



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Nutrición y Dietética

“CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DEL CALLAO, 2025”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en nutrición y dietética

Autor:

Astrid Alessandra Chavez Silva

Asesor:

Mtra. Florentina Gabriela Vidal Huamán

<https://orcid.org/0000-0003-1519-5413>

Lima - Perú

2025

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	MASTER GIANCARLO BESSOMBES NAVEDA
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	NILDA DORIS CASTILLO GUARDAMINO
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	FLORENTINA GABRIELA VIDAL HUAMAN
	Nombre y Apellidos

Informe de Similitud



Página 2 of 71 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega: 13306301903




17% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 20 palabras)

Fuentes principales

- 17%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 11%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alerta de integridad para revisión

-  **Texto oculto**
108 caracteres sospechosos en N.º de página
El texto es alterado para mezclarse con el fondo blanco del documento.

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 lo revise.

DEDICATORIA

Le dedico este trabajo a mi querido abuelo Raúl, quien siempre creyó en mí, incluso en los momentos en que yo misma dudaba. 09/07/2024.

A mis padres y mi abuela, quienes han sido mi mayor apoyo en cada paso de mi vida, por su amor, paciencia y por enseñarme a no rendirme nunca.

AGRADECIMIENTO

Con todo mi corazón, agradezco a mis padres por confiar en mí y estar siempre a mi lado en todo el proceso.

A mi asesora Florentina Gabriela Vidal Huamán, por su predisposición y tiempo brindado mí para el desarrollo de la tesis, al director, coordinadora general, docentes y alumnos de la Institución Educativa Privada Concordia Universal por su acceso y apoyo en la aplicación de mi investigación.

Tabla de contenidos

JURADO EVALUADOR.....	2
Informe de Similitud.....	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
Índice de tablas	7
Índice de Figuras.....	8
Resumen	9
Palabras Claves	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	10
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	22
CAPÍTULO III: RESULTADOS	28
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	38
REFERENCIAS	44
ANEXOS	47

Índice de tablas

Tabla 1. Clasificación de la valoración nutricional de adolescentes según índice de masa corporal para la edad.....	19
Tabla 2. Clasificación de la valoración nutricional de adolescentes según talla para la edad.....	20
Tabla 3. Fiabilidad de la encuesta de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados	28
Tabla 4. Distribución por edad de los adolescentes.....	28
Tabla 5. Distribución por sexo	29
Tabla 6. El estado nutricional según el IMC y el sexo de los adolescentes de una institución educativa privada del distrito del Callao, 2025	30
Tabla 7. El estado nutricional según talla para edad y el sexo de los adolescentes de una institución educativa privada del distrito del Callao, 2025	30
Tabla 8. Índice de masa corporal de adolescentes según el año de estudio.....	31
Tabla 9. Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados	32
Tabla 10. Consumo de alimentos ultraprocesados según el sexo de los adolescentes de una institución privada del Callao	32
Tabla 11. Nivel del consumo de alimentos ultraprocesados de los adolescentes de una institución educativa privada del Callao.....	33
Tabla 12. Consumo de alimentos ultra procesados y su relación con la talla para la edad	33
Tabla 13. Tabla cruzada de las variables consumo de alimentos ultra procesados y estado nutricional.....	34
Tabla 14. Relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y el estado nutricional según IMC	35
Tabla 15. Relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y talla para la edad	35
Tabla 16. Correlación entre el consumo de alimentos dulces y el estado nutricional ...	36
Tabla 17. Correlación entre el consumo de carnes y embutidos y la talla / edad.....	36
Tabla 18. Correlación entre el consumo de las bebidas y el estado nutricional	37

Índice de Figuras

Figura 1. Estado nutricional de los adolescentes según el índice de masa corporal.....	29
Figura 2. Distribución porcentual por grupo de clasificación según el cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultra procesados.....	49

Resumen

En el Perú, la población adulta y joven, suelen optar por un consumo de alimentos ultraprocesados altos en azúcar refinada, grasas saturadas, grasas trans y bajas en nutrientes esenciales como proteína, grasas saludables, fibra, vitaminas y minerales, además de la falta de actividad física diaria, puede generar con mayor facilidad la presencia de enfermedades como: sobrepeso y obesidad. **Objetivo:** Determinar la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el estado nutricional en adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025. **Metodología:** Estudio de nivel básico, alcance descriptivo, con enfoque cuantitativo. participaron 120 estudiantes adolescentes jóvenes de 3ro, 4to y 5to año de secundaria. Se utilizó como instrumento una encuesta de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados, dividido en 18 grupos según el sistema NOVA y un cuestionario de estado nutricional. Se aplicó correlación de Pearson. **Resultados:** El 53.33% de adolescentes tienen un alto consumo de alimentos ultraprocesados, el 67.5% presenta un estado nutricional normal. La relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y el estado nutricional no fue significativa ($p=0.978$). **Conclusiones:** No se encontró relación entre el consumo de alimentos ultra procesados y el estado nutricional. Los adolescentes tienen un consumo alto y medio de alimentos ultra procesados, más de la mitad tienen un estado nutricional normal.

Palabras Claves: Adolescentes, alimentos ultraprocesados, estado nutricional, sobrepeso, obesidad

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad problemática

Actualmente las comunidades del mundo combaten la malnutrición debido a la escasez o falta considerable de nutrientes, lo que representa una amenaza para el bienestar de la humanidad. En los últimos años, los altos niveles de sobrepeso y obesidad se han relacionado directamente con un incremento de las enfermedades crónicas no transmisibles como el cáncer, enfermedades cardiovasculares y diabetes. (1)

A nivel mundial, millones de personas lidian con enfermedades como la obesidad y el sobrepeso, teniendo en cuenta a los niños como la quinta parte de la población afectada, sin embargo, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), este número continuara en incremento. (2)

Los alimentos procesados nacen de la necesidad de poseer alimentos mejor preservados, comestibles y agradables al paladar, para su posterior consumo. Sin embargo, las grandes industrias prolongan la fecha de caducidad de los productos alimenticios con la finalidad de no tener pérdidas, por ende, se debe considerar que cuanto más prolongada sea la fecha de vencimiento existe más probabilidad de que sean productos ultra procesados, los cuales tienden a perder muchas de sus propiedades nutricionales (vitaminas, minerales y fibra) e incrementar características perjudiciales (azúcares simples y grasas) conllevando a que no tengan calidad nutricional pero al tener características organolépticas que son más atractivas genere que el consumidor reemplace las comidas o preparaciones caseras por ultra procesados. (3)

El crecimiento prevaeciente del sobrepeso y la obesidad en América Latina se debe principalmente a la carencia de actividad física y a alteraciones en la alimentación

diaria, al elegir dietas cargadas de energía y en grasas saturadas, grasas trans y limitadas en nutrientes como proteína, grasas saludables, fibra, vitaminas y minerales. Esto se refleja especialmente en niños y adolescentes de 5 a 19 años. (4)

La salud nutricional en el Perú está en alerta, la población adulta y joven, tienen un alto consumo de varios alimentos ultraprocesados, además de un estilo de vida sedentario con relación a años anteriores, esto puede generar con mayor facilidad la presencia de enfermedades como: sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus e hipertensión. Según la ENDES (Encuesta demográfica y salud familiar) en 2024, el 62.2% de los peruanos mayores de 15 años presentan un exceso de peso, el 36.5% de sobrepeso y el 25.7 % sufren de obesidad, en este caso siendo las mujeres las más afectadas en comparación de los hombres. (22)

Debido al crecimiento de esta problemática, se vuelve fundamental llevar a cabo e implementar estrategias preventivas y educativas sobre una alimentación saludable, enfocadas especialmente a los grupos más vulnerables, como los niños y adolescentes en etapa escolar.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el estado nutricional en adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cuál es la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados por los adolescentes de una institución educativa privada del distrito del Callao, 2025?

¿Cuál será el diagnóstico nutricional según el sexo de los adolescentes de una institución educativa privada del distrito del Callao, 2025?

¿Cuáles serán los niveles de consumo de los alimentos ultraprocesados según el sexo de los adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025?

1.3 Justificación

La presente investigación es relevante ya que proporcionara datos renovados acerca de la correlación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el estado nutricional en adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025. Es crucial conocer el estado nutricional ya que promueve una intervención temprana para mejorar la salud de los adolescentes, quienes están constantemente en aprendizaje ; si el estado nutricional se distingue por un bajo peso, podría estar asociado a posibles carencias de nutrientes o energía, lo que podría provocar problemas en su nivel de aprendizaje, concentración y rendimiento académico (18). Por otro lado, el sobrepeso y la obesidad incrementan la posibilidad de que los jóvenes en el futuro desarrollen enfermedades crónicas, lo que perjudicarían su calidad de vida (19).

El presente trabajo busca esclarecer si existe una conexión directa entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el estado nutricional en adolescentes de una institución educativa privada del Callao, del presente año 2025. A nivel teórico se busca impartir nuevos conocimientos en relación con el tema, la estrategia metodológica busca generar conocimiento confiable y válido y a nivel práctico los resultados de la presente investigación serán relevantes para generar políticas y propuestas de intervención nutricional, de modo que, se promueva la salud mediante una mejora de hábitos alimenticios, en donde se tenga como objetivo reducir la ingesta de alimentos

ultraprocesados, así como fomentar la importancia de una vida activa y saludable, que beneficie directamente a los estudiantes adolescentes.

1.4 Antecedentes

La autora Salazar Elita, en el 2024, realizó una investigación sobre la ingesta de alimentos ultraprocesados y estado nutricional de los alumnos de una Institución Educativa Pública de Cajamarca – Perú, el tipo de estudio tuvo un enfoque cuantitativo, descriptivo, correlacional, no experimental. Se encuestó a 87 alumnos de 1ero a 6to grado de primaria. Sus resultados mostraron que el 65.5% de estudiantes tenían un peso adecuado y un consumo bajo de alimentos ultraprocesados, sin embargo, el 18,4% tenía un peso inadecuado por ende una ingesta muy alta de alimentos ultraprocesados, además, de evidenciar que las frecuencias de consumo de estos alimentos son de 2 a 4 veces por semana. Se concluyó que, si existe relación entre la variable frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados y el IMC con una significancia alta ($p < 0.01$). (11)

En el año 2022, la autora Valderrama, Massiel, realizó una investigación llamada Consumo de alimentos ultraprocesados y su relación con el estado nutricional en adolescentes del Centro Educativo Parroquial María Auxiliadora en Huánuco. El tipo de estudio fue prospectiva, analítica y observacional. Se concluyó que, el consumo de alimentos ultra procesados se relacionó significativamente con el estado nutricional de los adolescentes. La autora evidencio que, había relación relevante entre el consumo de galletas, snacks, chocolates, bebidas ultraprocesadas con el estado nutricional de las adolescentes. (12)

La autora Podostroiec, Michelle, en Buenos aires – Argentina 2022, realizó una investigación nombrada Consumo de alimentos ultraprocesados en adolescentes y su

relación con el estado nutricional. El estudio fue observacional, transversal y prospectivo. Se evaluó mediante una encuesta en adolescentes entre 13 a 18 años, donde se concluyó que el 2.7% de los participantes tenía obesidad y 1,9% con sobrepeso de los cuales llevaban una alimentación de muy mala calidad. (13)

Lozano V. Hermoza R. Sacramento S, en su estudio de investigación realizada en el distrito del Agustino – Lima 2019, buscaron determinar la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y las medidas antropométricas los estudiantes del Agustino. Metodología de estudio; descriptivo, transversal y observacional, con una población muestral de 229 estudiantes entre 9 a 17 años de edad. Los resultados que obtuvieron fue; el 58.18 % y 60,5 % de escolares de primaria y secundaria presentaron baja ingesta de alimentos ultraprocesados respectivamente, el 21.8 % de escolares de primaria presentó sobrepeso y el 24.55 % obesidad; por otro lado, el 29.41 % de escolares de secundaria presentó sobrepeso y 15.12% obesidad. Concluyó que en los estudiantes de primaria se observó la asociación entre el consumo de alimentos industrializados con peso y el perímetro abdominal. (14)

En ese mismo año, la autora Alvarado, Pamela, realizó una investigación llamada Influencia del nivel de conocimientos nutricionales en el consumo de alimentos ultraprocesados de adolescentes escolares del Centro Educativo Nacional “Héroes del Cenépa” en el Cercado de Lima. El tipo de estudio fue cuantitativo, descriptivo, observacional de corte transversal. En esta investigación son concluyo que el indicador de IMC que predomino fue el normal con el 57% de los estudiantes, el 43% de los adolescentes tienen conocimientos sobre nutrición gracias al internet y la frecuencia de consumo de alimentos

ultraprocesados fue del 55%, los más consumidos fueron las gaseosas, snacks y salsas o cremas. (15)

Farro C. Montenegro I., en su investigación realizada en, Panamá, 2022; cuyo objetivo fue identificar el estado nutricional, ingesta de azúcar y grasa en estudiantes de centros de orientación infantil (COIF), Teniendo como metodología: estudio observacional, transversal y descriptivo, con una muestra de 100 estudiantes preescolares (45 niñas y 55 niños) de un rango de edad de 1 a 7 años, la cual se obtuvo como resultado una alta prevalencia de sobrepeso (40%). Se observó que las bebidas azucaradas, las galletas y los cereales eran el más ingerido por los niños, siendo un 31% de consumo alto y 37% tiene consumo muy alto. (16)

En Bogotá - Colombia 2017, Ramírez R. Fuente J. Martínez J., en su estudio, buscaron identificar la prevalencia y los factores relacionados a la ingesta de bebidas azucaradas en escolares. Tuvo como metodología; un estudio descriptivo transversal, con una población muestral de 8.136 niños y adolescentes colombianos que tenían las edades entre 9 y 17 años. Como resultado obtuvo que el 23,3% bebe todos los días gaseosas, el 13,2% jugos ultra procesados. Los investigadores concluyeron que la educación de los padres y los patrones de alimentación guardan relación con la ingesta de bebidas azucaradas en los escolares colombianos. (17)

1.5 Bases teóricas

1.5.1 Alimentos ultra procesados

Definición

Según la OPS, define que “los productos ultraprocesados son formulaciones industriales elaboradas a partir de sustancias derivadas de los alimentos o sintetizadas de otras fuentes orgánicas. En sus formas actuales, son inventos de la ciencia y la tecnología de los alimentos industriales modernas. La mayoría de estos productos contienen pocos alimentos enteros o ninguno. Vienen listos para consumirse o para calentar y, por lo tanto, requieren poca o ninguna preparación culinaria”. (5)

1.5.1.1 Clasificación de los alimentos

Según el sistema NOVA, para la clasificación de los alimentos, elaborado en la Universidad de Sao Paulo en Brasil y expuesto en 2015 en un informe de la OPS/OMS, los alimentos procesados se pueden clasificar según algunas características del alimento como: naturaleza, grado de procesamiento y finalidad. (6)

