

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

“ASOCIACIÓN ENTRE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DEL COLEGIO SAN JOSÉ PARROQUIAL, LA PERLA-CALLAO 2020”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Nutrición y Dietética

Autores:

Danna Janett Zea Zúnico
Karol Lizbeth Ruiz Espinoza

Asesor:

Mg. Lic. Jacqueline Susana Sayán Brito
<https://orcid.org/0000-0002-2552-2361>

Lima - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Mariana Elvira Hidalgo Chávez	42968661
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Florentina Gabriela Vidal Huaman	09812697
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Yuliana Yessy Gomez Rutti	44430640
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

DEDICATORIA

Dedico este gran logro en primer lugar a Dios por acompañarme siempre en cada paso importante de mi vida y por mantenerme con salud. A mi madre Katherine Zúnico Flores y a mi familia quienes me han apoyado incondicionalmente y a mis mentores que me han acompañado hasta este punto de mi carrera profesional.

Danna Janett Zea Zúnico.

Dedico este trabajo de investigación a Dios por permitirme llegar hasta este momento, a mis padres, a mis hermanas y a mi novio por creer en mí y brindarme su apoyo incondicional.

Dedicatoria especial a mi abuelo René Espinoza y a mi tía Norma Espinoza que partieron al Cielo y sé que desde arriba se sienten muy orgullosos de mí, los amo.

Karol Lizbeth Ruiz Espinoza

AGRADECIMIENTO

A nuestros docentes de la Universidad Privada del Norte, facultad de Salud sede Los Olivos, por habernos guiado y enseñado con vocación durante nuestro recorrido en nuestra segunda casa, con la finalidad de formar profesionales con alto grado de competencia a nivel cognitivo y vocacional.

Así mismo a la institución San José Parroquial- Padres Maristas por habernos permitido realizar esta investigación.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTO	4
TABLA DE CONTENIDO	5
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
1.1. Realidad problemática	10
1.2. Antecedentes	12
1.2.1. Antecedentes Nacionales	12
1.2.2. Antecedentes Internacionales	14
1.3. Bases Teóricas	17
1.3.1. Hábitos alimentarios en adolescentes	17
1.3.2. Rendimiento académico	19
1.4. Justificación	21
1.5. Formulación del problema	22
1.5.1. Problema general	22
1.5.2. Problemas específicos	22
1.6. Objetivos	22
1.6.1. Objetivo general	22
1.6.2. Objetivos específicos	23
1.7. Hipótesis	23

1.7.1. Hipótesis general	23
1.7.2. Hipótesis específicas	23
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	24
2.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN	24
CAPÍTULO III: RESULTADOS	29
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	36
REFERENCIAS	39
ANEXOS	43

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1 Operacionalización de variables</i>	26
<i>Tabla 2 Datos sociodemográficos</i>	29
<i>Tabla 3 Consumo de alimentos nutritivos y Rendimiento académico de la I.P San José- Padres Maristas, 2020</i>	30
<i>Tabla 4 Consumo de alimentos no nutritivos y Rendimiento académico de la I.P San José- Padres Maristas,</i> <i>2020</i>	31
<i>Tabla 5 Hábitos alimentarios y Rendimiento académico de la I.P San José- Padres Maristas, 2020</i>	32
<i>Tabla 6 Prueba chi cuadrado de consumo de alimentos nutritivos*Rendimiento académico</i>	33
<i>Tabla 7 Prueba chi cuadrado de consumo de alimentos no nutritivos*Rendimiento académico</i>	34
<i>Tabla 8 Prueba chi cuadrado de Hábitos alimentarios*Rendimiento académico</i>	35

RESUMEN

Introducción

Este estudio tuvo por objetivo determinar cómo influyen los hábitos alimentarios en el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial - Padres Maristas del distrito La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020.

Material y Métodos

El presente trabajo de investigación es de enfoque cuantitativo y de corte transversal. Se aplicó en un grupo de estudiantes de 15 a 18 años de 4to y 5to año de secundaria (149 estudiantes) para comprobar si existe una relación entre sus hábitos alimentarios y el rendimiento académico. Se realizó un cuestionario de hábitos alimentarios para obtener la información necesaria.

Resultados

Los resultados indicaron que existe relación entre los hábitos alimentarios saludables y el rendimiento escolar de los estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria del colegio San José Parroquial - Padres Maristas, de los 78 estudiantes (52%) que indican tener hábitos alimentarios saludables siempre y frecuentemente, 68 de ellos tienen promedios de 14 a 17.

Conclusiones

Los estudiantes del colegio San José Parroquial – Padres Maristas que presentan buenos hábitos alimentarios, tienen también un alto rendimiento escolar.

PALABRAS CLAVES: Hábitos alimentarios, Rendimiento académico,
Estudiantes.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

La alimentación es una práctica fundamental para el sostenimiento de la vida y el desarrollo de las actividades diarias, junto con todos los procesos vitales que determinan la salud y la calidad de vida¹. Satisfacer esta necesidad es fundamental para la supervivencia del individuo, pero hoy en día se suele utilizar como medio para alcanzar la salud y determina en gran medida el bienestar y la calidad de vida².

La educación de los adolescentes influye en diferentes estilos de vida ampliamente aceptados, uno de los principales componentes es, en medida decisiva, la alimentación. Hoy en día, a nivel primario y universitario, encontramos que la mayoría de los estudiantes no tienen hábitos alimenticios saludables y se ven influenciados por el entorno de su hogar, los mensajes publicitarios y otros factores como la psicología, la geografía y la economía³.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) afirma que, entre 1975 y 2016 la prevalencia mundial de la obesidad se ha casi triplicado. En el año 2016 hubo más de 340 millones de niños y adolescentes que padecían de sobrepeso u obesidad. La tasa de sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes aumentó considerablemente, en 2016 en más del 18%; Aumentos similares en ambos sexos ese año. Mientras que en 1975 poco menos del 2 % de los niños y adolescentes eran obesos, en 2016 la cifra era de 124 millones, o alrededor del 8 %⁴.

Los hábitos saludables que una persona debe adoptar son una nutrición adecuada, comer la cantidad adecuada y descansar lo suficiente si es necesario⁵.

Las personas que consumen los nutrientes que necesitan logran gozar de una buena salud, lo que muchas veces es difícil cuando los nutrientes son deficientes o en exceso. El estado

nutricional se mide por distintos indicadores, por lo que una dieta balanceada y buenos hábitos son importantes para el desarrollo de un estudiante ⁶.

La adolescencia se caracteriza por un período de madurez física y mental, por lo que los requerimientos nutricionales aumentan durante este período, variando según el género y la persona ⁷.

Los problemas alimentarios comunes en los adolescentes pueden derivar en trastornos como la anorexia, la bulimia, la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad; Estos trastornos pueden ser causados por estilos de vida sedentarios, cambios de estilo de vida y de autoimagen, que se expresan a través de una percepción falsa del cuerpo al tratar de parecerse a los arquetipos populares de los medios. Otras razones están relacionadas con el hecho de que este grupo de edad tiene un horario denso y actividades extracurriculares. Algunos jóvenes de estratos socioeconómicos bajos utilizan sus bajos recursos económicos para satisfacer las necesidades de su familia, lo que lleva a saltarse las comidas, lo que contribuye a la formación de hábitos alimentarios no saludables⁷.

El nivel de educación de una persona está relacionado con su salud en general. La educación mejora la salud en la medida en que proporciona a las personas los conocimientos, las habilidades y las actitudes para dirigir y controlar muchas de las circunstancias de la vida. El estado nutricional y la actividad física son factores que influyen en el desempeño de los jóvenes en la escuela. Condiciones como el sobrepeso y la obesidad, que pueden causar una serie de problemas de salud en los jóvenes, no siempre reciben la atención que merecen y, en última instancia, afectan el aprendizaje y el rendimiento académico⁸.

Una dieta sana y equilibrada se caracteriza por una variedad de alimentos y en cantidad y calidad suficientes, se considera equilibrada cuando se sirven alimentos de 4 a 5 veces

al día y entre estas 3 las más importantes hablamos del desayuno, el almuerzo y la cena, que son las comidas en las que obtenemos más energía⁹.

La mayoría de los estudiantes no planifican su tiempo e improvisan tanto que sacrifican muchos momentos y actividades importantes como la comida. Una nutrición adecuada es fundamental para desarrollar un buen proceso de aprendizaje, y una mala alimentación puede afectar su normal desarrollo en el aula, provocando muchas veces que los alumnos se sientan cansados, aburridos y distraídos¹⁰.

La mayoría de los estudiantes no planifican su tiempo e improvisan tanto que sacrifican muchos momentos y actividades importantes como la comida. Una nutrición adecuada es fundamental para desarrollar un buen proceso de aprendizaje, y una mala alimentación puede afectar su normal desarrollo en el aula, provocando muchas veces que los alumnos se sientan cansados, aburridos y distraídos¹¹.

La necesidad de energía, proteínas y micronutrientes aumenta más durante la adolescencia que en cualquier otra etapa de la vida. Durante la pubertad, aumenta en un 25% la estatura adulta, aumenta la masa ósea en un 50%, duplica la masa muscular (especialmente en hombres), aumenta el volumen sanguíneo y los órganos internos. Todos estos cambios están asociados con mayores necesidades nutricionales¹².

