

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela profesional de Nutrición Humana



TESIS

Percepción de alimentación saludable y su relación con el estado nutricional en escolares de una institución educativa pública, Huayucachi, 2023

Para optar : El Título Profesional de Licenciada en Nutrición Humana

Autores : Bachiller Ticllas Flores Betsabe
Bachiller Aquino Villalva Julisa Lesly

Asesor : Mg. Salazar Tenicela Bety Zonia

Código ORCID : 0000-0002-5245-4405

Líneas de investigación institucional: Salud y gestión de la salud

Fecha de inicio y culminación de la investigación: 02/2022 – 06/2023

Huancayo – Perú

2024

DEDICATORIA

A Dios por la fortaleza y sabiduría que nos brindó en nuestro periodo universitario y fuera de las aulas.

A nuestros Padres por ser el motor que nos brinda la energía que solo ellos saben dar para concluir nuestras metas trazadas en la vida.

Autoras

AGRADECIMIENTO

Nuestro sincero agradecimiento al director, docentes, padres de familia y alumnos de la institución educativa de Huayucachi por su colaboración desinteresada en el desarrollo de la presente tesis.

A la Mg. Salazar Tenicela Bety Zonia, nuestra asesora, quien con sus amplios conocimientos nos orientó en el desarrollo y culminación de este estudio.

A los docentes de la Universidad Peruana Los Andes por impartirnos conocimientos necesarios en la formación universitaria.

Betsabe y Julisa

CONSTANCIA DE SIMILITUD



NUEVOS TIEMPOS
NUEVOS DESAFÍOS
NUEVOS COMPROMISOS

CONSTANCIA DE SIMILITUD

N° 00252-FCS -2024

La Oficina de Propiedad Intelectual y Publicaciones, hace constar mediante la presente,
Que la **Tesis Titulada:**

PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUAYUCACHI, 2023

Con la siguiente información:

Con autor(es) : **BACH. TICLLAS FLORES BETSABE
BACH. AQUINO VILLALVA JULISA LESLY**

Facultad : **CIENCIAS DE LA SALUD**

Escuela profesional : **NUTRICIÓN HUMANA**

Asesor (a) : **MG. SALAZAR TENICELA BETY ZONIA**

Fue analizado con fecha **25/07/2024** con **114 pág.**; en el Software de Prevención de Plagio (Turnitin); y con la siguiente configuración:

Excluye Bibliografía.

Excluye Citas.

Excluye Cadenas hasta 20 palabras.

Otro criterio (especificar)

<input type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

El documento presenta un porcentaje de similitud de **25 %**.

En tal sentido, de acuerdo a los criterios de porcentajes establecidos en el artículo N° 15 del Reglamento de Uso de Software de Prevención de Plagio Versión 2.0. Se declara, que el trabajo de investigación: **Si contiene un porcentaje aceptable de similitud.**

Observaciones:

En señal de conformidad y verificación se firma y sella la presente constancia.

Huancayo, 25 de julio de 2024.



**MTRA. LIZET DORIELA MANTARI MINCAMI
JEFA**

Oficina de Propiedad Intelectual y Publicaciones

INTRODUCCIÓN

El tema de la nutrición es de preocupación mundial. Su importancia se ha acrecentado debido al contexto en el que estamos viviendo: la pandemia por el covid-19. Las consecuencias de este virus han trascendido a lo físico, afectando, después de la salud, principalmente la economía. Como efecto de ello, las familias han optado por reducir el nivel en la calidad de su alimentación, por ello, distintas condiciones nutricionales adversas y adquiridas se han incrementado en nuestro país. Afecciones como la anemia, el sobrepeso, la obesidad y la diabetes, por solo mencionar algunos ejemplos, son recurrentes, hoy en día, en poblaciones infantiles. Esta situación deviene en una problemática que necesariamente debe asumirse como un asunto público y si bien se han implementado políticas de salud, es necesario abordarla desde la perspectiva pragmática, no solamente desde el marco legal. La intención de este estudio de investigación es identificar la percepción de alimentación saludable y su relación con el estado nutricional en los escolares de una institución pública de Huayucachi, es decir, indagar metodológicamente en una de las causas de la problemática referenciada: la nutrición. Este estudio tiene pertinencia en el hecho de que, buena parte de las condiciones descritas en el párrafo anterior, pueden evitarse mediante la prevención. Al respecto, Mahan y Raymond (Mahan, 2017), han manifestado, desde la perspectiva del desarrollo cognitivo, que el tiempo oportuno para asimilar hábitos relacionados a la buena alimentación y comprender la importancia de la nutrición en el desarrollo físico es la edad infantil, debido a que durante este periodo se conceptualiza lo elemental para los años posteriores. Desde la perspectiva del desarrollo social, Sáenz (Saenz, 2021), señala que debido a que los niños en etapa escolar comienzan a relacionarse no solamente con miembros de su familia sino también con sus pares en instituciones educativa, la comparación en ciertas características físicas visibles (talla y peso) puede funcionar como un aliciente o estímulo para mejorar la calidad de la alimentación

o puede también afectar la nutrición. Otro factor interesante es la relación que existe entre las prácticas alimentarias deficientes en los padres, que generalmente lo lleva al sobrepeso y la obesidad, con las prácticas alimentarias de sus hijos, incluso desde la perspectiva cultural, es común en nuestro contexto que la ración que se le sirve a los niños es similar a los adultos y esto se considera como una práctica saludable, lo cual, no necesariamente es así.

Este estudio busca relacionar las variables percepción de alimentación saludable y estado nutricional mediante la recolección de información a través de una encuesta, para la primera variable, y por medio de la medición de peso, talla y cálculo de índice de masa corporal para la edad, para la segunda variable, en la población escolar de una institución pública de Huayucachi. En el primer capítulo delimitamos y formulamos el problema, justificamos el tema de este estudio y planteamos los objetivos de la investigación. El segundo capítulo, revisamos y seleccionamos bibliografía para considerar los antecedentes de este estudio, la bases teóricas que sustentan esta investigación y elaboramos un marco conceptual. En el tercer capítulo, formulamos la hipótesis y definimos conceptual y operacionalmente las variables de estudio. En el cuarto capítulo, desarrollamos el aspecto metodológico en el que se sustenta esta investigación. Finalmente, en el capítulo cinco, describimos, analizamos e interpretamos los resultados a modo de discusión, esto nos permitió contrastar la hipótesis formulada.

CONTENIDO

Dedicatoria	ii
Agradecimiento.....	iii
Constancia de similitud	iv
Introducción	v
Resumen	xii
Abstrac	xiii

CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática	14
1.2 Delimitación del problema	16
1.2.1 Delimitación espacial	16
1.2.2 Delimitación temporal	17
1.2.3 Delimitación teórica	17
1.3 Formulación del problema.....	17
1.3.1 Problema general	17
1.3.2 problemas específicos.....	17
1.4 Justificación	18
1.4.1 Justificación Teórica	18
1.4.2 Justificación social	19
1.4.3 Justificación metodológica	19
1.5 Objetivos	20
1.5.1 Objetivo General	20
1.5.2 Objetivos Específicos	20
1.6 Aspectos éticos de la investigación	21

CAPITULO II MARCO TEORICO

2.1 Antecedentes nacionales e internacionales	24
2.1.1 Antecedentes nacionales	21
2.1.2 Antecedentes internacionales	28
2.2 Bases Teóricas o Científicas	31

2.2.1 Percepción	31
2.2.2 Características de la percepción	32
2.2.3 Etapas de la percepción	33
2.2.4 Mecanismos de la percepción	33
2.2.5 Componentes de la percepción	34
2.2.6 Procesos de la percepción	34
2.2.7 Percepción de alimentación saludable	35
2.2.8 Alimentación saludable	36
2.2.9 Clasificación de alimentos saludables	37
2.2.10 Alimentación en escolares	42
2.2.11 Estado nutricional	43
2.2.12 Estado nutricional en escolares	45
2.2.13 Clasificación del estado nutricional	46
2.2.14 Índice de masa corporal	46
2.2.15 Índice de masa corporal para la edad	47
2.3 Marco conceptual	47

CAPITULO III HIPÓTESIS

3.1 Hipótesis general	49
3.2 Hipótesis Especificas	49
3.3 Variables	50
3.3.1 Variable 1	50
3.3.1 Variable 2	52

CAPITULO IV METODOLOGÍA

4.1 Método de investigación	54
4.2 Tipo de investigación	54
4.3 Nivel de investigación	54
4.4 Diseño de investigación	55
4.5 Población y muestra	55
4.5.1 Población	55
4.5.2 Muestra (La muestra es censal por lo tanto estuvo conformada por los 258 individuos del estudio investigativo)	56
4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	56

4.6.1 Cuestionario de percepción de alimentación saludable	57
4.6.2 Estado nutricional	57
4.6.3 procedimientos de la investigación	58
4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos	59
CAPITULO V RESULTADOS	60
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	79
CONCLUSIONES	82
RECOMENDACIONES	83
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	84
ANEXOS:	
Matriz de consistencia	90
Matriz de operacionalización de variables	92
Matriz de operacionalización del instrumento	93
Instrumento	96
Confiabilidad del instrumento	98
Validez del instrumento por juicio de expertos	99
Data del procedimiento de datos	102
Consentimiento informado	107
Compromiso de autoría	108
Declaración de confidencialidad	110
Solicitud de permiso de la institución	112
Fotografías de la aplicación del instrumento	113

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de operacionalización de encuesta de percepción de alimentación saludable.....	50
Tabla 2. Estado nutricional antropométrico.....	51
Tabla 3. Estadística de fiabilidad - Alfa de Cronbach.	55
Tabla 4. Estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de un Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.	60
Tabla 5. Estado nutricional (IMC/Edad) según sexo en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.	61
Tabla 6. Estado nutricional (IMC/Edad) según grado en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.	63
Tabla 7. Nivel de percepción de alimentación saludable en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.	64
Tabla 8. Nivel de percepción de alimentación saludable según sexo en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.....	64
Tabla 9. Nivel de percepción de alimentación saludable según grado de estudios en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023	66
Tabla 10. Relación entre estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción de alimentación saludable en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.	67
Tabla 11. Relación entre la percepción de concepto de alimentación saludable y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.....	69
Tabla 12. Relación entre la percepción de alimentos saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.	70
Tabla 13. Relación entre la percepción de la importancia del desayuno y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.....	72
Tabla 14. Relación entre la percepción de bebidas saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.	73
Tabla 15. Relación entre la percepción de alimentos no saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.....	75
Tabla 16. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de alimentación saludable y estado nutricional.	76
Tabla 17. Prueba de chi-cuadrado: Percepción del concepto de alimentación saludable y estado nutricional.	76
Tabla 18. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de alimentos saludables y estado nutricional.....	77
Tabla 19. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de la importancia del desayuno y estado nutricional. 77	
Tabla 20. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de bebidas saludables y estado nutricional.	78

Tabla 21. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de alimentos no saludables y estado nutricional..... 78

CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1: Perú: Sobrepeso y obesidad en niñas, niños, adolescentes y mujeres en edad fértil.....	15
Figura 2: Distrito de Huayucachi.	16
Figura 3: Estado nutricional (IMC/E) Según sexo en escolares del nivel primaria de una institución educativa Publica en Huayucachi, 2023.....	61
Figura 4: Estado nutricional (IMC/E) Según grados en escolares del nivel primaria de una institución educativa Publica en Huayucachi, 2023.....	63
Figura 5: Nivel de percepción de alimentación saludable Según sexo en escolares del nivel primaria de una institución educativa Publica en Huayucachi, 2023.....	65
Figura 6 : Nivel de percepción de alimentación saludable Según grado de estudios en escolares del nivel primaria de una institución educativa Publica en Huayucachi, 2023.....	66
Figura 7: Relación entre Estado nutricional (IMC/E) y la percepción de alimentación saludable en escolares del nivel primaria de una institución educativa Publica en Huayucachi, 2023.....	68
Figura 8. Relación entre la percepción de concepto de alimentación saludable y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.....	69
Figura 9. Relación entre la percepción de alimentos saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.....	71
Figura 10. Relación entre la percepción de la importancia del desayuno y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.....	72
Figura 11. Relación entre la percepción de bebidas saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023	74
Figura 12. Relación entre la percepción de alimentos no saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.....	75

RESUMEN

Esta investigación titulada “Percepción de alimentación saludable y su relación con el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa pública, Huayucachi, 2023” tiene como objetivo principal identificar la relación entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa pública, Huayucachi, 2023. Este es de tipo relacional, descriptivo y de corte transversal. La muestra del estudio estuvo conformada por 258 estudiantes del nivel primaria a quienes se les evaluó el estado nutricional mediante la medición de peso, talla y cálculo de índice de masa corporal según su edad (IMC/Edad); y se determinó su percepción de alimentación saludable a través de una encuesta de diez preguntas. Los resultados obtenidos muestran que el 76,0% de los escolares presentó un estado nutricional (IMC/Edad) normal, el 17,8% presentan sobrepeso y la prevalencia de obesidad es de 5,4%. Con respecto a la percepción de alimentación saludable, el 75,2% de los escolares tiene un nivel de percepción adecuado, un 15,1% presenta un nivel de percepción regular y se evidencia un nivel percepción inadecuado de 9,7%. Se concluye que existe una relación significativa entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional ($p < 0.05$). A partir de ello, se recomienda implementar políticas de salud pública que promuevan en las escuelas una alimentación de alto nivel nutritivo y, además, realizar una evaluación nutricional continua en los estudiantes de todos los niveles escolares.

Palabras clave: estado nutricional, percepción de alimentación saludable, escolares, índice de masa corporal.

ABSTRACT

This research entitled “Perception of healthy eating and its relationship with nutritional status in students of a public educational institution, Huayucachi, 2023” aims to identify the relationship between the perception of healthy eating and nutritional status in students of a public educational institution, Huayucachi, 2023. This is relational, descriptive and cross-sectional. The study sample consisted of 258 primary school students whose nutritional status was assessed by measuring weight, height and calculating body mass index according to their age (BMI/Age); and their perception of healthy eating was determined through a 10-question survey. The results show that 76.0% of the students had a normal nutritional status (BMI/Age), 17.8% were overweight and the prevalence of obesity is 5.4%. With respect to the perception of healthy eating, 75.2% of schoolchildren have an adequate level of perception, 15.1% have a fair level of perception and 9.7% have an inadequate level of perception. It is concluded that there is a significant relationship between the perception of healthy eating and nutritional status ($p < 0.05$). Based on this, it is recommended that public health policies be implemented to promote high-nutritious nutrition in schools and that continuous nutritional assessment be carried out for students at all school levels.

Keywords: nutritional status, perception of healthy eating, schoolchildren, body mass index.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

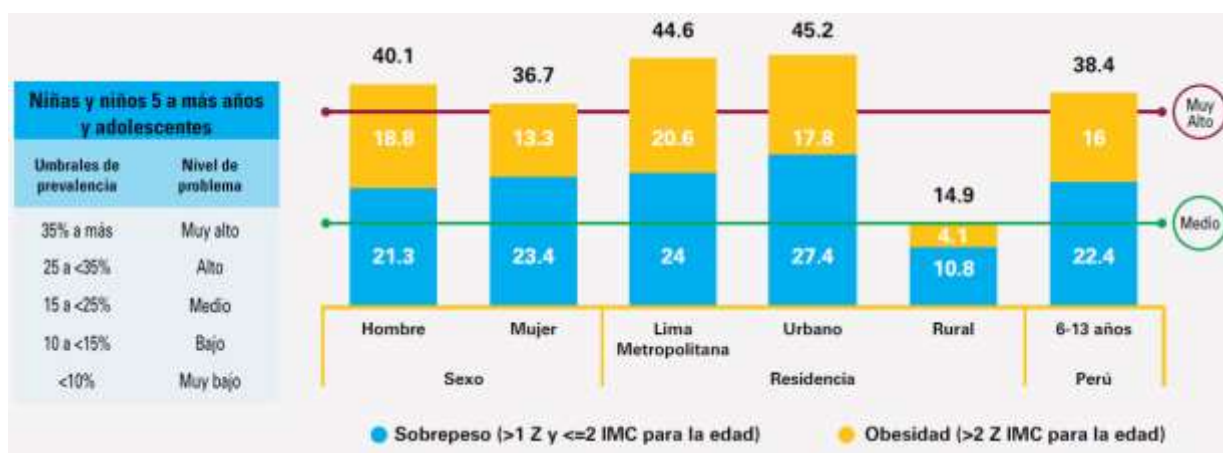
A nivel mundial más de 390 millones de individuos entre 5 y 19 años tenían sobrepeso en 2022. La prevalencia del sobrepeso (incluida la obesidad) se ha incrementado drásticamente del 8% en 1990 al 20% en 2022. En el 2022, el 19% de las niñas y el 21% de los niños tenían sobrepeso. (1)

La obesidad y el sobrepeso han alcanzado proporciones epidémicas. Las tasas de obesidad casi se han triplicado desde 1975 y han aumentado casi cinco veces en niños y adolescentes, afectando a personas de todas las edades y de todos los grupos sociales en la Región de las Américas y el mundo.

La Región de las Américas tiene la prevalencia más alta de todas las Regiones de la Organización Mundial de la Salud La epidemia no es ajena en el grupo de edad de 5 a 19 años, el 33,6% de los niños y adolescentes están afectados por sobrepeso u obesidad según las últimas estimaciones de UNICEF, la OMS y el Banco Mundial. (2)

En el Perú el sobrepeso y obesidad entre los niños, niñas y adolescentes de 6 y 13 años es considerado un problema muy alto, por el análisis de tendencias se sabe que las cifras van en rápido incremento, pronosticando que, al 2030 más de 1 millón de niños, niñas y adolescentes peruanos entre 5 a 19 años vivirán con obesidad. En el grupo de 6-13 años el sobrepeso y obesidad afecta al 38.4%, considerado como un problema muy alto (ver Figura 1).

Figura 1: Perú: Sobrepeso y obesidad en niñas, niños, adolescentes y mujeres en edad fértil.



Fuente: UNICEF, 2023.

Según el Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años VIANEV 2021, a nivel nacional, en relación a frecuencia de consumo de alimentos poco saludables evidencio que el 88% de niños de 5 a 11 años consumieron azúcar a diario, siendo un 6% los que consumieron ocasionalmente o nunca, tocante a frecuencia de consumo de frituras el 43 % de esta población consumen de 2 a 3 veces por semana y el 19% consumieron 1 vez por semana. Referente a la frecuencia de consumo para bebidas con azúcar (gaseosas, jugos de frutas embotellados) el 17% de este grupo etario consumen de 2 a 3 veces por semana, siendo una cifra similar del 22% en consideración para dulces, pasteles, galleta con rellenos y bocaditos. (3)

La obesidad y el sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. La obesidad es uno de los principales factores de riesgo de muchas enfermedades no transmisibles, se ha visto un mayor riesgo de tener sobrepeso y obesidad en edad adulta si no se logra revertir en la niñez, por ende, consideramos como una problemática de salud pública que debemos abordar con prioridad; donde la alimentación saludable toma énfasis para educar a nuestro grupo de interés.

Como se mencionó anteriormente, las prácticas alimentarias identificadas en la

población de 5 a 11 años, no todos cumplen con una alimentación saludable (3) por lo que se hace necesario analizar y comprender la percepción de alimentación saludable para ellos.

De esta forma, se tiene presente que la alimentación es un proceso que determina en gran medida el desarrollo integral de cada individuo, el estado de salud-nutrición y calidad de vida, por ello surge la necesidad de buscar una relación entre percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en escolares.

1.2 Delimitación del Problema

1.2.1 Delimitación Espacial

Se realizó con una población de estudiantes escolares que viven en el distrito de Huayucachi, que tiene como límite por el norte con el distrito de Huancán; por el este con el distrito de Sapallanga; por el sur con Viquez y, por el oeste la provincia de Chupaca. Este distrito pertenece a la provincia de Huancayo, del departamento de Junín (4).

Figura 2: Distrito de Huayucachi.



Fuente: Google Maps, 2022.

1.2.2 Delimitación temporal

La investigación se desarrolló entre los meses de febrero de 2022 a junio de 2023.

1.2.3 Delimitación teórica

La teoría seleccionada para este estudio desarrolla los tópicos de percepción de la alimentación saludable y el estado nutricional. En el capítulo II correspondiente al Marco Teórico se desarrolló sistemáticamente los aspectos elementales de dichos temas. En este capítulo se define ambas variables, se explica las especificaciones de cada uno de ello, aspecto que se relacionan y que interesan a este estudio. Como fuente de información se consultó las bibliotecas electrónicas y repositorios de las principales universidades del país y el mundo, buscadores académicos y de investigación, revistas científicas, libros digitales, libros impresos y producción textual académica universitaria.

1.3 Formulación del Problema

1.3.1 Problema General

¿Existe relación entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?

1.3.2 Problemas específicos

- a) ¿Existe relación entre la percepción del concepto de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?
- b) ¿Existe relación entre la percepción de alimentos saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública,

Huayucachi, 2023?

- c) ¿Existe relación entre la percepción de la importancia del desayuno y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?
- d) ¿Existe relación entre la percepción de bebidas saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?
- e) ¿Existe relación entre la percepción de alimentos no saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?

1.4 Justificación

1.4.1 Justificación teórica

Este estudio de investigación tiene relevancia teórica, debido a que, que su contenido es un aporte bibliográfico de dos temas que trascienden a la línea de investigación de la carrera de nutrición y tienen igual importancia en otros campos como la educación, estos son: la alimentación saludable y el estado nutricional. Dentro de estos tópicos también aportamos información relacionada al sobrepeso y la obesidad, estado nutricional enfocado en los escolares. El estado nutricional es importante sobre en todo en la etapa de formación, justamente por ello, nuestro estudio se aboca a una población en etapa estudiantil. Identificando los problemas a través de la aplicación de los instrumentos seleccionados podremos elaborar recomendaciones en torno a la problemática que identifiquemos. Estas recomendaciones pueden también aplicarse en contexto similares a las de nuestro campo de estudio. Desde esta

perspectiva, este estudio se aboca en el aporte información estimable sobre la alimentación saludable y el estado nutricional con la finalidad de utilizar los resultados para explicar la relación entre la alimentación saludable y el estado nutricional y que de esa forma se pueda complementar los estudios existentes sobre este tema. La opinión de estas investigadoras se orienta a justificar este estudio desde la arista de la teoría en el sentido de que como estudiantes hoy, profesionales de la nutrición necesitamos un sustento que recaiga en la producción literaria científica sobre los tópicos que abordamos y que, de la misma forma en nuestro campo de trabajo.

