



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN
NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES
DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. BEATRIZ BRISAIDA CCOA LEON

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

JULIACA – PERÚ

2025



UNIVERSIDAD ANDINA

NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN
NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES
DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. BEATRIZ BRISAIDA CCOA LEON

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

APROBADA POR EL JURADO REVISOR:

PRESIDENTE

:


Dra. MARIA CONCEPCIÓN FIGUEROA VILCA

PRIMER MIEMBRO

:


Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA

SEGUNDO MIEMBRO

:


Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE

ASESOR DE TESIS

:


M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

:

SALUD PÚBLICA - P07



RESOLUCIÓN DECANAL N° 677 -2025-D-FCS-UANCV

Juliaca, 12 de agosto del 2025

VISTOS:

El Expediente N° 2025 -5998 en el cual solicita fecha y hora para Sustentación de Tesis y el Dictamen de Aprobación, emitido por el Jurado Evaluador del trabajo de investigación titulado: **CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024**

CONSIDERANDO:

Que, es necesario dar cumplimiento a la Ley 30220, al Estatuto Universitario y al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad y de la Facultad de Ciencias de la Salud, para la fijación de fecha y hora para la sustentación de tesis.

En uso de las atribuciones conferidas a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud y, estando al informe de la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad.

SE RESUELVE:

PRIMERO: Ratificar a los jurados para la Sustentación de Tesis para optar el Título Profesional de **LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA** del (la) bachiller: **CCOA LEON BEATRIZ BRISAIDA** habiéndose designado por sorteo a los siguientes docentes;

- * **Presidente** : Dra. MARIA CONCEPCIÓN FIGUEROA VILCA
- * **1er. Miembro** : Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA
- * **2do. Miembro** : Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE

- * **Asesor (a)** : M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ

SEGUNDO: Fijar la programación de Sustentación de Tesis para el:

DIA : **Viernes 15 de Agosto del 2025**
HORA : **11:00 HORAS**
LOCAL : **Salón de Grados de la Facultad de Ciencias de la Salud**

TERCERO: Realizado la Sustentación, el Jurado levantará el Acta en el libro respectivo, donde indicará el resultado obtenido por el Bachiller sustentante.

CUARTO: La Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud y el jurado, quedan encargados de dar cumplimiento a la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese y Cúmplase.



DISTRIBUCIÓN:
- Jurados (3)
- Interesado (1)
- Asesor de Tesis (1)
- Archivo FCS 2025(1)



RESOLUCIÓN DECANAL N° 429-2025-D-FCS-UANCV

Juliaca, 09 de junio del 2025

VISTOS:

El Informe N° 130-2025-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, de fecha 05 de junio del egresado (a) **CCOA LEON BEATRIZ BRISAIDA** quien solicita la aprobación del Informe Final Titulado: **CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024** para optar el título profesional de **LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA**

CONSIDERANDO;

Que, la Dirección de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento a la Resolución N° 102-2023-CF-FCS-UANCV y con la aprobación del informe final por los siguientes miembros de jurado y asesor:

- * **Presidente** : Dra. MARIA CONCEPCIÓN FIGUEROA VILCA
- * **1er. Miembro** : Dra. MARYLUZ CRUZ COLCA
- * **2do. Miembro** : Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE

- * **Asesor (a)** : M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ

Estando en la opinión técnica favorable de la Unidad de Investigación, en concordancia con el Reglamento interno de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria N° 24661 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, el **INFORME FINAL** de **INVESTIGACIÓN**, presentado por el (la) egresado (a): **CCOA LEON BEATRIZ BRISAIDA** para optar el Título Profesional de **LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA** Con la tesis titulado: **CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024** correspondiente a la Línea de investigación **SALUD PÚBLICA P07**

ARTICULO SEGUNDO.- DISPONER que, La Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y secretaria académica de la facultad de ciencias de la salud, quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



Distribución: Decanato, EP: ENF Archivo.

