



## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

### **Carrera de Nutrición y Dietética**

# “HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES DE 12 A 17 AÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA NACIONAL DEL DISTRITO DE CORACORA-2024”

Tesis para optar el título profesional de:

**Licenciada en Nutrición y Dietética**

### **Autores:**

Raquel Diana Cauti Ccanto  
Joselyn Mabel Yparraguirre Castillo

### **Asesor:**

Lic. Víctor Raúl Monsalve Guevara  
<https://orcid.org/0009-0005-5599-4000>

Lima - Perú

**2025**

### JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	<b>Oscar Junior Calvo Torres</b>
	Nombre y Apellidos
Jurado 2	<b>Jacqueline Susana Sayán Brito</b>
	Nombre y Apellidos
Jurado 3	<b>Víctor Raúl Monsalve Guevara</b>
	Nombre y Apellidos

## INFORME DE SIMILITUD



Página 2 of 77 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trnoid::1:3180348926




### 18% Similitud general

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

#### Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado

#### Fuentes principales

- 17%  Fuentes de Internet
- 4%  Publicaciones
- 10%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

#### Marcas de integridad

##### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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

## DEDICATORIA

A mi papá Wilman, mi mamá Tatiana por apoyarme y aconsejarme en esta etapa universitaria sin ninguna condición a cambio, a la Virgen de las Nieves por guiarme en cada etapa universitaria, y a mí misma por ser una buena estudiante a pesar de tener otras responsabilidades sigo adelante y no rendirme.

Raquel Diana Cauti Ccanto

A mis padres Johnny y Edith por su apoyo, motivación que me dieron a lo largo de mi carrera para seguir adelante, porque sin ellos no lo hubiera logrado. A mis hermanas que estaban conmigo en todo momento alentándome y apoyándome en todo este proceso para nunca rendirme.

Joselyn Mabel Yparraguirre Castillo

## **AGRADECIMIENTO**

A los profesores de nuestra carrera por tenernos paciencia y brindarnos las enseñanzas necesarias para llegar a ser buenos profesionales, a nuestra casa de estudio por brindarnos los materiales necesarios, y nuestros familiares por apoyarnos en cada momento de nuestras vidas.

## Tabla de contenido

<b>JURADO EVALUADOR</b>	<b>2</b>
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
Índice de tablas	8
Resumen	9
Abstract	10
<b>CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN</b>	<b>11</b>
1.1. Realidad problemática	11
1.2. Antecedentes	12
1.2.1 Internacionales	12
1.2.2 Nacionales	13
1.3. Marco Teórico	16
1.3.1 Hábitos Alimentarios	16
1.3.2 Estado Nutricional	17
1.4 Formulación del problema	18
1.4.1 Problema General	18
1.4.2 Problema Específicos	18
1.5 Objetivos	19
1.5.1 Objetivo General	19
1.5.2 Objetivo Específicos	19
1.6 Hipótesis	20
1.6.1 Hipótesis General	20
1.7 Justificación	20
<b>CAPÍTULO II: METODOLOGÍA</b>	<b>22</b>
2.1. Tipo de investigación	22
2.2. Población y muestra	22
2.2.1 Población	22
2.2.1 Muestra	22
2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	24
2.4. Procedimiento de recolección de datos	27
2.5 Análisis de datos	27
2.6. Aspectos Éticos:	28
<b>CAPÍTULO III: RESULTADOS</b>	<b>28</b>
<b>CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES</b>	<b>35</b>
REFERENCIAS	40
ANEXOS	43
ANEXO N°1. Matriz de consistencia	43
ANEXO N°2. Matriz de Operacionalización de variables	44
ANEXO N°3. Cuestionario de Hábitos alimentarios en adolescentes	47
ANEXO N°4. Ficha de recolección de datos para el estado nutricional	50
ANEXO N°5. Instrumento de validación	51

ANEXO N°6. Carta de autorización	59
ANEXO N°7. Consentimiento informado a los padres de familia	60
ANEXO N°8. Asentimiento informado a los adolescentes	61
ANEXO N°9. Base de datos del Estado Nutricional	62
ANEXO N°10. Base de datos de Hábitos Alimentarios	65
ANEXO N°11. Evidencias fotográficas	68

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> Distribución de adolescentes según sexo	26
<b>Tabla 2.</b> Distribución de adolescentes según edad	26
<b>Tabla 3.</b> Distribución de adolescentes según grado escolar	27
<b>Tabla 4.</b> Distribución de adolescentes según IMC/E	27
<b>Tabla 5.</b> Distribución de los adolescentes según T/E	28
<b>Tabla 6.</b> Distribución de los adolescentes según PA/E	28
<b>Tabla 7.</b> Distribución de adolescentes según hábitos alimentarios	29
<b>Tabla 8.</b> Asociación entre Hábitos alimentarios y IMC/E	29
<b>Tabla 9.</b> Asociación entre Hábitos alimentarios y T/E	30
<b>Tabla 10.</b> Asociación entre Hábitos alimentarios y Perímetro abdominal para edad	31

## Resumen

**Introducción:** La alimentación en adolescentes, va a variar debido a varios factores que va a influir en su estado nutricional, provocando un mayor riesgo de padecer alguna enfermedad crónica no transmisible, todo eso dependerá mucho de los hábitos alimentarios que tengan en cada uno de sus hogares y dentro de la institución, pero también por el entorno que tienen en su vida. **Objetivo:** estimar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los adolescentes de una institución educativa nacional. **Método:** Fue de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional, no experimental y corte transversal. Además, la muestra estaba conformada por 218 estudiantes. **Resultados:** Se obtuvo, que un 63.8% presentó un estado de salud normal, 33% sobrepeso y un 2.3% obesidad de acuerdo con el IMC/E. Según T/E, se encontró que el 85.8% tienen estatura normal, 13.3% talla baja y 0.9% talla alta. Con respecto al PA/E, un 81.7% presentó riesgo bajo, 15.6% riesgo alto y 2.8% riesgo muy alto. En el caso de los hábitos alimenticios, la gran parte presentó hábitos adecuados. **Conclusión:** si hubo una asociación entre las variables ( $p > 0.05$ ).

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

## Abstract

**Introduction:** The diet of adolescents will vary due to several factors that will influence their nutritional status, causing a higher risk of suffering from some chronic non-communicable disease. All of this will depend greatly on the eating habits they have in each of their homes and within the institution, but also on the environment they have in their lives.

**Objective:** to estimate the relationship between eating habits and nutritional status of adolescents in a national educational institution. **Method:** It was quantitative, descriptive, correlational, non-experimental and cross-sectional. In addition, the sample consisted of 218 students. **Results:** It was found that 63.8% presented a normal health status, 33% were overweight and 2.3% were obese according to BMI/E. According to T/E, it was found that 85.8% have normal height, 13.3% short stature and 0.9% tall stature. Regarding PA/E. 81.7% presented low risk, 15.6% high risk and 2.8% very high risk. In the case of eating habits, the majority presented adequate habits. **Conclusion:** if there was an association between the variables ( $p>0.05$ ).

**Keywords:** Eating habits, nutritional status, adolescents.

## **CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN**

### **1.1. Realidad problemática**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se informó que aproximadamente 340 millones de niños y adolescentes tienen problema de exceso de peso, el estado nutricional de una persona se ve reflejado en procesos de ingestión, absorción y el uso que da nuestro cuerpo al momento de ingerirlos, en Perú aproximadamente el 70% de la población adulta presenta acumulación de grasa, de igual manera en jóvenes con el 42.4%, 32.3% en escolares y 23.9 en adolescentes (1)

En la actualidad, la educación a nivel primario y secundario en los jóvenes influyen en los hábitos de vida, ya que encontramos escolares que no tienen buenos hábitos alimentarios y son influenciados por el ambiente en el que viven (2). En la etapa de la adolescencia, se vuelven más independientes sobre su alimentación, dado que, pasan el mayor tiempo en el colegio, y toman su propia decisión de escoger su propia comida, conllevando a presentar enfermedades crónicas no transmisibles (3).

Por otro lado, a nivel nacional, según el “Informe Técnico realizado por el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición” (CENAN) en 2019, se observa que uno de cada cinco adolescentes presentó el 19.3% sobrepeso, por otra parte, uno de cada veinte adolescentes presentó 5.5% obesidad, en cuanto a la delgadez se presentó el 0.3% (4) mientras que el 20.4% presentó estatura baja, siendo severa en el 3.0% (4)

Los problemas más comunes en adolescentes son distintos, dentro de ellos está la falta de apetito, desnutrición y acumulación de grasa, dichas enfermedades se revelan por distintas causas, una de ellas es el sedentarismo, modificación de hábitos, pero también de su imagen corporal, es ahí donde se expresan las enfermedades más comunes (anorexia y bulimia), pues

algunos adolescentes se acomodan a la vida socioeconómica que tiene su familia para de esa manera satisfacer las necesidades, lo que conlleva a saltarse el horario establecido de cada una de las comidas y desarrollar una alimentación desequilibrada (5).

De acuerdo, con todo lo mencionado, la investigación se centra conocer la relación de ambas variables; de esta manera tener información relevante para poder llegar a un buen resultado y poder salvaguardar la salud de cada uno de los estudiantes en cuanto a una mejor alimentación para tener calidad de vida a futuro con el paso del tiempo.

## **1.2. Antecedentes**

### **1.2.1 Internacionales**

Isléño M. (2022) elaboró una investigación, que tuvo como objetivo estimar la relación entre el estado nutricional y los hábitos alimentarios, participaron 34 adolescentes de una Escuela de danza de Sante Fe-Uruguay. Este estudio se utilizó un enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional. Para ello, se utilizó un cuestionario de hábitos alimenticios y mediciones antropométricas. Los resultados revelaron que la mayoría tenían hábitos saludables con un 41% y 65% presentaban un estado nutricional normal. Concluyó que no hay una asociación entre las variables ( $p=0,06$ ) (6).

Ruiz Y. (2023) en su investigación. El propósito fue asociar los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los adolescentes en la “Escuela Especial N°2075 Dr. Edgardo Manzitti”, Santa Fe-Argentina. La metodología descriptiva, correlacional y transversal, donde la muestra es de 30 alumnos. Se hizo uso del cuestionario sobre frecuencia alimentaria y los datos antropométricos como herramienta. Donde hallaron, que el 63% presentó hábitos saludables, 27% suficientes y 10% insuficientes, en relación al estado nutricional, arrojó que

el 53.3% presentaba peso normal, 33.3% bajo peso y 13.3% sobrepeso. En conclusión, no existe asociación entre las variables propuestas ( $p > 0.05$ ) (7).

Macías T. (2024) desarrolló un estudio, con el fin de estimar mediante un cuestionario la rutina de la primera comida y mediciones antropométricas en adolescentes de una “Institución Educativa del Cantón Ambato”- Ecuador. El método fue descriptivo y transversal. Así mismo, existe una relación positiva ( $p = 0.007$ ), ya que la mayor parte de los jóvenes desayunaban casi diario y una correlación negativa, esto quiere decir, que a medida que el estudiante aumente sus hábitos alimentarios saludables, va a reducir presentar un IMC alto (8).

### **1.2.2 Nacionales**

Chingana A. (2023) realizó una investigación con el objetivo de estimar la costumbre alimentaria y las mediciones antropométricas en adolescentes, desarrollado en la “I.E. 20321 Santa Rosa - Huacho”. Se utilizó un cuestionario el cual se clasificaron en dos categorías y un cuadro de registro donde se anotó los datos antropométricos. En donde hallaron, que el 67% presentaron una condición nutricional normal y un 56% tenía una nutrición adecuada, concluyendo que si hay una similitud entre dichas variables ( $p=0.000$ ) (9).

Chingana M. (2023) en su tesis, tiene como propósito evaluar mediante un cuestionario sobre las prácticas alimentarias y medición antropométricas de los 114 estudiantes de una “Institución Educativa Héctor Tejada”- Cuzco. El diseño de la investigación fue de tipo descriptivo-correlacional. El resultado mostró que el 89.5% presentó hábitos adecuados y 10.5% inadecuados, mientras que el 85.1% presentó un estado nutricional normal según IMC, con talla normal según Talla para edad con 89.5% y 63.2%

presentó porcentaje de masa grasa normal. De manera que, se concluye que a buenos hábitos alimentarios tienden a tener un estado nutricional normal ( $p < 0.00$ ) (10).

Carrasco O, et al. (2020) realizaron un estudio, cuya finalidad fue estimar ambas variables, con una muestra de 70 participantes de la “I.E. Inmaculada Concepción-Tumbes”. Así mismo, el método fue de tipo correlacional, de corte transversal. Se llevó a cabo un cuestionario sobre los patrones dietéticos y se realizaron mediciones antropométricas. Se efectuó, que la mayoría presentó hábitos alimenticios saludables con un 64% y 54% presentó un estado de salud normal. Por lo tanto, se pudo identificar que una mejor alimentación favorece un buen estado de salud ( $p < 0.05$ ) (11).