1.4.2 Justificación social

Este estudio tiene relevancia desde la perspectiva social, debido a que, las temáticas que se abordaron se relacionan con la problemática nacional cuya solución hoy en día se asume desde una política pública. El tema de la alimentación saludable y su relación con el estado nutricional son elementales en la formación del individuo, diagnosticar la percepción de ello, es un aporte valiosísimo que puede ayudar a prevenir la malnutrición como se evidencio en esta tesis.

Esta investigación nos plantea preguntas en torno a las causas de la situación nutricional en una población, las respuestas que encontramos pueden permitirnos implementar modelos de solución o idear estrategias de apoyo para mejorar los problemas de alimentación y salud.

1.4.3 Justificación metodológica

Este estudio es relevante de la perspectiva metodológica porque relaciona dos variables: la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional cuyos

resultados se analizan estadísticamente y pueden ser referentes para el interés que pueda despertar el estudio de esta problemática relacionada a la salud pública en otros investigadores.

Objetivos

1.4.4 Objetivo General

Determinar la relación entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

1.4.5 Objetivos Específicos

- a) Determinar la relación entre la percepción del concepto de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.
- b) Determinar la relación entre la percepción de alimentos saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.
- c) Determinar la relación entre la percepción de la importancia del desayuno y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.
- d) Determinar la relación entre la percepción de bebidas saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.
- e) Determinar la relación entre la percepción de alimentos no saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

1.6 Aspectos éticos de la investigación

Con respecto a los aspectos éticos de este estudio, el trabajo bibliográfico e investigativo de campo se sustenta y se rige en los principios del “Código de Ética Para la Investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes”. (Investigación, 2019) Por la naturaleza de esta investigación y siguiendo la línea investigativa propuesta por esta casa de estudios superiores se pusieron en práctica de manera permanente los Principios que rigen la actividad investigativa enfocándonos en el artículo 27° de dicho reglamento; primero, los principios de protección de la persona y de diferentes grupos étnicos y socio culturales, para este estudio tuvimos particular interés en comunicar de manera específica y detallada el objetivo de esta investigación a los padres de familia y apoderados siguiendo los protocolos establecidos para la protección de los participantes. Es necesario señalar que se consideró la confidencialidad y anonimato de los niños y las niñas que conformaron la muestra para esta investigación. También, se procedió a solicitar la firma del documento de consentimiento informado y expreso donde se manifiesta que su participación es de manera voluntaria y no coactiva. De igual forma, se explicó el propósito del estudio con la finalidad de que puedan contar con la información necesaria para su participación. En esta tesis, también, hubo especial cuidado en subordinarse al principio de la beneficencia y no maleficencia, ya que, todas las pruebas y técnicas antropométricas que se aplicaron para la determinación del estado nutricional no provocaron ningún tipo de lesión o daño físico. Por otro lado, se aplicó el principio de la responsabilidad y veracidad en toda la información que se pudo recabar después de la aplicación de la encuesta. De igual manera, hubo especial atención con la conducta ética de las investigadoras

siguiendo el artículo 27° del reglamento de investigación, se buscó en todo momento y en afán de la excelencia elaborar una tesis pertinente, original y coherente basada en las líneas de investigación de la Facultad Ciencias de la Salud. De la misma manera, se evaluó la originalidad del estudio, sustentado en la realidad problemática relacionada a la salud y a la nutrición que padecen los niños y las niñas del distrito de Huayucachi. Para ello, se garantizó la validez, la fiabilidad y credibilidad de los métodos, fuentes y datos son parte de esta investigación, en todo momento se actuó con rigor científico. Como autoras de esta tesis asumimos la responsabilidad de todo lo relacionado a esta investigación y nos comprometimos a reportar los resultados obtenidos de manera abierta, completa y oportuna a la comunidad científica, a través, del repositorio de la Universidad Peruana los Andes. Tampoco se ha falsificado datos, ni se han producido sesgos de los resultados de la tesis; además como autoras declaramos de forma explícita el no tener conflictos de intereses de ningún tipo. A continuación, se especifica lo concerniente al artículo N° 28 de RGI y se relación con la esta investigación:

Art. 28°

A. Se ha realizado una investigación pertinente, original y coherente con la Línea de investigación institucional, con el correspondiente rigor científico y asegurando totalmente la validez y credibilidad de la metodología empleada.

B. Las autoras asumirá en todo momento la responsabilidad de este estudio, así como las consecuencias individuales, sociales y académicas, con garantía absoluta de la confidencialidad y anonimato de los datos de los menores cuyas historias clínicas se analizaron para llevar a cabo esta investigación.

C. Todos los hallazgos se reportan de forma abierta, completa y oportuna hacia

la comunidad científica, guardando sigilosamente la información obtenida y garantizando siempre que ésta no será empleada para lucro personal, fines ilícitos o distintos a los que demanda la investigación.

D. Como autoras aseguramos que hemos cumplido con la normativa institucional, internacional y nacional que regula la investigación, la protección de los menores de edad y protección el ambiente; asegurando claramente que no existe ningún tipo de conflicto de interés.

E. En lo referente a la publicación científica se evitará la falsificación, plagio, inclusión de autores ajenos al estudio, o publicación repetida de hallazgos similares; sin aceptar subvenciones o contratos de investigaciones inconsistentes con lo estipulado en la Visión, Misión y Reglamento de Propiedad Intelectual de esta universidad (33).

Art. 29°.

El Comité De Ética De Las Unidades De Investigación De La Universidad Peruana Los Andes (UPLA) se conforma con mínimo 5 integrantes de los cuales los cargos que desempeñan son:

- a. Un presidente que será un docente especialista en investigación con estudios de ética.
- b. Un secretario.
- c. Un docente con experiencia en metodología de la investigación.
- d. Un docente de lengua española o equivalente.
- e. Un Jurista, abogado o docente con experiencia en normatividad legal de propiedad intelectual. Salvaguardando que la membresía sea multidisciplinaria, que su composición sea equilibrada en cuanto a género. (33)

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes nacionales e internacionales.

2.1.1 Antecedentes nacionales

Saenz M. (Saenz M) Titulada su tesis “Percepción de alimentación saludable y su relación con el estado nutricional en los escolares de la I.E. Micaela Bastidas, Lince – 2019” (5) este estudio tuvo como objetivo “identificar la relación entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de la I.E. Micaela Bastidas, Lince – 2019” su enfoque de investigación es de tipo descriptivo y de corte transversal. La muestra poblacional estuvo conformada por 139 escolares del nivel primaria a quienes se les evaluó su estado nutricional mediante la medición de peso, talla y cálculo de índice de masa corporal según su edad (IMC/Edad); y se determinó su percepción de alimentación saludable a través de una encuesta de diez preguntas. Como resultado el 70.5% de los escolares presentó un estado nutricional (IMC/Edad) normal, el 20.9% presentan sobrepeso y la prevalencia de obesidad es de 8.6%. Con respecto a la percepción de alimentación saludable, el 52.5% de los escolares tiene un nivel de percepción regular, un 37.4% presenta un nivel de percepción adecuado y se evidencia un nivel percepción inadecuado de 10.1%. Este estudio concluye que existe una relación significativa entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional ($p < 0.05$).

Magallanes P. (Magallanes, 2018), titula su tesis “Percepción de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes de un colegio público, Lince-2017”. (6) Este estudio fue de enfoque cualitativo, descriptivo, observacional, correlacional y de corte transversal. La muestra poblacional estuvo conformada por 152 adolescentes de sexo femenino de una institución educativa pública. El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre la percepción de alimentación saludable y el Índice de Masa Corporal en adolescentes de un Colegio Público de Lince. El resultado obtenido mostró una prevalencia del 80,3 % de las adolescentes presentó un estado nutricional adecuado, el 1,3% mostró desnutrición, el 17,1 % presentó sobrepeso y el 1,3 % mostró obesidad. Con respecto a la Percepción de Alimentación Saludable, el 63,2 % tiene una adecuada y el 36,8 % no adecuada. Finalmente, la tesis concluye en que sí se puede comprobar la existencia de una relación estadísticamente significativa entre la percepción de alimentación saludable y el Índice de Masa Corporal en las adolescentes de institución educativa pública del distrito de Lince.

Solis M. (Solis, 2018), realizó la tesis titulada “Percepción y consumo del desayuno familiar y su relación con el estado nutricional de los adolescentes de colegios públicos de la ciudad de Arequipa 2016”. (7) Este estudio investigativo tuvo el objetivo de determinar la percepción y el consumo del desayuno familiar y su relación con el estado nutricional de los adolescentes de 12-15 años de los colegios públicos de la ciudad de Arequipa 2016. Metodológicamente, esta investigación es descriptiva, comparativa, de corte transversal, no experimental. La muestra poblacional estuvo compuesta por 550 adolescentes escolares de 1º, 2º y 3º de secundaria de instituciones educativas públicas de la ciudad de Arequipa. Como

resultado el 98,3% de adolescente perciben que es importante la ingesta del desayuno todos los días, de manera opuesta, 1,7% de los adolescentes no considera el desayuno como elemental. En relación a la prevalencia del estado nutricional de los adolescentes de las instituciones educativas públicas de la ciudad de Arequipa, el 73,3% de ellos muestra un peso saludable lo que permite catalogarlos como favorables, el 18,4% de ellos muestra un bajo peso catalogándolos en no favorable, el 3,2% de ellos padece sobrepeso y el 5,1% sufre obesidad tipo I. Para terminar, el estudio concluye que sí hay relación estadísticamente significativa entre el estado nutricional y la percepción que tienen los adolescentes de colegios públicos de la ciudad de Arequipa sobre la importancia del desayuno familiar.

Aymar R. (R., 2017), llevo a cabo la tesis titulada “Estado nutricional su relación con hábitos alimenticios y actividad física en escolares de 8 a 11 años. I.E.E. N°111 San José de Artesanos -2017”. (8) Este estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el estado nutricional con hábitos alimenticios y actividad física en escolares de 8 a 11 años. Metodológicamente la investigación fue cuantitativa de tipo descriptivo correlacional, transversal. La muestra poblacional estuvo conformad por 104 escolares. La técnica utilizada fue la entrevista y el instrumento el cuestionario. Los resultados mostraron los estudiantes de la institución educativa poseen una mayor prevalencia relacionada al sobrepeso y la obesidad en el sexo masculino. Con respecto a los hábitos alimenticios no saludables, se identificó una mayor prevalencia sobre todo en los estudiantes de 8 años. El tiempo promedio de actividad física se reduce a 15 minutos al día. También, se identificó que la actividad física se reduce entre los 10 y 11 años, siendo mayor esta entre los 8 y 9 años. Finalmente se pudo demostrar la relación significativa entre los hábitos

alimenticios y actividad física de la población escolar con el estado nutricional.

Zúñiga L y Panduro S (Zúñiga L, 2018), llevaron a cabo una tesis titulada “Hábitos alimentarios, actividad física, rendimiento académico y el estado nutricional en estudiantes del colegio el Milagro, San Juan Bautista, 2017”. (9) Este estudio tuvo el objetivo de relacionar hábitos alimentarios, actividad física y rendimiento académico con el estado nutricional en estudiantes del nivel secundario. Metodológicamente, la investigación tuvo un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, descriptivo correlacional y de corte transversal. La población estuvo conformada de 153 estudiantes y mediante el muestreo aleatorio estratificado al azar la muestra se conformó de 110 estudiantes. La tesis concluyó que la prevalencia en los estudiantes que manifiestan un estado nutricional normal es mayor, la prevalencia de estudiante con desnutrición es baja, se identificó, también, un mínimo porcentaje de sobrepeso y no se llegó a reportar ningún caso de obesidad. Con respecto a la talla, la prevalencia para una talla normal según la edad y se identificó un mínimo porcentaje con talla baja. Con respecto a los hábitos alimentarios, se identificó una alta prevalencia de los estudiantes que muestran hábitos alimentarios saludables y un bajo porcentaje de hábitos alimentarios no saludables. La investigación concluye que existe relación estadística altamente significativa entre la variable del estado nutricional y las variables hábitos alimentarios ($p < 0,01$ – p -valor= 0,001); actividad física ($p < 0,05$ – p -valor= 0,030) y rendimiento académico ($p < 0,05$ – p -valor= 0,049).

2.1.2 Antecedentes internacionales

Alfonso K. (Alfonso, 2019) llevó a cabo un estudio investigativo denominado “Percepción de alimentación saludable y prácticas alimentarias en población

adolescente (10 a 19 años de edad).” (10) Esta investigación fue cualitativa y de revisión sistemática de la literatura. El lugar donde se aplicó el estudio fue la ciudad de Bogotá, Colombia. Los resultados se concentraron en la descripción cómo los adolescentes de 10 a 19 años perciben la alimentación saludable y prácticas alimentarias. Esta información fue reportada en la literatura científica desde 2010. La metodología utilizada se basó en la revisión de manera sistemática de las publicaciones científicas sobre la temática estudiada en la utilizo el método PRISMA para realizar consulta en dos bases de datos bibliográficos que es este caso fueron Scopus y EBSCO Host. El análisis arrojó 580 artículos seleccionados a cuyo total se le aplicó filtros más específicos hasta lograr 89 artículos que fueron incluidos en la investigación.este estudio concluye que hay una relación significativa entre las percepciones individuales de alimentación saludable y hábitos alimentarios, sin embargo, estas están determinadas, también, por otras variables o condiciones como la capacidad adquisitiva, la imagen corporal, conocimientos y entorno alimentario.

Fajardo A et al (Fajardo, 2019), publicaron un trabajo de investigación titulado “Percepción sobre alimentación saludable en cuatro instituciones escolares, 2019” (11) Que se llevó a cabo Colombia. La investigación fue de nivel descriptivo y multicéntrico en la que se aplicó una encuesta como instrumento para recabar la información. La población estuvo conformada por 512 escolares cuyas edades oscilaban entre 8 y 18 años, cuya característica principal era que se consideraban usuarios de los quioscos escolares, El objetivo del estudio fue caracterizar los hábitos alimentarios de esta población, En este estudio se señala que ante la consulta de preferencias alimentarias que se le hizo a la población de análisis los

resultados arrojaron que la mayoría prefiere productos empaquetados, helados, pizza y, con una baja frecuencia, frutas. Con respecto a la elección de las bebidas, buena parte de la población de estudio eligió gaseosas y té embotellado. En relación con la consulta sobre las razones de su elección de alimentos y bebidas de preferencia, los motivos de elección recurrentes fueron primero el sabor, seguido de, la facilidad y rapidez de la obtención del producto, por otro lado, en los motivos principales para la no elección de alimentos saludables se identificó el precio del producto (en este caso fruta o alimento sano) como razón preponderante. el estudio concluye que es elemental una intervención desde los primeros años de edad para poder formar prácticas de alimentación saludable y equilibrada.

González et al. (González, 2019), publicaron el artículo de investigación titulado “Estado nutricional, prácticas y percepciones sobre alimentación y actividad física en familias de comunidades suburbanas de San Luis Potosí, México, 2019”. (12) Como objetivo evaluaron el “estado nutricional y se analizaron percepciones y prácticas sobre alimentación y actividad física en familias de dos comunidades suburbanas del municipio de San Luis Potosí, México.” La metodología usada fue “los datos provenientes de una evaluación antropométrica y nutricional realizada a 29 familias de Real Peñasco y Milpillas, de cuestionarios y entrevistas aplicadas a adultos, y de la técnica del dibujo en niños”. Los resultados muestran que “se encontró rezago social en las familias, y su principal problema nutricional es el sobrepeso y la obesidad; la calidad de la alimentación y el sedentarismo fueron factores de riesgo. En los participantes existe conocimiento sobre alimentación saludable y no saludable, sin embargo, las prácticas de consumo indican

malnutrición y las oportunidades para realizar ejercicio son escasas.” Finalmente, se llega a la conclusión que son urgentes y elementales la implementación de programa que intervengan en la problemática diagnosticada.

Carrión T (T, 2017), llevó a cabo un estudio titulado “Hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares de la parroquia Quinara del cantón Loja, periodo septiembre 2015-junio 2016”. (13) Esta investigación fue de tipo cuantitativo, descriptivo, transversal, la muestra fue de 167 escolares. Para lograr los resultados se utilizó el test rápido Krece Plus y los instrumentos de medición de la talla, peso e IMC. El objetivo de esta investigación es la de identificar los hábitos alimentarios, determinar el estado nutricional de estudiantes y buscar la relación posible entre estas variables. Los resultados señalan que los sujetos de análisis (niños) fueron diagnosticados con sobrepeso, riesgo de sobrepeso y bajo peso. También se identificó que es preponderante los hábitos negativos en cuanto a su alimentación seguido de hábitos regulares. No identificó bueno hábitos de alimentación en este estudio. Se concluyó que el hábito predominante en cuanto a la alimentación fue la del tipo regular seguido del tipo negativo, también, se identificó que más del 50% de estudiantes tiene un peso que encaja en el rango normal, un 25% de estudiante padecen de riesgo de sobrepeso lo que se configura como una problemática, ya que, esto puede ocasionar daños crónicos no transmisibles.

Ochoa R. et al. (al., 2017), realizaron una investigación denominada “Hábitos alimentarios, su relación con el estado nutricional en escolares de la ciudad de Azogues, 2017”. (14) Esta investigación fue del tipo descriptivo, transversal, con muestreo aleatorio simple en niños de ambos sexos. El tamaño muestral fue de 315

niños y niñas. Para este estudio se utilizó un formulario de recolección de datos individuales y medidas antropométricas y el test nutricional rápido Krece Plus para determinar sus hábitos alimentarios. El objetivo de esta investigación fue la de estimar la asociación de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en base a indicadores antropométricos y dietéticos en escolares de la ciudad de Azogues, Ecuador, 2016. Los resultados muestran lo siguiente: existen una prevalencia en el estado nutricional de sobrepeso de un 20,3 %, de la misma forma en la obesidad de 17,8 % con diferencia significativa con relación al sexo, $p=0.0241$ y malnutrición por déficit 1.3 %. El 66,3% presentaron hábitos alimenticios con calidad media, el 25,4 % con calidad baja y sólo un 8,3% con alta calidad de hábitos. (Alto ≥ 9 , medio 6 a 8, y bajo ≤ 5 puntos). Se evidenció asociación significativa entre el nivel nutricional (hábitos alimentarios) y el estado nutricional con $p= 0001$. El estudio concluyó que las condiciones de sobrepeso y la obesidad tuvieron una relación significativa con los hábitos alimenticios e índice de masa corporal. Sobre la base de estos resultados se sugiere que implementar programa de prevención primaria a modos de políticas públicas de salud con la finalidad de que se pueda disminuir la prevalencia en estas condiciones negativas de salud.

2.2 Bases teóricas o científicas

2.2.1 Percepción

Entendemos la percepción como una serie de fases en las que se extrae y se selecciona información elemental con la finalidad de propiciar una condición de lucidez y comprensión cabal que permita la decisión en la conducta del sujeto siendo esta racional y coherente según el contexto en el que se desenvuelve. La Gestalt definió la percepción como una tendencia al orden mental. Dos son las

funciones de la percepción, según este autor, en primer lugar, permite y define la información que interioriza el sujeto; segundo, determina que la información extraída del entorno pueda traducirse en posturas, juicios, tipificaciones, sistematizaciones, categorías, definiciones, etc. (15) Oviedo G (Oviedo, 2004) Por otro lado, Lanche D (Lanche, 2017), concibe la percepción como un proceso activo - constructivo de la persona receptora, que le permite diferir el estímulo para poder aceptarlo o rechazarlo de acuerdo con la necesidad del esquema propuesto, haciendo uso y organizando la información archivada en la conciencia para construir el esquema. Es así que la percepción es asumida como un proceso elemental para la toma de decisiones. (16)

Es necesario considerar que algunos autores, entre ellos Goldstein E (Goldstein, 2005), asumen que la percepción abarca una serie de fases en continuo cambio, es decir, la dinamicidad es una de sus características inherentes, esto a su vez, afecta la manera en cómo se asume el entorno (desde la percepción), el reconocimiento y la manera en que se responde a este estímulo. Así mismo, hay dos cualidades que nos permiten comprender mejor la percepción; primero, esta depende del acervo cognitivo que posee el sujeto y; segundo, se debe considerar que, puesto que la percepción es individual, esta es a su vez subjetiva. (17)

2.2.2 Características de la Percepción

Condori C (Condori, 2020), sintetiza tres características elementales de la percepción:

- Subjetiva. Se concibe la percepción como reacción individual a los estímulos del entorno. Por lo mismo, cada sujeto percibe los estímulos de manera particular o subjetiva.

