

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

**“COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO ANTES Y
DURANTE LA PANDEMIA POR LA COVID-19
EN PADRES DE FAMILIA DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL EN
PUENTE PIEDRA”**

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Nutrición y Dietética

Autora:

Hilda Elvira Zavaleta Calvo

Asesor:

Mg. Lic. Jacqueline Susana Sayán Brito

<https://orcid.org/0000-0002-2552-2361>

Lima - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1	ROOSVELT DAVID LEON LIZAMA	42508032
Presidente(a)	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	EDWIN MARTIN RUIZ SANCHEZ	45926988
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	JACQUELINE SUSANA SAYAN BRITO	40403778
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

Informe de tesis final

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

5%

PUBLICATIONS

1%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repositorio.ucv.edu.pe Internet Source	11 %
2	hdl.handle.net Internet Source	3 %
3	repositorio.unjfsc.edu.pe Internet Source	2 %
4	repositorio.upagu.edu.pe Internet Source	1 %

DEDICATORIA

Dedico mi trabajo de tesis, en primer lugar, al creador de la tierra y del universo Dios todopoderoso. A mis abuelos por criarme con buenos valores y respeto al prójimo.

En especial a mi madre que me brindó la facilidad para continuar con mis estudios tanto de Nutrición y Dietética como el de Medicina Humana siendo mi principal pilar de fortaleza y de motivación para crecer más a nivel profesional.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por brindarme un día más de vida, haber enfrentado la COVID-19 y el brindarme sabiduría para continuar con mi formación profesional.

A la Universidad Privada del Norte, por brindar excelentes docentes que contribuyeron en mi aprendizaje y me acompañaron durante mis estudios de formación en especial al Lic. Jhon Campomanes Acuña que me apoyó constantemente ante diversas dudas de materias y a la Dra. María Dextre por las grandes recomendaciones de conocimiento desde un inicio y sabias palabras de enseñanza que quedan para futuro.

De manera especial, agradezco a mi asesora de tesis Mg. Jacqueline Susana Sayán Brito por guiarme durante todo mi trabajo de investigación con sus asesorías claras y concisas demostrando el manejo, respeto, amor y dedicación a su labor profesional.

TABLA DE CONTENIDO

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	19
CAPÍTULO III: RESULTADOS	24
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	29
REFERENCIAS	34
ANEXOS	40

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	19
TABLA 2:CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LOS PADRES DE FAMILIA	24
TABLA 3:COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO ANTES DE LA PANDEMIA EN PADRES DE FAMILIA EN DICIEMBRE DEL 2019	25
TABLA 4:COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO DURANTE LA PANDEMIA EN SEPTIEMBRE DEL 2021 EN PADRES DE FAMILIA	25
TABLA 5:CALIDAD DE LA DIETA ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA EN PADRES DE FAMILIA	26
TABLA 6:HÁBITOS ALIMENTARIOS ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA	27
TABLA 7:ALIMENTOS QUE ELIGEN COMO CONSUMO ENTRE COMIDAS	28
TABLA 8:PRUEBA DE T- STUDENT PARA EL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIA ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 APLICADO EN PADRES DE FAMILIA.	28

RESUMEN

La investigación realizada tuvo como objetivo poder evaluar cual es la diferencia del comportamiento alimentario en diciembre del 2019 y en septiembre del 2021 durante la existencia de la pandemia por la COVID- 19 realizado en adultos padres de familia. La metodología empleada que se procedió es de enfoque cuantitativo, no experimental, de corte transversal y descriptivo donde la muestra de la investigación conforma de 72 padres de familia de una Institución educativa estatal, a quienes se les realizó el cuestionario de “Comportamiento alimentario en adultos antes y durante la pandemia por la COVID-19” para el análisis de datos se usó SPSS STATISTICS 29, prueba no paramétrica de T de Student. En los resultados se ha observado que los voluntarios presentaron comportamientos alimentarios de manera “no saludable” desde el 2019 antes de iniciar la pandemia en 44 voluntarios y que durante la pandemia en septiembre de 2021 se aumentó estos hábitos a “no saludables” en 51 de los voluntarios, demostrando que al ocurrir otra pandemia mundial sin estar preparados podrían ocurrir mayor aumento de comportamientos alimentario no saludables en los ciudadanos. Como conclusión se demostró que la existencia de una pandemia mundial conlleva a los ciudadanos a modificar sus comportamientos alimentarios que a lo largo de los años puede considerarse perjudicial para la salud, se comprobó que al existir comportamientos alimentarios no saludables en las familias este indicador durante la presencia de una pandemia suele aumentar desde un 61.1% a un 70.8% comprobándose en este trabajo realizado.

PALABRAS CLAVES: Comportamientos alimentarios, pandemia, COVID-19, Hábitos alimentarios.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN**1.1. Realidad problemática**

El reto de enfrentar la pandemia por la COVID-19 a nivel global durante los años del 2020 al 2022, conllevaron a que la gran mayoría de ciudadanos realizaran diversos cambios de comportamiento como factores económicos, sociales, físicos y psicológicos debido al distanciamiento social para evitar el riesgo de contagio por el virus, como también la pérdida de trabajo en muchos habitantes generando en el hogar un ingreso menor y procreando el riesgo de poder establecer inseguridad alimentaria (1).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que cuando se evidencia pobreza en la población se multiplicaría el riesgo de padecer malnutrición en mujeres, lactantes, niños y adolescentes; debido a la carencia de micronutrientes, la baja producción de enzimas, hormonas y sustancias esenciales (2).

En otras palabras, al presentarse cambios en el comportamiento alimentarios de manera inadecuada en los ciudadanos debido a la índole económica y el consumo de alimentos con deficiencias de nutrientes, vitaminas o también por el exceso de alimentos calóricos, ocurrirían un desequilibrio insuficiente o exceso en el peso en las familias.

En el Perú, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática, durante el año 2019 indicó que las condiciones más afectadas frente la existencia de una crisis serían los que presentan pobreza y pobreza extrema. De manera general se considera con 6 millones 564 mil 93 habitantes en situación de pobreza, donde el gasto mensual no llegaba a cubrir el costo de la canasta básica alimentaria valorizada en 352 soles. Por consiguiente, en los habitantes con pobreza extrema son mayoría en 942 mil 370 habitantes, cuyo gasto no logra cubrir la canasta básica de alimentos (3).

Así mismo, el Instituto Nacional de Estadística e Informática reportó que solo el 43.8% de

hogares no tienen un artefacto eléctrico indispensable como es la refrigeradora para conservar los alimentos y que de esta manera afectaría cerca del 88% en hogares de zonas rurales (3). Por ello, al no contar con un conservador de alimentos, los adultos estarían realizando las compras de alimentos con más frecuencia para conseguir alimentos frescos y que tengan larga duración, pero también por tener una familia grande y economía no suficiente pueden ocurrir diversos factores como el tener ansiedad o el de ingerir alimentos menos nutritivos y alto en calorías.

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), nos indica en el 2022 que se estarían ocurriendo como efecto una crisis alimentaria en el Perú de manera avanzada considerándose el 51% de la población peruana en situación de inseguridad alimentaria y el 20% posee inseguridad alimentaria de manera aguda (4). De tal modo, que esta situación complicaría a más de la mitad de las familias que carecen de comida como alimentos variados y proteicos necesarios para satisfacer los requerimientos, siendo muy impactante pueden ocurrir cambios en el comportamiento alimentario desde un antes a un durante la pandemia por la COVID- 19 como al no contar con alimentos frescos y saludables, elegirían alimentos de bajo costo o enlatados de larga duración, es por eso que, se requiere determinar como es el comportamiento alimentario antes y durante la pandemia por la COVID-19 en los padres de familia.

1.2. Antecedentes del estudio:

A continuación, se presenta la exploración de antecedentes internacionales y nacionales de la presente investigación de manera actualizada.

1.2.1. Antecedentes internacionales

Los investigadores internacionales como Almendra Pegueros et al. en el año 2021, en Barcelona, España, en su investigación tuvieron como objetivo conocer qué factores se asocian con la conducta alimentaria mediante la restricción dietética, alimentación

emocional e ingesta incontrolada realizada en adultos entre 18 a 65 años durante el confinamiento en países hispanohablantes. Demostraron en sus resultados que los factores que están asociados a los cambios de comportamiento alimentario o modificaciones en el consumo alimentario durante el confinamiento en la población evaluada es estar involucrado cerca del 50% con reporte de factor de ansiedad, estrés y depresión donde se vio un incremento en edades de 18 a 34 años en mujeres. En conclusión los factores que abordan en las conductas alimentarias pueden llegar a modificar la ingesta de alimentos y el estado nutricional (5).

Pérez, en el año 2020 en su investigación durante el periodo de confinamiento por la pandemia COVID-19 en España, tuvo como objetivo conocer la nueva situación inducida y analizar los cambios en los comportamientos alimentarios. Determinó en sus resultados que las modificaciones alimentarias pueden ocurrir de manera más saludable concientizando a la población, educando y planificando las compras. Como conclusión se obtuvo que estos cambios mejoró el consumo de pescados, frutas, verduras y de legumbres, como también se evidenció un menor consumo de productos como dulces, aperitivos salados, bebidas con alto contenido alcohólico y bebidas azucaradas (6).

Araneda, en el año 2020 en Santiago, Chile, realizó una investigación donde el objetivo consistió en evaluar el comportamiento en las compras de sus alimentos que se realizaron en la pandemia y evaluar los hábitos alimentarios de los voluntarios. Como resultados se observó que el 87.5% de los participantes realizaban las compras alimentarias en supermercados por temor al contagio, la gran mayoría refieren aquellos alimentos que no deben faltar en el hogar como: verduras, huevos, agua, frutas, legumbres, pan, observándose la disminución de compras importantes como el de leche, carne/pollo, carnes y pescados. Concluyendo que más del 50% de evaluados se vieron en preocupación de no contar con alimentos saludables para comer, siendo conscientes de sus cambios de

comportamientos alimentarios (7).