Rodríguez T, et al (2023) desarrollaron una investigación, que tuvo como objetivo establecer la causa relacionado al estado de salud. Participaron 189 estudiantes de una “I.E. Antenor Orrego Espinoza Laredo”- Tumbes. La herramienta utilizada fue el cuestionario relacionado al deporte y hábitos alimentarios, que consta de 15 ítems. Conforme al IMC, el 77.2% presentó una condición nutricional normal, según T/E los alumnos presentaron talla adecuada, de acuerdo a la medición de la cintura el 59.3% no presenta ningún riesgo. Respecto al régimen alimentario, el 74.6% presentó una buena alimentación. Entonces, se concluye que no existe una relación, ya que la significancia es mayor a 0.05 (12).

Roque L, et al (2024) en su investigación descriptiva, tiene como propósito conocer el comportamiento alimentario y la situación nutricional. Como herramienta, se empleó un Chingana para acumular los datos de las mediciones antropométricas. La población estuvo conformada por 239 participantes de la “I.E. Manuel Seoane Corrales Poroy”, Cusco-2023. Los resultados mostraron que el 83.3% presentó hábitos parcialmente inadecuados y 4.2% hábitos alimentarios adecuados. Según el indicador IMC/E, el 73.2% presentó peso normal,

12% presentó obesidad, 7.1% sobrepeso y 0.5% presentó delgadez. Con respecto a la T/E, se evidenció que el 86.7% presentó desviación en su estatura, mientras que el 1.2% tiene talla baja severa. De acuerdo a la medición abdominal, el 82% presentó menor peligro, 13.4% presentó riesgo alto y 4.6% tiene riesgo muy alto. Concluyendo, que gran parte de los escolares presentan conductas alimentarias inadecuadas (13).

### **1.3. Marco Teórico**

#### **1.3.1 Hábitos Alimentarios**

Está relacionado con las costumbres que tiene cada una de las personas y se basa en las actitudes y comportamiento tanto personales como colectivas, pues son pautas aprendidas que se van manteniendo con el tiempo, vinculadas con el consumo de la comida, que se adquiere de forma explícita, ya sea por enseñanza o a través del contexto social. Son acciones conscientes de cada persona que maneja un hábito alimenticio, basada en la cadena alimentaria (14).

Sin embargo, el régimen alimentario en adolescentes está vinculados con la imagen corporal o no se sienten bien con su cuerpo, ya que se ven influenciados por tener una ideal de belleza, causando de esta manera a tener dietas restrictivas o el ayuno prolongado con el objetivo de perder peso que puede desarrollar un trastorno alimentario (15).

##### **1.3.1.1 Frecuencia de consumo de alimentos saludables**

Una dieta equilibrada, implica consumir todos los grupos de alimentos que proporcionen nutrientes que el organismo requiere para mantenerse sano, ayuda a prevenir enfermedades a largo plazo y tener una buena salud, al mismo tiempo, restringiendo el consumo de productos procesados (16).

##### **1.3.1.2 Frecuencia de consumo de alimentos no saludables**

El sobreconsumo de comidas chatarras con bajo valor nutricional, como gaseosas, comidas rápidas altos en calorías, grasas y azúcares suelen ser muy atractivos y sabrosos durante la etapa de la juventud, siendo un peligro para desarrollar enfermedades cardiovasculares, conllevando a largo tiempo, al deterioro de su estilo de vida (17).

#### **1.3.1.3 Frecuencia de tiempos de comida**

Saltarse los tiempos de comida principalmente en el desayuno, pueden tener consecuencias de sufrir deficiencias nutricionales o de llegar a tener sobrepeso y obesidad, dado a la alta probabilidad de consumir en exceso en la siguiente comida, por otra parte, afecta la concentración y el desempeño académico de los estudiantes. Además, debido a sus horarios escolares, salir a comer en la calle se ha vuelto uno de los hábitos alimentarios más frecuentes en los estudiantes. El consumo de comidas rápidas y alimentos ultraprocesados contribuyen a adquirir hábitos alimentarios poco saludables (18).

#### **1.3.1.4 Lugar de consumo de alimentos**

Esto va a depender de muchos factores como el contexto social, la familia, los amigos, el colegio. Sin embargo, en el contexto familiar, la madre es la responsable de la alimentación de los hijos, ya que se encarga de elegir y cocinar los alimentos. Por otra parte, en la escuela puede influenciar de forma negativa, debido a que en los kioscos venden alimentos ultra procesados que tienen un elevado contenido en azúcares, grasa saturada y falta de nutrientes (19).

### **1.3.2 Estado Nutricional**

Es la consecuencia de la relación entre el consumo alimentario para satisfacer las necesidades energéticas para el buen funcionamiento del organismo, reflejando el bienestar

de las personas (16). Por otro lado, cuando hay un desequilibrio, ya sea por un déficit en la ingesta de nutrientes o por un consumo excesivo de alimentos poco saludables, puede dar lugar a diversas enfermedades metabólicas, perjudicando el bienestar físico (20).

#### **1.3.2.1 IMC/Edad**

Es un indicador para determinar el estado de salud, este se calcula con el peso del estudiante en kilogramos dividido por el cuadrado de la estatura en metros ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ). Por ende, permiten verificar el resultado obtenido con los estándares de referencia apropiados a su edad, ayudando a identificar posibles riesgos de salud (21).

#### **1.3.2.2 Talla/ Edad**

Este indicador es esencial para comparar la altura del estudiante con los estándares de referencia según su edad. Se emplea para determinar si un niño o adolescente está teniendo la talla adecuada en función a su edad, ayudando a identificar posibles desviaciones en el crecimiento (21).

#### **1.3.2.3 Circunferencia abdominal**

Es la medición que se realiza particularmente alrededor de la zona del ombligo, para evaluar el riesgo de padecer diversas enfermedades como trastornos metabólicos, que pueden poner en peligro su salud (21).

### **1.4 Formulación del problema**

#### **1.4.1 Problema General**

¿Existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024?

#### **1.4.2 Problema Específicos**

¿Cuáles son los hábitos alimentarios en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024?

¿Cuál es el estado nutricional según IMC/E en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024?

¿Cuál es el estado nutricional según T/E en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024?

¿Cuál es el estado nutricional según perímetro abdominal en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024?

## **1.5 Objetivos**

### **1.5.1 Objetivo General**

Determinar relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora -2024.

### **1.5.2 Objetivo Específicos**

Determinar los hábitos alimentarios en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora – 2024.

Determinar el estado nutricional según IMC/E en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024.

Determinar el estado nutricional según T/E en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024.

Determinar el estado nutricional según perímetro abdominal en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024.

## **1.6 Hipótesis**

### **1.6.1 Hipótesis General**

H1: Existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024.

H0: No existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024.

## **1.7 Justificación**

### **Teórica**

Esta investigación genera entendimiento a cerca de la relación de ambas variables, además los resultados logrados servirán como referencia para futuras investigaciones y como herramienta para instituciones para desarrollar programas de intervención y estrategias educativas que contribuyan a tener una mejor alimentación, y fomentar hábitos alimentarios saludables que ayuden a evitar afecciones no transmisibles y a mejorar el bienestar general de las personas.

### **Práctica**

El presente estudio permitirá evaluar los hábitos alimenticios y su situación nutricional de los estudiantes, lo cual puede ser utilizado y útil para los investigadores que deseen aplicar los conocimientos alcanzados de esta investigación y proponer estrategias de solución a fin de mejorar su estilo de vida en los adolescentes del nivel secundario.

### **Metodológica**

Esta investigación, emplea un cuestionario validado por profesionales para poder recolectar los datos, garantizando la credibilidad y valor de la información obtenida. Este

cuestionario recopila información sobre los patrones de consumo alimentario, mientras que el otro corresponde a una ficha para la recolección de datos antropométricos. Este estudio utiliza un análisis descriptivo, debido a que los datos recolectados sobre las variables no son manipulados.

## **CAPÍTULO II: METODOLOGÍA**

### **2.1. Tipo de investigación**

Tiene un planteamiento cuantitativo, porque se emplea para recopilar y analizar la información, para responder una o varias preguntas de investigación y llevar a cabo la prueba de hipótesis (22).

Por otro lado, fue de tipo descriptivo y correlacional, dado que la información es recolectada, cuyo propósito es estimar la asociación entre las variables, sin realizar ninguna manipulación, para llegar a conclusiones relevantes (23).

Así mismo, según la intervención del investigador es observacional y de diseño no experimental, dado que no son modificadas las variables, y se examina el suceso tal en su entorno natural, para su posterior análisis (24).

De igual manera, es de corte transversal puesto que los datos recolectados sobre las variables serán en un solo instante y en un periodo de tiempo, sin involucrar de un seguimiento en el tiempo (25).

### **2.2. Población y muestra**

#### **2.2.1 Población**

Está compuesta de 500 alumnos del primer año al quinto grado de secundaria de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora, en el año 2024.

#### **2.2.1 Muestra**

La muestra estuvo conformada por 218 adolescentes entre 12 a 17 años del sexo masculino y femenino, que cumplieron con los criterios de inclusión. El tipo de muestreo, que se usó fue el no probabilístico, dado que se seleccionó casos accesibles porque aceptaron ser incluidos.

### **Criterios de Inclusión**

- Pertenecer al 1er y 5to grado de secundaria.
- Estar matriculados en el año escolar 2024.
- Tener el consentimiento firmado por los padres.
- Adolescentes que aceptan su participación en la investigación.

### **Criterios de Exclusión**

- Estudiantes ausentes en sus aulas, durante la recopilación de datos.
- Escolares que se encuentren gestando.
- Padres que no han firmado la autorización.
- Adolescentes que no quieren participar.

## **2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

### **2.3.1. Hábitos alimentarios:**

Se empleó un cuestionario que fue elaborado propiamente, así mismo para la validación, se realizó una prueba binomial, por medio de un juicio de expertos compuesta por tres profesionales en el área de Nutrición. Los resultados dieron que el cuestionario era aplicable.

Especialistas en Nutrición	Calificación del instrumento
Mg. Carmen Camarena Alberca	Aplicable
Mg. Jacqueline Sayán Brito	Aplicable
Mg. Mariana Hidalgo Chávez	Aplicable

Para la validez del cuestionario, se efectuó una prueba piloto con 20 estudiantes de 1er al 5to de secundaria, para ello se empleó el coeficiente Alfa de Cronbach, con un resultado de 0.789, lo que indica una consistencia interna adecuada.

El cuestionario consta de 17 preguntas, está dividido en 3 dimensiones, la primera está relacionada a la frecuencia de ingesta de alimentos nutritivos con 7 preguntas, la segunda respecto a la frecuencia de consumo de alimentos no saludables con 6 preguntas y la tercera sobre la frecuencia de tiempos de comida con 4 preguntas. Además, para medir el nivel de hábitos alimentarios, se clasificaron en dos categorías que fueron las siguientes:

- Hábitos alimentarios inadecuados: 17 – 51
- Hábitos alimentarios adecuados: 52 - 85

### **1. Estado Nutricional:**

Se aplicó un registro para la recolección de datos y así poder evaluar el estado nutricional según IMC/E. Para ello, se empleó una balanza digital calibrada sobre una superficie plana y lisa. Se pidió a los estudiantes que se quitaran el calzado y cualquier accesorio que pudiera interrumpir en la medición del peso. Además, se les indicó que se colocaran en posición erguida en la parte central de la báscula, asegurándonos de que ambos pies estuvieran apoyados y distribuidos de manera uniforme (21).

Por otro lado, para estimar la estatura se aplicó un tallímetro fijo de madera de tres cuerpos. Se indicó a los estudiantes retirarse los zapatos, deshacerse los moños, se les indicó que se posicionarán en la base del instrumento, manteniendo la postura recta, la cabeza debe estar levantada con la mirada al frente. Así mismo, los pies y talones juntos tocando la base de la herramienta, asegurando que las pantorrillas, nalgas, el torso y los muslos toquen la tabla de medición (21).

Por otra parte, para la medición del perímetro abdominal se usó una cinta métrica de la marca Lufkin. Nos aseguramos de que el estudiante estuviera relajado y en una postura erguida, con el abdomen descubierto y los pies separados para distribuir el peso de manera

equilibrada entre ambas piernas. La cinta métrica se colocó alrededor del abdomen, generalmente a la altura del ombligo. La medición se realizó mientras el estudiante respiraba lentamente, al finalizar la exhalación, para obtener una lectura más precisa (21).

