UNIVERSIDAD SAN PEDRO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE ENFERMERÍA

Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

Tesis para obtener el Título de Licenciada en Enfermería

Autora:

Estrada Nole Lucy Nataly

Asesora:

Elida Egberta Aranda Benites

ORCID N° 0000-0001-6141-0685

Piura – Perú

2023

ÍNDICE GENERAL

Preliminares

ÍNDICE GENERAL ii
ÍNDICE DE TABLAS iii
ÍNDICE DE FIGURAS iv
PALABRAS CLAVES v
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD vi
TITULO vii
RESUMEN viii
ABSTRACT ix
INTRODUCCIÓN 1
1. Antecedentes y fundamentación científica 1
2. Justificación de la investigación 11
3. Problema 13
4. Operacionalización de las variables 15
5. Hipótesis 16
6. Objetivos 16
METODOLOGÍA 17
1. Tipo y Diseño de investigación 17
2. Población y Muestra 17
3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos 18
4. Técnica de procesamiento y análisis de datos 19
RESULTADOS 20
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN 25
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 27
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 29
ANEXOS Y APÉNDICE 34

ÍNDICE DE TABLAS

		Pág.
Tabla 1	Tabla 1: Edad de los adolescentes de 12 a 16 años en los hábitos alimenticios y estado nutricional que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023	20
Tabla 2	Sexo de los adolescentes de 12 a 16 años en los hábitos alimenticios y estado nutricional que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023	21
Tabla 3	Hábitos alimenticios de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023	22
Tabla 4	Estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023	23
Tabla 5	elación de variables en los hábitos alimenticios y estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023	24

ÍNDICE DE FIGURAS

		Pág.
Figura 1	Edad de los adolescentes en los hábitos alimenticios y el estado nutricional que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023	36
Figura 2	Sexo de los adolescentes en los hábitos alimenticios y el estado nutricional que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023	37
Figura 3	Los hábitos alimenticios de los adolescentes que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023	38
Figura 4	El estado nutricional de los adolescentes que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023	39
Figura 5	Relación de variables entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los adolescentes que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023	40

PALABRAS CLAVE

TEMA	Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años

KEYWORDS

TOPIC	Eating habits and nutritional status, adolescents from 12 to 16 years of age

Línea de investigación

Área	Ciencias médicas y de la salud
Sub área	Ciencias de la salud
Disciplina	Salud ocupacional
Línea	Cuidado de enfermería en salud ocupacional

USP UNIVERSIDAD SAN PEDRO | VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, Vicerrector de Investigación de la Universidad San Pedro:

HACE CONSTAR

Que, de la revisión del trabajo titulado **"Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023"** del (a) estudiante: **Lucy Nataly Estrada Nole,** identificado(a) con **Código Nº 2115200113**, se ha verificado un porcentaje de similitud del 28%, el cual se encuentra dentro del parámetro establecido por la Universidad San Pedro mediante resolución de Consejo Universitario Nº 5037-2019-USP/CU para la obtención de grados y títulos académicos de pre y posgrado, así como proyectos de investigación anual Docente.

Se expide la presente constancia para los fines pertinentes.

Chimbote, 11 de Mayo de 2023

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

Dr. JAVIER MARTÍNEZ CARRIÓN
VICERRECTOR

NOTA:
Este documento carece de valor si no tiene adjunta el reporte del Software TURNITIN.

www.usanpedro.edu.pe
Urbanización Laderas del Norte H-11
Teléfono: 043 – 483070
vicerrectorado.investigacion@usanpedro.edu.pe

TITULO

Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

RESUMEN

La investigación presentó como propósito determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero Sullana. La presente investigación fue de tipo descriptivo, cuantitativo, con un enfoque correlacional, y de corte transversal. La técnica empleada fue la encuesta y el instrumento un cuestionario. En cuanto a los hábitos alimenticios, se realizó un cuestionario virtual conformado por 17 preguntas, del tipo múltiple y politómicas medidas por escala de 1 al 3 y cerradas y para la evaluación del estado nutricional se utilizará el índice de masa corporal y la técnica de la observación y una hoja de registro para anotar el peso y talla de los adolescentes. Los resultados son presentados e interpretados en tablas de doble entrada, como también en gráficos estadísticos, que se trabajó en software SPSS 22. Como resultado se encontró que frecuentemente se identificó que los hábitos alimenticios de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero, son buenos con el 54%. Mayormente se evaluar el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero, fue eso normal con el 56%. Generalmente se encontró que la relación entre los hábitos alimenticios con el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero, fue significativa. Como conclusión, se refleja en los resultados que los hábitos alimenticios y el estado nutricional presentan una asociación significativa según la prueba de Chi cuadrado [p=0,000].

ABSTRACT

The purpose of the research was to determine the relationship between eating habits and the nutritional status of adolescents from 12 to 16 years of age who attend the El Obrero Sullana Health Center. This research was descriptive, quantitative, with a correlational approach, and cross-sectional. The technique used was the survey and the instrument a questionnaire. Regarding eating habits, a virtual questionnaire was made consisting of 17 questions, of the multiple type and polytomous, measured by a scale of 1 to 3 and closed, and for the evaluation of the nutritional status, the body mass index and the technique of observation and a recording sheet to record the weight and height of the adolescents. The results are presented and interpreted in double-entry tables, as well as in statistical graphs, which were worked on in the SPSS 22 software. As a result, it was found that the eating habits of adolescents from 12 to 16 years of age who attend the Center were frequently identified. of Salud El Obrero, are good with 54%. Mainly, the nutritional status of adolescents from 12 to 16 years old who attend the El Obrero Health Center is evaluated, it was normal with 56%. Generally, it was found that the relationship between eating habits and the nutritional status of adolescents from 12 to 16 years of age who attend the El Obrero Health Center was significant. In conclusion, it is reflected in the results that eating habits and nutritional status present a significant association according to the Chi-square test [p=0.000].

INTRODUCCIÓN

1. Antecedentes y fundamentación científica

Los hábitos alimenticios son el acumulado de prácticas que determinan como un individuo o grupo selecciona, prepara y consume los alimentos, y está influenciado por la disposición de alimentos, los niveles de instrucción alimenticia y el paso a los alimentos (OMS, 2021). Los resultados primarios mostraron que la presencia de sobrepeso y obesidad fue del 28% (sobrepeso y obesidad), sin diferencias de género. Y cuando los hábitos alimenticios de peso normal se vincularon con los de sobrepeso, mostraron una diferencia estadísticamente significativa, pero no el grupo de obesos. (Herrera, 2016)

El estado nutricional de un organismo resultante de la correspondencia entre las insuficiencias nutricionales de un sujeto y la captación, impregnación y manejo de los nutrimentos sujetados en los alimentos (OMS, 2021). Consecuencias: se halló que el 58,9% de los alumnos exterioriza un momento nutricional estándar, El 22,2% presentaba sobrepeso, el 15,6% bajo peso y el 3,3% obesidad, y en todo lo que, a las prácticas alimentarios, la gran parte eran adecuados con un 86,7%. Terminación: El momento nutricional de los alumnos se correlacionó positivamente con las prácticas alimenticias, p = 0,000. (León, Obregón y Ojeda, 2021)

La adolescencia es una etapa necesaria e importante para convertirse en adulto. Pero, en esencia, es un escenario de valor y riqueza en sí mismo, que ofrece posibilidades ilimitadas de aprendizaje y ventajas para el desarrollo (UNICEF, 2021). La generalidad de los escolares (75,3%) presentaba un buen período nutricional, pero una alta proporción de adolescentes (87%) presentaba hábitos alimentarios inadecuados. Las mujeres generalmente tienen sobrepeso (16%) y los hombres son más obesos (4,5%). Asimismo, los estudiantes de 15 a 16

años tenían más sobrepeso y gordura (68,4% y 31,6%, proporcionalmente). Los muchachos varones de 15 a 16 años tenían más probabilidades de tener costumbres alimenticias inconvenientes (61,2% y 87,6%, individualmente) (Alvarado y Barros, 2017)

El sumario de masa física (IMC) es una medida simple de la correlación entre la masa y la altura y, a menudo, se utiliza para identificar el sobrepeso y la gordura en mayores. Se computariza fraccionando la masa de un sujeto en kilos por el cuadrado de su altura (kg/m²) (OMS 2021). Los hábitos alimentarios se dividen en seis dimensiones: 57,3% comidas principales adecuadas, 42,7% insuficientes, 69,4% meriendas insuficientes, 30,6% suficientes, 58,1% suficientes bebidas acompañantes, 41,9% inadecuadas, alimento de origen animal 89,2% falta y 10,8% falta, alimento de origen vegetal 72,7% falta y 27,3% tiene suficiente, alimento industrial 100,0% falta y comparado el estado nutricional de los estudiantes, el 73,8% fueron diagnosticados como normales y el 12,1% obesos. (Collantes y Carranza, 2021)

La revisión literaria tendrá en cuenta los aspectos relevantes de la fundamentación teórica de la investigación como las costumbres alimenticias son expresiones de los dogmas y costumbres alimenticias de una localidad, correspondidas con la zona de residencia y la cantidad de víveres. Estos se asimilan en el seno de la familia y se concentran a las prácticas, asentados en teorías de instrucción social e imitada a partir de diligencias observadas por los adultos.

La pubescencia es una época de permutas, de inestabilidad emocional, y abandonar o desarrollar costumbres alimenticias tiene más que ver con la "moda" que con la decisión en sí.
Por lo tanto, dado que las necesidades nutricionales han aumentado biológicamente durante esta etapa y sus hábitos alimentarios han cambiado

significativamente en general, los adolescentes se consideran un grupo en riesgo de desnutrición por desnutrición o sobrealimentación.

Los hábitos alimentarios actuales de los pubescentes se determinan por un dispendio descomunal de víveres muy alto a la ingesta recomendada para esta etapa en términos de adecuación energética y nutricional. Además, se caracterizan por dietas ricas en untuosas de umbral animal, provisiones endulzadas y alto comprendido energético.