1.2. Antecedentes

A continuación, se presentan antecedentes realizados a la actual investigación, agrupados por nacionales e internacionales, dando a conocer los autores, el objetivo y resultado de los estudios.

1.2.1. Antecedentes Nacionales

Brito JS. En el año 2018, en Lima, Perú, realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico en

estudiantes del I.E.P. Franklin D. Roosevelt, Comas 2017. Los resultados de la investigación demostraron que existe relación positiva ($Rho= 0,584$) y significativa ($sig.= ,000$) en el nivel de correlación moderada entre los hábitos alimentarios y rendimiento académico de los estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Franklin D. Roosevelt, Comas 2017¹³.

Caro KH. En el año 2018, en Huacho, Perú, realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación de los hábitos alimentarios con el rendimiento académico de los estudiantes. Se realizó en la Institución Educativa Teresa Gonzales de Fanning de la UGEL 09, año 2018. La población estuvo conformada por 170 estudiantes y la muestra por 119 estudiantes de la Institución educativa. Los resultados y conclusiones fueron que el 34% de los estudiantes tienen notas de 17 a 20 y el 29% de 14 a 16 que es un buen rendimiento, se debe incentivar el consumo de frutas y verduras porque el 50% solo lo consume a veces, concluyendo que los hábitos alimenticios si tienen relación con el rendimiento académico¹⁴.

Morales SM, Flores SH. En el año 2019, en Arequipa, Perú, realizaron un estudio con el objetivo de determinar la relación entre la calidad de la alimentación con el rendimiento escolar por áreas educativas en estudiantes del nivel secundario que realizan jornada escolar completa periodo 2018. Los resultados mostraron que la calidad de alimentación de los estudiantes presenta relación estadística significativa con el rendimiento escolar en tres de las cuatro áreas evaluadas¹⁵.

Flores RJ, Briones VE. En el año 2021, en Cajamarca, Perú, realizaron un estudio con el objetivo de determinar la relación de hábitos alimenticios y rendimiento académico de los estudiantes del 4° y 5° grado de primaria de la I.E.P. José María Escrivá de Balaguer en el I y II trimestre, Cajamarca 2020. La muestra fue por

conveniencia, con la participación de 44 colaboradores pertenecientes al 4 y 5 grado de primaria de la I.E.P. José María Escrivá de Balaguer. El método de investigación fue descriptivo, correlacional. Los resultados muestran que 28 estudiantes que tienen hábitos alimenticios adecuados, 8 de ellos tienen excelente rendimiento académico, es decir un promedio de AD, 18 tienen alto rendimiento académico (A) y solo 2 estudiantes tienen promedios regulares o en proceso (B). Existiendo un coeficiente de correlación de 0,539 y una confiabilidad del 95%¹⁶.

Taira EY. En el año 2018, en Moquegua, Perú, realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación entre hábitos alimenticios y el rendimiento académico en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua 2018”. La Investigación es un estudio descriptivo, del nivel relacional, la población estuvo constituida por 155 estudiantes que cursan el primer semestre, que a su vez constituyen la muestra, se empleó la técnica de la Encuesta y la técnica documental. Los resultados muestran que con la prueba de chi cuadrado de 2,532a y un valor de $P = ,282$ ó 2,8% Menor a 0.05, entonces existe relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en estudiantes¹⁷.

1.2.2. Antecedentes Internacionales

Ibarra J, Hernández CM, Ventura C. En el año 2019, en Chile, realizaron un estudio que tuvo como objetivo analizar la relación entre rendimiento académico y los hábitos alimentarios de una población escolar adolescente de Chile. Los resultados indicaron que un 59,1% de los estudiantes desayuna; un 71,4% realiza tres o cuatro comidas al día; y que quienes realizan dichas acciones tienen medias de rendimiento superiores a quienes no¹⁰.

Gaete D, Olea M, Meléndez L, Granfeldt G, Sáez K, Zapata R et al. En el año 2021, en Chile, Realizaron un estudio que tuvo como objetivo determinar la relación entre hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares chilenos. Los escolares presentaron baja proporción de frecuencia de consumo saludable (FCS). Las niñas presentaron mayor FCS de pan ($p < 0,001$), los niños presentaron mayor FCS de lácteos ($p = 0,016$). Por sexo, se observó diferencia en el rendimiento académico en lenguaje ($p = 0,013$). La FCS de lácteos se asoció con diferencias del rendimiento académico en lenguaje ($p = 0,017$) y matemática ($p = 0,035$). Desayunar se asoció a diferencias en el rendimiento académico en matemática ($p = 0,028$) y lenguaje ($p = 0,001$). No consumir pasteles y masas dulces ($p = 0,016$), y papas fritas, completos y masas fritas ($p = 0,025$) se asoció al rendimiento académico en matemática. Un 29,1% tiene habilidades culinarias, siendo 54% niñas ($p = 0,006$). La presencia de habilidades culinarias se relacionó significativamente con 7 de los 12 grupos de alimentos analizados¹⁸.

Parra A, Morales L, Medina M. En el año 2021, en Medellín, Colombia, Realizaron un estudio con el objetivo de determinar la relación existente entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico de estudiantes de universidades públicas y privadas de Chapinero, Bogotá. Se aplicó un cuestionario desarrollado por el grupo de investigación GRIINSAN de la Facultad de Nutrición y Dietética de la Universidad del Atlántico entre una muestra de 68 estudiantes de universidades privadas y 53 de universidad pública. Se obtuvo como resultados que el consumo diario de azúcares y grasas ($< 35\%$), la preferencia por alimentos fritos y la no ingesta de media tarde están asociados con un desempeño académico bajo de los estudiantes de universidad pública. El consumo diario de azúcares (26,4 %) y la baja ingesta de

verduras y de media tarde están asociados con un desempeño bajo entre los estudiantes de universidad privada¹⁹.

Peña GM, Flores KG. En el año 201, en Sinaloa, México. Realizaron un estudio con el objetivo de conocer la relación que existe entre hábitos alimenticios y rendimiento escolar en jóvenes de una institución de educativa en bachilleres de Guasave, Sinaloa. El diseño de estudio fue, correlacional, descriptivo y transversal; el muestreo fue no probabilístico por conveniencia, el tamaño de la muestra fue de $n=180$. Los instrumentos utilizados fueron: Escala de rendimiento escolar MEDMAR, 2008 y la encuesta de hábitos alimenticios. Los resultados mostraron predominio del género masculino con el 51.3%, en su mayoría solteros (97.3%) y el 2.6% refirió ser casado o vivir en unión libre. El 43 % tuvieron beca y la mayoría fueron de segundo grado, con una media de edad de 16.02 años ($DE=9.9$, $p<.01$). La media del promedio fue de 8.3 ($DE=.99$, $p<.05$). Predominó el éxito escolar con el 87.7% ($p<.01$), lo que refleja que hubo diferencias significativas de rendimiento escolar. Hubo diferencias significativas del éxito escolar tanto en mujeres con el 83.5%, como en los hombres con el 91.7% ($p<.01$). Hubo significancia en los hábitos alimenticios, con un 61.5% los buenos hábitos alimenticios, seguido de los muy buenos con el 35.3% ($p<.01$). Hubo diferencias significativas de los hábitos alimenticios por género en los jóvenes universitarios, predominando los hábitos muy buenos en las mujeres con el 39.6%, pero los buenos en los hombres con 66.7%, los hábitos regulares se presentaron en los hombre con 1% ($p<.01$). Hubo asociación positiva y muy significativa de la edad con el fracaso escolar ($p<.01$). Los hábitos alimenticios tuvieron relación positiva y muy significativa con el rendimiento escolar ($p<.01$), sea éxito escolar ($p<.01$) o fracaso escolar ($p<.01$)²⁰.

Muñoz P, Cabrera C, Orozco M, Báez L, Méndez A. En el año 2018, en Santiago, Chile, realizaron un estudio con el propósito de determinar los hábitos y la ingesta en frutas y verduras en estudiantes. Se realizó un estudio transversal realizado en 218 estudiantes de educación superior (de 18 a 30 años). Se adquirió un instrumento validado y confiable, para medir los hábitos e ingesta de alimentos. Se obtuvo como resultados que las frutas, como parte de alimentos entre comidas, fueron preferentemente ingeridas por las mujeres más que por los hombres ($p= 0,006$); fueron ingeridas por todos los estudiantes, preferiblemente por los >25 años que por los menores a esta edad ($p= 0,05$). Las mujeres tuvieron una mayor ingesta de verduras que los hombres ($p= 0,07$). La preparación de alimentos para su consumo se realiza principalmente por mujeres; y más del 50% los consumos fuera de casa²¹.

1.3. Bases Teóricas

1.3.1. Hábitos alimentarios en adolescentes

1.3.1.1. Concepto de hábitos Alimentarios

Los hábitos alimentarios se definen como un conjunto de actitudes que tomamos con el fin de alimentarnos. Estas actitudes están conformadas por el lugar, el tiempo que dedicamos, el tipo de preparación y los gustos alimentarios. Evidentemente estas actitudes forman parte de nuestro estilo de vida y condicionan nuestra ingesta de alimentos. Estos hábitos son fruto del marco económico, social y cultural de cada uno de nosotros y del colectivo que formamos parte²².