Vindas et al. 2022, en Quito, Ecuador, en su estudio planteó como objetivo examinar durante el 2020 al 2021 los cambios y trastornos de conducta alimentaria ocurridas por la crisis en adultos. En resultados los cambios en la conducta alimentaria en un 68.1% donde prefieren alimentos de frituras, el 50.3% embutidos, 44.2% consumo de gaseosas /refresco, se evidenció en un 50.9% de participación para la subescala de obsesión con la delgadez (DT) referente al puntaje alto de “Me aterroriza la idea de engordar”, continuamente “Pienso en ponerme a dieta” ambos comportamiento generados son preocupantes porque se relacionan a riesgo de (TCA) Trastornos de Conductas Alimentarias. Concluyendo que la subescala DT permitió evidenciar más de la mitad de participantes que presentan un temor intenso a ganar peso, este se podría relacionar como constructor fundamental de TCA (8).

González Villareal en Chile del año 2021, en su estudio presentó como objetivo analizar los posibles efectos del confinamiento y el comportamiento del consumo de productos y comidas ultraprocesadas en pacientes adultos hipertensos y diabetes mellitus tipo 2. Como resultado se obtiene que los pacientes hipertensos prefieren mayormente el consumo de snacks salados y quienes padecen de diabetes mellitus prefieren menor consumo, pero sí se observó que el consumo de dulces y golosinas son adquiridos por mujeres, como también el consumo de comida chatarra se evidencio en jóvenes. Concluyendo que durante el confinamiento se generó cambios en la conducta alimentaria que como el consumo de alimentos ultra procesados que a un futuro cercano podría complicar más la patología crónicas de los participantes (9).

1.2.2. Antecedentes nacionales

Esparza Varas et al. del 2022, Lima, en su estudio indicaron como objetivo determinar las modificaciones de la conducta alimentaria, actividad física y salud mental antes y durante la cuarentena por la pandemia en adultos de edades de 18 y 24 años donde se evidencio en

resultados cambios en el comportamiento alimentario durante el tiempo de la cuarentena de modo que se observó un aumento de número de comidas durante el día desde el desayuno, media mañana, almuerzo, incluyendo merienda y cena. Como también no se evidenció algún cambio en el consumo de bebidas azucaradas, legumbres, verduras, carnes y pasteles, añadiendo que los encuestados realizaron más frecuente el consumo de comidas rápidas y golosinas. Concluyendo que los cambios de comportamientos ocurridos durante dicho periodo de cuarentena afectaría el estado metabólico y promovería el desarrollo de futuras enfermedades no transmisibles (10).

Juárez y Montero realizaron un estudio en 2020 donde analizaron la relación de los hábitos alimentarios en asistentes de la parroquia San Miguel y la actividad física que realizan los voluntarios, donde se encontró en resultados que antes de declararse el confinamiento por la COVID- 19, existían hábitos alimentarios adecuados alcanzando al 12.5% en adultos, en jóvenes el 44.2%. Así mismo, 18,3 % no consumía desayuno con frecuencia resaltando más de la mitad de las mujeres no consumen el desayuno, como también en el almuerzo solo el 93,2% de evaluados consumían sus alimentos, pero los restantes no. Concluyendo que estos datos antes del confinamiento, nos refleja que la comunidad no está preparada para una crisis sanitaria mundial y que existiría un riesgo alto de inseguridad alimentaria (11).

Apolinario Zumaeta en el año 2020 realizó en adultos de Lima Metropolitana un estudio con 150 personas encuestadas, teniendo como objetivo evaluar y determinar el comportamiento alimentario antes y durante la pandemia. En los resultados indican que la calidad de dieta saludable mejoró mínimamente durante la pandemia, con respecto a la frecuencia de consumo durante el confinamiento mejoró el consumo de legumbres y pescados. Se observó también que el consumo de preparaciones en horneados y asados aumentó, concluyendo en este estudio que los comportamientos alimentarios saludables se ven presente durante el confinamiento por la COVID-19 en un 42% de los evaluados (12).

Sánchez en el año 2021 en su investigación plantea el propósito de analizar el consumo de alimentos y cómo afecta en la pandemia, también conocer las formas de adquirir hábitos alimentarios en adultos de 18 a 35 años. En los resultados adquiridos se evidenció mejoras en el consumo de frutas y verduras de forma aumentada, pero los alimentos de origen lácteos y huevos si se observó en reducción, esto indica que el 55 % de encuestados mejoró la alimentación durante la cuarentena de manera saludable para mejoría de las defensas frente al coronavirus, la forma de adquirir los alimentos y preparación eran de manera más artesanal se encontró que un 64,1 % incrementó el número de cocinar más veces durante la semana y desinfectando todos los alimentos. Se concluye que durante la cuarentena se mejoraron los hábitos alimentarios de manera saludable (13).

Saavedra David en 2022 en su estudio logró comparar los cambios en los hábitos alimentarios antes y durante la Covid-19 realizada en Huacho 2021 en adultos. En resultados se observó que los adultos antes del confinamiento presentaban en su mayoría con 48% como “poco saludables” y 48% referente “necesita cambios”, y que durante la COVID-19 los comportamientos se modificaron como “poco saludables” en un 93.6%. Los participantes consideran el “costo” como un factor económico importante al preferir los alimentos económicos y prácticos de consumir pero no nutritivos. Concluyendo que los cambios de comportamiento alimentario surgirían en los adultos al no contar con economía estable, alimentos con costo no accesible y riesgo de inseguridad alimentaria (14).

1.3. Definiciones del término

La **alimentación**, consiste en incluir todas las variedades de alimentos por selección de alimentos frescos y de manera balanceada, mínimamente de manera procesados, pero sí deben ser ricos en nutrientes esenciales como la combinación exitosa de proteínas (15).

El **comportamiento alimentario** es cuando la persona elige la manera de cómo alimentarse

o adaptarse a la necesidad de alimentos, condicionando a diversos factores que se relacionan como biológicos, ambientales y sociales (16).

Los **hábitos alimentarios**, también visto como conductas alimentarias son realizadas de manera voluntaria, consciente, colectiva y repetitiva al momento de seleccionar el alimento de consumo o de regímenes alimentarios influenciado por sus culturas, tradiciones, religiones entre otras (17).

Los **hábitos alimentario saludables** es la acción voluntaria de realizar la ingesta de agua al día generando un hábito saludable, como también incluir frutas y verduras que sean frescas de múltiples colores, alimentos nutritivos con aporte proteicos, también es importante educar al paciente y familiar desde la infancia que se irán consolidando constantemente durante el desarrollo (18). Al obtener hábitos alimentarios saludables se obtiene la seguridad alimentaria que garantiza la disponibilidad de diversos grupos de alimentos, acceso a la cantidad y variabilidad de alimentos nutritivos e inocuos (19).

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) establece que las consecuencias que suelen ocurrir en la Seguridad alimentaria y Nutrición son los desastres naturales, esto llega ser problemática para la agricultura y población debido a las inundaciones, sequías y entre otros hechos por temporadas (20).

Los **hábitos alimentarios no saludables**, consiste en poseer una dieta menos saludable que con el tiempo trae repercusiones en la salud, se considera alimentos con ingredientes altos en azúcar formando el exceso de calorías con poco aporte nutricional provocando sobrepeso está presente la Inseguridad Alimentaria donde la población no logra cubrir su requerimiento de nutrientes ocasionando mayor tasa de aumento de peso corporal en mujeres asociándose con la obesidad (21).

La FAO define que Inseguridad alimentaria está relacionado cuando el habitante no tiene el acceso social, físico y económico para obtener alimentos más nutritivos necesarios para

“Comportamiento alimentario antes y durante la pandemia por la COVID-19 en padres de familia de una Institución Educativa Estatal en Puente Piedra”
satisfacer las necesidades al día y opta por otros alimentos con mayor carga energética (19)

La **calidad de la dieta**, se considera importante para todas las etapas de vida por que se relacionan con el estado fisiológico y patológico de los ciudadanos, como también para la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, obesidad y otras (22).

Impacto de la pandemia por la COVID-19

La Comisión Económica para América Latina y la Organización de la Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura indican que durante la pandemia por la COVID-19, el impacto que pone en riesgo a la seguridad y hábitos alimentarios saludables son las demandas de alimentos al incrementarse el costo, siendo parte del desequilibrio económico. Por otro lado, el confinamiento puede dar lugar a que más ciudadanos aumenten de peso debido a las limitaciones de salidas, la reducción de actividad física, preferencias por alimentos pocos saludables y alimentos que contengan conservantes de larga duración (23). De tal modo, la población con menor ingreso monetario perjudica la demanda del consumo en alimentos más nutritivos, alto en aporte calórico y no saludables en aporte nutricional.

1.4. Justificación

El presente estudio tiene como enfoque evaluar la relación o diferencia que se presenten en los comportamientos alimentarios antes y durante la pandemia por la COVID-19 de los padres de familia mayores de 18 años aplicándose en una institución educativa estatal en el distrito de Puente Piedra.

Los cambios de comportamientos alimentarios se pueden modificar en el estado de la salud como nos indica Vergara Castañeda et al. del 2020, menciona que los ciudadanos pueden expresar emociones negativas como el consumir mayor número de alimentos durante el confinamiento, la ansiedad y el estrés por la situación económica y la incertidumbre son considerados como factores que influyen el cambio de comportamiento alimentario y

propiciar dietas poco saludables en la ciudadanía (24).