Para evaluar el estado nutricional, clasificamos el Índice de Masa Corporal. Se calcula dividiendo el peso en kilogramos (kg) por el cuadrado de la altura en metros (m<sup>2</sup>). Posteriormente, el resultado se comparó con la clasificación conforme a la edad:

<b>Clasificación</b>	<b>Puntos de corte (DE)</b>
Obesidad	>2
Sobrepeso	>1 a 2
Normal	1 a -2
Delgadez	< - 2 a - 3
Delgadez severa	< - 3

Así mismo, la evaluación de la talla para la edad se realizó estableciendo los puntos de corte, de acuerdo con la clasificación de la OMS.

<b>Clasificación</b>	<b>Puntos de corte (DE)</b>
Talla alta	>+ 2
Normal	+ 2 a - 2
Talla baja	< - 2 a - 3
Talla baja severa	< - 3

Por otro lado, se determinó al comparar la circunferencia abdominal de un adolescente con una medida de referencia.

Edad (años)	Riesgo de enfermedad según perímetro abdominal (cm)					
	Adolescentes varones			Adolescentes mujeres		
	Bajo (< P75)	Alto (≥ P75)	Muy alto (≥ P90)	Bajo (< P75)	Alto (≥ P75)	Muy alto (≥ P90)
12	74.2	74.3	84.8	73.4	73.5	82.7
13	76.7	76.8	88.2	76.8	76.9	85.8
14	79.3	79.4	91.6	78.2	78.3	88.8
15	81.8	81.9	95.0	80.6	80.7	91.9
16	84.4	84.5	98.4	83.0	83.1	94.9
17	86.9	87.0	101.8	85.4	85.5	98.0

Fuente: Fernández J., et al 2004 (26).

#### 2.4. Procedimiento de recolección de datos

Se contactó con el director de la Institución Educativa ubicada en el distrito de Coracora, con el propósito de presentar la investigación, y solicitar la autorización para llevar a cabo el estudio, el cual estuvo enfocado en estudiantes de ambos géneros, en un rango de edad de 12 a 17 años.

Posteriormente, se procedió a remitir los consentimiento informado a los padres de familia a través de los alumnos, donde se detalla el estudio, con el fin de solicitar la autorización para que los estudiantes pudieran participar. También se incluyó un segundo consentimiento informado, que fue firmado por los adolescentes, asegurando así que ellos también estaban de acuerdo con su participación.

Así mismo, se ejecutaron las mediciones antropométricas a los estudiantes. Además, se procedió a aplicar el cuestionario diseñado para evaluar los hábitos alimentarios.

Para finalizar, se agradeció al director, así como a los estudiantes por su apoyo y participación en la ejecución de esta investigación.

## **2.5 Análisis de datos**

El análisis estadístico de los datos se ejecutó a través de Microsoft Excel y, posteriormente, en el programa estadístico SPSS. Previo al análisis correlacional, se aplicó la prueba estadística Chi-Cuadrado, para analizar la relación de ambas variables categóricas, ya que permite determinar si existe una asociación significativa entre ellas, aceptando la hipótesis sólo si el valor p es inferior a 0.05. Además, los resultados se presentaron en tablas que responden a los objetivos de la investigación.

## **2.6. Aspectos Éticos:**

En el presente trabajo, se respetó los principios éticos. En primer lugar, se destacó el principio de la autonomía, el cual permite a los estudiantes decidir libremente si desean participar en la investigación. Para ello, se obtuvo la autorización firmada por los padres, asegurando la participación de sus hijos.

Por otro lado, se consideró la beneficencia para asegurar el bienestar de los adolescentes que formaban parte del estudio.

Riesgo: Se determinó que no presenta riesgos significativos para los estudiantes. Las funciones realizadas en el estudio, como la recopilación de información son no impertinentes y no involucran peligro corporal o mental.

Confidencialidad: La información que se recolectó es protegida anónimamente de cada uno de los estudiantes. El acceso a estos datos estará restringido y será privado.

Beneficio: No se ofrecerá compensación económica por su colaboración, pero servirán con objetivos científicos, ayudando a evaluar y mejorar el estado nutricional y los

hábitos alimenticios de los estudiantes, con la finalidad de implementar estrategias preventivas y de mejora.

Voluntariedad: Nadie está comprometido a participar, y de la misma forma en el momento que el estudiante decida abandonar de la actividad está en todo su derecho.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

La muestra estudiada estuvo conformada por escolares de 12 a 17 años y la mayoría fueron del sexo masculino, 57.3%, la media de edad fue 14.59 y la desviación estándar. Así mismo, se observó que la mayor concentración de estudiantes se encuentra en el 4° grado con un 23.4%, seguido por el 3° grado con un 20.2%. Los demás grados están más equilibrados, con una ligera menor representación en el 1° grado, que cuenta con un 17.9%.

**Tabla 1.** Datos generales

		N	%
<b>Sexo</b>	Masculino	125	57.3%
	Femenino	93	42.7%
	<b>Total</b>	<b>218</b>	<b>100%</b>
<b>Edad</b>	12 años	18	8.3%
	13 años	45	20.6%
	14 años	40	18.3%
	15 años	41	18.8%
	16 años	53	24.3%
	17 años	21	9.6%
	<b>Total</b>	<b>218</b>	<b>100%</b>
<b>Grado</b>	1°	39	17.9%
	2°	43	19.7%
	3°	44	20.2%
	4°	51	23.4%
	5°	41	18.8%
	<b>Total</b>	<b>218</b>	<b>100%</b>

**Tabla 2.** Distribución de adolescentes según IMC/E

<b>Clasificación</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Delgadez	2	0.9
Normal	139	63.8
Sobrepeso	72	33.0
Obesidad	5	2.3
Total	218	100

En la tabla 2, se muestra que la mayoría de los estudiantes tienen un peso normal (63.8%), mientras que 33.0% presentan sobrepeso. Esto significa que aproximadamente 1 de cada 3 adolescentes tiene sobrepeso.

**Tabla 3.** Distribución de los adolescentes según T/E

<b>Clasificación</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Talla baja	29	13.3
Normal	187	85.8
Talla alta	2	0.9
Total	218	100

En la tabla 3 se observó que el 85.8% tiene talla normal, mientras que el 13.3% presenta talla baja, lo que refleja un problema de crecimiento significativo, lo que equivale aproximadamente a 1 de cada 8 estudiantes.

**Tabla 4.** Distribución de los adolescentes según PA/E

<b>Clasificación</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Riesgo bajo	178	81.7
Riesgo alto	34	15.6
Riesgo muy alto	6	2.8
Total	218	100

En la tabla 4 se observó que el 81.7% tiene riesgo bajo, mientras que aproximadamente 1 de cada 6 estudiantes (15.6%) presenta riesgo alto, y solo 1 de cada 36 está en riesgo muy alto.

**Tabla 5.** Distribución de adolescentes según hábitos alimentarios

<b>Clasificación</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Inadecuados	81	37.2
Adecuados	137	62.8
Total	218	100

En la tabla 5 se observó que el 62.8% tiene hábitos alimentarios adecuados, mientras que aproximadamente 1 de cada 3 estudiantes (37.2%) presenta hábitos inadecuados.

**Tabla 6.** Asociación entre Hábitos alimentarios y IMC/E

			IMC/E				Total	Valor P
			Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
<b>Hábitos alimentarios</b>	Adecuados	n	2	80	55	0	137	0.001
		%	0.9%	36.7%	25.2%	0.0%	62.8%	
	Inadecuados	n	0	59	17	5	81	
		%	0.0%	27.1%	7.8%	2.3%	37.2%	
Total	n	2	139	72	5	218		
	%	0.9%	63.8%	33.0%	2.3%	100%		

De acuerdo a la tabla 6, se evidenció que los hábitos alimentarios adecuados están asociados principalmente con un mayor porcentaje de estudiantes con un IMC/E normal (36.7%) y sobrepeso (25.2%), mientras que no se observan casos de obesidad en este grupo. Por otro lado, los estudiantes con hábitos inadecuados tienen un porcentaje considerablemente menor de IMC/E normal (27.1%) y destacan con un porcentaje mayor en obesidad (2.3%) comparado con los de hábitos adecuados. El valor p de 0.001 indica que esta asociación es estadísticamente significativa.

**Tabla 7.** Asociación entre Hábitos alimentarios y T/E

		T/E			Total	Valor P
		Talla baja	Normal	Talla alta		
<b>Hábitos alimentarios</b>	Adecuado	n	13	122	2	137
		%	6.0%	56.0%	0.9%	62.8%
	Inadecuado	n	16	65	0	81
		%	7.3%	29.8%	0.0%	37.2%
Total		n	29	187	2	218
		%	13.3%	85.8%	0.9%	100%

Según la tabla 7, se observó que los estudiantes con una alimentación adecuada tienen un mayor porcentaje de talla normal (56.0%) en comparación con aquellos con hábitos inadecuados (29.8%). La talla baja es más frecuente en quienes tienen hábitos inadecuados (7.3%) frente a los adecuados (6.0%). El valor p de 0.059 sugiere que la asociación no es estadísticamente significativa.

**Tabla 8.** Asociación entre Hábitos alimentarios y Perímetro abdominal para edad

			<b>Perímetro abdominal para edad</b>			Total	Valor P
			Riesgo bajo	Riesgo alto	Riesgo muy alto		
<b>Hábitos alimentarios</b>	Adecuados	n	111	24	2	137	0.209
		%	50.9%	11.0%	0.9%	62.8%	
	Inadecuados	n	67	10	4	81	
		%	30.7%	4.6%	1.8%	37.2%	
Total		n	178	34	6	218	
		%	81.7%	15.6%	2.8%	100%	

En la tabla 8 se observó que los estudiantes con hábitos alimentarios adecuados presentan un mayor porcentaje de riesgo bajo en el perímetro abdominal para la edad (50.9%) en comparación con aquellos con hábitos inadecuados (30.7%). El riesgo alto y muy alto son más frecuentes en quienes tienen hábitos inadecuados (4.6% y 1.8%, respectivamente) que en los adecuados (11.0% y 0.9%). Sin embargo, el valor p de 0.209 indica que la asociación no es estadísticamente significativa.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

De acuerdo al objetivo general, se encontró una relación entre los hábitos alimentarios y el índice de masa corporal. Sin embargo, esta conexión no se evidenció en las mediciones de la estatura para la edad ni en el perímetro abdominal. Esto indica que, aunque la alimentación es fundamental para el peso y la composición corporal, otros factores pueden influir en el crecimiento y la asignación de grasa corporal en esta población.

Acercas de los hábitos alimentarios Changana A. en estudiantes de una Institución Educativa en Huacho se halló que la prevalencia de hábitos inadecuados fue del 44%, lo cual resulta ser más alto que el porcentaje obtenido en esta investigación (37.2%). Estos hallazgos, reflejan una tendencia preocupante en una parte significativa de la población estudiada, que mantiene patrones alimentarios poco saludables, lo que pone en riesgo de sufrir enfermedades metabólicas a futuro (6). La literatura sugiere que los hábitos alimenticios durante la adolescencia son esenciales para prevenir la obesidad y otras condiciones relacionadas con la nutrición (8).

Respecto al estado nutricional, según el IMC/E, en la investigación de Carrasco O, et al., determinaron que la prevalencia de exceso de peso fue de 23%, un porcentaje menor al 35.5% obtenido en esta investigación. Estos hallazgos son similares con los del Centro Nacional de Alimentación y Nutrición, que indicó que aproximadamente uno de cada cinco adolescentes presentó alto peso (4). Esta alta tasa de peso excesivo en los adolescentes evaluados refuerza la importancia de implementar estrategias educativas para mejorar su régimen alimentario y fomentar estilos de vida activos (11).

Según T/E Chullunquia M, determinó que la prevalencia de Talla baja fue del 7.9%, cifra menor al 13.3% encontrado en esta investigación. Este hallazgo sugiere que, si bien la

mayoría de los estudiantes tiene un crecimiento adecuado, aún existe un porcentaje relevante con déficits nutricionales crónicos (10). La talla baja en adolescentes puede estar relacionada con una deficiencia prolongada de nutrientes esenciales, lo que subraya el interés de tener una mejora en el bienestar y la disponibilidad de los alimentos durante esta etapa de crecimiento (15)

Respecto al estado nutricional, según perímetro abdominal para la edad Roque L, et al. en adolescentes en una I.E en Cuzco determinó que la prevalencia de riesgo alto fue del 13.4% siendo menor al obtenido dentro de esta investigación (15.6%). Estos datos muestran que una proporción considerable de adolescentes ya presenta una acumulación central de grasa, lo que los predispone a enfermedades cardiovasculares y metabólicas en el futuro (3). Este incremento en la prevalencia podría estar relacionado con cambios en los hábitos alimentarios y una vida cotidiana sedentaria, factores que fue aumentando en los últimos años y que favorecen el desarrollo de adiposidad central desde edades tempranas (19).