Entre los componentes que intervienen en las prácticas alimenticias, las costumbres alimenticias están influidas por una variedad de factores, los cuales estriban apretadamente de varias permutas biopsicosociales particulares de esta época. La independencia en la elección de alimentos está ligada a la investigación de la conveniente identificación, lo que reduce mucho la influencia familiar. Además, los adolescentes están más inclinados a comer fuera debido a los cambios en sus horarios universitarios y sienten la necesidad de cosas de moda que pertenecen a su generación.

En esta etapa, se establecen los hábitos alimenticios, se maduran los gustos y se determinan los admiradores y enemigos forman la base de tu comportamiento alimentario por el resto de tu vida. Durante este período, las condiciones ambientales, sociales, culturales y familiares juegan un papel importante en la determinación del perfil nutricional y también influyen en el estado nutricional.

Entre los artículos más populares afectan los hábitos alimentarios de los jóvenes, se encuentran:
Ambiente familiar Las costumbres alimentarias se asimilan en la familia y se concentran a las prácticas porque los infantes y jóvenes imitarán los comportamientos observados por los adultos a quienes respetan, Y estas costumbres recorrerán tu vida. Por lo tanto, la familia es la primera en estar

expuesta a los hábitos alimentarios. Porque sus integrantes tienen una gran influencia en la alimentación de un niño o adolescente y en su conducta alimentaria.

Las comidas familiares no solo fomentan la comunicación entre los adolescentes y sus padres, sino que también rindan un entorno ideal en el que los padres pueden elegir alimentos saludables para sus hijos y promover actitudes buenas hacia la comida. Se ha observado que los adolescentes que comen regularmente con sus familias tienen más probabilidades de reducir dietas de mayor calidad nutricional. Sin embargo, los hábitos alimentarios han sido modificados por diversos factores que han alterado las interacciones en la familia entre ellos la situación económica la falta de atención y la falta de tiempo para cocinar influyen en los hábitos de consumo de jóvenes adolescentes y adultos dando lugar a nuevas formas de cocinar en las familias y pérdida de la patria potestad hoy, que lleva a muchos adolescentes a comer lo que quieran, cuando y donde quieran.

Ambiente social, acervos de comunicación y radiodifusión. Por medio de este momento, los muchachos tienden a mostrar personalidades más independientes y perseguir un patrón de nutrición socializado, por lo que a veces las comidas son reemplazadas por bocadillos y comida rápida, lo que me llevó a abandonar la comida y esparcirla desde casa. yo lo que me gusta. Este es el instante en que lo admiten o no en su vida, y asienten que necesitan corresponder a las cosas populares de su concepción, y son más susceptibles a ciertos patrones estéticos que pueden provocar cambios. Deficiencias dietéticas y nutricionales debido a esto.

La difusión transmisible es parte del entorno social humano. En términos de su impacto en los hábitos alimentarios de los jóvenes, ha reemplazado el impacto de los hogares y las escuelas; promueve el consumo de alimentos poco saludables porque los jóvenes tienen más probabilidades de tener un impacto

porque están en proceso de construcción de identidad, por lo que es fácil ser manipulado por anuncios que promocionan nuevos alimentos.
A medida que los moceríos transitan más tiempo en los medios de notificación, también aumenta la capacidad de los anunciantes para influir en su comportamiento alimentario, ya que la mayoría de los comerciales de televisión que ven los adolescentes tratan sobre comida, y la mayoría de estos anuncios de comida tratan sobre comida. Alto contenido en grasas, alto contenido de azúcar o productos con alto contenido de sodio.

Entonces los adolescentes necesitan recibir educación mediática para aprender a inspeccionar la eficacia y urbanidad de las recomendaciones publicitarias.

El entorno estudiantil, donde los jóvenes pasan la mayor parte de su tiempo, les permite mostrarse a diferentes prácticas alimenticias, diversas veces poco saludables, ya que los diferentes tipos de alimentación del campus y su entorno tienen un gran impacto en sus estándares de dispendio alimenticio.
Los colegios detallan con zonas o quioscos donde los alumnos consiguen adquirir alimentos y bebidas, y se venden estos alimentos poco saludables que son deficientes en vitaminas y minerales. Del mismo modo, hay pequeñas tiendas de comestibles alrededor de la mayoría de los establecimientos, que a menudo venden comida vertiginosa o provisiones sabrosos en energías con alto adjunto de grasa, azúcar dulce y sodio.

Tales lugares son populares entre los adolescentes, donde se encuentran con amigos.

Así mismo, los compañeros de clase influyen modelando y compartiendo actividades como comprar snacks poco saludables en una tienda cercana a la escuela o almorzar en un restaurante de pitanza vertiginosa; debido a que en esta época los muchachos se preocupan más por estar con sus amigos, razón

por la cual toman algunas direcciones que manifiestan su independencia y los crean sentir mayores, como tomar, humear o tener noviazgos sexuales.

Los hábitos alimentarios más frecuentes en los pubescentes son: comidas anormales, consumo acostumbrado de snacks poco sanos con alta consistencia alimenticia, baja ingesta de frutas y verduras, salir a comer fuera (especialmente en restaurantes de comida rápida), hacer dieta o saltarse comidas (especialmente en el desayuno) y consumos elevados Bebidas azucaradas, carbonatadas o alcohólicas. Una variedad de factores respalda estos comportamientos, incluida la pérdida de la influencia familiar, el acrecentamiento de la atribución de los amigos y los acervos, el trabajo fuera del hogar, un mayor poder adquisitivo y una mayor responsabilidad. Esto permite que los adolescentes pasen menos tiempo comiendo con sus familias.
Los adolescentes identificaron las preferencias alimentarias, incluidos sus gustos, los horarios ocupados, los diferentes alimentos que se ofrecen en el hogar y el colegio, y el sostén social de familiares y amigos como elementos clave que influyen en sus elecciones de alimentos y bebidas.

A pesar de los diversificas tiendas, la enorme influencia de la manufactura alimenticia, por un lado, y la influencia de la divulgación y los medios de comunicación por otro, hace que lss prácticas alimenticias que explicaremos a continuación sean a menudo los más comunes a nivel mundial:

El estilo de vida de un adolescente a menudo lo lleva a almorzar afuera, eliminando o limitando las comidas, que a menudo se reemplazan por ingestas más pequeñas entre las comidas principales.

Estos reducen el apetito, a menudo tienen un bajo valor nutricional y un alto contenido de calorías, y también pueden contribuir a problemas como el sobrepeso, la obesidad, las caries y los malos hábitos alimenticios.

El desayuno es la pitanza que se salta con más periodicidad, y los muchachos que se brincan las comidas tienden a comer bocadillos entre comidas para satisfacer el hambre, en lugar de comer en el momento adecuado. Los bocadillos que comen los adolescentes suelen tener un alto contenido de grasa, azúcar y sal. Los refrescos y otras bebidas azucaradas o endulzadas son comunes y constituyen el 13 por ciento de la alimentación calórica cotidiana de los pubescentes.

Se entiende por comida rápida y alimentos preparados, es decir, los alimentos y comidas se pueden comprar en máquinas expendedoras tiendas y puestos escolares establecimientos de comida rápida y pequeños establecimientos de restauración.

Las visitas frecuentes a los restaurantes de comida rápida, así como la provisión de comida casera también han contribuido a los caminos en los hábitos alimentarios con un mayor consumo de grasas saturadas colesterol azúcares y carbohidratos sal y una menor ingesta de fira. Las frutas y verduras incluso en ausencia de micronutrientes cada vez carecen más de una nutrición adecuada.

En el hogar, el uso prolongado de la televisión o el teléfono celular, la falta de ejercicio y un estilo de vida sedentario también contribuyen a los refrigerios, ya que son económicos, están fácilmente disponibles y tienen un sabor atractivo para ellos.

Consume regularmente "snacks", que son diferentes alimentos sólidos o líquidos que se comen entre comidas, a menudo con alto contenido de grasa y azúcar. Suelen comprarse en tiendas, cafés, quioscos o rectamente en autómatas vendedoras. Aportan mucha energía con muy poca nutrición y consumen demasiadas grasas y azúcares simples o sal, suponiendo incluso un 10-30% de la energía general de la dieta cotidiana.

Si se aplican a adolescentes, las encuestas dietéticas deben ser dinámicas para ayudarnos a obtener la información que nos oriente en la identificación de desequilibrios nutricionales, ya sea por insuficiencia o abundancia.

Es significativo tener en cuenta la cantidad de alimentos, incluidos jugos, bebidas, dulces y otros extras que se consumen entre comidas, ya sea dentro o fuera de la casa. También es trascendental estar presto ante hábitos alimenticios inadecuados y comportamientos que conducen a la pérdida de apetito.

El momento nutricional es la circunstancia orgánica que muestra una persona debido al equilibrio entre sus insuficiencias y la ingesta de energía y nutrientes. Su objetivo es obtener datos aproximados sobre la estructura corporal de una persona.
Además de evaluar los patrones dietéticos y la ingesta de nutrientes, también incluye parámetros antropométricos y bioquímicos, independencia funcional e indicadores de actividad física.

La nutrición es uno de los principales concluyentes de la salud física y mental y del rendimiento físico a lo largo de la vida, y es vital hacia el perfeccionamiento personal. La desnutrición puede implicar de una ingesta dietética inconveniente o de padecimientos contagiosas que afectan negativamente la salud, el incremento y el progreso cognoscitivo en la niñez y el preescolar.

Por el contrario, la desnutrición por comer en exceso puede provocar sobrepeso u gordura. La obesidad es un factor de riesgo importante para las enfermedades crónicas no transmisibles como las enfermedades cardiovasculares la diabetes tipo 2 y la hipertensión. Amas formas de desnutrición comparten un origen común comenzando por la desnutrición materna durante el embarazo y los primeros años de vida. Aunque la desnutrición es causada por una dieta

deficiente también se asocia con un mayor riesgo de tener sobrepeso y obesidad en el futuro.