Es por este motivo se consideró evaluar el comportamiento alimentario antes y durante la pandemia siendo encuestados a adultos mayores de 18 años pertenecientes a padres de familia de una I.E estatal del distrito de Puente Piedra. Con la finalidad de fomentar la realidad actual a base de datos obtenidos y mejorar los comportamientos alimentarios de manera más saludable para evitar diversas enfermedades a futuras por un déficit o exceso. Todo conocimiento obtenido de este estudio será de importancia y relevancia debido a que no se han presentado estudios hasta el momento con relación al tema y en dicha población antes y durante la pandemia en el tiempo del 2019 al 2021.

1.5. Formulación del problema

1.5.1. Problema General

¿Cuál es la diferencia en el comportamiento alimentario en padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, antes y durante la pandemia por la COVID-19, en diciembre del 2019 a septiembre del 2021?

1.5.2. Problemas específicos

¿Cómo es el comportamiento alimentario que presentan los padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, en diciembre del 2019 antes de la COVID-19?

¿Cómo es el comportamiento alimentario que presentan los padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, en septiembre del 2021 durante la COVID-19?

1.6. Objetivos

1.6.1. Objetivo General

- Evaluar la diferencia en el comportamiento alimentario antes y durante la pandemia

“Comportamiento alimentario antes y durante la pandemia por la COVID-19 en padres de familia de una Institución Educativa Estatal en Puente Piedra”
por la COVID-19 en padres de familia de una Institución Educativa Estatal en Puente Piedra.

1.6.2. Objetivos específicos

- Determinar el comportamiento alimentario que presentan los padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, en diciembre del 2019 antes de la COVID-19.
- Analizar el comportamiento alimentario que presentan los padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, en septiembre del 2021 durante la COVID-19.

1.7.Hipótesis

1.7.1. Hipótesis general

Ho: No existe diferencia en el comportamiento alimentario en padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, antes y durante la pandemia por la COVID-19, en diciembre del 2019 a septiembre del 2021.

Ha: Existe diferencia en el comportamiento alimentario en padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, antes y durante la pandemia por la COVID-19, en diciembre del 2019 a septiembre del 2021.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1. Tipo y Diseño del estudio

Se presenta este trabajo con un enfoque cuantitativo, Nelly López et al. menciona que para el uso de investigación cuantitativa se puede obtener en base a diversas técnicas, debido que se busca poder medir las variables que se establezcan. El diseño es no experimental por que no hay forma de manipular las variables y solo se aceptan las situaciones que están en el entorno habitualmente, pero sí es de tipo descriptivo comparativo, de corte transversal debido que se desea medir la magnitud de las variables mediante el uso de la recolección de datos para analizar y generar resultados estadísticos que se interpreten objetivamente (25).

2.2. Variables, Operacionalización

Variable: Comportamiento alimentario antes de la pandemia y durante (Tabla 1).

TABLA 1 MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variabes	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Punto de corte	Escala de medición
Comportamiento Alimentario antes y durante.	Comportamiento Alimentario como “acciones de todo aquello que realiza el organismo para lograr alimentarse” (26).	Para el comportamiento alimentario en los padres de familia se medirá mediante el uso de los indicadores de la frecuencia de consumo y de los hábitos alimentarios (26).	Calidad de la dieta antes y durante.	Puntuación de alimentos saludables Valor ideal= 10 Lo menos saludable= 1 Puntuación de alimentos no saludables Valor ideal= 10 Lo menos saludable= 1 Tiempos de Comida Valor ideal= 10 Lo menos saludable= 1	PUNTAJE TOTAL: 120 Saludable: 90-120 pts. Necesita cambios: 60-89 pts. Poco saludable: < 60 pts.	ORDINAL
			Hábitos alimentarios antes y durante.	Número de comidas al día Saludable: 3, 4, más de 5 día Forma de preparación Saludable: Horneados, guisados, asados Consumo entre comidas Saludable: Frutas Comidas fuera de casa Saludable: 1 vez al mes, nunca Factor para elegir un alimento Saludable: Contenido nutricional Lectura de etiquetas nutricionales Saludable: Casi siempre, siempre	PUNTAJE TOTAL: 6 Saludable: Mayor igual que 5 No saludable: menor que 5	

Fuente: Elaboración propia (Zavaleta, 2023).

2.3. Población y muestra

La población estuvo conformada por 360 padres de familia de género masculino y femenino, del nivel primario de una I.E en Puente Piedra.

La muestra fue probabilística por conveniencia, en esta investigación se trabajó con 72 padres de familia de manera voluntaria (25).

Criterios de Inclusión

- Adultos mayores de 18 años, padres o apoderados.
- Grado de instrucción primaria incompleta como mínimo.
- Participantes que acepten ser voluntarios de la investigación.

Criterios de Exclusión

- Personas que no tengan mayoría de edad.
- Adultos que no deseen registrar su participación de manera voluntaria.
- Adultos que no son padres de familia de la I.E.

2.4.Técnica e Instrumento de recolección de datos

La técnica aplicada es la encuesta que es un procedimiento estandarizado puesto que se permite recoger, analizar y describir las características entre los comportamientos alimentarios en adultos antes y durante la pandemia por la COVID- 19 en padres de familia de una I.E. en Puente Piedra. (26).

Instrumento

El instrumento aplicado fue el cuestionario elaborado por la autora Apolinario en el 2020, donde se evidencia en el ANEXO 4 el cual pasó por un juicio de 3 expertos jurados y fue validado con el valor $V =$ mayor de 0.70 DE AIKEN considerándose adecuados para

aplicarlo, este es adaptada por el autor principal originalmente con 42 ítems de manera que se dividen en base de tres secciones:

La primera sección se establece con 6 ítems que consiste en brindar la información de sociodemográfica de las familias actual, donde indica el sexo, la edad, grado instrucción que pertenece, lugar en el que reside para confirmar la investigación, número telefónico y correo.

Como segunda sección esta constituye 18 ítems dentro de ello para comportamiento alimentario antes de la pandemia referente a la calidad de la dieta que son 12 ítems y para los hábitos alimentarios son 6 ítems.

La tercera sección del cuestionario se compone por 18 ítems para el comportamiento alimentario durante de la pandemia con conocimiento de la calidad de la dieta perteneciente a 12 ítems y 6 ítems para los hábitos alimentarios (26).

Descripción del instrumento seleccionado

El cuestionario establecido para esta investigación está dividido en 2 dimensiones, la primera es calidad de la dieta y la segunda hábitos alimentarios. El instrumento de cuestionario realizado por el autor fue adaptado entre el uso de la frecuencia de consumo y el índice de la calidad global en alimentación que está constituido por los 12 ítems donde para esto solo 5 ítems es referente a los alimentos saludables, añadiendo que 4 ítems es para no saludables y solo 3 en las comidas principale. Así como también, se establecieron 6 preguntas adaptadas por el autor para hábitos alimentarios que fueron validados para lograr evaluar el comportamiento alimentario como hábitos alimentarios (26).

Procedimiento de puntuación

Se consideraron los criterios de puntuación por Apolinario donde para calidad de dieta la puntuación como menos saludable refiere desde 1 hasta 10 que esta puntuación más alta es la más saludable. De manera que, se obtiene como máximo puntaje de 120 y se categorizan según lo que se indique como referencia para Saludable tiene que estar dentro de 90-120pts. Así como también, cuando la puntuación indicaba de 60-89 significaba que se requiere cambios en la dieta. De tal modo que se considera poco saludable cuando la puntuación se establezca < 60 puntos.

Para el análisis de los hábitos alimentarios se menciona el puntaje de 1 para la respuesta como saludable y se le denomina puntaje 0 para la relación de no saludable. De manera que se obtendrá en total de 6 en puntaje y se va categorizar según lo que indique como Saludable: ≥ 5 y como No saludable: cuando se indique ≤ 5 .

2.5.Procedimiento de recolección de datos

Para realizar la presente investigación, se contactó a la población a evaluar los hábitos alimentarios antes y durante la pandemia donde se consideró padres de familia de una Institución Educativa Pública (ANEXO 1). Se envió un correo electrónico a las docentes de la Institución para informar por esta vía sobre la investigación propuesta y solicitar contactos de los participantes. Al obtener la aceptación de los padres de familia mediante las docentes a cargo, se coordinó el día 29 de octubre del 2021 a las 10:00am para aplicar el cuestionario titulado “Cuestionario de comportamiento alimentario en adultos antes y durante la pandemia por la COVID- 19”.

Se realizó la reunión con los padres de familia en la fecha pactada la cual se llevó a cabo mediante la plataforma de Google Meet donde los padres ingresaron con el correo institucional de los estudiantes para indicar que son la población válida y en presencia de las

docentes se procedió a dar inicio con la aplicación del cuestionario virtual mediante un link generado en Google Forms, previamente se les indico en qué consistía el cuestionario para aplicarlo, de igual forma durante la transmisión se orientó a los padres de familia que tuvieron dudas sobre las preguntas del cuestionario (ANEXO 2) (ANEXO 6).

2.6. Análisis de datos

Al finalizar la encuesta realizada por los voluntarios se recogió la información descargando la hoja de cálculo generada automáticamente por Google Forms. De esta manera, se acude al traslado a la base de datos, alcanzando 72 voluntarios (ANEXO 5). Los mismos que se trasladan a la base de datos de IBM SPSS STATISTICS 29 para realizar las tablas establecidas donde en este se presentan las frecuencias y nivel de porcentajes.

Así mismo, se utilizó la prueba no paramétrica de T- de Student para el uso de análisis inferencial. Por lo tanto, se conoce que para aceptar el nivel de significancia entre estas relaciones se aceptará cuando el valor de significancia sea menor del 0.05.