Por otro lado, el estudio de Macías T; concluyó una relación directa ( $P < 0.001$ ) entre los hábitos alimentarios y el índice de masa corporal (8). Los resultados encontrados coinciden con los hallazgos de esta investigación, donde se halló una asociación entre ambas variables ( $P = 0.001$ ). Se encontró que los adolescentes con hábitos alimentarios adecuados tenían una mayor proporción de peso normal (36.7%) en comparación con aquellos con hábitos inadecuados (27.1%). Además, el sobrepeso y la obesidad fueron más reiterados en aquellos con hábitos inadecuados (7.8% y 2.3%, respectivamente), lo que refuerza el parentesco entre una alimentación poco saludable y el desarrollo de exceso de peso (11).

Además, en la investigación de Rodríguez T. y Yupanqui M. determinó que no hubo una asociación ( $P = 0.579$ ) entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional según T/E en

los adolescentes de una I.E en Tumbes (12). Estos resultados hallados fueron similares a los de la investigación actual, donde también se evidenció que no existe asociación entre las variables ( $P=0.059$ ). A pesar de que los adolescentes con hábitos alimentarios adecuados presentaban una mayor proporción de talla normal (56.0%), en comparación con los de hábitos inadecuados (29.8%), la diferencia no fue lo suficientemente marcada como para establecer una relación concluyente. Este resultado sugiere que la talla puede estar influenciada por otros factores como el historial nutricional a largo plazo y el entorno socioeconómico (16).

Por último, en la investigación de Rodríguez T. y Yupanqui M. Se determinó que no hay similitud en una asociación estadísticamente significativa ( $P=0.953$ ) entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional según P/A para edad en los adolescentes de una I.E en Tumbes (12). Estos hallazgos encontrados, fueron similares a los de este estudio, ya que se concluyó que no hay una relación entre ambas variables ( $P=0.209$ ). Aunque los adolescentes con hábitos adecuados tenían un menor porcentaje de riesgo en exceso en el perímetro abdominal (11.0% y 0.9%, respectivamente) en comparación con aquellos con hábitos inadecuados (4.6% y 1.8%), la diferencia no fue lo suficientemente fuerte como para establecer una correlación concluyente. Esto podría indicar que el almacenamiento de grasa abdominal depende de otras circunstancias como la actividad física y la genética (3)

En este estudio se considera que la principal implicancia fue evidenciar la relación entre ambas variables en adolescentes, específicamente con el IMC/E. Sin embargo, no se identificó una asociación con la T/E ni con el perímetro abdominal. Esto resalta la importancia de los hábitos alimentarios como un factor clave en la predisposición del

sobrepeso y la obesidad en la adolescencia, como la necesidad de implementar intervenciones nutricionales que fomenten patrones de alimentación saludables.

Así mismo, esta investigación contribuye al conocimiento sobre el impacto de la alimentación en el crecimiento y desarrollo de los adolescentes, sirviendo como base para futuras investigaciones y estrategias de intervención. Se espera que los hallazgos de dicho estudio contribuyan a orientar el incremento de programas educativos y políticas públicas que promuevan una alimentación correcta, con el fin de prevenir enfermedades relacionadas con la nutrición, fortaleciendo así el bienestar y la calidad de vida de la población adolescente.

Las limitaciones de este estudio, se presentó al momento de realizar las actividades dentro de la institución, hubo algunos alumnos que no se querían sacar las zapatillas antes de ser pesados en la balanza, esto pudo generar alteraciones en su peso corporal ya que el resultado pudo haber sido ligeramente alto de lo esperado. Además, tuvimos dificultad con el tiempo disponible para realizar las mediciones antropométricas y aplicar el cuestionario, ya que se solo se pudo realizar en el horario del curso de educación física. Finalmente, al momento de buscar antecedentes internacionales, presentamos dificultades por la cantidad limitada de estudios disponibles, y esto evita la interpretación de nuestros resultados, ya que no pudimos hacer comparaciones con otras investigaciones.

## **CONCLUSIONES**

Según la prueba estadística Chi cuadrado, se demostró que, si hay una relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes, específicamente con el IMC/E, lo que indica que una alimentación inadecuada puede contribuir al desarrollo de sobrepeso y obesidad.

Se encontró que la T/E no tiene una asociación significativa con los hábitos alimentarios. Esto sugiere que otros factores, como la genética y el entorno socioeconómico, pueden desempeñar un papel más relevante en el crecimiento y desarrollo de los jóvenes.

Finalmente, el PA/E no presentó una asociación estadísticamente significativa con los hábitos alimentarios. Esto implica que la acumulación de grasa abdominal puede depender de otros factores como la actividad física y la predisposición genética, por lo que resalta la importancia de estudios adicionales para comprender mejor esta relación.

## REFERENCIAS

1. Brioso T. Hábitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes de una institución educativa pública del nivel secundario. Facultad de Ciencias de salud. Escuela académico profesional de Enfermería. 2023;65p. Disponible en: <https://orcid.org/0000-0002-4694-8417>
2. Alcántara A. Hábitos alimenticios y actividad física en adolescentes del 3° año en una institución educativa de nivel secundario Chorrillos, 2023. Universidad Privada San Juan Bautista. Lima; 2024.
3. Salazar P. Hábitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes de la Institución Educativa Huaca de Oro-Los Olivos-Lima. Universidad César Vallejo. 63p. [Internet]. Lima; 2022 [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/114210>
4. Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Informe Técnico. Estado Nutricional de los adolescentes de 12 a 17 años y adultos mayores de 60 años a más; VIANEV, 2017-2018. Instituto Nacional de salud. 2019 [citado 31 de enero de 2025];42p. Disponible en: [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4527283/informe\\_estado\\_nutricional\\_adolescentes\\_12\\_17\\_adultos\\_mayores\\_mayores\\_60\\_anosVcfZH.pdf?v=1683566453](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4527283/informe_estado_nutricional_adolescentes_12_17_adultos_mayores_mayores_60_anosVcfZH.pdf?v=1683566453)
5. Zea D, Ruiz K. Asociación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario del colegio San José Parroquial, La Perla-Callao 2020. Universidad Privada del norte. 58p. [Internet]. Lima-Perú; 2022. Disponible en: <https://orcid.org/0000-0002-2552-2361>
6. Isleño M. Relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional, de los adolescentes de la academia de danza We Love Dancing de la ciudad de Santa Fe, durante el mes de Noviembre 2021. Universidad de Concepción del Uruguay. [Internet]. Uruguay; 2022 [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <http://repositorio.ucu.edu.ar/xmlui/handle/522/647>
7. Ruiz Y. Relación entre Hábitos Alimentarios y Estado Nutricional en alumnos de 6 a 18 años que asisten a la escuela especial N°2075 Dr. Edgardo Manzitti de la ciudad de santa fe, en el año 2023. Universidad de Concepción del Uruguay. [Internet]. 2023 [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <http://repositorio.ucu.edu.ar/xmlui/handle/522/639>
8. Macías T. Hábitos de desayuno y su relación con el estado nutricional de adolescentes de 15 a 18 años, de una Unidad Educativa Pública del Cantón Ambato. Universidad Técnica de Ambato. Facultad de ciencias de la salud. 2024. 84p. [Internet]. Ecuador; 2024 [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/56dcd7a7-aa17-4fe5-b1a1-f02f31c2a3da/content>
9. Changana A. Estado nutricional y su relación con los hábitos alimentarios en adolescentes del 5to año de secundaria de la I.E. 20321 Santa Rosa-Distrito de Huacho. Universidad Nacional José Faustino Sánchez, 2023. 63p. [Internet]. 2023 [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.14067/8432>
10. Chullunquia M. Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes de la institución educativa secundaria “Héctor Tejada” en el distrito de Pallpata-Espinar-Cusco, 2023. Universidad Nacional del Altiplano. [Internet]. 2023 [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/22174>

11. Olivos L, Saldarriaga J. Hábitos alimentarios y estado nutricional en los adolescentes del 2° año de secundaria de la institución educativa “Inmaculada Concepción”. Universidad Nacional de Tumbes, 2019; 81p. [Internet]. 2020 [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/1807>
12. Rodríguez T, Yupanqui M. Factores relacionados con el estado nutricional en adolescentes de la I.E «Antenor Orrego Espinoza», Distrito de Laredo. Universidad César Vallejo. Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Nutrición. 83p. [Internet]. Trujillo-Perú.; 2023 [citado 2 de febrero de 2025]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/132023>
13. Roque L, Tacusi N. Hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes escolares de la Institución Educativa Manuel Seoane Corrales Poroy, Cusco. Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. 93p. [Internet]. Cusco-Perú.; 2024 [citado 2 de febrero de 2025]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12918/8787>
14. Ruiton J. Hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes de un colegio público de Lima Metropolitano. Universidad Nacional Federico Villarreal. 2020; 77p. [Internet]. Lima-Perú; [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13084/4333>
15. Ortega J. Relación de la insatisfacción de la imagen corporal con las conductas alimentarias de riesgo en adolescentes. Universidad Nacional de Chimborazo. Trabajo de Titulación para optar al título de Psicóloga Clínica. 2023;81p. [Internet]. Ecuador; [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10887>
16. López J, Lozano B, Calizaya Y, Calizaya E, Morales W, Saintila J. Relación entre calidad del sueño, hábitos alimentarios y perfil antropométrico en adolescentes: Una encuesta transversal. Universidad Peruana Unión. 2023 (48),341-348. [Internet]. [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>
17. Torres E, Pérez Y, Peña S, Vanegas P, Guillen M. Consumo de alimentos no saludables de un grupo de adolescentes ecuatorianos. Universidad Católica de Cuenca. Ecuador. 2021; 27-35. [Internet]. Vol. 11, • Enero-Junio. [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <https://produccioncientificaluz.org/index.php/redieluz/article/view/36918/39938>
18. Morales Rosa, Rodríguez Isis, Massip J, Sardinias M, Balado R. Preferencias y conductas alimentarias en adolescentes de secundaria básica. Revista Cubana de Pediatría. 2021; 93(2) 1-15pp. [Internet]. Disponible en: <https://orcid.org/0000-0003-2164-860X>
19. Alcaraz S, Velázquez P. Prácticas alimentarias y estado nutricional en adolescentes de un centro educativo privado subvencionado de la ciudad de Luque en agosto de 2019. Revista Científica ciencias de la salud. 2021; 3(2):26-38p. [citado 31 de enero de 2025]; Disponible en: <https://doi.org/10.53732/rccsalud/03.02.2021.26>
20. Lema V, Aguirre M, Durán N, Zumba N. Estado nutricional y estilo de vida en escolares. Una mirada desde unidades educativas públicas y privadas. Archivos venezolanos de Farmacología y Terapéutica. 2021;344-352p. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica [Internet]. [citado 31 de enero de 2025]; Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/559/55971452003/55971452003.pdf>
21. Aguilar L, Contreras M, Dávila M. Guía Técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente. Ministerio de Salud. Instituto Nacional de salud. [Internet]. Lima; 2015 [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en:

<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/390257/guia-tecnica-para-la-valoracion-nutricional-antropometrica-de-la-persona-adolescente.pdf?v=1571242432>

22. Medina M, Rojas R, Bustamante W, Loaiza R, Martel C, Castillo R. Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación. Instituto Universitario de Innovación y Tecnología. 60p. [Internet]. Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación. Lima.: Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú; 2023 [citado 31 de enero de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.35622/inudi.b.080>
23. Chipana Gómez E. Análisis correlacional de la formación académico-profesional y cultura tributaria de los estudiantes de Marketing y Dirección de Empresas. Revista Universidad y Sociedad, 2020; 12(6):478-483p. Perú; 2020.
24. Gonzales J. Diseño y metodología de la investigación. Enfoques Consulting EIRL. [Internet]. Perú; 2021. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/352157132>
25. Vega A, Maguiña JL, Soto A, Lama-Valdivia J, Correa López L. Estudios transversales. Rev. Fac. Med. Hum. 179-185p. [Internet]. Vol. 21, Revista de la Facultad de Medicina Humana. Universidad Ricardo Palma, Instituto de Investigaciones en Ciencias Biomédicas, Facultad de Medicina Humana; 2021 [citado 31 de enero de 2025]. p. 179-85. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rfmh/v21n1/2308-0531-rfmh-21-01-179.pdf>
26. Fernández J, Redden D, Pietrobelli A, Allison B. Percentiles de circunferencia de cintura en muestras representativas a nivel nacional de niños y adolescentes afroamericanos euroamericanos y mexicanoamericanos. Revista de pediatría. 2004, 145 (4): 439 - 444. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2004.06.044>

