



# Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Medicina Humana  
Escuela Profesional de Enfermería

## Hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares del Centro Educativo

Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciado (a) en Enfermería

Autores


Alcira Esther Bernabe Narvasta  
Eyder Roberto Huacho Arias

Asesora

Mg. Margarita Betzabé Velásquez Oyola

Huacho – Perú

2025

  
Margarita B. Velásquez Oyola  
CEP. 18863



#### **Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales**

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

**Reconocimiento:** Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



**UNIVERSIDAD NACIONAL  
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**

## LICENCIADA

*(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)*

**Facultad de Medicina Humana**

**Escuela Profesional de Enfermería**

### METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Bernabe Narvasta, Alcira Esther	75134858	10/12/2024
Huacho Arias, Eyder Roberto	75117263	10/12/2024
DATOS DEL ASESOR:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Mg. Velásquez Oyola, Margarita Betzabé	15610900	0000-0002-6791-6852
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA- DOCTORADO:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Mg. Castillo Bedón, Flor María	32122165	0000-0001-7479-2408
Lic. Nicho Vargas, Juana Olinda	15743943	0000-0003-1200-3789
Lic. Ortiz Chula, Dariela	09911735	0009-0003-4444-3903

# 2024-069894 - Huacho Arias, Eyder Roberto 2024-0...

## Hábitos Alimentarios Y Estado Nutricional En Escolares Del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María ...

Quick Submit

Quick Submit

Facultad de Medicina Humana

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1:3027293789

Fecha de entrega

1 oct 2024, 1:17 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

1 oct 2024, 3:47 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

tro\_educativo\_juan\_valer\_sandoval\_n\_21013\_santa\_maria\_2023-1.pdf

Tamaño de archivo

2.1 MB

82 Páginas

18,614 Palabras

84,714 Caracteres



Página 2 of 93 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::1:3027293789

## 14% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

### Filtrado desde el informe

- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

### Exclusiones

- N.º de fuentes excluidas

### Fuentes principales

9% Fuentes de Internet

6% Publicaciones

12% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

### Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES  
DEL CENTRO EDUCATIVO JUAN VALER SANDOVAL N°21013 – SANTA  
MARÍA 2023

Bach. Alcira Esther Bernabe Narvasta

Bach. Eyder Roberto Huacho Arias

**TESIS DE PREGRADO**

**Asesora:**

Mg. Margarita Betzabé Velásquez Oyola

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**

**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**2025**

## **Dedicatoria**

Dedicamos el presente estudio a Dios por darnos las fortalezas y guiar nuestros caminos, luego a nuestros padres por brindarnos su apoyo incondicional.

### **Agradecimiento**

A nuestros padres por ser el ejemplo a seguir.

A nuestra asesora por brindarnos sus conocimientos, enseñanzas.

Al director del centro Educativo Juan Valer Sandoval N° 21013, por brindarnos su apoyo para realizar la investigación.

## ÍNDICE

<b>Carátula</b>	<b>i</b>
<b>Título</b>	<b>ii</b>
<b>Dedicatoria</b>	<b>iii</b>
<b>Agradecimiento</b>	<b>iv</b>
<b>Indice</b>	<b>v</b>
<b>Resumen</b>	<b>vii</b>
<b>Abstract</b>	<b>viii</b>
<b>Introducción</b>	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	
<b>1.1 Descripción de la realidad problemática</b>	<b>3</b>
<b>1.2 Formulación del problema</b>	<b>7</b>
<b>1.2.1 Problema general</b>	<b>7</b>
<b>1.2.2 Problemas específicos</b>	<b>7</b>
<b>1.3 Objetivos de la investigación</b>	<b>8</b>
<b>1.3.1 Objetivo general</b>	<b>8</b>
<b>1.3.2 Objetivos específicos</b>	<b>8</b>
<b>1.4 Justificación de la investigación</b>	<b>8</b>
<b>1.5 Delimitaciones del estudio</b>	<b>9</b>
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEORICO</b>	
<b>2.1 Antecedentes de la investigación</b>	<b>11</b>
<b>2.2 Investigaciones internacionales</b>	<b>11</b>
<b>2.3 Investigaciones nacionales</b>	<b>14</b>
<b>2.3.1 Bases teóricas</b>	<b>16</b>
<b>2.3.2 Bases filosóficas</b>	<b>19</b>
<b>2.3.3 Definición de términos básicos</b>	<b>28</b>
<b>2.4 Hipótesis de investigación</b>	<b>30</b>
<b>2.4.1 Hipótesis general</b>	<b>30</b>
<b>2.4.2 Hipótesis específicas</b>	<b>30</b>
<b>2.4.3 Operacionalización de las variables</b>	<b>31</b>
<b>CAPITULO III: METODOLOGÍA</b>	



<b>3.1</b>	<b>Diseño metodológico</b>	<b>32</b>
<b>3.2</b>	<b>Población y muestra</b>	<b>33</b>
<b>3.2.1</b>	<b>Población</b>	<b>33</b>
<b>3.2.2</b>	<b>Muestra</b>	<b>33</b>
<b>3.3</b>	<b>Técnicas e instrumentos de recolección de datos</b>	<b>34</b>
<b>3.4</b>	<b>Técnicas para el procesamiento de la información.</b>	<b>35</b>
<b>CAPITULO IV: RESULTADOS</b>		
<b>4.1</b>	<b>Análisis de resultados</b>	<b>36</b>
<b>4.2</b>	<b>Contrastación de hipótesis</b>	<b>39</b>
<b>CAPITULO V: DISCUSION</b>		
<b>5.1</b>	<b>Discusión de resultados</b>	<b>40</b>
<b>CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>		
<b>6.1</b>	<b>Conclusiones</b>	<b>44</b>
<b>6.2</b>	<b>Recomendaciones</b>	<b>45</b>
<b>CAPITULO VII: REFERENCIAS</b>		
<b>7.1</b>	<b>Fuentes documentales</b>	<b>46</b>
<b>7.2</b>	<b>Fuentes bibliográficas</b>	<b>48</b>
<b>7.3</b>	<b>Fuentes hemerográficas</b>	<b>50</b>
<b>7.4</b>	<b>Fuentes electrónicas</b>	<b>53</b>
<b>ANEXOS</b>		

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar la diferencia entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del centro educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023. **Material y método:** Investigación básica, de segundo nivel correlacional, transversal; participaron 100 escolares del 4to, 5to, y 6to grado de primaria. **Resultados:** Los hábitos alimentarios en escolares del 4to, 5to y 6to grado de primaria, la proporción del consumo en el desayuno 35.0%, consumo del almuerzo 57.0% y la cena 8.0%. En relación al estado nutricional, el 66.0% peso saludable, 20.0% sobrepeso, 12.0% obesidad y solo el 2.0% bajo peso. **Conclusión:** No existe diferencia entre los hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado de primaria.

**Palabras clave:** Hábitos alimentarios, estado nutricional, escolares.

## **ABSTRACT**

**Objective:** Determine the difference between eating habits and nutritional status in schoolchildren from the Juan Valer Sandoval educational center N°21013 – Santa María 2023. **Material and method:** Basic, second-level correlational, transversal research; 100 students from the 4th, 5th, and 6th grade of primary school participated. **Results:** Eating habits in schoolchildren in the 4th, 5th and 6th grade of primary school, the proportion of lunch consumption 57.0%, breakfast consumption 35.0% and dinner 8.0%. In relation to nutritional status, 66.0% were healthy weight, 20.0% were overweight, 12.0% were obese and only 2.0% were underweight. **Conclusion:** There is no difference between eating habits and nutritional status in students in the 4th, 5th and 6th grade of primary school.

**Key words:** Eating habits, nutritional status, schoolchildren.

## INTRODUCCIÓN

Los hábitos alimentarios se encuentran influenciados en el entorno del hogar, la familia y la comunidad, por ello, los escolares se ven afectados en su alimentación. Los padres de familias o cuidadores de los niños son los principales educadores para fomentar el consumo de hábitos alimentarios ricos en nutrientes a través del consumo de verduras, frutas y hortalizas; en consecuencia, evitar problemas de salud a largo plazo.

Sin embargo, en los últimos años se han incrementado el consumo de alimentos procesados, galletas, frituras, y bebidas azucaradas en las instituciones educativas, ya que estos alimentos muchas veces se adquieren con facilidad y son baratos.

La obesidad y el sobrepeso, son un gran problema en América Latina y el Caribe, sobretodo en escolares quienes están expuestos a padecer enfermedades no trasmisibles como diabetes, hipertensión arterial y menor esperanza de vida; mientras que los niños que no padecen de estos problemas crecen de manera saludables y óptimas.

Por ello, el profesional de enfermería tiene la responsabilidad de promocionar hábitos alimentarios adecuados, educando a los padres de familia y cuidadores ya que ellos son los que preparan los alimentos a sus niños, para que sea de manera nutritiva y balanceada, asimismo, fomentar mediante sesiones educativas de sensibilización, conocimientos, disposiciones a los docentes de las instituciones educativas pues ellos son la principal fuente de enseñanza para los escolares.

La etapa escolar es base para cimentar hábitos alimenticios adecuados ya que los niños se encuentran en una etapa de crecimiento y desarrollo y asumen disposiciones dependiendo con el entorno que los rodea.

En el capítulo I: Se describe la realidad problemática, formulación del problema, objetivos de la investigación, justificación y delimitación del estudio.

En el capítulo II; Marco teórico, antecedentes de la investigación, bases teóricas, bases filosóficas, definición de términos básicos, hipótesis de la investigación, operacionalización de las variables.

En el capítulo III: La metodología, diseño metodológico, tipo de investigación, el nivel de investigación, el diseño metodológico, el enfoque, la población y muestra del estudio.

En capítulo IV: Resultados, se menciona los cuadros y gráficos e interpretaciones de la investigación.

En el capítulo V. Discusión.

En el capítulo VI: Conclusiones y recomendaciones.

En capítulo VII: La referencias, fuentes documentales, fuentes bibliográficas, fuentes hemerográficas, fuentes documentales.

Por último, se detalla los anexos, el instrumento y las evidencias de la investigación.

# CAPÍTULO I

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 1.1 Descripción de la realidad problemática

La alimentación está establecida por diferentes variedades de nutrientes, por ejemplo: proteínas, vitaminas y minerales los cuales van a aportar suficientes nutrientes esenciales para el organismo (Martínez y Pedrón, 2016).

En la etapa escolar los hábitos alimentarios se encuentran integrados y establecidos dentro de la dieta familiar, además, los niños van adquiriendo independencia puesto que la mayor parte del tiempo lo comparten en la escuela; por ende, se va modificando los hábitos no saludables los cuales llevan al escolar a optar decisiones erradas para su alimentación. Asimismo, cuando las condiciones económicas mejoran, aumenta el consumo de alimento en mayor cantidad de grasas, y productos más procesados; por ello, la transición nutricional alcanza efectos para la salud que llevan a un riesgo de sobrepeso u obesidad y enfermedades no trasmisibles (Organismo Internacional de Energia Atómica AIEA, 2020).

Desde los inicios de la vida hasta una vida adulta es importante una alimentación saludable; puesto que ello ayuda a prevenir futuras enfermedades no transmisibles, la Organización Mundial de la Salud (OMS) a través de los gobiernos insta a reducir la ingesta de azúcar, así como el consumo de grasas saturadas y los alimentos ultra procesados (OMS, 2021).

En el continente europeo, España; los estudios realizados señalan de acuerdo a los resultados obtenidos que el 56 % presenta un riesgo elevado de retraso

de crecimiento. A comparación de los que realizan actividad física que presentan un nivel bajo moderado de 58%. (Barja-Fernández, Pino, Portela, & Leis, 2019)

Además, el aumento de prevalencia de exceso ponderal es de un 24.9%, con 18.8% de sobrepeso y un 6.1% de obesidad. En la variable hábitos alimentarios, se encuentra una disminución de ejercicios físicos y aumento de sedentarismo con sobrepeso y obesidad (Cano, Gonzáles, Mohedano, Viñuela, & Criado, 2019).

En Centroamérica, Cuba, los escolares presentan un aumento de prevalencia de sobrepeso en la zona urbana 37.9%, en relación a la zona rural 33.7%; Mientras que en mujeres 39.5% y varones un 38.2%. El consumo elevado de alimentos fritos, bebidas azucaradas, la ausencia de desayuno y la disminución del consumo de vegetales los induce a consumir bebidas instantáneas y gaseados (Terry, Rodríguez, Silvera, Rodríguez, Chávez y Rodríguez, 2021).

En América del Norte, México, a través de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), la prevalencia de sobrepeso en menores de 9 años es del 23% y de obesidad en menores es del 25%, hay un aumento de porcentaje en relación a la obesidad. Asimismo, en las edades comprendidas entre 5 y 11 años, el 92% de escolares, consumen bebidas endulzadas y 50% consumen cereales y alimentos procesados, ya que los hábitos alimentarios se ven influenciados con la ingesta de alimentos procesados, azucarados; ello los lleva a padecer enfermedades no transmisibles (Gobierno de Mexico, 2021).