Considerada por la OMS como la técnica más utilizada para evaluar el estado nutricional, proporciona la información y los datos necesarios para comprender el suministro adecuado de macronutrientes. Las medidas más utilizadas son él y talla. Deben interpretarse comparándolos con los patrones de certificado.
La antropometría ayuda a comprender la gravedad de los inconvenientes nutricionales mediante la caracterización de poblaciones y personas en riesgo, y proporciona compendios para la planificación de mediaciones nutricionales y ejercicios de desarrollo de la salud.

Las medidas antropométricas de la adolescencia más manejadas son las siguientes:
El peso no es válido como medida aislada, debe expresarse en términos de edad y altura. El aumento de peso al final de la pubertad es de 23-28 kg para los niños y de 16-20 kg para las niñas, el aumento de peso depende no solo del crecimiento óseo sino también de otros tejidos.

El recuento de masa corporal (IMC) es una escala de tiempo de la correspondencia entre la altura y el peso y es estimado el excelente itinerario del momento nutricional en muchachos porque contiene averiguación básica sobre la edad y ha sido verificado a nivel mundial.

El IMC para la edad es un itinerario privilegiado por la OMS que puede utilizarse para valorar el sobrepeso, la obesidad y el bajo peso en personas menores de 20 años, y es ampliamente utilizado debido a su simplicidad, bajo costo y suficiente correlación con el peso corporal total grasa corporal.

Evaluación: Después de conseguir el peso (kg) y la altura (m) del adolescente, aplique el subsiguiente procedimiento: IIMC = P (kg)/(m)2. Interpretación:

- IMC <- 2 SD se clasifica como una evaluación nutricional de "delgado", que es la desnutrición debido a la deficiencia y su mayor riesgo de enfermedad.
- IMC <-3 SD se clasifica como "severamente delgado"
- IMC ≥ -2 DE y < 1 DE, clasificado como momento nutricional "estándar". (veinte).
- Los pubescentes con un IMC ≥ 1 DE a < 2 DE fueron clasificados como "sobrepeso" en la evaluación nutricional, que es desnutrición por exceso, caracterizada por alta ingesta calórica, malos hábitos alimentarios y baja actividad física.
- IMC ≥ 2 DE se clasifica como 'obeso', también por desnutrición excesiva, indicando un alto riesgo de comorbilidades, principalmente enfermedad cardiovascular, diabetes tipo 2, etc. (OMS 2020).
- Los valores de IMC obtenidos se grafican en las correspondientes curvas de la evaluación nutricional de los adolescentes se clasificó según el punto de corte (DE) del IMC categorizado por edad: obeso >2, sobrepeso >1 a 2, normal 1 a -2, delgado <-2 a -3 y extremadamente delgado <3. Para el estudio se considerará: Bajo peso: < 18,5, Normal: 18,5 - 24,9, Sobrepeso: 25 - 29,9, Obeso: ≥ 30

Durante la pubertad, el cuerpo cambia de tamaño, forma y vitalidad. Las funciones se han vuelto más complejas y la jugabilidad se ha satisfecho. Los adolescentes adquieren un nuevo cuerpo en poco tiempo, lo que les dificulta adaptarse e identificarse con él. A partir de la cognición desarrollan el pensamiento abstracto a través del cual se dan cuenta de la posibilidad de proyectarse hacia el futuro y evaluar los resultados de sus circunstancias. Desde una referencia de vista emocional, cada persona participa en la experiencia de vida y en la construcción de la identidad del descubrimiento personal.

Según la Organización Mundial de la Salud, el inicio de la pubertad es muy diferente para nenas y chiquillos, y para sujetos de la semejante especie. Las niñas comienzan en promedio 12 a 18 meses antes que los niños. Las niñas

suelen tener su primer período cuando tienen 12 años. En los niños, la primera polución suele ocurrir alrededor de los 13 años. Sin embargo, las niñas pueden comenzar a menstruar a los 8 años. Hay signos de que la adolescencia comienza antes. De hecho, la edad de inicio ha disminuido en tres años tanto en niñas como en niños durante los postremos dos períodos. Esto se debe en gran fragmento a los contextos óptimos de salud y nutrición. (Organización Mundial de la Salud, 2008)

2. Justificación de la investigación

La adolescencia es un periodo de la existencia caracterizada por un ciclo crítico del desarrollo y crecimiento humano; las dificultades nutricionales como el bajo peso, la emaciación, el sobrepeso y la obesidad suelen estar presentes debido a cambios físicos, psicológicos y cognitivos dramáticos; debido a la falta de información, esto sucede muchas veces. veces en la comunicación con los padres o por simples modas pasajeras. Por esta razón, la adolescencia es un grupo de riesgo y es necesario evaluar el estado nutricional para identificar la sobrealimentación y la sobrealimentación que pueden ser factores de riesgo para diversas enfermedades futuras.

La jerarquía de las costumbres alimenticias se basa en que las comidas tienen los beneficios deseados para el organismo.

El estado nutricional de los adolescentes en el Perú está cambiando paulatinamente, incrementándose el sobrepeso y la obesidad en los últimos años debido a cambios en el estilo de vida.

Este trabajo es particularmente importante por la necesidad de estudiar el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que concurren al Centro de Salud El Obrero para establecer la correspondencia entre los hábitos alimenticios y su período nutricional.

Justificación teórica

La investigación realizada constituye, en parte, un aporte teórico que permitirá aumentar la comprensión de las prácticas de suplementación con micronutrientes entre de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero Sullana. Se debe suponer que esta indagación en el campo de la salud es muy significativa ahora por los desiguales resultados que se ven presentemente en la dificultad de la anemia en los niños, sé que se supone que este es un problema de salud pública.

Justificación practica

Gran parte de la información derivada del conocimiento de la investigación relacionada con la práctica de la suplementación con micronutrientes entre de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero Sullana conducirá a perfecciones mediaciones para someter las altas tasas de anemia que se presentan actualmente, ya que este agregado, denominado micronutrientes, más conocido como " Chispitas", está catalogada internacionalmente como una de las óptimas habilidades para combatir la anemia, con una excelente persecución y supervisión de los adolescentes. Será el material más reciente para futuras investigaciones relacionadas con el conocimiento práctico de la suplementación con micronutrientes.

Legitimidad social

Al proporcionar a la sociedad datos reales de los resultados obtenidos en este estudio, podrán ser utilizados en el desarrollo de diagnósticos más efectivos, También podemos proponer estrategias para continuar la utilización de micronutrientes para someter la anemia dentro de la jurisdicción de los centros de salud.

Argumento científico

Futuras investigaciones e inversiones para perfeccionar la gestión del área de "Crecimiento y Desarrollo Infantil Saludable" de los centros de salud, los

profesionales de enfermería innovarán nuevas estrategias para que las madres adquieran más conocimiento y práctica para complementar los oligoelementos de los niños. Como trabajadores de la salud, las intervenciones de micronutrientes son importantes para que podamos lograr consecuencias a corto y largo término para mejorar la salud infantil y reducir la anemia.

3. Problema

Los primeros años de vida es la etapa fundamental para el desarrollo y adquisición de hábitos alimenticios que van a determinar el estado nutricional en etapas posteriores.

La adolescencia es una etapa de la vida que se caracteriza por ser un periodo crítico en el desarrollo y crecimiento de la persona; puesto que se producen intensos cambios biológicos, psicológicos y cognitivos, así mismo suelen aparecer problemas nutricionales como bajo peso, la delgadez, el sobrepeso y la obesidad; esto sucede muchas veces por la falta de información, comunicación con los padres o por una simple moda. Razón por la cual, la adolescencia es un grupo de riesgo que necesita una valoración del estado nutricional para identificar deficiencias y exceso dietéticos que pueden ser factores de riesgo de variadas enfermedades futuras.

La importancia de los hábitos alimenticios se basa en que las comidas produzcan los beneficios esperados en el cuerpo.

En el Perú, el estado nutricional de los adolescentes tuvo un cambio gradual y en los últimos años, ha aumentado en forma progresiva el sobrepeso y obesidad debido a los cambios en los estilos de vida.

El presente trabajo reviste especial importancia debido a la necesidad de estudiar el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero, con la finalidad de determinar la relación entre los hábitos alimenticios y su estado nutricional. Razón por la cual se presento el siguiente problema: ¿Cuál es la relación entre los hábitos alimenticios y el

estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero Sullana?

4. Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEM	ESCALA DE MEDICION
Hábitos alimenticios	Hábitos alimenticios son Comportamientos adquiridos durante el desarrollo humano en cuanto a cantidad y calidad de los alimentos consumidos.	Se considera 3 comidas durante el día (desayuno, almuerzo y cena) acompañado de dos meriendas (media mañana y media tarde) Los alimentos a consumir deben ser ricos en proteínas, minerales, lípidos, carbohidratos, fibras, minerales y agua. Los lugares apropiados para el consumo de las comidas se recomiendan que sean en el hogar.	Hábitos alimenticios	Variedad de alimentos para el desayuno el almuerzo y la cena. Bebidas en desayuno comida y cena. Comidas entre comidas El lugar y amiente donde desayunas almuerzas y cenas. Tiempo dedicado a comer. Frecuencia basal semanal (desayuno comida y cena). Líquido medio diario.	Del 1 al 17	Ordinal
Estado nutricional	Estado nutricional El momento nutricional es el estado entre la exigencia de energía y el consumo de provisiones.	Peso: el peso corporal es la masa del cuerpo en kilogramos. Talla: estatura de una persona, medida desde la planta del pie hasta el vértice de la cabeza.	Medidas Antropométricas	Peso/Talla Peso/Edad Talle/Edad	Del 1 al 30	Ordinal

5. Hipótesis

H_1: Los hábitos alimenticios poseen una relación significativa con el estado nutricional de los adolescentes Centro de Salud El Obrero Sullana.

H_0: Los hábitos alimenticios no tienen relación significativa con el estado nutricional de los adolescentes Centro de Salud El Obrero Sullana.

6. Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero Sullana.

Objetivos específicos

Identificar los hábitos alimenticios de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero.