Grupo 1: Los alimentos naturales o mínimamente procesados. Los alimentos naturales (no procesados) son partes comestibles de plantas (semillas, hojas, tallos, raíces) o de animales (músculo, despojos, huevos, leche), y también los hongos y algas después de la separación de su naturaleza, mientras que los alimentos mínimamente procesados son alimentos naturales alterados por procesos tales como secado, molienda, trituración, eliminación de partes no comestibles, fraccionamiento, pasteurización, hervido, refrigeración o fermentación alcohólica. Ninguno de estos procesos añade sustancias tales como sal, azúcar, aceites o grasas en el alimento original. En consiguiente con lo anterior, este grupo incluye los siguientes alimentos: verduras frescas o refrigeradas, frutas frescas o congeladas, raíces y tubérculos, jugos de frutas (sin azúcar), nueces y semillas sin sal; leche fresca y pasteurizada, yogur natural, carnes, aves y pescados, huevos, té, café, agua del grifo y agua de manantial embotellada. (6)

Grupo 2: Ingredientes culinarios procesados. En esta categoría se incluyen

aquellas sustancias obtenidas de manera directa a partir de los alimentos del grupo 1, a través de procesos de trituración, prensado, molienda, refinación y secado por pulverización. El propósito de procesar aquí es hacer productos que se utilizan en las cocinas de casas y restaurantes para preparar, sazonar y cocinar. Este grupo incluye también, aceites vegetales, grasas animales, azúcar, sal, harinas y pastas crudas. (6)

Grupo 3: Alimentos procesados. Los procesos que sufren estos alimentos incluyen los de preservación, de cocción, y, en casos como el pan y el queso, fermentación no alcohólica. El principal objetivo del procesamiento es aumentar el tiempo de vida de los alimentos naturales aumentando durabilidad y tiempo de estante, haciéndolos más prácticos y convenientes. En consiguiente con lo anterior, este grupo incluye los siguientes alimentos: verduras y legumbres enteros embotellados y conservados en salmuera, verduras o frutas congeladas, verduras pre cortadas y lavadas, ensaladas en bolsas, conservas de pescado en agua o aceite, pescado ahumado, algunos tipos de carne procesada, frutos secos tostados, frutas enteras en almíbar y queso al que se añade la sal. (6)

Grupo 4: Productos alimenticios y bebidas ultra procesados. El cuarto grupo está compuesto por formulaciones industriales normalmente con cinco o más y por lo general muchos ingredientes. Tales ingredientes incluyen a menudo también sal, azúcar, grasas, aceites, estabilizantes, conservantes y antioxidantes. Los ingredientes que se encuentran en los productos ultra procesados incluyen químicos y aditivos cuya finalidad es otorgar al producto cualidades sensoriales similares a las del grupo 1 de alimentos. En este grupo encontramos refrescos de fruta, bebidas energizantes, leches saborizadas, los fideos instantáneos, cereal de desayuno, jamón, barras de cereal, galletas dulces y saladas, gaseosas, postres instantáneos en polvo, entre otros. (6)

1.5.2 Estado nutricional

1.5.2.1 Valoración del estado nutricional

De acuerdo con la OMS, se refiere al estado de salud de la persona como resultado de su régimen alimentario, nutrición, estilo de vida, condiciones sociales y condiciones de salud. (7) El estado nutricional puede verse impactada por varios elementos como un conocimiento insuficiente sobre alimentación saludable, medidas de higienes, acceso a servicios básicos, saneamiento del medio ambiente, hábitos alimentarios, entre otros. Existe una correlación entre una mala nutrición y la aparición de enfermedades crónica no transmisibles. Por lo tanto, es crucial la evaluación nutricional para que se lleve a cabo la intervención requerida por las autoridades del sector salud. (8)

1.5.2.2 Peso

Es un parámetro antropométrico frecuentemente utilizado debido a su rapidez y sencillez en su realización, además de la factibilidad de los instrumentos empleados. No obstante, como medida independiente, el peso no posee validez y debe ser interpretado en función de la edad o la estatura del individuo. (9)

1.5.2.3 Talla

La talla o estatura es una medida tradicional que señala el tamaño relativo de un individuo desde el talón de los pies hasta la parte superior de la cabeza, usualmente se cuantifica en centímetros o metros. (10) (9)

1.5.2.4 IMC

Es un indicador de estado nutricional utilizado por expertos en salud para valorar los grados de delgadez, normal, sobrepeso y obesidad. El Índice de Masa Corporal se

determina dividiendo el peso en kilogramos por el cuadrado de la altura en metros: $(\text{kg}) / (\text{talla (m)})^2$ (10) (9)

1.5.2.5 Edad

La edad se mide desde el periodo que va desde el nacimiento hasta el presente y se segmenta en grupo de edad que abarcan la infancia, juventud, adultez y vejez. (9)

1.5.3 Clasificación del estado nutricional

Según la guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente, lo categoriza según IMC para la edad y Talla para la edad.

1.5.3.1 Según IMC para la edad

Este índice compara el IMC del adolescente con el IMC de referencia correspondiente a su edad, el cual se emplea para determinar si el individuo posee un peso saludable en comparación con su estatura. (10) (9)

Tabla 1. Clasificación de la valoración nutricional de adolescentes según índice de masa corporal para la edad

Clasificación	Punto de corte
Delgadez severa	<-3 DE
Delgadez	< -2 DE a -3 DE
Normal	- 2 DE a +1 DE
Sobrepeso	> +1 DE a +2 DE
Obesidad	> 2 DE

Fuente: Referencia de Crecimiento OMS 2007

1.5.3.1 Según Talla para la edad

Este indicador establece el crecimiento alcanzado en comparación con la edad, nos facilita la identificación de niños de baja estatura debido a una ingesta insuficiente de

nutrientes durante un periodo prolongado. (10) (9)

Tabla 2. Clasificación de la valoración nutricional de adolescentes según talla para la edad

Clasificación	Punto de corte
Talla baja severa	<-3 DE
Talla baja	< -2 DE a -3 DE
Normal	- 2 DE a + 2 DE
Talla alta:	> + 2 DE

Fuente: Referencia de Crecimiento OMS 2007

1.5.4 Complicaciones

El exceso de grasa a largo plazo contribuye a incrementar la comorbilidad y mortalidad; las enfermedades crónicas no transmisibles son las que se relacionan con el sobrepeso y obesidad, estas pueden ser la diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, trastornos del aparato locomotor y la aparición de algunos cánceres. (23) (24)

1.5.5 Prevención

El sobrepeso y la obesidad, así como las enfermedades no transmisibles vinculadas, pueden prevenirse en su mayoría. Es fundamental que el entorno social permita influir en las elecciones de las personas, de modo que la opción que seleccione sea la más sencilla (la más asequible, disponible y apto), sea la más saludable en calidad de alimentos y actividad física frecuente y en consecuencia prevenir el sobrepeso y la obesidad. (23) (24)

1.6 Objetivos: General y específicos

1.6.1 Objetivo general

Determinar la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el estado nutricional en adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025

1.6.2 Objetivos específicos

Identificar los niveles de consumo de los alimentos ultraprocesados por los adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025

Evaluar el diagnóstico nutricional según el sexo de los adolescentes de una institución educativa privada del distrito del Callao, 2025

Identificar los niveles de consumo de los alimentos ultraprocesados según el sexo de los adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025

1.7 Hipótesis

Hipótesis general

H0: No existe una relación directa y representativa entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el índice de masa corporal en adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025

H1: Existe una relación directa y representativa entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el índice de masa corporal en adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1 Tipo de investigación

El siguiente estudio es de nivel básico, un alcance descriptivo, con un enfoque cuantitativo, su finalidad es evaluar la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el estado nutricional de los estudiantes adolescentes.

2.2 Población y muestra

Población

Los estudiantes adolescentes jóvenes de 3ro, 4to y 5to año de secundaria del colegio particular.

Tamaño de la población es 158 estudiantes adolescentes.

Muestra

El muestreo es no probabilístico y por conveniencia, teniendo una muestra de 120 estudiantes adolescentes. (20)

Criterios de inclusión

- Alumnos de educación secundaria matriculados en 3ro, 4to y 5to.
- Ambos sexos
- Aparentemente sanos
- Pertenecer a la institución educativa particular
- Alumnos cuyos padres hayan firmado el consentimiento informado.
- Alumnos que acepten el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Alumnos que presenten enfermedades que condicionen a un régimen dietético especial.
- Alumnos con capacidades especiales.
- Alumnos que practiquen algún deporte profesionalmente.
- Alumnos veganos.

2.3 Identificación de variables

Variable dependiente: Consumo de alimentos ultra procesados.

Variable independiente: Estado nutricional en adolescentes

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

Técnica

La técnica que se empleó para la recolección de datos fue la encuesta, definida como un documento que reúne información de forma organizada, mediante preguntas específicas, las cuales tendrán la capacidad de generar respuestas confiables, válidas y capaces de ser cuantificadas. (21)

Instrumento

Evaluación nutricional antropométrica

Para la variable 1, la evaluación nutricional antropométrica en adolescentes, se realizó la toma del peso y la talla, los cuales determinaron el índice de masa corporal (IMC), el cual se calcula dividiendo el peso en kilos por la talla en metros al cuadrado (Kg/m²).

Para precisar el peso se utilizó una balanza digital de la marca Xiaomi, modelo My body composition scale 2, se aseguró que este calibrada. Por otro lado, para la talla se utilizó un tallímetro móvil de madera el cual sigue con las especificaciones de calidad y mediciones establecidas en el documento técnico N° 976-2014 MINSA.

Para la determinación del IMC se hizo uso de las tablas de valoración nutricional antropométrica de varones y mujeres de 5 a 17 años del INS/CENAN. Estas tablas nos permitieron determinar el Índice de Masa Corporal para la Edad (IMC/E) y también la Talla para la Edad (T/E) de los estudiantes.

Cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultra procesados

Para la variable 2, se consideró un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados, creado por la autora de esta investigación en este presente año 2025. Este cuestionario conto con una validez mediante un juicio de 3 expertos que evaluaron coherencia, claridad y pertinencia de los ítems, además, se garantizó la confiabilidad de los datos, mediante una muestra piloto, la cual se realizó a 20 adolescentes estudiantes.

El instrumento está compuesto por 18 preguntas, donde según su clasificación están divididos en 6 secciones: alimentos dulces, carnes y embutidos, snacks, alimentos de panadería, bebidas, sopas y cremas, en el cual se presentó un ppt para la exhibición de alimentos ultraprocesados mejorando la aplicación del producto de modo que el participante pueda visualizar la variedad de opciones y puedan aproximarse a su realidad. Las preguntas cuentan con opciones de respuestas ordinales-politómicas como: diario, 2-4 v/sem, 1 v/sem, 1-3 v/mes y nunca. Cada respuesta con un puntaje establecido, con un valor de 5 a 1 respectivamente, para obtener el resultado final se debe realizar la sumatoria a los valores obtenidos de cada respuesta, la clasificación de los rangos para la

interpretación se estableció en función de las puntuaciones máximas y mínimas, obtenidas mediante la multiplicación de los valores asignados a cada alternativa: alto consumo: ≥ 67 a ≤ 90 puntos; consumo moderado: ≥ 43 a ≤ 66 puntos; bajo consumo: ≥ 18 a ≤ 42 puntos.

2.5 Procedimientos y recolección de datos

Se solicitó permiso a la institución educativa Concordia Universal por medio del director y la coordinadora general académica, quienes aprobaron la solicitud y me brindaron un cronograma con horarios establecidos, donde al llegar al aula, los docentes me proporcionaron los consentimientos firmados por los padres de familia que fueron entregados previamente por medio de la agenda escolar. Se les explicó a los estudiantes adolescentes en qué consistía el estudio, así como la importancia de su participación, se les presentó el consentimiento informado, que luego cada participante firmó para formar parte del estudio.

Luego, a cada estudiante se le hizo entrega una hoja que contenía las dos secciones del cuestionario: cuestionario sobre el estado nutricional y encuesta de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados. En primer lugar, se realizó la encuesta de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados, cuyo tiempo estimado fue de aproximadamente 25 minutos. Durante su desarrollo, se brindó asesoramiento y se proyectó una presentación en PowerPoint como material de apoyo, con el fin de resolver dudas.

Finalizando esta sección, los estudiantes fueron derivados al área de enfermería, organizados en grupos de cinco, donde se dio inicio a la toma de peso y talla. Previamente, se calibró la balanza Xiaomi para asegurar su correcto funcionamiento, luego se procedió a instalar el tallímetro móvil de madera en una superficie completamente plana y que esté fijo adecuadamente en la pared. Finalmente, se le informó a cada participante sobre sus

medidas antropométricas, dando así por concluida la segunda y última parte del cuestionario.

La tabulación y almacenamiento de datos recolectados de las encuestas de esta investigación se realizaron mediante el programa Excel. Estos datos fueron importados y procesados estadísticamente haciendo uso del programa SPSS versión 29.

2.6 Análisis de datos

Se utilizó la prueba Kolmogórov-Smirnov para evaluar la normalidad de las variables, posterior a ello para poder realizar el análisis de estos datos, se empleó como técnica estadística la prueba R de Pearson, medida estadística paramétrica que determina la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados con el estado nutricional. Las cuales son dos variables continuas, el coeficiente de correlación oscila de + 1 a - 1 y el valor 0 significa que no existe una relación entre las variables mencionadas, asimismo, recordar que, la correlación es negativa si el valor es menor a 0, pues indica que las variables se relacionan inversamente. Si la correlación es positiva el valor es mayor a 0, indicando que las variables se relacionan directamente.

2.7 Aspectos éticos

En el presente estudio se aplicaron los siguientes principios éticos:

- a. La investigación fue aprobada y previamente fue informado al director y la coordinadora general académica de la institución, el objetivo de la investigación, así como las variables y el procedimiento para realizar la evaluación antropométrica.
- b. Se brindó una hoja de consentimiento informado que fue firmado por los padres de familia de los adolescentes antes de participar del estudio.

- c. A los adolescentes se le proporciono una hoja con el asentimiento informado, donde se respetó el principio de autonomía al no imponer la participación en la investigación a ningún participante.
- d. Además, se veló por la confidencialidad de los datos y resultados recopilados como el peso, la talla y el IMC, evitando su divulgación que pueda comprometer su bienestar físico y/o emocional.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1 Confiabilidad del instrumento

Para la confiabilidad de la encuesta de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados, se realizó una prueba piloto considerando a 20 de los adolescentes estudiantes de la institución educativa privada. De esta manera, se alcanzó un alfa de Cronbach de 0.812 como resultado, esto indica que existe una alta fiabilidad.

Tabla 3. Fiabilidad de la encuesta de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.812	18

3.2 Características de la muestra

Se evaluaron un total de 120 estudiantes adolescentes, tomando en cuenta los criterios de inclusión y exclusión se obtuvieron los siguientes resultados.

Tabla 4. Distribución por edad de los adolescentes

Edad	n°	%
14	33	27.5%
15	36	30%
16	46	38.3%
17	5	4.2%
Total	120	100%

Con respecto a la cantidad de adolescentes de acuerdo a la edad, se puede observar en la tabla 3 que sobresale los estudiantes del grupo de 16 años con respecto a las demás edades, siendo los adolescentes de 17 años que se encuentran en menor proporción.

Tabla 5. Distribución por sexo

Sexo	n°	%
Femenino	49	40.8%
Masculino	71	59.2%
Total	120	100%

De acuerdo a la agrupación por género de los estudiantes adolescentes que participaron de la encuesta, en la tabla 4 se aprecia que existe una mayor participación del sexo masculino comparado con el femenino, siendo un 59.2% y 40.8% respectivamente.