- Selectiva. La percepción es un proceso que jerarquiza a la hora de selección ante qué estímulos acciona. Es así que podemos hablar de campo perceptual, que una parte seleccionada del entorno y sus estímulos, no todo.
- Temporal: asumir que la percepción es temporal implica que constantemente está en proceso de cambio lo que permite una variabilidad de experiencias lo a que su vez permite la evolución de la percepción haciendo de esta un proceso complejo. (18)

2.2.3 Etapas de la Percepción

Valencia Z (Valencia, 2016), postula las siguientes etapas en la percepción:

- Etapa de la extracción: es la etapa inicial del proceso perceptual, durante esta, el entorno estimula al sujeto quien después del análisis y clasificación de la información, lleva a cabo una comparación entre lo que conoce. La percepción del estímulo depende de la coincidencia del estímulo y la preconcepción de esta.
- Etapa de interpretación o reconstrucción: se lleva a cabo después de la primera etapa. Es necesario recalcar que la omisión de la primera etapa es imposible. Cuando durante el proceso de percepción el sujeto no ha podido organizar y catalogar el estímulo (podría suscitarse por una situación e ambigüedad) valiéndose de los preconceptos, lleva a cabo una comparación con el entorno, con el contexto. (19)

2.2.4 Mecanismos de la Percepción

Zepeda F. (Zepeda, 2008) citado por Condori C. (Condori, 2020) propone tres mecanismos de la percepción:

- Evocación: este proceso mental permite la visualización y escucha de elementos permitiéndose la evocación lo que a su vez activa la percepción.
- Rectificación: por medio de este proceso, los estímulos mentales de los objetos o la información a la que el sujeto está expuesto experimenta cambios o llega a ser completados, integrados, perfeccionados o eliminados con el objetivo de percibir e interpretar de manera correcta el estímulo o información.
- Organización: el individuo clasifica la percepción del estímulo o información recibida. Esta organización tiene utilidad en el sentido que permitirá la relación cuando se disponga nuevamente ante otro estímulo o información. (20)

2.2.5 Componentes de la Percepción

Condori C. (Condori, 2020), propone dos componentes elementales de la percepción:

- Las sensaciones o estímulo físico: se origina exteriormente al sujeto y depende del proceso de respuesta continua del sistema sensorial.
- Los inputs internos: se origina en el interior del sujeto, podemos considerar en este componente estados como la motivación, la necesidad, la experiencia, etc. (18)

2.2.6 Proceso de la Percepción

Valencia Z. (Valencia, 2016), postula que la percepción es un proceso que se lleva a cabo en tres fases:

- Selección: durante esta fase el individuo percibe según el estado en el que

se encuentra, es decir, de acuerdo con sus predilecciones, escala valorativa, deseo, necesidades, comportamiento y una vez activado esto se procede a la selección

- Organización: Una vez llevado a cabo el proceso selectivo, el individuo analiza y clasifica las cualidades de los estímulos percibidos con la finalidad de unificar y construir un mensaje, es así que, mientras mayor complejidad tenga el estímulo o información mayor dificultad se generará en la percepción y asimilación de estos.
- Interpretación: Posterior al proceso selectivo y organizativo, el individuo interpreta lo percibido por medio de la experiencia, por lo que, si esta es productiva o provechosa la interpretación será óptima. (19)

2.2.7 Percepción de alimentación saludable

Si bien la literatura científica no conceptualiza el subtítulo propuesto para este apartado, a partir de las definiciones del término percepción y apelando a la pragmática en cuanto a su uso en el campo de la salud, podemos afirmar a modo de conceptualización como el constructo subjetivo formado a partir de las experiencias que a lo largo de la vida se han relacionado con la alimentación. Este constructo se concibe por medio de los órganos sensoriales y se consolida mediante los conocimientos y el alcance madurativo que el individuo desarrolla. Así mismo, este tipo de percepción direcciona el gusto e interés por el consumo diversificado de alimentos, raciones, modos de preparación y frecuencia, lo que, a su vez, explicará el estado nutricional del individuo a lo largo de las distintas etapas de la vida y que puede ser explicada y evaluada por los conceptos acuñados por los expertos en el tema. (10) Alfonso K. (Alfonso, 2019)

2.2.8 Alimentación saludable

Según la Ley N° 30021, “Ley de Promoción de la Alimentación Saludable (Peruano, 2017)”. (21) Una alimentación saludable es “una alimentación variada, preferentemente en estado natural o con procesamiento mínimo que aporta energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana, permitiéndole tener una mejor calidad de vida en todas las edades”. Tres son las condiciones que sustenta la ley con respecto a la Alimentación Saludable. En primer lugar, la variedad, esto se sustenta en el hecho científico de que la diversidad de vitaminas y nutrientes necesarios para el desarrollo integral se encuentran en distintos alimentos, por lo que, una dieta variada es una dieta saludable. En segundo lugar, el estado de los alimentos debe ser natural o con procesamiento mínimo, de ahí la importancia de la disociación entre alimentación saludable y comida chatarra o procesada. En tercer lugar, estos alimentos deben orientarse a mejorar la calidad de vida y entendemos esto como la prevención de condiciones de la salud que se desarrollan, generalmente, por una mala alimentación.

Es esencial comprender la importancia de la alimentación saludable no solamente como un hábito sano sino también la influencia que esta tiene durante la vida en cada una de sus etapas. La alimentación saludable debe satisfacer los requerimientos físicos de energía y las exigencias nutritivas del cuerpo en las distintas fases de la vida, ya que, no hay forma en aspectos como el crecimiento, el embarazo, la lactancia y condiciones adquiridas propias de la avanzada edad, de sustituir lo que una alimentación saludable permite en el ser humano (social, 2017)

2.2.9 Clasificación de alimentos saludables

Gil A. (A., 2017), elaboró una sistematización de los grupos alimentarios elementales y los clasificó de la siguiente forma:

Cereales

Estos alimentos que pertenecen a la dieta de la alimentación de los seres humanos son frutos en maduración, enteros, sanos y secos que pertenecen a un grupo de vegetales que provienen de la familia de las gramíneas. La forma en que se obtienen estos alimentos es a través de la recolección o cosecha, actividad seguida por el almacenamiento a modo de grano cuya denominación es cariósido. Entre los cereales más comunes para el consumo tenemos al trigo, el maíz, la cebada, el arroz, la avena, el centeno, el mijo y el sorgo.

Verduras

Muchas son las definiciones de este alimento, sin embargo, para este estudio utilizaremos el elaborado por el Código Alimentario de uso común en estos tiempos que se maneja en la actualidad. Esta publicación la define como aquella que engloba el término verdura dentro del grupo de hortaliza. Se puede conceptualizar como una hortaliza a la variedad de planta herbácea hortícola al que se le puede dar el uso de alimento. Así mismo, se señala que hay que considerar como característica para referirnos a las verduras como aquellas cuyas hojas verdes son posibles de ser consumidas. Ahora bien, es importante señalar que podemos clasificar a las verduras sobre la base de distintos criterios como la de las partes de la planta que se pueden consumir como hortalizas. Según lo mencionado, podemos sistematizar al grupo bajo tres criterios: consumo por parte de las plantas, consumo por forma de presentación y

consumo por calidad. El aporte nutricional de las verduras es variado, ya que, en ella se pueden identificar un gran número de nutrientes; sin embargo, a pesar su múltiple y diversa composición química todas las hortalizas tienen en común el elemento del agua (los porcentajes pueden llegar al 80% y 90% en algunas verduras), por ello, desde la perspectiva de la función nutricional, el gran aporte de las verduras es el agua. Con respecto al valor calórico y a las vitaminas u otros compuestos químicos en su composición es mínima (las verduras generalmente no superan las 150 kilocalorías por cada 100 gramos de consumo).

Frutas

Se considera a la fruta por un alimento esencial en la dieta humana por su aporte en fibra, vitaminas, minerales y sustancias de acción antioxidante. Tiene similar composición con las verduras, ya que, contiene vitamina C, de la misma forma, es fuente de la vitamina K y la tiamina o vitamina B1. De la misma forma, otro elemento esencial es el ácido fólico cuya formación se lleva a cabo en cantidades reducidas y se ubica en el microbiota intestinal. Debido a ello, es necesario una alimentación variada y balanceada con la finalidad de consumir las otras vitaminas que generalmente se encontrarán en alimentos frescos. Así mismo, de la misma forma que las verduras, las frutas aportan reducidos índices de calorías y, más bien, hidratan el organismo por el alto contenido de agua en su composición. Por contener alto índice de fibra permite un tránsito gastrointestinal más fluido y la absorción pertinente de azúcar. Diversas investigaciones han probado que sus características organolépticas y nutricionales dependen de distintos criterios como la variedad, las especie, el ambiente de cultivo, la maduración, tratamientos fitosanitarios, condiciones y

duración del almacenamiento. Es conocido que la ingesta de frutas como parte de la dieta diaria, sobre todo en niños y adolescentes, se ha reducido alarmantemente. Esta situación genera preocupación y celeridad en implementar programas y campañas con guías dietéticas que orienten, no solamente sobre la importancia del consumo de frutas, sino también de las raciones necesarias según la edad.

Leche

La leche es un alimento nutricionalmente indispensable en la dieta humana. Se caracteriza por ser un líquido blanco y opaco con ciertas variaciones tonal hacia el amarillo (esta variabilidad puede explicarse por el consumo de alimentos ricos en carotenos y xantofilas en los productores lácteos o por cuestiones raciales de los mismos). Debido a ello, al desnatar la leche su contenido se vuelve transparente y adquiere una tonalidad azul tenue. En su composición procesada, la leche posee un sabor suave y dulce, esta característica deviene del tipo de leche o del procesamiento tecnológico al que se le ha sometido. Finalmente, la leche como insumo final es una combinación de distintas sustancias como la lactosa, caseína, vitaminas, sales, albúminas. Con respecto a los carbohidratos, la leche posee lactosa que es un elemento principal en este grupo, por ello, esta tiene función energética y, de la misma forma, se hidroliza en la galactosa y glucosa. Con respecto a la galactosa se debe señalar que el organismo utiliza este elemento en la síntesis de glicolípidos y las glicoproteínas. También, se ha demostrado que la leche tiene un efecto que beneficia la absorción intestinal de calcio, además de, incrementar el transporte de este elemento por la vía no saturable paracelular, debido a que, al aumentar el volumen de fluido intestinal

distal, se incremente el espacio intercelular y por lo mismo la permeabilidad. En los primeros días después del alumbramiento, la ingesta de leche es elemental debido a su componente de lactosa (estudios han demostrado que en niños alimentados con fórmula rica en lactosa la absorción de calcio ha sido mayor). Con respecto a la digestibilidad y al valor biológico se ha encontrado que la leche aporta los aminoácidos, cuyo alto contenido de leucina, isoleucina y valina son necesarios para suplir las exigencias físicas en los seres humanos. Finalmente, los especialistas recomiendan la ingesta de tres raciones por día debido a que dos tazas de leche permiten satisfacer hasta el 30% de los requerimientos proteínicos en los adultos jóvenes.

Carnes

La carne es un alimento nutricionalmente insustituible en la dieta del ser humano. Esta ha formado parte, históricamente, de la fuente principal de proteínas, ya que, la dieta común del hombre a lo largo del tiempo se constituía esencialmente de raíces, vegetales, frutos y alimentos bajos en proteína. Conforme el tiempo ha avanzado y el nivel de vida ha mejorado la carne se convertido en un insumo frecuente en las dietas de los seres humanos, lo cual, representa un logro nutricional. La carne es un alimento valorado no solamente por su contenido inherente sino también por la grasa que contiene, diversos estudios han demostrado que una tercera parte de la energía utilizada en una jornada proviene del consumo de la carne. Por su composición, la carne, además de proveer proteínas aporta lípidos, minerales importantes como el hierro y el zinc, y vitaminas. Carnes blancas como la del pescado permiten un incremento aun mayor del nivel nutritivo de la dieta debido a su digestibilidad, variabilidad en cuanto al sabor y composición integral y equilibrada.

Legumbres

Las legumbres son un hito en el desarrollo histórico del ser humano. Representan el paso del estilo de vida nómada, del hombre cazador y recolector hacia el hombre que cultiva la tierra, el agricultor. Esta práctica le permitió formar las primeras comunidades lo que produjo la industrialización de las legumbres. El consumo de estas es frecuentemente a modo de semillas secas y maduras, sin embargo, también se puede consumir no maduras, como vainas con semillas sin madurar. La estructura de las legumbres está conformada por los siguientes componentes esenciales y nutritivos: la testa, la piel o cáscara, los cotiledones y el eje embrional o hipocótilo. Las células de los cotiledones esta formadas por los órganos proteicos y los gránulos de almidón, estos a su vez, componen la estructura anatómica de reserva en el interior de las semillas. Así mismo, el contenido de proteínas y carbohidratos completos como la fibra dietética y el almidón se encuentra diversificada en cuanto a sus cantidades dependiendo del tipo de semilla que contiene las leguminosas, en efecto, el beneficio proteínico es diverso según la especie, sin embargo, es superior al de alguno cereales (la legumbre de menor contenido proteínico presenta el triple de proteínas que un grano como el arroz). Es importante señalar cuales son las proteínas que componen las legumbres: las globulinas, cuya presencia es preponderante en la mayoría de ellas y se ubican en los órganos proteicos y las proteínas funcionales y estructurales como las albúminas y glutelinas.

Refrescos con azúcar

Estas bebidas se caracterizan por contener hidratos de carbono, que es la verdadera composición de los azúcares, de gusto dulce y atributos fisicoquímicos lo que permite aprovechar su contenido en tecnología

alimentaria. Con respecto a la función nutricional, por su composición se limita esencialmente al aporte de calorías y la ingesta de este comúnmente produce una reducción en los hidratos de carbono más complejo en la ración. Debido al alto índice glucémico en su composición, el consumo de azúcar por parte de individuos que padecen diabetes debe ser casi nula, de la misma forma, estudios recientes han demostrado que existen alteraciones hereditarias como la galactosemia, intolerancia a la fructosa y lactosa, enfermedades relacionadas con el almacenamiento del glucógeno, deficiencia de sacarasa y del transporte de monosacáridos lo que necesariamente supone una disminución y eliminación de azúcares para el consumo diario. Al desarrollar el tema de los azúcares debemos aludir a los productos de confiterías cuyo ingrediente principal es este insumo, nos referimos específicamente a los caramelos, chicles y golosinas que por su alto contenido de azúcar son muy energéticos, sin embargo, se debe considerar también los confites y turrone a los que el proceso industrializado ha combinado con frutos secos y demás componentes que consumidos de manera equilibrada puede aportar nutricionalmente ya que contiene proteínas, calcio, vitamina E y magnesio. (22)

2.2.10 Alimentación en escolares

Es el aporte de nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo del cerebro y el rendimiento escolar.

Es sabido, a partir de los estudios de Jean Piaget y otros constructivistas y estructuralistas, que el desarrollo de la cognición es un proceso que avanza a través de fases o estadios, durante esta construcción no solo es necesaria la buena alimentación, sino que es vital en los primeros años de formación; además, es durante este periodo inicial que el individuo formará sus hábitos

alimentarios y conceptualizará todo lo relacionado a la nutrición. Pese a la importancia de esta etapa y siendo que el avance tecnológico, no solamente en el campo nutricional, ha avanzado, la perspectiva actual ha mostrado, lamentablemente un retroceso.

2.2.11 Estado nutricional

La conceptualización del estado nutricional se relaciona con identificar si el consumo, absorción y uso de los nutrientes es la necesaria como para satisfacer las exigencias físicas del organismo. Un consumo inadecuado de nutrientes o la falta de ello, produce una disminución de los mismo en los distintos sistemas corporales, lo que, a su vez, tiene efectos negativos, ya que, inhibe las funciones bioquímicas necesarias siendo causa de la adquisición de condiciones carenciales como la anemia u la osteoporosis. Según Mataix J. (Mataix Verdú, 2015), señala que la evaluación permanente del estado nutricional del sujeto es de vital importancia, ya que, por medio de ella se puede diagnosticar si los hábitos de consumo que este tiene realmente están satisfaciendo las exigencias de su organismo, o, de lo contrario permiten identificar cuáles son las insuficiencias o excesos. Para ello, se debe fomentar la cultura del control permanente con respecto al estado nutricional que se puede llevar a cabo a partir de exámenes de rutina en las que se realice una exploración médica y nutritiva del individuo. El estado nutricional es producto del balance y la relación positiva que debe generarse entre lo que se consume y lo que utiliza (en energía y otros gastos físicos) a diario. El cuerpo humano está formado de más de 30 componente distintos con una función particular en la preservación y desarrollo de la vida. Por ello, para diagnosticar con precisión el estado nutricional de un

individuo se debe, en lo posible, lleva a cabo una medición de la mayor cantidad de componentes. Hay, sin embargo, algunos de ellos que nos permiten acercarnos a un diagnóstico con un margen de error relativamente bajo, estos son, por ejemplo, las medidas como el peso, la talla y el IMC (índice de masa muscular). Por otro lado, podemos afirmar que el estado nutricional es la conjunción de dos variables cuya relación permite diagnosticar dicho estado: el aporte nutricional y el gasto diario. De esta afirmación, deviene el concepto de balance nutricional que no es otra cosa que el ingreso y consumo de nutrientes durante un lapso determinado. Con respecto al tiempo, hay que considerar lo voluble o cambiante que puede ser este balance, incluso, en periodos cortos puede haber una modificación negativa en el equilibrio nutricional si existen variable condiciones como niveles de vulnerabilidad, senectud, embarazos y enfermedades. En relación con el aporte nutricional, la literatura científica la define como el consumo diario de nutriente mediante la ingestión de alimentos, sea naturales o procesados y de suplementos vitamínicos. Por otro lado, se entiende que el gasto diario corresponde a todas las necesidades que la rutina nos exige físicamente sobre en cuenta al uso de la energía para el metabolismo o el consumo de energía al movilizar nuestros músculos o reaccionar antes estímulos(22). Tal como lo señala Cruz y Herrera (Cruz, 2014), se debe concluir que definir el estado nutricional de un individuo implica de modo general la suma de todos los balances parciales que el cuerpo desarrolla, como, por ejemplo, balance de energía, proteína, lípidos, carbohidratos, vitaminas y minerales. Por ello, la ponderación del estado nutricional para su respectivo diagnóstico que es el objetivo de este estudio debe considerar el mayor número de estos balances (24).

2.2.12 Estado nutricional en escolares

El crecimiento en individuos preescolares y estudiantes del nivel primaria es regular y lento, pero existe la tendencia en algunos casos de una aceleración en el incremento de la talla como una ausencia de este, también, se da el caso común de los famosos estirones antecedidos de periodos largos de crecimiento inactivo. En cuanto a la estructura corporal los preescolares y los estudiantes del nivel primaria presenta un ritmo relativamente constante. En cuanto a la grasa, esta se reduce durante la etapa de la infancia llegando a su índice mínimo entre los 4 y 6 años. En el momento previo de iniciar la pubertad, hay un incremento en el tejido adiposo y en la grasa del organismo del niño. Esta situación es importante para el crecimiento acelerado o estirón que tendrá durante los siguientes años. El rebote adiposo temprano se ha asociado al incremento de índice de masa corporal (IMC) en el adulto (25).

Para lograr una valoración confiable y válida del estado nutricional es necesario realizar mediciones y evaluación de los aspectos antropométricos. Estos son la talla o estatura, el peso el IMC (índice de masa corporal), esta información se confronta y examina con los índices recomendados por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Otras evaluaciones que pueden permitir identificar el estado nutricional son la medición de la circunferencia de brazo y los pliegues cutáneos tricipital y subescapular. Estas pruebas son transversales, es decir, se hacen en un solo momento. Otra evaluación pertinente es la que se lleva a cabo de manera longitudinal en la que se recaba información con distintos intervalos de las que se puede extraer información que permita diseñar un patrón de crecimiento del sujeto. Este trabajo evaluativo longitudinal permite diagnosticar condiciones adversas de manera temprana y poder intervenir de tal forma que el crecimiento

del individuo no se vea afectado. De la misma forma, en cuanto al peso, un seguimiento permanente puede ayudar a predecir posibles padecimientos de anemia, sobrepeso u obesidad (26).

2.2.13 Clasificación del estado nutricional

Durante la etapa escolar el valor del índice de masa corporal varía según las distintas fases del desarrollo del tejido adiposo. Por ello, es elemental que las pruebas aplicadas y la información extraída pueda ser confrontada y analizada con estándares sometidos a estudios transversales y longitudinales y que pueda considerar la medición del peso o la talla de un individuo de acuerdo a la edad y sexo. Estas técnicas de medición para el diagnóstico del estado nutricional son beneficiosas, rentables y prácticas ya que nos permiten predecir situaciones de déficit, sobrepeso u obesidad. Rodríguez M. (Rodríguez, 2017) Por los objetivos formulados en esta investigación, el IMC/edad (índice de masa corporal para la edad) determinará el estado nutricional considerando los estándares y clasificaciones de la OMS(26).

2.2.14 Índice de masa corporal

El Índice de masa corporal (IMC) o también conocido como índice de Quetelet es el parámetro más utilizado para diagnosticar sobrepeso y obesidad. Se obtiene dividiendo el peso en kilogramos por la talla en metros al cuadrado (kg/m^2) y se correlaciona muy bien con otras formas de determinación de grasa corporal. Su uso está bastante difundido y ha mostrado gran utilidad epidemiológica en estudios de población, sin embargo, sus resultados deben ser valorados con cautela en caso donde se requiera alta precisión en la evaluación. Tiene una

especificidad muy alta (95%), aunque su sensibilidad es baja (21%) por lo cual lo hace un buen indicador para trabajos en poblaciones sanas pero un mal indicador para personas enfermas. (27)

2.2.15 Índice de masa corporal para la edad (IMC/Edad)

Es un indicador resultante de comparar el índice de masa corporal (IMC) de la persona con el IMC de referencia correspondiente a su edad. Clasifica el estado nutricional en delgadez severa, delgadez, normal, sobrepeso y obesidad, según las referencias de crecimiento corporal OMS 2007 (28).