**ANEXOS**

**ANEXO N°1. Matriz de consistencia**

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGÍA	POBLACIÓN-MUESTRA
<p><b>Problema General:</b> ¿Existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora-2024?</p> <p><b>Problema Específico:</b></p> <p><b>PE1:</b> ¿Cuáles son los hábitos alimentarios en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora- 2024?</p> <p><b>PE2:</b> ¿Cuál es el estado nutricional según IMC/E en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora- 2024?</p> <p><b>PE3:</b> ¿Cuál es el estado nutricional según T/E en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora- 2024?</p>	<p><b>Hipótesis Generales:</b> <b>H1:</b> Existe una relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora-2024. <b>H2:</b> No existe una relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora-2024.</p>	<p><b>Objetivo General:</b> Establecer la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora-2024.</p> <p><b>Objetivo Específicos:</b> <b>OE1:</b> Determinar los hábitos alimentarios en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora-2024. <b>OE2:</b> Determinar el estado nutricional según IMC/E en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora-2024.</p>	<p><b>Variable Independiente:</b> Hábitos Alimentarios</p> <p><b>Variable Dependiente:</b> Estado Nutricional</p>	<p><b>Enfoque de estudio:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Tipo de estudio:</b> Descriptivo Correlacional</p> <p><b>Diseño de estudio:</b> Observacional Transversal No experimental</p>	<p><b>Población:</b> La población está constituida por 500 adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora-2024.</p> <p><b>Muestra:</b> La muestra estará integrada por 218 adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora-2024.</p>

<p><b>PE4:</b> ¿Cuál es el estado nutricional según perímetro abdominal en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora- 2024?</p>		<p><b>OE3:</b> Determinar el estado nutricional según T/E en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora- 2024?</p> <p><b>OE4:</b> Determinar el estado nutricional según perímetro abdominal en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora- 2024.</p>			
---	--	---	--	--	--

**ANEXO N°2. Matriz de Operacionalización de variables**

<b>VARIABLES</b>	<b>DEFINICIÓN CONCEPTUA L</b>	<b>DEFINICIÓN OPERACIONAL</b>	<b>DIMENSIONE S</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ESCALA DE MEDICIÓN</b>	<b>ESCALA VALORATIVA</b>
------------------	---------------------------------------	-----------------------------------	-------------------------	--------------------	-------------------------------	------------------------------





### ANEXO N°3. Cuestionario de Hábitos alimentarios en adolescentes

Estimado estudiante, estamos desarrollando una investigación para conocer la relación de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes, por ello, agradecemos que respondan con total sinceridad a las preguntas.

#### Datos generales

**Edad:**

**Sexo:**

**Grado y Sección:**

1. ¿Cuántos días a la semana consumes frutas?
  - a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
2. ¿Cuántas porciones de frutas consumes al día?
  - a. 1 porción
  - b. 2 porciones
  - c. 3 porciones
  - d. 4 porciones
  - e. 5 porciones
3. ¿Cuántos días a la semana consumes verduras?
  - a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
4. ¿Cuántas porciones de verduras consumes al día?
  - a. 5 porciones
  - b. 4 porciones
  - c. 3 porciones
  - d. 2 porciones
  - e. 1 porción
5. ¿Cuántos días a la semana consumes leche y/o yogurt?
  - a. Nunca
  - b. 1 a 2 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 5 a 6 veces
  - e. Diario
6. ¿Cuántos días a la semana consumes cereales (avena, arroz, trigo) y tubérculos (papa, camote y yuca)?
  - a. Nunca
  - b. 1 a 2 veces

- c. 3 a 4 veces
  - d. 5 a 6 veces
  - e. Diario
7. ¿Cuántos vasos de agua tomas al día?
- a. Nunca
  - b. 1 a 2 vasos
  - c. 3 a 4 vasos
  - d. 5 a 6 vasos
  - e. 7 a 8 vasos
8. ¿Cuántos días a la semana consumes comidas rápidas (hamburguesas, pollo broaster, pizzas, entre otros)?
- a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
9. ¿Cuántos días a la semana consumes snacks (papitas lays, doritos, chizitos, etc)?
- a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
10. ¿Cuántos días a la semana consumes dulces y chocolates?
- a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
11. ¿Cuántos días a la semana consumes jamón, chorizo, hotdog, salchicha?
- a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
12. ¿Cuántos días a la semana consumes postres?
- a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
13. ¿Cuántos días a la semana tomas gaseosas?
- a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
14. ¿Con qué frecuencia (días por semana) tomas tu desayuno?
- a. Diario

- b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
15. ¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu almuerzo?
- a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
16. ¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu cena?
- a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca
17. ¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu lonchera?
- a. Diario
  - b. 5 a 6 veces
  - c. 3 a 4 veces
  - d. 1 a 2 veces
  - e. Nunca

**ANEXO N°4. Ficha de recolección de datos para el estado nutricional**

Peso (kg)	
Talla (m)	
Perímetro abdominal (cm)	
IMC/Edad	
Talla/Edad	
Perímetro abdominal para la edad	

**ANEXO N°5. Instrumento de validación**

N°	Dimensiones/ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión:</b> Frecuencia de consumo de alimentos saludables		<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
1	¿Cuántos días a la semana consumes frutas?	x		x		x		
2	¿Cuántas porciones de frutas consumes al día?	x		x		x		
3	¿Cuántos días a la semana consumes verduras?	x		x		x		
4	¿Cuántas porciones de verduras consumes al día?	x		x		x		
5	¿Cuántos días a la semana consumes leche y/o yogurt?	x		x		x		
6	¿Cuántos días a la semana consumes cereales (avena, arroz, trigo) y tubérculos (papa, camote, yuca)?	x		x		x		
7	¿Cuántos vasos de agua tomas al día?	x		x		x		
<b>Dimensión:</b> Frecuencia de consumo de alimentos no saludables								
8	¿Cuántos días a la semana consumes comida rápida (hamburguesas, pollo broaster, pizzas, entre otros)?	x		x		x		
9	¿Cuántos días a la semana consumes snacks (papitas lays, doritos, chizitos, etc)?	x		x		x		
10	¿Cuántos días a la semana consumes dulces y chocolates?	x		x		x		
11	¿Cuántos días a la semana consumes jamón, chorizo, hotdog, salchicha?	x		x		x		
12	¿Cuántos días a la semana consumes postres?	x		x		x		

13	¿Cuántos días a la semana tomas gaseosa?	x		x		x		
<b>Dimensión:</b> Frecuencia de tiempos de comida								
14	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu desayuno?	x		x		x		
15	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu almuerzo?	x		x		x		
16	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu cena?	x		x		x		
17	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu lonchera?	x		x		x		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia):**

**Opinión de aplicabilidad:** ( X ) Aplicable

( ) Aplicable después de corregir

( ) No aplicable

**Apellidos y nombres del juez validador:** Mg. Carmen Camarena Alberca

**DNI:** 42408042

**Especialidad del validador:** Mg. En Salud pública

**Firma del Experto Informante**

**1Pertinencia:** Del 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.

### Instrumento de validación

N°	Dimensiones/ítems	<i>Pertenencia</i> <sup>1</sup>		<i>Relevancia</i> <sup>2</sup>		<i>Claridad</i> <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión:</b> Frecuencia de consumo de alimentos saludables								
1	¿Cuántos días a la semana consumes frutas?	x		x		x		
2	¿Cuántas porciones de frutas consumes al día?	x		x		x		
3	¿Cuántos días a la semana consumes verduras?	x		x		x		
4	¿Cuántas porciones de verduras consumes al día?	x		x		x		
5	¿Cuántos días a la semana consumes leche y/o yogurt?	x		x		x		
6	¿Cuántos días a la semana consumes cereales (avena, arroz, trigo) y tubérculos (papa, camote, yuca)?	x		x		x		
7	¿Cuántos vasos de agua tomas al día?	x		x		x		
<b>Dimensión:</b> Frecuencia de consumo de alimentos no saludables								
8	¿Cuántos días a la semana consumes comida rápida (hamburguesas, pollo broaster, pizzas, entre otros)?	x		x		x		
9	¿Cuántos días a la semana consumes snacks (papitas lays, doritos, chizitos, etc)?	x		x		x		
10	¿Cuántos días a la semana consumes dulces y chocolates?	x		x		x		
11	¿Cuántos días a la semana consumes jamón, chorizo, hotdog, salchicha?	x		x		x		
12	¿Cuántos días a la semana consumes	x		x		x		

	postres?						
13	¿Cuántos días a la semana tomas gaseosa?	x		x		x	
<b>Dimensión:</b> Frecuencia de tiempos de comida							
14	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu desayuno?	x		x		x	
15	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu almuerzo?	x		x		x	
16	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu cena?	x		x		x	
17	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu lonchera?	x		x		x	

**Observaciones (precisar si hay suficiencia):**

**Opinión de aplicabilidad:** ( X ) Aplicable

( ) Aplicable después de corregir

( ) No aplicable

**Apellidos y nombres del juez validador:** Jacqueline Susana Sayan Brito

**DNI:** 40403778

**Especialidad del validador:** Lic. en Nutrición, Maestra en Educación y Doctora en Educación



**Firma del Experto Informante**

**1Pertinencia:** Del 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.

### Instrumento de validación

N°	Dimensiones/ítems	<i>Pertenencia</i> <sup>1</sup>		<i>Relevancia</i> <sup>2</sup>		<i>Claridad</i> <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión:</b> Frecuencia de consumo de alimentos saludables								
1	¿Cuántos días a la semana consumes frutas?	x		x		x		
2	¿Cuántas porciones de frutas consumes al día?	x		x		x		
3	¿Cuántos días a la semana consumes verduras?	x		x		x		
4	¿Cuántas porciones de verduras consumes al día?	x		x		x		
5	¿Cuántos días a la semana consumes leche y/o yogurt?	x		x		x		
6	¿Cuántos días a la semana consumes cereales (avena, arroz, trigo) y tubérculos (papa, camote, yuca)?	x		x		x		
7	¿Cuántos vasos de agua tomas al día?	x		x		x		
<b>Dimensión:</b> Frecuencia de consumo de alimentos no saludables								
8	¿Cuántos días a la semana consumes comidas rápidas (hamburguesas, pollo broaster, pizzas, entre otros)?	x		x		x		
9	¿Cuántos días a la semana consumes snacks (papitas lays, doritos, chizitos, etc)?	x		x		x		
10	¿Cuántos días a la semana consumes dulces y chocolates?	x		x		x		
11	¿Cuántos días a la semana consumes jamón, chorizo, hotdog, salchicha?	x		x		x		
12	¿Cuántos días a la semana consumes postres?	x		x		x		

13	¿Cuántos días a la semana tomas gaseosa?	x		x		x		
<b>Dimensión:</b> Frecuencia de consumo de tiempos de comida								
14	¿Con qué frecuencia (días por semana) tomas tu desayuno?	x		x		x		
15	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu almuerzo?	x		x		x		
16	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu cena?	x		x		x		
17	¿Con qué frecuencia (días por semana) consumes tu lonchera?	x		x		x		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia):**

**Opinión de aplicabilidad:** ( X ) Aplicable

( ) Aplicable después de corregir

( ) No aplicable

**Apellidos y nombres del juez validador:** Hidalgo Chávez, Mariana Elvira

**DNI:** 42968661

**Especialidad del validador:** Licenciada en Nutrición, Maestra en Educación y Doctora en Educación.



**Firma del Experto Informante**

**1Pertinencia:** Del 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.



**ANEXO N°6. Carta de autorización**

**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE USO DE INFORMACIÓN DE EMPRESA  
PARA EL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN, TESIS O INFORME DE  
SUFICIENCIA PROFESIONAL**



Yo Felix Gallegos San Miguel

Identificado con DNI o CE N° 09900888, como representante legal de la empresa /  
institución: I.E 9 de diciembre E/NX - coracora

con R.U.C. N° 10099008887,  
ubicada en la ciudad de Coracora. Otorgo la AUTORIZACIÓN de uso de información a:

1) Raquel Diana Cauti Canto, con DNI/CE 73527207  
2) Joselyn Rebel yparraquirre Castillo, con DNI/CE 72907751

Egresado/s de la  Carrera profesional o  Programa de Posgrado de Nutrición y Dietética  
de la Universidad Privada del Norte, para que utilice la siguiente información de la empresa:  
Hábitos Alimentarios y estado Nutricional en adolescentes  
de 12 a 17 años de la Institución educativa 9 de diciembre del distrito  
de coracora.