1.3.1.2. Hábitos alimentarios en adolescentes

La adolescencia es un período en el que se establecen los hábitos alimentarios, maduran los gustos, se establecen las preferencias y las aversiones temporales o

definitivas forman la base de la conducta alimentaria para el resto de la vida. Este grupo de edad está influenciado por horarios escolares estrictos y actividades de ocio²³.

1.3.1.3. Requerimiento alimentario y nutricional en adolescente

La ingesta de proteínas y carbohidratos es similar para adultos y adolescentes. En cuanto a la cantidad de macronutrientes se distribuyen 50% carbohidratos, 15% a 20% proteínas y 30% a 35% grasas. Las grasas son esenciales para el correcto funcionamiento del organismo, por lo que es necesaria una cantidad suficiente de ácidos grasos esenciales, que permitirán la producción de diversos metabolitos y vitaminas liposolubles⁹.

1.3.1.4. Factores que influyen en los hábitos alimentarios

Diversos factores influyen en los hábitos alimentarios de los adolescentes, entre ellos factores psicológicos relacionados con la imagen corporal; La sociedad y la cultura, en cuanto a publicidad y moda, no siempre promueven tendencias culinarias saludables, tabúes, creencias, formas de cocinar, etc. De manera similar, los factores económicos basados en la seguridad alimentaria pueden influir en los factores ambientales y biológicos²⁴.

1.3.1.5. Requerimientos en la adolescencia

La nutrición debe ajustarse a una dieta adecuada para ayudar a los adolescentes a cubrir las necesidades nutricionales de manera adecuada y equilibrada.

Las recomendaciones son:

ENERGÍA: Los cálculos se basan en su tasa metabólica basal, actividad física y también se pueden calcular a partir de calorías por tamaño o edad.

PROTEÍNAS: La proteína debe representar del 15 al 20% de las calorías totales. Es importante usar la cantidad correcta de proteína, ya que es responsable de desarrollar y mantener el tejido muscular.

HIDRATOS DE CARBONO: Se reparten entre el 50 y el 60% del total de calorías. Son la principal fuente de energía para el cuerpo. Los carbohidratos simples no deben exceder el 20% para evitar enfermedades degenerativas.

GRASAS: Aporta el 30% de las calorías totales. Se almacenan como energía y ayudan a transportar varias vitaminas.

VITAMINAS Y MINERALES: La mejor fuente de micronutrientes son las frutas y verduras, en esta etapa se necesita la mayor cantidad de alimentos que contengan hierro, calcio, zinc, tiamina, riboflavina, vitaminas A, D y C²³.

1.3.2. Rendimiento académico

1.3.2.1. Rendimiento académico en adolescentes

A esto se le llama desempeño académico, rendimiento o rendimiento escolar, pero muchas veces la diferencia de conceptos se explica solo por problemas semánticos, como suele pasar en los textos. La vida escolar y la experiencia docente se usan indistintamente²⁵.

1.3.2.2. Rendimiento académico y hábitos alimentarios

Un estilo de vida saludable es un factor clave y decisivo contra el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y contra el deterioro de los procesos cognitivos relacionados con el envejecimiento, como la memoria y la atención. Durante la adolescencia, el entorno escolar juega un papel importante en el desarrollo de la autoestima y hábitos saludables que pueden modificar comportamientos de

riesgo, como el uso de sustancias tóxicas, como drogas legales e ilegales, y hábitos alimenticios. Y en el entorno escolar, se cree que afecta la memoria de trabajo y el aprendizaje en general¹⁰.

1.3.2.3. Características del rendimiento académico

Conociendo las definiciones de resultados de aprendizaje, se encuentra que existe un doble punto de vista estático y dinámico, acercando al sujeto educativo a la existencia social, los resultados de aprendizaje se caracterizan de la siguiente manera: Resultados de aprendizaje El enfoque dinámico se refiere al proceso de aprendizaje, por lo que implica las habilidades y los esfuerzos de los estudiantes. El rendimiento estático se refiere al producto educativo creado por los estudiantes, representa el comportamiento del usuario⁶.

1.3.2.4. Percepciones del rendimiento académico

La etapa adolescente abarca desde la infancia hasta la edad adulta; Así, se encuentra que los cambios psicológicos, biológicos y sociales afectan los dominios culturales y sociales. Los factores personales perturbadores incluyen factores internos que requieren imitación cognitiva, lo que puede permitir apreciar las habilidades de cada persona, ser consistente con las metas, el deseo de tener éxito, la perspectiva de aprendizaje adecuada y el apoyo⁹.

1.3.2.5. Hábitos alimentarios y rendimiento académico

Los hábitos son principalmente adquiridos durante el crecimiento, lo cual coincide con la etapa escolar, etapa fundamental para una base sólida para la educación. Un consumo alimentario rico en nutrientes se relaciona de manera significativa con

el rendimiento académico, ya que mantiene la integridad estructural y funcional del sistema nervioso, mejorando la capacidad cognitiva¹⁰.

1.4. Justificación

La presente investigación se enfocará en estudiar la asociación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria del colegio San José Parroquial-Padres Maristas, clasificándose dos tipos de hábitos alimentarios (hábitos alimentarios saludables y hábitos alimentarios no saludables).

La adolescencia es un período vulnerable, por lo que existen características de estilo de vida que difieren de las recomendaciones internacionales como los malos hábitos alimentarios y la inactividad; los hábitos se adquieren principalmente durante el período de crecimiento que coincide con la escolarización; Por lo tanto, este período se considera importante en la construcción de una base sólida para la salud, la educación y una buena vida¹⁰.

El desarrollo de hábitos alimenticios saludables es esencial para el aprendizaje y el rendimiento académico²⁵. Motivo por el que se vio la necesidad de realizar esta investigación con el fin de definir si existe una asociación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico de los estudiantes del colegio San José Parroquial-Padres Maristas.

La investigación beneficia principalmente a los estudiantes, debido a que son los más implicados en esto, pues los hábitos alimentarios que tienen afectan directamente en su salud física, mental y a futuro en su productividad como profesionales, también en la salud y calidad de vida en su etapa adulta.

Los resultados de la presente investigación serán brindados y puestos a consideración de las autoridades del colegio, siendo ellas las que tomen las decisiones idóneas a favor del estado nutricional de los estudiantes.

1.5. Formulación del problema

1.5.1. Problema general

¿Existe una asociación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial - Padres Maristas del distrito La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020?

1.5.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es asociación entre el consumo de alimentos nutritivos y rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial - Padres Maristas del distrito La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020?
- ¿Cuál es la asociación entre el consumo de alimentos chatarra y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial - Padres Maristas del distrito La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020?

1.6. Objetivos

1.6.1. Objetivo general

Determinar la asociación entre los hábitos alimentarios en el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial - Padres Maristas del distrito La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020.

1.6.2. Objetivos específicos

- Determinar la asociación entre el consumo de alimentos nutritivos y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020.
- Determinar la asociación entre el consumo de alimentos no nutritivos y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020.

1.7. Hipótesis

1.7.1. Hipótesis general

H0: No existe asociación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020.

H1: Existe asociación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020.

1.7.2. Hipótesis específicas

Hipotesis específica 1: Existe asociación entre el consumo de alimentos nutritivos y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del

colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020 son no saludables.

Hipotesis Específica 2: Existe asociación entre el consumo de alimentos no nutritivos y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020 son no saludables.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1 Tipo de investigación

El presente trabajo de investigación es de enfoque cuantitativo, Nelly López et al²⁶. refieren que la investigación cuantitativa se basa en técnicas mucho más, ya que busca la medición de las variables previamente establecidas. Diseño no experimental porque no se manipula las variables y solo se perciben las situaciones de entorno habitual. Es correlacional porque describe la asociación entre las dos variables hábitos alimentarios y rendimiento académico del grupo de estudiantes de 15 a 18 años. Es de corte transversal, ya que los datos fueron tomados en solo un momento.

2.2 Población y muestra (materiales, instrumentos y métodos)

2.2.1 Población

La población estuvo conformada por todos los estudiantes del nivel secundario del colegio San José Parroquial - Padres Maristas (151)

2.2.2 Muestra

La muestra fue no probabilística, por conveniencia, conformada por 149 estudiantes, del 4to y 5to año de secundaria, cada una con tres secciones.

Criterios de inclusión:

- Matriculados en el periodo 2020
- Todos los estudiantes de 5to y 4to año de secundaria
- Edades comprendidas de 15 a 18 años de edad.
- Estudiantes de ambos sexos.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes con problemas genéticos, físicos o mentales.
- Alumnos que hayan repetido el año escolar.
- Alumnos que hayan sido retirados o se hayan retirado de la institución
- Alumnos de otras instituciones.
- Estudiantes de otros grados no mencionados.