2.7. Aspectos éticos

Dentro de los aspectos éticos que se tuvieron en cuenta para realizar esta investigación en personas, se tuvo presente que la prueba está dirigida a padres de familia de una Institución Educativa Estatal ubicado en el distrito de Puente Piedra, donde se cumplieron las declaraciones y principios éticos por Helsinki descritas por Manzini establecido con los siguientes criterios: Los voluntarios deben estar dispuestos a lograr participar mediante un consentimiento informado, como también tienen libertad de retirarse del proceso o no participar. El respeto y los derechos de las personas voluntarias deben estar claras y se debe de brindar información del proceso de investigación, por tanto, se debe salvaguardar la integridad personal e intimidad (27). Para la investigación se manejó con toda formalidad y confidencialidad en la obtención de los datos utilizados solo para el objetivo del estudio.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

En primer lugar, se presentan las características generales de los voluntarios mediante los resultados descriptivos de frecuencia y de los porcentajes de acuerdo al sexo, edad, grado de instrucción y el distrito de inclusión establecida para la investigación. Luego se muestra el enfoque de los objetivos e hipótesis general de la investigación.

3.1 Características Sociodemográficas

TABLA 2: CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LOS PADRES DE FAMILIA

Características generales	n frecuencia	% valido	% acumulado
Consentimiento			
Si	72	100	100
No	0	0	0
Sexo			
Masculino	25	34.7	34.7
Femenino	47	65.3	100.0
Edad			
18 - 20	1	1.4	1.4
21 – 35	33	45.8	47.2
36 – 50	31	43.1	90.3
51 – 65	7	9.7	100.0
Mayor de 65	0	0	
Grado instrucción			
Primaria	23	31.9	31.9
Secundaria	42	58.3	90.3
Técnica	3	4.2	94.4
Superior incompleta	1	1.4	95.8
Superior completa	3	4.2	100.0
Postgrado	0	0	
Distrito			
Puente Piedra	72	100	100.0

Fuente: Elaboración propia (Zavaleta, 2023).

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 2 se presenta una totalidad de 72 encuestados permitiéndose el consentimiento al 100%, donde 34.7% (n=25) fueron varones y 65.3% (n=47) femeninos, de los que participaron con mayor predominio son de (n=33) 45.8% para las edades de 21 a 35 años, como también para las edades de 36 a 50 pertenecen a 43.1% (n=31).

3.2 Resultados descriptivos.

TABLA 3: COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO ANTES DE LA PANDEMIA EN PADRES DE FAMILIA EN DICIEMBRE DEL 2019

COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO	Antes de pandemia	
	n	%
Saludable	28	38.9
No saludable	44	61.1
TOTAL	72	100%

Fuente: Elaboración propia (Zavaleta, 2023).

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 3 se observa que antes de la pandemia en diciembre del 2019 los padres de familia presentaban con mayor indicador los comportamientos alimentarios de manera “no saludables” representado en una totalidad de 61% (n=44), mientras que solo el 38.9% (n=28) presentaron comportamientos alimentarios “saludables”.

TABLA 4: COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO DURANTE LA PANDEMIA EN SEPTIEMBRE DEL 2021 EN PADRES DE FAMILIA

COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO	Durante la pandemia	
	n	%
Saludable	21	29.2
No saludable	51	70.8
TOTAL	72	100%

Fuente: Elaboración propia (Zavaleta, 2023).

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 4 se observa que durante la pandemia los padres de familia presentaron un aumento en el comportamiento alimentario de manera “no saludable” representado en una totalidad de 70.8% (n=51), mientras que para “saludable” este se presentó en 29.2% (n=21).

TABLA 5: CALIDAD DE LA DIETA ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA EN PADRES DE FAMILIA

Calidad de la Dieta	Indicadores	Antes de la pandemia		Durante la pandemia	
		n	%	n	%
Alimentos Saludables	Verduras				
	Más de 2 veces/día.	4	5.6	4	5.6
	Frutas				
	Más de 2 veces/día.	10	13.9	9	12.5
	Lácteos				
	Más de 2 veces/día.	3	4.2	4	5.6
Alimentos no saludables	Legumbres				
	2-3 veces a la semana.	43	59.7	34	47.2
	Pescados				
	2-3 veces a la semana	49	68.1	35	48.6
Alimentos no saludables	Pasteles, galletas, snacks dulces,				
	Ocasional o nunca.	21	29.2	31	43.1
	Bebidas azucaradas				
	Ocasional o nunca.	24	33.3	23	31.9
	Consumo de azúcar				
	Ocasional o nunca.	7	9.7	6	8.3
Tiempo de comidas	Frituras				
	Ocasional o nunca.	9	12.5	6	8.3
	Desayuno				
	1 vez al día.	35	48.5	29	40.3
	Almuerzo				
1 vez al día.	35	48.5	35	48.5	
	Cena				
1 vez al día.	35	48.5	34	47.2	

Fuente: Elaboración propia (Zavaleta, 2023).

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 5 para el consumo de “Alimentos saludables” los padres de familia 59.7% (n=43) consideraron la alternativa correcta antes de la pandemia para legumbres de 2-3 veces/sem donde se observa que el consumo disminuyó durante la pandemia en 47.2% (n=34), como también para pescados de 2- 3 veces/ sem disminuyó de un 68.1 (n=49) a un 48.6% (n=35). Así mismo, para los “Alimentos no saludables” sólo el 29.2% (n=21) de los padres de familias consideraron de manera correcta antes de la pandemia para el consumo de pasteles, galletas, dulces o snack pero se observa en aumento durante la pandemia a un 43.1% (n=31).

Además, para el “tiempo de comidas” antes de ocurrir la pandemia se observa que

solo el 48.5% (n=35) de padres realizaban la ingesta de 3 comidas/ día como desayuno, almuerzo y cena de manera correcta, y que durante la pandemia se modificó el consumo a un (n=29) 40.3% para desayuno, 48.5% (n=35) almuerzo y (n=34) 47.2% cena.

TABLA 6:HÁBITOS ALIMENTARIOS ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA

	Indicadores	Antes de la pandemia		Durante la pandemia	
		n	%	n	%
Hábitos Alimentarios	Número de comidas				
	3 al día	32	44.4	57	80.3
	4 al día	23	31.9	4	5.6
	más de 5 comidas al día	12	16.7	0	0
	Forma de preparación				
	horneados	1	1.4	20	27.8
	guisados	65	90.3	38	52.8
	asados	4	5.6	4	5.6
	Consumo entre comidas				
	frutas	45	62.5	31	43.1
	Comidas fuera de casa				
	1 vez al mes	21	29.2	19	26.4
	nunca	6	8.3	4	5.6
	Factor para elegir un alimento				
	Contenido nutricional	41	56.9	27	37.5
	Lectura de etiquetas nutricionales				
Casi siempre	23	31.9	17	23.6	
siempre	11	15.3	10	13.9	

Fuente: Elaboración propia (Zavaleta, 2023).

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 6 de los hábitos alimentarios en los indicadores de número de comidas con mayor predominio manteniendo las comidas principales es de la ingesta del consumo de 3 comidas/ día de antes 44.4% (n= 32) aun durante la pandemia 80.3% (n=57), para la forma de preparación en guisados se disminuyó de un 90.3% (n=65) a un 52.8% (n=38) considerando el aumento de la preparación saludable en horneados desde un 1.4% (n=1) a un 27.8% (n=20). Se consideró que la lectura de etiquetas nutricionales en casi siempre disminuyó de un 31.9% (n=23) a un 23.6% (n=17) y siempre de un 15.3% (n=11) a un 13.9% (n=10).

TABLA 7: ALIMENTOS QUE ELIGEN COMO CONSUMO ENTRE COMIDAS

Alimentos	Antes de la pandemia		Durante la pandemia	
	n	%	n	%
Pizza o hamburguesa	2	2.8	3	4.2
Galletas y/o snacks	6	8.3	5	6.8
Frutas	45	62.5	31	43.1
Gaseosas	13	18.1	4	5.6
Nada	6	8.3	29	40.3
Total	72	100%	72	100%

Fuente: Elaboración propia (Zavaleta, 2023).

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 7 se aprecia el consumo de alimentos entre comidas como frutas se disminuyó desde un antes 62.5% (n=45) a un 43.1% (n= 31) durante la pandemia, continuamente el consumo de gaseosas se presenta disminuido desde un 18.1% (n=13) aun durante la pandemia en 5.6% (n=4), como también el consumo de ningún alimento entre comidas se incluye de un 29% (n=6) a un 40.3% (n=29).

3.3 Resultados inferenciales.

TABLA 8: PRUEBA DE T- STUDENT PARA EL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIA ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 APLICADO EN PADRES DE FAMILIA.

Prueba de T- Student			Significación Exacta (bilateral)
	valor	gl	
Prueba de T- Student			,000^a
N de casos válidos	72	71	

Fuente: Elaboración propia (Zavaleta, 2023).