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

Autorizo expresamente el uso de la información con fines académicos, incluyendo su publicación en el  
repositorio de la Universidad Privada del Norte, contribuyendo con la comunidad educativa y sociedad  
en su conjunto.

Respecto al uso del nombre y/o cualquier distintivo de la empresa, se determina:

Mantener en reserva el nombre y/o cualquier distintivo de la empresa.  
 Autorizo mencionar el nombre y/o cualquier distintivo de la empresa.

Coracora, 18 de Setiembre del 2024



Firma del Representante Legal o Autoridad  
DNI o CE: 09900888  
N° de celular de contacto: 955989344.

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

Nota: se solicita mantener todos los campos de información requeridos en el presente formato.

Firma del egresado (1)  
DNI:

Firma del egresado (2)  
DNI:

CÓDIGO DE DOCUMENTO	COR-F-REC-VAC-05.04	NÚMERO VERSIÓN	10
FECHA DE VIGENCIA	06/06/2024	PÁGINA	Página 1 de 1

### **ANEXO N°7. Consentimiento informado a los padres de familia**

Estimado padre de familia es un placer saludarte.

Somos Raquel Cauti Ccanto y Joselyn Yparraguirre Castillo, Bachilleres de la carrera de Nutrición y Dietética, nos dirigimos a usted para invitar a su hijo(a) a participar en la investigación que estamos llevando a cabo.

Luego de haber sido informado de manera detallada y clara sobre los objetivos, procedimiento y riesgos. Me permito solicitar su autorización y consentimiento para la participación de su hijo(a) en el proyecto de investigación de tesis titulado “Hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora-2024”.

Acepto voluntariamente que participe mi hijo(a) de la investigación.

No acepto que mi hijo(a) participe de la investigación.

## **ANEXO N°8. Asentimiento informado a los adolescentes**

### **Hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa Nacional del distrito de Coracora - 2024**

Hola, somos Raquel Diana Ccauti Ccanto y Joselyn Mabel Yparraguirre Castillo. Actualmente nos encontramos desarrollando una investigación para conocer la relación de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes, y nos gustaría invitarte a participar de esta investigación.

Tu participación en el estudio consistirá en completar un cuestionario acerca de tus hábitos alimentarios, así como también las mediciones antropométricas como peso, talla y perímetro abdominal.

Es importante destacar que tu participación es voluntaria, es decir aun cuando tus padres de familia hayan dicho que puedes participar, si tu no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no del estudio.

Toda la información será estrictamente confidencial. Esto quiere decir que no se comentarán tus respuestas o resultados de mediciones antropométricas, solo sabrán las personas que forman parte del estudio.

Si aceptas participar, te pido por favor marcar con una “X” donde dice “SI”.

SI: \_\_\_\_\_

**ANEXO N°9. Base de datos del Estado Nutricional**

N°	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	Edad	Sexo	Talla	Referencia de ciat	Sexo	Referencia IMC/E	T/E	PERÍMETRO ABDOMINAL		
2	2	13	48.3	153	64.6	2	2	1	1	1
3	3	14	63.2	157	77	2	2	2	1	1
4	3	14	50.1	157	66	2	2	1	1	1
5	3	14	57	160	22.4	2	2	1	1	1
6	2	13	40.3	151	67.5	1	2	1	1	1
7	2	13	48.9	157	65	1	2	1	1	1
8	2	13	59.8	154	80	1	2	2	1	2
9	3	14	60.7	164	71	1	2	2	1	1
10	3	14	52.6	158	69.2	1	2	2	1	1
11	3	14	46.7	152	66.5	2	2	2	1	1
12	3	14	64	155	84	2	2	2	1	2
13	2	13	74	157	92	2	2	2	1	3
14	2	13	47.2	160	67	1	2	1	1	1
15	1	12	60.8	159	76	2	2	2	1	1
16	2	13	52.1	148	76.5	1	2	2	1	2
17	2	13	42.1	154	70.5	1	2	1	1	1
18	2	13	57.5	160	73.5	1	2	2	1	1
19	2	13	55.2	163	73.5	1	2	2	1	1
20	2	13	44.3	153	64.5	1	2	1	1	1
21	3	14	55	161	76	2	2	2	1	1
22	2	13	52.5	153	65.5	2	2	2	1	1
23	2	13	52.3	148	78.8	2	2	2	1	2
24	2	13	47.3	161	69	1	2	1	1	1
25	2	13	57.1	156	74	1	2	2	1	1
26	2	13	52.9	158	79.8	1	2	2	1	2
27	2	13	45.7	153	70	1	2	2	1	1
28	2	13	78	163	80.5	1	2	2	1	2
29	3	14	78	164	77.8	2	2	2	1	1
30	3	14	52.2	149	75.8	2	2	2	1	1
31	3	14	50.1	156	70	2	2	2	1	1
32	3	14	41.4	151	65.5	1	2	1	3	1
33	3	14	44.8	155	74.3	1	2	1	1	1
34	1	12	46	16	67	1	1	2	1	1
35	1	12	79.8	173	89	1	1	2	2	3
36	1	12	62	161	80	1	1	2	1	2
37	1	12	45.9	149	65	2	1	2	1	1
38	2	13	57	159	76	1	1	2	1	1
39	2	13	48.9	157	70	1	1	2	1	1
40	2	13	57	159	77	1	1	2	1	1
41	2	13	44.4	156	64	1	1	1	1	1
42	2	13	53.3	156	79	1	1	2	1	2
43	2	13	42.9	151	63.2	2	1	1	1	1
44	2	13	34.6	144	54	2	1	1	3	1
45	2	13	42	156	61	2	1	1	1	1
46	3	14	37	153	60	2	3	4	1	1
47	3	14	56	16	73	2	3	2	1	1

48	3	14	48	162	61	1	3	1	1	1
49	3	14	56	166	76	1	3	2	1	1
50	3	14	58	162	75	1	3	2	1	1
51	4	15	55	153	72	2	3	2	3	1
52	4	15	52	151	71	2	3	2	3	1
53	4	15	52	163	71	1	3	1	1	1
54	4	15	85	170	94	1	3	2	1	2
55	4	15	52	152	72	2	3	1	3	1
56	4	15	62	159	77	2	4	2	1	1
57	4	15	45.7	152	65.5	2	4	1	3	1
58	4	15	80	159	89	2	4	2	1	2
59	4	15	56	157	68	2	4	1	1	1
60	4	15	46	158	68	1	4	1	1	1
61	4	15	48.7	165	63.5	1	4	1	1	1
62	4	15	47	154	64	1	4	1	3	1
63	4	15	53	165	73	1	4	1	1	1
64	4	15	50	163	73	1	4	1	1	1
65	5	16	59	156	79.5	2	5	2	3	1
66	5	16	48	152	68	2	5	2	3	1
67	5	16	55	151	69.5	2	5	2	3	1
68	6	17	56	157	75	1	5	2	3	1
69	6	17	59	164	82	1	5	1	3	1
70	6	17	51	155	73	1	5	1	3	1
71	6	17	59	161	78	1	5	2	3	1
72	5	16	62	158	85	1	5	2	1	2
73	5	16	62	158	85	1	5	2	1	2
74	5	16	62	158	85	1	5	2	1	2
75	5	16	62	158	85	1	5	2	1	2
76	2	13	50	152	22.2	1	1	2	1	1
77	2	13	51	164	66	1	1	1	1	1
78	2	13	59	151	88	1	1	2	1	3
79	2	13	53	165	70	1	1	1	1	1
80	1	12	42	152	64	1	1	1	1	1
81	1	12	63	15	85	2	1	2	1	3
82	1	12	35	142	62	2	1	1	1	1
83	1	12	44	151	60	2	1	1	1	1
84	1	12	41	154	58	2	1	1	1	1
85	1	12	45	151	64	2	1	1	1	1
86	1	12	45	149	71	2	1	2	1	1
87	1	12	31	132	59	1	1	2	3	1
88	1	12	41	146	75	1	1	2	1	2
89	1	12	65	175	75	1	1	2	2	2
90	1	12	38	142	63	1	1	1	1	1
91	1	12	41	151	59	1	1	1	1	1
92	1	12	47.7	148	61	1	1	1	1	1
93	2	13	37	153	65	1	1	4	1	1
94	2	13	47	146	22	2	1	2	1	1
95	2	13	26	15	67	2	1	1	1	1
96	2	13	51	154	66.5	2	1	2	1	1
97	2	13	64	157	75	1	1	2	1	2
98	2	13	60	165	86	1	1	2	1	2
99	2	13	55	158	77	1	1	2	1	2
100	2	13	50	157	72	1	1	2	1	1
101	2	13	61	159	77	2	1	2	1	2
102	2	13	52	15	73	2	2	1	1	1
103	3	14	54	152	70	2	2	1	1	1
104	3	14	49	154	67	2	2	1	1	1
105	3	14	44	153	65.5	2	2	1	1	1
106	2	13	48	152	68	2	2	1	1	1
107	2	13	49.5	157	65	2	2	1	1	1
108	3	14	44	146	65	2	2	1	3	1
109	3	14	42.5	158	60.5	1	2	1	1	1
110	3	14	63	164	78	1	2	2	1	2
111	2	13	40	143	63	1	2	1	3	1
112	3	14	48	156	68	1	2	1	1	1
113	4	15	82.4	174	90.5	1	3	2	1	2
114	4	15	53.3	165	69.5	1	3	3	1	1
115	4	15	61.6	163	74.5	1	3	1	1	1
116	4	15	60.1	166	73	1	3	1	1	1
117	4	15	59.8	168	71.2	1	3	1	1	1
118	4	15	75.8	161	98.7	1	3	2	1	3
119	3	14	41.6	154	63.6	1	3	1	1	1

120	4	15	46.5	1.59	69.2	1	3	1	1	1
121	4	15	67.2	1.7	76.6	1	3	1	1	1
122	4	15	56	1.61	71	1	3	1	1	1
123	2	13	59.5	1.66	72	1	3	1	1	1
124	3	14	55.6	1.57	75.5	1	3	1	1	1
125	3	14	61.6	1.64	76	1	3	1	1	1
126	3	14	47.7	1.54	67.5	1	3	1	1	1
127	4	15	70	1.69	87.5	1	3	1	1	2
128	3	14	55	1.66	75.5	2	3	1	1	1
129	4	15	79	1.63	88.5	1	3	2	1	2
130	4	15	58	1.69	72.5	1	3	1	1	1
131	4	15	55	1.62	70	1	3	1	1	1
132	4	15	64	1.69	79.5	1	3	1	1	1
133	4	15	45	1.45	62	2	3	1	3	1
134	3	14	65	1.66	77	1	3	1	1	1
135	3	14	53	1.51	77	2	3	1	1	1
136	3	14	55	1.66	74	1	3	1	1	1
137	3	14	42	1.56	66	1	3	1	1	1
138	3	14	47	1.57	68	1	3	1	1	1
139	3	14	63	1.54	80	2	3	1	3	2
140	3	14	55	1.64	71.6	1	3	1	1	1
141	3	14	95	1.76	108.5	1	3	2	1	3
142	4	15	70	1.6	85	1	3	2	1	2
143	4	15	55	1.63	73	1	3	1	1	1
144	4	15	61	1.72	75	1	3	1	1	1
145	3	14	50	1.54	66.5	2	3	1	1	1
146	3	14	65	1.51	83	2	3	3	1	2
147	5	16	58	1.73	71	1	4	1	1	1
148	5	16	42	1.5	69	1	4	1	1	1
149	5	16	88	1.7	97	1	4	2	1	2
150	5	16	51	1.57	64	1	4	1	1	1
151	5	16	58	1.7	81	1	4	1	1	2
152	5	16	57	1.74	75	1	4	1	1	1
153	4	15	54	1.62	71	1	4	1	1	1