3.2 Estado nutricional

Se evidencia que en el total de los adolescentes estudiantes evaluados, predomina el estado nutricional normal, sin embargo, por debajo de este se encuentra el sobrepeso y seguido se encuentra la obesidad.

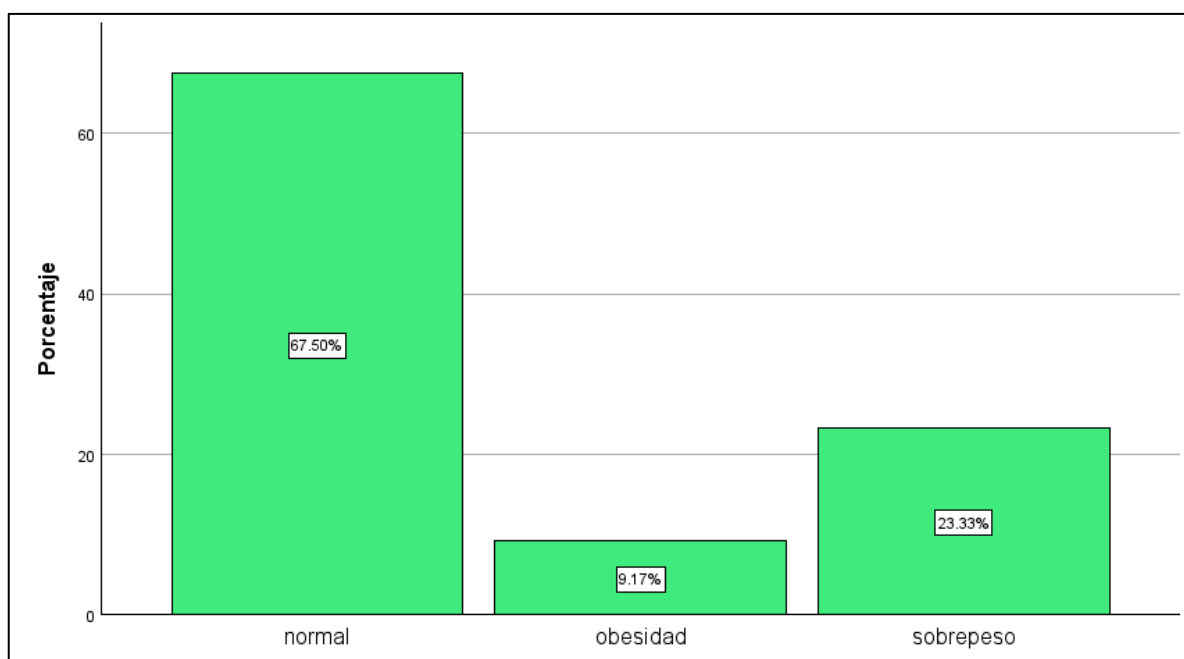


Figura 1. Estado nutricional de los adolescentes según el índice de masa corporal

Observando la tabla 5, el estado nutricional que presentan los adolescentes en relación con el género, demostrando que el IMC normal predomina en el sexo masculino con el 65.43%, mientras que el sexo femenino supera al masculino en el estado nutricional obesidad con un 63.64%, en cambio, ambos sexos tienen la misma cantidad de adolescentes con un estado nutricional sobrepeso.

Tabla 6. El estado nutricional según el IMC y el sexo de los adolescentes de una institución educativa privada del distrito del Callao, 2025

Estado nutricional	Sexo	n°	%
Normal	Femenino	28	34.57%
	Masculino	53	65.43%
Obesidad	Femenino	7	63.64%
	Masculino	4	36.36%
Sobrepeso	Femenino	14	50%
	Masculino	14	50%

Se identifica en la tabla 6, que los adolescentes del sexo masculino tienen una talla normal (61.9%), mientras que en la talla baja son las del sexo femenino que presenta mayor cantidad de adolescentes con talla baja.

Tabla 7. El estado nutricional según talla para edad y el sexo de los adolescentes de una institución educativa privada del distrito del Callao, 2025

Clasificación talla /edad	Femenino n (%)	Masculino n (%)	Total n (%)
Normal	43 (38.1%)	70 (61.9%)	113 (94.2%)
Talla alta	0 (0.0%)	1 (100.0%)	1 (0.8%)
Talla baja	6 (100.0%)	0 (0.0%)	6 (5.0%)
Total	49 (40.8%)	71 (59.2%)	120 (100%)

Se presenta la distribución del estado nutricional de los adolescentes según el año de estudio, se puede observar en la tabla 7 que dentro del estado nutricional normal, los adolescentes de tercer año de secundaria constituyen la mayor proporción con un 43,21%, por otro lado, en la categoría de obesidad, los adolescentes de cuarto año de secundaria registran una mayor concentración, alcanzando un 54,55%, asimismo, el mismo año académico lidera la proporción de adolescentes con sobrepeso, con un 42.86%.

Tabla 8. Índice de masa corporal de adolescentes según el año de estudio

Índice de masa corporal	3ro (n=47)	4to (n=40)		5to (n=33)
	Normal	35 (43.21%)	22 (27.16%)	24 (29.63%)
Obesidad	4 (36.36%)	6 (54.55%)	1 (9.09%)	
Sobrepeso	8 (28.57%)	12 (42.86%)	8 (28.57%)	

3.3 Consumo de alimentos por grupo de acuerdo al cuestionario de frecuencia de ultraprocesados

El cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados se encuentra dividido en 18 grupos, siguiendo las indicaciones del sistema NOVA, encontrando la cantidad de veces por semana un adolescente puede consumir los productos que se encuentran en cada grupo.

Tabla 9. Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados

Alimento	Frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados n (%)
Pan blanco	103 (85.83 %)
Galletas	79 (65.50 %)
Embutidos y fiambres	81 (67.33 %)
Carnes procesadas	63 (52.16 %)
Bebidas azucaradas	69 (57.33 %)
Snacks salados	74 (61.33 %)
Cremas	73 (60.66 %)
Bebidas carbonatadas	63 (52.33 %)
Chocolates	64 (53.16 %)
Dulces	61 (50.33 %)
Bollería	62 (50.60 %)
Lacteos azucarados	57 (47.66 %)
Azucarados preparados	56 (47.16 %)
Cereales azucarados	52 (43.66 %)
Sopas y cremas	49 (40.50 %)
Bebidas energeticas	43 (36.16 %)
Pizza	50 (41.33 %)
Bebidas alcoholicas	27 (22.66 %)

Observando en la tabla 9 se determina que existe un mayor consumo de productos ultraprocesados en el grupo de los adolescentes del sexo masculino con un 59.16%, en comparación del grupo del sexo femenino con un 40.84%.

Tabla 10. Consumo de alimentos ultraprocesados según el sexo de los adolescentes de una institución privada del Callao

Género	N	%
Masculino	71	59.16%
Femenino	49	40.84%
Total	120	100%

En relación al consumo de alimentos ultra procesados, presentado en la tabla 10, se evidencia una mayor prevalencia en un consumo alto (53.33%), seguido por un consumo moderado (46.67%) de alimentos ultra procesados, mientras que la incidencia del consumo bajo resulta prácticamente inexistente.

Tabla 11. Nivel del consumo de alimentos ultraprocesados de los adolescentes de una institución educativa privada del Callao

Rango	n°	%
Bajo consumo	0	0%
Consumo moderado	56	46.67%
Alto consumo	64	53.33%
Total	120	100%

Se observa que los adolescentes con un consumo alto de alimentos ultra procesados presentan en la tabla 11, en su mayoría una talla normal con 92.2%, mientras que el 6.3% presentan una talla baja. En cambio, los adolescentes con un consumo moderado registran una talla normal con 96.4% y un 3.6% para la talla baja.

Tabla 12. Consumo de alimentos ultra procesados y su relación con la talla para la edad

Clasificación de alimentos ultra procesados	Clasificación talla / edad	n°	%
Alto consumo	Normal	59	92.2%
	Talla alta	1	1.6%
	Talla baja	4	6.3%
	Total	64	100%
Consumo moderado	Normal	54	96.4%
	Talla alta	0	0%
	Talla baja	2	3.6%
	Total	56	100%
Total general	Normal	113	94.2%
	Talla alta	1	0.8%
	Talla baja	6	5%
	Total	120	100%

En la tabla 12, se evidencia que, dentro del estado nutricional normal, el nivel de consumo alto es el más prevaleciente (53.1%). En cuanto a los adolescentes con obesidad, el consumo alto es el que predomina (54.5%). Por otra parte, los estudiantes con sobrepeso muestran una mayor proporción de consumo alto (53.6%) en alimentos ultra procesados.

Tabla 13. Tabla cruzada de las variables consumo de alimentos ultra procesados y estado nutricional

Clasificación IMC		Bajo consumo	Consumo moderado	Alto consumo	Total
Normal	N°	0	43	38	81
	%	0%	53.1%	46.9%	100%
Obesidad	N°	0	6	5	11
	%	0%	54.5%	45.5%	100%
Sobrepeso	N°	0	15	13	28
	%	0%	53.6%	46.4%	100%
Total	N°	0	64	56	120
	%	0%	53.3%	46.7%	100%

3.4 Prueba de hipótesis general

En la tabla 13, nos muestra los resultados de la prueba de correlación, encontrándose una significancia de 0.978, por lo tanto, la decisión estadística es aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis alterna, eso quiere decir que no existe relación entre el estado nutricional y el consumo de alimentos ultra procesados de una institución educativa privada del callao.

Tabla 14. Relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y el estado nutricional según IMC

		IMC	Consumo alimentos ultraprocesados
IMC	Correlación de Pearson	1	.003
	Sig. (bilateral)		.978
	N	120	120
Consumo alimentos ultraprocesados	Correlación de Pearson	.003	1
	Sig. (bilateral)	.978	
	N	120	120

En la tabla 14, nos muestra los resultados de la prueba de correlación, encontrándose una significancia de 0.601, por lo tanto, no hay evidencia estadística significativa, la cual se acepta la hipótesis nula y rechazar la hipótesis alterna, eso quiere decir que no existe relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y talla para la edad una institución educativa privada del callao.

Tabla 15. Relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y talla para la edad

		Consumo alimentos ultraprocesados	Talla /Edad
Consumo alimentos ultraprocesados	Correlación de Pearson	1	-.048
	Sig. (bilateral)		.601
	N	120	120
Talla /Edad	Correlación de Pearson	-.048	1
	Sig. (bilateral)	.601	
	N	120	120

3.5 Prueba de hipótesis específica

Los resultados mostrados en la tabla 15 muestran una significancia de 0.376, la

correlación no es significativa, por lo tanto, la decisión estadística es aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis alterna. Es decir que no existe relación suficiente entre el consumo de alimentos dulces como bollería, chocolates, lácteos azucarados, que son ultra procesados y el estado nutricional en adolescentes.

Tabla 16. Correlación entre el consumo de alimentos dulces y el estado nutricional

		IMC	Alimentos dulces
IMC	Correlación de Pearson	1	.082
	Sig. (bilateral)		.376
	N	120	120
Alimentos dulces	Correlación de Pearson	.082	1
	Sig. (bilateral)	.376	
	N	120	120

Los resultados expuestos en la tabla 16 muestran una significancia de 0.740, la correlación no es significativa, por lo tanto, no existe evidencia suficiente para afirmar que existe una relación entre la talla / edad y el consumo de carnes y embutidos.

Tabla 17. Correlación entre el consumo de carnes y embutidos y la talla / edad

		IMC	Carnes y embutidos
IMC	Correlación de Pearson	1	-.031
	Sig. (bilateral)		.740
	N	120	120
Carnes y embutidos	Correlación de Pearson	-.031	1
	Sig. (bilateral)	.740	
	N	120	120

Los resultados expuestos en la tabla 17 muestran una significancia de 0.389, la correlación no es significativa, por ello, se debe aceptar la hipótesis nula y rechazar la alterna. Esto quiere decir que no existe relación entre el consumo de bebidas como las

carbonatadas, alcohólicas, energéticas que son ultra procesadas y el estado nutricional.

Tabla 18. Correlación entre el consumo de las bebidas y el estado nutricional

		IMC	Bebidas
IMC	Correlación de Pearson	1	.079
	Sig. (bilateral)		.389
	N	120	120
Bebidas	Correlación de Pearson	.079	1
	Sig. (bilateral)	.389	
	N	120	120

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 DISCUSION

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y el estado nutricional en adolescentes de una institución privada del Callao, 2025. Para la recolección de datos se llevó a cabo el uso de una encuesta compuesta por dos instrumentos: un cuestionario sobre el consumo de alimentos ultraprocesados y la evaluación del estado nutricional. Luego del tratamiento estadístico de los datos, se obtuvieron los resultados que fueron expuestos en el capítulo anterior.

Los resultados evidenciaron que no existe una correlación significativa entre las variables frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados y el estado nutricional, obteniéndose una significancia de 0.978. Este resultado señala la ausencia de una relación significativa entre ambas variables. No obstante, se puede observar, que algunos adolescentes que presentan un estado nutricional con sobrepeso u obesidad, podrían presentar un mayor consumo de alimentos ultraprocesados, lo que podría favorecer al desarrollo de enfermedades asociadas al exceso de peso perjudicando su salud. Podostroiec (13) menciona que la prevalencia acerca del consumo de alimentos ultraprocesados y el estado nutricional, el 2.7% de los participantes que presentan obesidad llevan una alimentación de muy mala calidad. Por otro lado, otro grupo con el mismo estado nutricional, el 8.1% tiene una dieta de muy buena calidad. Por lo tanto, a pesar de que los estudiantes no consuman alimentos ultraprocesados, su estado nutricional no necesariamente será el adecuado.

En cuanto a la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados, se encontró que el 53.33% (n=64) de los adolescentes presentan un consumo alto de alimentos

ultraprocesados, mientras que el 46.67% (n=56) tienen un consumo moderado y el 0% (n=0) un consumo bajo, estos resultados evidencian que existe un elevado consumo de alimentos ultraprocesados entre los adolescentes, lo cual podría significar un factor de riesgo para su salud. Salazar (11) evaluó la frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados, encontrando que el 24.1% de los estudiantes presentan una frecuencia de consumo alto, mientras que el 75.9% presentan un consumo bajo, esto nos indica que más del 50% de los estudiantes mantienen una tendencia baja al consumo de estos alimentos. Los resultados difieren de los encontrados en el estudio comparado, eso podría explicarse por la diferencia de instrumento aplicados para medir la frecuencia de alimentos ultraprocesados.

Sobre el estado nutricional que presentan los adolescentes en relación con el sexo, se evidencia que el sexo femenino predispone una mayor concentración en el estado nutricional obesidad con un 65.43%, esto demuestra el escaso consumo de alimentos de alta calidad nutricional, en cambio, en el estudio de Farro et al (16) hallaron que el 63% de los participantes tienen un exceso de peso (sobrepeso y obesidad) que corresponden al sexo masculino. Estos resultados difieren en relación a que sexo tiene un mayor consumo de alimentos ultraprocesados, sin embargo, no podemos negar que a medida que se incrementa el consumo de estos productos tienden a incrementarse el IMC hasta presentar problemas nutricionales.