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 8 al evaluar la comparación del comportamiento alimentario antes y durante la pandemia, se obtuvo el valor de p=0.000 como (p<0.05), de manera que se rechaza la (H₀). Concluyendo que existe diferencia significativa entre el comportamiento alimentario en padres de familia antes de diciembre del 2019 y durante la pandemia por la COVID- 19.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La investigación realizada tuvo como propósito evaluar la diferencia que se pueden encontrar en los comportamientos alimentarios en los padres de familia de una institución educativa del distrito de Puente Piedra, antes en diciembre del 2019 y durante la pandemia de septiembre del 2021. Respecto a los comportamientos alimentarios se encontró en los resultados que el 61.1% del año 2019 un antes de ocurrir la pandemia se presentaba con comportamientos alimentarios no saludables y que durante la pandemia este se generó un aumento a un 70.8% con comportamientos alimentarios no saludables en los encuestados. Los resultados concuerdan con lo que plantea Balluerka et al., (2020) donde se menciona que la pandemia generó el aislamiento de las familias creando un impacto para los cambios de conductas alimentarias que por consiguiente se podría obtener con posibilidades a producir diversos efectos para la salud de manera perjudicial (28), del mismo modo para Constant et al., (2020) en Francia nos menciona que un promedio de 8 de cada 10 encuestados de la población señalaron haber presentado modificaciones de manera negativa no saludable en las conductas alimentarias de familias y en el estilo de vida durante el aislamiento y que solo 4 de cada 10 presentaron cambios de manera saludable (29). Asimismo para el investigador Cheikh et al., (2020) nos indica que durante el confinamiento se generó en la población de manera negativa la presencia de conductas alimentarias no saludables debido a la ingesta de alimentos no nutritivos con alto aporte calórico, y de incluir dentro de sus meriendas entre comidas alimentos pocos saludables, como también el consumo de las verduras y frutas se encontró disminuida, conllevando al incremento de peso de las personas (30). Por ello, los reportes mencionados se concuerdan según lo que indica Robinson et al., (2020) en su trabajo de investigación sobre comportamiento alimentario y obesidad en Estados Unidos en la época de pandemia, en donde menciona que debido a la COVID-19 y el confinamiento realizado en la población, perjudicó el estado de la salud

mental de forma negativamente como problemas con la motivación generando ansiedad, en otros ciudadanos se evidencio incluir más frecuente el consumo de refrigerios altos en calorías, y menor actividad física (31).

Con respecto a la forma de preparación de comidas saludables antes de la pandemia en 2019 como guisos se obtuvo que los adultos consumían un 90.3%, para horneados 1.4% y asados en un 5.6% dando como totalidad saludable de un 97.3% y que durante la pandemia del 2021 las preparaciones saludables se disminuyó como el consumo de guiso a un 52.8%, consumo de horneados en un 27.8%, asados en un 5.6% obteniéndose como totalidad saludable en un 86.2%, considerándose que para las preparaciones no saludable se incrementó desde un antes en 2.7% a un a un 13.8% durante la pandemia con relación al consumo de preparaciones de frituras en los padres de familia, estos resultados se asemejan a lo que nos indica Álvarez (2020) dentro de su estudio donde se encontró que durante el confinamiento se incrementó el consumo de preparaciones de alimentos en frituras y chatarras en adultos (32). De tal modo, lo que se concuerda con De la Serna (2020), durante el confinamiento se presentaron diversos hogares con afectación negativa en la economía conllevando a los ciudadanos a adquirir alimentos más económicos como embutidos y preparaciones de comidas rápidas altas en frituras que no son saludables (33). En contraste con lo que nos menciona Rodríguez et al., (2020), donde indican en su investigación que únicamente el 36,3 % de participantes encuestados indicaron que la ingesta de alimentos no saludables se aumentaron durante el aislamiento por la COVID-19, como también el 27 % variaron en la ingesta respecto al consumo de frituras en durante este periodo, como también cerca del 39 % de los adultos continuaron con el consumo de frituras durante de 1 a 3 días por semana y el 37 % indicaron menos de una vez/ semana (34).

En consideración con los resultados para el factor para elegir un alimento de manera saludable es en base al contenido nutricional donde los adultos indicaron en un 56.9% haber

realizado la revisión antes de la pandemia, pero la revisión del contenido nutricional disminuye durante la pandemia a un 37.5%, de modo que los resultados se validan de acuerdo con lo que menciona Beltrami, (2020) quien señala que debido a la pandemia y el número de cifras de despidos laborales a nivel nacional e internacional, la merma de productividad, la poca accesibilidad de diversos alimentos saludables que indiquen el contenido nutricional y de primera necesidad, se han realizado diversos cambios en el comportamiento alimentario en los ciudadanos al realizar una compra más accesible de mayor durabilidad, principalmente los ciudadanos vulnerables y los que viven de sus ingresos diarios donde no son formales. Para este sentido se considera el contenido nutricional durante la elección del alimento que se evidencio que disminuyó de un 21% a un 10% durante la pandemia conllevando a evidenciar que uno de los principales problemas que ocasionan los cambios alimentarios están relacionados a la situación económica como ingresos y la estabilidad (35). Así como nos refiere Balluerka, et al., (2020), que durante el tiempo de la COVID-19 la población adulta se ha experimentado un desbalance económico por parte del desempleo, de este modo no ayuda a que el ciudadano cubra las necesidades esenciales, lo cual se crean modificación en las conductas alimentarias de manera negativa como mayor ingesta de alimentos más económicos pero no nutritivos y de bajo aporte nutricional que se posibilita a futuros riesgos en salud (28).

Finalmente, las limitaciones que se presentaron dentro de la presente investigación como primera instancia era el de realizar la encuesta de manera virtual para el año 2021 debido que se trataba durante el tiempo de la pandemia por la COVID-19 donde se tenía que mantener el distanciamiento en los padres de familia y donde para la investigación se necesitaba poder adaptar el horario disponible de los encuestados así poder obtener la participación voluntaria, demandando tiempo de semanas para lograr completar el mínimo de población encuestados. El tipo de muestreo fue realizado por conveniencia lo que implica

que los resultados no podrían extrapolarse a la población total, lo que se recomienda para futuras investigaciones aplicar un muestreo aleatorio.

Los resultados que se obtuvieron en la presente investigación tiene como implicancia teórica y práctica con relación a la salud comunitaria y salud pública: La implicancia teórica del estudio permite una nueva aportación a la literatura científica para el área de Nutrición debido que se logró identificar qué existen diferencias en los comportamientos alimentarios antes de ocurrir la pandemia por la COVID-19 y cómo estos comportamientos llegan a modificarse durante la existencia de la pandemia, comprendiendo que pueden surgir mayores efectos negativos en la salud para la ciudadanía si se presenta otra nueva ola de pandemia por otro agente contagioso entre humanos. La implicancia práctica en base a las conclusiones con la relación a la evidencia de los resultados presentados en este estudio de investigación permitirán para la toma de decisiones para realizar futuras medidas de prevención y de promoción para la salud a mejorar y poder realizar estrategias que garanticen a la población una adecuada selección de alimentos nutritivos, preparación saludables y mejorar la frecuencia de consumo de alimentos más saludables como frutas y verduras, como también disminuir el consumo de alimentos ultra procesados industrializados en los diferentes sectores de la población.

Conclusiones

- Con respecto al objetivo general, se evidenció el valor de $p=0.000$ indicando que si existe diferencia en el comportamiento alimentario en diciembre del 2019 antes de la pandemia y durante en septiembre del 2021 de manera no saludable en los encuestados.
- Con respecto al comportamiento alimentario que presentaron los padres de familia en diciembre del 2019, antes de ocurrir la pandemia se encontró que un 61.1% tuvo un comportamiento “no saludable”, mientras que para “saludable” se presentó con

un 38.9%.

- Se analizó el comportamiento alimentario durante la pandemia en septiembre del 2021 donde se evidenció el aumento de encuestados como “no saludables” en un 70.8% y para “saludables” se encontró con disminución del 29.2% de los encuestados.

Recomendaciones

- Es de importancia que los encuestados voluntarios reciban asesoramiento nutricional por profesionales de Nutrición y Dietética incluyendo estudiantes del área de Nutrición para fomentar nuevos hábitos alimentarios saludables en los ciudadanos y mejorar la calidad de la dieta en nuestra población de investigación.
- Es fundamental tener hábitos alimentarios saludables desde el hogar a base de una dieta nutritiva y balanceada con disminución de consumo de bebidas azucaradas, menor consumo de preparaciones de comidas con frituras altas en calorías o alimentos industrializados procesados para prevenir el riesgo de inseguridad alimentaria en caso surja otra pandemia a nivel mundial, como también es importante crear actividad hábitos de ejercicios físicos durante el día.
- Se recomienda a los padres de familia mejorar el consumo de alimentos saludables como frutas, verduras, pescados, lácteos e incluir mayor número de comidas durante el día en base como mínimo a 3 comidas principales de desayuno, almuerzo y cena, preferiblemente con preparaciones al horno, guisados o asados, como también realizar la revisión del contenido nutricional para cada alimento en casi siempre o siempre con la finalidad de lograr de reconocer qué tipo de alimento están incluyendo en sus compras.

REFERENCIAS

1. Alejandra L. Situación de seguridad alimentaria en el contexto de la pandemia por COVID-19 : una revisión de literatura. Javeriana educo [Internet]. 2021 [citado 2023 Sep 18]; Disponible en : <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/58064>
2. World Health Organization: WHO. Malnutrición [Internet]; 2021 [citado 2021 Sep 11]. Disponible en : <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
3. Bonett D, Hidalgo N, Gutiérrez C, Directora E, Adjunta T, Cirila G, et al. Elaboración de documento [Internet]. [citado 2021 Sep 10]. ; Disponible en: https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digiales/Est/Lib1745/libro.pdf
4. La crisis alimentaria avanza en Perú, más de la mitad de la población carece de comida suficiente [Internet]. Perú. 2022 [cited 2023 Sep 18]. Disponible en: <https://peru.un.org/es/208354-la-crisis-alimentaria-avanza-en-per%C3%BA-m%C3%A1s-de-la-mitad-de-la-poblaci%C3%B3n-carece-de-comida>
5. Almendra-Pegueros R, Eduard Baladía, Ramírez-Contreras C, Pía Rojas-Cárdenas, Amparo Marquina Vila, José Moya Osorio, et al. Conducta alimentaria durante el confinamiento por COVID-19 (CoV-Eat Project): protocolo de un estudio transversal en países de habla hispana. Revista de nutrición clínica y metabolismo [Internet]. 2021 Jul 15 [cited 2023 Sep 19];4(3):150–6. Disponible en: <https://revistanutricionclinicametabolismo.org/index.php/nutricionclinicametabolismo/article/view/267>
6. Pérez-Rodrigo C, Citores M, Hervás Bárbara G, Litago F, Casis Sáenz L, Aranceta-Bartrina J, et al. Cambios en los hábitos alimentarios durante el periodo de confinamiento por la pandemia COVID-19 en España. Rev Esp Nutr Comunitaria [Internet]. 2020;26(2). Disponible en:

http://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2020_2_0X_Cambios_habitos_alimentarios_estilos_vida_confinamiento_Covid-19%281%29.pdf