154	5	16	58	1.7	81	1	4	1	1	1
155	5	16	51	1.57	64	1	4	1	1	1
156	5	16	88	1.7	97	1	4	2	1	2
157	5	16	42	1.5	69	1	4	1	1	1
158	5	16	58	1.73	71	1	4	1	1	1
159	4	15	52	1.59	70	2	4	1	1	1
160	4	15	53	1.51	78	2	4	1	1	1
161	5	16	51.7	1.46	72	2	4	1	3	1
162	5	16	49	1.56	67.5	2	4	1	1	1
163	4	15	47	1.53	65	2	4	1	1	1
164	4	15	50	1.4	69	2	4	1	3	1
165	5	16	53	1.52	71	2	4	1	1	1
166	5	16	53	1.53	71	2	4	1	1	1
167	5	16	57	1.59	73	2	4	1	1	1
168	5	16	65	1.56	87	2	4	1	1	2
169	5	16	67	1.57	86	2	4	3	1	2
170	4	15	48	1.5	66	2	4	1	3	1
171	4	15	55.8	1.5	75	2	4	1	1	1
172	5	16	53.7	1.61	71	2	4	1	1	1
173	5	16	61	1.51	76	2	4	1	1	1
174	5	16	69.9	1.59	81	2	4	3	1	1
175	5	16	68.8	1.57	82	2	4	3	1	1
176	5	16	47	1.49	73	2	4	1	3	1
177	5	16	55	1.45	77	2	4	1	3	1
178	5	16	83.8	1.7	97	1	4	2	1	2
179	5	16	52	1.53	75	1	4	1	1	1
180	5	16	50	1.55	70	2	4	1	1	1
181	4	15	57	1.65	72	1	4	1	1	1
182	5	16	70	1.66	87	1	4	1	1	2
183	5	16	45.6	1.49	66	1	4	1	3	1
184	4	15	55	1.54	71.5	2	4	1	1	1
185	5	16	43.7	1.61	63	1	4	1	1	1
186	5	16	50	1.55	73	1	4	1	1	1
187	5	16	47.7	1.6	66.5	1	4	1	1	1
188	5	16	48	1.51	68	2	4	1	1	1
189	6	17	66	1.68	80	1	5	1	1	1
190	5	16	58	1.65	67	1	5	1	1	1
191	6	17	54	1.59	68	1	5	1	1	1
192	5	16	60	1.63	69	1	5	1	1	1
193	5	16	73.7	1.69	71	1	5	1	1	1
194	5	16	83	1.69	73	1	5	2	1	1
195	5	16	50	1.61	74	1	5	1	1	1
196	5	16	63	1.69	74	1	5	1	1	1
197	6	17	52	1.59	69	1	5	1	1	1
198	5	16	63	1.7	68	1	5	1	1	1
199	6	17	66	1.56	87	1	5	1	1	2
200	5	16	53	1.65	77	1	5	1	1	1
201	6	17	54	1.65	77	1	5	1	1	1
202	5	16	70	1.61	79	1	5	2	1	1
203	5	16	48.4	1.53	65	2	5	1	1	1
204	5	16	49.4	1.49	62	2	5	1	3	1
205	5	16	54.8	1.49	68	2	5	1	3	1
206	6	17	56	1.58	71	2	5	1	1	1
207	5	16	54	1.59	69	2	5	1	1	1
208	6	17	53	1.58	66	2	5	1	1	1
209	6	17	48.7	1.51	65	2	5	1	1	1
210	6	17	61	1.64	77	2	5	1	1	1
211	6	17	47.5	1.51	63	2	5	1	1	1
212	6	17	68	1.57	83	2	5	2	1	1
213	6	17	56	1.62	74	2	5	1	1	1
214	5	16	50	1.47	73	2	5	1	3	1
215	6	17	46	1.56	66	2	5	1	1	1
216	6	17	52	1.54	71	2	5	1	1	1
217	5	16	53	1.52	72	2	5	1	1	1
218	5	16	48	1.5	69	2	5	1	1	1
219	6	17	47	1.46	79	2	5	1	3	1

**ANEXO N°10. Base de datos de Hábitos Alimentarios**

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	
1	P-1	P-2	P-3	P-4	P-5	P-6	P-7	P-8	P-9	P-10	P-11	P-12	P-13	P-14	P-15	P-16	P-17	Puntuaje	Clasificación del puntaje	Hábito alimentario	
2	5	3	5	1	2	5	3	3	2	2	2	2	3	5	5	5	4	58	Adecuada	1	
3	4	2	2	1	2	5	4	2	2	2	2	2	3	5	5	5	5	53	Adecuada	1	
4	5	2	5	1	4	3	4	2	3	2	3	2	3	5	5	5	3	57	Adecuada	1	
5	5	2	4	1	5	4	5	2	2	2	3	2	1	5	5	3	3	54	Adecuada	1	
6	4	2	5	2	3	5	3	2	2	2	1	3	1	5	5	5	5	55	Adecuada	1	
7	5	3	5	3	3	4	3	2	2	2	3	1	5	5	5	5	5	61	Adecuada	1	
8	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	5	5	5	5	62	Adecuada	1	
9	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	5	5	5	5	58	Adecuada	1	
10	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	3	2	5	5	5	5	56	Adecuada	1	
11	3	3	5	4	3	4	5	2	2	2	2	1	2	5	5	5	5	55	Adecuada	1	
12	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	5	5	5	2	45	Inadecuada	2	
13	5	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	5	5	5	2	46	Inadecuada	2	
14	5	2	5	3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	5	5	5	5	53	Adecuada	1	
15	5	3	5	2	2	5	5	2	1	2	1	1	1	5	5	5	5	55	Adecuada	1	
16	5	2	4	3	3	5	5	2	2	2	2	2	2	5	5	5	3	57	Adecuada	1	
17	2	2	5	3	2	5	3	2	2	2	2	2	2	5	5	2	5	51	Inadecuada	2	
18	3	3	3	1	4	4	5	2	2	3	3	3	2	5	5	5	5	58	Adecuada	1	
19	2	3	2	2	1	3	3	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	34	Inadecuada	2	
20	5	4	4	4	3	5	4	1	1	2	1	1	1	5	5	5	5	56	Adecuada	1	
21	3	2	5	5	2	5	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	49	Inadecuada	2	
22	4	3	5	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	5	5	5	3	55	Adecuada	1	
23	4	4	5	2	5	5	4	2	2	2	1	2	2	5	5	5	5	60	Adecuada	1	
24	2	1	4	5	2	5	3	2	2	2	1	2	2	5	5	5	4	52	Adecuada	1	
25	5	3	4	3	2	2	4	2	2	2	1	2	1	5	5	5	5	53	Adecuada	1	
26	4	2	5	1	5	5	3	2	2	3	2	2	2	5	5	5	5	58	Adecuada	1	
27	5	2	5	1	5	5	4	2	2	2	1	2	2	5	5	5	5	58	Adecuada	1	
28	3	3	3	3	3	5	3	2	2	1	2	1	2	5	5	5	5	53	Adecuada	1	
29	4	2	5	3	3	5	3	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3	50	Inadecuada	2	
30	3	3	5	4	2	5	4	2	2	2	2	1	2	5	5	5	3	55	Adecuada	1	
31	4	2	5	3	3	5	3	2	2	2	2	2	2	5	5	5	4	56	Adecuada	1	
32	4	2	4	2	5	4	5	2	2	1	2	2	2	5	5	5	4	56	Adecuada	1	
33	3	3	5	3	3	5	4	2	2	2	2	2	2	4	5	5	5	57	Adecuada	1	
34	5	4	5	3	3	5	3	1	2	2	2	2	2	5	5	5	5	59	Adecuada	1	
35	3	2	3	3	3	5	4	2	2	1	2	2	5	5	5	5	5	57	Adecuada	1	
36	5	1	3	3	2	2	4	5	5	1	4	4	2	4	5	5	5	60	Adecuada	1	
37	2	2	5	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	4	3	46	Inadecuada	2	
38	5	4	5	4	3	4	5	2	2	2	2	2	2	4	5	5	3	59	Adecuada	1	
39	5	5	5	4	3	2	5	2	2	2	2	2	2	5	5	5	5	61	Adecuada	1	
40	5	4	3	4	4	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	52	Adecuada	1	
41	3	3	4	3	2	4	4	2	1	2	1	2	2	4	5	5	5	52	Adecuada	1	
42	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	5	5	3	3	55	Adecuada	1	
43	3	3	3	3	3	5	4	3	2	2	3	2	2	5	5	4	3	55	Adecuada	1	
44	4	2	5	3	2	5	2	2	2	3	2	2	2	5	5	5	5	53	Adecuada	1	
45	2	2	5	3	5	4	2	1	2	2	1	2	1	5	5	5	3	50	Inadecuada	2	
46	5	2	5	2	3	3	2	2	2	3	1	2	1	5	5	5	5	53	Adecuada	1	
47	5	3	3	1	3	5	4	2	3	2	2	2	2	5	5	5	3	55	Adecuada	1	
48	5	3	5	3	4	4	3	2	2	1	2	1	2	5	5	5	5	57	Adecuada	1	
49	5	2	5	4	3	3	4	2	2	2	2	2	2	5	5	5	5	58	Adecuada	1	
50	5	5	5	4	3	3	3	2	1	2	2	2	2	5	5	5	2	56	Adecuada	1	
51	4	4	5	2	2	4	2	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	54	Adecuada	1	
52	5	2	3	5	3	3	3	2	4	3	2	1	1	3	4	4	3	51	Inadecuada	2	
53	4	3	3	1	3	5	4	2	4	3	2	3	5	5	5	2	5	59	Adecuada	1	
54	3	3	2	3	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	57	Adecuada	1	
55	4	2	5	2	3	5	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	51	Inadecuada	2	
56	4	2	4	2	3	5	4	2	2	2	2	2	2	5	5	4	3	53	Adecuada	1	
57	3	1	3	3	3	3	3	1	5	5	1	2	1	5	5	5	1	50	Inadecuada	2	
58	3	2	3	3	5	4	2	3	3	2	2	2	3	4	4	4	4	53	Adecuada	1	
59	2	4	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	5	5	5	2	49	Inadecuada	2	
60	4	2	5	2	2	2	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	48	Inadecuada	2	
61	4	2	2	2	5	4	3	3	3	3	2	3	2	5	5	5	4	57	Adecuada	1	
62	2	2	4	2	2	5	4	2	2	2	3	2	3	2	5	5	4	2	50	Inadecuada	2
63	2	1	2	3	2	5	5	3	2	2	1	2	1	5	5	5	2	48	Inadecuada	2	
64	2	3	4	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	5	5	5	2	47	Inadecuada	2	
65	3	1	3	2	2	2	5	1	3	2	2	2	2	4	5	5	2	46	Inadecuada	2	
66	2	2	4	4	5	3	3	2	4	2	1	4	3	4	5	5	4	57	Adecuada	1	
67	3	2	5	2	3	4	4	2	2	2	3	2	2	5	5	5	4	55	Adecuada	1	
68	4	3	4	3	3	4	4	2	2	3	2	3	2	5	5	5	5	59	Adecuada	1	
69	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	5	5	5	3	45	Inadecuada	2	
70	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	5	2	2	43	Inadecuada	2	
71	3	3	3	4	3	3	4	2	2	2	3	3	2	5	5	5	3	55	Adecuada	1	
72	4	3	5	2	2	4	5	2	2	3	2	2	2	5	5	5	5	58	Adecuada	1	
73	3	4	4	5	1	3	5	2	2	2	2	2	2	5	5	5	5	57	Adecuada	1	
74	3	2	5	5	3	3	5	3	4	3	2	2	2	4	5	5	5	61	Adecuada	1	
75	5	3	4	4	3	5	5	2	2	2	2	2	2	5	5	4	1	56	Adecuada	1	
76	3	2	5	4	2	3	3	1	2	2	3	1	2	5	5	5	2	50	Inadecuada	2	
77	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	5	5	5	1	48	Inadecuada	2	
78	3	2	4	5	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	48	Inadecuada	2	
79	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	5	3	1	44	Inadecuada	2	
80	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	5	5	5	2	51	Inadecuada	2	
81	5	1	3	4	2	2	3	3	2	3	2	3	3	5	5	2	4	52	Adecuada	1	
82	5	3	5	5	3	5	3	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	53	Adecuada	1	
83	3	2	5	3	3	4	5	2	2	3	2	2	3	5	5	5	4	58	Adecuada	1	
84	3	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	5	2	3	39	Inadecuada	2	
85	2	2	5	5	5	2	2	2	5	2	2	1	1	5	5	3	5	54	Adecuada	1	
86	5	5	2	4	5	5	2	2	2	2	2	2	2	5	5	4	1	55	Adecuada	1	