2.3 Marco conceptual

Alimentación saludable:

Una alimentación saludable es una alimentación variada, preferentemente en estado natural o con procesamiento mínimo que aporta energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana, permitiéndole tener una mejor calidad de vida en todas las edades. (21)

Percepción de la alimentación saludable:

Proceso inicial de la actividad mental, proceso cognoscitivo que lo llevará a interpretar la información que se tiene acerca de la alimentación saludable. Oviedo G. (Oviedo, 2004)

Estado nutricional:

Situación en la que el individuo se encuentra en relación con la ingesta de alimentos, cómo estos son aprovechados por su organismo y son suficientes para responder al gasto dado por los requerimientos nutricionales para su edad, sexo, estado fisiológico y actividad física. (29)

Índice de masa corporal para la edad (IMC/Edad):

Es un indicador resultante de comparar el índice de masa corporal (IMC) de la persona con el IMC de referencia correspondiente a su edad. Clasifica el estado nutricional en delgadez severa, delgadez, normal, sobrepeso y obesidad, según las referencias de crecimiento corporal OMS - 2007. (28)

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS

3.1 Hipótesis general

H1 = Existe una relación significativa entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

H0 = No Existe una relación significativa entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

3.2 Hipótesis específicas

a) H₁= Existe una relación significativa entre la percepción del concepto de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

H₀= No existe una relación significativa entre la percepción del concepto de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

b) H₁= Existe una relación significativa entre la percepción de alimentos saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

H₀= No existe una relación significativa entre la percepción de alimentos saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución

Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

c) H_1 = Existe una relación significativa entre la percepción de la importancia

del desayuno y el estado nutricional en los escolares de una Institución

Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

H_0 = No existe una relación significativa entre la percepción de la

importancia del desayuno y el estado nutricional en los escolares de una

Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

d) H_1 = Existe una relación significativa entre la percepción de bebidas

saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución

Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

H_0 = No existe una relación significativa entre la percepción de bebidas

saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución

Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

e) H_1 = Existe una relación significativa entre la percepción de alimentos no

saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución

Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

H_0 = No existe una relación significativa entre la percepción de alimentos

no saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución

Educativa Pública, Huayucachi, 2023.

3.3 Variables

3.3.1 Variable 1

Percepción de Alimentación Saludable

- Definición conceptual:

Proceso inicial de la actividad mental, proceso cognoscitivo que lo llevará

a interpretar la información que se tiene acerca de la alimentación

saludable. (15)

- Definición operacional:

Se determinó por medio de una encuesta formada por diez preguntas sobre la percepción de alimentación saludable. Este instrumento es de elaboración propia.

- Naturaleza: Cualitativa

- Forma de medir: Indirecta

- Técnica: Encuesta

- Clasificación: Adecuada, Regular e Inadecuada

- Escala de medición: Nominal

- Procedimiento de la medición: dicha encuesta fue aplicada en estudiantes del nivel primaria, después, se procesó la información extraída siguiendo la clasificación del nivel de percepción adecuado, regular e inadecuado de alimentación saludable.

VARIABLES	DIMENSIONES	ÍNDICADOR	ÍTEMS	TIPO DE VARIABLE	VALORES FINALES
Percepción de la alimentación saludable	Concepto de alimentación saludable	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 1 y 2	Numérica Ordinal Politémica	
	Alimentos saludables	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 3, 4 y 5	Numérica Ordinal Politémica	Adecuada ≥ 38 - 50
	La importancia del desayuno	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 6, 7	Numérica Ordinal Politémica	Regular ≥ 24 - 37 Inadecuada $10 \leq 23$
	Bebidas saludables	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 8	Numérica Ordinal Politémica	

Alimentos no saludables	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 9 y 10	Numérica Ordinal Politémica
-------------------------	-----------------------------------	-----------------	-----------------------------------

Tabla 1. Matriz de operacionalización de encuesta de percepción de alimentación saludable

Fuente: Ficha de recolección de datos.

3.3.2 Variable 2

Estado Nutricional

- Definición conceptual

Es la situación de salud de la persona como resultado de su régimen alimentario, nutrición, estilo de vida, condiciones sociales y condiciones de salud. (Instituto Nacional de Salud, 2015)

- Definición operacional

Se determinó el indicador IMC/Edad utilizando Valores de corte del IMC para la edad de la OMS para definir la obesidad, el sobrepeso, la delgadez y la delgadez extrema en niños en edad escolar y adolescentes (37)

- Naturaleza: Cuantitativa

- Forma de medir: Directa

- Indicador: IMC/Edad

- Escala de medición: Nominal

- Procedimiento de medición: se midió el peso y la talla, después, se procesó la información antropométrica de acuerdo con el indicador IMC/Edad.

Tabla 2. Estado nutricional antropométrico

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADOR	TIPO DE VARIABLE	VALORES FINALES
Estado nutricional	Peso corporal	Índice de masa corporal	Categorica Nominal Politómica	Delgadez Severa (< -3 DE)
				Delgadez (< -2 a -3 DE)
	Normal (-2 DE y +1 DE)			
	Sobrepeso (> 1 a 2 DE)			
	Obesidad (> 2 DE)			
	Talla			

Fuente: Ficha de recolección de datos.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1 Método de investigación

Para este estudio se utilizó como método general aquel denominado científico, debido a que, se consideró que investigar mediante el método científico “comprende un proceso sistematizado compuesto por una serie de pasos que inicia en el planteamiento del problema y finaliza con la corroboración de la hipótesis formulada mediante la aplicación de los instrumentos de investigación elaborados para recolectar la información” (30). (Ñaupas H, 2018). En cuanto al método específico se usó aquel denominado analógico, debido a que, se estudió y describió el grado de relación interna entre las dos variables elegidas, según señala Ñaupas.

4.2 Tipo de investigación

Esta tesis es del tipo básica, debido a que, como lo manifiesta Ñaupas, “su motivación es la simple curiosidad, el descubrir nuevos conocimientos y sirve de cimiento a la aplicada” (Ñaupas H, 2018). También, consideramos que es de tipo observacional, ya que, no hubo manipulación de las variables durante esta investigación y es de corte transversal, ya que, la aplicación del instrumento para recabar la información se realizó a los individuos de la población en un solo momento.

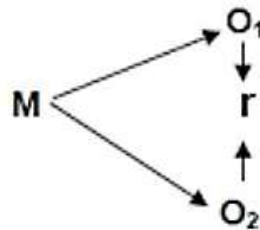
4.3 Nivel de investigación

Esta investigación es de nivel relacional, debido a que, como manifiesta

Sánchez, “en este tipo de estudios la finalidad se direcciona a describir la relación o nivel de asociación que pueda existir entre dos o más variables o categorías, tomados en una sola muestra o en un contexto definido”, (Sánchez H, 2017) tal es la situación en este estudio investigativo donde se analizó la relación entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional de un conjunto de individuos escolares de una población definida (31).

4.4 Diseño de la investigación

El diseño de esta tesis es el no experimental – correlacional que según Hernández R y Mendoza C. (32) “estos diseños son útiles para establecer relaciones entre variables en un momento determinado”, en la que se utiliza la siguiente representación esquemática:



M = Muestra.

O1 = Observaciones realizadas a la variable 1 percepción de la alimentación saludable.

O2 = Observaciones realizadas en la variable 2 estado nutricional.

r = expresa posibles relaciones de las variables.

4.5 Población y muestra

4.5.1 Población

La población seleccionada para esta investigación fueron 258 estudiantes de una Institución Educativa del nivel primaria del distrito de Huayucachi considerando los seis grados (primer a sexto grado) del año escolar 2023 que fueron evaluados antropométricamente en la misma institución educativa. En cuanto a los criterios

de inclusión, exclusión y eliminación se llega a las siguientes conclusiones:

Criterio de inclusión:

- Estudiantes (niños/niñas) matriculados en el nivel primaria de la Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.
- Estudiantes (niños/niñas) a los que se les evaluó antropométricamente.
- Estudiantes (niños/niñas) cuyos padres o apoderados ha firmado el consentimiento informado.

Criterio de exclusión:

- Estudiantes (niños/niñas) que se encuentra el nivel inicial y secundaria.
- Estudiantes (niños/niñas) que no culminaron con el desarrollo de la encuesta.
- Estudiantes que presenten enfermedades endocrinológicas como, por ejemplo: hipotiroidismo, hipertiroidismo, enfermedad de Cushing.
- Estudiantes con problemas físicos para la medición de peso y talla.

4.5.2 Muestra

La muestra es censal, por lo tanto, estuvo conformada por los 258 individuos del estudio investigativo.

4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se utilizó es la encuesta. Este tipo de técnica se adecúa a la recolección de datos para esta variable y al enfoque cuantitativo, debido a que, nos sirve para recolectar información sobre opiniones. Para este estudio se ha seleccionado el cuestionario como subtipo de la encuesta.

4.6.1 Cuestionario de Percepción de Alimentación Saludable

Para esta variable se utilizó una encuesta con la que se logró evaluar a los estudiantes del nivel primario. Dicho instrumento es de elaboración propia y está conformada por diez preguntas cerradas y de opción múltiple que permiten extraer información relacionada a la percepción de alimentación saludable, percepción de alimentos saludables, conocimientos de las estrategias de alimentación saludable y la relación de los alimentos con la salud y la nutrición. El instrumento posee confiabilidad “buena”, debido a que, arrojó un 0,817 en alfa de Cronbach a partir de los resultados de una prueba piloto de 26 estudiantes de primero a sexto grado del nivel primaria. Para la validación se realizó un juicio de expertos llevada a cabo por 3 nutricionistas de amplia trayectoria.

Tabla 3. Estadística de fiabilidad - Alfa de Cronbach

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,817	10

Fuente: Ficha de recolección de datos.

4.6.2 Estado nutricional

Para esta variable se utilizó equipos de medición antropométricos: un tallímetro de 200 cm de alto de 3 cuerpos y una balanza calibrada digital SECA para obtener la talla y el peso de los estudiantes. Se registro el peso (en kilogramos y con un decimal), la talla (en metros) de los estudiantes a quienes se le solicito que se despojen del mayor número de prendas posibles con la finalidad de que se queden con vestimenta ligera (buzo y polo). Se procedio a no calcular el IMC de los sujetos de análisis para evitar distractores y de esa manera finalizar en el menor tiempo posible.

4.6.3 Procedimientos de la investigación

Autorización: se tramito un permiso mediante el documento administrativo respectivo direccionado al director de la Institución Educativa para la autorización de la recolección de datos. Mediante una reunión con padres de familia se informó y explico los procedimientos que se llevaron a cabo en esta investigación considerando de esta manera su aceptación mediante la firma del consentimiento informado.

Medición y extracción de la información de las variables en los sujetos de investigación respetando las medidas de bioseguridad por el COVID-19: uso de doble mascarillas, desinfección permanente de las manos y de los equipos utilizados, distanciamiento social requerido, todo lo necesario en cumplimiento estricto de los protocolos determinados por las Institución Educativa donde se recolecto la información. Se llevo a cabo con la encuesta validada para la recolección de datos y se explicó a los escolares participantes las preguntas planteadas en la encuesta para su mayor comprensión.

Al final de la investigación se agradeció la colaboración de la institución educativa, así como del director, el personal docente y los escolares partícipes, otorgándoles sus resultados.

Procesamiento de datos: Se utilizo el software Anthro Plus de la OMS el cual nos dio un diagnóstico más preciso de acuerdo con los parámetros utilizados por dicha institución. Se uso el programa SPSS Statistics 25 donde la información obtenida tanto de peso, talla, IMC, sexo y grado escolar fueron procesadas con el objetivo de encontrar una asociación estadística.

4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para esta investigación se utilizó el software Anthro Plus de la OMS, mediante ello, llevamos a cabo un diagnóstico con mayor precisión según sus parámetros seleccionados IMC/E, Posterior a ello se buscó relación con la información obtenida de la encuesta con respecto a la Percepción de la Alimentación Saludable.

Se utilizó el programa SPSS Statistics 25. Las pruebas de hipótesis se realizaron utilizando el estadígrafo Chi-cuadrado de independencia para comprobar la relación.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1 Descripción de resultados

Tabla 4. Estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de un Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

	Frecuencia	Porcentaje
Delgadez severa	0	,0
Delgadez	2	,8
Normal	196	76,0
Sobrepeso	46	17,8
Obesidad	14	5,4
Total	258	100,0

Fuente: Ficha de recolección de datos

Según los observado, el estado nutricional de los estudiantes del nivel primaria fue determinado por el indicador de Índice de Masa Corporal (IMC/E) para la edad. El total de los estudiantes que conformaron la población evaluada fue de 258 menores de primero a sexto grado. Dicho esto, en la tabla 4 se observa que el 0,8% de estudiantes presenta delgadez, el 76,0 % de los estudiantes se encuentran dentro de lo normal, el 17,8 % de ellos presentan sobrepeso y el 5.4% presenta obesidad.

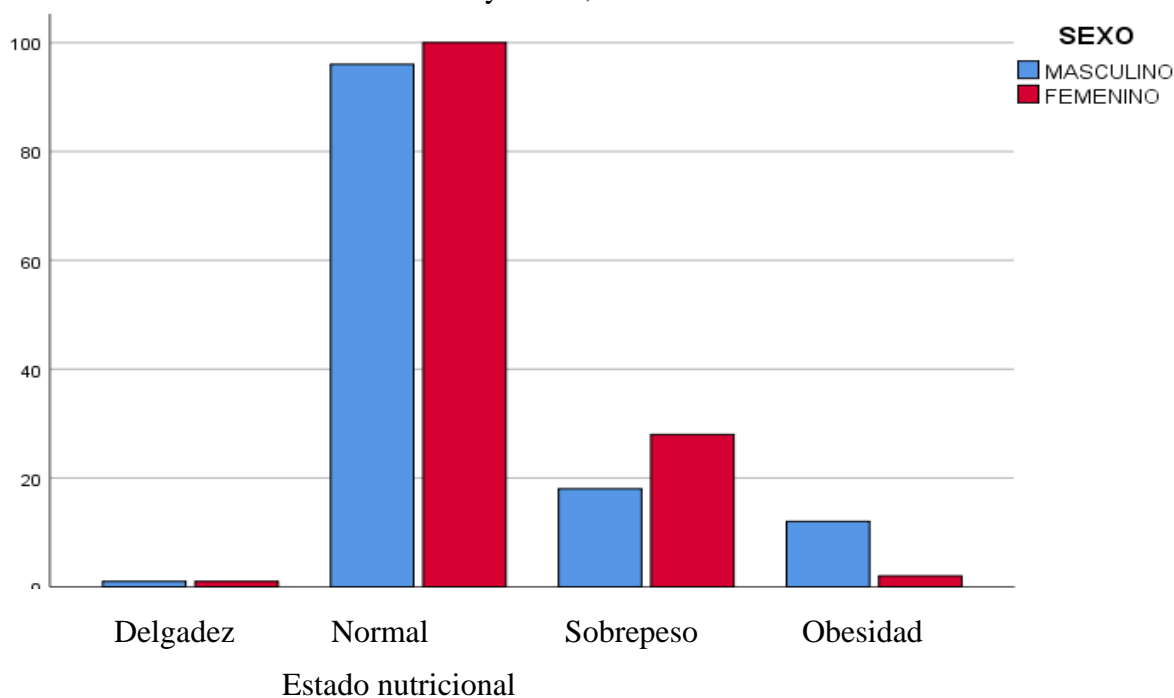
Tabla 5. Estado nutricional (IMC/Edad) según sexo en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

		Estado nutricional					Total
		Delgadez severa	Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad	
Sexo	Masculino	recuento	0	1	96	18	127
		% dentro de sexo	0%	0,8%	75,6%	14,2%	100,0%

	% dentro de estado nutricional	0%	50,0%	49,0%	39,1%	85,7%	49,2%
	recuento	0	1	100	28	2	131
Femenino	% dentro de sexo	0%	0,8%	76,3%	21,4%	1,5%	100,0%
	% dentro de estado nutricional	0%	50,0%	51,0%	60,9%	14,3%	50,8%
	recuento	0	2	196	46	14	258
Total	% dentro de sexo	0%	0,8%	76,0%	17,8%	5,4%	100,0%
	% dentro de estado nutricional	0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 3. Estado nutricional (IMC/Edad) según sexo en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.



Fuente: Ficha de recolección de datos.

Sobre la base de la tabla 5 y la figura 3 podemos señalar la siguiente información, los estudiantes que presentaron delgadez se dividieron en 50,0 % de sexo masculino y 50,0% de sexo femenino. De la misma manera, se observa que con respecto al diagnóstico normal el 49,0% eran de sexo masculino y el 51,0% eran de sexo femenino. También, podemos afirmar que con respecto al sobrepeso el 39,1% eran de sexo masculino y el 60,9% era de sexo femenino. Con respecto a la obesidad, la mayor población escolar estudiada se concentró en el

sexo femenino con 50,8%, mientras que, el sexo masculino arrojó una frecuencia de 49,2%.

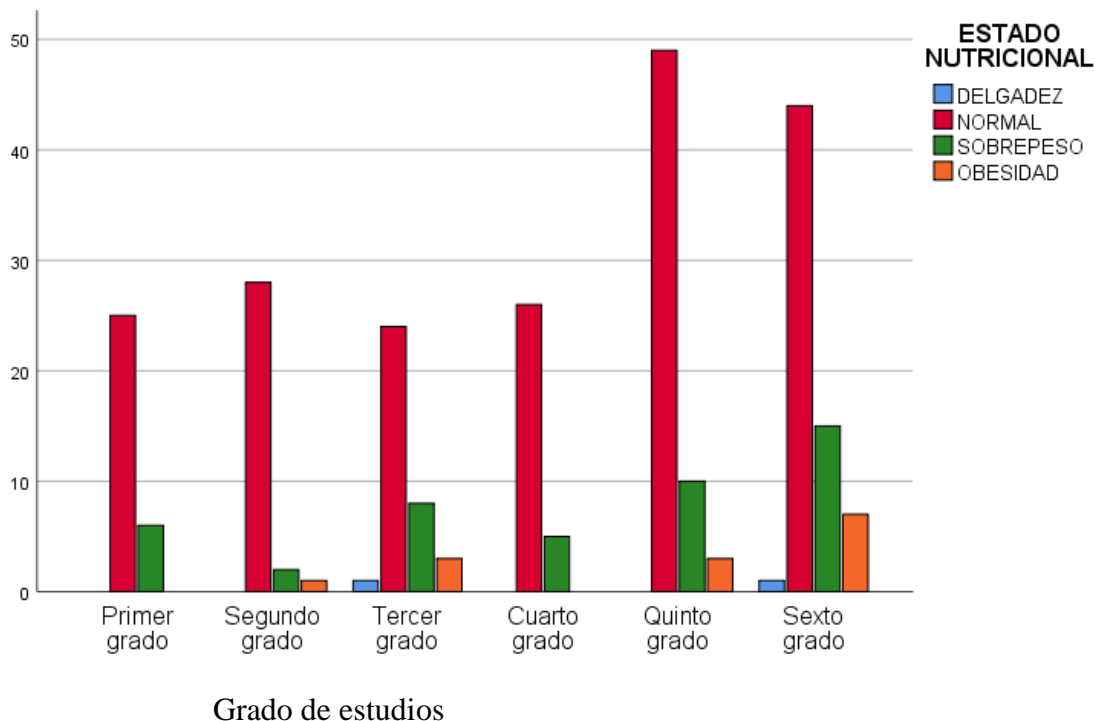
Tabla 6. Estado nutricional (IMC/Edad) según grado en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

		Estado nutricional				total	
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Grado de estudios	Primer grado	recuento	0	25	6	0	31
		% en grado de estudios	0,0%	80,6%	19,4%	0,0%	100,0%
		% en estado nutricional	0,0%	12,8%	13,0%	0,0%	12,0%
	Segundo grado	recuento	0	28	2	1	31
		% en grado de estudios	0,0%	90,3%	6,5%	3,2%	100,0%
		% en estado nutricional	0,0%	14,3%	4,3%	7,1%	12,0%
	Tercer grado	recuento	1	24	8	3	36
		% en grado de estudios	2,8%	66,7%	22,2%	8,3%	100,0%
		% en estado nutricional	50,0%	12,2%	17,4%	21,4%	14,0%
	Cuarto grado	recuento	0	26	5	0	31
		% en grado de estudios	0,0%	83,9%	16,1%	0,0%	100,0%
		% en estado nutricional	0,0%	13,3%	10,9%	0,0%	12,0%
	Quinto grado	recuento	0	49	10	3	62
		% en grado de estudios	0,0%	79,0%	16,1%	4,8%	100,0%
		% en estado nutricional	0,0%	25,0%	21,7%	21,4%	24,0%
	Sexto grado	recuento	1	44	15	7	67
		% en grado de estudios	1,5%	65,7%	22,4%	10,4%	100,0%
		% en estado nutricional	50,0%	22,4%	32,6%	50,0%	26,0%
	Total	recuento	2	196	46	14	258
		% en grado de estudios	0,8%	76,0%	17,8%	5,4%	100,0%
		% en estado nutricional	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 4. Estado nutricional (IMC/Edad) según grado en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

Fuente: Ficha de recolección de datos.



Ficha de recolección de datos

Tal como lo muestra la tabla 6 y la figura 4, que analiza el estado nutricional (IMC/Edad) con respecto al grado de estudios de los estudiantes del nivel primaria, más del 65% de la población de análisis presenta un diagnóstico nutricional normal en todos los grados estudiados. De estos últimos, los tres grados con mayor frecuencia de diagnóstico nutricional normal son el segundo grado con el 90,3%, cuarto grado con el 83,9% y el primero con 80,6%. Con respecto a la delgadez la frecuencia es baja y se encuentra presente en tercer grado donde representa a un 2,8% del total de la población de ese grado y en sexto grado donde representa a un 1,5% del total de la población de ese grado. Con respecto al sobrepeso, se observa una mayor incidencia porcentual en el tercer grado con un 22,2% y en sexto grado con un 22,4%. En relación a la obesidad se observa un porcentaje menor con respecto a los dos anteriores siendo relevante el tercer grado y sexto con 8,3% y 10,4%, respectivamente.

Tabla 7. Nivel de percepción de alimentación saludable en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	25	9,7
Regular	39	15,1
Adecuado	194	75,2
Total	258	100,0

Fuente: Ficha de recolección de datos.