Sin embargo, sobre el consumo de alimentos ultraprocesados en relación al sexo de los adolescentes se evidencia que el sexo masculino es el que demuestra un mayor consumo de alimentos ultraprocesados, lo cual no tiene relación con los resultados del párrafo anterior, esto demuestra que las calorías adquiridas de estos alimentos no se gastan de la misma manera, esto puede relacionarse con el tipo de actividad física, genética, desarrollo y crecimiento.

Se evidencio que no existe una relación significativa entre el consumo de las bebidas de la dimensión 5, que incluye las bebidas carbonatadas, alcohólicas, energéticas, azucaradas y el estado nutricional en los adolescentes de una institución educativa privada del Callao evidenciada en los resultados expuestos en la tabla 14. Ramírez R. Fuente J. Martínez J (17) de forma similar, buscaron identificar la prevalencia en la ingesta de bebidas azucaradas en escolares, reconociendo que el 23.3% tienen un consumo diario de gaseosas y el 13.2% de jugos azucarados. Si bien en el presente estudio los grupos incluidos en esta dimensión, no evidenciaron un consumo alto, se pudo determinar la existencia de un consumo moderado, aunque este nivel de consumo no represente un riesgo cercano, podría aportar a largo plazo el desarrollo de hábitos alimentarios no saludables.

Los resultados del presente estudio evidencian como el consumo de alimentos ultraprocesados puede influir en el estado nutricional de los adolescentes. Es importante considerar que el resultado de la interacción del estado nutricional también se debe a diferentes factores como la genética, el nivel socioeconómico, la cultura, las tradiciones y la educación alimentaria. El fácil acceso y la amplia variedad de los alimentos ultraprocesados favorecen a su consumo masivo, además, la adolescencia se caracteriza por buscar opciones de alimentos rápidos y agradables, las cuales en muchos casos no son nutricionalmente adecuadas.

Los hallazgos de este estudio tienen importantes implicancias en el ámbito de la educación nutricional, se evidencia la necesidad de desarrollar nuevas estrategias de intervención nutricionales dirigidas a adolescentes, con el objetivo de promover opciones alimentarias saludables y naturales, para poder minimizar el consumo de alimentos ultraprocesados, asimismo, se destaca importancia de involucrar a los padres sobre las opciones de loncheras que se ofrecen en el colegio. La participación activa de los padres

podría permitir una mejor selección y aceptación de alimentos más nutritivos, beneficiando la adquisición de hábitos alimentarios más apropiados.

Respecto a las limitaciones presentadas en el estudio, se reconoce que medir el consumo de alimentos ultraprocesados resulta complejo debido a la gran variedad de estos productos y a sus diferentes clasificaciones. Además, se plantean nuevas líneas de investigación que podrían potenciar el análisis, tales como la incorporación de variables relacionadas con la actividad física, la influencia del ambiente escolar y familiar, así como el nivel socioeconómico de la familia, ya que estos factores impactan directamente en los hábitos de los adolescentes.

4.2 CONCLUSIONES

1. Se concluye que no existe relación significativa entre el consumo de alimentos ultra procesados con el estado nutricional en adolescentes de de una institución educativa privada del callao, 2025 ($p=0.978$). Sin embargo, más del 50% tiene un consumo alto de alimentos ultra procesados, lo cual indica que podrían existir otros factores que podrían influir en el estado nutricional.
2. Se identifica la existencia de un nivel mayor consumo de alimentos ultra procesados en el sexo masculino, en comparación del sexo femenino, esto puede relacionarse con el gasto energético propio del genero mencionado.
3. Se concluye que el mayor consumo entre los adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025, son los panes blancos con un 85.83% y el menos consumido son las bebidas alcohólicas con un 22.66%, según la encuesta de frecuencia de alimentos ultra procesados.
4. Se evidencia que el mayor consumo de alimentos ultraprocesados se encuentra en el grupo del sexo masculino con un 59.16%, en comparación con el femenino con un 40.84%.

4.3 RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a la institución implementar políticas destinadas a regular el consumo de alimentos ultraprocesados. Estas políticas deben incluir la limitación de publicidad dirigida a los estudiantes, etiquetas de advertencia de clara comprensión sobre el contenido de los alimentos, así como crear clases maestras sobre la importancia de una buena alimentación para concientizar a los adolescentes sobre los riesgos asociados al consumo alto de alimentos ultraprocesados.
2. En segundo lugar, la institución educativa deberá desempeñar un papel activo en la promoción de hábitos alimenticios saludables. Se sugiere crear campañas durante las escuelas de padres para poder enseñarles la importancia de una alimentación balanceada, además, de promocionar opciones de loncheras saludables rápidas y fáciles de preparar, así también tanto los grandes y chicos puedan aprender.
3. Dentro del núcleo familiar, se invita a los padres de familia a reducir el consumo de alimentos ultraprocesados en el hogar y ofrecer alternativas saludables y nutritivas. Es muy importante considerar que el entorno familiar es un factor muy importante en las elecciones alimentarias, para ello se motiva a los padres de familia a participar de asesorías nutricionales que promuevan cambios positivos en el hogar.

REFERENCIAS

1. Studocu.com. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.studocu.com/pe/document/universidad-nacional-de-trujillo/medicina-i/evaluacion-crecimiento-y-desarrollo-unicef/10157856>
2. Ministerio de Salud [Internet]. Gob.pe. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/321813-un-gordo-problema-sobrepeso-y-obesidad-en-el-peru>
3. OPS. PAHO. [Internet].; 2019. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15530:ultra-processed-foods-gain-ground-among-latin-american-and-caribbean-families&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0
4. Minsa: 15 millones de personas tienen sobrepeso y obesidad [Internet]. Gob.pe. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/634511-minsa-15-millones-de-personas-tienen-sobrepeso-y-obesidad>
5. OPS. PAHO. [Internet]. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11180:ultra-processed-foods&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0
6. Monteiro, Geoffrey, Levy, et al. The food system. [Internet]. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en: <https://worldnutritionjournal.org/index.php/wn/article/view/5/4>
7. Gob.pe. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/314037-guias-alimentarias-para-la-poblacion-peruana>.
8. <https://es.scribd.com/document/378872280/Factores-Condicionantes-Del-Estado-Nutricional>
9. Ministerio de Salud [Internet]. Gob.pe. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/305911-guia-tecnica-para-la-valoracion-nutricional-antropometrica-de-la-persona-adolescente>
10. DIRECCIÓN EJECUTIVA DE VIGILANCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL [Internet]. G. https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4527283/informe_estado_nutricional_adolescentes_12_17

11. Edu.pe. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en:
<https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/8295daf-5274-4ed5-a29d-4fc73db8a55c/content>
12. UNIVERSIDAD DE HUANUCO [Internet]. Edu.pe. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en:
<https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3878/VALDERRAMA%20BUS TAMANTE%2c%20MASSIEL%20HELEN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
13. Consumo de alimentos ultraprocesados [Internet]. 221.29.250. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en:
http://190.221.29.250/bitstream/handle/123456789/10014/Tesis%20Podostroiec_merged.pdf?sequence=1&isAllowed=y
14. Lozano Aguilar VM, et. Relación entre ingesta de alimentos ultra procesados y los parámetros antropométricos en escolares. Rev Medica Hered [Internet]. 2019;30(2):68–75. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v30n2/a02v30n2.pdf>
15. Edu.pe. [citado el 28 de julio de 2025]. Disponible en:
https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/2905/UNFV_ALVARADO_RUIZ_PAMELA_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
16. Farro K. Montero I. Vergara E. Elevado consumo de azúcares y grasas en niños de edad preescolar de Panamá. Scielo. [Internet]. 2018. [citado 28 de julio del 2025].45(1): 7-17. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v45n1/0716-1549-rchnut-45-01-0007.pdf>
17. Ramírez V, Fuerte C, Martínez, T y Correa B. Prevalencia y factores asociados al consumo de bebidas azucaradas en escolares de 9 a 17 años de Bogotá, Colombia. Nutrición Hospitalaria. [Internet].2017; 34(2): 422-430. Disponible en:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0212-16112017000200422.
18. Santos Holguín Sonia Apolonia BRSE. Influencia del Estado Nutricional en el Rendimiento Académico en una institución educativa. Vive revista de salud. [Internet]. 2022. [citado 28 de julio del 2025]. Disponible en: <http://www.scielo.org.bo/pdf/vrs/v5n13/a12-154-169.pdf>
19. Cesani C&. Calidad de vida relacionada a la salud, sobrepeso y obesidad. nutricion.org. [Internet]. 2019; [citado 28 de julio del 2025]. 39(146-155). Disponible en:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6942132>
20. Pilco JS. Orientaciones para la selección y el cálculo del tamaño de la muestra

- en investigación. [Internet]. Primera edición digital ed. Lima, Perú; 2022. [citado 28 de julio del 2025]. Disponible en: <https://repositorio.concytec.gob.pe/entities/publication/234b1202-42c2-441c-bd94-8443d5776206>
21. J. Casas Anguita JRRLJDC. La encuesta como técnica de investigación. Aten Primaria. 2003;(527-538).
22. INEI. Perú: enfermedades no transmisibles y transmisibles. [Internet]. 2024; [citado el 9 de agosto 2025]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitaless/Est/Lib2017/libro.pdf
23. Lecube A. Impacto de la obesidad y la diabetes en la salud y en la enfermedad cardiovascular. Atención primaria. [Internet]. 2024;56(12):103045. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656724001872?via%3Dihub>
24. Kaufer-Horwitz M, Pérez Hernández JF. La obesidad: aspectos fisiopatológicos y clínicos. Inter Discip [Internet]. 2021 [citado el 9 de agosto de 2025];10(26):147. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-57052022000100147

ANEXOS

ANEXO A. Figura 2. Estado nutricional de los adolescentes según el índice de masa corporal

ANEXO B. Tabla 7. Índice de masa corporal de adolescentes según el año de estudio

ANEXO C. Figura 3. Distribución porcentual por grupo de clasificación según el cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultra procesados.

ANEXO D. Tabla 15. Correlación entre el consumo de alimentos dulces y el estado nutricional

ANEXO E. Tabla 16. Correlación entre el consumo de carnes y embutidos y la talla / edad

ANEXO F. Tabla 17. Correlación entre el consumo de bebidas y el estado nutricional

ANEXO G. Matriz de consistencia

ANEXO H. Tabla de operacionalización

ANEXO I. Juicio de expertos

ANEXO J. Instrumento de estado nutricional

ANEXO K. Instrumento de frecuencia de consumo alimentos ultra procesados

ANEXO L. Puntaje del cuestionario frecuencia de consumo de alimentos ultra procesados

ANEXO M. Consentimiento informado

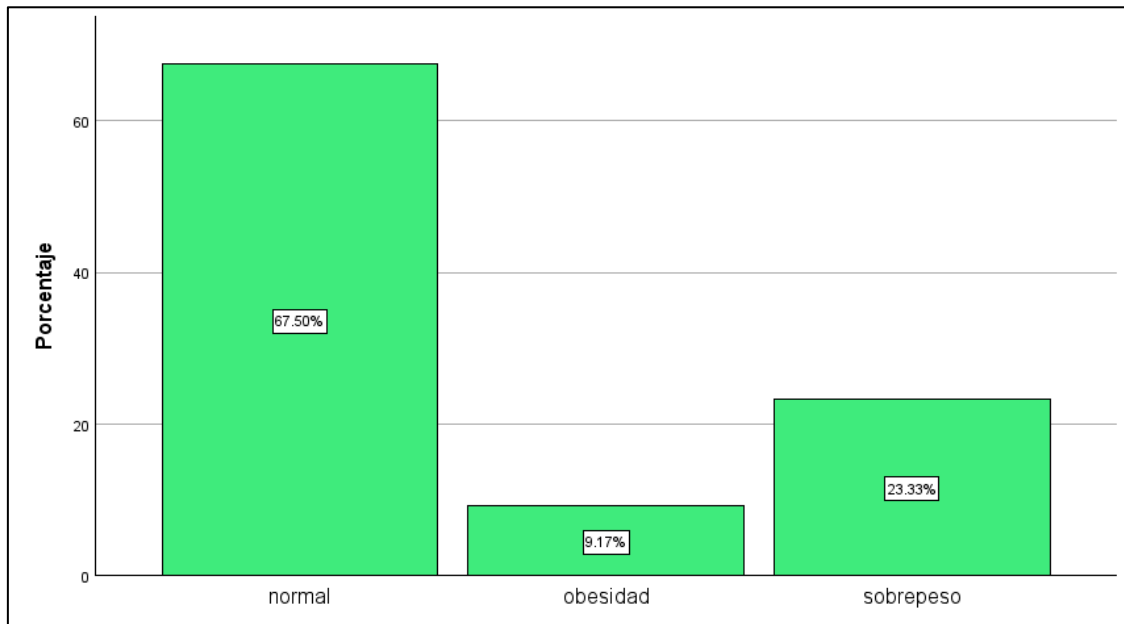
ANEXO N. Asentimiento informado

ANEXO Ñ. Base de datos Excel

ANEXO O. Base de datos SPSS

ANEXO P. Fotos de aplicación de tesis

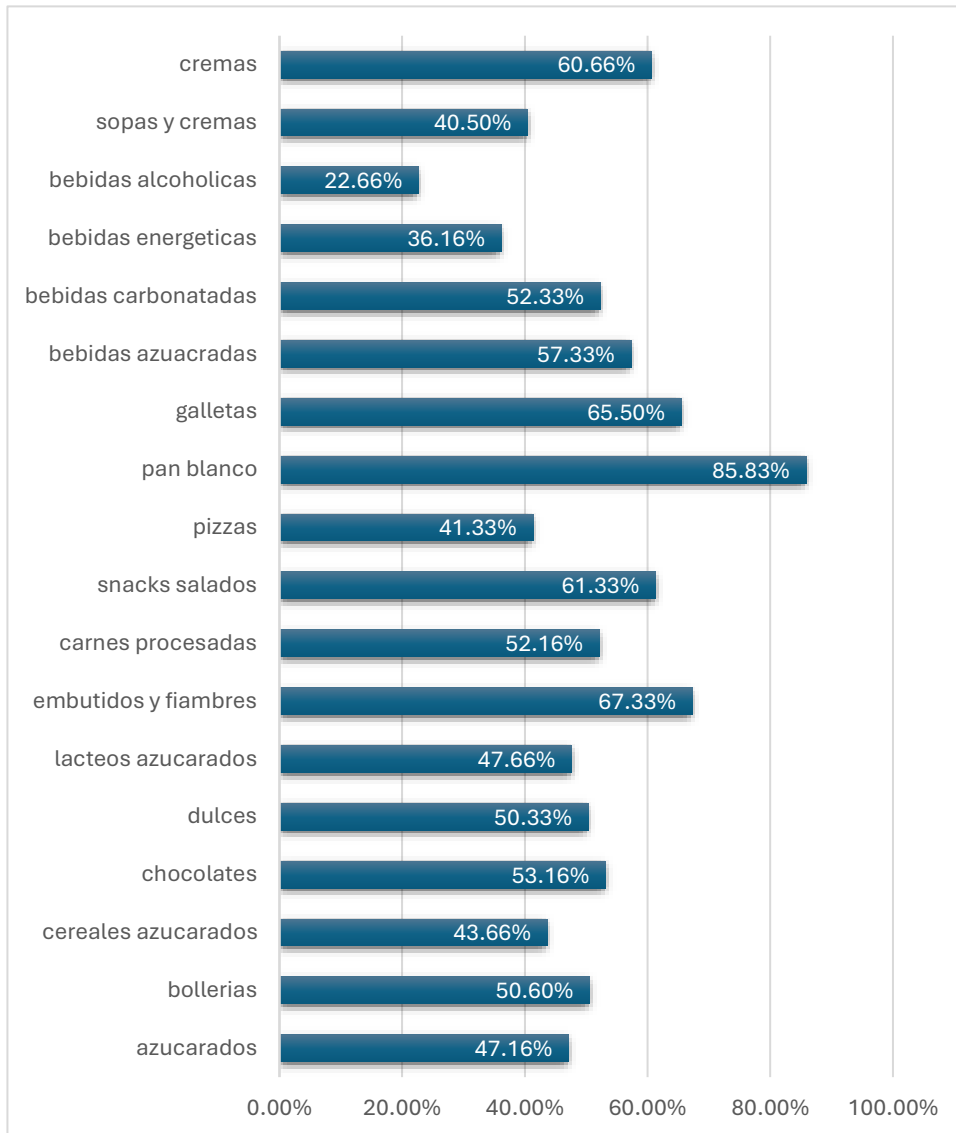
ANEXO A. Figura 4. Estado nutricional de los adolescentes según el índice de masa corporal



ANEXO B. Tabla 7. Índice de masa corporal de adolescentes según el año de estudio

Categoría	3ro (n=35)	4to (n=22)	5to (n=24)
Normal	35 (43.21%)	22 (27.16%)	24 (29.63%)
Obesidad	4 (36.36%)	6 (54.55%)	1 (9.09%)
Sobrepeso	8 (28.57%)	12 (42.86%)	8 (28.57%)

ANEXO C. Figura 5. Distribución porcentual por grupo de clasificación según el cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultra procesados.