Tabla 1
 Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN DE LA VARIABLE	DIMENSIÓN	ESCALA	VALORES
HÁBITOS ALIMENTARIOS	Conjunto de actitudes que tomamos frente al hecho de alimentarnos. Estas actitudes incluyen el tiempo que dedicamos, el lugar elegido, los tipos de preparación la forma y lugar de aprovisionamiento de los alimentos y las aversiones alimentarias ¹³ .	Consumo de alimentos nutritivos	Nunca (1) Algunas veces (2) Frecuentemente (3) Siempre (4)	No saludable (de 10 a 25) Saludable (26 a 40)
		Consumo de alimentos no nutritivos	Nunca (4) Algunas veces (3) Frecuentemente (2) Siempre (1)	No saludable (de 10 a 25) Saludable (26 a 40)
HABITOS ALIMENTARIOS (puntajes diversos según el instrumento)				Saludable (de 50 a 80) No saludable (de 20 a 49)
RENDIMIENTO ACADEMICO (promedio final)				Satisfactorio (18 a 20) En proceso (14 a 17) En inicio (11 a 13) Previo al inicio (0 a 10)

2.3 Técnicas e instrumentos

2.3.1 Técnicas

La técnica para la recolección de datos de los hábitos alimentarios fue la encuesta y para la recolección de datos del rendimiento académico se realizó la técnica de análisis documental.

2.3.2 Instrumentos

El instrumento que se utilizó fue un cuestionario de hábitos alimentarios ya estructurada (Anexo1)⁹; la cual constó de 20 preguntas divididas en 2 dimensiones las 10 primeras evalúan hábitos saludables y los 10 últimos hábitos no saludables, y se respondió mediante una escala de Likert, que va desde: nunca, algunas veces, frecuentemente y siempre, en la cual se le otorgan puntajes de escala; “nunca” una puntuación de 1, “algunas veces” una puntuación de 2, “frecuentemente” una puntuación de 3, “siempre” una puntuación de 4.

Para la obtención de los datos del rendimiento académico se realizó una revisión de los promedios anuales de los estudiantes, información brindada por la institución.

2.3.3 Validez

La validación del instrumento de Estrella Paucar. G, Machacuay Cano. Irving de hábitos alimentarios se realizó mediante un juicio de expertos (anexo 3), donde se evaluó la claridad, coherencia, objetividad, consistencia y pertinencia del instrumento elaborado, y también se realizó una prueba de confiabilidad mediante el coeficiente del alfa de cronbach cuyo resultado fue 0.794 que indicó que el instrumento era aceptable⁹.

2.4 Procedimiento de recolección de datos

ETAPA 1:

Se comenzó el estudio pidiendo permiso por medio de correos a la directiva del colegio San José Parroquial - Padres Maristas y se firmó un consentimiento informado para así poder llegar a los estudiantes y poder explicar el objetivo del estudio.

ETAPA 2:

Se solicitó los promedios anuales al director del colegio de todos los estudiantes del 4to y 5to año de secundaria del periodo marzo-diciembre 2020.

ETAPA 3:

Una vez que se tuvo el acceso a los datos se procedió a aplicar la encuesta mediante un cuestionario de hábitos alimentarios elaborado en Google forms a todos los estudiantes del 4to y 5 año de secundaria.

2.5 Procesamiento y análisis de datos

Para el análisis estadístico se recopiló la información de las encuestas realizadas por Google forms, con estas respuestas se elaboró una base de datos, luego se procedió a utilizar el programa IBM SPSS versión 26 para la correlación de las variables con el método chi-cuadrado, para evaluar el nivel de significancia (menor a 0.05).

2.6 Aspectos éticos

Se solicitó y consideró la autorización del colegio parroquial San José, Padres - Maristas para aplicar las encuestas y utilizar el nombre de la institución para el estudio, para ello se firmó un consentimiento informado. Se mantuvo de manera

anónima las encuestas realizadas, los datos brindados por la institución solo fueron utilizados para el estudio. El presente trabajo de investigación cumple con los lineamientos éticos de la universidad.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

A continuación, se presentarán los resultados según cada variable y su correlación para así conocer la relación e influencia entre ellos.

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

GÉNERO		EDAD				TOTAL
		15	16	17	18	
FEMENINO	RECuento	23	44	11	1	79
	RECuento Esperado	23.9	40.3	14.3	5	79.0
	% DEL TOTAL	15.4%	29.5%	7.4%	0.7%	53.0 %
MASCULINO	RECuento	22	32	16	0	70
	RECuento Esperado	21.1	35.7	12.7	5	70.0
	% DEL TOTAL	14.8%	21.5%	10.7%	0.0%	47.0%
TOTAL	RECuento	45	76	27	1	
	RECuento Esperado	45.05	76.0	27.0	1.0	149.0
	% DEL TOTAL	30.2%	51.0%	18.1%	0.7%	100.0%

La tabla 2 presenta las características de la población que se utilizó en este trabajo de investigación, donde participaban ambos sexos desde las edades de 15 a 18 años, el 53% corresponde al género femenino, y 47 % al género masculino, la edad que más predominó fue de 16 años

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Tabla 3 Consumo de alimentos nutritivos y Rendimiento académico de la I.P San José- Padres Maristas, 2020

CONSUMO DE ALIMENTOS NUTRITIVOS		RENDIMIENTO ACADÉMICO				
		PREVI O AL INICIO	INICIO	EN PROCESO	SATISFACTORIO	TOTAL
NUNCA	Recuento	0	1	0	0	1
	Recuento esperado	2	3	5	1	11
	% del total	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	0.7%
ALGUNAS VECES	Recuento	20	22	43	10	95
	Recuento esperado	19.1	25.5	43.4	7.0	95.0
	% del total	13.4%	14.8%	28.9%	6.7%	63.8%
FRECUENTEMENTE	Recuento	10	17	25	1	53
	Recuento esperado	10.7	14.2	24.2	3.9	53.0
	% del total	6.7%	11.4%	16.8%	0.7%	35.6%
TOTAL	Recuento	30	40	68	11	149
	Recuento esperado	30.0	40.0	68.0	11.0	149.0
	% del total	20.1%	26.8%	45.6%	7.4%	100.0%

INTERPRETACIÓN:

La tabla 3 nos muestra el cruce de la dimensión de consumo de alimentos nutritivos y la variable del rendimiento académico, donde nos indica que la escala que más predomina es ALGUNAS VECES (63.8%) y en relación con el rendimiento académico vemos que el 28.9% de estudiantes que algunas veces consumen alimentos nutritivos tienen un rendimiento académico en proceso (14 a 17).

Tabla 4 Consumo de alimentos no nutritivos y Rendimiento académico de la I.P San José- Padres Maristas, 2020

CONSUMO DE ALIMENTOS NO NUTRITIVOS		RENDIMIENTO ACADÉMICO				
		PREVIO AL INICIO	INICIO	EN PROCESO	SATISFACTORIO	TOTAL
FRECUENTEMENTE	Recuento	0	2	1	1	4
	Recuento esperado	0.8	1.8	1.1	0.3	4.0
	% del total	0.0%	1.3%	0.7%	0.7%	2.7%
ALGUNAS VECES	Recuento	29	36	61	10	136
	Recuento esperado	27.4	36.5	62.1	10.0	136.0
	% del total	19.5%	34.2%	30.9%	6.7%	91.3%
NUNCA	Recuento	1	3	5	0	9
	Recuento esperado	1.8	2.4	4.1	0.7	9.0
	% del total	0.7%	2.0%	3.4%	0.0%	6.0%
TOTAL	Recuento	30	40	68	11	149
	Recuento esperado	30.0	40.0	68.0	11.0	149.0
	% del total	20.1%	37.6%	34.9%	7.4%	100.0%

INTERPRETACIÓN:

La tabla 5 nos muestra el cruce de la dimensión de consumo de alimentos no nutritivos y la variable del rendimiento académico, donde nos indica que la escala que más predomina es ALGUNAS VECES (91.3%) y en relación con el rendimiento académico vemos que el 34.2% de estudiantes que algunas veces consumen alimentos no nutritivos tienen un rendimiento académico en inicio

Tabla 5 Hábitos alimentarios y Rendimiento académico de la I.P San José- Padres Maristas, 2020

HÁBITOS ALIMENTARIOS		RENDIMIENTO ACADÉMICO				
		PREVIO AL INICIO	INICIO	EN PROCESO	SATISFACTORIO	TOTAL
NO SALUDABLE	Recuento	5	10	7	3	25
	Recuento esperado	5.0	11.4	6.7	1.8	25.0
	% del total	3.4%	6.7%	4.7%	2.0%	16.8%
SALUDABLE	Recuento	25	33	58	8	124
	Recuento esperado	25.0	33.3	56.6	9.2	124.0
	% del total	16.8%	22.1%	38.9%	5.4%	83.2%
TOTAL	Recuento	30	40	68	11	149
	Recuento esperado	30.0	40.0	68.0	11.0	149.0
	% del total	20.1%	28.9%	43.6%	7.4%	100.0%

INTERPRETACIÓN:

La tabla 6 nos muestra el cruce de las variables Hábitos alimentarios y Rendimiento académico, donde nos indica que los hábitos que más predominan son los saludables con un 83.2 % y en relación con el rendimiento académico vemos que el 38.9% de estudiantes que tienen hábitos alimentarios saludables tienen un rendimiento académico en proceso y los que tienen hábitos no saludables el porcentaje es de 16.8% y en cuanto al cruce con rendimiento académico predomina en mayor porcentaje los estudiantes que tienen rendimiento académico en inicio.