Evaluar el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero

Relacionar los hábitos alimenticios con el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero.

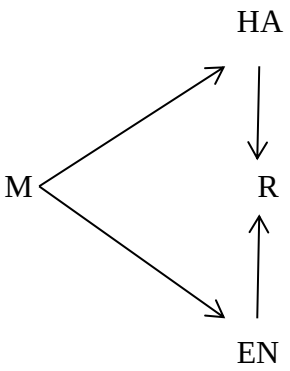
METODOLOGÍA

1. Tipo y Diseño de investigación

La actual exploración fue un trabajo de campo de tipo descriptivo, cuantitativo, con un enfoque correlacional, y de corte transversal.

Para Hernández, Fernández y Baptista (2014), lo representan como para relacionar las correlaciones entre en uno o más variables por medio de un modelo predecible para un conjunto.

El diseño que se empleó, en la investigación será:



M: muestra de los adolescentes de 12 a 16 años

OX: conocimiento de hábitos alimenticios de los adolescentes

OY: Estado nutricional de los adolescentes

R: relación entre las variables

2. Población y Muestra

a. La población: Estuvo compuesta por 57 adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero.

b.- La muestra: Se hallará de acuerdo a la relación estadística muestra finita

$$n = \frac{\mathrm{Z}^2 \mathrm{p\ q\ N}}{(\mathrm{N}-1)\mathrm{E}^2 + \mathrm{Z}^2\mathrm{pq}}$$

N = universo.

α: = 0.05

Z= 1.96

p = éxito= **0.5.**

q= fracaso= 0.5

n = muestra.

Reemplazando:

$$n = \frac{3.84 \times 0.25 \times 57}{(56 \times 0.0025) + (3.84 \times 0.25)}$$

$$n = \frac{54.72}{1{,}100}$$

$$n = 49.75$$

$n =$ Estará conformada por 50 adolescentes de Sullana

Criterios de Inclusión y Exclusión

Inclusión:

- Adolescentes que tengan la edad de 12 a 16 años.
- Adolescentes que pertenezcan a la jurisdicción del Centro de Salud El Obrero.

Exclusión:

- Adolescentes menores de 12 a 16 años de edad.
- Adolescentes mayores de 16 años de edad.
- Adolescentes que no pertenecen a la jurisdicción del Centro de Salud El Obrero de Sullana.

Unidad de análisis

La unidad de análisis fueron los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023.

3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica fue la entrevista y para la agrupación de las identificaciones se utilizó un cuestionario dirigido a determinar los hábitos alimenticios y su

período nutricional en adolescentes, el mismo que fue diseñado por el investigador y validado por (Valdarragos S., 2017)

En cuanto a los hábitos alimenticios, se realizó un cuestionario virtual conformado por 17 preguntas, del tipo múltiple y politómicas medidas por escala de 1 al 3 y cerradas; La evaluación general tendrá tres categorías, de acuerdo a la estructura siguiente:

Hábitos buenos: De 35 a 51 puntos

Hábitos regulares: De 18 a 34 puntos

Hábitos malos: De 0 a 17 puntos

Para la evaluación se utilizó el índice de masa corporal y la habilidad de observación del estado nutricional y una hoja para registrar el peso y la talla de los menores. Para el registro de peso se utilizó una báscula de adulto con vara de medir, con un peso de hasta 220 kilogramos, con graduaciones cada 100 gramos.

La ponderación para la evaluación del estado nutricional según, el IMC será:

Bajo peso: < de 18.5

Peso normal: de 18.5 a 24.9

Sobre peso: 25 a 29.9

Obesidad: > de 30

4. Técnica de procesamiento y análisis de datos

Los datos se insertarán en una base en soporte Microsoft Excel 2019, y luego se evaluarán con el software estadístico IBM SPSS Versión 25 para posteriormente emplear técnicas de la estadística descriptiva, tales como distribución de frecuencias relativas y absolutas, cruzar variables y crear gráficas, lo que permitió exponer los hallazgos encontrados durante el proceso investigativo. Para el desarrollo de este estudio, los investigadores respetaron los principios de la investigación científica. Para la discusión se empleará los antecedentes y la fundamentación científica, los resultados con la teoría y finalmente llegar a. conclusiones y recomendaciones. Para la comprobación de la hipótesis se aplicará la prueba estadística del chi cuadrado de Pearson.

RESULTADOS

Tabla 1

Edad de los adolescentes de 12 a 16 años en los hábitos alimenticios y estado nutricional que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

Edad	f	%
De 12 – 14 años	18	36
De 15 – 16 años	32	64
Total	50	100

En tabla 1, describen los resultados de la edad de los adolescentes en los hábitos alimenticios y estado nutricional; el 36% (18) están en el intervalo de 12 a 14 años y el 64% (32) entre los 15 a 16 años. Deduzco que la edad del adolescente con más porcentaje alcanzado sobre la los hábitos alimenticios y el estado nutricional, está en el intervalo de 15 a 16 años, con el 64%.

Tabla 2

Sexo de los adolescentes de 12 a 16 años en los hábitos alimenticios y estado nutricional que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

Sexo	f	%
Femenino	23	46
Masculino	27	54
Total	50	100

En tabla 2, describen los resultados del sexo de los adolescentes en los hábitos alimenticios y estado nutricional; el 46%(23) es femenino y el 54%(27) masculino. Deduzco que el sexo del adolescente con más porcentaje alcanzado sobre la los hábitos alimenticios y el estado nutricional, es masculino, con el 54%.

Tabla 3

Hábitos alimenticios de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

Hábitos alimenticios	f	%
Buenos	27	54
Regulares	13	26
Malos	10	20
Total	50	100

En tabla 3, describen los resultados de los hábitos alimenticios de los adolescentes en los hábitos alimenticios y estado nutricional; el 54% (27) es bueno, el 26% (13) es regular y el 20% (10) es malo. Deduzco que los hábitos alimenticios del adolescente con más porcentaje alcanzado sobre la los hábitos alimenticios y el estado nutricional, es bueno, con el 54%.

Tabla 4

Estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

Estado nutricional	f	%
Bajo peso	10	20
Peso normal	28	56
Sobrepeso	7	14
Obesidad	5	10
Total	50	100

En tabla 4, describen los resultados del estado nutricional de los adolescentes en los hábitos alimenticios y estado nutricional; el 20% (10) bajo peso; el 56% (28) peso normal, el 14% (07) sobrepeso y el 10% (05) obesidad. Deduzco que el estado nutricional del adolescente con más porcentaje alcanzado sobre la los hábitos alimenticios y el estado nutricional, es peso normal, con el 56%.

Tabla 5

Relación de variables en los hábitos alimenticios y estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

Relación de variables	Hábitos alimenticios						Total	
	Buenos		Regulares		Malos			
Estado nutricional	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo peso	5	10	4	8	3	6	12	24
Peso normal	10	20	7	14	6	12	23	46
Sobrepeso	4	8	3	6	3	6	10	20
Obesidad	2	4	1	2	2	4	5	10
Total	21	42	15	30	14	28	50	100

En tabla 5, describe la asociación de las variables con el ensayo de Chi cuadrado p=0,000 como se ve en el anexo 5, se descubrió que existe una correspondencia estadísticamente reveladora entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2021. Las consecuencias representadas exponen que los adolescentes están asociados significativamente a los hábitos alimentarios buenos; así también, aquellos adolescentes cuyo momento nutricional se localiza en normalidad y mantienen buenos hábitos alimenticios.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En correspondencia al objetivo general, de acuerdo la prueba de Chi cuadrado, se halló que coexiste una correspondencia estadísticamente demostrativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023.

Presento las evidencias del resultado por medio de las interpretaciones de las respectivas tablas como sigue a continuación:

En tabla 1, describen los resultados de la edad de los adolescentes en los hábitos alimenticios y estado nutricional; el 36%(18) están en el intervalo de 12 a 14 años y el 64%(32) entre los 15 a 16 años. Deduzco que la edad del adolescente con más porcentaje alcanzado sobre la los hábitos alimenticios y el estado nutricional, está en el intervalo de 15 a 16 años, con el 64%.

En tabla 2, describen los resultados del sexo de los adolescentes en los hábitos alimenticios y estado nutricional; el 46%(23) es femenino y el 54%(27) masculino. Deduzco que el sexo del adolescente con más porcentaje alcanzado sobre la los hábitos alimenticios y el estado nutricional, es masculino, con el 54%.

En tabla 3, describen los resultados de los hábitos alimenticios de los adolescentes en los hábitos alimenticios y estado nutricional; el 54%(27) es bueno, el 26%(13) es regular y el 20%(10) es malo. Deduzco que los hábitos alimenticios del adolescente con más porcentaje alcanzado sobre la los hábitos alimenticios y el estado nutricional, es bueno, con el 54%.

En tabla 4, describen los resultados del estado nutricional de los adolescentes en los hábitos alimenticios y estado nutricional; el 20%(10) bajo peso; el 56%(28) peso normal, el 14%(07) sobrepeso y el 10%(05) obesidad. Deduzco que el estado nutricional del adolescente con más porcentaje alcanzado sobre la los hábitos alimenticios y el estado nutricional, es peso normal, con el 56%.

En tabla 5, describe la asociación de las variables con el ensayo de Chi cuadrado [X2=239,056; gl=6; p=0,000], se descubrió que existe una correspondencia estadísticamente reveladora entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023. Las

consecuencias representadas exponen que los adolescentes están asociados significativamente a los hábitos alimentarios buenos; así también, aquellos adolescentes cuyo momento nutricional se localiza en normalidad y mantienen buenos hábitos alimenticios.

El estudio encontró similitud de resultado en la investigación de León, Obregón y (Ojeda, 2021). Resultados: Mostró que el 58,9% de los estudiantes presentaba un estado nutricional normal, el 22,2% presentaba sobrepeso, el 15,6% presentaba bajo peso y el 3,3% obesidad, en cuanto a los hábitos alimentarios la mayoría se encontraba lleno suficiente 86,7%. Terminación: se localizó una correspondencia positiva entre el estado nutricional de los estudiantes y los hábitos alimentarios con p= 0.000.