ANEXO D. Tabla 15. Correlación entre el consumo de alimentos dulces y el estado nutricional

		IMC	Alimentos dulces
IMC	Correlación de Pearson	1	.082
	Sig. (bilateral)		.376
	N	120	120
Alimentos dulces	Correlación de Pearson	.082	1
	Sig. (bilateral)	.376	
	N	120	120

ANEXO E. Tabla 16. Correlación entre el consumo de carnes y embutidos y la talla / edad

		IMC	Carnes y embutidos
IMC	Correlación de Pearson	1	-.031
	Sig. (bilateral)		.740
	N	120	120
Carnes y embutidos	Correlación de Pearson	-.031	1
	Sig. (bilateral)	.740	
	N	120	120

ANEXO F. Tabla 17. Correlación entre el consumo de las bebidas y el estado nutricional

		IMC	Bebidas
IMC	Correlación de Pearson	1	.079
	Sig. (bilateral)		.389
	N	120	120
Bebidas	Correlación de Pearson	.079	1
	Sig. (bilateral)	.389	
	N	120	120

ANEXO G. MATRIZ DE CONSISTENCIA

Tema: “CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DEL CALLAO, 2025”		
Problema	PG: ¿Cuál es la relación entre el consumo de alimentos ultra procesados con el estado nutricional en adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025?	PE 1: ¿Cuál es la frecuencia de consumo de alimentos ultra procesados por los en adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025?
		PE 2: ¿Cuáles son los grupos de alimentos ultra procesados relacionados según el índice de masa corporal en adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025?
		PE 3: ¿Cuáles serán las desviaciones estándar según la talla para la edad de los adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025?
Objetivos	OG: Determinar la relación entre el consumo de alimentos ultra procesados con el estado nutricional en adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025	OE 1: Comparar la frecuencia de consumo de los grupos de los alimentos ultra procesados por los adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025
		OE 2: Determinar el grupo de alimentos ultra procesados más consumido en adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025
Hipótesis	H0: No existe una relación directa y representativa entre el consumo de alimentos ultra procesados con el índice de masa corporal en adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025	HE1: Se identifica la frecuencia de consumo de los grupos de alimentos ultra procesados y sus diferencias.
	H1: Existe una relación directa y representativa entre el consumo de alimentos ultra procesados con el índice de masa corporal en adolescentes de una institución educativa privada del callao, 2025	HE2: Se identifican a los alimentos de panadería como el grupo de alimentos ultra procesados más consumido por los adolescentes.
Variables	Variable dependiente: Consumo de alimentos ultra procesados. Variable independiente: Estado nutricional en alumnos	
Metodología	De nivel básico, un alcance descriptivo, con un enfoque cuantitativo	
Instrumento	Cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos ultra procesados	

ANEXO H. TABLA DE OPERACIONALIZACIÓN

Variable	Definición de la variable	Dimensión	Indicador	Escala	Clasificación
Estado nutricional	El estado nutricional es la situación de salud de la persona como resultado de su régimen alimentario, nutrición, estilo de vida, condiciones sociales y condiciones de salud	Antropométricos	IMC	<-3 DE < -2 DE a -3 DE - 2 DE a +1 DE > +1 DE a +2 DE > 2 DE	Delgadez severa Delgadez Normal Sobrepeso Obesidad
Alimentos ultra procesados	Los alimentos Son formulaciones industriales elaboradas a partir de sustancias derivadas de los alimentos o sintetizadas de otras fuentes orgánicas. Vienen listos para consumirse o para calentar y, por lo tanto, requieren poca o ninguna preparación culinaria, entre sus ingredientes incluyen a menudo sal, azúcar, grasas, aceites, estabilizantes y conservantes en altas cantidades.	D1: Alimentos dulces D2: Carnes y embutidos D3: Snack D4: Alimentos de panadería D5: Bebidas D6: Sopas y cremas	-Azucarados preparados -Bollerías -Cereales azucarados -Chocolates -Dulces -Lácteos azucarados -Embutidos y fiambres -Carnes procesadas -Snacks salados -Pizzas -Pan blanco -Galletas -Bebidas carbonatadas -Bebidas azucaradas artificiales -Bebidas energéticas -Bebidas alcohólicas fermentadas, destiladas -Sopas/cremas instantáneas -Cremas	Diario: 5 punto 2- 4 veces por semana: 4 puntos 1 vez por semana: 3 puntos 1 – 3 vez al mes: 2 puntos Nunca: 1 punto	Bajo consumo: ≤ 18 puntos. Consumo moderado: ≥ 19 a ≤ 45 puntos. Alto consumo: ≥ 46 a ≤ 90 puntos.

ANEXO I. JUICIO DE EXPERTOS

Jurado n°1:

FICHA DE EVALUACION DE INSTRUMENTO QUE MIDE: LA FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS

N°	DIMENSIONES / Items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1: ALIMENTOS DULCES								
1	Bollerías (tortas, croissant, empanadas, churros, alfajores, kekes, cupcake, milhojas, donas)	X		X		X		
2	Azucarados (Flan, pudin)	X		X		X		
3	Cereales azucarados	X		X		X		
4	Chocolates	X		X		X		
5	Dulces (Caramelos, chupetines, chicles)	X		X		X		
6	Lácteos azucarados (Helado, chocolatadas)	X		X		X		
DIMENSIÓN 2: CARNES Y EMBUTIDOS								
7	Embutidos y fiambres (morcilla, chorizo, jamón, salchicha, mortadela, pates)	X		X		X		
8	Carnes procesadas (hamburguesa, nuggets)	X		X		X		
DIMENSIÓN 3: SNACK								
9	Snacks salados y dulces (Papas fritas, camote frito, plátano frito)	X		X		X		
DIMENSIÓN 4: ALIMENTOS DE PANADERIA								
10	Pizzas	X		X		X		
11	Pan blanco (pan de molde, francés, ciabatta, caracol)	X		X		X		
12	Galletas (galletas dulces, galletas saladas)	X		X		X		
DIMENSIÓN 5: BEBIDAS								
13	Bebidas carbonatadas (gaseosas)	X		X		X		
14	Bebidas azucaradas artificiales (refrescos)	X		X		X		
15	Bebidas energéticas	X		X		X		
16	Bebidas alcohólicas fermentadas, destiladas (whisky, gin, ron, pisco, cerveza, vino)	X		X		X		
DIMENSIÓN 6: SOPAS Y CREMAS								
17	Sopas/cremas instantáneas	X		X		X		
18	Cremas (mayonesa, ketchup, mostaza, ají, BBQ)	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia para el tipo de investigación

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg./ Lic.: **JOHN WILLIAM CRUZ CRUZ** DNI: 40438481

Especialidad del validador: **NUTRICIÓN CLÍNICA RNE 0457**

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo
Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Lima 14 de Julio del 2025

MINISTERIO DE SALUD
 Hospital Regional Dos de Mayo
 Lic. W. Cruz Cruz
 Lic. W. Cruz Cruz
 C. No. 123456789
 Firma del Experto Informante.

Jurado n°2:

FICHA DE EVALUACION DE INSTRUMENTO QUE MIDE: LA FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		SI	No	SI	No	SI	No	
DIMENSIÓN 1: ALIMENTOS DULCES								
1	Bollerías (tortas, croissant, empanadas, churros, alfajores, kekes, cupcake, milhojas, donas)	x		x		x		
2	Azucarados (Flan, pudín)	x		x		x		Colocar azucarados preparados
3	Cereales azucarados	x		x		x		Enmarcar en formas corn flakes ,ojuelas.aritos o con colorantes
4	Chocolates	x		x		x		
5	Dulces (Caramelos, chupetines, chicles)	x		x		x		
6	Lácteos azucarados (Helado, chocolatadas)	x		x		x		
DIMENSIÓN 2: CARNES Y EMBUTIDOS								
7	Embutidos y fiambres (morcilla, chorizo, jamón, salchicha, mortadela, pates)	SI	No	SI	No	SI	No	
8	Carnes procesadas (hamburguesa, nuggets)	x		x		x		
DIMENSIÓN 3: SNACK								
9	Snacks salados y dulces (Papas fritas, camote frito, plátano frito)	x		x		x		
DIMENSIÓN 4: ALIMENTOS DE PANADERIA								
10	Pizzas	x		x		x		
11	Pan blanco (pan de molde, francés, ciabatta, caracol)	x		x		x		
12	Galletas (galletas dulces, galletas saladas)	x		x		x		
DIMENSIÓN 5: BEBIDAS								
13	Bebidas carbonatadas (gaseosas)	x		x		x		
14	Bebidas azucaradas artificiales (refrescos)	x		x		x		
15	Bebidas energéticas	x		x		x		
16	Bebidas alcohólicas fermentadas, destiladas (whisky, gin, ron, pisco, cerveza, vino)	x		x		x		
DIMENSIÓN 6: SOPAS Y CREMAS								
17	Sopas/cremas instantáneas	x		x		x		
18	Cremas (mayonesa, ketchup, mostaza, aji, BBQ)	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): si existe suficiencia para el tipo de investigación

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [x] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg/ Lic.: SARA INFANZON SILVA DNI: 44270866

Especialidad del validador: LICENCIADO EN NUTRICION HUMANA

..... de.....del 20.....


SARA INFANZON SILVA
NUTRICIONISTA
N° P 5062
Firma del Experto Informante.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Jurado n°3:

FICHA DE EVALUACION DE INSTRUMENTO QUE MIDE: LA FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1: ALIMENTOS DULCES								
1	Azucarados preparados (flan, pudín)	x		X		X		
2	Bollerías (tortas, croissant, empanadas, churros, alfajores, kekes, cupcake, milhojas, donas)	x		X		X		
3	Cereales azucarados (Corn flakes, con colorantes, hojuelas, aros)	x		X		X		
4	Chocolates	x		X		X		
5	Dulces (Caramelos, chupetines, chicles)	x		X		X		
6	Lácteos azucarados (Hielado, chocolatadas)	x		X		X		
DIMENSIÓN 2: CARNES Y EMBUTIDOS								
7	Embutidos y fiambres (mortadela, chorizo, jamón, salchicha, mortadela, pates)	x		X		X		
8	Carnes procesadas (hamburguesa, nuggets)	x		X		X		
DIMENSIÓN 3: SNACK								
9	Snacks salados y dulces (Papas fritas, camote frito, plátano frito)	x		X		X		
DIMENSIÓN 4: ALIMENTOS DE PANADERÍA								
10	Pizzas	x		X		X		
11	Pan blanco (pan de molde, francés, ciabatta, caracol)	x		X		X		
12	Galletas (galletas dulces, galletas saladas)	x		X		X		
DIMENSIÓN 5: BEBIDAS								
13	Bebidas carbonatadas (gaseosas)	x		X		X		
14	Bebidas azucaradas artificiales (refrescos)	x		X			X	Especificar cual sopas refrescos
15	Bebidas energéticas	x		X			x	Especificar cual bebidas energéticas
16	Bebidas alcohólicas fermentadas, destiladas (whisky, gin, ron, pisco, cerveza, vino)		x		x	x		Replantar si las bebidas alcohólicas son "ultra procesados" o solo "procesados"
DIMENSIÓN 6: SOPAS Y CREMAS								
17	Sopas/cremas instantáneas	x		x			X	Especificar cual sopas instantáneas.....
18	Cremas (mayonesa, ketchup, mostaza, ají, BBQ)	x		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [x]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg/ Lic.:LIC.JUAN CONGA MAÑUECO..... DNI:71478853.....

Especialidad del validador:.....ESPECIALISTA EN NUTRICION CLINICA.....

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.
Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

27 de 07 del 2025
 Lic. Juan Conga Mañueco
 Especialista en Nutrición Clínica
 CNR 7379 BNF 0706
 Firma del Experto Informante.

ANEXO J. INSTRUMENTO DE ESTADO NUTRICIONAL

ENCUESTA DE FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS

Lee detenidamente cada ítem y seleccione una opción que considere que se acerque más a su realidad, no existe una respuesta correcta. Se informa que el presente cuestionario es una herramienta para recopilar datos, por lo cual solicitamos que respondan con honestidad. Gracias.

1. DATOS PERSONALES

Edad (día/mes/año)

____/____/____

Peso: _____ kg

Talla: _____ cm

Sexo

- Masculino
- Femenino

Año de estudio

- 3ro de secundaria
- 4 to de secundaria
- 5 to de secundaria

¿Realiza algún deporte?

- Sí
- No

¿Es intolerante al gluten?

- Sí
- No

¿Padece alguna enfermedad? (diabetes, anemia, hipertensión, asma, cáncer)

- Sí, ¿Cuál? _____
- No

¿Qué tipo de alimentación tiene?