En el continente sudamericano, Ecuador, los niños y niñas de la Institución Básica “Bahía de Caráquez”; en el Índice de Masa Corporal (IMC) se menciona

que el 53% está en el rango normal, seguido de un menor porcentaje 8% delgadez y solo el 3 % delgadez severa; en relación al estado nutricional sobrepeso y obesidad 37%. Los escolares que consumen frecuentemente embutidos presentan un Índice de Masa Corporal de 50% correspondiendo a obesidad, en comparación a los que consumen frutas, vegetales, hortalizas están en normalidad (Llaguno, 2019).

A nivel Latinoamericano, en Argentina los niños y niñas de los sectores rurales y urbanos de San Luis, el 52% presenta aumento de peso y la población total escasa cobertura de las recomendaciones alimentarias (Gómez, Rodríguez y Garay, 2022).

En Chile, en el Instituto Nacional de Deporte, ciudad de Nuble, el aumento de malnutrición por exceso es alta presentando un 58.7%. Los resultados están basados en las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABAS) se tiene un 59.2% de consumo de alimentos ricos en frutas, un 71.4% en verduras, el 13,8% consumo de pescado, un aumento en legumbres un 39.3% y consumo de lácteos un 66,3%. Todos los días los escolares consumen un 65% de golosinas y los fines de semana la comida rápida y frituras aumentan su consumo de entre un 66% y 79% respectivamente (Castillo, Araneda, & Pinheiro, 2020). Asimismo, en otra investigación la alimentación en escolares dentro de la escuela fue un 29.6 % bueno, 29.0% regular y 31.4% malo (Faúndez-Casanova, Aravena, San Martín y Mondaca, 2022).

En el contexto nacional según el Instituto Nacional de Salud (INS) desde el 2007 hasta 2018, la prevalencia de sobrepeso en infantes menores de 9 años



aumento 16.95% al 21.8%, asimismo la obesidad duplicó, un 18.6 % en escolares (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF, 2021).

Al Norte del Perú específicamente en Lambayeque los escolares en la zona urbana el 76.0% adquirieron un estilo no saludable y 58.0 % en zona rural saludable; el 7.0% presentó obesidad en la zona urbana y sobrepeso 15.0%. Se obtuvo el 14% y 20% respectivamente en desnutrición (Becerra, 2019).

Al Sur peruano, en Puno los escolares del centro educativo Santa Bárbara, el sobrepeso y obesidad es 29.0% y 17.0% respectivamente. Los alumnos que consumen chatarra son 36.43 % de dos a tres veces a la semana (Alanoca, 2021).

A nivel de Lima metropolitana, en el distrito de Lurigancho, en el Centro Educativo N°169 San Carlos, los escolares del nivel primario del 6to grado, reportan hábitos alimentarios en un 61.2% son malos, 27.5% regulares y 11.3% son buenos (Ponte y Julca, 2020).

De igual forma en alumnos del quinto grado de primaria de la Institución Educativa Particular “De La Cruz” en Pueblo Libre, se encontró que los hábitos alimentarios fueron inadecuados con un 56.8%, y 43.2% adecuados. Mientras que el estado nutricional fue normal con un 39.8% y 39,4% presentó sobrepeso en escolares (Mondragon y Vilchez, 2020).

A nivel Regional, al sur de la provincia de Barranca en el distrito de Supe los alumnos del sexto grado de primaria de la Institución Educativa “Virgen de Fátima” presentó un estilo de vida no saludables un 74.5%, estilo de vida saludable

13.7%, y estilo de vida suficiente 11.8%. Para la variable estado nutricional fue 56.9 % normal, 37.3% sobrepeso y solo 5.9 % obesidad (Blas & Mendoza, 2022).

A nivel local en Santa María, los estudios relacionados a los hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares son escasos; por lo cual se formula la siguiente interrogante.

## **1.2 Formulación del Problema**

### ***1.2.1 Problema general***

¿Cuál es la diferencia entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023?

### ***1.2.2 Problemas específicos***

¿Cuáles son los hábitos alimentarios en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023?

¿Cuál es el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023?

¿Existe diferencia de proporción entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023?

### **1.3 Objetivos de la investigación**

#### ***1.3.1 Objetivo general***

Determinar la diferencia entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.

#### ***1.3.2 Objetivos específicos***

Identificar los hábitos alimentarios en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.

Identificar el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.

Establecer la diferencia de proporción entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.

### **1.4 Justificación de la investigación**

La investigación tiene aporte social ya que, mediante los resultados obtenidos se va a identificar problemas nutricionales en los escolares de la institución en estudio. Asimismo, servirá como antecedente para las investigaciones posteriores dentro del área preventivo promocional en enfermería, volviéndose en propuestas novedosas para la investigación con una dirección humanística de la salud de los alumnos, que sobrevenga en intervenciones y contribuya a la búsqueda de la conducta favorecedora de la salud, congruente a los postulados del modelo de

promoción de la salud en el objeto de estudio de la enfermería; con el consiguiente liderazgo promocional en enfermería.

Es importante recalcar que el estado nutricional por exceso se ha incrementado en un 18% en los últimos años en escolares (OMS, 2019), de ahí la vulnerabilidad en este grupo etario, por ello es importante la presente investigación que busca contribuir en el fortalecimiento de los programas de intervención preventiva en la lucha de esta problemática.

Se justifica metodológicamente, una vez obtenido los resultados de las variables en estudio se podrá replicar el diseño de la investigación e incursionar en exploraciones explicativas causales sobre alimentación saludable que den lugar al cambio y generalidad de los resultados en diversas instituciones educativas.

Se utiliza recursos humanos, financieros, materiales y tecnológicos en la realización de la investigación; se obtuvo el permiso de la institución educativa, así como el consentimiento informado de los padres de los escolares.

## **1.5 Delimitaciones del estudio**

### ***Delimitación espacial***

La investigación fue desarrollada en la Institución Educativa Juan Valer Sandoval N°21013 situado en el centro poblado los Pinos, Distrito de Santa María, provincia de Huaura, departamento de Lima. Ubicado por el norte con la calle Juan Valer Sandoval, por el sur con la asociación Villa Hermosa, en el oeste con la Panamericana, por el este con el centro poblado de Santa María.

### ***Delimitación temporal***

El estudio fue realizado durante el periodo febrero a agosto del año 2023.

### ***Delimitación temática***

Para la investigación se utilizó fuentes primarias de repositorios internacionales y nacionales, así como artículos en revistas indexadas en la temática en estudio.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes de la investigación**

#### **2.2 Investigaciones internacionales**

Faúndez-Casanova, Aravena, San Martín y Mondaca, (2022) en su investigación denominada hábitos alimenticios de estudiantes de primero a octavo básico en escuela de Talca y su relación con el lugar de alimentación, Chile. El objetivo fue identificar los hábitos alimenticios de los estudiantes de primero a octavo básico y relacionarlos con el lugar de alimentación. El diseño metodológico de tipo descriptivo, enfoque cuantitativo, transversal. Participaron una muestra de 539 escolares, se aplicó una encuesta sobre hábitos alimenticios en la escuela y en el hogar. El instrumento obtuvo la capacidad de confiabilidad (Alpha de Cronbach 0,658). Resultados; los escolares se alimentan en casa, un 35.0% bueno, un 36.3% regular y 28.7 % malo. Los estudiantes que se alimentan en la escuela, fueron un 29.6% bueno, 29.0% regular y 31.4% malo.

Gómez et al. (2022) en su investigación titulada estado nutricional y consumo de grupos de alimentos en niños y niñas que viven en zonas rurales y urbanas de la provincia de San Luis, Argentina. Cuyo objetivo fue conocer los valores de estado nutricional antropométricos y de consumo de grupos de alimentos. El estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, transversal, participaron un total de 60 niños. Cuyo resultado, fue un 52% exceso de peso y 100% mostró escasa cobertura de las recomendaciones alimentarias, los autores concluyeron que, no hubo diferencias entre la zona rural y urbana; y las

recomendaciones Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA) fueron inadecuadas en ambos medios.

Terry et al. (2021) en su investigación titulada Sobrepeso, obesidad y conductas alimentarias en escolares de primaria, Cienfuegos, Cuba. El objetivo fue describir el comportamiento del sobrepeso, obesidad y conductas alimentarias, la metodología fue transversal, conformado por 1263 escolares comprendidos entre los 6 y 12 años de edad, en siete colegios, correspondientes a 4 zonas urbanas y 3 rurales. Para determinar la evaluación nutricional se utilizó el índice de Masa Corporal, para el riesgo cardio-metabólico, se utilizó los percentiles de la circunferencia de la cintura. Los resultados fueron; la prevalencia de sobrepeso total de 37.3 %, mayor prevalencia en zona urbana 37.9 % seguido de la zona rural 33.7%, incrementado con la edad, predominio ligero en sexo femenino. El 38.8% de los varones presentó valores no deseables de circunferencia de la cintura en relación el 24.0 % en femeninas. Los escolares prefirieron alimentos procesados azucarados, frituras y bebidas instantáneos, y gaseados, por lo tanto, un bajo consumo de verduras. El estudio concluye que la variable estado nutricional evidencio, alta prevalencia de sobrepeso y obesidad además con riesgo de enfermedades no trasmisibles.

Cano et al. (2019) en su investigación denominada estado nutricional en una población escolar y su relación con hábitos de alimentación y actividad física, en Menasalbas, España. El objetivo fue conocer la prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil en la Zona Básica de Salud y la influencia de los hábitos

alimentarios, actividad física-deporte, y de ocio sedentario. La metodología fue transversal. Se determinó el IMC y el estado ponderal mediante la tabla Cole a una población escolar comprendida en edades entre 3 a 12 años, para la investigación participaron 725 menores. Concluye que la prevalencia de sobrecarga ponderal fue un 24.9%, el sobrepeso y obesidad, 18.8% y 6.1% respectivamente. No hay diferencias entre los hábitos alimentarios sin embargo una menor actividad física y un mayor ocio sedentario en aquellos con sobrecarga ponderal. Finalmente, la prevalencia de sobrepeso y obesidad fue elevada, aunque hay disminución de la actividad física.

Llaguno (2019) en su investigación denominada hábitos alimenticios y actividad física y su relación con el estado nutricional en escolares en la escuela básica “Bahía de Caráquez” Ecuador. El objetivo fue determinar la relación entre los hábitos alimenticios, actividad física con el estado nutricional. Siendo de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, transversal y correlacional, participaron 80 escolares entre las edades 6 a 12 años, para la variable estado nutricional se utilizó la tabla antropométrica según las curvas de crecimiento de la OMS; para identificar los hábitos alimentarios se realizó la encuesta de actividad física. El estado nutricional normal 53.0%, delgadez 8.0% y delgadez severa 3.0%, y sobrepeso y obesidad 37.0%. Los escolares que consumen alimentos altamente procesados, frituras, cereales y grasas sufren riesgo de sobrepeso y obesidad mientras que, los que consumen frutas, verduras y hortalizas los indicadores son normales. El estudio concluye que la variable se relaciona estadísticamente.



### **2.3 Investigaciones nacionales**

Carrasco (2022) en su investigación titulada estado nutricional y relación entre hábitos alimentarios y actividad física en escolares del nivel primario de la zona urbana, Cajamarca, con el objetivo de evaluar la relación entre el estado nutricional y los hábitos alimentarios y la actividad física. De enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de corte transaccional descriptivo y correlacional, la muestra de estudio estuvo conformada por 194 estudiantes. Se utilizó como instrumento el cuestionario. Se determinó el estado nutricional a través de la escala de (IMC), encontrándose un 57.2 % normal; 20.1% sobrepeso; 13.4% delgadez y solo un 9.3% con obesidad. Respecto a la talla/edad el 64, 9% tienen talla normal; 30.4% talla baja y solo 4.6% presento talla alta. El hábito alimentario fue 57.7% tienen hábitos saludables y un 42.3% hábitos no saludables. Conclusión; existe relación entre estado nutricional T/E y hábitos alimentarios ( $p=0,002$ ); asimismo el estado nutricional, el IMC y la actividad física es significativa ( $p=0,004$ ).

Alanoca (2021) en su investigación titulada hábitos alimentarios relacionados al sobrepeso y obesidad en escolares de nueve a once años del colegio particular 70542 Puno, con el objetivo determinar la relación entre los hábitos alimentarios con el sobrepeso y la obesidad, estudio transversal de alcance descriptivo correlacional, se aplicó un cuestionario virtual para la recolección de datos a 378 estudiantes, con una muestra de 140 alumnos, para el análisis de las variables se utilizó la prueba de Fisher. La Prevalencia de sobrepeso fue 29.0% y predominó el sexo masculino, y obesidad el 17.0%. Además de hábitos alimentarios

saludables se encontraron en un 96.0%. Concluye que no hay asociación significativa entre las variables.