Se encontraron resultados opuestos como el estudio de (Herrera, 2016). Los resultados primarios mostraron que la prevalencia de sobrepeso y obesidad fue del 28% (sobrepeso y obesidad), sin diferencia por sexo. Si bien vinculamos los hábitos alimenticios de los individuos con peso normal a los que tenían sobrepeso, mostraron una diferencia estadísticamente significativa, que no se demostró con el grupo obeso. Así como el estudio de (Alvarado y Barros, 2017). La gran parte de los alumnos (75,3%) presenta un período nutricional adecuado, sin embargo, una alta proporción de muchachos (87%) presenta hábitos alimenticios inconvenientes. El sobrepeso prevaleció en mujeres (16%) y la obesidad fue mayor en hombres (4,5%). De igual forma, los estudiantes de 15 a 16 años presentaron mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad (68,4% y 31,6%, individualmente). Los pubescentes de 15 a 16 años y los niños presentaron mayores índices de hábitos alimenticios inadecuados (61,2% y 87,6%, respectivamente).

Ante los resultados encontrados en el estudio se recomienda a los directivos del C.S El Obrero Sullana, continuar con la política que se encuentran realizando pero que traten en los posible mejorar para que la atención que se brinde sea la más óptima y se reduzca los casos de deterioro de cuerpo del ser humano por alguna enfermedad y puesto que estamos en una situación de pandemia bastantes peligrosa.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Frecuentemente se identificó que los hábitos alimenticios de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero, son buenos con el 54%.

Mayormente se evaluar el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero, fue eso normal con el 56%.

Generalmente se encontró que la relación entre los hábitos alimenticios con el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero, fue significativa.

Recomendaciones

- Que la dirección del Centro de Salud El Obrero de Sullana debe integrar en su flujo de trabajo al grupo de riesgo en adolescentes, actividades que fomenten la prevención para corregir los hábitos alimentarios, al menos dos veces al día a la semana y así prevenir futuros problemas de salud.

- Formalizar pruebas que tengan en cuenta otros factores de riesgo para el estado nutricional, como la actividad física y el nivel educativo de los papas y mamas de los adolescentes.

- Que se valore los resultados obtenidos en el estudio a razón que son evidencias que le servirán al centro de salud el Obrero para futuras problemáticas que se puedan presentar.

.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alvarado, M., y Barros, A., (2017). *Hábitos alimentarios, estado nutricional de los estudiantes de la unidad educativa Manuel Córdova Galarza.* Peru.

Centro para el Control y la Prevencion, (2015). *Acerca del índice de masa corporal para niños y adolescentes; 15 de mayo 2015 [Consultada 05 Ago 2019]; (4). [Aproximadamente 1 pantalla]. Disponible en: https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/childrens_bmi/acerca_indice_masa_corporal_nin.*

Cervera, F., Serrano, R., y Vico, C., (2017). *Hábitos alimentarios y evaluación nutricional en una población universitaria. Universidad de Castilla-La Mancha [Internet] Castilla: Universidad de Castilla.* España.

Cossio, W. (2015). *Crecimiento físico y estado nutricional de adolescentes escolares [Internet]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.* Lima.

Garcia, F., Miguel, M., y Miguelez, J., (2010). *Prevalencia de obesidad y nivel de actividad física en escolares adolescentes. Archivos Latinoamericanos de Nutrición. Área de Nutrición y Bromatología de Ciencias de Ourense, Universidad de Vigo; 2010.* España.

Herrera, D., (2016). *Hábitos Alimentarios y su Relación con el Sobrepeso y Obesidad en Adolescentes en la Unidad Educativa Julio María Matovelle en el año 2016.* Lima.

Leon, S., Obregon, S., y Ojeda, H. (2021). *Estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares de una institución educativa, Los Olivos, 2021.* Lima.

Marin K., (2017). *Estado nutricional y hábitos alimentarios de los alumnos del nivel secundaria de un colegio nacional del distrito de Independencia [Internet]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia.* Lima.

OMS, (2018). *Temas de salud: Nutrición 2016.*

OMS, (2019). *Diez Datos sobre la Obesidad*

Segovia, L., (2015). *Evaluación del estado nutricional de los estudiantes de la escuela particular California cantón Portoviejo. Universidad San Francisco de Quito 2014.*

UCCH., (2015). *Evaluación del Estado Nutricional. Escuela de Medicina, Pontificia.* Chile.

Valdarrago, S., (2017). *Hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes escolares "I.E.P. ALFRED NOBEL" durante el periodo mayo-agosto, 2017.* Lima.

ANEXOS Y APÉNDICE

DEDICATORIA

Esta tesis se la dedico de manera especial a mi Dios quien supo guiarme por el buen camino, enseñarme a ser muy perseverante y sobre todo darme las fuerzas necesarias para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se me presentaban durante mi carrera profesional.

A mis padres Segunda y José quienes desde pequeña me enseñaron a luchar para alcanzar mis metas.

A mis hijos Joshua y Xiomara, ustedes fueron mi motor y motivo para no desfallecer y lograr culminar mi carrera universitaria. Mi triunfo es el de ustedes, ¡los amo!.

AGRADECIMIENTO

Primeramente, agradezco a Dios por permitirme tener una buena experiencia dentro de mi universidad.

Agradezco a mi alma mater por haberme aceptado ser parte de ella para poder estudiar mi carrera, así como a cada uno de los docentes que desempeñaron un rol muy importante de brindarme sus conocimientos y su apoyo para seguir delante el día a día.

Al igual las gracias infinitas a mis compañeros que durante los 5 años de mi carrera me apoyaron muchísimo.

ACTA DE SUSTENTACION

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

ACTA DE DICTAMEN DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS Nº 060 - 2023

Siendo las 08:00 pm, del día 22 de Mayo del 2023, y estando dispuesto al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro, aprobado con Resolución de Consejo Universitario 3539-2019-USP/CU, en su artículo 22°, se reúne mediante videoconferencia el Jurado Evaluador de Tesis designado mediante **RESOLUCIÓN DE DECANATO N.º 488 - 2023-USP-FCS/D**, integrado por:

Dra. Vilma Vicuña de Bardales	**Presidente**
Mg. Clodomira Zapata Adrianzen	**Secretario**
Dra. Juana Arrestegui Alcantara	**Vocal**

Con el objetivo de evaluar la sustentación de la tesis titulada **"Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023"**, presentado por el bachiller:

ESTRADA NOLE LUCY NATALY

Terminada la sustentación y defensa de la tesis, el Jurado Evaluador luego de deliberar, acuerda **APROBAR** por **UNANIMIDAD** la tesis, quedando expedita(o) la/el bachiller para optar el Título Profesional de Licenciado en **ENFERMERIA**.

Siendo las **09:00 pm** se dio por terminada la sustentación.

Los miembros del Jurado Evaluador de Informe de Tesis firman a continuación, dando fe de las conclusiones del acta:

Dra. Vilma Vicuña de Bardales
PRESIDENTE

Mg. Clodomira Zapata Adrianzén
SECRETARIA

Dra. Juana Arrestegui Alcántara
VOCAL

c.c.: Interesada
Expediente
Archivo.

Anexo 01

Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado participante:

Soy Estrada Noie Lucy Nataly egresada de la Escuela de Enfermería de la Universidad San Pedro, la cual estoy realizando un trabajo de tesis titulado: Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023. Que tiene como objetivo Determinar la relación de los Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023. La importancia del presente estudio radica en el sentido de que puede servir para identificar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional de los adolescentes.

Es importante su participación en el estudio y estrictamente voluntaria, si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder algunas preguntas, no le tomará mucho de su tiempo, la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas; si tiene alguna duda, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación.

Autorización:

He leído el procedimiento descrito arriba. Acepto participar voluntariamente en esta investigación. He sido informada de que la meta de este estudio es para fines de mejorar la carrera de Enfermería.

FIRMA DEL PARTICIPANTE **FECHA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado participante:

Soy Estrada Nole Lucy Nataly egresada de la Escuela de Enfermería de la Universidad San Pedro, la cual estoy realizando un trabajo de tesis titulado: Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023. Que tiene como objetivo Determinar la relación de los Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023. La importancia del presente estudio radica en el sentido de que puede servir para identificar la relación entre los hábitos alimenticios y estado nutricional de los adolescentes.

Es importante su participación en el estudio y estrictamente voluntaria, si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder algunas preguntas, no le tomará mucho de su tiempo, la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas; si tiene alguna duda, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación.

Autorización:

He leído el procedimiento descrito arriba. Acepto participar voluntariamente en esta investigación. He sido informada de que la meta de este estudio es para fines de mejorar la carrera de Enfermería.

FIRMA DEL PARTICIPANTE **FECHA**

Anexo 02

Instrumento: Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

I.- Datos:

Buenos días soy Estrada Nole Lucy Nataly; bachiller de la especialidad de Enfermería de la Universidad San Pedro filial Piura.

II.- Información general:

El levantamiento de la información se llevará a cabo en el C.S El Obrero Sullana, 2023

II. Finalidad

Estoy realizando la investigación titulada "Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023". Por lo que solicito su colaboración a través de respuestas sinceras y veraces, expresándole que es de carácter anónimo y confidencial. Agradecemos anticipadamente su participación.

III.- Instrucciones:

Lea con mucho cuidado cada una de las preguntas y luego marque con un aspa (x) la respuesta que estime verdadera.