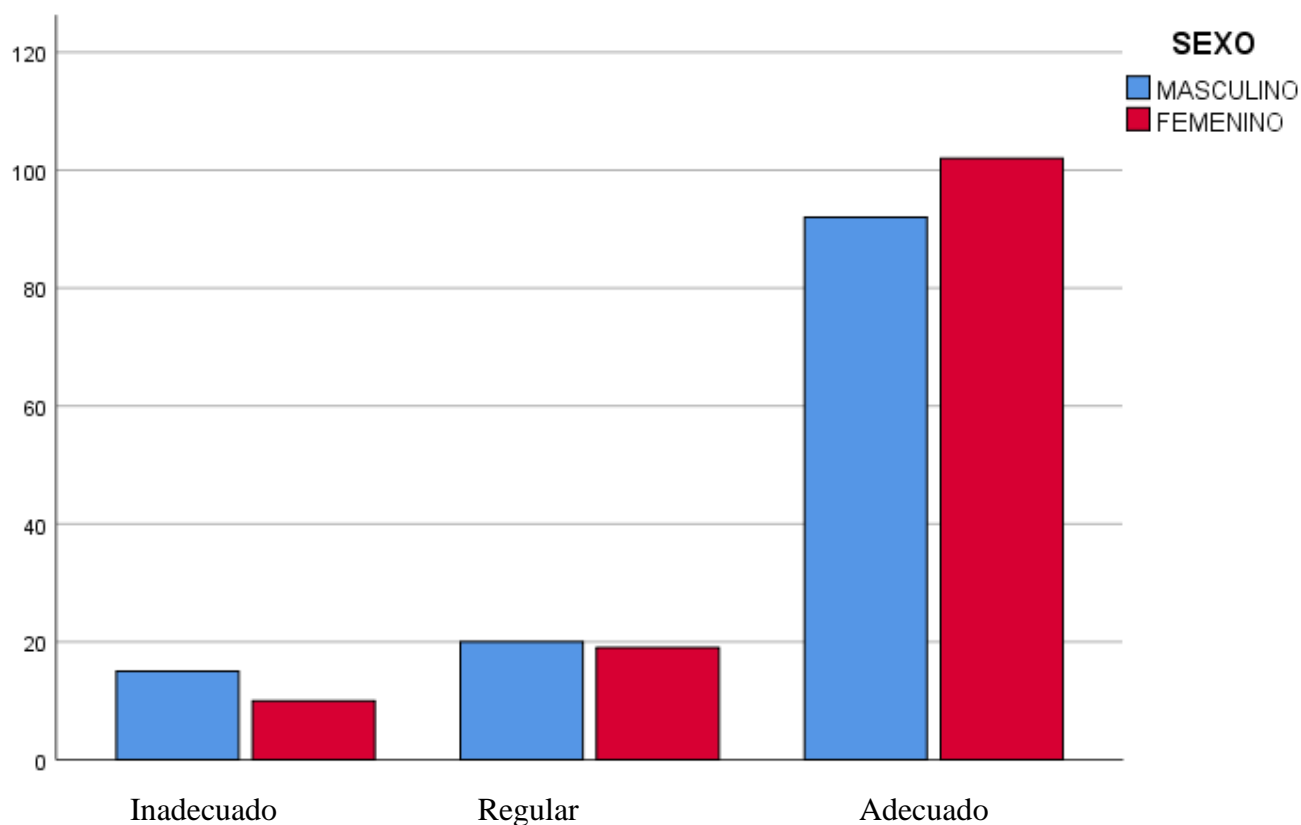
De lo anterior podemos afirmar que sobre la base de lo registrado en la tabla 7 hay una mayor frecuencia en el nivel de percepción adecuado en los estudiantes con 75,19%, a continuación, se observa que un 15,12% corresponde a un nivel de percepción regular y un 9,69% a un nivel de percepción inadecuado. La mayor parte de la población se ubica en el nivel de percepción adecuado.

Tabla 8. Nivel de percepción de alimentación saludable según sexo en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023

			Inadecuado	Regular	Adecuado	
Sexo	Masculino	Recuento	15	20	92	127
		%	11,8%	15,7%	72,4%	100,0%
	Femenino	Recuento	10	19	102	131
		%	7,6%	14,5%	77,9%	100,0%
total		Recuento	25	39	194	258
		%	9,7%	15,1%	75,2%	100,0%

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 5. Nivel de percepción de alimentación saludable según sexo en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.



Fuente: Ficha de recolección de datos.

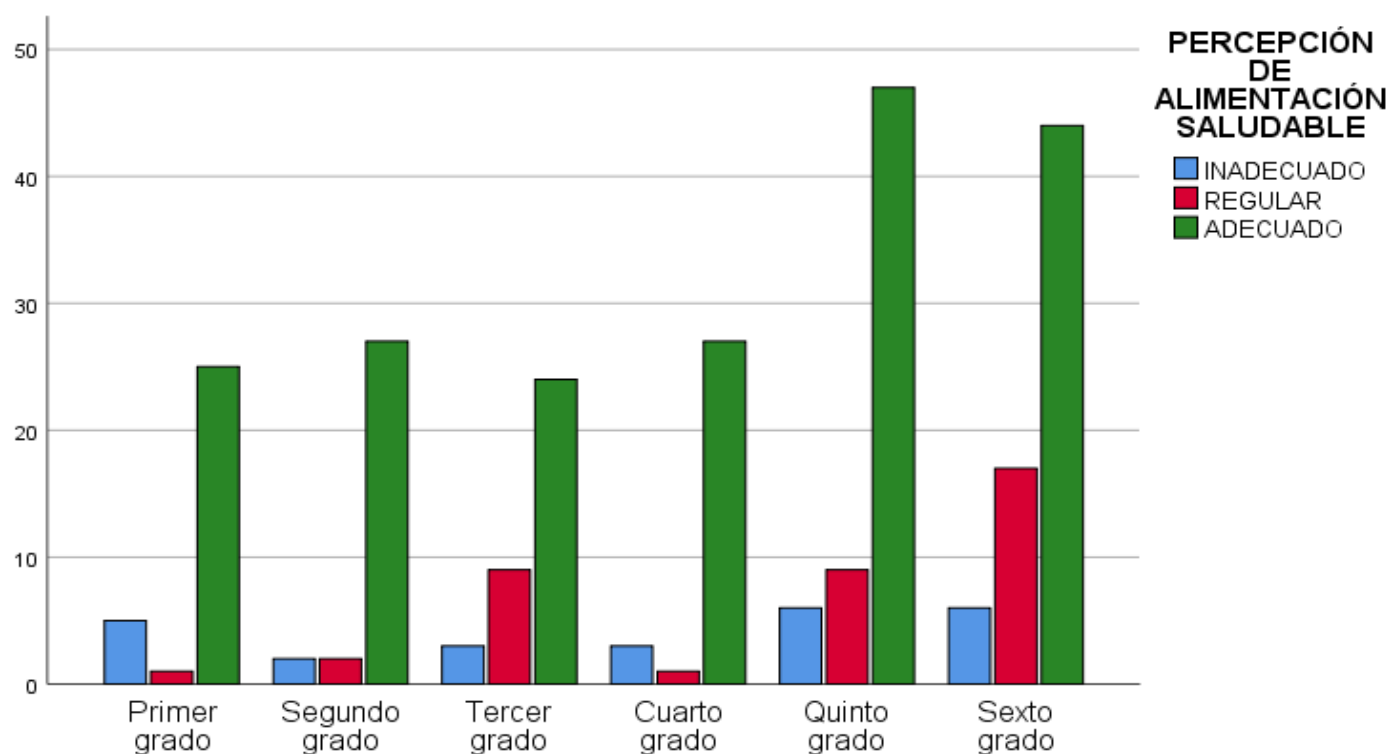
Es definitorio lo observado en la tabla 8 y figura 5 con respecto a la percepción de alimentación saludable en el nivel adecuado donde se ubica la mayor frecuencia de la población siendo el sexo femenino mayor al sexo masculino con 77,9% y 72,4%, respectivamente. También, se registra un resultado que muestra que el nivel de percepción regular, el sexo masculino registra un 15,7 %, mientras que, el sexo femenino registra un 14,5% lo que nos muestra que de manera al nivel anterior hay una ligera diferencia. Con respecto al nivel de percepción inadecuado, el sexo femenino con 9,7% presenta una menor proporción con respecto al sexo masculino con 11,8%.

Tabla 9. Nivel de percepción de alimentación saludable según grado de estudios en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

		Inadecuado	Regular	Adecuado	Total	
Grado de estudios	Primer grado	Recuento	5	1	25	31
		%	16,1%	3,2%	80,6%	100,0%
	Segundo grado	Recuento	2	2	27	31
		%	6,5%	6,5%	87,1%	100,0%
	Tercer grado	Recuento	3	9	24	36
		%	8,3%	25,0%	66,7%	100,0%
	Cuarto grado	Recuento	3	1	27	31
		%	9,7%	3,2%	87,1%	100,0%
	Quinto grado	Recuento	6	9	47	62
		%	9,7%	14,5%	75,8%	100,0%
	Sexto grado	Recuento	6	17	44	67
		%	9,0%	25,4%	65,7%	100,0%
Total		Recuento	25	39	194	258
		%	9,7%	15,1%	75,2%	100,0%

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 6. Nivel de percepción de alimentación saludable según grado de estudios en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.



Fuente: Ficha de recolección de datos.

En la tabla 9 y figura 6 observamos una mayor frecuencia en el nivel de percepción adecuado

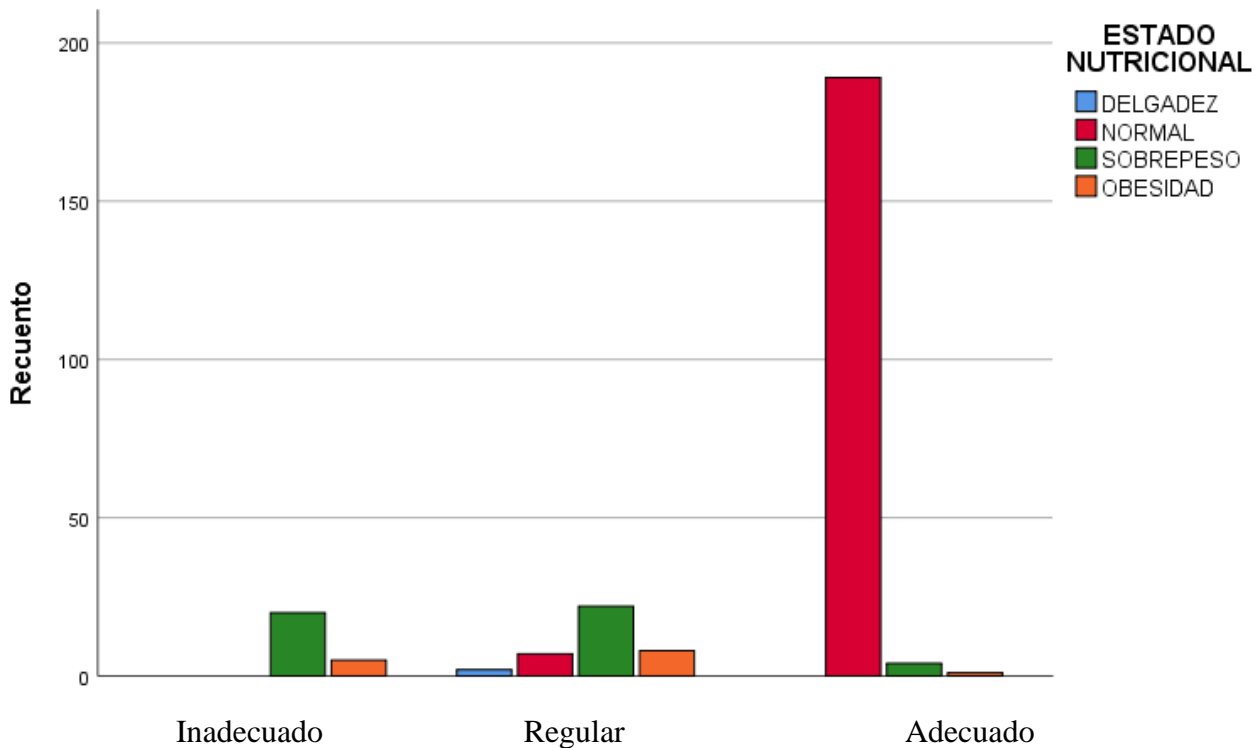
en todos los grados, siendo el primer, segundo y cuarto grado los de mayor porcentaje con 80,6%, 87,1% y 87,1%, respectivamente, y el sexto grado con 65,7% el de menor frecuencia. Además, se observa que el sexto grado posee la frecuencia más alta en el nivel de percepción regular con un 25,3% y primer y cuarto grado con una menor frecuencia con un 3,2%. Por último, se observa frecuencias inferiores al 20% de nivel de percepción inadecuado en todos los grados siendo los de primer y segundo grado los de mayor y menor incidencia con 16,1% y 6,5%, respectivamente.

Tabla 10. Relación entre estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción de alimentación saludable en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

		Estado nutricional					
			Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad	Total
Percepción de alimentación saludable	Inadecuado	Recuento	0	0	20	5	25
		%	0,0%	0,0%	80,0%	20,0%	100,0%
	Regular	Recuento	2	7	22	8	39
		%	5,1%	17,9%	56,4%	20,5%	100,0%
	Adecuado	Recuento	0	189	4	1	194
		%	0,0%	97,4%	2,1%	0,5%	100,0%
Total	Recuento	2	196	46	14	258	
	%	0,8%	76,0%	17,8%	5,4%	100,0%	

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 7. Relación entre estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción de alimentación saludable en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023



Fuente: Ficha de recolección de datos.

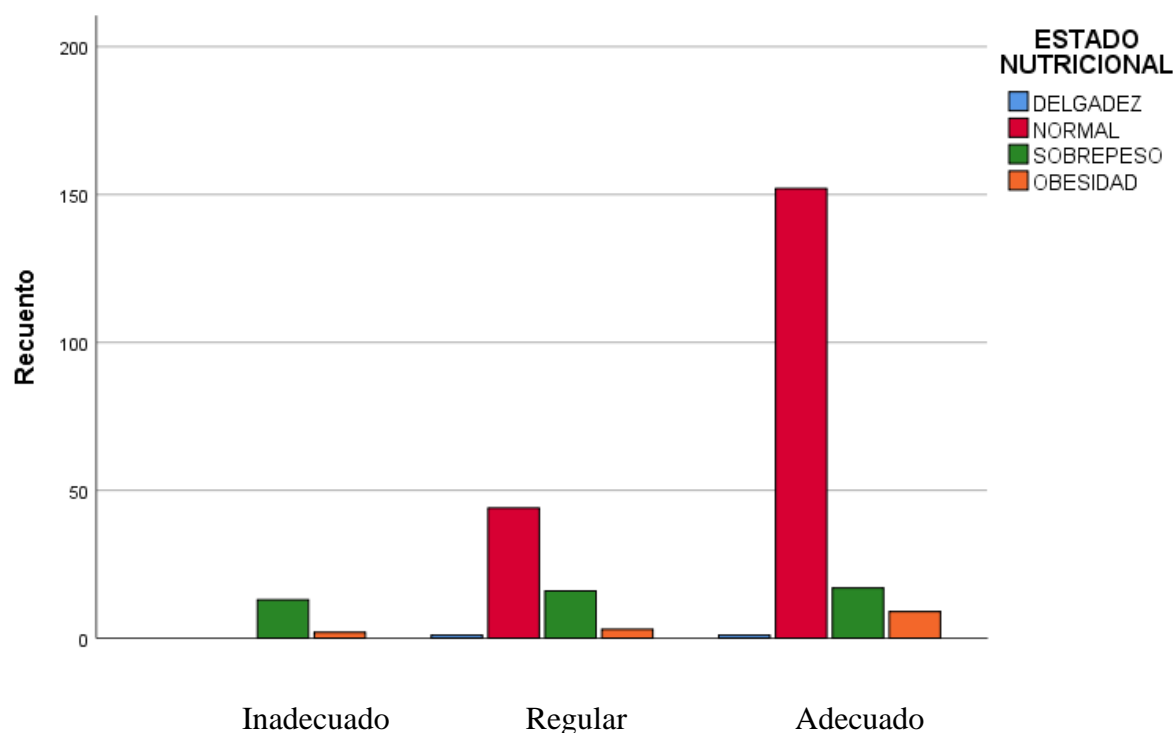
En la tabla 10 y figura 7 observamos una mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentación saludable inadecuado en el diagnóstico de sobrepeso con un 80% y una menor frecuencia en el diagnóstico de delgadez y normal con 0%. La mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentación saludable regular se ubica en el estado nutricional de obesidad con un 56,4% y la menor frecuencia en delgadez con 5,1%. En cuanto a la mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentación saludable adecuado se observa que se ubica el diagnóstico normal con un 97,4% y la menor frecuencia se ubica en el diagnóstico nutricional delgadez con 0%.

Tabla 11. Relación entre la percepción de concepto de alimentación saludable y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

		Estado nutricional					Total
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Percepción del concepto de alimentación saludable	Inadecuado	Recuento	0	0	13	2	15
		%	0,0%	0,0%	86,7%	13,3%	100,0%
	Regular	Recuento	1	44	16	3	64
		%	1,6%	68,8%	25,0%	4,7%	100,0%
	Adecuado	Recuento	1	152	17	9	179
		%	0,6%	84,9%	9,5%	5,0%	100,0%
Total	Recuento	2	196	46	14	258	
	%	0,8%	76,0%	17,8%	5,4%	100,0%	

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 8. Relación entre la percepción de concepto de alimentación saludable y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.



Fuente: Ficha de recolección de datos.

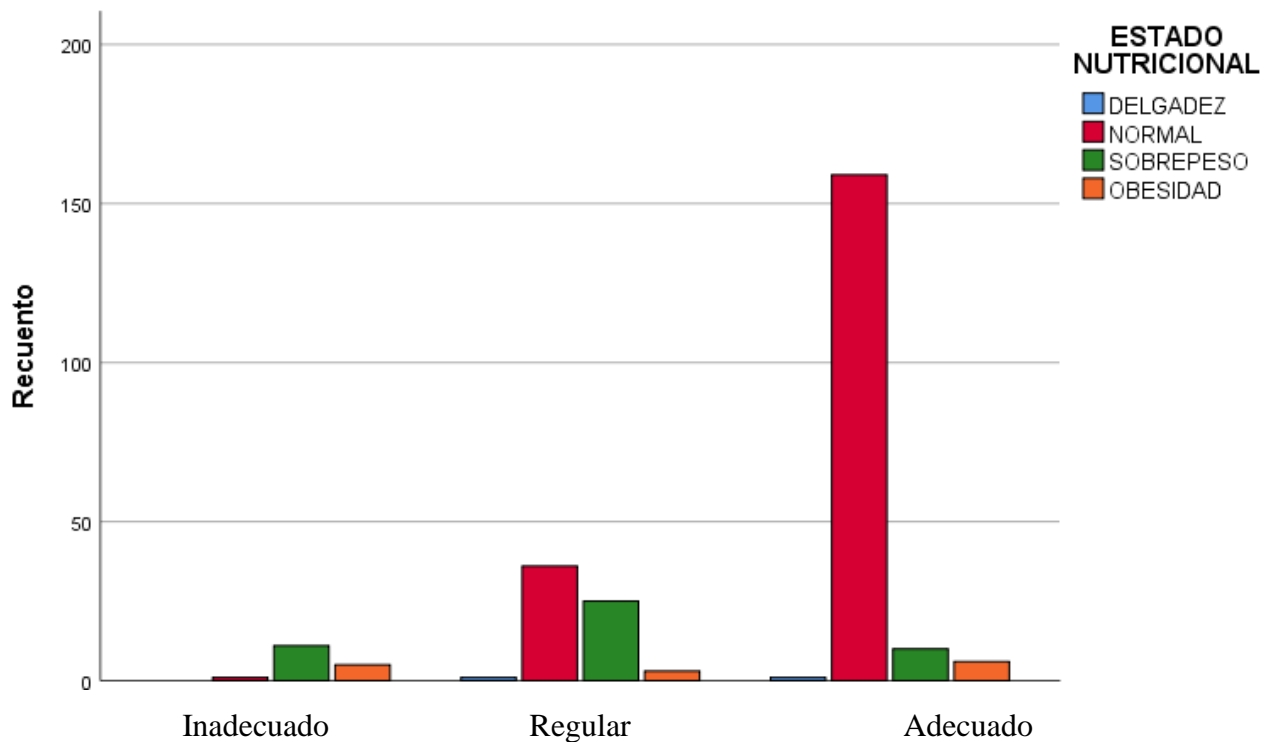
En la tabla 11 y figura 8 observamos una mayor frecuencia en el nivel de percepción inadecuado, en el estado nutricional de sobrepeso con un 86,7% y una menor frecuencia en el diagnóstico nutricional delgadez y normal con 0%. La mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentación saludable regular se ubica en el diagnóstico nutricional de obesidad con un 68,8% y la menor frecuencia en delgadez con 1,6%. En cuanto a la mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentación saludable adecuado se observa que se ubica el diagnóstico nutricional normal con un 84,9% y la menor frecuencia se ubica el diagnóstico nutricional delgadez con 0,6%.

Tabla 12. Relación entre la percepción de alimentos saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

		Estado nutricional					
			Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad	Total
Percepción de alimentos saludables	Inadecuado	Recuento	0	1	11	5	17
		%	0,0%	5,9%	64,7%	29,4%	100,0%
	Regular	Recuento	1	36	25	3	65
		%	1,5%	55,4%	38,5%	4,6%	100,0%
	Adecuado	Recuento	1	159	10	6	176
		%	0,6%	90,3%	5,7%	3,4%	100,0%
Total	Recuento	2	196	46	14	258	
	%	0,8%	76,0%	17,8%	5,4%	100,0%	

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 9. Relación entre la percepción de alimentos saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.



Fuente: Ficha de recolección de datos.