Ponte y Julca (2020) en su investigación titulada hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares del sexto grado de primaria de la Institución Educativa N°169. Lima, con el objetivo de determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional. La investigación fue de tipo cuantitativa, descriptiva, transversal y correlacional. La población de 80 estudiantes. Se utilizó una encuesta con su respectivo cuestionario para recolectar los datos. La variable hábitos alimentarios tuvo como resultado un 61.2 % malos, 27.5 % regulares y solo 11.3% buenos, según tipos y bebidas, fue 67, 5% malos, 21.2% regulares; y solo 11.3 % bueno; seguido de comida y lugar donde se alimenta, 65.0% malos, regulares 25% y buenos 10.0 %; según tiempo y frecuencia presentó un 52.5% malos, 36.2% regulares y solo un 11.3% buenos; en relación al estado nutricional el 87.4% tienen obesidad, y 6.3% sobrepeso. Finalmente, concluye que no hay relación entre ambas variables.

Mondragon y Vilchez (2020), en su investigación titulada hábitos alimentarios y estado nutricional en alumnos del quinto grado de primaria de la Institución Educativa particular “De la Cruz” Lima, determinaron la relación entre los hábitos alimentarios y estado nutricional. La metodología fue tipo observacional, prospectivo, transversal, la unidad de análisis conformada por 88 escolares, quienes dieron respuesta a un cuestionario. Respecto a los hábitos alimenticios inadecuados ocupan un 56.8%, mientras que el 43.2% poseen hábitos

adecuados; Los que presentan un estado nutricional normal ocupan un 39.8%. Concluyen que no hay relación entre las variables del estudio.

Becerra (2019) en su investigación denominada estilo de vida y estado nutricional en escolares de las áreas urbano y rural, Lambayeque. El objetivo fue determinar la relación entre estilo de vida y estado nutricional. El estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, transversal y correlacional; se realizó en dos instituciones educativas, participaron 383 escolares, comprendidas las edades entre los 9 y 12 años. El instrumento utilizado fue la IMC y talla según la OMS, la variable estilo de vida fue aplicado con una encuesta validada. El mayor porcentaje fue en zona urbana su estilo de vida no saludable 76.0% mientras que la zona rural fue 58, 0% estilo de vida suficiente, mientras que 1, 0% de la zona urbana gozan de estilo de vida saludable. La talla baja fue 20.0% en zona rural y 14.0% en zona urbana. Concluye; que existe relación significativa entre las variables estudiadas.

### ***2.3.1 Bases teóricas***

#### ***Teoría de Nola Pender modelo de promoción de la salud***

El modelo de promoción de la salud permite explicar las variables en estudio desde la óptica del comportamiento de los escolares en su entorno mediado por el aprendizaje social y la cultura; el modelo identifica factores cognitivos-preceptivos que son modificados por las características demográficas, biológicas y por las influencias interpersonales del individuo; que son las que estarían corroborando los resultados de lo encontrado en los diferentes escenarios de los antecedentes y que se espera en la presente realidad investigada. Por lo que es primordial desde el

objeto de estudio de la enfermería, enfatizar los supuestos teóricos de los cuidados preventivos-promocionales en concordancias con lo manifestado por Pender (Nola Pender, 1996), quien nos insta y refiere “hay que promover la vida saludable que es primordial; porque de ese modo habría menos escolares vulnerables, con un horizonte tardío menos recurrente a las enfermedades no transmisibles y menos gente enferma; con el consiguiente costo beneficio y el menor costo en recursos, pero sobre todo insistir en la búsqueda de la conducta favorecedora de la salud; que da independencia a la gente y la mejora hacia el futuro” (Aristizábal, Blanco, Sánchez, & Ostiguín, 2011).

Para Pender, el cuidar preventivo, favorece el desarrollo de conductas en salud; cuidar requiere tomar en cuenta el compromiso que esté dispuesto asumir el enfermero/a para lograr la interrelación con el sujeto del cuidado, en este caso el escolar; pues para conseguir la adquisición, mantenimiento o cambio de la conducta en salud (malos hábitos alimentarios y mal estado nutricional), dependerá del establecimiento de un compromiso con un plan de acción; el nivel de compromiso para el cambio de la conducta de salud a su vez dependerá del beneficio y obstáculo percibido, la auto eficiencia percibida y la relación afecto-actividad; considerado a partir de las influencias interpersonales y situaciones que experimenta el escolar; y, es donde tiene que trabajar arduamente el enfermero/a y he allí la importancia de la investigación; pues es en la conjunción de la aplicación del modelo; donde se justifica el cuerpo de saberes de enfermería; lo que hace que se fundamente como profesión científica. Por ello es hora de cuestionar nuestra participación profesional y su relación con la sociedad; no podemos dejar que la magnitud del problema en

la temática continúe avanzando cruzándonos de brazos; necesitamos evolucionar de manera sólida, sobre una plataforma filosófica y epistémica que permita vislumbrar nuestro objeto de estudio propio de la profesión; tomando en cuenta la aplicación práctica del modelo de la promoción de la salud de Pender; estudiarlo a profundidad, entender su fundamentación teórica y establecer su aplicación práctica en el cuidado preventivo promocional.

Si bien, Nola Pender, identifica las particularidades y prácticas individuales relacionado a la valoración sobre las creencias de salud; acorde a la magnitud del problema en estudio, no se estaría fomentando a la toma de decisiones que favorezcan la adopción de conductas saludables en los escolares; con el consiguiente riesgo, por ello es dable trabajar en el entorno inmediato del escolar; para evitar la vulnerabilidad; lógicamente con la permanente identificación, comunicación, y educación en salud; que sirvan de base para que los escolares adopten las decisiones acerca del cuidado preventivo de su propia salud, reto ineludible en las acciones preventivas promocionales de todo enfermero/a en el contexto del objeto de estudio de la enfermería y defender la importancia de los procesos cognitivos aunado a las actitudes personales y normas sociales de los escolares; para prevenir futuras enfermedades a través de la promoción de la salud; esto permitiría que el escolar adquiriera hábitos alimentarios saludables desde su entorno familiar, mediado por sus creencias y el entorno escolar; acciones que no se limiten solo a explicar la conducta preventiva de la enfermedad a la que estarían expuestos; más si a poner en práctica el desarrollo del modelo de promoción de la salud de Pender, que se traduzca en la participación en conductas favorecedoras de

la salud, haciendo de enfermería una clave para la acción; esa clave es decididamente la identificación del objeto de estudio en el campo preventivo-promocional; que busquemos concienciar con la presente investigación, que permita contribuir en la modificación del comportamiento, poniendo en práctica el modelo; pues somos los llamados desde el lugar donde nos encontremos a mantener vigente y contrastar el modelo de promoción de la salud hasta llevarlo a afirmaciones teóricas específicas; en la búsqueda de la científicidad de enfermería (Aristizábal, Blanco, Sánchez, & Ostiguín, 2011).

### **Hábitos alimentarios**

Los hábitos alimentarios es la secuencia de las actitudes del ser humano al instante de decidir, escoger, preparar y consumir diferentes tipos de provisiones de acuerdo de sus preferencias; asimismo se ve influenciados por la cultura, religión y socioeconómico. Desde el nacimiento se forman los hábitos alimentarios asimismo perdura durante la etapa escolar, y la adolescencia, por ello la nutrición primero nace en el hogar que constituye la familia (Carrasco, 2022).

### **Pirámide nutricional**

(Alava, 2022) citando a la OMS (2020) menciona que la pirámide nutricional está constituida por cinco escalones.

En la base principal de la pirámide nutricional se incluye alimentos de manera obligatoria como: harinas, cereales, tubérculos y huevos. Seguido del segundo escalón que constituye frutas y verduras, estos alimentos deben ser

naturales y orgánicos para un adecuado funcionamiento del organismo. En el tercer nivel se encuentran las proteínas (pescado, huevo y pollo) y lácteos (leche y queso). En los niveles cuarto y quinto se agrupan los productos ocasionales de bajo nutrientes.

### **Consumo de alimento**

**Desayuno.** Es importante para el organismo puesto que brinda energía para desarrollar competitivamente el día. Por ejemplo: lácteos, avenas, cereales y frutas (Villa, 2020).

El desayuno es considerado la comida más importante del día, porque se toma como primera comida después de un largo período de ayuno desde el momento de dormir; también ocurre más temprano en el día cuando hay más actividad y por lo tanto consumo de energía (Secretaría de Salud del Gobierno de México, 2015).

**Almuerzo.** El segundo alimento del día, en este caso el almuerzo el cual debe estar acompañado de carbohidratos, fibra, proteínas (Villa, 2020).

Este es el momento del día en que se consumen los alimentos más consistentes y debe satisfacer al menos el 25-35% de las necesidades nutricionales diarias de los infantes (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación.FAO, 2012).

**Cena.** Al final del día encontramos la última comida que necesitamos tiene que ser algo ligero como el almuerzo. (Villa, 2020).

La cena es la última comida del día. Su horario exacto a menudo varía según la cultura y se puede realizar al atardecer o en varios momentos de la noche (Pérez & Gardey, 2014).

### ***Hábitos saludables***

Conjunto de conductas positivas adquiridas durante el día, están influenciadas de manera directa e indirecta en el organismo del individuo; si los padres brindan hábitos saludables, el niño tendrá un desarrollo sano y eficaz durante la etapa adulta y así evitará enfermedades no transmisibles (Magesterio CEU UCH, 2020).

**Frutas y Verduras.** Estos alimentos contienen vitaminas, minerales y fibras importantes y esenciales para salud en el escolar. Las frutas y hortalizas se consideran las partes comestibles de las plantas (como las estructuras de las semillas, las flores, los brotes, las hojas, los tallos y las raíces) (FAO, 2020).

**Tubérculos.** Las raíces y tubérculos son plantas que producen almidón a partir de las raíces (como la yuca y la papa) (Organisation for Economic Cooperation and Development , 2021).

**Lácteos.** Es el producto obtenido de la transformación de cualquier leche que pueda contener aditivos alimentarios y otros componentes funcionales necesarios para su elaboración (FAO, 1999).

**Infusiones.** La infusión es una bebida se prepara agregando una planta o sus partes (normalmente hojas, raíces o frutos) en agua hirviendo (Bupa, 2020).



**Huevos.** Es un alimento que contiene proteínas y lípidos importante para una alimentación saludable sana porque es 100% natural, nutritivo y asequible. Además, es bajo en calorías y una excelente fuente de todos los nutrientes que nuestro cuerpo necesita para la energía y las funciones diarias (Villalba, 2020).

**Cereales.** Los cereales son una parte importante de la dieta de los niños. Estos incluyen maíz, soya, trigo, arroz, cebada, avena y quinua (FAO, 2002).

**Carnes.** Es la principal fuente de proteínas, Zinc, yodo y selenio permite el funcionamiento del organismo. La carne blanca es más beneficiosa que las carnes rojas aportan gran cantidad de proteínas y bajas en grasas (FAO, 2005).

**Sopas.** Es una mezcla en la que se hierva agua con vegetales y proteínas; tiene una consistencia más espesa y contiene una variedad de vegetales y proteínas (Hogaruniversal, 2022).

**Menestras.** Las legumbres, las habas, las lentejas, los garbanzos, fuente de energía alimentaria por los hidratos de carbono que contienen. Con la excepción de algunas legumbres que tienen un alto contenido de grasas poliinsaturadas, como la soya, los frijoles de soya, y el maní, casi no contienen grasa (Abu Sabbah, 2016).

**Agua Pura.** Llamado agua purificada, ya que es libre de impurezas, no tiene sabor, olor, ni color. Es importante para el metabolismo del organismo (SL, s.f.).

### ***Hábitos no saludables***

Los malos hábitos alimentarios va a afectar la salud, tanto físico como emocional, sin embargo, el consumo elevado de alimentos procesados, frituras, grasa y azúcares por bajo contenido de nutrientes conllevará a un riesgo de salud metabólico (Carrasco, 2022).

**Gaseosas, jugos artificiales.** Las bebidas azucaradas se definen como todas las bebidas que contienen azúcares libres (monosacáridos y disacáridos), incluidos refrescos, jugos de frutas o vegetales y concentrados líquidos y en polvo, agua saborizada, bebidas deportivas y energéticas, té, café y leche añadida (Asociación Médica Mundial, 2019).

**Snack.** Son preparados industriales a base principalmente de sustancias extraídas u obtenidas de alimentos y aditivos. Estos incluyen refrescos y otros jugos y bebidas de frutas azucaradas, refrigerios dulces y salados, productos de confitería (dulces), pan industrial, pasteles y galletas, cereales para el desayuno azucarados, productos cárnicos y alimentos precocinados (Institutional Repository for Information Sharing, 2019).

**Hamburguesas.** Es un producto procesado a base de carne molida, cruda, fresca, conformada con ingredientes y aditivos permitidos. Debe indicarse la especie del animal de carne (FAO, 1973).