IV. Datos Sociodemográficos:

1. EDAD:
a. De 12 – 14 años ( )
b. De 15 – 16 años ( )

2. SEXO:
a. Femenino ( )
b. Masculino ( )

3. Peso en kilogramos: _____

4. Talla en centímetros: _____

Cuestionario

TIPOS DE ALIMENTOS

1.- ¿Qué tipo de alimentos consumes en el desayuno?
a) Snack
b) Cereales, tubérculos
c) Frutas, verduras

2.- ¿Qué tipo de alimentos consumes en el almuerzo?
a) Hamburguesa, golosinas
b) Sopa, menestras
c) Verduras, frutas

3.- La cena que ingieres es:
a) Similar al almuerzo
b) Carnes y verduras
c) Algún postre o fruta

TIPO DE BEBIDAS

4.- ¿Qué tipo de bebidas consumes en el desayuno?
a) Gaseosas
b) Infusiones
c) Jugos, leche, yogurt, quinua

5.- ¿Qué tipo de bebidas tomas en el almuerzo?
a) Gaseosas
b) Infusiones
c) Frutas, jugos

6.- ¿Qué tipo de bebidas tomas en la cena?
a) Gaseosas, rehidratantes
b) Infusiones
c) Leche, yogurt

ALIMENTOS ENTRE COMIDAS

7.- ¿En la media mañana que alimentos consumes?
a) Snack

b) Comidas
c) Frutas

8.- ¿En la media tarde que alimentos consumes?
a) Snack
b) Comidas
c) Frutas

9.- ¿Dónde desayunas?
a) En ambulantes
b) Restaurante o similar
c) Casa

10.- ¿En qué lugar almuerzas?
a) En ambulantes
b) Colegio
c) Casa

11.- ¿En qué lugar cenas?
a) En ambulantes
b) Restaurante o similar
c) Casa

TIEMPO DEDICADO A LA INGESTA
12.- ¿Cuánto tiempo le dedicas a la ingesta de tus alimentos en el almuerzo?
a) Menos de 10 minutos
b) Entre 10 a 20 minutos
c) Más de 20 minutos

LUGAR Y AMBIENTE DONDE SE ALIMENTA
13.- ¿Cuánto tiempo le dedicas a la ingesta de tus alimentos en el almuerzo?
a) Menos de 10 minutos
b) Entre 10 a 20 minutos
c) Más de 20 minutos

FRECUENCIA SEMANAL
14.- ¿Tomas desayuno todos los días?
a) No
b) A veces
c) Si

15.- ¿Almuerzas todos los días?
a) No
b) A veces
c) Si

16.- ¿Cenas todos los días?
a) Si
b) A veces
c) No

PROMEDIO DIARIO DE LIQUIDOS

17.- ¿Cuál es tu consumo promedio diario de líquidos?
a) Medio litro a 1 litro
b) 1.5 litros
c) Más de 1.5 litros

FICHA DE EVALUACIÓN NUTRICIONAL DEL ADOLESCENTE

N°	Apellidos y nombres	Fecha de Nacimiento	Edad	sexo		Peso Kg	Talla cm	I.M.C
				F	M			
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								

Anexo 03

Relaciones métricas y baremo

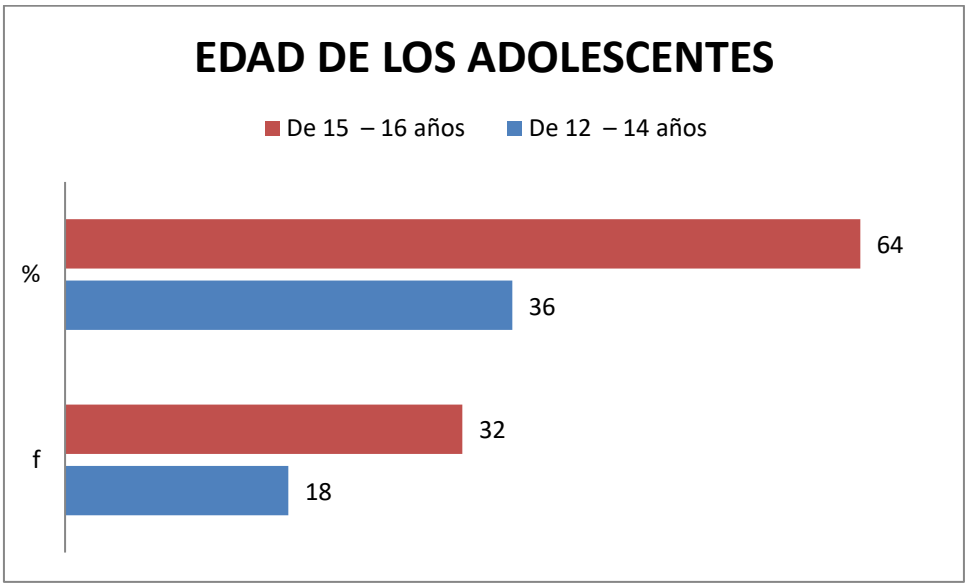


Figura 1:Edad de los adolescentes en los hábitos alimenticios y el estado nutricional que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023

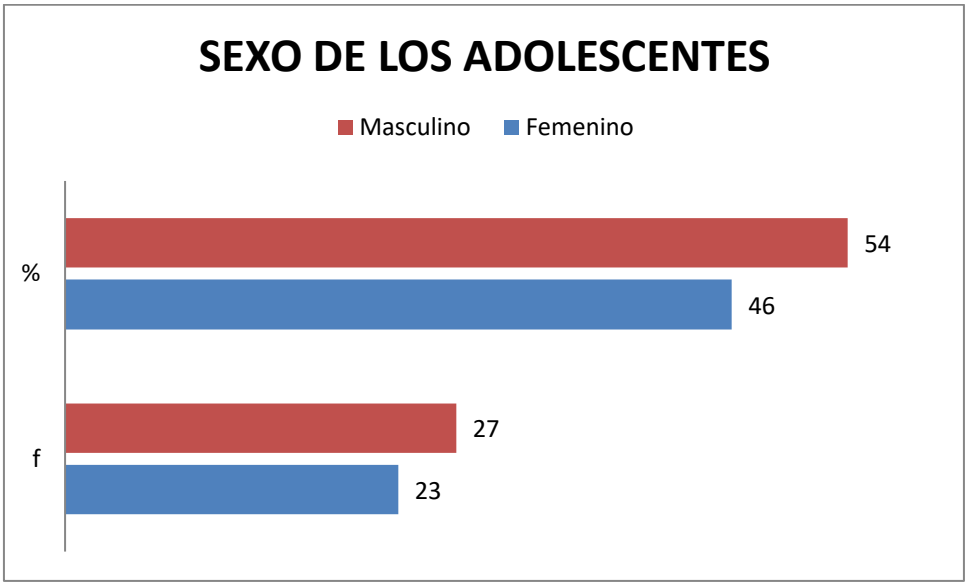


Figura 2: Sexo de los adolescentes en los hábitos alimenticios y el estado nutricional que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023

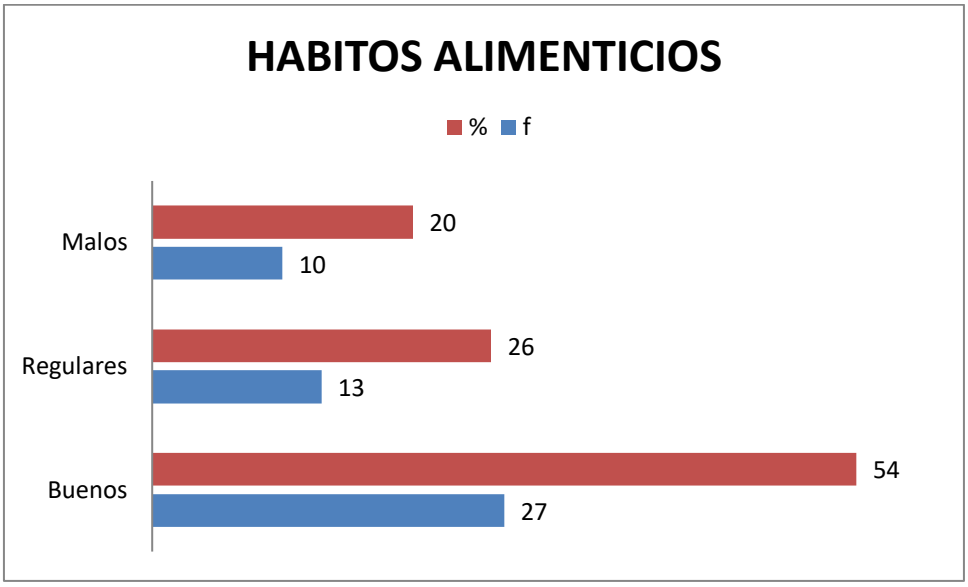


Figura 3: *Los hábitos alimenticios de los adolescentes que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023*

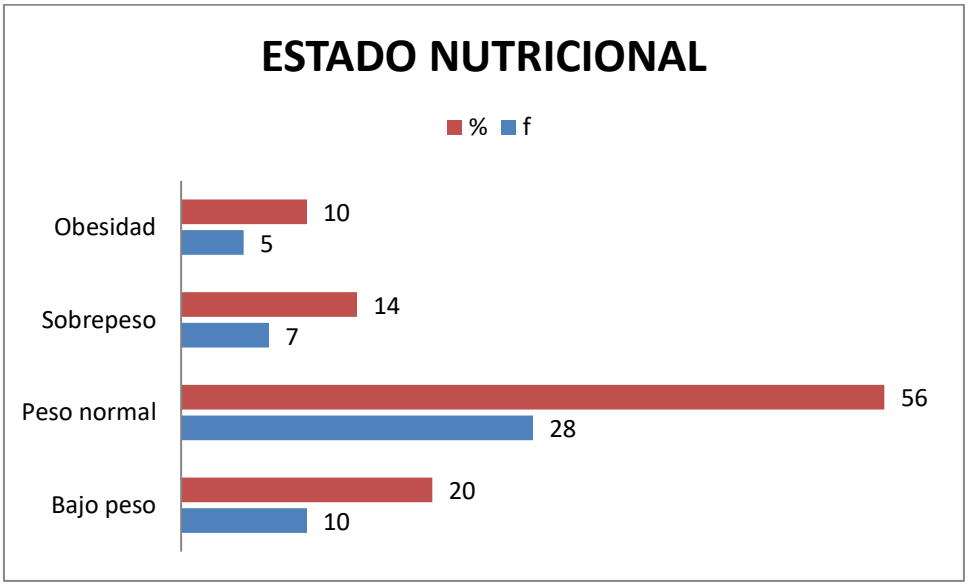


Figura 4: El estado nutricional de los adolescentes que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023