**RESOLUCIÓN DECANAL N° 1284-2024-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 04 de octubre del 2024

VISTOS:

El Informe N° 090-2024-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, y la copia del acta de Registro de la Propuesta de Investigación de fecha 01 de octubre de la E.P. de Enfermería, folio 000000116;

CONSIDERANDO:

Que, el (la) egresado (a) **CCOA LEON BEATRIZ BRISAIDA** ha presentado y solicitado la aprobación de la propuesta de Investigación titulado: **CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024** correspondiente a la línea de investigación: **SALUD PUBLICA;**

Que, la Dirección de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento a la Resolución N° 102-2023-CF-FCS-UANCV comunico que el **Comité de Investigación** para la evaluación de la propuesta de Investigación está conformado por los siguientes docentes:

- * **Presidente** : **Dra. MARIA AMPARO DEL PILAR CHAMBI CATACORA**
- * **1er. Miembro** : **Dra. SANDRA ALEJANDRA FERNANDEZ MACEDO**
- * **2do. Miembro** : **Dra. SONIA BENITA FERNANDEZ TAPIA**

Que, la Directora de la Unidad de Investigación ha emitido la Opinión Técnica N° 390-2024-UANCV-FCS-UI-CI sobre la evaluación de la propuesta de investigación, emitiendo opinión favorable para que se emita la resolución de aprobación de la propuesta de investigación;

Estando opinión técnica favorable de la Unidad de Investigación, en concordancia con el Reglamento de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria, Resolución de Institucionalización 1287-92- y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

APROBAR, la PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN, presentado por el (la) egresado (a) **CCOA LEON BEATRIZ BRISAIDA** para optar el título profesional de: **LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA:** titulado: **CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024**

La propuesta de Investigación deberá **ejecutarse** de acuerdo a lo establecido en el Reglamento de la Unidad de Investigación con fines de obtención de Grados Académicos y Títulos Profesionales, y el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud.

ARTICULO SEGUNDO.- RECONOCER, como **ASESOR(A)** de la **PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN** al(la) Docente Ordinario(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud **Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA**

ARTICULO TERCERO.- DISPONER que, La Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y la Directora de la Escuela profesional de Enfermería quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.

Distribución: Decanato, EP: Enfermería Archivo.





20% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 16% Fuentes de Internet
- 5% Publicaciones
- 16% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

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

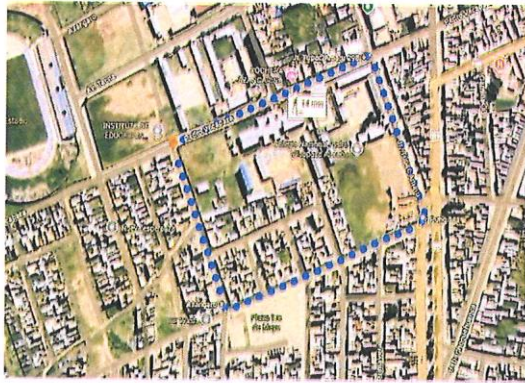
Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



METADATOS COMPLEMENTARIOS

Título de la tesis	
<p>CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024</p>	
Datos de autor	
Nombres y apellidos	BEATRIZ BRISAIDA CCOA LEON
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	74505042
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0009-9237-8126
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	02064784
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-3688-7419
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	MARIA CONCEPCIÓN FIGUEROA VILCA
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02401506
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	MARYLUZ CRUZ COLCA
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	29590767
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	29344129



Datos de investigación	
Línea de investigación	SALUD PÚBLICA - P07
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	<p>País: Perú</p> <p>Departamento: Puno</p> <p>Provincia: Azángaro</p> <p>Distrito: Azángaro</p> <p>Coordenadas:</p> <p>Latitud: -14.8655496</p> <p>Longitud: -70.0201447</p> <p>https://maps.app.goo.gl/dwDLMYurySza8JV47</p> 
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Octubre 2024 – Agosto 2025
URL de disciplinas OCDE	<p>Ciencias de la salud</p> <p>https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.00</p> <p>Enfermería</p> <p>https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.03</p>



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CUSCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Maria Concepción Pigueroa Vilca
Dra. María Concepción Pigueroa Vilca
DIRECTORA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FCS



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo BEATRIZ BRISAIDA CCOA LEON, identificado con DNI Nro. 74505042 en mi condición de egresado de:

- Escuela Profesional**
- Programa de Segunda Especialidad,**
- Programa de Maestría o Doctorado**

ENFERMERÍA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación, Trabajo Académico denominada:
CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024

Asesorado por: M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

El incumplimiento de lo declarado da lugar a responsabilidad del declarante, en consecuencia; a través del presente documento asumo frente a terceros, la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez y/o la Administración Pública toda responsabilidad que pueda derivarse por el trabajo final presentado. Lo señalado incluye responsabilidad pecuniaria incluido el pago de multas u otros por los daños y perjuicios que se ocasionen.