- Mediterráneo (consume todos los grupos de alimentos)
- Vegano (no consume nada animal, ni productos derivados de los mismos)
- Vegetariano (consume solo vegetales, legumbres, semillas, pocos o ningún producto animal)
- Pescetario (solo consumen pescado y derivados lácteos, ningún animal terrestre)

ANEXO K. INSTRUMENTO DE FRECUENCIA DE CONSUMO ALIMENTOS
ULTRAPROCESADOS

2. FRECUENCIA DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS

(Marcar con una X en el recuadro donde más se relacione con usted)

	Diario	2 a 4 veces por semana	1 vez por semana	1 a 3 veces por mes	Nunca
ALIMENTOS DULCES					
<u>Azucarados preparados</u> (flan, pudín, crema volteada, leche asada)					
<u>Bollerías</u> (tortas, croissant, empanadas, alfajores, kekes, cupcake, milhojas, donas)					
<u>Cereales azucarados (Corn flakes, con colorantes, hojuelas, aros)</u>					
<u>Chocolates</u>					
<u>Dulces</u> (caramelos, chupetines, chicles)					
<u>Lácteos azucarados</u> (helado, chocolatada)					
CARNES Y EMBUTIDOS					
<u>Embutidos y fiambres</u> (morcilla, chorizo, jamón, salchicha, mortadela, pates)					
<u>Carnes procesadas</u> (hamburguesa, Nuggets)					
SNACK					
<u>Snacks salados</u> (papas fritas, camote frito, plátano frito)					
ALIMENTOS DE PANADERIA					
<u>Pizzas</u>					
<u>Pan blanco</u> (pan de molde, francés, ciabatta, caracol)					
<u>Galletas</u> (galletas dulces, galletas saladas, rosquitas)					
BEBIDAS					
<u>Bebidas azucaradas artificiales</u> (refrescos para diluir, saborizadas, sabor a frutas)					
<u>Bebidas carbonatadas</u> (gaseosas)					
<u>Bebidas energéticas (tradicionales con azúcar, sin azúcar, deportivas)</u>					
<u>Bebidas alcohólicas fermentadas, destiladas, saborizadas</u> (whisky, ron, pisco, cerveza, vino, fourloko, piscano, mikes, smirnoff ice, batleys, hit, mojito)					
SOPAS Y CREMAS					
<u>Sopas/cremas instantáneas (en latas, sobres, vaso tipo ramen, en polvo)</u>					
<u>Cremas</u> (mayonesa, ketchup, mostaza, ají, BBQ)					

ANEXO L. PUNTAJE DEL CUESTIONARIO FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS

Alternativa	Puntaje	Valoración	Clasificación
Diario	5	≥ 67 a ≤ 90	Alto consumo
2 - 4 veces por semana	4		
1 vez por semana	3	≥ 43 a ≤ 66	Consumo moderado
1 - 3 vez al mes	2		
Nunca	1	≥ 18 a ≤ 42	Bajo consumo

Dimensión	Valoración
Alimentos dulces	≥ 6 a ≤ 30
Carnes y embutidos	≥ 2 a ≤ 10
Snack	≥ 1 a ≤ 5
Alimentos de panadería	≥ 3 a ≤ 15
Bebidas	≥ 4 a ≤ 20
Sopas y cremas	≥ 2 a ≤ 10

ANEXO M. CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimados padres de familia

Por este medio le informo que los salones de 3ro, 4to y 5to de secundaria han sido seleccionados para formar parte de la investigación de tesis de una ex alumna.

La investigación se denomina "CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DEL CALLAO, 2025", tiene como objetivo determinar la relación entre el consumo de alimentos ultra procesados con el estado nutricional de cada alumno.

Para ello, se realizará una evaluación antropométrica que determinará el peso y talla de cada uno, además, responderán una encuesta de frecuencia de consumo de alimentos ultra procesados.

Toda la información que nos proporciones su menor hijo será anónima y confidencial.

Si usted autoriza la participación de su menor hijo por favor complete el siguiente consentimiento informado.

<p>Yo, _____,</p> <p>con DNI _____, otorgo la autorización a que mi menor hijo _____, estudiante actualmente del 3ro () / 4to () / 5to (), sección A () / B () año de secundaria, forme parte de las evaluaciones del proyecto de investigación: "CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DEL CALLAO, 2025".</p> <p>_____</p> <p>Firma</p>	<p>La Perla, Callao, ____ Junio, 2025</p>
--	---

ANEXO N. ASENTIMIENTO INFORMADO

ASENTIMIENTO INFORMADO

Mi nombre es Astrid Alessandra Chavez Silva, actualmente estoy realizando mi investigación titulado *“CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DEL CALLAO, 2025”*, el objetivo de esta investigación es determinar la relación entre el consumo de alimentos ultra procesados con el estado nutricional.

Para ello, tu participación en el estudio consistirá en dos partes: la primera será determinar tu peso y talla; la segunda parte, responderás una encuesta de frecuencia de consumo de alimentos ultra procesados.

Toda la información que nos proporciones será anónima y confidencial, esto quiere decir que tus datos personales como nombres, apellidos o DNI no serán divulgados, además, de no mencionar a nadie sobre tus respuestas y resultados de las mediciones (peso y talla), solo podrán pedir la información del diagnóstico nutricional los padres de ustedes.

Tu participación en el estudio es totalmente voluntaria, es decir tu puedes elegir si participar o no en la investigación.

Si eliges participar de esta investigación por favor marcar con una X en el cuadro de abajo que dice “Si quiero participar” y escribe tu nombre. Si no deseas participar, marca en el recuadro “No quiero participar” y no escribas tu nombre.

Yo _____

() Si quiero participar / () No quiero participar, del proyecto de investigación *“CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DEL CALLAO, 2025”*,

Firma: _____

Fecha: _____ Junio, 2025.

ANEXO Ñ. BASE DE DATOS EXCEL

Edad	Sexo	Año de estudio	Peso	Talla	IMC	Clasificación IMC	Clasificación talla/edad	Azucarados	Bollerías	Cereales azucarados	Chocolates	Dulces	Lacteos azucarados	Embutidos y fiambres	Carnes procesadas	Snacks salados	Pizzas	Pan blanco	Galletas	Bebidas azucaradas	Bebidas carbonatada	Bebidas energetica	Bebidas alcoholica	Sopas y cremas	Cremas	Puntaje Final	clasificacion
15	Masculino	3ro	58.4	1.73	19.51284707	normal	normal	4	4	2	1	3	4	4	4	4	3	5	5	4	1	4	2	4	3	61	Alto consumo
14	Femenino	3ro	66.2	1.61	25.53913815	sobrepeso	normal	1	3	2	3	2	2	2	2	4	2	5	5	4	3	1	1	2	4	48	Alto consumo
14	Femenino	3ro	60	1.577	24.12614112	sobrepeso	normal	3	2	1	3	1	3	3	1	3	2	3	1	1	1	1	1	1	3	34	Consumo moderado
14	Femenino	3ro	60	1.53	25.6311675	sobrepeso	normal	1	2	1	2	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	1	1	2	5	41	Consumo moderado
14	Femenino	3ro	51.4	1.64	19.11064842	normal	normal	4	3	1	2	2	2	1	1	3	2	4	4	2	2	1	1	1	2	38	Consumo moderado
14	Masculino	3ro	54.7	1.619	20.86861503	normal	normal	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	5	4	2	2	1	4	2	4	43	Consumo moderado
14	Femenino	3ro	66.5	1.524	28.63200171	obesidad	normal	2	2	4	3	2	2	3	2	3	2	5	4	3	2	1	1	1	1	43	Consumo moderado
14	Femenino	3ro	46.2	1.461	21.64420027	normal	talla baja	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	5	5	1	3	1	2	2	5	52	Alto consumo
14	Masculino	3ro	60.5	1.685	21.30863176	normal	normal	2	2	4	3	3	4	2	2	4	2	4	4	4	3	5	1	2	2	53	Alto consumo
14	Masculino	3ro	63.8	1.705	24.01080142	sobrepeso	normal	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	4	4	2	3	4	1	1	3	46	Alto consumo
14	Femenino	3ro	55.8	1.58	22.35218715	normal	normal	1	2	1	3	1	2	3	3	5	2	5	3	3	3	1	1	1	5	45	Consumo moderado
14	Masculino	3ro	55.7	1.595	21.89443893	normal	normal	1	4	3	2	4	4	3	4	2	2	5	4	3	2	3	1	4	4	55	Alto consumo
14	Femenino	3ro	58.7	1.6	22.3296875	normal	normal	4	2	4	3	3	2	3	2	3	2	4	4	3	3	1	1	3	2	49	Alto consumo
15	Masculino	3ro	51.3	1.67	18.39434303	normal	normal	1	2	5	3	3	2	4	3	4	2	5	4	4	4	2	1	3	5	57	Alto consumo
14	Femenino	3ro	65.8	1.71	22.50265039	normal	normal	3	2	1	1	1	1	4	2	2	1	5	4	2	3	1	2	3	4	42	Consumo moderado
14	Masculino	3ro	68.7	1.815	20.8546775	normal	talla alta	1	5	2	4	1	4	2	3	5	1	5	4	4	5	1	1	2	5	55	Alto consumo
14	Masculino	3ro	57.1	1.62	21.75735406	normal	normal	1	2	1	4	1	1	2	2	2	1	5	5	1	1	1	1	1	1	33	Consumo moderado
15	Masculino	3ro	59.9	1.71	20.48433554	normal	normal	1	3	2	2	1	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	1	4	3	40	Consumo moderado
14	Masculino	3ro	60.7	1.726	20.37544527	normal	normal	5	3	3	4	4	3	5	3	3	2	5	4	4	4	2	1	3	4	62	Alto consumo
15	Masculino	3ro	33.1	1.774	29.58301611	obesidad	normal	4	2	4	1	2	1	5	3	4	2	5	4	5	4	4	1	4	4	59	Alto consumo
15	Masculino	3ro	57.3	1.63	20.06232275	normal	normal	1	3	1	4	4	3	5	2	2	2	5	5	3	2	3	1	1	3	50	Alto consumo
15	Masculino	3ro	68.2	1.71	23.32341575	normal	normal	3	3	2	3	2	1	4	2	2	1	4	3	1	1	1	1	1	2	37	Consumo moderado
14	Masculino	3ro	47.9	1.45	22.7824019	normal	normal	3	2	4	4	4	4	5	3	5	2	5	5	4	4	4	1	3	4	66	Alto consumo
14	Femenino	3ro	60	1.64	22.30814391	normal	normal	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	1	2	3	48	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	63.5	1.72	21.46430503	normal	normal	2	2	1	5	3	1	4	3	4	2	5	1	3	3	3	1	2	5	50	Alto consumo
15	Femenino	3ro	54.4	1.58	21.79137959	normal	normal	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	5	3	1	2	3	1	2	4	45	Consumo moderado
14	Femenino	3ro	57.5	1.587	22.83042474	normal	normal	4	4	3	4	3	5	5	3	5	3	5	4	3	3	2	2	1	5	64	Alto consumo
15	Femenino	3ro	50.9	1.545	21.32361412	normal	normal	3	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3	5	3	4	2	2	4	3	59	Alto consumo
14	Femenino	3ro	49.3	1.6	19.2578125	normal	normal	2	3	2	2	5	2	3	2	3	2	3	5	3	2	1	1	2	2	45	Consumo moderado
14	Femenino	3ro	68.6	1.61	26.46502836	sobrepeso	normal	2	2	2	2	1	1	3	2	3	2	5	2	3	2	1	1	1	4	39	Consumo moderado
14	Femenino	3ro	62.2	1.55	25.88963823	sobrepeso	normal	1	2	1	3	2	3	3	2	2	2	4	3	4	3	1	1	2	4	43	Consumo moderado
15	Femenino	3ro	49.7	1.51	21.79728359	normal	normal	1	2	3	1	4	2	3	4	4	3	5	4	2	2	1	1	2	4	48	Alto consumo
14	Masculino	3ro	55.3	1.526	23.74739981	sobrepeso	normal	5	4	4	4	4	3	4	4	4	2	5	5	5	5	1	1	1	2	63	Alto consumo
15	Masculino	3ro	81.4	1.72	27.518729	sobrepeso	normal	1	3	3	4	4	4	5	3	3	2	4	3	4	3	1	1	3	2	53	Alto consumo
14	Femenino	3ro	47.5	1.457	22.37559054	normal	talla baja	2	3	3	4	4	4	5	3	4	3	5	4	3	2	1	1	2	3	56	Alto consumo
15	Femenino	3ro	73.4	1.575	29.58931721	obesidad	normal	2	2	1	2	3	2	1	1	4	2	2	4	2	2	1	2	1	2	36	Consumo moderado
14	Femenino	3ro	67.9	1.575	27.37213404	obesidad	normal	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	5	4	4	4	1	1	1	5	48	Alto consumo

Consumo de alimentos ultraprocesados y el estado nutricional en adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025