RESULTADOS INFERENCIALES

Tabla 6 Prueba chi cuadrado de consumo de alimentos nutritivos* Rendimiento académico

PRUEBAS DE CHI-CUADRADO			
	VALOR	GL	SIGNIFICACIÓN ASINTÓTICA
Chi-cuadrado de Pearson	7.299	6	0.030
Razón de verosimilitud	7.974	6	0.024
Asociación lineal por lineal	0.544	1	0.461
N de casos válidos	149		

INTERPRETACIÓN:

Hipótesis específica que busca encontrar la asociación del consumo de alimentos nutritivos y rendimiento académico, se comprobó mediante la prueba de chi cuadrado (p menor 0.05), lo cuál permite rechazar la hipótesis nula de la investigación y establecer una relación significativa entre ambas variables, por lo tanto se acepta la hipótesis alterna.

Se concluye que: Existe asociación entre consumo de alimentos nutritivos y rendimiento académico.

Tabla 7 Prueba chi cuadrado de consumo de alimentos no nutritivos* Rendimiento académico

	PRUEBAS DE CHI-CUADRADO		
	VALOR	GL	SIGNIFICACIÓN ASINTÓTICA
Chi-cuadrado de Pearson	3.993	6	0.044
Razón de verosimilitud	4.858	6	0.162
Asociación lineal por lineal	0.397	1	0.529
N de casos válidos	149		

INTERPRETACIÓN:

Hipótesis general que busca encontrar la asociación del consumo de alimentos no nutritivos y rendimiento académico, se comprobó mediante la prueba de chi cuadrado (p menor 0.05), lo cuál permite rechazar la hipótesis nula de la investigación y establecer una relación significativa entre ambas variables, por lo tanto se acepta la hipótesis alterna.

Se concluye que: Existe asociación entre el consumo de alimentos no nutritivos y rendimiento académico.

Tabla 8 Prueba chi cuadrado de Hábitos alimentarios* Rendimiento académico

PRUEBAS DE CHI-CUADRADO			
	VALOR	GL	SIGNIFICACIÓN ASINTÓTICA
Chi-cuadrado de Pearson	1.092	3	0.024
Razón de verosimilitud	0.990	3	0.510
N de casos válidos	149		

INTERPRETACIÓN:

Hipótesis general que busca encontrar la asociación de los hábitos alimentarios y rendimiento académico, se comprobó mediante la prueba de chi cuadrado ($p < 0.05$), lo cual permite rechazar la hipótesis nula de la investigación y establecer una relación significativa entre ambas variables, por lo tanto se acepta la hipótesis alterna.

Se concluye que: Existe asociación entre los hábitos alimentarios y rendimiento académico.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 DISCUSIONES

El objetivo general de la presente investigación fue conocer si existe una asociación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico. Respecto a los hábitos alimentarios se encontró que más de la mitad de la población estudiada (83.2%) tiene hábitos alimentarios saludables y el 16.8% tiene hábitos alimentarios no saludables. Dichos resultados se asemejan a lo encontrado en el estudio realizado por Álava G et al²⁷. En el año 2021, en la ciudad de Guayaquil – Ecuador, donde se observó que existe una prevalencia de estudiantes que mencionan llevar hábitos alimentarios saludables, el cual corresponde al 91% y en menor medida, solo un 9% de estudiantes indica que no posee hábitos alimentarios saludables. La similitud positiva en los resultados de estas investigaciones se da debido a que cuentan con los mismos rangos de edad de los estudiantes.

Los hallazgos encontrados en la investigación identifican que existe asociación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento escolar de los estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria del colegio San José Parroquial - Padres Maristas, de los 124(83.2%) estudiantes que indican tener hábitos alimentarios saludables, 58 de ellos tienen promedios de 14 a 17 (Nivel de logro “En proceso”), y de los 25(16.8%) estudiantes que indican tener hábitos alimentarios no saludables, 10 de ellos tienen promedios de 11 a 13 (Nivel de logro “En inicio”) en la prueba de correlación Chi cuadrado entre las 2 variables nos arroja como resultado un valor de significancia menor a 0.05 (0.024; $p < 0.05$) lo que nos comprueba que si hay relación entre estas dos variables, esto indica que en cuanto a mejores hábitos alimentarios, mejor es el rendimiento académico. Estos resultados guardan relación con lo

encontrado en la investigación de Estrella AG et al⁹. En el año 2017, en la ciudad de Junín - Perú, donde el rendimiento académico se relaciona con los hábitos alimentarios saludables de los estudiantes de cuarto y quinto grado del colegio Libertador Simón Bolívar del distrito de Junín, de los 69 estudiantes que frecuentemente tienen hábitos alimentarios saludables, 52 de ellos tienen promedios de 14 a 17. En ambas investigaciones se encontraron resultados positivos, debido a que las poblaciones estudiadas tienen rangos de edad y proporciones de varones y mujeres similares. Así mismo, también guarda relación con el estudio realizado por Sayán JS¹³. En Perú en el año 2017, en donde identificó que, entre la conducta alimentaria y el rendimiento académico en estudiantes adolescentes de la I.E.P Franklin D. Roosevelt, existe una relación con moderado nivel de coeficiente ($Rho=0,583$), y de tipo positivo, lo que indica que la relación es directa, es decir, que al existir mejor conducta alimentaria entonces es mayor el rendimiento. Ambos resultados obtenidos coinciden debido a que las poblaciones estudiadas tienen características sociodemográficas similares, ya que son adolescentes, varones y mujeres y residen en la costa peruana.

Durante la presente investigación tuvimos limitaciones las cuales fueron en primera instancia la coyuntura en la que nos encontramos por el Covid-19 ya que la encuesta tuvo que realizarse de manera virtual, que los estudiantes no hayan comprendido con facilidad algunas preguntas, el horario de disponibilidad de los estudiantes y el tiempo de desarrollo de la encuesta.

4.2 CONCLUSIONES

- La asociación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años del colegio San José Parroquial – Padres Maristas, fue significativa ($\text{sig} = 0.024$; $p < 0.05$).
- La asociación entre el consumo de alimento nutritivos y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial – Padres Maristas, fue significativa ($\text{sig} = 0.030$; $p < 0.05$).
- La asociación entre el consumo de alimentos no nutritivos y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial – Padres Maristas, fue significativa ($\text{sig} = 0.044$; $p < 0.05$).

4.3 RECOMENDACIONES

- La presente investigación pudo haber tenido una muestra más extensa que por falta de tiempo no pudo ser aplicada y en la metodología utilizada se pudo incluir otra variable para hacer un estudio más completo, la cual pudo haber sido la composición corporal de los estudiantes.
- Se recomienda promover una alimentación balanceada en los adolescentes y evitar el consumo de alimentos no nutritivos por ser altos en sodio, azúcares simples y grasas trans; y de esta manera no afectar el desarrollo en esta etapa de vida.

REFERENCIAS

1. Osorio-Murillo, Olga, Amaya-Rey, María Consuelo del Pilar, La alimentación de los adolescentes: el lugar y la compañía determinan las prácticas alimentarias. Aquichan [Internet]. 2011; 11 (2): 199-216. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74120733007>
2. Sampedro Fernandez; C (2016) La importancia de la alimentación en el desarrollo de las funciones cognitivas (tesis de título). Recuperado de: https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE002097.pdf
3. Pagani; S (sin fecha). Hábitos alimentarios de estudiantes secundarios de la ciudad de San Lorenzo. (tesis de licenciatura) Recuperado de: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC098731.pdf>
4. Organización Mundial de la Salud (2020). Prevalencia de sobrepeso y obesidad.
5. Salvador Pérez, F. Relación entre actividad física, hábitos de vida saludables y rendimiento académico en escolares granadinos. Granada: Universidad de Granada, 2016. [http://hdl.handle.net/10481/41329]
6. Lapo-Ordoñez, Danny Alexander, & Quintana-Salinas, Margot Rosario (2018). Relación entre el estado nutricional por antropometría y hábitos alimentarios con el rendimiento académico en adolescentes. Archivo Médico de Camagüey, 22(6),755-774. ISSN: Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2111/211160053007>
7. Castañeda Sánchez, O., & Rocha- Díaz, JC, & Ramos-Aispuro, MG. (2008). Evaluación de los hábitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes de Sonora, México. Archivos en Medicina Familiar, 10(1),7-11. ISSN: 1405-9657. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=507/50713090003>
8. Torres Medicis, Catalina, & Arévalo Peláez, Carlos, & Peña Cordero, Susana, & Ayala Cruz, Mónica (2017). Relación entre el desempeño académico con el estado