**Frituras.** La fritura es un proceso de cocción que consiste en colocar los alimentos en un baño de aceite o grasa caliente a una temperatura de 150 °C a 200°C. En este punto, el aceite actúa como intercambiador de calor, provocando un calentamiento rápido y uniforme del producto (Morales, 2022).

**Salchipapa.** Según la RAE es un plato de patatas fritas y salchichas los cuales pueden estar acompañados de salsas (RAE, 2022).

**Pan.** Es un alimento casi libre de grasa que contiene los nutrientes que el cuerpo necesita. Además, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda comer 250 gramos de pan por persona al día, 40-50 gramos por comida (Cadena agroalimentaria, 2023).

**Galleta.** Son productos alimenticios elaborados principalmente a partir de una mezcla de harina, aceite y/o grasa y agua, a los que se les aplica un tratamiento térmico de azúcar y otros productos alimenticios (aditivos, especias, aderezos, aromas, etc.), dando como resultado productos con diferentes apariencias, caracterizado por un bajo contenido de humedad (Alimentum, 2020).

**Postre.** Se aplica a todos los platos fríos o calientes del último plato del menú (Meryve, 2013).

### ***Estado nutricional***

Este va a ser el resultado de una ingesta adecuada con respecto a las provisiones nutricionales al organismo; asociado a su bienestar nutricional (Carrasco, 2022).

El estado nutricional es un indicador que permite diagnosticar la evaluación mediante la medición antropométricas de peso y talla para determinar el Índice de Masa Corporal del escolar (Ponte y Julca, 2020).

**Índice de Masa Corporal.** La relación entre peso de un individuo y su altura al cuadrado de su peso corporal total (Carrasco, 2022).

Los percentiles son el indicador que se utiliza con más frecuencia para evaluar el tamaño y los patrones de crecimiento de cada niño. El percentil indica la posición relativa del número del IMC del niño entre niños del mismo sexo y edad (Ponte y Julca, 2020).

Mediante la calculadora de percentiles de la Organización Mundial de la Salud, nos brinda automáticamente los resultados del estado nutricional por lo cual se ingresará lo datos antropométricos; la edad, sexo, talla y peso. Se indica en la tabla el IMC.

---

<b>Categoría de nivel de peso</b>	<b>Rango percentil</b>
-----------------------------------	------------------------

---

Bajo peso	Menos del percentil 5
Peso normal	Percentil 5 hasta el percentil 85
Sobrepeso	Percentil 85 hasta por debajo del percentil 95
Obesidad	Igual o mayor al percentil 95

*Fuente. Organización Mundial de la salud: Índice de Masa Corporal (<https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/bmi/calculator.html>)*

**Obesidad.** Es toda condición de exceso de grasa corporal que sufre un riesgo de morbilidad y mortalidad prematura. La definición de la obesidad mediante el IMC es igual o sobre el percentil 95 para la edad. Los escolares que padecen de obesidad tienden a tener consecuencias en la etapa adulta (Ponte y Julca, 2020).

### ***2.3.2 Bases filosóficas***

Enfermería como toda disciplina social, tiene que asegurar la adecuación de sus condiciones a su objeto de estudio, caso contrario, no tendría utilidad alguna los modelos y teorías. Al respecto, uno de los problemas presentes en el desarrollo de la enfermería radica en la disociación teórico-práctica en su campo de acción; las raíces de esta falta son múltiples; una de ellas es justamente la desorientación epistemológica en la disciplina, lo cual genera errores en la construcción de modelos propios acorde al entorno. Justamente es la epistemología de enfermería quien nos lleva a responder qué conocimientos utiliza la enfermera para cuidar y cuáles son esos conocimientos que forman el cuerpo de conocimientos de enfermería en la construcción de la científicidad (Montalvo & Ticona, 2016).

Es así, que la epistemología debe responder al cuestionamiento sobre la naturaleza del objeto de conocimiento de enfermería. Por ello cuando se habla de

epistemología, a decir de Durán (1998), se debe tener en cuenta además el conocimiento que enfermería utiliza para cuidar (Montalvo & Ticona, 2016).

De allí que los fundamentos filosóficos que complementan las bases teóricas de la promoción de la salud, se ven apoyados en los supuestos filosóficos de Moyra Allen (1963) quien fundamenta la Promoción de la salud en la familia (Montalvo & Ticona, 2016).

Allen (1963), representa esta escuela, es una teórica nacida en Canadá y crea un modelo el cual es llamado "Modelo Me Gill" que se considera un modelo conceptual, aprendizaje y de intervención. Es con este modelo que la profesión de enfermería, busca reconocer como un recurso primario de salud para las familias y las comunidades (Montalvo & Ticona, 2016).

Es por ello que enfermería debe hacer visible y poner en marcha la “escuela de la promoción de la salud” basada en los cuidados que brinda el profesional de enfermería, respecto a la promoción de comportamiento en salud, el cómo lograrlos y a quienes van dirigidos estos cuidados; ya que esta escuela profundiza los cuidados preventivos promocionales de la familia que son logrados por sus propias experiencias de salud. Además, la salud es parte de la innovación personal y la participación activa, especialmente en la familia (Barros, Faginas, & Sipion, 2013).

Por último, según Collière que elaboró una filosofía sobre los cuidados primarios de salud, en el cual propone dar respuesta a las necesidades de salud más corrientes y básicas. Se tienen en cuenta los estilos de vida de las personas. No obstante, el interés del autor en mención va más allá de la salud porque propone

combatir la pobreza, los problemas nutricionales, de saneamiento de las viviendas, protección del entorno y una mayor justicia económica y social (Montalvo & Ticona, 2016).

### ***2.3.3 Definición de términos básicos***

**Hábitos alimentarios.** De acuerdo con Carrasco (2022), los hábitos alimentarios se definen al conjunto de eventos que construyen un vínculo entre el individuo y la alimentación; sin embargo, el consumo de alimentos se ve influenciado por patrones alimentarios dentro del hogar y la familia, considerando el estatus social y las tradiciones culturales.

**Hábitos.** Según las investigaciones definida por Díaz, Casas y Ortega (2013) los hábitos se definen como los rutinas, actitudes y comportamientos que cada individuo desarrolla en su vida diaria. Como consecuencia lo llevan a la consolidación de conductas y aprendizajes, que se mantienen en el tiempo y pueden tener efectos negativos o positivos sobre el estado de salud, la nutrición y el bienestar.

**Escolar.** Entendemos que la etapa escolar oscila entre los 6 años que el niño inicia la escuela hasta los 12 que se da inicio a la pubertad, de acuerdo a nuestra investigación la unidad de análisis se encuentra dentro de estos parámetros establecidos (González y Exposito, 2020).

Además, durante esta etapa la alimentación saludable va a ser muy importante porque va a determinar el desarrollo y crecimiento adecuado del

individuo, ésta será el medio por el cual el escolar va a adquirir hábitos saludables a corto, mediano y largo plazo en su vida (González y Exposito, 2020).

**Consumo de alimento.** Es el conjunto de comida consumida por una persona que constituye factores sociales y culturales en los diferentes tipos de alimentos, por ejemplo: cereales, verduras, frutas; mejora la salud del individuo (Seguridad alimentaria, 2013).

**Estado nutricional.** El estado nutricional es un indicador que permite diagnosticar la evaluación mediante la medición antropométricas de peso y talla para determinar el Índice de Masa Corporal del escolar (Ponte y Julca, 2020).

**Bajo peso.** El bajo peso se refiere a una condición en la cual el peso de una persona es significativamente menor al rango normal para su altura y edad, lo que podría indicar desnutrición u otros problemas de salud. (Organización Mundial de la Salud, 2024)

**Peso saludable.** El peso saludable es el rango de peso corporal que se asocia con un menor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas, determinado generalmente a través del Índice de Masa Corporal (IMC). (Centers for Disease Control and Prevention, 2021)

**Sobrepeso y Obesidad.** El sobrepeso y la obesidad se definen como el exceso de acumulación de grasa corporal que representa un riesgo para la salud. El sobrepeso se clasifica con un IMC entre 25 y 29.9, mientras que la obesidad corresponde a un IMC de 30 o más. (Organización Mundial de la Salud, 2024)



**Promoción de la salud.** La promoción de la salud implica proporcionar a las personas los recursos y el apoyo necesarios para que puedan mejorar su salud y bienestar, a través de diversas estrategias y actividades que fortalecen sus capacidades individuales y sociales. (Organización Mundial de la Salud, 1986)

## **2.4 Hipótesis de investigación**

### ***2.4.1 Hipótesis General***

Existe diferencia entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado.

### ***2.4.2 Hipótesis específicas***

Hay diferencia en la proporción de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado.

No hay diferencia en la proporción de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado.

### 2.4.3 Operacionalización de las variables

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Rango	Escala
Hábitos Alimentarios	Son un conjunto de conductas repetitivas de actos por el escolar en relación a la elección preparación, y consumo de alimentos. (Secretaria de salud, 2006)	Comportamientos recurrentes en la ingesta diaria de los nutrientes para el mantenimiento, mediado por factores cognitivos y perceptivos a través de la cultura.	Consumo de alimento	Desayuno Almuerzo Cena	(1-8) (9-16) (17-24)	Nominal
Estado nutricional	Resultado de los momentos adecuados de la ingesta de provisiones nutricionales al organismo; asociado al bienestar nutricional (Carrasco, 2022)	Consecuencias de un tiempo puntual, en un momento adecuado para un conjunto de alimentos en el proceso biológico del organismo.	IMC	Bajo peso Peso saludable Sobrepeso Obesidad	Menos del percentil 5 Percentil 5 hasta el percentil 85 Percentil 85 hasta por debajo del percentil 95 Igual o mayor al percentil 95	Ordinal

## **CAPITULO III METODOLOGÍA**

### **3.1 Diseño metodológico**

#### ***Tipo de investigación***

El tipo de investigación fue básica ya que busca ampliar y profundizar los conocimientos acerca de la realidad; permitiendo la construcción científica basada en la descripción y análisis del objeto de estudio (Pimienta & De la Orden , 2017).

#### ***Nivel de investigación***

La investigación de segundo nivel, correlacional ya que determinó la diferencia de proporciones entre las variables: hábitos alimentarios y estado nutricional, por lo cual se basó mediante la hipótesis para ser comprobada (Hernández, Fernández , & Baptista, 2014); transversal porque se realizó en un tiempo determinado en la variable de estudio y prospectivo permitió recoger información la cual se registró la ocurrencia de fenómenos y/o eventos que se ha observado. (Müggenburg y Pérez, 2007)

#### ***Diseño***

Es un diseño no experimental porque no se manipulo el sujeto del estudio; es decir se analizó los datos encontrados sin realizar las modificaciones, así como las variables de la investigación. (Hernández, Fernández , & Baptista, 2014)

#### ***Enfoque***

De enfoque cuantitativo ya que permitió recopilar y analizar datos de las diferentes fuentes obtenidas, por lo cual utilizó herramientas estadísticas para la obtención de resultado (Neill & Cortez, 2018).

### ***Área de estudio***

El estudio se desarrolló en el centro educativo Juan Valer Sandoval N°21013 ubicado en el centro poblado Los Pinos, Distrito de Santa María, provincia de Huaura, ubicado por el norte con la calle Juan Valer Sandoval, por el sur con la asociación Villa Hermosa, en el oeste la Panamericana, el este con el centro poblado Los Pinos.

## **3.2 Población y muestra**

### ***3.2.1 Población***

La población total estuvo conformada por 100 escolares del 4°to, 5°to y 6°to grado del nivel primario del colegio Juan Valer Sandoval N°21013, distrito de Santa María, provincia de Huaura y departamento de Lima.

### ***3.2.2 Muestra***

Por ser una población pequeña para la investigación, se trabajó con la población total de 100 escolares de 4°to, 5°to y 6°to grado de primaria.

### **Criterio de Inclusión.**

Escolares matriculados del año escolar 2023, del 4to, 5to y 6to grado del nivel primario I.E. Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María.

Escolares que contaron con el consentimiento informado de sus padres de familia.

### **Criterio de Exclusión.**

Escolares que no estuvieron matriculados en el año escolar 2023, del 4to, 5to y 6to grado del nivel primario I.E. Juan Valer Sandoval N°21013– Santa María.

Escolares que no contaron con el consentimiento informado de sus padres.

### **3.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Para la variable hábitos alimentarios, la técnica utilizada fue la encuesta, esto se define como una herramienta que permite obtener información relacionado a la población en estudio. Mediante el instrumento un cuestionario dirigido a la unidad de análisis (Blanco, 2011).