14	Masculino	3ro	48.6	1.63	16.29193443	normal	normal	2	1	1	1	1	4	2	5	3	4	2	5	1	3	3	4	1	2	4	46	Alto consumo
14	Masculino	3ro	48.1	1.59	19.02614612	normal	normal	2	3	1	2	4	2	4	3	2	2	5	3	3	3	2	1	1	2	4	46	Alto consumo
15	Masculino	3ro	57.2	1.71	19.5615745	normal	normal	3	2	1	2	2	3	4	3	4	2	5	3	2	4	1	1	1	2	45	Consumo moderado	
14	Femenino	3ro	48.8	1.59	19.30303339	normal	normal	4	4	1	5	2	4	3	3	4	3	5	4	1	1	1	1	3	4	53	Alto consumo	
14	Femenino	3ro	58.8	1.566	23.97694399	normal	normal	4	3	4	4	4	4	2	2	2	2	3	5	4	4	3	1	3	3	54	Alto consumo	
14	Femenino	3ro	57.5	1.566	23.39706529	normal	normal	4	3	4	2	2	2	3	4	2	3	2	3	3	1	1	1	3	4	50	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	47	1.63	17.68376895	normal	normal	2	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	2	2	3	1	5	3	50	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	62.9	1.636	22.23568411	normal	normal	3	3	4	2	2	2	4	2	4	3	1	3	3	4	1	3	4	1	3	50	Alto consumo
14	Masculino	3ro	62.9	1.636	21.6600747	normal	normal	3	2	2	2	2	2	4	2	4	2	5	2	2	1	4	1	2	2	44	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	51.7	1.67	18.53777475	normal	normal	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	5	2	4	4	1	2	2	4	45	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	50.7	1.61	19.55943058	normal	normal	1	2	1	2	1	1	3	4	4	2	4	2	5	1	1	1	1	5	41	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	52.5	1.69	18.38170332	normal	normal	2	2	2	2	4	2	4	4	4	2	5	4	2	3	1	1	2	2	48	Alto consumo	
16	Masculino	4to	68.7	1.645	25.35719206	sobrepeso	normal	1	3	1	3	1	1	4	1	1	1	5	2	1	1	1	1	1	5	34	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	55.4	1.616	21.24049881	normal	normal	3	4	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	1	1	2	4	54	Alto consumo		
16	Femenino	4to	73.9	1.65	27.14416896	sobrepeso	normal	3	2	1	3	4	3	3	2	3	2	1	2	3	4	3	1	2	2	44	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	53.9	1.478	24.77443009	sobrepeso	tallo baja	1	2	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	2	1	5	4	4	46	Alto consumo	
16	Masculino	4to	48.2	1.605	18.71093853	normal	normal	5	3	1	3	2	3	5	3	5	3	5	5	5	1	1	3	5	63	Alto consumo		
16	Masculino	4to	75.2	1.65	27.62167126	sobrepeso	normal	3	2	1	3	1	1	4	3	3	2	5	3	3	2	2	1	1	2	42	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	67	1.725	22.51627809	normal	normal	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	3	31	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	70.7	1.65	25.3687787	sobrepeso	normal	2	2	1	2	1	1	5	2	3	2	5	1	4	4	1	4	4	4	48	Alto consumo	
15	Masculino	4to	65.3	1.653	23.89832562	sobrepeso	normal	3	3	1	4	4	1	3	2	3	2	4	2	2	3	1	2	1	2	43	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	65.2	1.67	23.37839231	normal	normal	1	2	2	3	3	3	4	2	3	2	5	2	1	2	1	2	2	2	41	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	85.5	1.73	28.56761001	obesidad	normal	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	32	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	75.5	1.523	32.5437116	obesidad	normal	2	4	2	4	4	2	5	2	2	3	4	4	3	2	1	1	1	2	48	Alto consumo	
17	Masculino	4to	80.8	1.77	25.79080086	sobrepeso	normal	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	5	4	3	3	1	2	2	2	44	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	68.6	1.496	30.65214905	obesidad	normal	2	2	3	2	2	4	4	3	2	5	4	4	4	2	1	3	3	53	Alto consumo		
15	Masculino	4to	52.1	1.662	18.41553437	normal	normal	1	3	1	3	2	3	4	3	3	3	5	4	1	2	3	1	1	1	44	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	60.5	1.655	22.08815181	normal	normal	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	5	2	4	4	1	1	2	2	45	Consumo moderado	
16	Femenino	4to	58.6	1.596	23.00550876	normal	normal	1	4	2	5	1	1	1	3	4	2	5	5	4	4	1	1	1	5	50	Alto consumo	
15	Femenino	4to	56.3	1.555	23.28346481	normal	normal	3	2	1	2	2	3	3	2	3	2	5	4	3	3	1	1	1	4	45	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	62.9	1.58	25.19628265	sobrepeso	normal	2	2	2	3	2	3	3	4	2	2	3	3	2	1	1	1	3	41	Consumo moderado		
15	Femenino	4to	73.4	1.53	31.35546157	obesidad	normal	2	2	4	3	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	1	4	4	4	58	Alto consumo	
16	Masculino	4to	75.1	1.733	25.00591851	sobrepeso	normal	4	2	2	3	3	4	1	2	3	2	5	4	4	4	1	1	1	1	47	Alto consumo	
16	Masculino	4to	92.8	1.742	30.58093945	obesidad	normal	3	3	2	4	4	3	3	2	2	2	4	4	2	4	1	2	2	4	46	Alto consumo	
15	Masculino	4to	68.1	1.716	23.12664026	normal	normal	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	5	3	4	2	1	1	1	2	41	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	53.4	1.671	19.12442372	normal	normal	1	2	3	3	2	2	4	2	4	2	5	5	3	3	1	1	3	43	Alto consumo		
15	Masculino	4to	69.6	1.759	22.43456301	normal	normal	2	2	3	3	2	2	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	50	Alto consumo		
15	Femenino	4to	62.9	1.603	24.47843232	sobrepeso	normal	4	4	5	4	3	4	5	3	4	2	5	4	3	3	1	1	2	4	61	Alto consumo	
15	Masculino	4to	62.7	1.753	20.40345472	normal	normal	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	5	2	2	1	1	1	1	2	33	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	71.1	1.706	24.42932949	sobrepeso	normal	4	4	3	2	2	2	2	3	4	3	5	2	3	3	2	1	3	51	Alto consumo		
16	Masculino	4to	71.8	1.75	23.44483796	normal	normal	4	4	2	3	3	4	3	4	3	4	2	5	3	5	4	1	3	3	57	Alto consumo	
15	Masculino	4to	79.3	1.67	28.43414966	obesidad	normal	4	4	1	2	3	1	4	3	4	1	5	3	4	2	1	1	1	1	45	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	65.9	1.703	22.72250034	normal	normal	4	2	2	2	2	1	2	2	2	1	5	2	1	3	1	1	1	1	35	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	43.6	1.563	17.84713601	normal	normal	1	2	2	2	1	2	2	2	2	5	3	2	2	1	1	1	1	1	34	Consumo moderado	
16	Femenino	4to	43.2	1.426	24.19502369	normal	tallo baja	3	2	2	2	2	1	4	2	2	2	4	2	3	2	3	1	3	2	42	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	46.7	1.615	17.90483701	normal	normal	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	4	3	1	1	1	1	3	42	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	71.3	1.73	23.82304788	sobrepeso	normal	1	1	2	1	2	4	3	2	2	2	4	2	2	3	1	1	3	38	Consumo moderado		
16	Masculino	4to	58.5	1.604	22.73773173	normal	normal	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	5	4	3	2	1	1	1	2	42	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	57.5	1.703	19.82615736	normal	normal	2	2	1	4	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	1	1	2	2	38	Consumo moderado	
16	Masculino	5to	75	1.77	23.33948099	normal	normal	3	2	4	2	2	4	1	1	1	4	4	4	5	4	1	1	1	5	43	Alto consumo	
16	Masculino	5to	70.8	1.728	23.71077675	normal	normal	2	2	3	2	2	4	4	4	4	2	5	3	4	3	2	3	3	54	Alto consumo		
17	Femenino	5to	87	1.643	32.22879928	obesidad	normal	2	2	4	3	2	2	2	3	3	1	4	4	3	3	1	1	3	2	45	Consumo moderado	
17	Masculino	5to	64	1.635	22.27677233	normal	normal	1	3	4	2	3	2	4	2	3	3	5	4	3	3	5	1	3	3	56	Alto consumo	
16	Masculino	5to	51	1.627	19.2661559	normal	normal	1	2	1	2	1	1	2	3	2	2	5	2	1	1	1	1	1	3	34	Consumo moderado	
16	Femenino	5to	49.7	1.479	22.72061281	normal	tallo baja	4	3	1	3	1	1	4	4	1	4	5	4	3	3	1	1	1	4	48	Alto consumo	
16	Femenino	5to	55.4	1.535	21.77651556	normal	normal	4	2	1	3	1	5	1	5	2	5	4	3	4	1	1	1	5	1	43	Alto consumo	
16	Femenino	5to	56.1	1.565	22.90520471	normal	normal	3	2	3	2	2	2	2	3	2	5	3	1	1	1	1	1	3	3	42	Consumo moderado	
16	Femenino	5to	80.6	1.69	28.22030041	sobrepeso	normal	5	2	4	5	3	2	4	4	3	5	5	4	4	3	2	4	5	2	4	65	Alto consumo
16	Femenino	5to	50	1.57	20.28479857	normal	normal	4	3	2	2	1	1	2	2	4	2	3	3	2	2	1	1	1	3	39	Consumo moderado	
16	Femenino	5to	61	1.5	27.11111111	sobrepeso	normal	3	2	2	3	3	1	5	3	2	2	5	3	4	3	1	1	1	2	46	Alto consumo	
16	Femenino	5to	59	1.565	24.08925272	normal	normal	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46	Alto consumo	
17	Masculino	5to	51	1.711	17.42086272	normal	normal	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	3	3	2	2	1	3	42	Consumo moderado	
16	Femenino																											

ANEXO O. BASE DE DATOS SPSS

Edad	Sexo	Grado	Peso	Talla	IMC	Clasificaci onIMC	Clasificacion TallaEdad	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	Puntaje	ClasificacionUltra Proc	
15	Masculino	3ro	58.4	1.73	19.5	normal	normal	2 - 4 ...	2 - 4 ...	1 - 3 ...	nunca	1 vez ...	2 - 4 v...	2 - 4...	2 - 4 v...	2 - 4 ...	1 vez ...	diario	diario	2 - 4 v...	nunca	2 - 4 ...	1 - 3 vez...	2 - 4 v...	1 vez p...	61	Alto consumo	
14	Femenino	3ro	66.2	1.61	25.5	sobrepeso	normal	nunca	1 vez ...	1 - 3 ...	1 vez ...	1 - 3 ...	1 - 3 v...	1 - 3...	1 - 3 v...	2 - 4 ...	1 - 3 ...	diario	diario	2 - 4 v...	1 vez p...	nunca	nunca	1 - 3 v...	2 - 4 v...	48	Alto consumo	
14	Femenino	3ro	60.0	1.58	24.1	sobrepeso	normal	1 vez ...	1 - 3 ...	nunca	1 vez ...	nunca	1 vez p...	1 ve...	nunca	1 vez ...	1 - 3 ...	1 vez ...	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	34	Consumo moderado	
14	Femenino	3ro	60.0	1.53	25.6	sobrepeso	normal	nunca	1 - 3 ...	nunca	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 - 3 v...	1 - 3...	2 - 4 v...	2 - 4 ...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 - 3 v...	2 - 4 v...	1 - 3 v...	nunca	nunca	1 - 3 v...	nunca	41	Consumo moderado	
14	Femenino	3ro	51.4	1.64	19.1	normal	normal	2 - 4 ...	1 vez ...	nunca	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 - 3 v...	nun...	nunca	1 vez ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	2 - 4 v...	1 - 3 v...	1 - 3 v...	nunca	nunca	nunca	1 - 3 v...	38	Consumo moderado	
14	Masculino	3ro	54.7	1.62	20.9	normal	normal	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 vez ...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 - 3 v...	1 - 3...	1 - 3 v...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	diario	2 - 4 v...	1 - 3 v...	1 - 3 v...	1 - 3 ...	nunca	nunca	2 - 4 v...	1 - 3 v...	43	Consumo moderado
14	Femenino	3ro	66.5	1.52	28.6	obesidad	normal	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	1 vez ...	1 - 3 v...	1 ve...	1 - 3 v...	1 vez ...	1 - 3 ...	diario	2 - 4 v...	1 vez p...	1 - 3 v...	nunca	nunca	nunca	nunca	43	Consumo moderado	
14	Femenino	3ro	46.2	1.46	21.6	normal	talla baja	1 vez ...	2 - 4 ...	1 - 3 ...	1 vez ...	1 vez ...	1 vez p...	1 ve...	1 vez p...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	diario	diario	nunca	1 vez p...	nunca	1 - 3 vez...	1 - 3 v...	diario	52	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	60.5	1.69	21.3	normal	normal	1 - 3 ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	1 vez ...	1 vez ...	2 - 4 v...	1 - 3...	1 - 3 v...	2 - 4 ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	2 - 4 v...	2 - 4 v...	1 vez p...	diario	nunca	1 - 3 v...	1 - 3 v...	53	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	69.8	1.71	24.0	sobrepeso	normal	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 vez ...	1 - 3 ...	1 vez p...	1 ve...	1 - 3 v...	1 vez ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	2 - 4 v...	1 - 3 v...	1 vez p...	2 - 4 ...	nunca	nunca	1 vez p...	46	Alto consumo	
14	Femenino	3ro	55.8	1.58	22.4	normal	normal	nunca	1 - 3 ...	nunca	1 vez ...	nunca	1 - 3 v...	1 ve...	1 vez p...	diario	1 - 3 ...	diario	1 vez p...	1 vez p...	1 vez p...	nunca	nunca	nunca	diario	45	Consumo moderado	
14	Masculino	3ro	55.7	1.60	21.9	normal	normal	nunca	2 - 4 ...	1 vez ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	2 - 4 v...	1 ve...	2 - 4 v...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	diario	2 - 4 v...	1 vez p...	1 - 3 v...	1 vez ...	nunca	nunca	2 - 4 v...	2 - 4 v...	55	Alto consumo
14	Femenino	3ro	58.7	1.60	22.9	normal	normal	2 - 4 ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	1 vez ...	1 vez ...	1 - 3 v...	1 ve...	1 - 3 v...	1 vez ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	2 - 4 v...	1 vez p...	1 vez p...	nunca	nunca	nunca	1 vez p...	1 - 3 v...	49	Alto consumo
15	Masculino	3ro	51.3	1.67	18.4	normal	normal	nunca	1 - 3 ...	diario	1 vez ...	1 vez ...	1 - 3 v...	2 - 4...	1 vez p...	2 - 4 ...	1 - 3 ...	diario	2 - 4 v...	2 - 4 v...	2 - 4 v...	1 - 3 ...	nunca	1 vez p...	diario	57	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	65.8	1.71	22.5	normal	normal	1 vez ...	1 - 3 ...	nunca	nunca	nunca	nunca	2 - 4...	1 - 3 v...	1 - 3 ...	nunca	diario	2 - 4 v...	1 - 3 v...	1 vez p...	nunca	1 - 3 vez...	1 vez p...	2 - 4 v...	42	Consumo moderado	
14	Masculino	3ro	68.7	1.82	20.9	normal	talla alta	nunca	diario	1 - 3 ...	2 - 4 ...	nunca	2 - 4 v...	1 - 3...	1 vez p...	diario	nunca	diario	2 - 4 v...	2 - 4 v...	diario	nunca	nunca	1 - 3 v...	diario	55	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	57.1	1.62	21.8	normal	normal	nunca	1 - 3 ...	nunca	2 - 4 ...	nunca	nunca	1 - 3...	1 - 3 v...	1 - 3 ...	nunca	diario	diario	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	33	Consumo moderado	
15	Masculino	3ro	59.9	1.71	20.5	normal	normal	nunca	1 vez ...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	nunca	1 - 3 v...	2 - 4...	1 - 3 v...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	1 - 3 v...	1 - 3 v...	1 - 3 v...	1 vez ...	nunca	nunca	2 - 4 v...	1 vez p...	40	Consumo moderado
14	Masculino	3ro	60.7	1.73	20.4	normal	normal	diario	1 vez ...	1 vez ...	2 - 4 ...	2 - 4 ...	1 vez p...	diario	1 vez p...	1 vez ...	1 - 3 ...	diario	2 - 4 v...	2 - 4 v...	2 - 4 v...	1 - 3 ...	nunca	nunca	1 vez p...	2 - 4 v...	62	Alto consumo
15	Masculino	3ro	93.1	1.77	29.6	obesidad	normal	2 - 4 ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	nunca	1 - 3 ...	nunca	diario	1 vez p...	2 - 4 ...	1 - 3 ...	diario	2 - 4 v...	diario	2 - 4 v...	2 - 4 ...	nunca	2 - 4 v...	2 - 4 v...	59	Alto consumo	
15	Masculino	3ro	57.3	1.69	20.1	normal	normal	nunca	1 vez ...	nunca	2 - 4 ...	2 - 4 ...	1 vez p...	diario	1 - 3 v...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	diario	diario	1 vez p...	1 - 3 v...	1 vez ...	nunca	nunca	1 vez p...	50	Alto consumo	
15	Masculino	3ro	68.2	1.71	23.3	normal	normal	1 vez ...	1 vez ...	1 vez ...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	nunca	2 - 4...	1 - 3 v...	1 - 3 ...	nunca	2 - 4 ...	1 vez p...	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	37	Consumo moderado	
14	Masculino	3ro	47.9	1.45	22.8	normal	normal	1 vez ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	2 - 4 ...	2 - 4 ...	2 - 4 v...	diario	1 vez p...	diario	1 - 3 ...	diario	diario	2 - 4 v...	2 - 4 v...	2 - 4 ...	nunca	1 vez p...	2 - 4 v...	66	Alto consumo	
14	Femenino	3ro	60.0	1.64	22.3	normal	normal	1 vez ...	2 - 4 ...	1 - 3 ...	1 vez ...	1 vez ...	1 - 3 v...	1 ve...	1 vez p...	1 - 3 ...	1 - 3 ...	2 - 4 ...	1 vez p...	1 vez p...	1 vez p...	1 - 3 ...	nunca	1 - 3 v...	1 vez p...	48	Alto consumo	