Juliaca 15 de SETIEMBRE del 2025

Firma del Asesor
(obligatoria)

FIRMA (obligatoria)



Huella



DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis padres el esfuerzo que me impulsaron durante mi formación académica por el apoyo económico y su amor constante siendo fundamental para mi desarrollo profesional.



AGRADECIMIENTO

Doy gracias a dios por darme siempre fuerzas para continuar y guiarme en el camino agradezco a mi casa de estudios, durante mi formación experimente el apoyo de mis docentes compartiendo experiencias y brindándome sabiduría, me llevo un bonito recuerdo gracias por formar parte de mi vida profesional.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA iii

AGRADECIMIENTO iv

ÍNDICE GENERAL..... v

ÍNDICE DE TABLAS viii

RESUMEN..... x

ABSTRACT xi

INTRODUCCIÓN xii

CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA..... 1

 1.1.1. Problema general5

 1.1.2. Problemas específicos.....5

1.2. OBJETIVOS.....6

 1.2.1. Objetivo general.....6

 1.2.2. Objetivos específicos6

1.3. JUSTIFICACIÓN.....6

 1.3.1. Justificación teórica6

 1.3.2. Justificación practica7

 1.3.3. Justificación metodológica.....7

1.4. HIPÓTESIS.....8

 1.4.1. Hipótesis general.....8

 1.4.2. Hipótesis específicas.....8



1.5. VARIABLES.....8

1.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES9

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN 10

 2.1.1. A nivel internacional..... 10

 2.1.2. A nivel nacional..... 15

 2.1.3. A nivel regional..... 20

2.2. MARCO TEÓRICO24

2.3. MARCO CONCEPTUAL.....45

CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....46

3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN47

3.3. MÉTODOS APLICADOS A LA INVESTIGACIÓN47

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA47

 3.4.1. Población47

 3.4.2. Muestra47

3.5. TÉCNICAS, FUENTES E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN48

 3.5.1. Técnicas.....48

 3.5.2. Instrumentos48

3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS50

3.7. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS.....50



3.8. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO51

 3.8.1. Validez51

 3.8.2. Confiabilidad51

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS Y DISCUSIÓN53

CONCLUSIONES70

RECOMENDACIONES71

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS72

ANEXOS76

ANEXO 1. MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN DE DATOS.....77

ANEXO 2. MATRIZ DE CONSISTENCIA84

ANEXO 3. ASENTIMIENTO INFORMADO86

ANEXO 4. INSTRUMENTOS87

ANEXO 5. VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO96

ANEXO 6: AUTORIZACIÓN DONDE SE REALIZÓ LA INVESTIGACIÓN ...97



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Rol de los padres en la preparación de alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024.....	54
Tabla 2.	Mitos y creencias alimentarias asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024.	56
Tabla 3.	Comportamiento alimentario de la familia asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024.	58
Tabla 4.	Criterios en preparación de alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024.	60
Tabla 5.	Disponibilidad de alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024.	62
Tabla 6.	Acceso a los alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024.	64



Tabla 7.	Consumo de alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024.	66
Tabla 8.	Valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024.....	68