El cuestionario estuvo constituido por las instrucciones, datos generales de los escolares y consto de 24 preguntas relacionado al consumo de alimento; dividido en desayuno, almuerzo y cena. El instrumento fue sometido por validez de contenido a 7 expertos, por lo cual se utilizó la prueba de R-FINN con 0.67 (fuerte); además se realizó la confiabilidad mediante la prueba piloto a 15 escolares, que permitió validar el instrumento, utilizándose el coeficiente 20 de Kuder–Richardson (KR20), obteniendo como resultado un 0.78; esto permitió recolectar los datos para la investigación en curso. (Corral, 2009)

Para la variable estado nutricional, se utilizó la técnica observacional y la tabla de percentiles de la Organización Mundial de la Salud, mediante la calculadora de percentiles de la OMS se buscó hallar el resultado del estado nutricional por lo cual se ingresó los datos antropométricos; la edad, sexo, talla y peso (OMS, 2019).

### **3.4 Técnicas para el procesamiento de la información.**

La investigación utilizó la técnica inferencial no paramétrica ya que comparó las variables hábitos alimentarios y estado nutricional, mediante la técnica estadística Chi-cuadrado para el contraste de la hipótesis. Esto permitió evaluar de acuerdo a la escala de medición las variables, por ende, el procedimiento se realizó operativizando la tabla de contingencia, y determinar que las diferencias sean estadísticamente significativas (Hernández, Fernández , & Baptista, 2014).

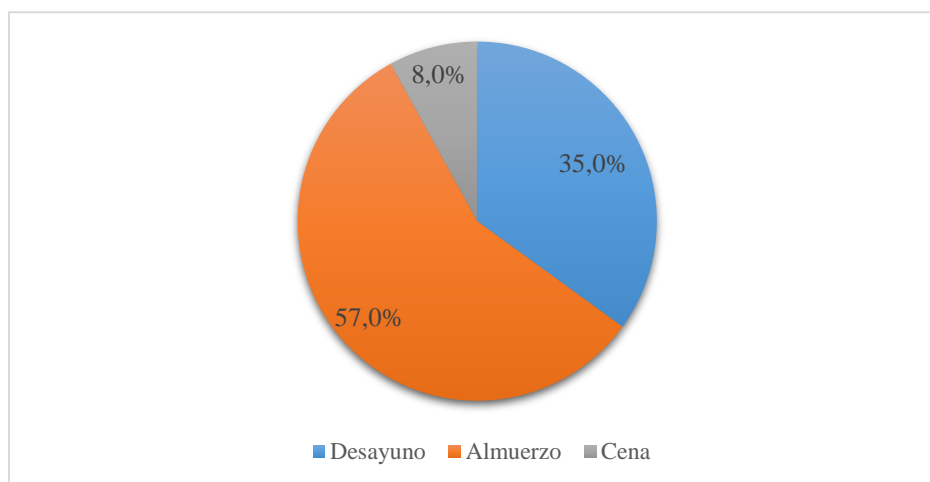
## CAPITULO IV RESULTADOS

### 4.1 Análisis de resultados

**Tabla 1.** Hábitos alimentarios en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.

Hábitos alimentarios	Frecuencias	Porcentajes
Desayuno	35	35,0 %
Almuerzo	57	57,0 %
Cena	8	8,0 %
Total	100	100,0 %

*Fuente: Escolares del centro educativo Juan Valer Sandoval 21013, julio 2023*

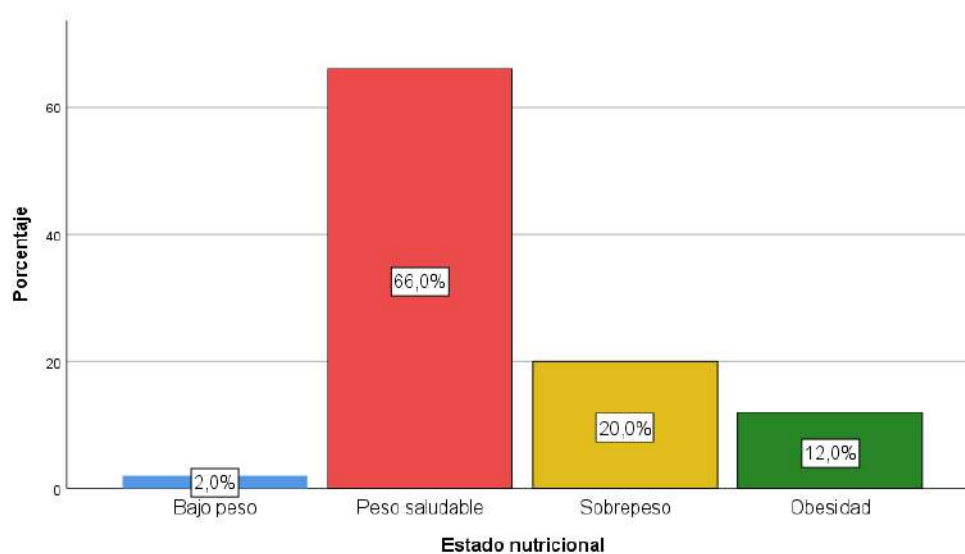


De acuerdo al estudio, los hábitos alimentarios de los escolares, el más frecuente el consumo del almuerzo con 57.0%, seguido del consumo en el desayuno 35.0%, y por último el consumo de la cena 8.0%.

**Tabla 2.** Estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.

Estado nutricional	Frecuencias	Porcentajes
Bajo peso	2	2,0 %
Peso saludable	66	66,0 %
Sobrepeso	20	20,0 %
Obesidad	12	12,0 %
Total	100	100,0 %

Fuente: Escolares del centro educativo Juan Valer Sandoval 21013, julio 2023



De acuerdo al estudio, el estado nutricional, más frecuente en los escolares, fue la categoría de peso saludable con el 66.0%, seguido del sobrepeso con 20.0%, le sigue la obesidad con 12.0% y por último el bajo peso con 2.0%.



**Tabla 3.** Hábitos alimentarios y estado nutricional de los escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.

Estado Nutricional	Hábitos Alimentarios							
	Desayuno		Almuerzo		Cena		Total	
	N°	%	N°	%	N	%	N	%
<b>Bajo Peso</b>	0	0.0%	2	2.0%	0	0.0%	2	2.0%
<b>Peso Saludable</b>	23	23.0%	38	38.0%	5	5.0%	66	66.0%
<b>Sobrepeso</b>	8	8.0%	9	9.0%	3	3.0%	20	20.0%
<b>Obesidad</b>	4	4.0%	8	8.0%	0	0.0%	12	12.0%
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>35.0%</b>	<b>57</b>	<b>57.0%</b>	<b>8</b>	<b>8.0%</b>	<b>100</b>	<b>100.0%</b>

*Fuente: Escolares del centro educativo Juan Valer 21013, julio 2023*

En el presente estudio, los escolares en la proporción de consumo del almuerzo y peso saludable representa 38.0%, seguido del consumo en el desayuno y peso saludable representa 23.0%. También hay escolares un 5% en la proporción de peso saludable y consumo de la cena; evidenciando un 66.0% de escolares con peso saludable y solo 2.0% bajo peso respectivamente. Por último los escolares más del 50% fue el consumo del almuerzo un 57.0% seguido del desayuno 35.0% finalmente un 8.0% del consumo de la cena.

## 4.2 Contrastación de hipótesis

**Ho:** No hay diferencias en la proporción de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023

**Hi:** Hay diferencias en la proporción de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023

Pruebas de Chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	4.56 7 <sup>a</sup>	6	.600
Razón de verosimilitud	6.03 7	6	.419
Asociación lineal por lineal	.146	1	.702
N de casos válidos	100		

Indica que las proporciones de la variable hábitos alimentarios son diferentes para diferentes valores de la variable estado nutricional por lo tanto: los hábitos alimentarios son independientes del estado nutricional en escolares con un  $(p = 0.600 > 0.05)$ , diferencias estadísticamente significativas.

Regla de decisión: Si  $p < 0.05$  se rechaza el  $H_0$  (Hipótesis nula) y se acepta la  $H_1$  (Hipótesis alterna) es decir las variables son independientes; por lo tanto, no se acepta la hipótesis  $H_0$ : no hay diferencias de proporción entre variables del estudio

## **CAPITULO V**

### **DISCUSION**

#### **5.1 Discusión de resultados**

El presente estudio fue diseñado para determinar la diferencia entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del centro educativo Juan valer Sandoval N° 21013 - Santa María 2023; referente a los hábitos alimentarios los escolares se encontraron saludablemente porque consumen en el almuerzo como: carnes, menestras y sopas; y respecto al estado nutricional, el 66.0% presento peso saludable porque tienen proporciones de comida sana.

Respecto al estudio de Alanoca (2021), reportaron hallazgos similares, su hábito alimentario es saludable, por ello, diariamente consumió frutas, cereales y agua pura, asimismo carnes y huevos 2 a 3 veces por semana. Por otra parte, se alimentó de comida chatarras de 2 a 3 veces por semana, por lo cual obtuvo sobrepeso obesidad.

Otro estudio de Ponte y Julca (2020), reporto resultados no coincidentes ya que su hábito alimentario es malo; según el tipo de alimentos y bebidas, los niños en el desayuno ingirieron snack, refrescos o gaseosas; en el almuerzo alimentos chatarras y la cena similar al almuerzo y poca cantidad de agua; es decir, consumen alimentos procesados de bajos nutrientes para su salud.

Según la UNICEF (2021), la disminución de alimentos nutritivos es alarmante; casi el 50 por ciento de los niños no aprovechan los alimentos que contienen nutrientes, vitaminas y carbohidratos; como las frutas, las verduras, tubérculos, los huevos, el pescado y la carne. Por ende, los hábitos alimentarios

saludables en los escolares son fundamentales ya que es la principal base de nutrientes que aportan al organismo y la defensa del sistema inmunológico para la prevención de enfermedades metabólicas.

Lo encontrado en la presente diverge con los autores Modragon-Vilchez (2020), reporto hallazgos, que los hábitos alimenticios son inadecuados un 56.8% en escolares, quiere decir que los niños consumen alimentos no saludables, frituras harinas que perjudicaría a su salud. Por ende, no se asemejaría a nuestro estudio, ya que presento hábitos no saludables. Los escolares que llevan una vida saludable a base de verduras y frutas aportan nutrientes benéficos para su salud así mismo gozar de buena salud.

Las madres de los escolares en la mayoría son los que preparan los alimentos en casa; el desayuno, almuerzo y la cena de los niños y niñas que asisten a la escuela. Por ello es importante el conocimiento de los hábitos de alimentos saludables por ejemplo de consumir frutas por la mañana ya que aportan vitaminas durante el día. Sin embargo, los hábitos no saludables en la mayoría no aportan valor nutritivo en la alimentación del infante.

Por otro estudio, se asemeja con el autor Carrasco (2022), en su estudio como resultado fue más del 50% de los escolares presento estado nutricional normal, si el escolar mantiene un peso saludable durante sus etapas posteriores de vida, disminuye el riesgo de padecer enfermedades o problemas en la etapa adulta. Por el contrario, si excede o presenta déficit de nutrientes se tendrá que evaluar mediante las mediciones antropométricas para su detección precoz así evitar riesgos de problemas metabólicos en el futuro.

Respecto al modelo de promoción de la salud de Nola Pender (1982), menciona que el profesional de enfermería insta de trabajar en actividades vinculados a la defensa de hábitos alimentarios saludables, mediante los padres de familias, docentes y representante de la comunidad; sin embargo, estos hábitos serán practicados por los escolares en las instituciones, comunidades o entorno de la familia. Las experiencias y características en los escolares son individuales o propios de cada niño o niña, esto se modifican observando el cambio de sus hábitos saludables en los padres mediante la promoción (sesiones educativas) y prevención (enfermedades) de buenos hábitos así mejorando el potencial bienestar en la salud del escolar.

Lo encontrado en el centro educativo muestra baja evidencias que no se estaría aplicando los aspectos preventivos promocionales en la alimentación del escolar; razón suficiente para recomendar el desarrollo de acciones promocionales con énfasis en hábitos alimentarios que enfatice los hábitos, capacidades y competencias, que socializadas por la enfermera escolar fortalecería la educación integral en la búsqueda de una conducta favorecedora de la salud; tal y cual lo menciona Pender: “Las conductas realizadas por el ser humano corresponden a la toma de decisiones saludables que adopten en su entorno, permitiendo una salud eficaz”. (Nola Pender, 1996)

Los resultados permiten enfatizar y recomendar se tomen en cuenta las evidencias de este centro educativo para continuar investigando en población más grande, hacer extensivo a otros centros educativos para fortalecer la labor de la enfermera educativa; pues los profesionales de esta área tienen la gran

responsabilidad de cumplir esta delicada tarea; poner en práctica los postulados de la teoría preventiva promocional de Pender e ir a la búsqueda de conjunto de conductas favorecedoras de la salud de la población escolar, a fin de evitar los riesgos o daños a la salud y lograr mayores oportunidades en los escolares.

## CAPITULO VI

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 6.1 Conclusiones

Se niega la diferencia de proporción entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del centro educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María; ya que, la mayoría consume alimentos benéficos para su salud, durante el desayuno, almuerzo y cena. Respecto a los resultados estadísticos a través de la aplicación de la prueba de Chi cuadrado con un valor ( $p = 0.600 > 0.05$ ), es decir son independientes las variables del estudio.