- nutricional y la actividad física de los adolescentes escolarizados de la Unidad Educativa Remigio Romero y Cordero, Cuenca 2014. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 36(6),142-147. ISSN: 0798-0264. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=559/55954943002>
9. Estrella Paucar. G, Machacuay Cano. Irving (2019) hábitos alimentarios y rendimiento académico de los estudiantes del 4º y 5º grado del colegio libertador simón bolívar del distrito de junín- 2017. Recuperado de: <http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/5275/Estrella%20Paucar%20-%20Machacuay%20cano.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 10. Ibarra Mora J, Hernández Mosqueira CM, Ventura-Vall-Llovera C. Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares adolescentes de Chile. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2019; 23(4): 292-301. doi: 10.14306/renhyd.23.4.804
 11. Aco. E (2018) Hábitos alimenticios de los estudiantes ingresantes a la universidad andina del cusco 2018. Universidad Andina del Cusco, Cusco, Perú.
 12. Marín-Zegarra.K, Olivares-Atahualpa. S, Solano-Ysidro. P, Musayón-Oblitas. Y (2011) Estado nutricional y hábitos alimentarios de los alumnos del nivel secundaria de un colegio nacional. Pg (4(2):64-70.)
 13. Brito JS. Hábitos alimentarios y rendimiento académico en estudiantes del I.E.P. Franklin D. Roosevelt, Comas, 2017 [Tesis de Maestría]. Perú: Universidad Cesar Vallejo; 2018. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14150/Say%C3%A1n_BJS.pdf?sequence=1
 14. Caro KA. Los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de la institución educativa Teresa Gonzales de Fanning de la UGEL 09, en el año 2018 [Tesis de Licenciatura]. Perú: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; 2018. Disponible en: http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/4279/KENEDDY%20A_NHELYT%20CARO%20ALBERTO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 15. Morales SM, Flores RH. Relación de la calidad de alimentación y rendimiento escolar de estudiantes del nivel secundario que realizan jornada escolar completa [Tesis de Licenciatura]. Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa;

2019. Disponible en:
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8884/Numoquism.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
16. Flores RJ, Briones VE. Hábitos alimenticios y rendimiento académico de los estudiantes del 4° y 5° grado de primaria de la I.E.P. José María Escrivá de Balaguer [Tesis de Licenciatura]. Perú: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2021 Disponible en:
<http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1480/H%C3%81BITOS%20ALIMENTICIOS%20Y%20RENDIMIENTO%20ACAD%C3%89MICO%20DE%20LOS%20ESTUDIANTES%20DE%204%C2%B0%20Y%205%C2%B0%20GRADO%20DE%20PRIMARIA%20DE%20LA%20I.E.P.%20JOS%C3%89%20MAR%C3%8DA%20ESCRIV%C3%81%20DE%20BALAGUER%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Taira EY. Hábitos alimenticios y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial de la Región Moquegua, 2018 [Tesis de Maestría]. Perú: Universidad César Vallejo; 2018 Disponible en:
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/26738>
18. Gaete D, Olea M, Meléndez L, Granfeldt G, Sáez K, Zapata Rafael et al. Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares chilenos de quinto a octavo año básico. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2021 feb [citado 2021 Set 25]; 48(1): 41-50. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182021000100041&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S071775182021000100041>
19. Parra A, Morales L, Medina M. Relación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico en estudiantes de universidades públicas y privadas de la localidad de Chapinero, Bogotá. Perspect Nutr Humana. 2021; 23:183-95. DOI: 10.17533/udea.penh.v23n2a05
20. Peña G, Flores k. Hábitos alimenticios y rendimiento escolar en jóvenes de bachillerato”. Revista Caribeña de Ciencias Sociales. 2019. Disponible en: <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/01/habitos-alimenticios-bachillerato.html> [/hdl.handle.net/20.500.11763/caribe1901habitos-alimenticios-bachillerato](https://hdl.handle.net/20.500.11763/caribe1901habitos-alimenticios-bachillerato)
21. Muñoz P, Cabrera C, Orozco M, Báez L, Méndez A. Hábitos e ingesta alimentaria de frutas y verduras en estudiantes de educación superior. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2018 Sep [citado 2022 Oct 17] ; 45(3): 258-262. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182018000400258&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182018000400258>.
22. Yupanqui ME. Hábitos alimentarios y su relación con el sobrepeso y obesidad en escolares de 9 a 12 años del nivel primario de la I. E. Pedro Ruiz Gallo. Chorrillos – 2015 [Tesis de especialidad]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2017. Disponible en:

- https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7306/Yupanqui_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y
23. Casas GR. Hábitos alimentarios en adolescentes de 14 a 16 años [Tesina de Licenciatura]. Buenos Aires: Universidad Abierta Interamericana; 2011. Disponible en: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/tc111856.pdf>.
24. Zambrano R, Colina J, Valero Y, Herrera H, Valero J. Evaluación de hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes de Caracas, Venezuela. An Venez Nutr [Internet]. 2013 [Citado 25 set 2021]; 26(2): 87. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522013000200004&lng=es.
25. Edel Navarro, Rubén, El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación [Internet]. 2003; 1 (2): 0. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55110208>
26. López, N. y Sandoval, I. (s.f.). Métodos y técnicas de investigación cuantitativa y cualitativa. Recuperado de http://recursos.udgvirtual.udg.mx/biblioteca/bitstream/20050101/1103/1/Metodos_y_tecnicas_de_investigacion_cuantitativa_y_cualitativa.pdf
27. Álava GE, Icaza GN. Hábitos alimenticios en el rendimiento académico en tiempos de pandemia de los estudiantes de 10 EGB, 1 BGU y 2 BGU del colegio Unidad Educativa Santiago Mayor de la ciudad de Guayaquil [Tesis de Licenciatura]. Ecuador: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil; 2021. Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/15962/1/T-UCSG-PRE-MED-NUTRI-446.pdf>

ANEXOS

ANEXO N° 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	V. Independiente
¿Existe una asociación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial - Padres Maristas del distrito La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020?	Determinar la asociación entre los hábitos alimentarios en el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial - Padres Maristas del distrito La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020.	Existe asociación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020.	Hábitos alimentarios
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	V. Dependiente
<ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es asociación entre el consumo de alimentos nutritivos y rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial - Padres Maristas del distrito La Perla durante el 	<ul style="list-style-type: none"> Determinar la asociación entre el consumo de alimentos nutritivos y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el 	<ul style="list-style-type: none"> Existe asociación entre el consumo de alimentos nutritivos y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020 	Rendimiento académico

<p>periodo marzo-diciembre 2020?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la asociación entre el consumo de alimentos chatarra y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial - Padres Maristas del distrito La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020? 	<p>periodo marzo-diciembre 2020.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la asociación entre el consumo de alimentos chatarra y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020. 	<p>son no saludables.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe asociación entre el consumo de alimentos chatarra y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundario de 15 a 18 años, del colegio San José Parroquial-Padres Maristas del distrito de La Perla durante el periodo marzo-diciembre 2020 son no saludables. 	
---	--	--	--

ANEXO N°2: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado Sr. Jorge Correa
Sub Director

Me presento ante usted, como Danna Zea Zúnico, ex alumna del colegio Parroquial San José, actualmente vengo cursando el 8vo Ciclo de la carrera de Nutrición y Dietética, en la Universidad Privada del Norte y venimos realizando encuestas como parte de la currícula, para lo cual solicito su permiso para poder realizar en su representada una encuesta, cuyo tema a tratar es "Hábitos Alimenticios en los Estudiantes de 4 y 5to año de sec"

Para la validez de lo indicado líneas arriba, adjunto mi último consolidado cursado.

Me despido y agradezco su colaboración de antemano y quedo atenta a su respuesta.

Gracias
Atte

Danna Janett Zea Zúnico

ANEXO N° 3: INSTRUMENTO DE HÁBITOS ALIMENTARIOS

CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS ALIMENTARIOS

Estimados estudiantes: Mi nombre es Danna Janett Zea Zúnico, estudiante de la Universidad Privada del Norte, agradezco de antemano su colaboración por su aporte con la investigación de título "Asociación de los hábitos alimentarios con el rendimiento académico de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria del colegio San José Parroquial- Padres Maristas" desarrollando el cuestionario sobre Hábitos Alimentarios. Se solicita su opinión sincera al respecto.

Por favor siga Ud. las siguientes instrucciones:

1. Lea cuidadosamente y de forma clara los enunciados de cada pregunta.
2. No deje preguntas sin contestar.

Marque en solo uno de los recuadros el número que corresponda a su opinión.

Esta encuesta es totalmente anónima y confidencial.

GRADO Y SECCIÓN:

1. Cuarto a
2. Cuarto b
3. Cuarto c
4. Quinto a
5. Quinto b
6. Quinto c

SEXO:

Femenino

Masculino

EDAD:

1. ¿CONSUMES ENTRE 6 A 8 VASOS DE AGUA AL DÍA?
 - a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre

2. ¿Consumes vísceras (Hígado, riñones, panza, otros) al menos 1 vez por semana?
 - a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre

3. Todo lo que consumo tiene que ser light y bajo en grasas y harinas
 - a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre

4. ¿Cuándo comes fuera sueles ordenar platos al horno, al vapor o a la parrilla?
 - a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente

- d. Siempre
5. ¿Consumes mínimo 3 frutas al día?
- a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre
6. ¿Comes como mínimo 2 tipos de verduras verdes al día?
- a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre
7. ¿Acostumbras a comer al día 3 comidas principales y 1 de refrigerio?
- a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre
8. ¿Consumes en tu refrigerio frutas, frutos secos, verduras o yogurt?
- a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre
9. ¿Sueles consumir leche, yogurt o queso bajo en grasa o “ligh”?
- a. Nunca

- b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre
10. ¿Comes pescado al menos 2 veces a la semana?
- a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre
11. ¿Añades sal a las comidas de la mesa?
- a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre
12. ¿En tu familia, acostumbran a comer sangre (morcilla) regularmente?
- a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre
13. ¿Consumes embutidos (jamonada, jamón, tocino)?
- a. Nunca
 - b. Algunas veces
 - c. Frecuentemente
 - d. Siempre

14. Diariamente consumo refrescos, gaseosas o bebidas dietéticas.

- a. Nunca
- b. Algunas veces
- c. Frecuentemente
- d. Siempre

15. ¿Consumes más de un vaso de gaseosa a la semana?