7. Jacqueline Araneda, Anna Pinheiro, Daniela González, Tito Pizarro. (2020). Comportamiento de compra y hábitos alimentarios en tiempos de coronavirus (COVID-19). website: <https://medicina.udd.cl/files/2020/06/Comportamiento-de-compra-y-h%C3%A1bitos-alimentarios-en-tiempos-COVID-19.pdf>
8. Lady V, María A. Comportamiento alimentario y estilos de vida durante la pandemia por COVID-19. Unemieduec [Internet]. 2021 [cited 2023 Oct 5]; Disponible en: <https://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/5469>
9. Villarreal González, Luis. Efecto de la pandemia por COVID-19 en el consumo de productos ultraprocesados en los usuarios del Programa de Salud Cardiovascular de la Región Metropolitana. Uchilecl [Internet]. 2021 [cited 2023 Oct 5]; Disponible en: <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/181498>
10. Esparza-Varas Anális L., Cruzado-Joaquín Analy, Dávila-Moreno Mauricio, Díaz-Cubas Yuliset, De La Cruz-Vargas Kevin, Ascoy-Gavidia Brenda et al . Modificaciones de la conducta alimentaria, actividad física y salud mental por la cuarentena COVID-19 en adultos jóvenes. Rev Med Hered [Internet]. 2022 Ene [citado 2023 Sep 19] ; 33(1): 15-23. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X2022000100015&lng=es. Epub 31-Mar-2022. <http://dx.doi.org/10.20453/rmh.v33i1.4164>.
11. Rosa C, Jackeline L. Hábitos alimentarios y actividad física en asistentes de la parroquia San Miguel Arcángel en el distrito de San Miguel, 2020. Umaedupe [Internet]. 2020 [cited 2023 Sep 19]; Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/handle/20.500.12970/455>

12. Apolinario, R. Comportamiento alimentario en adultos antes y durante la pandemia por COVID 19, Lima-2020. []. PE: Universidad César Vallejo; 2020. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/59020>
13. Jhoseline Guillen Sanchez. Percepción y hábitos de alimentación durante la cuarentena por COVID-19 en el Perú. [Internet]. 2021 May [citado 2021 Sep 11]; Disponible en: <https://revistas.ulcb.edu.pe/index.php/REVISTAULCB/article/view/197/396>
14. Alonso D. Cambios en los hábitos alimentarios por covid-19 en la población adulta de ciudad Satélite, Huacho 2021. Uchilecl [Internet]. 2021 [cited 2023 Sep 26]; Disponible en: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6583785>
15. Colegio de nutricionistas del Perú. Alimentación saludable recomendaciones para una durante la cuarentena [Internet]. ; Disponible en: <https://cnp.org.pe/wp-content/uploads/2020/04/CNP-CUARENTENA-ALIMENTACION-SALUDABLE.pdf>
16. Jimeno-Martínez A, Ivie Maneschy, Rupérez AI, Moreno LA. Factores determinantes del comportamiento alimentario y su impacto sobre la ingesta y la obesidad en niños. Journal of Behavior and Feeding [Internet]. 2021 [cited 2023 Sep 26];1(1):60–71. Disponible en: <http://www.jbf.cusur.udg.mx/index.php/JBF/article/view/20>
17. Hábitos alimentarios | FEN [Internet]. Fen.org.es. 2014 [citado 2021 Sep 11]. Disponible en: <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>
18. Arely Vergara-Castañeda, María Fernanda Lobato-Lastiri, Díaz-Gay M, Rosario. Cambios en el comportamiento alimentario en la era del COVID-19. Revista Latinoamericana de Investigación Social [Internet]. 2020 [citado 2021 Sep 11];3(1):27–30. Disponible en: <http://revistasinvestigacion.lasalle.mx/index.php/relais/article/view/2637>

19. FAO. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en américa latina y el caribe 2017. 2017[citado 2021 Sep 11]. Disponible en: <http://www.fao.org/3/ca5162es/ca5162es.pdf>
20. FAO. El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo. 2019. [cited 2021 Sep 11]. Available from: <http://www.fao.org/3/ca5162es/ca5162es.pdf>
21. Monroy-Torres R, Angela Marcela Castillo-Chávez, Ruíz-González S. [Inseguridad alimentaria y su asociación con la obesidad y los riesgos cardiometabólicos en mujeres mexicanas]. PubMed [Internet]. 2021 Apr 19 [cited 2023 Sep 26];38(2):388–95. disponible en : https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000200388&lng=es.%20%20Epub%2024-Mayo-2021.%20%20https://dx.doi.org/10.20960/nh.03389.
22. Fung TT, Pan A, Hou T, Chiuve SE, Tobias DK, Dariush Mozaffarian, et al. El cambio a largo plazo en la calidad de la dieta se asocia con el cambio de peso corporal en hombres y mujeres . Journal of Nutrition [Internet]. 2015 Jun 17 [cited 2023 Sep 27];145(8):1850–6. Disponible en : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4516763/>
23. Latina. Cómo evitar que la crisis del COVID-19 se transforme en una crisis alimentaria: acciones urgentes contra el hambre en América Latina y el Caribe [Internet]. Cepal.org. 2020 [cited 2021 Sep 11]. Disponible en: <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45702-como-evitar-que-la-crisis-covid-19-se-transforme-crisis-alimentaria-acciones>
24. Vista de Cambios en el comportamiento alimentario en la era del COVID-19 [Internet]. Lasalle.mx. 2023 [cited 2023 Sep 19]. Disponible en: <https://revistasinvestigacion.lasalle.mx/index.php/relais/article/view/2637/2589>

25. López, N. y Sandoval, I. (s.f.). Métodos y técnicas de investigación cuantitativa y cualitativa. Recuperado de http://recursos.udgvirtual.udg.mx/biblioteca/bitstream/20050101/1103/1/Metodos_y_tecnicas_de_investigacion_cuantitativa_y_cualitativa.pdf
26. Erika R. Comportamiento alimentario en adultos antes y durante la pandemia por COVID 19, Lima-2020. Ucvedupe [Internet]. 2020 [citado 2021 Sep 11]; Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/59020>
27. Manzini J. DECLARACIÓN DE HELSINKI: PRINCIPIOS ÉTICOS PARA LA INVESTIGACIÓN MÉDICA SOBRE SUJETOS HUMANOS Análisis de la 5ª Reforma, aprobada por la Asamblea General de la Asociación Médica Mundial en octubre del año 2000, en Edimburgo. Acta Bioethica [Internet]. 2000;(2) [cited 2023 de Sep 18]. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/abioeth/v6n2/art10.pdf>.
28. Lasa B, Benito G, Dolores, Gorostiaga Manterola, Arantxa, Pedro, Luis, et al. Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y el confinamiento. Informe de investigación. Addiehues [Internet]. 2020 [cited 2023 Oct 20]; Disponible en: <https://addi.ehu.es/handle/10810/45924>
29. Constant A, Conserve DF, Gallopel-Morvan K, Raude J. Factores sociocognitivos asociados con cambios en el estilo de vida en respuesta a la epidemia de COVID-19 en la población general: resultados de un estudio transversal en Francia. Frontiers in Psychology [Internet]. 2020 Sep 29 [cited 2023 Oct 20];11. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33132989/>
30. Leila Cheikh Ismail, Osaili TM, Mohamad MN, Amina Al Marzouqi, Jarrar AH, Dima, et al. Hábitos alimentarios y estilo de vida durante el confinamiento por COVID-19 en los Emiratos Árabes Unidos: un estudio transversal. Nutrientes

“Comportamiento alimentario antes y durante la pandemia por la COVID-19 en padres de familia de una Institución Educativa Estatal en Puente Piedra” [Internet]. 2020 Oct 29 [cited 2023 Oct 20];12(11):3314–4. Disponible en:

<https://www.mdpi.com/2072-6643/12/11/3314/htm#B9-nutrients-1203314>

31. Robinson E, Boyland E, Chisholm A, Harrold JA, Maloney NG, Marty L, et al. Obesidad, conducta alimentaria y actividad física durante el confinamiento por COVID-19: un estudio de adultos del Reino Unido. *Appetite* [Internet]. 2021 Jan 1 [cited 2023 Oct 20];156:104853–3. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7540284/>

32. Alvarez. Hábitos alimentarios y actividad física durante el confinamiento por COVID-19 en estudiantes de la Facultad De Ciencias - Pontificia Universidad Javeriana. *Javerianaeduco* [Internet]. 2020 [cited 2023 Oct 21]; Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/51991>

33. Moises J. Aspectos Psicológicos del COVID-19. *figshare* [Internet]. 2020 Dec 26 [cited 2023 Oct 21]; Disponible en: https://figshare.com/articles/book/Aspectos_Psicol_gicos_del_COVID-19/13489671

34. Rodríguez-Pérez, C., Molina-Montes, E., Verardo, V., Artacho, R., García-Villanova, B., Guerra-Hernández, E. J., & Ruíz-López, M. D. (2020). Cambios en los comportamientos dietéticos durante el confinamiento por el brote de COVID-19 en el estudio español COVIDiet, 12(6), 1–19. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/nu12061730>

35. Beltrami S. (2020) Cómo minimizar el impacto del coronavirus en la seguridad alimentaria [Internet]. *Medium*. World Food Programme Insight; [cited 2023 Oct 21]. Available from: <https://insight.wfp.org/how-to-minimize-the-impact-of-coronavirus-on-foodsecurity-be2fa7885d7e>

ANEXOS

ANEXO N° 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA.