Se identificó los hábitos alimentarios en escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María; el consumo en el desayuno 57.0%, consumo del almuerzo 35.0% y la cena 8.0%. Los niños consumen menestras, carne, sopas, frutas, infusiones y verduras; estos alimentos son preparados u ofrecidos por sus padres.

Se identificó el estado nutricional en escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María, el estudio presento, peso saludable 66.0%, sobrepeso 20.0%; obesidad 12.0%; y bajo peso 2.0%. Los niños que consumen alimentos saludables y realizan actividades físicas son menos vulnerables de padecer sobrepeso y obesidad, por ende, evitar enfermedades metabólicas.

## **6.2 Recomendaciones**

Analizar a la luz de las evidencias la problemática real que subyacen a los escolares del centro educativo; hacer extensiva tanto al sector salud como educación los resultados para cimentar alternativas de solución de conjunto que fomenten hábitos alimentarios saludables mediante la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, realizando acciones educativas a los padres de familia, cuidadores, docentes en forma periódica y programada.

Mediante los equipos multidisciplinario realizar monitoreo de Índice Masa Corporal trimestralmente en los escolares, para identificar problemas de sobrepeso y obesidad, realizar monitoreo en los quioscos educativos, sensibilizando en el consumo de frutas y verduras.

Que la enfermera escolar tome de base los resultados para extender la investigación en este tema, poniendo en práctica los postulados de la teoría de la promoción de la salud de Nola Pender, realizar investigaciones continuadas cimentando esta línea de investigación para las alternativas de solución de los problemas nutricionales en los escolares.



## REFERENCIAS

### 7.1 Fuentes documentales

Blanco, C. (2011). *Métodos de Investigación Cuantitativa en Ciencias Sociales y Comunicación*. Editorial Brujas.

Neill, D., & Cortez, L. (2018). *Procesos y Fundamentos de la Investigación Científica*. Ecuador: UTM. Obtenido de <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. FAO (09 de Agosto de 1973). *El Ministerio de Economía y Comercio*. Obtenido de El Ministro de Economía y Comercio: <https://faolex.fao.org/docs/pdf/cos78056.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (1999). *CODEX ALIMENTARIUS*. Obtenido de CODEX ALIMENTARIUS: [https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/sh-proxy/en/?lnk=1&url=https%253A%252F%252Fworkspace.fao.org%252Fsites%252Fcodex%252Fstandards%252FCXS%2B206-1999%252FCXS\\_206s.pdf](https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/sh-proxy/en/?lnk=1&url=https%253A%252F%252Fworkspace.fao.org%252Fsites%252Fcodex%252Fstandards%252FCXS%2B206-1999%252FCXS_206s.pdf)

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2002). *Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación*. Obtenido de Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación: <https://www.fao.org/3/w0073s/w0073s0u.htm>

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2005). *Código de prácticas de higiene para la carne*. Obtenido de Código De Prácticas De Higiene Para La Carne: <https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/sh->

proxy/es/?lnk=1&url=https%253A%252F%252Fworkspace.fao.org%252Fsites%252Fcodex%252Fstandards%252FCXC%2B58-2005%252FCXP\_058s.pdf

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (Diciembre de 2012). *Manual de la Alimentación Escolar Saludable*. Obtenido de Manual de la Alimentación Escolar Saludable: <https://www.fao.org/3/as234s/as234s.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2020). *Food and Agriculture Organization of the United Nations*. Obtenido de Food and Agriculture Organization of the United Nations: <https://www.fao.org/3/cb2395es/online/src/html/frutas-y-verduras.html>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF. (2021). *Niñas y niños , adolescente en el Peru*. Obtenido de Analisis de situacion al 2020: <https://www.unicef.org/peru/media/12141/file/Resumen%20Ejecutivo:%200Situaci%C3%B3n%20de%20ni%C3%B1as,%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes%20en%20el%20Per%C3%BA%20.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (2003). *Dieta, nutrición, prevención de enfermedades crónicas*. Ginebra. Obtenido de [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42755/WHO\\_TRS\\_916\\_spa.pdf;jsessionid=EDA7D0EBACEF38B9B5833A9871564EDC?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42755/WHO_TRS_916_spa.pdf;jsessionid=EDA7D0EBACEF38B9B5833A9871564EDC?sequence=1)

Organización Mundial de la Salud. (04 de Septiembre de 2019). Obtenido de <https://www.who.int/es/news/item/04-09-2019-stronger-focus-on-nutrition-within-health-services-could-save-3.7-million-lives-by-2025>

Organización Mundial de la Salud. (2019). *OMS*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

Organización Mundial de la Salud. (12 de Enero de 2021). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities>

Organisation for Economic Cooperation and Development . (2021). *OECDiLibrary*. Obtenido de OECDiLibrary: <https://www.oecd-ilibrary.org/sites/241a5a08-es/index.html?itemId=/content/component/241a5a08-es>

Organismo Internacional de Energía Atómica AIEA. (2020). *Calidad de la dieta*. Obtenido de <https://www.iaea.org/es/temas/calidad-de-la-dieta>

Organización Mundial de la Salud OMS. (2003). *Dieta, nutrición, prevención, de enfermedades crónicas*. Ginebra: informe de una Consulta Mixta de Expertos OMS/FAO. Obtenido de [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42755/WHO\\_TRS\\_916\\_spa.pdf;jsessionid=4C1094CD12CE57A0CB7FAA8903FD1E5B?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42755/WHO_TRS_916_spa.pdf;jsessionid=4C1094CD12CE57A0CB7FAA8903FD1E5B?sequence=1)

Pimienta, J., & De la Orden , A. (2017). *Metodología de la Investigación*. Mexico: Pearson.

## **7.2 Fuentes bibliográficas**

Alanoca, S. (2021). *Hábitos alimentarios relacionados al sobrepeso y obesidad en escolares de 9 a 11 años de la I. E.P. 70542 Santa Bárbara de Juliaca - Puno, 2021*. Huancayo: Universidad Continental. Obtenido de [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11602/1/IV\\_FCS\\_502\\_TE\\_Alanoca\\_Aguilar\\_2022.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11602/1/IV_FCS_502_TE_Alanoca_Aguilar_2022.pdf)

Becerra, Z. (2019). *Estilo de vida y estado nutricional en escolares de las áreas urbano y rural en Lambayaque 2019*. Lambayaque: Universidad Señor de Sipán. Obtenido de

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6507/Zafira%20Becerra%20Vallejos.pdf?sequence=1>

Blas, E., & Mendoza, T. (2022). *Estilos de vida y estado nutricional en los estudiantes del colegio Virgen de Fátima Supe – 2022*. Obtenido de Universidad Nacional de Barranca: <https://repositorio.unab.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12935/191/TEISIS%20%20Elizabeth%20Vanessa%20Blas%20Andres.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Carrasco, J. (2022). *Estado nutricional y su relación con hábitos alimentarios y actividad física en escolares del nivel primario de la zona urbana, Bambamarca, 2021*. Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca. Obtenido de <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5281/Tesis%20Jaime%20Carrasco.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cordero, M., & Ullauri, P. (2018). *UNIVERSIDAD DE CUENCA*. Obtenido de UNIVERSIDAD DE CUENCA: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/747/1/ti874.pdf>

Cordova, C. (2020). *Hábitos alimenticios y el estado nutricional en estudiantes del nivel secundario de la I.E Elvira Castro de Quiroz de los Ejidos de Huan Piura-2019*. Piura: Universidad Cesar Vallejo.

Corral, Y. (2009). *Validez Y Confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos*. Carabobo: Universidad de Carabobo, Valencia. Obtenido de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/n33/art12.pdf>

Diaz, Casa y Ortega. (2013). *Hábitos alimentarios y nivel de actividad física de los estudiantes de tercero a séptimo grado de dos colegios de Santiago de Cali: colegio Luis Fernando Caicedo y colegio colombo británico*. Colombia: Universidad del Valle. Obtenido de

<https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/6753/CD-0395376.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gimenez, F. (Sf). *Sobre comida y Filosofía*. Obtenido de [https://html.rincondelvago.com/la-cocina-de-los-filosofos\\_francisco-gimenez-gracia.html](https://html.rincondelvago.com/la-cocina-de-los-filosofos_francisco-gimenez-gracia.html)

Guzmán, A. Robles, Y. (2017). *Estado nutricional y hábitos alimenticios en niños de la I.E. San Luis De La Paz. Chimbote, 2017*. Chimbote: Universidad San Pedro. Obtenido de [http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/5976/Tesis\\_57780.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/5976/Tesis_57780.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico : Mc Graw Hill Education. Obtenido de <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista- Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

Llaguno, D. (2019). *Hábitos alimenticios y actividad física y su relación con el estado nutricional en escolares. escuela de Educación Básica "Bahía de Caráquez" recinto estero lagarto, Vinces-los Ríos, octubre 2018-abril 2019*. Babahoyo: Universidad Técnica de Babahoyo. Obtenido de <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/5921/P-UTB-FCS-NUT-000011.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Mondragon y Vilchez. (2020). *Hábitos alimentarios y estado nutricional en alumnos de 5to grado de primaria de la Institucion Educativa Particular " Dela Cruz" Pueblo Libre" Lima, 2020*. Ica: Universidad Autónoma de Ica. Obtenido de <http://209.45.48.21/bitstream/autonomadeica/687/1/Gloria%20Maria%20Mondragon%20Pariaton.pdf>

- Montalvo, E., & Ticona, E. (2016). *“Perfil Profesional Y Significado Del Cuidado En Enfermería, Emergencia, Hncase-Essalud Arequipa-2016*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín. obtenido de “perfil profesional y significado del cuidado en enfermería, EMERGENCIA, HNCASE-ESSALUD AREQUIPA-2016: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/07c7c72a-adc4-427d-b71a-c3358bde38ba/content>
- Ponte y Julca. (2020). *Hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares de 6to grado de primaria de la institución educativa n° 169 San Carlos de san juan de Lurigancho, 2020*. Lima: Universidad Maria Auxiliadora. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12970/293>
- Villa, V. (2020). *Hábitos Alimenticios y estado nutricional en niños de 1 A 5 Años de edad en el Puesto De Salud Condorillo Alto, Chíncha 2020*. Ica: Universidad Autónoma de Ica. Obtenido de <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1071/1/VANESA%20CORAZON%20VILLA%20ANAMPA%20%28TESIS%29.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Clasificación del estado nutricional*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2021). *Definición de peso saludable*. <https://www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi/index.html>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Obesidad y sobrepeso*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Organización Mundial de la Salud. (1986). *Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/promotion-of-health>

### 7.3 Fuentes hemerográficas

Aristizábal, G., Blanco, D., Sánchez, A., & Ostiguín, R. (12 de Septiembre de 2011). El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. *Enfermería Universitaria ENEO-UNAM*, 08(04), 16-23. Obtenido de <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>

Barja-Fernández, S., Pino, M., Portela, I., & Leis, R. (2019). Evaluación de los hábitos de alimentación y actividad física en escolares gallegos. *Nutricion hospitalaria*, 93-100. Obtenido de <http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v37n1/1699-5198-nh-37-01-0093.pdf>

Cano, L., Gonzáles, J., Mohedano, A., Viñuela, A., & Criado, J. (2019). Estado nutricional de una población escolar en España y su relación con hábitos de alimentación y actividad física. *Revista de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición*, 69(4), 233-241. doi:Doi 10.37527.2019.69.4.004

Castillo, P., Araneda, J., & Pinheiro, A. (2020). Hábitos alimentarios y estado nutricional de niños y niñas que asisten a las Escuelas Deportivas Integrales del Instituto Nacional de Deporte, región de Ñuble. *Cielo*, 640. Obtenido de <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v47n4/0717-7518-rchnut-47-04-0640.pdf>

Faúndez-Casanova, Aravena, San Martin y Mondaca. (2022). Hábitos alimenticios de estudiantes de primero a octavo básico de una escuela de Talca y su relación con el lugar de alimentación. *Viref Revista de Educacion Fisica*, 132-143. Obtenido de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/349971/20809919>

Gómez, Rodríguez y Garay. (2022). Estado nutricional y consumo de grupos de alimentos en niños y niñas que viven en zonas rurales y urbanas de la provincia de San Luis. *UCRONIAS*, 35-56. doi:10.5281/ZENODO.6727148

González y Exposito. (2020). *Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente* (Vol. 2). Salamanca, España: Pediatría Integral.

