA-SANITARIA-PARA-LA.pdf>
- Coll, C. (1987). Psicología y curriculum. Una Aproximación psicopedagógica al currículum escolar. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=28833>
- Cubas, F. (2014). Consumo dietario de calcio y su relación con la enfermedad hipertensiva en gestantes del hospital regional de Huancavelica. Repositorio académico de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Recuperado de <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/338144>
- Dawes, R. (1983). Fundamentos y técnicas de medición de actitudes. Recuperado de <https://www.worldcat.org/title/fundamentos-y-tecnicas-de-medicion-de-actitudes/oclc/906674405?referer=di&ht=edition>
- De Compostela, S. (1999). Diccionario de Psicología y Educación. Recuperado de [https://www.abebooks.com/products/isbn/8445324896?&cm\\_mmc=AMZ--Storefront--OOS--ISBN](https://www.abebooks.com/products/isbn/8445324896?&cm_mmc=AMZ--Storefront--OOS--ISBN)
- Dictionary The Free. (2009) Práctica. In: Dictionary, The Free. Recuperado de <https://es.thefreedictionary.com/pr%c3%a1ctica>
- Diez, K. (2011) Conocimientos, actitudes y prácticas en puerperas sobre el regimen dietario

- con hierro y su relación con la anemia en la gestación, Instituto Nacional Materno Perinatal. Cybertesis. Repositorio de tesis digitales. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2982/1/Diez\\_qk.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2982/1/Diez_qk.pdf).
- Dirección ejecutiva de vigilancia alimentaria y nutricional. (2014). Estado Nutricional en Niños y Gestantes de los Establecimientos de Salud del Ministerio de Salud. Instituto nacional de salud. Sistema de Información del Estado nutricional: Informe Gerencial Nacional. Recuperado de: [https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2014/5a\\_INFORME%20GERENCIAL%20I%20Sem%202014\\_Final.pdf](https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2014/5a_INFORME%20GERENCIAL%20I%20Sem%202014_Final.pdf)
- Dirección Técnica de Demografía e Indicadores sociales. (2006). Encuesta Demográfica y de salud familiar. Lima, Perú. Informe principal. Instituto nacional de estadísticas e informática. Recuperado de <https://dhsprogram.com/pubs/pdf/FR198/FR198.pdf>
- Dosil, J. (2002). Escala de actitudes hacia la actividad física y el deporte. *Revista Psicología del Deporte*. 2(2), 43-45.
- Escobedo, L. L. y Lavado, C. M. (2015). Conocimiento y actitudes sobre requerimientos nutricionales durante el embarazo en gestantes del I trimestre. Repositorio de la Universidad privada Antenor Orrego. Recuperado de [http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1118/1/ESCOBEDO\\_LOURDES\\_CONOCIMIENTO\\_ACTITUDES\\_EMBARAZO.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1118/1/ESCOBEDO_LOURDES_CONOCIMIENTO_ACTITUDES_EMBARAZO.pdf)
- FAO. (2012). Comité seguridad alimentaria mundial. Recuperado de <http://www.fao.org/3/MD776s/MD776s.pdf>
- Fishbein, M. y Ajzen, I. (1975) Understanding Attitude and Predicting Social Behaviour. Recuperado de <https://www.worldcat.org/title/understanding-attitudes-and-predicting-social-behavior/oclc/5726878>
- Flores, A. (2012). Cuidado y Subjetividad: Una mirada a la atención domiciliaria. Repositorio digital . Comisión económica para América Latina y el Caribe. Recuperado de <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/5839>
- García, K. y Revelo, L. (2010). Conocimientos actitudes y prácticas sobre alimentación en mujeres gestantes que acuden al Subcentro de Salud de Julio Andrade. Repositorio de la Universidad Técnica del Norte. Recuperado de

<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/659/1/06%20ENF%20400%20ART%20C3%8DCULO%20CIENT%20C3%8DFICO.pdf>

- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (1997). *Metodología de la Investigación*. Mexico, D. F., México: MccGraw Hill. Recuperado de [https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf)
- Holguín, E. y Orozco, J. (2013) Administración de ácido fólico y otros micronutrientes en mujeres embarazadas de Colombia. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 34(17), 99-106.
- Ipiiales, M. B. y Rivera, F. (2010). Prácticas, creencias alimentarias y estado nutricional de las mujeres embarazadas y lactantes atendidas en el centro de Salud N°1. Repositorio digital de la Universidad Técnica del Norte. Recuperado de <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/729>
- Jorge, S.F. (2016). Relación entre los conocimientos y las prácticas alimentarias en gestantes atendidas en el Hospital San Juan de Lurigancho. Lima, Perú. Cybertesis. Repositorio de tesis digitales. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4863/Jorge\\_ms.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4863/Jorge_ms.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Koebnick, C., Heins, U. A., Hoffmann, I., Dagnelie, P.C. y Leitzmann, C. (2001) Folate Status during Pregnancy in women is improved by long-term High Vegetable intake compared with the average western diet. US National Library of Medicine National Institutes of Health. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11238752>
- López, M.J., Sánchez, J. I., Sánchez M. C. y Calderay, M. (2010). Suplementos en embarazadas: controversias, evidencias y recomendaciones. *Sistema Nacional de Salud*. 34(4), 117-128.
- Mahan, L.K., Stump, S. E. y Raymond, J. L. (2013) *Krause Dietoterapia*. Barcelona, España. Elsevier.
- Magallanes, A. B., Limón, F. y Ayús, R. (2005). Nutrición del Cuerpo y Alma: Prácticas y Creencias Alimentarias durante el Embarazo. *Nueva Antropología*, 19(64), 131-148.
- Matos, V., Sichieri, R., Basilio, L. y Da Costa, L.V. (2003) Consumo de folato em gestantes de um hospital público do Rio de Janeiro. Brasil. *Rev. Bras. Epidemiol.* 6(4), 319-327.

- MINSA. (2012). Directiva Sanitaria de suplementación con micronutrientes para los niños(as) menores de 5 años, Gestantes y Puerperas. Ministerio de Salud. Dirección regional del Cuzco. Recuperado de [http://www.diresacusco.gob.pe/salud\\_individual/normas/DIRECTIVA%20SANITARIA%20MICRONUTRIENTES%20Curvas.pdf](http://www.diresacusco.gob.pe/salud_individual/normas/DIRECTIVA%20SANITARIA%20MICRONUTRIENTES%20Curvas.pdf)
- Moreno, M. y Alonso, N. (2006) Actitudes hacia la práctica física deportiva según el sexo del practicante. *Revista internacional de ciencias del deporte* 2(3), 20-43.
- Olson, J. y Zanna, M. (1992). *Las Actitudes. Psicología Social*. Trillas, México: McGraw Hill.
- OMS. Organización Mundial de la Salud. (2016). Naciones Unidas. Objetivos de desarrollo sostenible: 3 Salud y Bienestar. Recuperado de: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/health/> Published 2016.
- Paima, I. y Zevallos, E. (2012) Alto déficit de conocimientos y percepciones adecuadas sobre alimentación en gestantes del hospital apoyo Iquitos. *Ciencia Amazónica*, 2(2), 151-156.
- Parada, D. A., Méndez, L. K. y Flores, A.M. (2015). Conocimientos, actitudes y prácticas clave en gestantes con hijos menores de 5 años de la ciudad de Cúcuta. *Av.Enfermería*.33(1), 67-74.
- Pilar, M. (2004). Guías Nacionales de atención integral de la salud sexual y reproductiva. Lima;. Ministerio de Salud del Gobierno del Perú. Recuperado de [http://bvs.minsa.gob.pe/local/dgsp/63\\_guiasnac.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/dgsp/63_guiasnac.pdf)
- Pilar M. (2004). Lineamientos de nutrición materno infantil del Perú. Instituto Nacional de Salud. Recuperado de <https://repositorio.ins.gob.pe/bitstream/handle/INS/218/CENAN0060.pdf?sequence=1&0AsAllowed=y%0A>
- Restrepo, S.L., Carmona, I.C., Bonilla J. y Meneses, Y.L. (2013). Educación nutricional en gestantes: Perspectivas para la acción. *Revista española de nutrición comunitaria* 19(4), 207-215.
- Roem, K. (2006). Nutritional management of Multiple Pregnancies. *Twin Research*, 6(6), 514-519.
- Sáenz, A. y Sánchez, A. (2011). Conocimientos , actitudes y prácticas del autoexamen de mama en mujeres de 15 – 45 años que acuden a los consultorios de Planificación