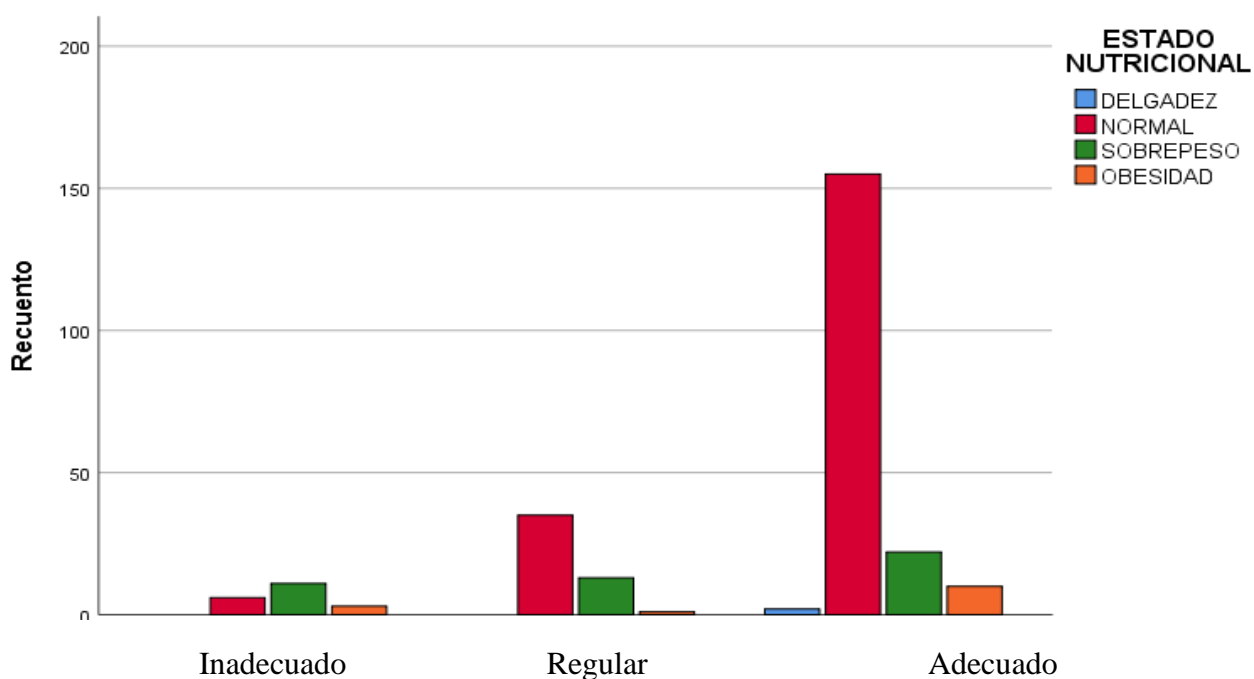
En la tabla 12 y figura 9 observamos una mayor frecuencia en el nivel de percepción inadecuado el diagnóstico nutricional de sobrepeso con un 64,7% y una menor frecuencia en el diagnóstico nutricional delgadez y normal con 0% y 5,9%, respectivamente. La mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentación saludable regular se ubica el diagnóstico nutricional normal con un 55,4% y la menor frecuencia en delgadez con 1,5%. En cuanto a la mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentación saludable adecuado se observa que se ubica el diagnóstico nutricional normal con un 90,3% y la menor frecuencia se ubica el diagnóstico nutricional delgadez con 0,6%.

Tabla 13. Relación entre la percepción de la importancia del desayuno y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

		Estado nutricional				Total	
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Percepción de la importancia del desayuno	Inadecuado	Recuento	0	6	11	3	20
		%	0,0%	30,0%	55,0%	15,0%	100,0%
	Regular	Recuento	0	35	13	1	49
		%	0,0%	71,4%	26,5%	2,0%	100,0%
	Adecuado	Recuento	2	155	22	10	189
		%	1,1%	82,0%	11,6%	5,3%	100,0%
Total	Recuento	2	196	46	14	258	
	%	0,8%	76,0%	17,8%	5,4%	100,0%	

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 10. Relación entre la percepción de la importancia del desayuno y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.



Fuente: Ficha de recolección de datos.

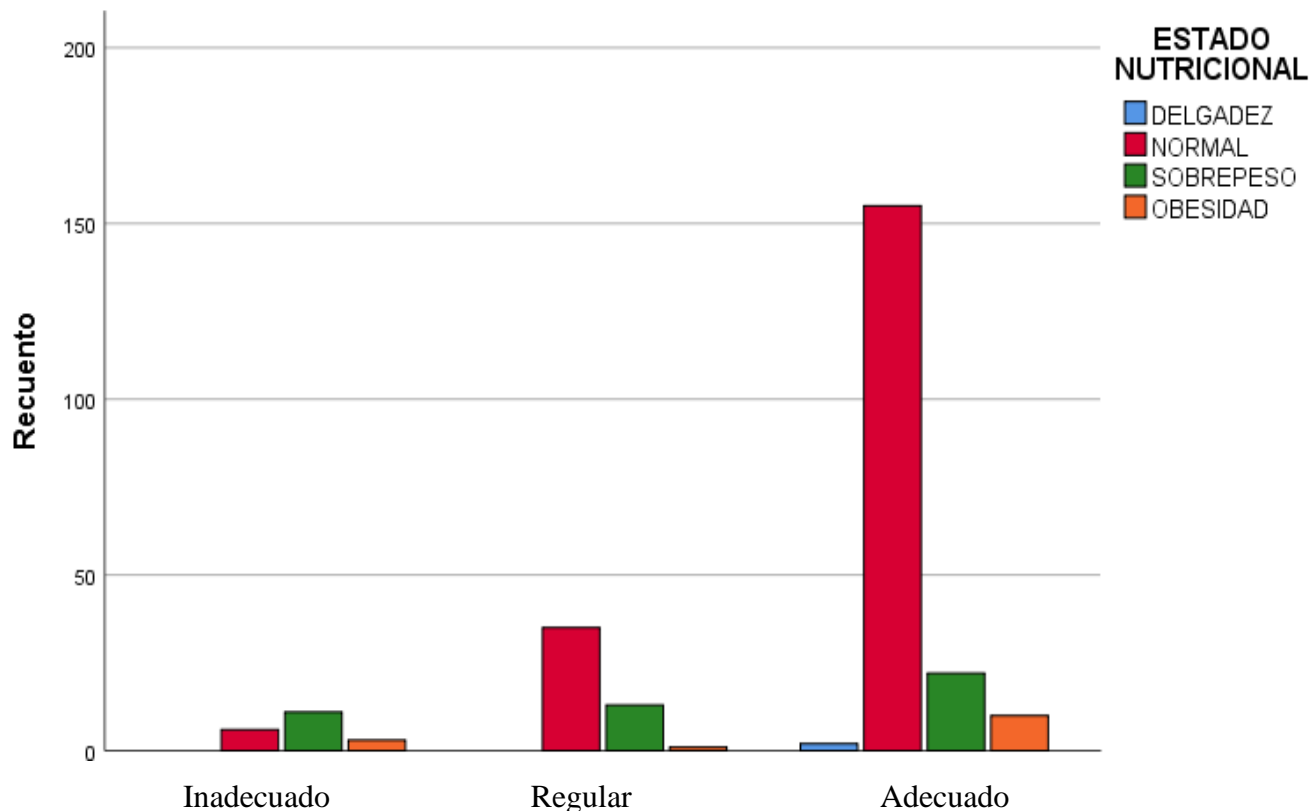
En la tabla 13 y figura 10 observamos una mayor frecuencia en el nivel de percepción de la importancia del desayuno inadecuado y el diagnóstico nutricional de sobrepeso con un 55% y una menor frecuencia en el estado nutricional delgadez y obesidad con 0% y 15%. La mayor frecuencia en el nivel de percepción de la importancia del desayuno regular se ubica el diagnóstico nutricional normal con un 71,4% y la menor frecuencia en delgadez con 0%. En cuanto a la mayor frecuencia en el nivel de percepción de la importancia del desayuno adecuado se observa que se ubica el diagnóstico nutricional normal con un 82% y la menor frecuencia se ubica el diagnóstico nutricional delgadez con 1,1%.

Tabla 14. Relación entre la percepción de bebidas saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

		Estado nutricional					
			Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad	Total
Percepción de bebidas saludables	Inadecuado	Recuento	0	6	11	3	20
		%	0,0%	30,0%	55,0%	15,0%	100,0%
	Regular	Recuento	0	35	13	1	49
		%	0,0%	71,4%	26,5%	2,0%	100,0%
	Adecuado	Recuento	2	155	22	10	189
		%	1,1%	82,0%	11,6%	5,3%	100,0%
Total	Recuento	2	196	46	14	258	
	%	0,8%	76,0%	17,8%	5,4%	100,0%	

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 11. Relación entre la percepción de bebidas saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.



Fuente: Ficha de recolección de datos.

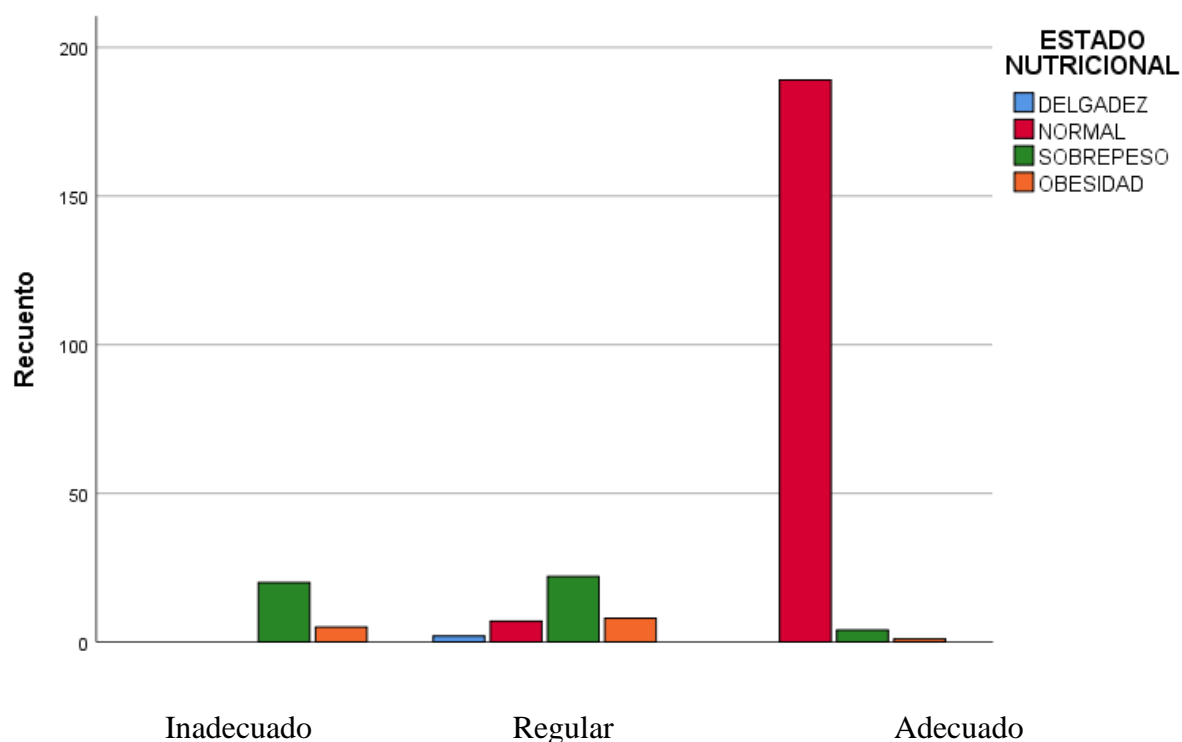
En la tabla 14 y figura 11 observamos una mayor frecuencia en el nivel de percepción de bebidas saludables inadecuado el diagnóstico nutricional de sobrepeso con un 55% y una menor frecuencia en el diagnóstico nutricional delgadez y obesidad con 0% y 15%. La mayor frecuencia en el nivel de percepción de bebidas saludables regular se ubica el diagnóstico nutricional normal con un 71,4% y la menor frecuencia en delgadez con 0%. En cuanto a la mayor frecuencia en el nivel de percepción de bebidas saludables adecuado se observa que se ubica el diagnóstico nutricional normal con un 82% y la menor frecuencia se ubica el diagnóstico nutricional delgadez con 1,1%.

Tabla 15. Relación entre la percepción de alimentos no saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.

		Estado nutricional					Total
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Percepción de alimentos no saludables	Inadecuado	Recuento	0	0	20	5	25
		%	0,0%	0,0%	80,0%	20,0%	100,0%
	Regular	Recuento	2	7	22	8	39
		%	5,1%	17,9%	56,4%	20,5%	100,0%
	Adecuado	Recuento	0	189	4	1	194
		%	0,0%	97,4%	2,1%	0,5%	100,0%
Total	Recuento	2	196	46	14	258	
	%	0,8%	76,0%	17,8%	5,4%	100,0%	

Fuente: Ficha de recolección de datos.

Figura 12. Relación entre la percepción de alimentos no saludables y estado nutricional (IMC/Edad) en escolares del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.



Fuente: Ficha de recolección de datos.

En la tabla 15 y figura 12 observamos una mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentos no saludables inadecuado el diagnóstico nutricional de sobrepeso con un 80% y una menor frecuencia en el diagnóstico nutricional delgadez y normal con 0%. La mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentos no saludables regular se ubica el diagnóstico nutricional de obesidad con un 56,4% y la menor frecuencia en delgadez con 5,1%. En cuanto a la mayor frecuencia en el nivel de percepción de alimentos no saludables adecuado se observa que se ubica el diagnóstico nutricional normal con un 97,4% y la menor frecuencia se ubica el diagnóstico nutricional delgadez con 0%.

Tabla 16. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de alimentación saludable y estado nutricional.

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	207,831 ^a	6	,000
Razón de verosimilitud	204,461	6	,000
Asociación lineal por lineal	143,225	1	,000
N de casos válidos	258		

Fuente: Ficha de recolección de datos.

La significancia de la prueba chi-cuadrado de Pearson es $0.00 < 0.05$, lo que indica que entre el estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción de alimentación saludable hay una asociación significativa.

Tabla 17. Prueba de chi-cuadrado: Percepción del concepto de alimentación saludable y estado nutricional.

	Valor	Df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	64,983 ^a	6	,000
Razón de verosimilitud	57,666	6	,000
Asociación lineal por lineal	28,242	1	,000
N de casos válidos	258		

Fuente: Ficha de recolección de datos.

La significancia de la prueba chi-cuadrado de Pearson es $0.00 < 0.05$, lo que indica que entre el estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción del concepto de alimentación saludable hay una asociación significativa.

Tabla 18. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de alimentos saludables y estado nutricional.

	Valor	Df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	90,580 ^a	6	,000
Razón de verosimilitud	82,256	6	,000
Asociación lineal por lineal	63,471	1	,000
N de casos válidos	258		

Fuente: Ficha de recolección de datos.

La significancia de la prueba chi-cuadrado de Pearson es $0.00 < 0.05$, lo que indica que entre el estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción de alimentos saludables hay una asociación significativa.

Tabla 19. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de la importancia del desayuno y estado nutricional.

	Valor	Df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	33,394 ^a	6	,000
Razón de verosimilitud	29,498	6	,000
Asociación lineal por lineal	18,192	1	,000
N de casos válidos	258		

Fuente: Ficha de recolección de datos.

La significancia de la prueba chi-cuadrado de Pearson es $0.00 < 0.05$, lo que indica que entre el estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción de la importancia del desayuno hay una asociación significativa.

Tabla 20. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de bebidas saludables y estado nutricional.

	Valor	Df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	33,394 ^a	6	,000
Razón de verosimilitud	29,498	6	,000
Asociación lineal por lineal	18,192	1	,000
N de casos válidos	258		

Fuente: Ficha de recolección de datos.

La significancia de la prueba chi-cuadrado de Pearson es $0.00 < 0.05$, lo que indica que entre el estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción de bebidas saludables hay una asociación significativa.

Tabla 21. Prueba de chi-cuadrado: Percepción de alimentos no saludables y estado nutricional.

	Valor	Df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	207,831 ^a	6	,000
Razón de verosimilitud	204,461	6	,000
Asociación lineal por lineal	143,225	1	,000
N de casos válidos	258		

Fuente: Ficha de recolección de datos.

La significancia de la prueba chi-cuadrado de Pearson es $0.00 < 0.05$, lo que indica que entre el estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción de alimentos no saludables hay una asociación significativa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El sobrepeso se incrementó drásticamente en la población de 5 a 19 años a nivel mundial del 8% en 1990 a 22% el 2022, convirtiéndose en interés de salud pública ya que es un factor causal de enfermedades crónicas no transmisibles. La percepción de alimentación influye en la salud de la población por que indica como un individuo interpreta y el concepto que tiene sobre alimentación saludable.

Por ese motivo este estudio se ha orientado a relacionar las variables de percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en escolares de una Institución Educativa pública, Huayucachi, 2023, utilizando para recoger la información de la variable percepción de alimentación saludable a una encuesta de elaboración propia que contiene 10 preguntas y para recoger información sobre el estado nutricional fue según índice de masa corporal para la edad (IMC/E).

Los resultados del estudio muestran que los escolares de primero a sexto grado del nivel primaria, en su mayoría, tienen un diagnóstico nutricional normal según el indicador IMC/Edad, el 76,0 por ciento. Los porcentajes de sobrepeso y obesidad fueron de 17,8% y 5,4%. Resultados similares también se obtuvieron en la tesis de Sáenz B, donde el 70,5% de los escolares evaluados presentaba un diagnóstico nutricional normal, el 20,9% presentaba sobrepeso y finalmente el 8,6% obesidad.

En cuanto al estado nutricional según el sexo, este estudio menciona que hay más hombres con obesidad (9,4%) que mujeres (1,5%), lo cual es similar al estudio de Ochoa (2017), que encontró que la obesidad masculina (13,7%) era ligeramente superior a la femenina (4,1%). Sin embargo, es interesante notar que, en cuanto al sobrepeso y el diagnóstico nutricional normal, las mujeres tienen un menor porcentaje (7,6% y 22,9%, respectivamente) que los hombres (12,7% y 37,8%, respectivamente).

En cuanto al estado nutricional de los escolares según el grado, se observa que más de 50 % de

ello tienen un nivel de alimentación normal. Los porcentajes fueron más altos en primer, segundo y cuarto grado con 80,6%, 87,1% y 87,1%, respectivamente. Por otro lado, Magallanes (2018) menciona que menos de 30% de las personas evaluadas tienen una alimentación normal en todas las categorías. 20,7% (n=18) de los artículos aludieron a resultados adicionales, que se reportan en este apartado; muchos de adolescentes participantes de los diferentes estudios, presentaban problemas de exceso de peso o delgadez por su estilo de vida poco saludable; de esta forma, las actividades deportivas, las buenas prácticas de descanso y sueño son más frecuentes entre los jóvenes con un IMC normal, comparado con los que tenían sobrepeso/obesidad

En cuanto a la relación entre la percepción de alimentación saludable se pudo apreciar que un 75.19% de los escolares tiene un nivel de percepción adecuado, un 15,12% regular y un 9,69% corresponde a un nivel de percepción inadecuado, en la significancia de la prueba chi-cuadrado de Pearson entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional es ($p < 0.00 < 0.05$) este resultado se asemeja al estudio de Senz B, Miguel E. donde evidencia que la percepción de alimentación saludable demuestra que el 52.5% de los escolares tiene un nivel de percepción regular, un 37.4% presenta un nivel de percepción adecuado y se evidencia un nivel percepción inadecuado de 10.1%. Este estudio concluye que existe una relación significativa entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional ($p < 0.05$).

En cuanto a la percepción de importancia del desayuno. La mayor frecuencia en el nivel de percepción de la importancia del desayuno regular se ubica el diagnóstico nutricional normal con un 71,4% y la menor frecuencia en delgadez con 0%. Lo cual se asemeja al estudio de Solís M. que encontró como resultado el 98,3% de adolescente perciben que es importante la ingesta del desayuno todos los días su estudio concluye que sí hay relación estadísticamente significativa entre el estado nutricional y la percepción que tienen los adolescentes de colegios

públicos de la ciudad de Arequipa sobre la importancia del desayuno familiar.

En cuanto a la percepción de alimentos saludables y estado nutricional según (IMC/E) la significancia de la prueba chi-cuadrado de Pearson es $0.00 < 0.05$, lo que indica que hay una asociación significativa este resultado se asemeja a el estudio de Zúñiga L y Panduro S que en sus resultados con respecto a los hábitos alimentarios, se identificó una alta prevalencia de los estudiantes que muestran hábitos alimentarios saludables y un bajo porcentaje de hábitos alimentarios no saludables. La investigación concluye que existe relación estadística altamente significativa entre la variable del estado nutricional y las variables hábitos alimentarios ($p < 0,01 - p\text{-valor} = 0,001$).

En cuanto a el estado nutricional (IMC/Edad) y la percepción del concepto de alimentación saludable hay una asociación significativa. La significancia de la prueba chi-cuadrado de Pearson es $0.00 < 0.05$, estos resultados se asemejan al estudio de Sáenz B, que como resultado concluye que existe una relación significativa entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional ($p < 0.05$).

En cuanto a la percepción de bebidas saludables y estado nutricional de nuestra población observamos una mayor frecuencia en el nivel de percepción de bebidas saludables inadecuado el diagnóstico nutricional de sobrepeso con un 55% este resultado se asemeja a Fajardo A et al que concluye Con respecto a la elección de las bebidas, buena parte de la población de estudio eligió gaseosas y té embotellado.