87	3	4	5	3	3	5	4	2	2	2	2	3	2	5	5	5	5	60	Adecuada	1
88	3	1	5	3	4	5	3	2	2	2	2	1	2	5	5	5	3	53	Adecuada	1
89	5	4	5	4	3	4	3	2	2	1	2	3	2	5	5	5	5	60	Adecuada	1
90	5	3	5	2	5	5	5	2	2	2	2	2	2	5	5	5	5	62	Adecuada	1
91	4	3	5	3	3	5	4	2	2	2	2	2	2	5	5	5	5	60	Adecuada	1
92	5	3	2	1	4	5	4	2	2	2	2	1	2	3	5	5	4	55	Adecuada	1
93	4	4	5	3	3	5	4	2	2	2	2	2	2	5	5	5	5	58	Adecuada	1
94	4	5	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	5	5	1	52	Adecuada	1
95	5	2	5	4	4	5	2	2	3	3	2	2	2	5	5	5	5	61	Adecuada	1
96	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	4	4	1	28	Inadecuada	2
97	4	4	3	3	3	5	4	2	2	2	2	3	2	5	5	5	5	59	Adecuada	1
98	3	3	4	4	3	3	4	2	2	2	2	1	2	5	5	5	2	52	Adecuada	1
99	3	2	4	2	2	5	4	2	2	2	2	3	3	5	5	5	5	56	Adecuada	1
100	5	3	4	3	3	5	3	2	3	2	3	3	2	5	5	5	3	59	Adecuada	1
101	2	3	5	2	3	5	2	2	3	4	3	3	2	5	5	2	1	52	Adecuada	1
102	5	4	4	4	4	5	5	2	3	5	3	3	4	3	3	2	2	62	Adecuada	1
103	5	4	5	4	3	3	4	2	4	4	2	3	2	5	5	4	5	64	Adecuada	1
104	5	4	2	4	2	5	5	3	2	2	2	2	2	5	5	5	5	60	Adecuada	1
105	3	5	2	1	3	1	3	3	3	2	1	2	5	3	2	5	1	45	Inadecuada	2
106	5	5	5	3	4	5	5	2	2	3	2	2	4	5	5	4	63	Adecuada	1	
107	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	5	3	5	5	46	Inadecuada	2
108	3	4	2	1	2	2	3	3	2	2	1	1	2	3	3	3	2	40	Inadecuada	2
109	3	2	5	3	2	3	4	3	4	4	3	2	3	3	5	4	2	55	Adecuada	1
110	2	3	3	3	4	2	1	2	2	1	2	1	5	5	5	2	46	Inadecuada	2	
111	2	1	5	2	2	3	4	2	3	3	2	2	3	5	5	3	50	Inadecuada	2	
112	3	1	2	2	2	2	4	2	2	1	2	2	3	5	5	5	49	Inadecuada	2	
113	2	3	5	3	3	5	5	2	1	2	1	1	4	5	4	3	50	Inadecuada	2	
114	5	3	5	5	3	3	4	2	2	3	1	2	2	5	1	1	49	Inadecuada	2	
115	5	3	4	2	2	3	2	4	3	2	2	2	3	5	5	3	52	Adecuada	1	
116	5	3	5	2	2	4	4	2	2	2	2	3	2	5	5	5	57	Adecuada	1	
117	2	3	4	2	1	5	3	3	4	2	2	1	3	5	2	3	48	Inadecuada	2	
118	2	2	5	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	5	5	4	49	Inadecuada	2	
119	3	1	4	1	3	4	4	2	5	3	2	4	3	4	3	2	3	52	Adecuada	1
120	2	3	5	5	3	3	4	2	2	3	2	2	2	5	1	1	46	Inadecuada	2	
121	5	4	5	4	3	4	4	2	3	3	2	2	2	5	5	3	61	Adecuada	1	
122	4	3	5	4	2	3	4	2	2	2	2	2	2	5	5	5	55	Adecuada	1	
123	5	4	5	4	4	3	5	2	2	2	2	2	2	5	5	5	62	Adecuada	1	
124	4	5	5	5	5	5	5	4	5	3	5	5	5	5	5	5	81	Adecuada	1	
125	5	5	5	3	3	5	5	3	3	3	3	3	2	5	5	5	68	Adecuada	1	
126	2	5	4	2	3	4	2	4	4	2	5	1	4	4	5	5	61	Adecuada	1	
127	5	2	4	4	5	3	2	1	2	1	1	2	5	5	5	3	54	Adecuada	1	
128	5	5	5	2	5	4	5	2	2	3	2	2	2	5	5	5	65	Adecuada	1	
129	3	2	5	1	2	3	3	2	2	1	1	2	3	5	3	2	42	Inadecuada	2	
130	5	2	2	1	2	3	3	2	2	1	2	3	4	5	5	3	47	Inadecuada	2	
131	5	2	5	2	5	5	5	2	3	2	2	2	3	5	5	5	63	Adecuada	1	
132	3	1	4	2	4	4	5	4	3	2	4	3	5	4	2	1	56	Adecuada	1	
133	5	2	5	4	3	4	2	2	4	1	3	3	5	5	4	2	58	Adecuada	1	
134	2	2	2	1	2	2	4	3	2	2	3	2	3	5	3	1	42	Inadecuada	2	
135	5	1	4	1	3	4	3	2	2	1	2	2	1	5	5	5	51	Inadecuada	2	
136	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	5	5	4	45	Inadecuada	2	
137	3	5	3	5	5	5	3	2	3	2	1	2	5	5	5	5	60	Adecuada	1	
138	3	3	5	4	2	4	4	2	2	1	2	1	5	4	5	4	53	Adecuada	1	
139	2	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	5	5	1	39	Inadecuada	2	
140	3	3	5	4	2	4	4	2	2	2	2	2	3	4	4	3	54	Adecuada	1	
141	4	2	3	2	3	2	4	2	2	2	2	2	5	5	5	3	50	Inadecuada	2	
142	4	3	5	2	4	4	4	1	3	1	1	1	5	5	5	5	54	Adecuada	1	
143	5	4	5	4	2	2	4	3	2	2	1	5	2	5	5	1	57	Adecuada	1	
144	2	3	3	3	2	2	4	2	3	2	2	2	2	5	5	3	51	Inadecuada	2	
145	4	3	4	2	5	4	3	2	2	3	2	2	2	5	5	5	58	Adecuada	1	
146	2	1	3	2	4	4	3	2	2	3	1	1	2	5	5	3	48	Inadecuada	2	
147	4	2	5	3	3	3	5	3	3	2	4	3	3	5	5	5	63	Adecuada	1	
148	5	2	5	4	2	2	2	3	2	2	1	3	2	5	5	5	55	Adecuada	1	
149	5	2	5	5	3	5	3	2	2	3	2	1	2	5	5	3	58	Adecuada	1	
150	2	2	4	5	2	5	4	2	3	3	2	2	3	5	5	1	52	Adecuada	1	
151	3	3	3	2	2	3	4	2	2	2	3	2	2	5	5	2	50	Inadecuada	2	
152	5	3	5	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	5	5	3	56	Adecuada	1	
153	5	2	4	1	3	2	4	2	3	2	2	2	2	5	5	5	54	Adecuada	1	
154	3	3	3	2	2	3	4	2	2	2	3	2	2	5	5	5	53	Adecuada	1	
155	2	2	4	5	2	5	4	2	3	3	2	2	2	3	5	1	52	Adecuada	1	
156	5	2	5	5	3	5	3	2	2	4	2	2	2	5	5	3	60	Adecuada	1	
157	2	2	5	4	2	2	2	3	2	2	1	3	2	5	5	5	52	Adecuada	1	
158	4	2	5	3	3	3	5	3	3	2	4	3	3	5	5	5	63	Adecuada	1	
159	4	2	4	3	2	4	4	2	2	2	2	2	3	5	5	5	56	Adecuada	1	
160	5	3	5	4	3	5	4	3	2	3	2	2	3	5	5	5	64	Adecuada	1	
161	3	1	5	3	2	2	3	2	3	3	2	1	1	3	5	1	43	Inadecuada	2	
162	2	2	5	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	5	5	4	49	Inadecuada	2	
163	4	1	3	1	3	4	2	2	5	5	2	2	3	5	5	3	52	Adecuada	1	
164	2	1	5	4	3	4	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	38	Inadecuada	2	
165	5	1	5	1	2	2	4	2	2	3	1	1	2	5	4	3	48	Inadecuada	2	
166	4	3	4	2	5	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	1	55	Adecuada	1	
167	5	2	4	3	2	3	4	2	2	2	1	2	2	5	5	4	53	Adecuada	1	
168	5	2	4	5	2	5	5	2	2	1	1	1	1	5	5	1	49	Inadecuada	2	
169	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	1	1	2	5	2	2	40	Inadecuada	2	
170	2	2	4	3	2	2	3	1	3	2	2	2	1	4	4	1	42	Inadecuada	2	
171	2	1	5	2	2	5	3	2	2	1	2	2	5	5	5	3	49	Inadecuada	2	
172	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	5	5	5	5	46	Inadecuada	2	
173	2	1	2	1	2	2	3	3	2	2	1	1	2	3	5	2	37	Inadecuada	2	
174	3	2	3	1	2	4	4	3	2	2	2	1	1	2	3	3	40	Inadecuada	2	
175	2	2	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	1	5	5	2	42	Inadecuada	2	
176	3	2	4	1	4	4	4	2	2	2	2	2	2	5	5	3	52	Adecuada	1	
177	3	1	5	3	2	3	2	1	2	1	2	1	5	5	5	3	46	Inadecuada	2	
178	4	3	5	4	3	4	4	2	1	2	1	2	1	5	5	4	55	Adecuada	1	
179	3	1	3	4	3	3	3	2	2	2	1	2	5	5	5	5	51	Inadecuada	2	
180	2	1																		

186	5	3	5	4	3	5	5	2	2	2	2	2	2	5	5	5	5	63	Adecuada	1
187	4	2	5	4	5	5	4	1	2	2	2	1	2	5	5	5	4	58	Adecuada	1
188	3	1	4	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	4	5	5	2	51	Inadecuada	2
189	4	3	5	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	5	5	5	2	52	Adecuada	1
190	5	3	3	2	3	2	4	2	2	2	5	1	2	5	5	5	3	55	Adecuada	1
191	5	5	3	2	3	5	3	3	3	2	2	1	2	3	5	3	2	53	Adecuada	1
192	5	3	5	3	3	2	4	2	2	3	2	3	2	5	5	5	3	58	Adecuada	1
193	5	2	5	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	5	5	5	5	58	Adecuada	1
194	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	1	2	5	5	5	2	44	Inadecuada	2
195	2	2	3	3	5	2	3	2	2	1	1	1	2	5	5	5	5	49	Inadecuada	2
196	2	2	3	2	4	5	3	2	2	1	2	2	2	5	5	2	3	49	Inadecuada	2
197	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	5	5	5	3	3	46	Inadecuada	2
198	4	3	5	2	3	5	3	2	3	4	1	2	3	5	5	5	1	56	Adecuada	1
199	1	3	2	2	4	3	4	2	3	3	1	1	5	5	5	5	2	52	Adecuada	1
200	5	2	4	2	4	3	2	2	2	2	1	1	1	5	5	5	2	48	Inadecuada	2
201	4	2	2	1	2	3	5	2	2	2	1	1	2	5	5	4	1	44	Inadecuada	2
202	3	3	3	2	2	5	3	3	3	1	2	2	2	5	5	5	5	55	Adecuada	1
203	3	3	3	2	3	5	2	3	3	3	1	2	2	5	5	5	3	50	Inadecuada	2
204	3	1	5	3	3	5	2	2	2	2	2	2	2	5	5	5	4	52	Adecuada	1
205	5	5	4	4	4	5	5	2	2	2	2	2	2	5	5	5	4	62	Adecuada	1
206	5	3	5	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	5	5	5	5	54	Adecuada	1
207	3	1	5	3	4	5	2	2	2	2	2	2	2	5	5	5	4	54	Adecuada	1
208	5	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	1	5	5	5	2	1	48	Inadecuada	2
209	5	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	5	5	5	2	49	Inadecuada	2
210	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	1	2	2	2	4	2	1	37	Inadecuada	2
211	5	3	4	4	3	3	4	2	2	2	3	2	2	5	5	5	4	59	Adecuada	1
212	5	3	5	2	2	4	4	3	2	2	2	2	2	5	5	5	3	55	Adecuada	1
213	5	3	3	2	5	5	5	2	2	3	2	2	3	3	5	4	4	56	Adecuada	1
214	3	1	2	1	3	5	2	2	3	3	1	2	2	4	4	3	4	45	Inadecuada	2
215	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	5	5	3	3	48	Inadecuada	2
216	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	5	3	2		40	Inadecuada	2
217	5	3	3	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	5	5	5	2	49	Inadecuada	2
218	2	1	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	1	1	5	1	2	42	Inadecuada	2
219	4	3	5	4	4	5	3	2	4	3	2	3	2	5	5	5	5	64	Adecuada	1

**ANEXO N°11. Evidencias fotográficas**



En esta imagen se observa que se está realizando la medición de peso de los escolares, luego se fue anotando en una hoja de recolección de datos.



En esta imagen se observa que se está realizando la medición de talla a los escolares.



En esta imagen se observa que se está realizando la medición del perímetro abdominal a los escolares.



En esta imagen se observa que se esta dando las instrucciones antes de completar el cuestionario.



En esta imagen se observa que los escolares están completando el cuestionario.



Foto con los escolares.