Consumo de alimentos ultraprocesados y el estado nutricional en adolescentes de una institución educativa privada del Callao, 2025

Edad	Sexo	Grado	Peso	Talla	IMC	Clasificaci onIMC	Clasificaci onTallaEdad	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	Puntaje	Clasificaci onUltra Proc	
14	Masculino	3ro	63.5	1.72	21.5	normal	normal	1-3	1-3	nunca	diario	1 vez	nunca	2-4	1 vez p.	2-4	1-3	diario	nunca	1 vez p.	1 vez p.	1 vez	nunca	1-3 v.	diario	50	Alto consumo	
15	Femenino	3ro	54.4	1.58	21.8	normal	normal	1-3	1-3	1-3	1 vez	1-3	1-3 v.	1 vez	1 vez p.	1 vez	1-3	diario	1 vez p.	nunca	1-3 v.	1 vez	nunca	1-3 v.	2-4 v.	45	Consumo moderado	
14	Femenino	3ro	57.5	1.59	22.8	normal	normal	2-4	2-4	1 vez	2-4	1 vez	diario	diario	1 vez p.	diario	1 vez	diario	2-4 v.	1 vez p.	1 vez p.	1-3	1-3 vez	nunca	diario	64	Alto consumo	
15	Femenino	3ro	50.9	1.55	21.3	normal	normal	1 vez	2-4	1-3	2-4	2-4	1 vez p.	1 vez	2-4 v.	1-3	2-4	1 vez	diario	1 vez p.	2-4 v.	1-3	1-3 vez	2-4 v.	1 vez p.	58	Alto consumo	
14	Femenino	3ro	49.3	1.60	19.3	normal	normal	1-3	1 vez	1-3	1-3	diario	1-3 v.	1 vez	1-3 v.	1 vez	1-3	1 vez	diario	1 vez p.	1-3 v.	nunca	nunca	1-3 v.	1-3 v.	45	Consumo moderado	
14	Femenino	3ro	68.6	1.61	26.5	sobrepeso	normal	1-3	1-3	1-3	1-3	nunca	nunca	1 vez	1-3 v.	1 vez	1-3	diario	1-3 v.	1 vez p.	1-3 v.	nunca	nunca	nunca	2-4 v.	39	Consumo moderado	
14	Femenino	3ro	62.2	1.55	25.9	sobrepeso	normal	nunca	1-3	nunca	1 vez	1-3	1 vez p.	1 vez	1-3 v.	1-3	1-3	2-4	1 vez p.	2-4 v.	1 vez p.	nunca	nunca	1-3 v.	2-4 v.	43	Consumo moderado	
15	Femenino	3ro	49.7	1.51	21.8	normal	normal	nunca	1-3	1 vez	nunca	2-4	1-3 v.	1 vez	2-4 v.	2-4	1 vez	diario	2-4 v.	1-3 v.	1-3 v.	nunca	nunca	1-3 v.	2-4 v.	48	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	55.3	1.53	23.7	sobrepeso	normal	diario	2-4	2-4	2-4	2-4	1 vez p.	2-4	2-4 v.	2-4	1-3	diario	diario	diario	diario	nunca	nunca	nunca	1-3 v.	63	Alto consumo	
15	Masculino	3ro	81.4	1.72	27.5	sobrepeso	normal	nunca	1 vez	1 vez	2-4	2-4	2-4 v.	diario	1 vez p.	1 vez	1-3	2-4	1 vez p.	2-4 v.	1 vez p.	nunca	nunca	1 vez p.	1-3 v.	53	Alto consumo	
14	Femenino	3ro	47.5	1.46	22.4	normal	talla baja	1-3	1 vez	1 vez	2-4	2-4	2-4 v.	diario	1 vez p.	2-4	1 vez	diario	2-4 v.	1 vez p.	1-3 v.	nunca	nunca	1-3 v.	1 vez p.	56	Alto consumo	
15	Femenino	3ro	73.4	1.58	29.6	obesidad	normal	1-3	1-3	nunca	1-3	1 vez	1-3 v.	nun.	nunca	2-4	1-3	1-3	2-4 v.	1-3 v.	nunca	1-3	nunca	1-3 v.	1-3 v.	36	Consumo moderado	
14	Femenino	3ro	67.9	1.58	27.4	obesidad	normal	nunca	1-3	1-3	1-3	1-3	1 vez p.	1 vez	1 vez p.	1 vez	1-3	diario	2-4 v.	2-4 v.	2-4 v.	nunca	nunca	nunca	diario	48	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	55.6	1.75	18.3	normal	normal	nunca	1 vez	nunca	1 vez	1-3	2-4 v.	2-4	1-3 v.	1 vez	1-3	diario	2-4 v.	1 vez p.	2-4 v.	nunca	nunca	nunca	diario	49	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	48.6	1.63	18.3	normal	normal	1-3	nunca	nunca	nunca	2-4	1-3 v.	diario	1 vez p.	2-4	1-3	diario	nunca	1 vez p.	1 vez p.	2-4	nunca	1-3 v.	2-4 v.	48	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	48.1	1.59	19.0	normal	normal	1-3	1 vez	nunca	1-3	2-4	1-3 v.	2-4	1 vez p.	1-3	1-3	diario	1 vez p.	1 vez p.	1 vez p.	1-3	nunca	1-3 v.	2-4 v.	48	Alto consumo	
15	Masculino	3ro	57.2	1.71	19.6	normal	normal	1 vez	1-3	nunca	1-3	1-3	1 vez p.	2-4	1 vez p.	2-4	1-3	diario	1 vez p.	1-3 v.	2-4 v.	nunca	nunca	nunca	1-3 v.	45	Consumo moderado	
14	Femenino	3ro	48.8	1.59	19.3	normal	normal	2-4	2-4	nunca	diario	1-3	2-4 v.	1 vez	2-4	1 vez	2-4	diario	2-4 v.	nunca	nunca	nunca	nunca	1 vez p.	2-4 v.	53	Alto consumo	
15	Femenino	3ro	58.8	1.57	24.0	normal	normal	2-4	1 vez	1-3	2-4	2-4	nunca	2-4	1-3 v.	1-3	1-3	1 vez	diario	2-4 v.	2-4 v.	1 vez	nunca	1 vez p.	1 vez p.	54	Alto consumo	
14	Femenino	3ro	57.5	1.57	23.4	normal	normal	2-4	1 vez	2-4	1-3	1-3	1 vez p.	2-4	1-3 v.	1 vez	1-3	diario	1 vez p.	1 vez p.	nunca	nunca	nunca	1 vez p.	1-3 v.	48	Alto consumo	
15	Masculino	3ro	47.0	1.63	17.7	normal	normal	1-3	1 vez	1-3	1 vez	1 vez	1 vez p.	2-4	1-3 v.	2-4	1-3	1 vez	diario	1 vez p.	1-3 v.	1-3 v.	1 vez	nunca	diario	1 vez p.	50	Alto consumo
14	Masculino	3ro	60.7	1.65	22.3	normal	normal	1 vez	1 vez	1 vez	2-4	1-3	1 vez p.	2-4	1-3 v.	2-4	1 vez	nunca	1 vez p.	1 vez p.	1 vez p.	2-4	nunca	1 vez p.	2-4 v.	53	Alto consumo	
14	Masculino	3ro	62.9	1.70	21.8	normal	normal	1 vez	1-3	1-3	1-3	1-3	1-3 v.	2-4	1-3 v.	2-4	1-3	diario	1-3 v.	1-3 v.	nunca	2-4	nunca	1-3 v.	1-3 v.	44	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	51.7	1.67	18.5	normal	normal	1-3	1-3	nunca	nunca	1 vez	1-3 v.	1-3	1-3 v.	1-3	1-3	diario	1-3 v.	2-4 v.	2-4 v.	2-4	nunca	1-3 v.	2-4 v.	45	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	50.7	1.61	19.6	normal	normal	nunca	1-3	nunca	1-3	nunca	nunca	1 vez	2-4 v.	2-4	1-3	2-4	1-3 v.	diario	nunca	nunca	nunca	nunca	diario	41	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	52.5	1.69	18.4	normal	normal	1-3	1-3	1-3	1-3	2-4	1-3 v.	2-4	2-4 v.	2-4	1-3	diario	2-4 v.	1-3 v.	1 vez p.	nunca	nunca	nunca	1-3 v.	1-3 v.	48	Alto consumo
16	Masculino	4to	68.7	1.65	25.4	sobrepeso	normal	nunca	1 vez	nunca	1 vez	nunca	nunca	2-4	nunca	nunca	nunca	nunca	diario	1-3 v.	nunca	nunca	nunca	nunca	diario	34	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	55.4	1.62	21.2	normal	normal	1 vez	2-4	2-4	1 vez	2-4	1 vez p.	2-4	1 vez p.	1 vez	1-3	2-4	1 vez p.	1 vez p.	1 vez p.	nunca	nunca	1-3 v.	2-4 v.	54	Alto consumo	
16	Femenino	4to	73.9	1.65	27.1	sobrepeso	normal	1 vez	1-3	nunca	1 vez	2-4	1 vez p.	1 vez	1-3 v.	1 vez	1-3	nunca	1-3 v.	1 vez p.	2-4 v.	1 vez	nunca	1-3 v.	1-3 v.	44	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	53.9	1.48	24.9	sobrepeso	talla baja	nunca	1-3	1 vez	diario	1 vez	2-4 v.	1 vez	1-3 v.	1 vez	1 vez	1-3	1-3 v.	1-3 v.	1-3 v.	nunca	nunca	diario	2-4 v.	46	Alto consumo	
16	Masculino	4to	48.2	1.61	18.7	normal	normal	diario	1 vez	nunca	1 vez	1-3	1 vez p.	diario	1 vez p.	diario	1 vez	diario	diario	diario	diario	diario	nunca	nunca	1 vez p.	diario	63	Alto consumo
16	Masculino	4to	75.2	1.65	27.6	sobrepeso	normal	1 vez	1-3	nunca	1 vez	nunca	nunca	2-4	1 vez p.	1 vez	1-3	diario	1 vez p.	1 vez p.	1-3 v.	1-3	nunca	nunca	1-3 v.	42	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	67.0	1.73	22.5	normal	normal	1-3	1-3	nunca	1-3	1-3	1-3 v.	1-3	1-3 v.	1-3	1-3	1-3	1-3 v.	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	1 vez p.	31	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	70.7	1.65	26.0	sobrepeso	normal	1-3	1-3	nunca	1-3	nunca	nunca	diario	1-3 v.	1 vez	1-3	diario	nunca	2-4 v.	2-4 v.	2-4	nunca	2-4 v.	2-4 v.	48	Alto consumo	
15	Masculino	4to	65.3	1.65	23.9	sobrepeso	normal	1 vez	1 vez	nunca	2-4	2-4	nunca	1 vez	1-3 v.	1 vez	1-3	2-4	1-3 v.	1-3 v.	1 vez p.	nunca	1-3 vez	nunca	1-3 v.	43	Consumo moderado	
16	Masculino	4to	65.2	1.67	23.4	normal	normal	nunca	1-3	1-3	1 vez	1 vez	1 vez p.	2-4	1-3 v.	1 vez	1-3	diario	1-3 v.	nunca	nunca	1-3	nunca	1-3 v.	1-3 v.	41	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	65.5	1.73	26.6	obesidad	normal	1-3	1-3	1 vez	1-3	1 vez	nunca	1-3	1-3 v.	1-3	1-3	1-3	diario	1-3 v.	nunca	nunca	nunca	nunca	nunca	32	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	75.5	1.52	32.5	obesidad	normal	1-3	2-4	1-3	2-4	2-4	1-3 v.	diario	1-3 v.	1-3	1 vez	2-4	2-4 v.	1 vez p.	1-3 v.	nunca	nunca	nunca	1-3 v.	48	Alto consumo	
17	Masculino	4to	80.9	1.77	25.8	sobrepeso	normal	1-3	1-3	1 vez	1-3	nunca	1-3 v.	1-3	1-3 v.	1 vez	1-3	diario	2-4 v.	1 vez p.	1 vez p.	1 vez	nunca	1-3 v.	1-3 v.	44	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	68.6	1.50	30.7	obesidad	normal	1-3	1-3	1 vez	1-3	1 vez	1-3 v.	2-4	2-4 v.	1 vez	1-3	diario	2-4 v.	2-4 v.	2-4 v.	1-3	nunca	1 vez p.	1 vez p.	53	Alto consumo	
15	Masculino	4to	52.1	1.68	18.4	normal	normal	nunca	1 vez	nunca	1 vez	1-3	1 vez p.	2-4	1 vez p.	1 vez	1-3	diario	2-4 v.	nunca	nunca	1-3	1 vez p.	nunca	nunca	44	Consumo moderado	
15	Masculino	4to	60.5	1.66	22.1	normal	normal	1-3	1-3	2-4	1-3	1-3	1-3 v.	2-4	1-3 v.	1-3	1-3	diario	1-3 v.	2-4 v.	2-4 v.	nunca	nunca	1-3 v.	1-3 v.	45	Consumo moderado	
16	Femenino	4to	58.6	1.60	23.0	normal	normal	nunca	2-4	1-3	diario	nunca	nunca	nun.	1 vez p.	2-4	1-3	diario	diario	2-4 v.	2-4 v.	nunca	nunca	nunca	diario	50	Alto consumo	
15	Femenino	4to	56.3	1.56	23.3	normal	normal	1 vez	1-3	nunca	1-3	1-3	1 vez p.	1 vez	1-3 v.	1 vez	1-3	diario	2-4 v.	1 vez p.	1 vez p.	nunca	nunca	nunca	1 vez p.	45	Consumo moderado	
15	Femenino	4to	62.9	1.58	25.2	sobrepeso	normal	1-3	1-3	1 vez	1-3	1-3	1 vez p.	1 vez	2-4 v.	1-3	1-3	1 vez	diario	1 vez p.	1-3 v.	1-3 v.	nunca	nunca	nunca	1 vez p.	41	Consumo moderado
15	Femenino	4to	73.4	1.63	31.4	obesidad	normal	1-3	1-3	2-4	1 vez	2-4	2-4 v.	1-3	1 vez p.	2-4	1 vez	2-4	2-4 v.	2-4 v.	1 vez p.	1 vez	nunca	nunca	2-4 v.	2-4 v.	58	Alto consumo
16	Masculino	4to	75.1	1.73	25.0	sobrepeso	normal	2-4	1-3	1-3	1 vez	1 vez	2-4 v.	nun.	1-3 v.	1 vez	1-3	diario	2-4 v.	2-4 v.	2-4 v.	nunca	nunca	nunca	nunca	47	Alto consumo	
16	Masculino	4to	92.8	1.74	30.6	obesidad	normal	1-3	1-3	1 vez	1-3	2-4	1 vez p.	1 vez	1-3 v.	1-3	1-3	2-4	2-4 v.	1-3 v.	1-3 v.	2-4	nunca	1-3 v.	1-3 v.	46	Alto	

ANEXO P. FOTOS DE APLICACIÓN DE TESIS