Müggenburg y Pérez. (04 de enero de 2007). Tipos de estudio en el enfoque de investigación cuantitativa. *Revista Enfermería Universitaria*, 04, 35-38. Obtenido de <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/12/1028446/469-manuscrito-anonimo-891-1-10-20180417.pdf>

Terry, Rodríguez, Silvera, Rodríguez, Chávez y Rodríguez. (2021). Sobrepeso, obesidad y conductas alimentarias en escolares de primaria, municipio Cruces, Cienfuegos. *Rev Cubana de Salud Pública*. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v47n1/1561-3127-rcsp-47-01-e2552.pdf>

#### **7.4 Fuentes electrónicas**

Abu Sabbah, S. (01 de Febrero de 2016). *Salud en RPP*. Obtenido de Salud en RPP: <https://rpp.pe/lima/actualidad/las-menestras-son-fuente-de-proteina-vegetal-carbohidratos-y-minerales-noticia-478399>

Alava Noticias (2022). (22 de marzo de 2022) Pirámide Nutricional OMS 2020. <https://www.noticiasdealava.eus/suplementos/2022/03/22/piramide-nutricional-oms-1021719.html>

Alimentum. (2020). *InfoAlimenta*. Obtenido de InfoAlimenta: [http://www.infoalimenta.com/biblioteca-alimentos/5/67/galletas/detail\\_templateSample/](http://www.infoalimenta.com/biblioteca-alimentos/5/67/galletas/detail_templateSample/)

Asociación Médica Mundial. (21 de Noviembre de 2019). *70ª Asamblea General de la Asociación Médica Mundial*. Obtenido de 70ª Asamblea General de la Asociación Médica Mundial: <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-sobre-el-consumo-de-bebidas-azucaradas-y-de-azucars-libres/>

Bupa. (2020). *Sanitas*. Obtenido de Sanitas: <https://www.sanitas.es/media/sani/documento/propiedades-infusiones/infusiones.pdf>



- Cadena agroalimentaria. (19 de Mayo de 2023). *GASTRONOMIC FORUM BARCELONA*. Obtenido de GASTRONOMIC FORUM BARCELONA: [https://www.qcom.es/alimentacion/recomendaciones/el-pan--imprescindible-en-una-dieta-sana\\_24314\\_2551\\_25935\\_0\\_1\\_in.html](https://www.qcom.es/alimentacion/recomendaciones/el-pan--imprescindible-en-una-dieta-sana_24314_2551_25935_0_1_in.html)
- Gobierno de Mexico. (30 de Noviembre de 2021). *Obesidad infantil: Nuestra nueva pandemia*. Obtenido de Obesidad infantil: <https://www.gob.mx/promosalud/es/articulos/obesidad-infantil-nuestra-nueva-pandemia?idiom=es>
- Hogaruniversal. (11 de Febrero de 2022). *Colombia UNIVERSAL*. Obtenido de Colombia UNIVERSAL: <https://blog.hogaruniversal.com/tips/diferencias-entre-consome-caldo-y-sopa/>
- Institutional Repository for Information Sharing. (10 de Setiembre de 2019). *Pan American Health Organization*. Obtenido de Pan American Health Organization: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51523>
- Magisterio CEU UCH. (16 de enero de 2020). *Hábitos de vida saludables para niños*. Obtenido de <https://blog.uchceu.es/magisterio/habitos-de-vida-saludables-para-ninos/#:~:text=Los%20h%C3%A1bitos%20saludables%20son%20todas,bienestar%20f%C3%ADsico%2C%20social%20y%20mental.>
- Martínez y Pedrón. (2016). *Conceptos básicos en la alimentación*. España. Obtenido de <https://www.seghnp.org/sites/default/files/2017-06/conceptos-alimentacion.pdf>
- Meryve, M. (2013). *Clasificación de Los Postres*. Obtenido de SCRIBD: <https://es.scribd.com/document/508049388/Clasificacion-de-Los-Postres-Copia-convertido#>
- Morales, E. (30 de Agosto de 2022). *Mejor con Salud*. Obtenido de Mejor con Salud: <https://mejorconsalud.as.com/frituras-propiedades-nutricionales/>

- Pérez, J., & Gardey, A. (29 de Julio de 2014). *Definición DE*. Obtenido de Definición DE: <https://definicion.de/cena/>
- RAE. (2022). *Asociación De Academias De La Lengua Española*. Obtenido de Asociación De Academias De La Lengua ESPAÑOLA: <https://dle.rae.es/salchipapa>
- Secretaría de Educación. (2010). *Guía metodológica para la enseñanza de la alimentación y nutrición*. Honduras: FAO FIAT PANIS. Obtenido de <https://www.fao.org/3/am283s/am283s00.pdf>
- Secretaria de salud. (23 de 01 de 2006). NORMA Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia. *Diario Oficial*, págs. 32-49. Obtenido de <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/compi/043ssa205.pdf>
- Secretaría de Salud del Gobierno de México. (26 de Agosto de 2015). *Gobierno de Mexico*. Obtenido de Gobierno de Mexico: <https://www.gob.mx/salud/articulos/la-importancia-del-desayuno>
- Seguridad alimentaria. (2013). Obtenido de [http://lafaimexpliquee.org/La\\_faim\\_expliquee/S.A.\\_definiciones\\_files/Seguridad%20alimentaria%20SPANISH.pdf](http://lafaimexpliquee.org/La_faim_expliquee/S.A._definiciones_files/Seguridad%20alimentaria%20SPANISH.pdf)
- Villalba, D. (09 de Octubre de 2020). *abc*. Obtenido de abc: <https://www.abc.com.py/edicion-impres/suplementos/comercial/dia-del-huevo-2020/2020/10/09/la-oms-recomienda-el-aumento-de-su-consumo/>

## ANEXOS 01

**Tabla 1**

*Aulas de los escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013  
– Santa María 2023.*

Aulas	Frecuencias	Porcentajes
4 A	14	14,0 %
4 B	21	21,0 %
5	24	24,0 %
6 A	20	20,0 %
6 B	21	21,0 %
Total	100	100,0 %

*Fuente: Escolares del centro educativo Juan Valer Sandoval 21013, julio 2023*

En el presente estudio, el aula que aporta mayor cantidad de escolares fue el 5to con 24.0%, seguido del aula 4to B y 6to B con 21.0% cada uno, le sigue 6to A con 20.0% y por ultimo, el aula de 4to A con 14.0%.

**ANEXO O2: MATRIZ DE CONSISTENCIA**

<b>PROBLEMA</b>	<b>OBETIVOS</b>	<b>HIPOTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>MÉTODOS</b>
<p><b>Problema general</b></p> <p>¿Cuál es la diferencia entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023?</p> <p><b>Problemas específicos</b></p> <p>¿Cuáles son los hábitos alimentarios en escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023?</p>	<p><b>Objetivo General</b></p> <p>Determinar la diferencia entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p>Identificar los hábitos alimentarios en escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.</p>	<p><b>Hipótesis general:</b></p> <p>Existe diferencia entre los hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares.</p> <p><b>Hipótesis Específicas:</b></p> <p>Hay diferencia en la proporción de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado.</p> <p>No hay diferencia en la proporción de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado.</p>	<p><b>V1</b> Hábitos alimentarios</p> <p><b>V2</b> Estado nutricional</p>	<p><b>Hábitos alimentarios</b></p> <p><b>Consumo de alimento</b></p> <p>Desayuno Almuerzo Cena</p> <p><b>Estado nutricional</b></p> <p><b>Índice de masa corporal</b></p> <p>Sexo Peso Talla Edad</p>	<p><b>Tipo de investigación:</b> Básica</p> <p><b>Nivel de investigación:</b> de segundo nivel, correlacional y prospectivo.</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental.</p> <p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo.</p> <p><b>Población:</b> 100 escolares del 4°to, 5to° y 6to° grado del nivel primario.</p> <p><b>Muestra:</b> 4°to, 5°to y 6°to grado del nivel primario.</p> <p><b>Técnicas e instrumentos de recolección de datos.</b></p> <p><b>Hábitos alimentarios</b></p>

<p>¿Cuál es el estado nutricional en escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023?</p> <p>¿Existe diferencia de proporción entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023?</p>	<p>Identificar el estado nutricional en escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023</p> <p>Establecer la diferencia de proporción entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del 4to, 5to y 6to grado del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023.</p>				<p><b>Técnica:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumento:</b> Cuestionario</p> <p><b>V2. Estado nutricional</b></p> <p><b>Técnica:</b> Observacional</p> <p><b>Instrumento:</b> Índice de Masa Corporal.</p> <p><b>Técnica de análisis de datos:</b> La estadística inferencial no paramétrica: Chi cuadrado.</p>
---	---	--	--	--	--

**Anexo: 03**  
**Variable 1: Hábitos alimentarios**

**CUESTIONARIO SOBRE “HÁBITOS ALIMENTARIOS”**  
**Adaptado de (Ponte y Julca 2020) y (Mondragón y Vélchez 2020)**

Buenos días: Bernabe Narvasta, Alcira Esther y Huacho Arias, Eyder Roberto somos egresados de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión de la escuela de enfermería; estamos realizando un estudio con el objetivo: **Determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en escolares del Centro Educativo Juan Valer Sandoval N°21013 – Santa María 2023** para lo cual le solicitamos su colaboración para la ejecución del proyecto. Asegurándole que sus datos e información brindada se mantendrán en anonimato con fines de investigación.

**INSTRUCCIONES** Completar los datos y marcar con una “X” donde corresponde según crea conveniente.

**I. Datos Generales**

**1) Edad**

9 años

10 años

11 años

12 años

**3) Grado y Sección**

4° Grado

5° Grado

6 ° Grado

**2) Sexo**

Masculino

Femenino

**II. Consumo de alimento**

**A) Desayuno**

**1) ¿ Consumes gaseosas en el desayuno habitualmente?**

a) Si

b) No

- 2) ¿ Consumes Snack (galletas, pan, frituras) en el desayuno habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 3) ¿ Consumes tubérculos (papa, camote, yuca) en el desayuno habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 4) ¿Consumes lacteos (Leche, queso, Yogurt) en el desayuno habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 5) ¿ Consumes infusiones (te, manzanilla) en el desayuno habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 6) ¿ Consumes huevos en el desayuno habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 7) ¿ Consumes cereales (Arroz, trigo) en el desayuno habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 8) ¿ Consumes frutas en el desayuno habitualmente?  
a) Si  
b) No

**B) Almuerzo**

- 9) ¿ Consumes jugos artificiales(Gatoradee, Kris) en el almuerzo habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 10) ¿ Consumes hamburguesas, salchipapas en el almuerzo habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 11) ¿ Consumes carnes ( res, pollo, pescado) en el almuerzo habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 12) ¿ Consumes sopas, caldos en el almuerzo habitualmente?  
a) Si  
b) No
- 13) ¿ Consumes menestras en el almuerzo habitualmente?  
a) Si  
b) No



**14) ¿ Consumes frutas, en el almuerzo habitualmente?**

- a) Si
- b) No

**15) ¿ Consumes verduras en el almuerzo habitualmente?**

- a) Si
- b) No

**16) ¿ Tomas agua pura en el almuerzo habitualmente?**

- a) Si
- b) No

**C) Cena**

**17) ¿ La cena que consumes habitualmente son dulces, galletas, pan, tostadas?**

- a) Si
- a) No

**18) ¿ La cena que consumes habitualmente son frituras ?**

- a) Si
- b) No

**19) ¿ La cena que consumes habitualmente es similar al almuerzo ?**

- a) Si
- b) No

**20) ¿ La cena que consumes habitualmente son infusiones (café, te)?**

- a) Si
- b) No

**21) ¿ La cena que consumes habitualmente es postre (mazamorras)**

- a) Si
- b) No

**22) ¿ La cena que consumes habitualmente es carne?**

- a) Si
- b) No

**23) ¿ La cena que consumes habitualmente son verduras ?**

- a) Si
- b) No

**24) ¿ La cena que consumes habitualmente son frutass?**

- a) Si
- b) No

## FORMATO DE REGISTRO DE DATOS ANTROPOMÉTRICOS

(calculadora de los percentiles de la OMS)

### Variable 2: Estado nutricional

Fecha de nacimiento

Peso (kg)

Talla(cm)

Edad	Sexo	IMC	Estado nutricional			
			Bajo peso	Peso saludable	Sobrepeso	Obesidad

**ANEXO 4**  
**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL ESTUDIO**

**Título del Proyecto: “HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL CENTRO EDUCATIVO JUAN VALER N°21013 – SANTA MARÍA 2023”, de los egresados de la UNJFSC.**

Yo, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_ años de edad

(Nombre y apellidos en MAYÚSCULAS)

e identificado con DNI N° \_\_\_\_\_ siendo la/el \_\_\_\_\_ del menor con nombres

\_\_\_\_\_ de \_\_\_\_ años de edad

(Nombre y apellidos en MAYÚSCULAS)

e identificado con DNI N° \_\_\_\_\_; declaro que:

- He leído la hoja de información que me han facilitado.
- He podido formular las preguntas que he considerado necesarias acerca del estudio.
- He recibido información adecuada y suficiente por el investigador abajo indicado sobre:
  - Los objetivos del estudio y sus procedimientos.
  - Los beneficios e inconvenientes del proceso.
  - Que mi participación es voluntaria y altruista
  - El procedimiento y la finalidad con que se utilizarán mis datos personales y las garantías de cumplimiento de la legalidad vigente.
  - Que en cualquier momento puedo revocar mi consentimiento y solicitar la eliminación de mis datos personales.
  - Que tengo derecho de acceso y rectificación a mis datos personales.