CONCLUSIONES

- a) Existe una relación significativa entre las variables percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa pública, Huayucachi, 2023. Se evidencia un valor de 0.00 en la prueba de chi-cuadrado de Pearson, siendo menor al valor de significancia recomendado (0.05).
- b) Existe una relación significativa entre las dimensiones de la variable percepción de alimentación saludable: percepción del concepto de alimentación saludable, percepción de alimentos saludables, percepción de la importancia del desayuno, percepción de bebidas saludables, percepción de alimentos no saludables y la variable estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa pública, Huayucachi, 2023. Se evidencia un valor de 0.00 en la prueba de chi-cuadrado de Pearson, siendo menor al valor de significancia recomendado (0.05).
- c) Los resultados del presente estudio manifiestan que el sobrepeso y la obesidad afectaron al 24,8% de los estudiantes del nivel primaria, obteniendo porcentajes de 15,1% y 9,7% para aquellos estudiantes que presentaron sobrepeso y obesidad, respectivamente.
- d) Se puede demostrar que el nivel de percepción de alimentación saludable de mayor porcentaje es el nivel de percepción adecuado (75,2%), donde se encuentra una diferencia en el nivel de percepción de acuerdo al sexo, siendo el sexo femenino mayor al sexo masculino con 77,9% y 72,4%, respectivamente.

RECOMENDACIONES

- a) Según los resultados obtenidos se recomienda trabajar con un enfoque multidisciplinario involucrando de entidades como: municipios, centro de salud, institución educativa, familias y comunidad docente para promover y fortalecer la adopción de hábitos alimentarios saludables usando como patrón la ley N°30021.
- b) Según los resultados obtenidos es necesario impulsar la ley de promoción de alimentación saludable en las escuelas, promoviendo la enseñanza de la alimentación saludable que debe ser incorporado en el currículo nacional de educación básica regular y de la educación no escolarizada como menciona en el artículo 4 de la ley N° 30021.
- c) Se sugiere para estudios siguientes abordar niños en etapa escolar, pertenecientes a otras instituciones para obtener un enfoque más global sobre la percepción de alimentación saludable y estado nutricional en la población Escolar de Junín.
- d) La prevención de la malnutrición infantil es parte del programa de salud pública. Se debe impulsar que en las instituciones se incluyan filtros formales para garantizar exclusivamente el consumo de alimentos y bebidas con alto valor nutritivo, desde el hogar, kioscos y los comedores escolares, así como recomienda el ministerio de salud basados en las normativas vigentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1) Organización Mundial de la Salud. Obesidad y Sobrepeso [Internet]; 2021. [citado el 18 de setiembre del 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- 2) Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), Organización Panamericana de la Salud (OPS). Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional [Internet]. OMS; 2016. [Citado el 18 de setiembre del 2021]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=12911:overweight-affects-half-population-latin-america&Itemid=1926&lang=es
- 3) Instituto Nacional de Salud. Informe técnico de la Vigilancia Alimentaria y Nutricional por Etapas de Vida: Niños 2017-2018 Lima; 2018. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/5800474/5146110-informe-tecnico-situacion-del-sobrepeso-y-obesidad-en-marco-observatorio-2023.pdf>
- 4) Distrito.pe. [Online].; 2022 [cited 2022 febrero 12. Available from: <https://www.distrito.pe/distrito-huayucachi.html>.
- 5) Saenz B, Miguel. Percepción de alimentación saludable y su relación con el estado Nutricional en los escolares de la I.E. Micaela Bastidas, Lince -2019. UNFV. Editor. Lima. Disponible en; https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/5499/UNFV_FMHU_Saenz_Benites_Miguel_Enrique_Titulo_profesional_2021.pdf
- 6) Magallanes P en: . Percepción de alimentación saludable e índice de masa corporal en

- adolescentes de un colegio público, Lince-2017 [UNF, Villarreal] editor. Lima: [Tesis de pregrado]; 2018. Disponible <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/1838>
- 7) Solis M. Percepción y consumo del desayuno familiar y su relación con el estado nutricional de los adolescentes de colegios públicos de la ciudad de Arequipa 2016 Arequipa [dIUNdSAd], editor. Arequipa: [Tesis de maestría]; 2018. Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/1141dc46-8603-4462-b3ab-6afd49055665/content>
 - 8) Aymar R. Estado nutricional su relación con hábitos alimenticios y actividad física en escolares de 8 a 11 años. I.E.E. N°111 San José de Artesanos. Lima, primer semestre, 2017. Porras USMd, editor. Lima: [Tesis de grado]; 2017.
 - 9) Zúñiga L Panduro S. Hábitos alimentarios, actividad física, rendimiento académico y el estado nutricional en estudiantes del Colegio el Milagro, San Juan Bautista, 2017 peruana UNdIA, editor. Iquitos: [tesis de grado]; 2018.
 - 10) Alfonso K. Percepción de alimentación saludable y prácticas alimentarias en población adolescente. Revisión sistemática de literatura Javeriana RIPSU, editor. Bogotá: [Tesis de pregrado]; 2019.
 - 11) Fajardo A, Martínez C, Moreno Z, Villaveces M y Céspedes J. Percepción sobre alimentación saludable en cuatro instituciones escolares. Rev Colomb Cardiol. 2019 noviembre; 27(1).
 - 12) González M, et al. Estado nutricional, prácticas y percepciones sobre alimentación y actividad física en familias de comunidades suburbanas de San Luis Potosí, México. Revista Salud Pública y Nutrición. 2019 julio - setiembre; 18(3).
 - 13) Carrion T. Hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares de la parroquia Quinara del cantón Loja, periodo septiembre 2015-junio 2016 Loja UNd, editor. Loja:

- [tesis de grado]; 2017.
- 14) Ochoa et al. Hábitos alimentarios, su relación con el estado nutricional en escolares de la ciudad de Azogues. Revista Ciencias Médicas de Pinar del Río. 2017 noviembre - diciembre; 21(6).
 - 15) Oviedo G. La definición del concepto de percepción en psicología con base en la teoría Gestalt. Revista de Estudios Sociales. 2004 agosto; 1(18).
 - 16) Lanche D. Estudio de las funciones cognitivas según los hábitos de lectura, de los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Bernardo Valdivieso, periodo 2015-2016 Loja] [Nd, editor. Loja: [Tesis de pregrado]; 2017.
 - 17) Goldstein E. Sensación y percepción. : Ediciones Paraninfo S.A.; 2005.
 - 18) Condori C. Percepción y actitud hacia la elaboración de tesis en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal – 2019 Villarreal RdUNF, editor. Lima: [Tesis de grado]; 2020.
 - 19) Valencia Z. Percepción de los estudiantes de Enfermería sobre el trato del docente durante sus Prácticas Clínicas, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas-2014 Amazonas UNTRdMd, editor. Chachapoyas: [Tesis de pregrado]; 2016.
 - 20) Zepeda F. Introducción a la Psicología Una Visión Científico Humanística. Tercera ed. Figueroa LG, editor. Naucalpan Juarez, Estado de México: Camara Nacional de la Industria Editorial Mexicana; 2008.
 - 21) Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes. N°30021, 494937, (17 de mayo 2013). El peruano.pe [cited 2022 febrero 12. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/congreso-de-la-republica/normas-legales/118470-30021>

- 22) Gill A. Tratado de Nutrición. 3rd ed. España: Editorial Médica Panamericana; 2017.
- 23) Mataix Verdú J. Nutrición y Alimentación Humana: situaciones fisiológicas y patológicas. 2nd ed. Mataix Verdú J, editor. Madrid: Editorial Océano-Ergon; 2015.
- 24) Cruz R, Herrera T. Procedimientos Clínicos para la Atención en Hospitalización y Consulta 1st ed. Lima: Fondo Editorial IIDENUT Instituto de Investigación para el Desarrollo de la Nutriología; 2014.
- 25) Goh EK, Kim OY, Yoon SR, Jeon HJ. Timing of Adiposity Rebound and Determinants of Early Adiposity Rebound in Korean Infants and Children Based on Data from the National Health Insurance Service. *Nutrients*. 2022 Feb 22;14. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35267902/>
- 26) Organización Mundial de la salud. Datos de referencia de crecimiento durante 5 a 19 años : Página web oficial de la WHO; 2022. Disponible en: <https://www.who.int/tools/growth-reference-data-for-5to19-years/indicators/bmi-for-age>
- 27) Kruizenga H et al. Screening of nutritional in The Netherlands. *Clinical Nutrition*. 2003 abril; 22(2).
- 28) Ministerio de salud. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente, Lima Instituto Nacional de Salud; 2015. Perú. Disponible en: <https://alimentacionsaludable.ins.gob.pe/sites/default/files/2017-02/GuiaAntropometricaAdolescentes.pdf>
- 29) Luna J,HA,RA,CM. Estado nutricional y neurodesarrollo en la primera infancia. *Rev*

- Cubana Salud Pública. 2018 marzo; 44(4).
- 30) Ñaupas H . Metodología de la investigación. 5th ed. Colombia: Ediciones de la U; 2018.
 - 31) Sánchez H . Metodología y diseños en la investigación científica. 5th ed. Perú: Editado por Business Support Aneth S.R.L; 2017.
 - 32) Hernández R Mendoza C. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta México: Editorial McGraw Hill; 2018.
 - 33) Investigación UPIAVd. Reglamento General de investigación de la Universidad Peruana los Andes. Resolución N° 1769-2019-CU-Vrinv Perú: Universidad Peruana los Andes; 2019.

A N E X O S

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESCOLARES EN UNA I. E., 2023

Formulación Del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables Y Metodología		
<p style="text-align: center;">Problema General</p> <p>¿Existe relación entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023?</p> <p style="text-align: center;">Problemas específicos</p> <p>a) ¿Existe relación entre la percepción del concepto de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?</p> <p>b) ¿Existe relación entre la percepción de alimentos saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?</p> <p>c) ¿Existe relación entre la percepción de la importancia del desayuno y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?</p> <p>d) ¿Existe relación entre la percepción de bebidas saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?</p> <p>e) ¿Existe relación entre la percepción de alimentos no saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023?</p>	<p style="text-align: center;">Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2023.</p> <p style="text-align: center;">Objetivos Específicos</p> <p>a) Determinar la relación entre la percepción del concepto de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>b) Determinar la relación entre la percepción de alimentos saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>c) Determinar la relación entre la percepción de la importancia del desayuno y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>d) Determinar la relación entre la percepción de bebidas saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>e) Determinar la relación entre la percepción de alimentos no saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p>	<p style="text-align: center;">Hipótesis General</p> <p>H₁ = Existe una relación significativa entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>H₀ = No Existe una relación significativa entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p style="text-align: center;">Hipótesis Específicas</p> <p>a) H₁ = Existe una relación significativa entre la percepción del concepto de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>H₀ = No existe una relación significativa entre la percepción del concepto de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>b) H₁ = Existe una relación significativa entre la percepción de alimentos saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>H₀ = No existe una relación significativa entre la percepción de alimentos saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p>	<p style="text-align: center;">Variables</p> <p>Variable 1: Percepción de Alimentación Saludable</p> <p>Variable 2: Estado nutricional</p>	<p style="text-align: center;">Técnicas e instrumentos de recolección de datos</p> <p>La técnica utilizada para la recolección de datos de la primera variable, percepción de alimentación saludable, fue la Encuesta y el instrumento, el cuestionario de Elaboración Propia.</p> <p>La técnica utilizada para la recolección de datos de la segunda variable, estado nutricional, fue la técnica antropométrica y los instrumentos utilizados fueron un tallímetro de 200cm de alto de 3 cuerpos para medir la talla y una balanza digital SECA para medir el peso.</p>	
			<p style="text-align: center;">Método</p> <p>General: científico Específico: analógico, debido a la descripción del grado de relación interna entre las dos variables</p>		
			<p style="text-align: center;">Tipo y Nivel</p> <p>Básica, Transversal Relacional</p>		
			<p style="text-align: center;">Diseño</p> <p>No experimental - correlacional</p>		
			<p style="text-align: center;">Población y Muestra</p> <p>258 estudiantes Muestra censal</p>		

		<p>c) H1= Existe una relación significativa entre la percepción de la importancia del desayuno y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>H0= No existe una relación significativa entre la percepción de la importancia del desayuno y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>d) H1= Existe una relación significativa entre la percepción de bebidas saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>H0= No existe una relación significativa entre la percepción de bebidas saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>e) H1= Existe una relación significativa entre la percepción de alimentos no saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p> <p>H0= No existe una relación significativa entre la percepción de alimentos no saludables y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública, Huayucachi, 2023.</p>		
--	--	---	--	--

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variables	Definición	Dimensiones	Índice	Items	Tipo de Variable	Valores Finales
Percepción de la alimentación saludable	Constructo subjetivo formado a partir de las experiencias a lo largo de la vida que se han relacionado con la alimentación	Percepción del concepto de alimentación saludable	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 1 y 2	Numérica Ordinal Politómica	Adecuada $\geq 38 - 50$ Regular $\geq 24 - 37$ Inadecuada $10 \leq 23$
		Percepción de alimentos saludables	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 3, 4 y 5	Numérica Ordinal Politómica	
		Percepción de la importancia del desayuno	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 6, 7	Numérica Ordinal Politómica	
		Percepción de bebidas saludables	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 8	Numérica Ordinal Politómica	
		Percepción de alimentos no saludables	Adecuada Regular Inadecuada	Pregunta 9 y 10	Numérica Ordinal Politómica	
Estado nutricional	Situación en la que el individuo se encuentra en relación con la ingesta de alimentos, cómo estos son aprovechados por su organismo y son suficientes para responder al gasto dado por los requerimientos nutricionales para su edad, sexo, estado fisiológico y actividad física.	Peso corporal Talla	Índice de masa corporal/ Edad		Categórica Nominal Politómica	Delgadez Severa (< -3 DE) Delgadez (< -2 a -3 DE) Normal (-2 DE y $+1$ DE) Sobrepeso (> 1 a 2 DE) Obesidad (> 2 DE)

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DEL INSTRUMENTO

VARIABLE	INSTRUMENTO	ITEMS / INDICADORES	ESCALA DE VALORACIÓN POR ÍTEM	ESCALA DE VALORACIÓN GENERAL
Percepción de la alimentación saludable	La técnica Encuesta - instrumento: "Cuestionario de percepción de alimentación saludable"	PREGUNTA 1. Para Ud. alimentación saludable es:		Adecuada $\geq 38 - 50$ Regular $\geq 24 - 37$ Inadecuada $10 \leq 23$
		a) Comer frutas y verduras	4	
		b) No comer dulces, golosinas ni comidas rápidas	3	
		c) Comer alimentos variados que me permitan crecer, tener fuerza y mantener una buena salud.	5	
		d) Comer alimentos suficientes para no tener hambre	2	
		e) Comer alimentos bajos en grasa y pocas harinas	1	
		PREGUNTA 2. ¿Qué es para usted un alimento saludable?		
		a) Alimentos que no tienen grasa	2	
		b) Alimentos que me den energía y me ayudan a crecer y desarrollarme	4	
		c) Alimentos que me ayudan a recuperar un buen estado de salud	3	
		d) Alimentos que me ayudan a bajar de peso	1	
		e) B y C	5	
		PREGUNTA 3. ¿Cuál cree usted es la opción más saludable que se debe comer en el recreo?		
		a) Solo fruta.	4	
		b) Galleta sin relleno (soda, integral, de agua).	3	
		c) Fruta y pan con pollo.	5	
		d) Golosinas (caramelos, chicles, chupetines).	2	
		e) Snacks (chicito, chicharrones, trocitos de chocolate).	1	
		PREGUNTA 4. Para mantener un buen estado de salud debemos:		
		a) Consumir bebidas azucaradas (gaseosas, refrescos artificiales, etc.)	1	
		b) Disminuir el consumo de sal y alimentos grasosos	3	
		c) Incrementar el consumo de frutas y verduras	4	
		d) B y C	5	
e) A y B	2			
PREGUNTA 5. ¿Qué alimentos considera Ud. bueno para la salud?				

	a) Frutas y verduras	2	
	b) Pescado, pollo y carnes bajas en grasa	3	
	c) Menstras y cereales	4	
	d) Productos lácteos bajos en grasa y sus derivados	1	
	e) Todas las anteriores	5	
	PREGUNTA 6. De las siguientes opciones, ¿cuál considera usted que es la comida más importante del día?		
	a) El desayuno	3	
	b) El almuerzo	2	
	c) La cena	1	
	d) El desayuno y el almuerzo	4	
	e) Los tres	5	
	PREGUNTA 7. De las siguientes opciones, marque Ud. ¿cuál cree que sea un desayuno saludable?		
	a) Una taza de té y galletas soda con mantequilla	2	
	b) Una taza de avena o quaquer y pan con mantequilla	4	
	c) Solo un vaso de jugo	1	
	d) Una taza de avena o quaquer, papa con huevo sancochados y una granadilla	5	
	e) Una taza de café y pan con mantequilla	3	
	PREGUNTA 8. Para Ud. la forma más saludable de calmar la sed es beber		
	a) Una gaseosa	2	
	b) Jugo	4	
	c) Un vaso con agua	5	
	d) Bebida energizante (sporade, gatorade, powerade)	3	
	e) Ninguno	1	
	PREGUNTA 9. ¿Qué alimentos considera Ud. dañino para la salud?		
	a) Galletas con relleno (casino, rellenas, blackout, etc.)	3	
	b) Chicito, chicharrones, trocitos de chocolate	5	
	c) Galletas integrales	1	

		d) Galleta sin relleno (soda, de agua, ritz)	2	
		e) Hamburguesa	4	
		PREGUNTA 10. De los siguientes. ¿cuál considera Ud. son los alimentos que nos ayudan a crecer?		
		a) Papa y arroz	3	
		b) Carnes y huevo	4	
		c) Frutas y verduras	2	
		d) Todos	5	
		E) Ninguno	1	
Estado nutricional	Técnica antropométrica - instrumentos utilizados: un tallímetro de 200cm de alto de 3 cuerpos para medir la talla y una balanza digital SECA para medir el peso	Talla		Delgadez Severa (< -3 DE)
		Peso		Delgadez (< -2 a -3 DE)
		IMC (Índice de masa corporal)		Normal (-2 DE y +1 DE)
				Sobrepeso (> 1 a 2 DE)
				Obesidad (> 2 DE)

INSTRUMENTO

ENCUESTA DE PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Lee atentamente cada una de las preguntas y las opciones hasta el final, luego encierre con un círculo la opción que usted crea conveniente.

Nombre y Apellidos: _____ Sexo: _____ Grado y sección: _____

PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

1. Para Ud. alimentación saludable es:

- a) Comer frutas y verduras.
- b) No comer golosinas ni comidas rápidas.
- c) Comer alimentos variados que me permitan crecer, tener fuerza y mantener una buena salud.
- d) Comer alimentos suficientes para no tener hambre.
- e) Comer alimentos bajos en grasa y pocas harinas.

2. ¿Qué es para usted un alimento saludable?

- a) Alimentos que no tienen grasa.
- b) Alimentos que me dan energía y me ayudan a crecer, y desarrollarme.
- c) Alimentos que me ayudan a no enfermarme.
- d) Alimentos que me ayudan a bajar de peso.
- e) B y C.

3. ¿Cuál cree usted que es la opción más saludable que se debe comer en el recreo?

- a) Solo fruta.
- b) Galleta sin relleno (soda, integral, de agua).
- c) Fruta y pan con pollo.
- d) Golosinas (caramelos, chicles, chupetines).
- e) Snacks (chicito, chicharrones, trocitos de chocolate).

4. Para mantener un buen estado de salud debemos:

- a) Consumir bebidas azucaradas (gaseosas, refrescos artificiales, etc.)
- b) Disminuir el consumo de sal y alimentos grasosos
- c) Incrementar el consumo de frutas y verduras
- d) B y C
- e) A y B

5. ¿Qué alimentos considera Ud. bueno para la salud?

- a) Frutas y verduras
- b) Pescado, pollo y carnes bajas en grasa
- c) Menestras y cereales
- d) Productos lácteos bajos en grasa y sus derivados
- e) Todas las anteriores

- 6. De las siguientes opciones, ¿cuál considera usted que es la comida más importante del día?**
- a) El desayuno
 - b) El almuerzo
 - c) La cena
 - d) El desayuno y el almuerzo
 - e) Los tres
- 7. De las siguientes opciones, marque Ud. ¿cuál cree que sea un desayuno saludable?**
- a) a) Una taza de té y galletas soda con mantequilla
 - b) b) Una taza de avena o quaker y pan con mantequilla
 - c) c) Solo un vaso de jugo
 - d) d) Una taza de avena o quaker, papa con huevo sancochados y una granadilla
 - e) e) Una taza de café y pan con mantequilla
- 8. Para Ud. la forma más saludable de calmar la sed es beber:**
- a) a) Una gaseosa
 - b) b) Jugo
 - c) c) Un vaso con agua
 - d) d) Bebida energizante (sporade, gatorade, powerade)
 - e) e) Ninguno
- 9. ¿Qué alimentos considera Ud. dañino para la salud?**
- a) Galletas con relleno (casino, rellenitas, blackout, etc.)
 - b) Chicito, chicharrones, trocitos de chocolate
 - c) Galletas integrales
 - d) Galleta sin relleno (soda, de agua, ritz)
 - e) Hamburguesa
- 10. De los siguientes. ¿cuál considera Ud. son los alimentos que nos ayudan a crecer?**
- a) Papa y arroz
 - b) Carnes y huevo
 - c) Frutas y verduras
 - d) Todos
 - e) Ninguno

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10
1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	1	1	1	4	5	1	2
3	2	3	2	1	1	1	1	2	1	2
4	5	3	3	3	5	5	4	5	4	5
5	2	1	2	4	4	1	2	2	5	2
6	3	1	3	3	1	5	5	3	3	3
7	1	2	1	3	1	1	5	1	2	1
8	2	4	2	2	1	1	2	2	3	2
9	1	1	1	2	1	2	3	1	2	1
10	1	5	1	3	3	5	5	1	3	1
11	1	1	1	3	3	1	1	1	2	1
12	1	5	1	3	1	1	3	1	5	1
13	2	2	2	1	3	1	5	2	2	2
14	2	1	2	4	1	5	2	2	1	2
15	2	3	2	3	3	1	2	2	1	2
16	1	1	2	4	4	2	2	1	4	1
17	1	4	1	2	2	2	2	1	4	1
18	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1
19	2	1	2	3	1	2	2	2	4	2
20	1	1	1	3	5	1	2	1	5	1
21	5	3	5	3	2	5	4	5	5	5
22	5	4	5	3	5	1	4	5	5	5
23	3	4	3	4	1	4	4	3	2	3

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10
22	5	4	5	3	5	1	4	5	5	5
23	3	4	3	4	1	4	4	3	2	3
24	2	1	1	4	1	5	2	3	2	2
25	3	2	1	4	5	5	4	3	5	2
26	3	2	2	4	5	5	1	3	5	2
27										
28										
29										

Escala: ALL VARIABLES

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	26	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	26	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,817	10

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN POR CRITERIO DE JUECES

1. DATOS GENERALES

1.1. Apellidos y nombres del Juez

Calderon Olivos Bella Carmen

1.2. Grado Académico / mención

Licenciada en Nutrición

1.3. DNI / Teléfono y / o celular

73785466 / 902133435

1.4. Cargo e institución donde labora

Nutricionista - GS Urozo del Carmen - 2a tra.