- a. Nunca
- b. Algunas veces
- c. Frecuentemente
- d. Siempre

16. ¿Consumes comidas ricas en grasas y frituras?

- a. Nunca
- b. Algunas veces
- c. Frecuentemente
- d. Siempre

17. Acostumbro a tomar desayunos ligeros y luego un intermedio de sandwiches o hamburguesas.

- a. Nunca
- b. Algunas veces
- c. Frecuentemente
- d. Siempre

18. ¿Consumes dulces, helados y pasteles más de 2 veces a la semana?

- a. Nunca

- b. Algunas veces
- c. Frecuentemente
- d. Siempre

19. Suelo comprar galletas dulces, chocolates y caramelos en el recreo.

- a. Nunca
- b. Algunas veces
- c. Frecuentemente
- d. Siempre

20. ¿Consumes comidas rápidas (pizza, hamburguesa, hotdog, tacos, alitas, salchipapa, etc)?

- a. Nunca
- b. Algunas veces
- c. Frecuentemente
- d. Siempre

ANEXO 4 N°: EVALUACIÓN DE VALIDEZ DE CUESTIONARIO Y PRUEBA DE CONFIABILIDAD

ITEM	PREGUNTA	Jueces					Prueba
		1	2	3	4	5	
1	El instrumento responde al planteamiento del problema en estudio.	SI	SI	SI	SI	SI	100%
2	El instrumento persigue los fines de los objetivos generales.	SI	SI	SI	SI	SI	100%
3	El instrumento persigue a los fines de los objetivos específicos.	SI	SI	NO	SI	SI	80%
4	Las dimensiones que se han tomado en cuenta son adecuadas para la realización del instrumento.	SI	SI	SI	SI	SI	100%
5	El instrumento responde a la evaluación de las variables de estudio.	SI	SI	NO	SI	SI	80%
6	La escala utilizada es mensurable.	SI	SI	SI	SI	SI	100%
7	Los reactivos siguen un orden lógico.	SI	SI	SI	NO	SI	80%
8	Los ítems están redactados en forma clara y precisa.	SI	SI	SI	SI	SI	100%
9	El número de ítems que cubre cada dimensión es el correcto	SI	SI	SI	NO	SI	80%
10	Los ítems considerados son suficientes.	NO	NO	SI	SI	SI	60%
Ponderado final		90%	90%	80%	80%	100%	88%

Fuente: Resultados del juicio de expertos, según formato de validación.

Elaboración: Propia

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0,797	0,794	20

Fuente: Prueba piloto del instrumento

Elaboración: Propia

ANEXO N°5: INSTRUMENTO RENDIMIENTO ACADÉMICO

PROMEDIO ANUAL DE ESTUDIANTES

N° Orden	Apellidos y Nombres	Matemática	Comunicación	Ciencias Sociales	Desarrollo Personal Ciudadanía y Ciudadanía	Ciencia y Tecnología	Arte y Cultura	Educación Religiosa	Educación Física	Inglés	Educación para el Trabajo							Promedio	Puntaje	Aprobados	Desaprobados	Orden de mérito por sección	Tercio por sección	Orden de mérito por grado	Tercio por grado	Conducta	Inasistencias Justificadas	Inasistencias Injustificadas	Tardanzas Justificadas	Tardanzas Injustificadas	
01	AGURTO GUTIERREZ, Eduardo Josue	15	16	16	17	18	19	15	17	15	17							16.5	165	10		8	SU	22	SU	15	5				5
02	BALUARTE INOCENTE, David Augusto	15	12	13	14	15	16	14	14	15	19							14.9	149	10		21	INF	53	INF	16	8	2		1	
03	BETTI GARCIA, Esteban Alejandro	16	13	14	15	16	18	13	15	13	17							15	150	10		18	ME	53	ME	13	8	2		3	
04	CAMPOS PAYANO, Joan Claudio	14	12	13	16	16	18	14	17	13	17							15	150	10		18	ME	53	ME	17	5	1		2	
05	CASTILLO CAJAS, Camila	17	16	17	19	18	19	16	14	15	17							16.8	168	10		7	SU	17	SU	19	1				
06	COLLANTES NUÑEZ, Valentina Salet	18	16	17	18	19	19	16	16	16	17							17.2	172	10		4	SU	10	SU	18	2				
07	GARCIA VALLEJOS, Thirza Gianella	14	14	14	14	17	16	13	15	13	17							14.7	147	10		24	INF	67	INF	14	7	3		1	
08	GÓMEZ OLAZO, Gloria Alejandra	15	15	14	18	17	18	15	16	15	17							16	160	10		9	SU	31	ME	18	7			3	
09	HERRERA RODRIGUEZ, Gabriel Omar	17	13	14	13	15	18	13	16	15	17							15.1	151	10		14	ME	48	ME	13	23	2		3	
10	LOPEZ CHANG, Ailin	12	12	15	16	16	18	14	16	11	17							14.7	147	10		24	INF	67	INF	14	8			7	
11	MAICELO CASTILLO, Sangmi Polete	16	16	18	18	19	19	18	17	16	17							17.4	174	10		3	SU	8	SU	19		1		1	
12	MARTINEZ CASTILLO, Sebastian Andrew	14	14	14	15	16	19	14	17	12	17							15.2	152	10		13	ME	47	ME	14	14			1	
13	MAURICIO AVILA, Jimena Alessandra	16	17	18	18	20	19	17	17	16	18							17.6	176	10		2	SU	4	SU	19	3	1		1	
14	MEJIA ARGOTE, Mishelle Ariadna	14	14	14	17	16	18	15	16	17	17							15.8	158	10		10	SU	36	ME	19	7				
15	MENDOZA CARDENAS, Carlos Gabriel	13	14	14	14	16	17	12	17	17	17							15.1	151	10		14	ME	48	ME	14	5			8	
16	MONTES GUILLEN, Jersson Steven	15	13	15	16	17	17	15	17	14	18							15.7	157	10		11	ME	38	ME	17	1	1			
17	NACARINO OLGUIN, Sergio Valentín	14	13	16	13	16	18	15	13	15	17							15	150	10		18	ME	53	ME	16	4			1	
18	NAVARRO RAMIREZ, Ruth Noemi	13	12	14	14	16	16	12	14	11	17							13.3	139	10		29	INF	78	INF	16	2	1		4	
19	OTOYA LOPEZ, Aldo Sebastian	19	18	19	19	19	19	18	16	17	19							18.3	183	10		1	SU	1	SU	19	7				
20	PACHECO ROJAS, Hernán Alexis	12	11	16	15	16	19	14	17	14	17							15.1	151	10		14	ME	48	ME	11	12	5		5	
21	PAZOS MENDEZ, Ana Cristina	14	13	16	16	16	17	14	14	12	17							14.9	149	10		21	INF	59	INF	15	13	10		1	
22	PONCE YOYERA, Miljori Adriana	12	12	15	14	15	17	13	16	11	17							14.2	142	10		27	INF	75	INF	14	7	2		3	
23	RIVERA BUSTAMANTE, Ubaldo Matias	15	14	16	15	17	18	14	17	14	17							15.7	157	10		11	ME	38	ME	15	1	1		4	
24	ROJAS PAPIUCO, Cielo Anelhy	16	15	16	18	18	19	17	17	17	17							17	170	10		5	SU	14	SU	19		1			
25	ROSALLES ESPINOZA, Jose Antonio	17	14	16	18	19	18	16	17	16	18							16.3	163	10		6	SU	16	SU	19	1			4	
26	ROSAS FARRO, Norma Ivanna	R	E	T	I	R	A	D	O	R	E	T	I	R	A	D	O					R	E	T	I	R	A	D	O		R

ANEXO N°6: CARTA DE AUTORIZACIÓN

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE USO DE INFORMACIÓN DE EMPRESA



UNIVERSIDAD
PRIVADA DEL NORTE

Yo, Jorge Luis Correa Juarez
(Nombre del representante legal o persona facultada en permitir el uso de datos)

Identificado con DNI: 40203351 en mi calidad de sub director
(Nombre del puesto del representante legal o persona facultada en permitir el uso de datos)

..... del área de sub director de secundaria
(Nombre del área de la empresa)

..... de la empresa/institución I.E.P.P San José
(Nombre de la empresa)

con R.U.C.N° 20147903490 ubicada en la ciudad de Lima, Callao / La Perla

OTORGO LA AUTORIZACIÓN,

Al señor Danna Janett Zea Zúnicu
(Nombre completo del Egresado/Bachiller)

Identificado con DNI N° 72224406, egresado de la () Carrera profesional o () Programa de Postgrado de
Nutrición y Dietética
(Nombre de la carrera o programa)

para que utilice la siguiente información de la empresa:
Datos del rendimiento académico de los estudiantes de 4°-5° de Secundaria
(Detallar la información a entregar)

con la finalidad de que pueda desarrollar su () Trabajo de Investigación, () Tesis o () Trabajo de suficiencia profesional para optar al grado de () Bachiller, () Maestro, () Doctor o () Título Profesional.