**DOY EL CONSENTIMIENTO PARA LA PARTICIPACIÓN DE MI MENOR HIJO/A EN EL PRESENTE ESTUDIO**

**SÍ                      NO**

(marcar lo que corresponda)

**Para dejar constancia de todo ello, firmo a continuación:**



Bernabe Narvasta, Alcira Esther  
DNI N° 75134857



Huacho Arias Eyder Roberto  
DNI: N° 75117263

**Anexo 05**

## Firma de los jueces de experto para la validez del instrumento y matriz de consistencia






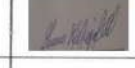

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSE FAUSTINO SANCHEZ CARRION**  
**ESCUELA ACADEMICO PROFESIONAL DE ENFERMERIA**  
**CONSTANCIA DE RECEPCIÓN PARA VALIDAR LOS INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS**

De nuestra consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarlo atentamente y conocedora de su experiencia en el tema de la investigación: **HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL CENTRO EDUCATIVO JUAN VALER N°21013 – SANTA MARÍA 2023**

Solicitaré su valioso apoyo como experto en la validación de los instrumentos de recolección de datos adjuntos (Anexo 1) y (Anexo 2)

Por lo expuesto, agradezco a Ud., emitir las sugerencias a los instrumentos mencionados.

N°	Apellidos y nombres del experto	Firma
1	Rojas Lavaleta Eva Jesús	
2	SIMICH CASCHAY SANDY	
3	Rojas Loyola Shirley Vanessa	
4	TREJO DE RIOS MIRTHA SUSSAN	
5	FERNÁNDEZ CABERO CARLA	
6	MELGAREJO SOLIS GIANNINA	
7	HERNANDEZ JULCA BERTHA	
8		

## Anexo 06

### Validez de contenido por 7 expertos

#### Comparación de jueces expertos para instrumentos

JUECES	I	II	III	IV	V	VI	VII
I	--	0.73	0.90	0.23	0.80	0.80	0.63
II		----	0.78	0.45	0.88	0.88	0.95
III				0.28	0.80	0.80	0.68
IV				----	0.68	0.68	0.65
V					-----	1	0.88
VI						-----	0.88
<b>Total</b>							4.67 0.667

Después de realizar la comparación de los jueces de expertos la validez de contenido es 0.67.

La Concordancia de R de Finn es 0.67 fuerte.

#### Comparación de jueces expertos para matriz de consistencia

JUECES	I	II	III	IV	V	VI	VII
I	---	0.93	0.64	0.90	0.80	0.61	0.61
II		----	0.66	0.84	0.34	0.41	0.41
III			---	0.86	0.73	0.70	0.70
IV				----	0.77	0.93	0.93
V					-----	0.93	0.98
VI							1
<b>Total</b>							4.63 0.66

Después de realizar la comparación de los jueces de expertos la validez de contenido es 0.66.

La Concordancia de R de Finn es 0.66 fuerte.

### Anexo 07: Confiabilidad: Hábitos alimentarios

	k1	k2	k3	k4	k5	k6	k7	k8	k9	k1	k1	k1	k1	k1	k1	k1	k1	k1	k1	K1	k2	k2	k2	k2	k2		
1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0		10	
2	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1		15	
3	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0		12	
4	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0		21	
5	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1		11	
6	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0		10	
7	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1		20	
8	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1		21	
9	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1		11	
10	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0		14	
11	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0		12	
12	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1		16	
13	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1		20	
14	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1		13	
15	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0		16	
																									Vt	16.314 286	
P	0.0 7	0.4	0.9 3	0.9 3	0.8	0.6 7	0.6	0.4	0.3 3	0.3 3	0.8	0.8 7	0.9 3	0.	0.8 7	0.8	0.3 3	0.3 3	0.4	0.7 3	0.6 7	0.6	0.8 7	0.5 3			
q	0.9 3	0.6	0.0 7	0.0 7	0.2	0.3 3	0.4	0.6	0.6 7	0.6 7	0.2	0.1 3	0.0 7	0.	0.1 3	0.2	0.6 7	0.6 7	0.6	0.2 7	0.3 3	0.4	0.1 3	0.4 7			
pq	0.0 6	0.2 4	0.0 6	0.0 6	0.1 6	0.2 2	0.2 4	0.2 4	0.2 2	0.2 2	0.1 6	0.1 2	0.0 6	0.	0.1 2	0.1 6	0.2 2	0.2 2	0.2 4	0.2	0.2 2	0.2 4	0.1 2	0.2 5	4.29 33		

La confiabilidad para la variable hábitos alimentarios a través del cálculo de Kuder y Richadson 20 es 0,78

## Anexo 08: Documento de autorización de prueba piloto



### UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN **LICENCIADA**

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA**  
*Escuela Profesional de Enfermería*

FOLIO  
04

Huacho, 17 de mayo de 2023

**OFICIO N° 0093-2023-EP/ENF-FMH**

MTRA. ARTEAGA ARTEAGA VICENTA  
DIRECTORA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 20920 PAMPAS DE ANIMAS ALTA  
Presente.-

**ASUNTO: SOLICITO AUTORIZACIÓN PARA PRUEBA PILOTO**

De mi consideración:

Saludole cordialmente, comunico que los tesisistas **HUACHO ARIAS, Eyder Roberto** identificado con DNI N° 75117263 y **BERNABE NARVASTA, Alcira Esther** con DNI N° 75134858 egresados, de la carrera profesional de Enfermería de nuestra casa superior de estudios Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, la tesis titulado: **HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL CENTRO EDUCATIVO JUAN VALER N°21013 – SANTA MARÍA 2023.**

Por lo cual se solicita autorización respectiva para aplicar la prueba piloto del instrumento que los egresados adjunta en su solicitud a ser aplicados en la Institución Educativa que Usted a bien dirige.

Agradecida por su gentil atención por las facilidades que el caso amerita, me suscribo de usted reiterándole mis saludos y estima personal.

Atentamente,



**Ma. YULISSA NOVALI COLLANTES VILCHEZ**  
Directora(e) de la Escuela Profesional de Enfermería




Recibido  
17-05-2023  
Yulisa Arteaga

C.C. - Artista  
PMEV/2023

Asimismo, preciso que AUTORIZO se me NOTIFIQUE o remita cualquier información sobre el presente documento o expediente al correo electrónico institucional: [ep.enfermeria@unfsc.edu.pe](mailto:ep.enfermeria@unfsc.edu.pe)

**Anexo 09: Documento de autorización de recolección de dato**

**UNIVERSIDAD NACIONAL  
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN  
LICENCIADA**  
*[Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDUC de fecha 27/01/2020]*  
**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA  
Escuela Profesional de Enfermería**

**FOLIO  
04**

Huacho, 17 de mayo de 2023

**OFICIO N° 0094-2023-EP/ENF-FMH**  
MTRO. DAVILA ABANTO CESAR  
DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 21013 JUAN VALER SANDOVAL  
Presente.-

**ASUNTO: SOLICITO AUTORIZACION DE RECOLECCION DE DATOS**

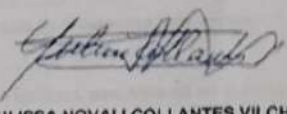
De mi consideración:


Salundole cordialmente, comunico que los testistas **HUACHO ARIAS, Eyder Roberto** identificado con DNI N° 75117263 y **BERNABE NARVASTA, Alcira Esther** con DNI N° 75134858 egresados, de la carrera profesional de Enfermería de nuestra casa superior de estudios Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, la tesis titulado: **HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL CENTRO EDUCATIVO JUAN VALER N°21013 – SANTA MARÍA 2023.**

Por lo cual se solicita autorización respectiva para **Recoleccion de Datos** que los egresados adjunta en su solicitud a ser aplicadas a los alumnos de la Institucion Educativa N°21013, que Usted a bien dirige.

Agradecida por su gentil atención por las facilidades que el caso amerita, me suscribo de usted reiterándole mis saludos y estima personal.

*Atentamente,*

  
**Ma. YULISSA NOVALI COLLANTES VILCHEZ**  
Directora(e) de la Escuela Profesional de Enfermería

  
MINISTERIO DE EDUCACION  
DIRECCION  
DEL OS. I.  
SANTA MARIA  
4/7/23

En copia  
electrónica

Adicionalmente, preciso que AUTORIZO se me NOTIFIQUE o remita cualquier información sobre el presente documento o expediente al correo electrónico institucional: ep.enfermeria@unfbc.edu.pe



## Anexo 10: Evidencias estadísticas

Avance 28 de abril.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Aplicación de búsqueda

Visible: 29 de 29 variables

	VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014	VAR00015	VAR00016	VAR00017	VAR00018	VAR00019	VAR00020
1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1
3	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1
4	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1
5	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1
6	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
7	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1
8	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1
9	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0
10	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1
11	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0
12	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1
13	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0
14	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0
15	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
16	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
17	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0
18	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1
19	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0
20	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1
21	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1
22	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1
23	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1
24	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1

Visión general **Vista de datos** Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ACTIVADO Clásico

Avance 28 de abril.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Aplicación de búsqueda

Número	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiquetas	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	VAR00001	Número	8	0	Consumes ga...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
2	VAR00002	Número	8	0	Consumes Sn...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
3	VAR00003	Número	8	0	Consumes lub...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
4	VAR00004	Número	8	0	Consumes lact...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
5	VAR00005	Número	8	0	Consumes inf...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
6	VAR00006	Número	8	0	Consumes hu...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
7	VAR00007	Número	8	0	Consumes cer...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
8	VAR00008	Número	8	0	Consumes fru...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
9	VAR00009	Número	8	0	Consumes jug...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
10	VAR00010	Número	8	0	Consumes ha...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
11	VAR00011	Número	8	0	Consumes car...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
12	VAR00012	Número	8	0	Consumes so...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
13	VAR00013	Número	8	0	Consumes me...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
14	VAR00014	Número	8	0	Consumes fru...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
15	VAR00015	Número	8	0	Consumes var...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
16	VAR00016	Número	8	0	Tomas agua p...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
17	VAR00017	Número	8	0	La cena que co...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
18	VAR00018	Número	8	0	La cena que co...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
19	VAR00019	Número	8	0	La cena que co...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
20	VAR00020	Número	8	0	La cena que co...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
21	VAR00021	Número	8	0	La cena que co...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
22	VAR00022	Número	8	0	La cena que co...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
23	VAR00023	Número	8	0	La cena que co...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
24	VAR00024	Número	8	0	La cena que co...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
25	Habitos	Número	8	0	Habitos Alimen...	[0, Desayun...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
26	Estado	Número	8	0	Estado nutrido...	[1, Bajo pes...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
27	Desayunos	Número	8	0	Desayunos	[0, Habito n...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada

Visión general **Vista de variables**

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ACTIVADO Clásico



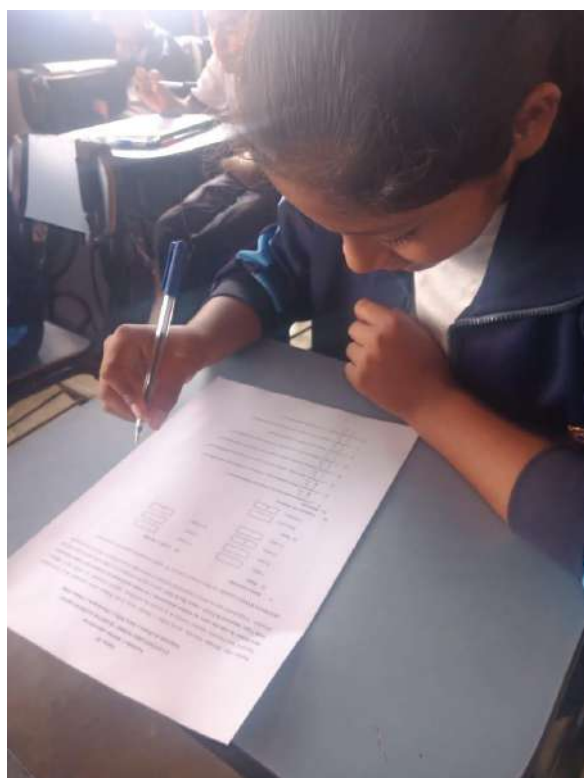
## Anexo 08: Fotografías de recolección de datos



Figure 1. En la institución educativa Juan Valer Sandoval N° 21013



*Figure 2. Aplicando la encuesta hábitos alimentarios*



*Figure 3. Aplicando la encuesta hábitos alimentarios*



*Figure 4. Realizando la medición antropométrica de peso.*