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Dimensiones	Metodología	Población / Muestra
¿Cuál es la diferencia en el comportamiento alimentario en padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, antes y durante la pandemia por la COVID-19, en diciembre del 2019 a septiembre del 2021?	<p>General:</p> <p>* Evaluar la diferencia en el comportamiento alimentario antes y durante la pandemia por la COVID-19 en padres de familia de una Institución Educativa Estatal en Puente Piedra.</p> <p>Específicos:</p> <p>*Determinar el comportamiento alimentario que presentan los padres de familia, en diciembre del 2019 antes de la COVID-19.</p> <p>*Analizar el comportamiento alimentario que presentan los padres de familia, en septiembre del 2021 durante la COVID-19.</p>	<p>GENERAL</p> <p>*Existen diferencias en el comportamiento alimentario en padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, antes y durante la pandemia por la COVID-19, en diciembre del 2019 a septiembre del 2021 .</p>	<p>Comportamiento alimentario antes y durante</p>	<p>Calidad de la dieta antes y durante.</p> <hr/> <p>Hábitos alimentarios antes y durante.</p>	<p>Enfoque:</p> <p>cuantitativo</p> <p>Diseño:</p> <p>No experimental, descriptivo comparativo</p> <p>Corte:</p> <p>transversal</p>	<p>Población:</p> <p>360 padres de familia del nivel primario de una I.E en Puente Piedra.</p> <p>Muestra:</p> <p>No probabilístico, se trabajó con 72 padres de familia voluntarios.</p>

Fuente: Elaboración propia (Zavaleta, 2023)

ANEXO N° 2. CUESTIONARIO “COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO EN ADULTOS ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA POR COVID 19, LIMA-2020” DE APOLINARIO ZUMAETA (26).

**PRIMERA PARTE DEL CUESTIONARIO (ANTES) ADAPTADO DEL AUTOR
ZUMAETA (26)**

¿Cuál es su sexo?	
<input type="radio"/> Masculino	<input type="radio"/> Femenino
¿Cuál es el rango de su edad?	
<input type="radio"/> Entre 18 y 20 años	<input type="radio"/> Entre 51 y 65 años
<input type="radio"/> Entre 21 y 35 años	<input type="radio"/> Más de 65 años
<input type="radio"/> Entre 36 y 50 años	
¿Cuál es su grado de instrucción?	
<input type="radio"/> Primaria	<input type="radio"/> Superior Incompleta
<input type="radio"/> Secundaria	<input type="radio"/> Superior Completa
<input type="radio"/> Técnica	<input type="radio"/> Postgrado
¿En qué distrito de Lima reside actualmente?	
¿Cuál es su número de celular?	
¿Cuál es su correo electrónico?	
COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO ANTES DE LA PANDEMIA POR COVID-19	
Antes de la pandemia por COVID 19, cuál fue su consumo de los siguientes alimentos²⁴.	
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019)	
¿Con qué frecuencia usted consumía verduras?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019)	
¿Con qué frecuencia usted consumía frutas?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019)	
¿Con qué frecuencia usted consumía leche o derivados?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019)	
¿Con qué frecuencia usted consumía legumbres (menestras)?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día

Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía pescado?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca <input type="radio"/> 1 vez a la semana <input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana <input type="radio"/> 1 vez al día <input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía pasteles, galletas, dulces, snacks?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca <input type="radio"/> 1 vez a la semana <input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana <input type="radio"/> 1 vez al día <input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía bebidas carbonatadas y/o azucaradas como gaseosas?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca <input type="radio"/> 1 vez a la semana <input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana <input type="radio"/> 1 vez al día <input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía azúcar?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca <input type="radio"/> 1 vez a la semana <input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana <input type="radio"/> 1 vez al día <input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía frituras?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca <input type="radio"/> 1 vez a la semana <input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana <input type="radio"/> 1 vez al día <input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted tomaba desayuno?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca <input type="radio"/> 1 vez a la semana <input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana <input type="radio"/> 1 vez al día <input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted almorzaba?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca <input type="radio"/> 1 vez a la semana <input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana <input type="radio"/> 1 vez al día <input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted cenaba?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca <input type="radio"/> 1 vez a la semana <input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana <input type="radio"/> 1 vez al día <input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Cuántas comidas usted consumía al día?	
<input type="radio"/> 1 al día <input type="radio"/> 2 al día <input type="radio"/> 3al día	<input type="radio"/> 4 al día <input type="radio"/> Más de 5 al día
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Cuál era la preparación habitual de sus comidas?	

<input type="radio"/> Fritos	<input type="radio"/> Guisados
<input type="radio"/> Horneados	<input type="radio"/> Asados
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Qué solía comer entre comidas?	
<input type="radio"/> Pizza o hamburguesa	<input type="radio"/> Frutas
<input type="radio"/> Galletas y/o snacks	<input type="radio"/> Gaseosas
	<input type="radio"/> Nada
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted solía comer alimentos fuera de casa?	
<input type="radio"/> Todos los días	<input type="radio"/> 1-2 veces a la semana
<input type="radio"/> 5-6 veces a la semana	<input type="radio"/> 1 vez cada 15 días
<input type="radio"/> 3-4 veces a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al mes Nunca
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Qué factor consideraba usted importante para elegir un alimento?	
<input type="radio"/> Practicidad	<input type="radio"/> Contenido nutricional
<input type="radio"/> Costo	<input type="radio"/> Sabor
Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted revisaba el contenido nutricional de las etiquetas para elegir un alimento?	
<input type="radio"/> Nunca	<input type="radio"/> Casi siempre
<input type="radio"/> Casi nunca	<input type="radio"/> Siempre

SEGUNDA PARTE DEL CUESTIONARIO (DURANTE) ADAPTADO DEL AUTOR ZUMAETA (26)

COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19	
Durante la pandemia por COVID 19, cuál es su consumo de los siguientes alimentos:	
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia consume usted verduras?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume frutas?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume leche o derivados?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume legumbres (menestras)?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día

<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume pescado?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume pasteles, galletas, dulces, snacks?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume bebidas carbonatadas/azucaradas como gaseosas?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume azúcar?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume frituras?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted toma desayuno?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted almuerza?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted cena?	
<input type="radio"/> Ocasional o nunca	<input type="radio"/> 4-6 veces a la semana
<input type="radio"/> 1 vez a la semana	<input type="radio"/> 1 vez al día
<input type="radio"/> 2-3 veces a la semana	<input type="radio"/> Más de 2 veces al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Cuántas comidas usted consume al día?	
<input type="radio"/> 1 al día	<input type="radio"/> 3 al día
<input type="radio"/> 2 al día	<input type="radio"/> 4 al día
	<input type="radio"/> Más de 5 al día
Ahora durante la pandemia por COVID 19	

¿Cuál es la preparación habitual de sus comidas?	
<input type="radio"/> Fritos <input type="radio"/> Horneados	<input type="radio"/> Guisados <input type="radio"/> Asados
Ahora durante la pandemia por COVID 19	
¿Qué suele comer entre comidas?	
<input type="radio"/> Pizza o hamburguesa <input type="radio"/> Galletas y/o snacks	<input type="radio"/> Frutas <input type="radio"/> Gaseosas <input type="radio"/> Nada
Ahora durante la pandemia por COVID 19	
¿Con qué frecuencia usted suele comer alimentos fuera de casa?	
<input type="radio"/> Todos los días <input type="radio"/> 5-6 veces a la semana <input type="radio"/> 3-4 veces a la semana	<input type="radio"/> 1-2 veces a la semana <input type="radio"/> 1 vez cada 15 días <input type="radio"/> 1 vez al mes Nunca
Ahora durante la pandemia por COVID 19	
¿Qué factor considera usted que es importante para elegir un alimento?	
<input type="radio"/> Practicidad <input type="radio"/> Costo	<input type="radio"/> Contenido nutricional <input type="radio"/> Sabor
Ahora durante la pandemia por COVID 19	
¿Con qué frecuencia usted revisa el contenido nutricional de las etiquetas para elegir un alimento?	
<input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Casi nunca	<input type="radio"/> Casi siempre <input type="radio"/> Siempre

Fuente: Comportamiento alimentario en adultos antes y durante la pandemia por COVID 19, Lima-2020. Zumaeta Apolinario R. Lima, 2020. P.60.