1.5. Autor del Instrumento(s)

Ketsabé Tizón / Juliana Aquino

1.6. Lugar y fecha

10 de julio 2022

2. ASPECTOS DE LA EVALUACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
		1	2	3	4	5
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible.				X	
2. OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					X
4. ORGANIZACIÓN	Presentación ordenada.					X
5. SUFICIENCIA	Comprende aspectos de las variables en cantidad y calidad suficiente.					X
6. PERTINENCIA	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.					X
7. CONSISTENCIA	Permite conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.				X	
8. COHERENCIA	Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.				X	
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación.					X
10. APLICACIÓN	Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.					X

CONTEO DE MARCAS		A	B	C	D	E
(realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)					12	35

CALIFICACIÓN GLOBAL: Coeficiente de validez = $\frac{1 \times A + 2 \times B + 3 \times C + 4 \times D + 5 \times E}{50} = \frac{0 + 0 + 0 + 48 + 170}{50} = 0,94$

3. OPINIÓN DE APLICABILIDAD (Ubique el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado).

CATEGORÍA		INTERVALO
No válido, reformular	<input type="radio"/>	[0,20 - 0,40]
No válido, modificar	<input type="radio"/>	< 0,41 - 0,60]
Válido, mejorar	<input type="radio"/>	< 0,61 - 0,80]
Válido, aplicar	<input checked="" type="radio"/>	< 0,81 - 1,00]

4. RECOMENDACIONES:

Revisar redacción minuciosamente en el presente instrumento.


LIC. BELLA CALDERON OLIVOS
 NUTRICIONISTA
 CNP 6385

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN POR CRITERIO DE JUECES

1. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del Juez
- 1.2. Grado Académico / mención
- 1.3. DNI / Teléfono y / o celular
- 1.4. Cargo e institución donde labora
- 1.5. Autor del instrumento(s)
- 1.6. Lugar y fecha

Villegas Lazo Samuel
 Licenciado en Nutrición
 20914071 / 926702440
 Nutricionista / HDMI el Carmen
 Betsebe Tielles Flores / Julia Aguino Villalva
 Huancayo, 10 de Julio 2022

2. ASPECTOS DE LA EVALUACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA
		1	2	3	4	5
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible.					X
2. OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					X
4. ORGANIZACIÓN	Presentación ordenada.				X	
5. SUFFICIENCIA	Comprende aspectos de las variables en cantidad y calidad suficiente.					X
6. PERTINENCIA	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.					X
7. CONSISTENCIA	Permite conseguir datos basados en teorías o modelos teóricos.					X
8. COHERENCIA	Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.					X
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación.					X
10. APLICACIÓN	Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.					X
CONTEO DE MARCAS (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)		↓	↓	↓	↓	↓
		A	B	C	D	E
					4	45

CALIFICACIÓN GLOBAL: Coeficiente de validez = $\frac{3 \times A + 2 \times B + 1 \times C + 4 \times D + 5 \times E}{50} = \frac{0,98}{1}$

3. **OPINIÓN DE APLICABILIDAD** (Ubique el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado).

CATEGORÍA		INTERVALO
No válido, reformular	<input type="radio"/>	[0,20 – 0,40]
No válido, modificar	<input type="radio"/>	< 0,41 – 0,60]
Válido, mejorar	<input type="radio"/>	< 0,61 – 0,80]
Válido, aplicar	<input checked="" type="radio"/>	< 0,81 – 1,00]

4. RECOMENDACIONES:

El instrumento o encuesta si ayuda a proveer la información de alimentación saludable aunque puede mejorarse en cuanto a un lenguaje más simple que disminuya la repusión en la respuesta

Lic. Luis Samuel Villegas Lazo
 NUTRICIONISTA
 CNP JCE

1. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del Juez : Arroyo Elascano Katherine Lisset
- 1.2. Grado Académico / mención : Magister en Salud Pública
- 1.3. DNI / Teléfono y/o celular : 468 09673 | 964575905
- 1.4. Cargo e institución donde labora : Directora E.O. Nutrición Humana CPLE
- 1.5. Autor del instrumento(s) : Beatriz Treñas Fregoli
- 1.6. Lugar y fecha : Ambato, 10 de Julio 2022

2. ASPECTOS DE LA EVALUACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	BAJA	REGULAR	BUENA	MUY BUENA	
		1	2	3	4	5
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible.			X		
2. OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.			X		
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.		X			
4. ORGANIZACIÓN	Presentación ordenada.			X		
5. SUFICIENCIA	Comprende aspectos de las variables en cantidad y calidad suficiente.			X		
6. PERTINENCIA	Permite conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.		X			
7. CONSISTENCIA	Pretende conseguir datos basado en teorías o modelos teóricos.			X		
8. COHERENCIA	Entre variables, dimensiones, indicadores e ítems.			X		
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación.			X		
10. APLICACIÓN	Los datos permiten un tratamiento estadístico pertinente.			X		
CONTEO TOTAL DE MARCAS (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)		↓ A	↓ B	↓ C	↓ D	↓ E
				6	32	

CALIFICACIÓN GLOBAL: Coeficiente de validez = $\frac{1xA+2xB+3xC+4xD+5xE}{50} = \underline{0,76}$

3. OPINIÓN DE APLICABILIDAD (Ubique el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado).

CATEGORÍA		INTERVALO
No válido, reformular	<input type="radio"/>	[0,20 – 0,40]
No válido, modificar	<input type="radio"/>	<0,41 – 0,60]
Válido, mejorar	<input checked="" type="radio"/>	<0,61 – 0,80]
Válido, aplicar	<input type="radio"/>	<0,81 – 1,00]

4. RECOMENDACIONES:

ORGANIZAR Y ORDENAR LOS ÍTEMES A EVALUAR EN EL
PRESENTE INSTRUMENTO REVISAR SEDEACION.

DIRECTORA DE LA
 D. N. P. NUTRICIÓN HUMANA
 CNP
 Firma del Juez:
M^g Katherine L. Arroyo Elascano
 CNP. 5621

DATA DEL PROCEDIMIENTO DE DATOS

	ID	SEXO	ESTADO NUTRICIONAL	EDAD	GRADO	PERCEPCIÓN	WF
1	1	2	2	6	1	3	
2	2	2	2	7	1	3	
3	3	2	2	6	1	3	
4	4	2	2	6	1	3	
5	5	1	2	6	1	3	
6	6	1	2	7	1	3	
7	7	2	2	6	1	3	
8	8	2	3	6	1	1	
9	9	2	2	6	1	3	
10	10	1	2	6	1	3	
11	11	2	2	6	1	3	
12	12	1	2	6	1	3	
13	13	2	2	6	1	3	
14	14	1	2	6	1	3	
15	15	1	2	7	1	3	
16	16	2	2	6	1	3	
17	17	2	2	6	1	3	
18	18	1	2	6	1	3	
19	19	2	3	7	1	1	
20	20	2	3	7	1	1	
21	21	1	2	6	1	3	
22	22	1	2	6	1	3	
23	23	2	3	7	1	2	
24	24	1	2	6	1	3	
25	25	1	2	6	1	3	
26	26	2	3	6	1	1	
27	27	1	2	6	1	3	
28	28	1	2	6	1	3	
29	29	1	2	6	1	3	
30	30	2	2	6	1	3	
31	31	1	3	6	1	1	
32	32	1	2	7	2	3	
33	33	1	2	8	2	3	
34	34	2	3	7	2	1	
36	36	2	2	7	2	3	
36	36	2	2	8	2	3	
37	37	1	2	8	2	3	
38	38	1	2	7	2	3	
39	39	1	2	7	2	3	
40	40	1	2	7	2	3	
41	41	2	2	7	2	3	
42	42	1	2	8	2	2	
43	43	2	3	7	2	2	
44	44	1	4	7	2	1	
45	45	2	2	6	2	3	
46	46	1	2	7	2	3	
47	47	2	2	7	2	3	
48	48	2	2	8	2	3	
49	49	1	2	7	2	3	
50	50	2	2	7	2	3	
51	51	1	2	7	2	3	
52	52	2	2	7	2	3	
53	53	1	2	7	2	3	
54	54	2	2	8	2	3	
55	55	2	2	7	2	3	
56	56	2	2	7	2	3	
57	57	2	2	7	2	3	
58	58	1	2	7	2	3	
59	59	2	2	7	2	3	
60	60	1	2	7	2	3	
61	61	1	2	7	2	3	
62	62	2	2	7	2	3	
63	63	1	4	8	3	1	

32 : PERCEPCIÓN							
ID	SEXO	ESTADO_NUTRICIONAL	EDAD	GRADO	PERCEPCIÓN	var	
64	1	2	8	3	3		
65	1	2	8	3	3		
66	2	2	8	3	3		
67	2	2	8	3	3		
68	2	2	9	3	3		
69	1	2	8	3	3		
70	2	2	8	3	3		
71	1	3	8	3	1		
72	2	3	8	3	2		
73	1	3	8	3	2		
74	2	2	8	3	3		
75	2	2	9	3	3		
76	1	4	8	3	2		
77	2	2	8	3	3		
78	1	2	9	3	3		
79	2	2	8	3	3		
80	2	2	8	3	3		
81	1	2	8	3	3		
82	2	2	9	3	3		
83	1	2	8	3	3		
84	2	2	9	3	3		
85	2	2	9	3	3		
86	2	3	8	3	2		
87	1	1	8	3	2		
88	2	3	8	3	2		
89	1	3	8	3	2		
90	2	2	9	3	3		
91	1	2	9	3	3		
92	1	2	8	3	3		
93	2	3	9	3	2		
94	1	2	8	3	3		
95	1	4	8	3	2		
96	2	2	8	3	3		
97	1	2	9	3	3		
98	1	3	8	3	1		
99	2	2	10	4	3		
100	2	2	10	4	3		
101	2	2	9	4	3		
102	1	2	10	4	3		
103	1	2	10	4	3		
104	1	2	10	4	3		
105	1	2	9	4	3		
106	1	2	10	4	3		
107	1	2	10	4	3		
108	1	3	10	4	1		
109	2	2	10	4	3		
110	1	2	10	4	3		
111	2	2	10	4	3		
112	2	3	10	4	3		
113	1	2	9	4	2		
114	2	3	9	4	3		
115	1	2	10	4	3		
116	2	2	10	4	3		
117	1	2	10	4	3		
118	2	2	10	4	3		
119	2	2	9	4	3		
120	2	2	10	4	3		
121	2	2	9	4	3		
122	2	2	9	4	3		
123	1	2	9	4	3		
124	2	3	10	4	1		
125	1	2	10	4	3		
126	2	2	10	4	3		

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana							
32 PERCEPCIÓN 3							
ID	SEXO	ESTADO_NUTRICIONAL	EDAD	GRADO	PERCEPCIÓN	var	
127	2	2	9	4	3		
128	2	3	10	4	1		
129	1	2	9	4	3		
130	2	3	10	5	2		
131	2	2	10	5	2		
132	2	3	11	5	3		
133	1	4	10	5	1		
134	1	2	10	5	3		
135	1	2	10	5	3		
136	1	2	11	5	3		
137	1	4	10	5	1		
138	2	3	10	5	3		
139	2	2	11	5	3		
140	2	3	11	5	2		
141	2	2	10	5	3		
142	2	2	10	5	3		
143	1	2	11	5	3		
144	1	2	11	5	3		
145	2	2	10	5	3		
146	1	3	10	5	2		
147	1	3	11	5	2		
148	1	2	11	5	3		
149	1	2	11	5	3		
150	1	2	10	5	3		
151	1	2	11	5	3		
152	2	2	11	5	3		
153	1	2	10	5	3		
154	1	3	11	5	1		
155	2	2	11	5	3		
156	1	2	10	5	3		
157	1	2	11	5	3		
158	1	2	10	5	3		
159	1	2	10	5	3		
160	2	2	10	5	3		
161	2	2	10	5	3		
162	2	2	10	5	3		
163	1	2	11	5	3		
164	1	2	10	5	2		
165	2	2	11	5	2		
166	2	2	10	5	3		
167	1	3	10	5	1		
168	1	2	10	5	2		

169	169	2	2	10	5	3
170	170	2	2	11	5	3
171	171	2	2	10	5	3
172	172	1	2	10	5	3
173	173	2	2	10	5	3
174	174	1	2	10	5	3
175	175	2	2	10	5	3
176	176	2	2	11	5	3
177	177	1	2	10	5	3
178	178	2	2	10	5	3
179	179	1	2	10	5	3
180	180	2	2	10	5	3
181	181	1	2	11	5	3
182	182	1	2	10	5	3
183	183	1	3	10	5	1
184	184	1	3	10	5	1
185	185	2	4	11	5	2
186	186	1	2	10	5	3
187	187	2	2	10	5	3
188	188	1	2	10	5	3



32 PERCEPCIÓN 3

	ID	SEXO	ESTADO_NUTRICIONAL	EDAD	GRADO	PERCEPCIÓN	var
190	190	1	2	10	5	3	
191	191	1	2	10	5	3	
192	192	2	2	13	6	3	
193	193	2	2	11	6	3	
194	194	2	2	11	6	3	
195	195	1	2	11	6	3	
196	196	2	3	12	6	2	
197	197	1	2	11	6	3	
198	198	1	4	11	6	2	
199	199	2	3	12	6	1	
200	200	2	3	11	6	1	
201	201	2	2	11	6	3	
202	202	1	2	12	6	3	
203	203	1	3	11	6	1	
204	204	1	2	12	6	3	
205	205	2	2	14	6	3	
206	206	1	2	12	6	3	
207	207	2	2	11	6	3	
208	208	2	2	14	6	3	
209	209	2	2	12	6	3	
210	210	1	4	11	6	2	
211	211	1	3	11	6	2	
212	212	2	2	11	6	3	
213	213	1	4	12	6	2	
214	214	1	4	11	6	2	
215	215	2	3	12	6	2	
216	216	2	2	11	6	3	
217	217	1	3	12	6	2	
218	218	2	2	11	6	3	
219	219	2	2	12	6	3	
220	220	2	2	11	6	3	
221	221	2	3	12	6	2	
222	222	2	1	16	6	2	
223	223	2	2	11	6	3	
224	224	2	2	11	6	3	
225	225	1	2	10	6	3	
226	226	1	2	11	6	3	
227	227	1	2	11	6	3	
228	228	2	4	11	6	2	
229	229	2	3	12	6	2	
230	230	1	3	11	6	2	
231	231	2	2	11	6	3	

232	232	1	2	11	6	3
233	233	1	2	12	6	3
234	234	2	3	11	6	1
235	235	2	2	11	6	3
236	236	2	2	11	6	3
237	237	1	3	11	6	1
238	238	1	4	11	6	1
239	239	2	2	11	6	3
240	240	1	2	11	6	3
241	241	2	2	11	6	3
242	242	1	3	11	6	2
243	243	1	2	13	6	3
244	244	2	2	11	6	3
245	245	1	2	11	6	3
246	246	1	2	11	6	3
247	247	2	2	11	6	3
248	248	1	2	11	6	3
249	249	2	2	11	6	3
250	250	2	2	11	6	3
251	251	2	3	11	6	2
252	252	2	3	12	6	2



220

	ID	SEXO	ESTADO_NUTRICIONAL	EDAD	GRADO	PERCEPCIÓN	VER
253	253	1	2	11	6	3	
254	254	2	2	12	6	3	
255	255	1	4	11	6	3	
256	256	2	2	11	6	3	
257	257	2	2	11	6	3	
258	258	1	2	11	6	2	
259							
260							
261							
262							
263							

CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido informado debidamente de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada: PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUAYUCACHI, 2023. Mediante la firma de este documento acepto que mi menor hijo participe voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por las investigadoras responsables:

- BETSABE TICLLAS FLORES
- JULISA LESLY AQUINO VILLALVA

Se me ha notificado que la participación de mi menor hijo(a) es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello ocasione perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá solo el equipo de profesionales involucradas en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad de mi menor hijo en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.



Huancayo,.....de.....de 2023

(participante)

Apellidos y nombres: _____

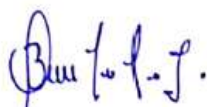
Nº DNI: _____

1. Responsable de investigación
Apellidos y nombres: Ticllas Flores Betsabe
DNI Nº: 47687560
Nº de teléfono/celular: 47687560
E-mail: betsabe.ticllasf@gmail.com
2. Responsable de investigación
Apellidos y nombres: Aquino Villalva Julisa Lesly
DNI Nº: 48667367
Nº de teléfono/celular: 977925522
E-mail: yuaquino60@gmail.com
3. Asesor(a) de investigación
Apellidos y nombres: Mg. Bety Salazar Tenicela
Nº de teléfono/celular: 964735104
E-mail: d.bsalazar@upia.edu.pe

COMPROMISO DE AUTORÍA

En la fecha, yo Betsabe Tiellas Flores, identificada con DNI 47687560, domiciliada en Av. Manco Capac s/n Huayucachi; egresada de la Escuela Profesional de Nutrición Humana de la Universidad Peruana Los Andes, me COMPROMETO a asumir las consecuencias administrativas y/o penales que hubiera lugar si en la elaboración de mi investigación titulada " PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUAYUCACHI, 2023" se consideren datos falsos, falsificación, plagio, autoplagio, etc., y declaro bajo juramento que este trabajo de investigación es de mi autoría, los datos presentados serán reales y se respetarán las normas internacionales de citas y referencias de las fuentes consultadas.

Huancayo, 26 de Marzo de 2023



Bachiller Betsabe Tiellas Flores
DNI 47687560

COMPROMISO DE AUTORÍA

En la fecha, yo Julisa Lesly Aquino Villalva identificada con DNI 48667367, domiciliada en Psj. Los Angeles Mz G Lt 4; egresada de la Escuela Profesional de Nutrición Humana de la Universidad Peruana Los Andes, me COMPROMETO a asumir las consecuencias administrativas y/o penales que hubiera lugar si en la elaboración de mi investigación titulada "PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUAYUCACHI, 2023" se consideren datos falsos, falsificación, plagio, autoplagio, etc., y declaro bajo juramento que este trabajo de investigación es de mi autoría, los datos presentados serán reales y se respetarán las normas internacionales de citas y referencias de las fuentes consultadas.

Huancayo, 26 de Marzo de 2023



Bachiller Julisa Lesly Aquino Villalva
DNI 48667367



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

DECLARACION DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, Betsabe Ticllas Flores, identificada con DNI 47687560.

egresada de la Escuela profesional de Nutrición Humana, vengo implementado el proyecto titulado "PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUAYUCACHI, 2023", en ese contexto, declaro bajo juramente que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los Artículos 27° y 28° del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4° y 5° del Código de Ética para la investigación científica de la Universidad Peruana Los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 26 de Marzo de 2023



Bachiller Betsabe Ticllas Flores
DNI 47687560
Responsable de investigación



DECLARACION DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, Julisa Lesly Aquino Villalva, identificada con DNI 48667367

egresada de la Escuela profesional de Nutrición Humana, vengo implementado el proyecto titulado "PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUAYUCACHI, 2023", en ese contexto, declaro bajo juramente que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los Artículos 27° y 28° del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4° y 5° del Código de Ética para la investigación científica de la Universidad Peruana Los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 26 de Marzo de 2023



Bachiller Julisa Lesly Aquino Villalva
DNI 48667367
Responsable de investigación



Huancayo, 21 de abril de 2022

OFICIO N° 249 - E.P. NH-FCCSS-UPLA-2022

Señor:

LUIS CARHUALLANQUI CEVALLOS

Director de la Institución Educativa Virgen del Carmen N° 30173 - Huayucachi

Presente.-

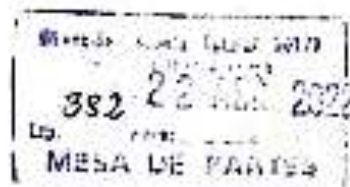
ASUNTO : SOLICITO PERMISO PARA RECOLECCIÓN DE DATOS DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Con especial agrado me dirijo a usted para saludarlo cordialmente a nombre de la Escuela Profesional de Nutrición Humana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Los Andes, y a la vez presentarle a las bachilleras **BETSABE TICLLAS FLORES y JULISA LESLY AQUINO VILLALVA.**

Solicito a su Despacho el permiso correspondiente para que las bachilleras mencionada líneas arriba recolecten datos para el proyecto de investigación titulado: **"PERCEPCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESCOLARES DE UNA INSTITUCION PUBLICA, HUAYUCACHI, 2022.** Cuyo objetivo es Determinar la relación entre la percepción de alimentación saludable y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa Pública de Huayucachi, 2022.

Agradeciéndole su gentil atención al presente me suscribo de usted, expresándole las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
Facultad de Ciencias de la Salud

MG. KATHERINE LISSET ARROYO ELEASCANO
DIRECTORA DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN HUMANA

FOTOGRAFÍAS DE LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



Realizando la evaluación antropométrica de talla



Realizando la evaluación antropométrica de peso



Realizando la encuesta de percepción de alimentación saludable a los escolares.