Recuerda que para el trámite deberás adjuntar también, el siguiente requisito según tipo de empresa:

- Vigencia de Poder, (para el caso de empresas privadas).
- ROF / MOF / Resolución de designación, u otro documento que evidencie que el firmante está facultado para autorizar el uso de la información de la organización. (para el caso de empresas públicas)
- Copia del DNI del Representante Legal o Representante del área para validar su firma en el formato.

Indicar si el Representante que autoriza la información de la empresa, solicita mantener el nombre o cualquier distintivo de la empresa en reserva, marcando con una "X" la opción seleccionada.
() Mantener en Reserva el nombre o cualquier distintivo de la empresa; o
() Mencionar el nombre de la empresa.



Firma y sello del Representante Legal o Representante del área
DNI: 40203351

El Egresado/Bachiller declara que los datos emitidos en esta carta y en el Trabajo de Investigación, en la Tesis son auténticos. En caso de comprobarse la falsedad de datos, el Egresado será sometido al inicio del procedimiento disciplinario correspondiente; asimismo, asumirá toda la responsabilidad ante posibles acciones legales que la empresa, otorgante de información, pueda ejecutar.

Danna Z²
Firma del Egresado
DNI: 72224406

CÓDIGO DE DOCUMENTO	COR-F-REC-VAC-05.04	NÚMERO VERSIÓN	07	PÁGINA	Página 1 de 1
FECHA DE VIGENCIA	21/09/2020				

ANEXO N°7: BASE DE DATOS

HABITOS ALIMENTARIOS															
ID	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15
1	alguna vez	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	nunca	nunca	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	frecuentemente	frecuentemente	frecuentemente	alguna vez
2	alguna vez	nunca	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	siempre	frecuentemente	alguna vez	siempre	nunca	alguna vez	nunca	alguna vez
3	frecuentemente	nunca	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	frecuentemente	frecuentemente	siempre	frecuentemente	frecuentemente	alguna vez				
4	alguna vez	frecuentemente	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	alguna vez	alguna vez	nunca	nunca	alguna vez	alguna vez	nunca	frecuentemente	frecuentemente	nunca
5	alguna vez	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	nunca	alguna vez	alguna vez	nunca	nunca	alguna vez	nunca	nunca	alguna vez	alguna vez	alguna vez
6	alguna vez	nunca	nunca	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	siempre	siempre	frecuentemente	siempre	alguna vez	alguna vez	nunca	nunca
7	nunca	alguna vez	nunca	alguna vez	frecuentemente	siempre	siempre	siempre	frecuentemente	nunca	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	nunca	nunca
8	siempre	alguna vez	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	siempre	frecuentemente	frecuentemente	siempre	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	alguna vez	alguna vez
9	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	siempre	siempre	frecuentemente	frecuentemente	siempre	alguna vez					
10	siempre	nunca	nunca	siempre											
11	siempre	nunca	nunca	siempre											
12	frecuentemente	nunca	alguna vez	frecuentemente	siempre	siempre	frecuentemente	frecuentemente	siempre	alguna vez	siempre	alguna vez	alguna vez	alguna vez	alguna vez
13	siempre	nunca	nunca	siempre											
14	alguna vez	nunca	alguna vez	alguna vez	nunca	nunca	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	nunca	nunca	nunca	frecuentemente	frecuentemente	nunca
15	alguna vez	alguna vez	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	nunca	frecuentemente	alguna vez	nunca	nunca	nunca	alguna vez	frecuentemente	alguna vez
16	alguna vez	nunca	alguna vez	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	frecuentemente	frecuentemente	alguna vez	frecuentemente	siempre	alguna vez	alguna vez	nunca	alguna vez
17	siempre	frecuentemente	nunca	nunca	frecuentemente	siempre	alguna vez	frecuentemente	siempre	frecuentemente	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	nunca	nunca
18	alguna vez	nunca	alguna vez	alguna vez	alguna vez	siempre	frecuentemente	frecuentemente	siempre	alguna vez	frecuentemente	nunca	alguna vez	alguna vez	alguna vez
19	alguna vez	nunca	alguna vez	frecuentemente	nunca	siempre	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	nunca	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	nunca	frecuentemente
20	alguna vez	nunca	nunca	alguna vez	nunca	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	nunca				
21	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	nunca	frecuentemente	frecuentemente	frecuentemente	alguna vez	frecuentemente	nunca	nunca	nunca	alguna vez	alguna vez	frecuentemente
22	frecuentemente	nunca	alguna vez	nunca	alguna vez	alguna vez	alguna vez	alguna vez	siempre	alguna vez	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	alguna vez
23	siempre	nunca	nunca	alguna vez	frecuentemente	siempre	frecuentemente	siempre	siempre	siempre	siempre	siempre	siempre	nunca	siempre
24	nunca	nunca	alguna vez	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	alguna vez	alguna vez	nunca	nunca	alguna vez	nunca	nunca
25	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	siempre	frecuentemente	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	siempre	siempre	siempre	siempre	siempre	siempre
26	alguna vez	nunca	nunca	siempre	nunca	alguna vez	siempre	siempre	siempre	siempre	nunca	alguna vez	alguna vez	alguna vez	alguna vez
27	alguna vez	nunca	alguna vez	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	alguna vez	nunca	frecuentemente	alguna vez	frecuentemente	alguna vez
28	siempre	alguna vez	alguna vez	nunca	frecuentemente	alguna vez	frecuentemente	siempre	siempre	alguna vez	alguna vez	siempre	frecuentemente	alguna vez	alguna vez
29	alguna vez	nunca	nunca	nunca	frecuentemente	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	frecuentemente	nunca	nunca	alguna vez	alguna vez	alguna vez	alguna vez
30	frecuentemente	nunca	alguna vez	nunca	alguna vez	frecuentemente	alguna vez	frecuentemente	frecuentemente	alguna vez	nunca				
31	frecuentemente	nunca	nunca	nunca	alguna vez	alguna vez	alguna vez	alguna vez	nunca	siempre	frecuentemente	alguna vez	alguna vez	alguna vez	alguna vez
32	alguna vez	nunca	nunca	nunca	siempre										

Tabla cruzada

	PREVIÓ AL INICIO	RENDIMIENTO ACADÉMICO		SATISFACTORIO	Total
		INICIO	EN PROCESO		
NUNCA	Recuento	0	1	0	1
	% del total	0.0%	0.7%	0.0%	0.7%
ALGUNAS VECES	Recuento	20	22	43	95
	% del total	13.4%	14.8%	28.8%	67.0%
FRECUENTEMENTE	Recuento	10	17	25	53
	% del total	6.7%	11.4%	16.8%	25.6%
Total	Recuento	30	40	68	148
	% del total	20.3%	26.8%	45.6%	100.0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	7.236 ^a	6	0.020
Razón de verosimilitud	7.974	6	0.024
Asociación lineal por lineal	0.544	1	0.461
N de casos válidos	148		

a. 0 casillas (0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es .07.

ARCHIVO INICIO INSERTAR DISEÑO DE PÁGINA FÓRMULAS DATOS REVISAR VISTA

Calibri 11 A A Ajustar texto General

Formato condicional Dar formato Estilos de celdas Insertar Eliminar Formato

Autosuma Rellenar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

Portapapeles Fuente Alineación Número Modificar

K210

		RENDIMIENTO ACADÉMICO				
		PREVIO AL INICIO	INICIO	EN PROCESO	SATISFACTORIO	Total
CONSUMO DE ALIMENTOS CHATARRA	FRECUENTEMENTE	0	1	2	1	4
	Frecuento	0.9	1.1	1.8	0.3	4.0
	% del total	0.6%	0.7%	1.3%	0.7%	2.7%
	ALGUNAS VECES	29	36	61	10	136
	Frecuento	27.4	36.5	62.1	10.0	136.0
	% del total	19.5%	24.2%	40.9%	6.7%	91.3%
	NUNCA	1	3	5	0	9
	Frecuento	1.9	2.4	4.1	0.7	9.0
	% del total	0.7%	2.0%	3.4%	0.0%	6.0%
Total	Frecuento	30	40	68	11	149
	Frecuento esperado	30.0	40.0	68.0	11.0	149.0
	% del total	20.1%	26.8%	45.6%	7.4%	100.0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	3.393 ^a	6	0.044
Razón de verosimilitud	4.858	6	0.162
Asociación lineal por lineal	0.597	1	0.529

N de casos válidos: 149

a. 0 casillas (0.3%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es: 20.

CONSUMO DE ALIMENTOS NUTRITIVOS * RENDIMIENTO ACADÉMICO

Sheet1

ANEXO N°8: INSTITUCIÓN



ANEXO N°9: PRUEBA DE NORMALIDAD

Pruebas de normalidad			
	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Hábitos alimentarios	0.399	149	0.152
Rendimiento academico	0.256	149	0.148