ANEXO 3. BAREMO DEL CUESTIONARIO DE COMPORTAMIENTOS ALIMENTARIOS EN ADULTOS ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA POR LA COVID 19 DEL AUTOR APOLINARIO ZUMAETA
PARTE 1 (ANTES DE LA PANDEMIA)

N° DE PREGUNTA CALIDAD DE LA DIETA	PUNTAJE Adecuada	ADECUADA	PUNTAJE Inadecuado	INADECUADA	PUNTO DE CORTE
Pregunta 1 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía verduras?	10 puntos	Más de 2 veces al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día	PUNTAJE TOTAL: 120 Saludable: 90-120 pts. Necesita cambios: 60-89 pts. Poco saludable: < 60 pts.
Pregunta 2 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía frutas?	10 puntos	Más de 2 veces al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día	
Pregunta 3 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía leche o derivados?	10 puntos	Más de 2 veces al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día	
Pregunta 4 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía legumbres (menestras)?	10 puntos	2-3 veces a la semana	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 5 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía pescado?	10 puntos	2-3 veces a la semana	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 6 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía pasteles, galletas, dulces, snacks?	10 puntos	Ocasional o nunca	1 Punto	1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 7 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía bebidas carbonatadas y/o azucaradas como gaseosas?	10 puntos	Ocasional o nunca	1 Punto	1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 8 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía azúcar?	10 puntos	Ocasional o nunca	1 Punto	1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 9 Antes de la pandemia por	10 puntos	Ocasional o nunca	1 Punto	1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana	

COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted consumía frituras?				1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 10 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted tomaba desayuno?	10 puntos	1 vez al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana Más de 2 veces al día	
Pregunta 11 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted almorzaba?	10 puntos	1 vez al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana Más de 2 veces al día	
Pregunta 12 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted cenaba?	10 puntos	1 vez al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana Más de 2 veces al día	
N° DE PREGUNTA HÁBITOS ALIMENTARIOS	PUNTAJ E Adecuada	ADECUADA	PUNTAJE Inadecuado	INADECUADA	
Pregunta 13 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Cuántas comidas usted consumía al día?	1 punto	3 al día 4 al día Más de 5 al día	0 puntos	1 al día 2 al día	
Pregunta 14 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Cuál era la preparación habitual de sus comidas?	1 punto	Horneados Guisados Asados	0 puntos	Fritos	PUNTAJE TOTAL: 6
Pregunta 15 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Qué solía comer entre comidas?	1 punto	Frutas	0 puntos	Pizza o hamburguesa Galletas y/o snacks Gaseosas Nada	Saludable: Mayor igual que 5
Pregunta 16 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted solía comer alimentos fuera de casa?	1 punto	1 vez al mes Nunca	0 puntos	Todos los días 5-6 veces a la semana 3-4 veces a la semana 1-2 veces a la semana 1 vez cada 15 días	No saludable: Menor que 5
Pregunta 17 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Qué factor consideraba usted importante para elegir un alimento?	1 punto	Contenido nutricional	0 puntos	Practicidad Costo Sabor	
Pregunta 18 Antes de la pandemia por COVID 19 (durante el 2019) ¿Con qué frecuencia usted	1 punto	Casi siempre Siempre	0 puntos	Nunca Casi nunca	

revisaba el contenido nutricional de las etiquetas para elegir un alimento?					
---	--	--	--	--	--

PARTE 2 (DURANTE LA PANDEMIA)

N° DE PREGUNTA CALIDAD DE LA DIETA	PUNTAJE Adecuada	ADECUADA	PUNTAJE Inadecuado	INADECUADA	PUNTO DE CORTE
Pregunta 1 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia consume usted verduras?	10 puntos	Más de 2 veces al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día	PUNTAJE TOTAL: 120 Saludable : 90-120 pts. Necesita cambios: 60-89 pts. Poco saludable : < 60 pts.
Pregunta 2 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume frutas?	10 puntos	Más de 2 veces al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día	
Pregunta 3 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume leche o derivados?	10 puntos	Más de 2 veces al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día	
Pregunta 4 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume legumbres (menestras)?	10 puntos	2-3 veces a la semana	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 5 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume pescado?	10 puntos	2-3 veces a la semana	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 6 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume pasteles, galletas, dulces, snacks?	10 puntos	Ocasional o nunca	1 Punto	1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 7 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume bebidas carbonatadas/azucaradas como gaseosas?	10 puntos	Ocasional o nunca	1 Punto	1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 8 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume azúcar?	10 puntos	Ocasional o nunca	1 Punto	1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	
Pregunta 9 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted consume frituras?	10 puntos	Ocasional o nunca	1 Punto	1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana 1 vez al día Más de 2 veces al día	

Pregunta 10 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted toma desayuno?	10 puntos	1 vez al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana Más de 2 veces al día	PUNTAJE TOTAL: 6 Saludable : Mayor igual que 5 No saludable : menor que 5
Pregunta 11 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted almuerza?	10 puntos	1 vez al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana Más de 2 veces al día	
Pregunta 12 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted cena?	10 puntos	1 vez al día	1 Punto	Ocasional o nunca 1 vez a la semana 2-3 veces a la semana 4-6 veces a la semana Más de 2 veces al día	
N° DE PREGUNTA HÁBITOS ALIMENTARIOS	PUNTAJE Adecuada	ADECUADA	PUNTAJE Inadecuado	INADECUADA	
Pregunta 13 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Cuántas comidas usted consume al día?	1 punto	3 al día 4 al día Más de 5 al día	0 puntos	1 al día 2 al día	
Pregunta 14 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Cuál es la preparación habitual de sus comidas?	1 punto	Horneados Guisados Asados	0 puntos	Fritos	
Pregunta 15 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Qué suele comer entre comidas?	1 punto	Frutas	0 puntos	Pizza o hamburguesa Galletas y/o snacks Gaseosas Nada	
Pregunta 16 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted suele comer alimentos fuera de casa?	1 punto	1 vez al mes Nunca	0 puntos	Todos los días 5-6 veces a la semana 3-4 veces a la semana 1-2 veces a la semana 1 vez cada 15 días	
Pregunta 17 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Qué factor considera usted que es importante para elegir un alimento?	1 punto	Contenido nutricional	0 puntos	Practicidad Costo Sabor	
Pregunta 18 Ahora durante la pandemia por COVID 19 ¿Con qué frecuencia usted revisa el contenido nutricional de las etiquetas para elegir un alimento?	1 punto	Casi siempre Siempre	0 puntos	Nunca Casi nunca	

Fuente: Elaboración propia según descripción de la clasificación y puntuación del cuestionario

Comportamiento alimentario en adultos antes y durante la pandemia por COVID 19, Lima-2020 por

Apolinario Zumaeta, 2020 (Zavaleta, 2023).

ANEXO 5 BASE DE DATOS

Prueba T

[Conjunto_de_datos1] C:\Users\ALFREDO\Documents\III CICLO MEDICINA\DATOS ELVIRA.sav

Estadísticos para una muestra

	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
COMPORTAMIENTOALIM ENTARIOANTESDEPAND EMIA	72	1,61	,491	,058
COMPORTAMIENTOALIM ENTARIODURANTEDEPA NDEMIA	72	1,71	,458	,054

Prueba para una muestra

	Valor de prueba = 0					
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
					Inferior	Superior
COMPORTAMIENTOALIM ENTARIOANTESDEPAND EMIA	27,847	71	,000	1,611	1,50	1,73
COMPORTAMIENTOALIM ENTARIODURANTEDEPA NDEMIA	31,669	71	,000	1,708	1,60	1,82

DATOS ELVIRA.sav [Conjunto_de_datos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Edición Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

Z	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alíneaación	Medida	Rol
22	DURANTEDELPANDEMIACONSUMODEPASTELESGA...	Númérico	8	0		{1, ocasiona...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
23	DURANTEDELPANDEMIACONSUMODEBEBIDAS	Númérico	8	0		{1, ocasiona...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
24	DURANTEDELPANDEMIACONSUMODEAZUCAR	Númérico	8	0		{1, ocasiona...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
25	DURANTEDELPANDEMIACONSUMODEFRITURAS	Númérico	8	0		{1, ocasiona...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
26	DURANTEDELPANDEMIATOMABADESAYUNO	Númérico	8	0		{1, ocasiona...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
27	DURANTEDELPANDEMIAMALMORZABA	Númérico	8	0		{1, ocasiona...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
28	DURANTEDELPANDEMIACENABA	Númérico	8	0		{1, ocasiona...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
29	DURANTEDELPANDEMIACONSUMOALDÍA	Númérico	8	0		{2, 2 al día}...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
30	DURANTEDELPANDEMIATIPODECOMIDA	Númérico	8	0		{1, fritos}...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
31	DURANTEDELPANDEMIATOMABAENTRECOMIDAS	Númérico	8	0		{1, pizza o ...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
32	DURANTEDELPANDEMIACOMIAFUERADECASA	Númérico	8	0		{1, 1 vez ca...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
33	COMPORTAMIENTOALIMENTARIOANTESDEPANDEMIA	Númérico	8	0		{1, SALUDA...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
34	COMPORTAMIENTOALIMENTARIODURANTEPANDE...	Númérico	8	0		{1, SALUDA...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
35	ANTESDELPANDEMIAFECTORIMPORTANTEUNAL...	Númérico	8	0		{1, Plástid...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
36	DURANTEDELPANDEMIAFECTORIMPORTANTEUN...	Númérico	8	0		{1, Plástid...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
37	ANTESDELPANDEMIAFRECUENCIADEREVISIONDEC...	Númérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
38	DURANTEDELPANDEMIAFRECUENCIADEREVISIOND...	Númérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
39											
40											
41											
42											
43											
44											
45											

IBM SPSS Statistics Processor está listo

Vista de datos Vista de variables

ANEXO 6. CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Preguntas Respuestas **72** Configuración

Puntos totales:

COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO ANTES Y DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN PADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL EN PUENTE PIEDRA

Estimados voluntarios se le agradece la participación de la presente investigación, el objetivo establecido es: Evaluar el comportamiento alimentario en padres de familia de una institución educativa estatal en Puente Piedra, antes y durante la pandemia por la COVID- 19, en diciembre del 2019 a septiembre del 2021. El participante cuenta con tiempo y tiene oportunidad para realizar las preguntas en situación de dudas, las cuales serán respondidas. Los beneficios de poder participar del estudio investigativo, es realizar el reconocimiento de los hábitos alimentarios saludables y no saludables antes y durante en tiempos de COVID-19. Los datos obtenidos son totalmente confidenciales y anónima y que para este estudio no se realiza ningún pago a cambio. Para cualquier pregunta referente al estudio contactarse con: Zavaleta Calvo Hilda Elvira numero 931395622

Consentimiento del voluntariado para confirmar la participación *

- si
- no