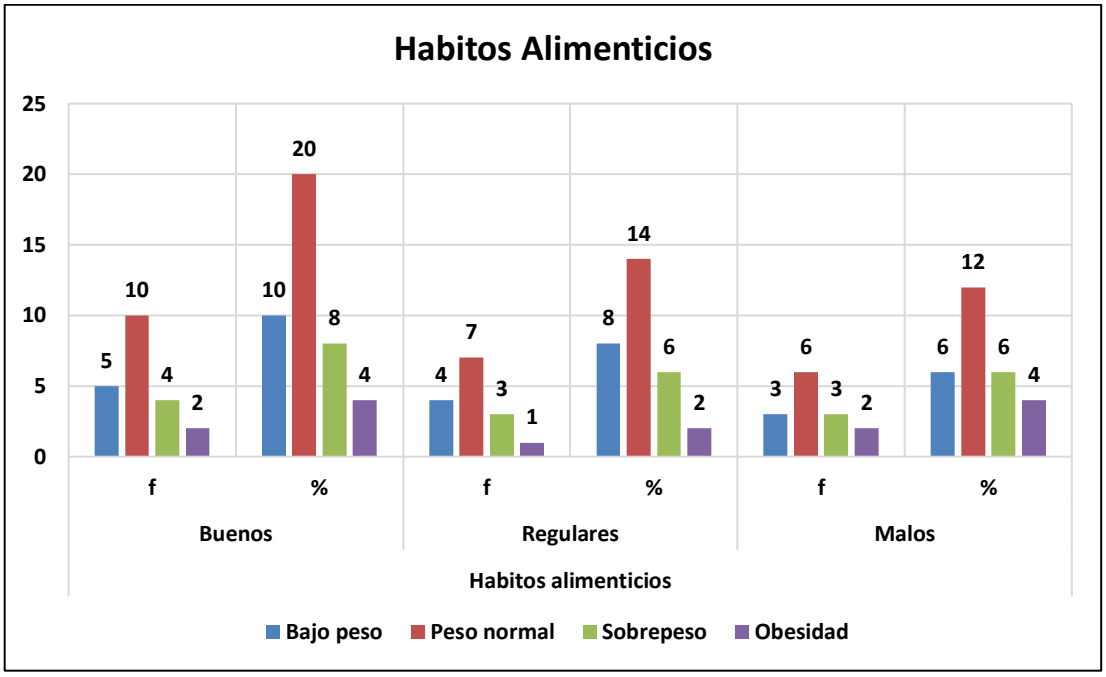


Figura 5: Relación de variables entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los adolescentes que acuden al centro de salud El Obrero Sullana 2023

Anexo 4

Informe de conformidad del asesor

USP UNIVERSIDAD SAN PEDRO | FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

"Año del bicentenario del Peru: 200 años de independencia"

INFORME

A : DRA. JENNY CANO MEJIA
Decana de la Facultad de Ciencias de La salud

ASUNTO : INFORME DE CONFORMIDAD DE INFORME FINAL

FECHA :03 DE ABRIL DEL 2023

REF : RESOLUCIÓN DE DIRECCIÓN DE ESCUELA N°0215-2022-USP-EPE/D

Tengo a bien dirigirme a usted para saludarla cordialmente y al mismo tiempo informarle que la Tesis titulada **"Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023"** de el(la) bachiller **ESTRADA NOLE LUCY NATALY,** ya se encuentra en condición de ser revisado por los miembros del jurado evaluador.

Contando con su amable atención al presente es ocasión propicia para renovarle las muestras de mi especial deferencia personal.

Atentamente.

Mg. Aranda Benites Elida Egberta
CODIGO ORCID N° 0000-0001-6141-0685
ASESORA

Anexo 5

Documentación administrativa

PERÚ Ministerio de Salud

CONSEJO REGIONAL PIURA

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANIA NACIONAL"

DE : **LIC. YARLEQUE ZUÑIGA MARILYN**
JEFA ENFERMERIA C.S. EL OBRERO - SULLANA

PARA : **MG. ELIDA EGBERTA ARANDA BENITES**
COORDINADORA ENFERMERIA USP – FILIAL PIURA

ASUNTO : **AUTORIZACION PARA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION.**

Mg. Elida Egberta Aranda Benites, Coordinadora Académica de la Universidad San Pedro Filial Piura, tengo el agrado de dirigirme a Usted y a la vez informarle que e recibido en mi despacho la solicitud enviada por la señorita **ESTRADA NOLE LUCY NATALY,** estudiante de enfermería de su casa de estudios, quien está desarrollando su Tesis con pacientes pertenecientes a Nuestro Centro, solicitando autorización para usar el nuestro Nombre en su Trabajo de Investigación y además se le brinde información acerca de la problemática existente sobre "**Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023**"

Por lo que esta Jefatura autoriza lo requerido por la estudiante con la finalidad de poder culminar su Tesis y así obtener su Título profesional en pro de su superación personal.

Atentamente,

Piura, 27 de Enero del 2023

PERÚ Ministerio de Salud SUB REGION DE SALUD LUCIANO CASTILLO COLONNA

Marilyn G. Yarleque Zuñiga
CEP 057584

Anexo 6

Repositorio institucional

USP
UNIVERSIDAD SAN PEDRO

REPOSITORIO INSTITUCIONAL DIGITAL

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

1. Información del Autor		
ESTRADA NOLE LUCY NATALY	46935760	estradalucy987@gmail.com
Apellidos y Nombres	DNI	Correo Electrónico

2. Tipo de Documento de Investigación							
X	Tesis		Trabajo de Suficiencia Profesional		Trabajo Académico		Trabajo de Investigación

3. Grado Académico o Título Profesional [1]									
	Bachiller	X	Título Profesional		Título Segunda Especialidad		Maestría		Doctorado

4. Título del Documento de Investigación
Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

5. Programa Académico
ENFERMERÍA

6. Tipo de Acceso al Documento			
X	Abierto o Público [4] *(info:eu-repo/semantics/openAccess)*		Acceso restringido [4] *(info:eu-repo/semantics/restrictedAccess) (*)*
(*) En caso de restringido sustentar motivo			

A. Originalidad del Archivo Digital

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador y forma parte del proceso que conduce a obtener el grado académico o título profesional.

B. Otorgamiento de una licencia CREATIVE COMMONS [5]

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Institucional Digital, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento. [6]

Lugar	Día	Mes	Año
Chimbote	08	03	2023

Huella Digital

Firma

Importante

1. *Según Resolución de Consejo Directivo N 033-2016-SUNEDU-CD, Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar Grados Académicos y Títulos Profesionales, Art. 8, inciso 8.2.*
2. *Ley N° 30035 Ley que regula el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto y D.S. 006-2015-PCM.*
3. *Si el autor eligió el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad San Pedro una licencia no exclusiva, para que se pueda hacer arreglos de forma en la obra y difundir en el Repositorio Institucional Digital. Respetando siempre los Derechos de Autor y Propiedad Intelectual de acuerdo y en el Marco de la Ley 822.*
4. *En caso de que el autor elija la segunda opción, únicamente se publicará los datos del autor y resumen de la obra, de acuerdo a la directiva N° 004-2016-CONCYTEC-DEGC (Numerales 5.2 y 6.7) que norma el funcionamiento del Repositorio Nacional Digital.*
5. *Las licencias Creative Commons (CC) es una organización internacional sin fines de lucro que pone a disposición de los autores un conjunto de licencias flexibles y de herramientas tecnológicas que facilitan la difusión de información, recursos educativos, obras artísticas y científicas, entre otros. Estas licencias también garantizan que el autor obtenga el crédito por su obra.*
6. *Según el inciso (2.2, del artículo (2° del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales - RENATI "Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los metadatos en sus repositorios institucionales precisando si son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI, a través del Repositorio ALICIA".*

Nota. - En caso de falsedad en los datos, se procederá de acuerdo a ley (Ley 27444, art. 32, núm. 32.3).

UNIVERSIDAD SAN PEDRO | Repositorio Institucional Digital

Anexo 7

Reporte de similitud

Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

28%	27%	5%	10%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	dspace.ucuenca.edu.ec Fuente de Internet	5%
2	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	www.repositorio.usac.edu.gt Fuente de Internet	3%
4	www.repositorioacademico.usmp.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	2%
6	repositorio.uap.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	core.ac.uk Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Privada San Pedro Trabajo del estudiante	1%
9	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	

		1 %
10	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	docplayer.es Fuente de Internet	1 %
12	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	1 %
13	repositorio.upci.edu.pe Fuente de Internet	1 %
14	1library.co Fuente de Internet	1 %
15	repositorio.unach.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
16	Submitted to Universidad Estatal de Milagro Trabajo del estudiante	<1 %
17	Submitted to Ministerio de Educación de Perú - COAR Trabajo del estudiante	<1 %
18	docplayer.com.br Fuente de Internet	<1 %
19	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %

20	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	<1 %
21	publicaciones.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
22	repositorio.puce.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
23	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
24	Cuevas Vargas Patricia Guadalupe. "Sedentarismo y su relación con variables antropométricas y estilos de vida en estudiantes del nivel bachillerato y licenciatura", TESIUNAM, 2014 Publicación	<1 %
25	archive.org Fuente de Internet	<1 %
26	Submitted to Universidad Femenina del Sagrado Corazón Trabajo del estudiante	<1 %
27	repositorio.cientifica.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
28	repositorio.uam.es Fuente de Internet	<1 %
29	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	

		<1 %
30	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
31	dspace.unl.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
32	revistas.unal.edu.co Fuente de Internet	<1 %
33	www.tripadvisor.com.ar Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas	Apagado	Excluir coincidencias	< 10 words
Excluir bibliografía	Activo		

Anexo 8

Base de datos

Variables:

Hábitos alimenticios

Estado Nutricional

Nº	V1	V2	V3	V4	V5	V6	V7	V8	V9	V10	V11	V12	V13	V14	V15	V16	V17	V1	V2	V3	V4	V5	VI	VD
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	51	15
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	51	15
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	49	15
4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	47	13
5	3	3	2	2	1	2	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	42	13
6	2	3	2	2	1	2	1	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	39	13
7	2	3	2	2	1	2	1	3	3	1	3	2	1	3	1	2	3	1	3	1	2	3	35	10
8	2	3	3	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	1	2	3	1	3	1	2	3	33	10
9	2	3	3	3	1	2	1	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	1	2	2	36	10
10	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	1	2	2	38	10
11	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	40	12
12	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	39	13
13	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	38	12
14	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	42	13
15	3	2	3	2	2	3	3	3	1	2	3	2	2	1	2	1	3	2	1	2	1	3	38	9
16	3	2	3	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	1	2	1	3	3	1	2	1	3	39	10
17	3	2	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	3	1	2	3	3	3	1	2	3	3	42	12
18	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	44	13
19	1	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	40	13
20	1	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	41	14
21	1	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	41	14
22	1	3	3	1	1	2	2	1	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	37	13
23	1	3	3	1	1	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	40	13
24	1	3	3	1	1	3	2	1	3	3	2	3	1	3	3	2	2	1	3	3	2	2	37	11

25	1	3	3	1	1	3	2	1	3	3	2	3	1	3	3	2	2	1	3	3	2	2	37	11
26	1	3	3	1	2	3	2	1	3	3	2	3	1	3	3	2	2	1	3	3	2	2	38	11
27	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	42	9
28	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	42	10
29	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	44	11
30	3	3	3	3	2	1	3	3	1	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	39	11
31	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	40	11
32	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	40	11
33	3	1	3	3	3	2	3	3	3	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	39	11
34	3	1	3	3	3	2	3	3	3	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	42	14
35	3	1	1	3	2	2	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	40	14
36	3	1	1	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	41	14
37	3	3	1	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	41	14
38	3	3	1	1	2	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	41	14
39	3	3	1	2	2	1	3	1	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	2	1	3	38	12
40	2	3	1	2	2	1	3	1	2	3	2	1	3	3	2	1	3	3	3	2	1	3	35	12
41	2	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	3	2	3	2	1	3	37	11
42	2	1	2	2	3	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	2	1	1	1	3	30	8
43	2	1	2	1	3	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	2	1	1	1	3	29	8
44	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	2	1	1	1	3	26	8
45	2	1	3	1	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	1	3	1	2	1	1	3	1	31	8
46	3	1	3	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	1	3	3	1	2	1	3	3	1	36	10
47	3	1	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	43	13
48	3	1	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	44	14
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50	15
50	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	51	15

Anexo 9

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	VARIABLE	OBJETIVOS	HIPOTESIS	METODOLOGIA
¿Cuál es la relación la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero Sullana?	Los hábitos alimenticios de los adolescentes	General: Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero Sullana	Los hábitos alimenticios tienen relación significativa con el estado nutricional de los adolescentes Centro de Salud El Obrero Sullana.	Tipo y diseño La actual investigación será un trabajo de campo de tipo descriptivo, cuantitativo con un enfoque correlacional, y de corte transversal. Población y muestra Estará compuesta por 57 adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero Y la muestra será de 50 adolescentes
	El estado nutricional de los adolescentes	Específicos: Identificar los hábitos alimenticios de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero. Evaluar el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 años que asisten al Centro de Salud El Obrero. Relacionar los hábitos alimenticios con el estado nutricional de los adolescentes de 12 a 16 año9s que asisten al Centro de Salud El Obrero.	Hipótesis negativa: Los hábitos alimenticios no tienen relación significativa con el estado nutricional de los adolescentes Centro de Salud El Obrero Sullana.	

Anexo 10

DERECHOS DE AUTORÍA Y DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, Estrada Nole Lucy Nataly, con Documento de Identidad Nº 46935760, autora de la tesis Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2023 y a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad San Pedro, declaro bajo juramento que:

1. La presente tesis es de mi autoría. Por lo cual otorgo a la Universidad San Pedro la facultad de comunicar, divulgar, publicar y reproducir parcial o totalmente la tesis en soportes analógicos o digitales, debiendo indicar que la autoría o creación de la tesis corresponde a mi persona.
2. He respetado las normas internacionales de cita y referencias para las fuentes consultadas, establecidas por la Universidad San Pedro, respetando de esa manera los derechos de autor.
3. La presente tesis no ha sido publicada ni presentada con anterioridad para obtener grado académico título profesional alguno.
4. Los datos presentados en los resultados son reales; no fueron falseados, duplicados ni copiados; por tanto, los resultados que se exponen en la presente tesis se constituirán en aportes teóricos y prácticos a la realidad investigada.
5. En tal sentido de identificarse fraude plagio, auto plagio, piratería o falsificación asumo la responsabilidad y las consecuencias que de mi accionar deviene, sometiéndome a las disposiciones contenidas en las normas académicas de la Universidad San Pedro.

Piura, abril de 2023

Anexo 11

PROTECCION DE LOS DERECHOS HUMANOS DE LOS SUJETOS

Previa a la aplicación del instrumento, se les hará firmar un consentimiento informado a cada uno de los sujetos. Se le informará detalladamente el procedimiento de la investigación la que tendrá en cuenta el respeto y dignidad de la persona. Se respetará su derecho a la autodeterminación y el conocimiento irrestricto de la información, protegiendo su integridad física, moral y psicológica, respetando su decisión y voluntad.

El instrumento será anónimo a fin de proteger el derecho de privacidad de los sujetos en estudio.

El instrumento, se usará para fines de la investigación teniendo en cuenta el principio de beneficencia y no maleficencia: se hará conocer que la información requerida no va a ser usada en contra del sujeto de estudio y que tampoco se buscará obtener algún beneficio económico.

Durante la aplicación del instrumento los sujetos se les darán un trato justo y privacidad como también los cuestionarios serán eliminados de manera conveniente utilizando mecanismo de confidencialidad y anonimato.

Anexo 12

CERTIFICACIÓN DE LA VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

UNIVERSIDAD SAN PEDRO

TITULO: Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2021

FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUIA DE PAUTAS

INDICADORES	CRITERIO	DEFICIENTE 0-20				REGULAR 21-40				BUENA 41-60				MUY BUENA 61-80				EXCELENTE 81-100				OBSERVACIONES
ASPECTOS DE VALIDACIÓN		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. CLARIDAD	Esta formulado con un lenguaje apropiado																	85				
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables																	82				
3. ACTUALIDAD	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																	85				
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización logica entre sus items																	84				
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos necesarios en calidad																	85				
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																	85				
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos- científicos de la investigación																	85				
8. COHERENCIA	Tiene relación entre las variables e indicadores																	84				
9. METODOLOGIA	La estrategia responde a la elaboración de la investigación																	83				

INSTRUCCIONES: Este instrumento sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalue la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados

Piura, noviembre ,2021

NOMBRE LIC.: Elisa Sánchez Campos

CEP: 090321

FIRMA Y SELLO:

Elisa Sánchez Campos
LICENCIADA EN ENFERMERIA
C.E.P. N° 090321

UNIVERSIDAD SAN PEDRO

TITULO: HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL, ADOLESCENTES DE 12 A 16 AÑOS QUE ASISTEN AL C.S EL OBRERO SULLANA, 2021

FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUIA DE PAUTAS

INDICADORES	CRITERIO	DEFICIENTE 0 - 20				REGULAR 21 - 40				BUENA 41 - 60				MUY BUENA 61 - 80				EXCELENTE 81 -100				OBSERVACIONES
ASPECTOS DE VALIDACIÓN		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. CLARIDAD	Esta formulado con un lenguaje apropiado																		90			
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables																	85				
3. ACTUALIDAD	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																		90			
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización logica entre sus items																		90			
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos necesarios en calidad																		90			
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																		90			
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos- científicos de la investigación																	85				
8. COHERENCIA	Tiene relación entre las variables e indicadores																		90			
9. METODOLOGIA	La estrategia responde a la elaboración de la investigación																		90			

INSTRUCCIONES: Este instrumento sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalue la pertinencia, eficacia del instrumentoi que se esta validando. Debera colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados

Piura, ,2021

NOMBRE LIC.: Aura Yriana Ramos Prado.

CEP: 088199

FIRMA Y SELLO:

Aura Y. Ramos Prado
LICENCIADA EN ENFERMERIA
C.E.P. Nº 088199

UNIVERSIDAD SAN PEDRO

TITULO: Hábitos alimenticios y estado nutricional, adolescentes de 12 a 16 años que asisten al C.S El Obrero Sullana, 2021

FICHA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO: GUIA DE PAUTAS

INDICADORES	CRITERIO	DEFICIENTE 0 - 20				REGULAR 21 - 40				BUENA 41 - 60				MUY BUENA 61 - 80				EXCELENTE 81 -100				OBSERVACIONES
ASPECTOS DE VALIDACIÓN		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. CLARIDAD	Esta formulado con un lenguaje apropiado																	81				
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables																	81				
3. ACTUALIDAD	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																80					
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización logica entre sus items																	81				
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos necesarios en calidad																	81				
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																	81				
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos- científicos de la investigación																	81				
8. COHERENCIA	Tiene relación entre las variables e indicadores																	81				
9. METODOLOGIA	La estrategia responde a la elaboración de la investigación																	81				

INSTRUCCIONES: Este instrumento sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalue la pertinencia, eficacia del instrumentoi que se esta validando. Debera colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados

Piura, ,2021

NOMBRE LIC.: LUCY CAROLINA GOMEZ RISCO

CEP: 45148

FIRMA Y SELLO:

MINISTERIO DE SALUD
Lic. Enf. Lucy Gómez Risco
DIS. ESP. EN CUIDADOS CRÍTICOS Y EMERGENCIA
CEP. 45148 - RNE. 13272