Familiar y Papanicolaou del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión. 2011. Cybertesis. Repositorio de tesis digitales. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/3012/saenz\\_oa.pdf?sequence=1](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/3012/saenz_oa.pdf?sequence=1)

Saidman, N., Rael, M.G., Basile, M., Barreto, L., Mackinnon, M.J., Poy, M.S., Terraza, R. y López, L. B. (2012). Conocimientos, intereses y creencias sobre alimentación y nutrición en gestantes. *Diaeta*, 30(139),18-27.

Salud E. (2016). Definición de Calcio. Enciclopedia Salud. Recuperado de <http://www.encyclopediasalud.com/definiciones/calcio>.

Salud E. (2016) Definición de la actitud. Enciclopedia Salud. Recuperado de <http://www.encyclopediasalud.com/definiciones/actitud>.

García, J., Aguilera, J. y Castillo, A. (2011) Guía técnica para la construcción de escalas de actitud. *Odiseo Rev. Electrónica Pedagogía*, 8(16), 1-13.

Schwarcz, R., Fescina, R. y Duverges, C (2005). *Obstetricia*. Buenos Aires, Argentina. Editorial El Ateneo.

Torres, L.E., Jiménez, G. A., Calderón, G., Fabra, J. C., López, S. C., Franco, M.A. Bedoya, N. y Ramírez, D. (2012). Conocimientos y prácticas alimentarias en gestantes asistentes al programa de control prenatal, en municipios del departamento de Antioquia. *Perspectivas en Nutrición Humana*, 14(2), 185-198.

Vásconez, M. F. (2014). Estado nutricional, conocimientos, creencias, prácticas y actitudes en relación a la alimentación durante el embarazo en mujeres de 19 años en adelante que acuden al Hospital Gineco Obstétrico Isidro Ayora. Biblioteca. Repositorio digital. Universidad San Francisco de Quito. Recuperado de: <http://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/3225/1/000110475.pdf>.

Suárez, V. (2012). Anemia en gestantes del Perú y provincias con comunidades nativas. Instituto Nacional de Salud. Recuperado de [https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2013/12\\_Prevalencia%20de%20anemia%20en%20gestantes%20v%201\\_0\\_1.pdf](https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/informes/2013/12_Prevalencia%20de%20anemia%20en%20gestantes%20v%201_0_1.pdf)

White, E. (1975). Consejos sobre el regimen alimenticio. Recuperado de <https://m.egwwritings.org/es/book/1697/info>

- White, E. (1955). *Deseado de Todas Las Gentes*. Buenos Aires, Argentina: ACES.
- White, E. (1994). *El Evangelismo*. Buenos Aires, Argentina: ACES.
- White, E. (1989). *Mente, carácter y personalidad*. Buenos Aires, Argentina: ACES.
- White, E. (1989). *El Ministerio de Curación*. Buenos Aires, Argentina: ACES.
- Width, M. y Reinhard, T. (2010). *Guía básica de bolsillo para el profesional de la nutrición clínica*. España. Woltes Kluwer Health España, S.A., Lippincott Williams & Wilkins.