RESUMEN

Objetivo: Analizar la cultura familiar alimentaria asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Bif Azángaro 2024. **Método:** Un estudio no experimental centrado en la búsqueda de conexiones numéricas, con 171 estudiantes de quinto grado de secundaria. Para la variable 1, utilizaron la guía de entrevistas. Esta se dirigió a las madres de estos niños, tomada de Lissette A. Vega E. Su guía de entrevistas analiza cómo la cultura alimentaria familiar influye en los estudiantes. La ajustaron ligeramente y comprobaron su funcionamiento. En el caso de la variable 2 se utilizó una guía de observación para la valoración nutricional antropométrica. **Resultados:** Las características de la cultura familiar asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria. En el indicador rol de los padres en la preparación de alimentos el 52,0% mencionan que la madre es responsable de la preparación de los alimentos (P: 0,000), el 35,1% si tiene mitos y creencias (estar gordito, tener buena salud) (P:0,000), el 52,6% los horarios de alimentación son adecuados y comparten con la familia (P: 0,000), el 42,1% preparan en casa los alimentos al vapor (P: 0,000). Un análisis de la relación entre la seguridad alimentaria y la salud nutricional de los estudiantes de quinto grado de secundaria. En cuanto a la disponibilidad de alimentos, el 63,7% de los estudiantes obtiene lo suficiente (P = 0,000). En cuanto al acceso a los alimentos, el 62,4% tiene lo que necesita (P = 0,000). Solo el 43,9% consume suficientes alimentos (P = 0,000). Al realizar una evaluación nutricional (prueba antropométrica), el 53,2% se encuentra dentro del rango normal, el 30,4% presenta sobrepeso y el 16,4% no pesa lo suficiente. En resumen, los hábitos alimentarios familiares se relacionan con la puntuación de estos niños en su evaluación nutricional en una escuela secundaria de 28 años, Perú Bif Azángaro 2024. Las ideas que se probaron se sostienen, ya que todos los indicadores muestran resultados sólidos (valor $p < 0,05$).

Palabras clave: Cultura familiar, Estado nutricional, Índice de masa corporal.



ABSTRACT

Objective: To analyze the family food culture associated with the anthropometric nutritional assessment of fifth-grade students at the A-28 Peru Birf Azángaro 2024 secondary school. **Method:** A non-experimental study focused on the search for numerical connections, with 171 fifth-grade secondary school students. For variable 1, they used the interview guide. This was addressed to the mothers of these children, taken from Lissette A. Vega E. Her interview guide analyzes how family food culture influences students. They adjusted it slightly and tested its operation. In the case of variable 2, an observation guide was used for the anthropometric nutritional assessment. **Results:** The characteristics of family culture associated with the anthropometric nutritional assessment of fifth-grade students at the secondary school. In the indicator "Parents' role in food preparation", 52.0% mention that the mother is responsible for food preparation (P: 0.000), 35.1% do have myths and beliefs (being chubby, being healthy) (P: 0.000), 52.6% have adequate meal times and share food with the family (P: 0.000), 42.1% steam food at home (P: 0.000). An analysis of the relationship between food security and nutritional health of fifth-grade secondary school students. Regarding food availability, 63.7% of students get enough (P = 0.000). Regarding food access, 62.4% have what they need (P = 0.000). Only 43.9% consume enough food (P = 0.000). Upon nutritional assessment (anthropometric test), 53.2% were within the normal range, 30.4% were overweight, and 16.4% were underweight. In summary, family eating habits were related to these children's nutritional assessment scores at a 28-year-old secondary school in Peru (BIRF Azángaro 2024). The tested ideas are supported, as all indicators show robust results (p-value <0.05).

Keywords: Family culture, nutritional status, Body mass index.



INTRODUCCIÓN

Este estudio analiza la relación entre la cultura alimentaria familiar y el estado nutricional de los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria A 28 Perú Birf en Azángaro, Puno, durante el año 2024. Se observa que los hábitos alimentarios de los estudiantes están influenciados por las tradiciones y costumbres familiares, las cuales refuerzan tanto la identidad cultural como la socialización. Sin embargo, se identifican prácticas alimentarias inadecuadas, como horarios irregulares de comida y falta de higiene, que afectan negativamente la salud de los estudiantes.

En Azángaro, se evidencia un patrón preocupante: estudiantes con hábitos alimentarios deficientes. Se identifican casos de sobrepeso y patrones de alimentación poco saludables, carentes de nutrientes esenciales como proteínas y vitaminas. Muchas familias omiten comidas clave como desayuno, almuerzo o cena, y no mantienen horarios adecuados. Esto se debe, en parte, a creencias o mitos culinarios, a la ignorancia sobre los alimentos saludables y a la percepción de que estar con sobrepeso equivale a estar bien nutrido. Además, existen limitaciones en la disponibilidad y accesibilidad de alimentos, lo que revela un incumplimiento del rol protector por parte de los padres

El proceso contiene IV capítulos:

Capítulo I abarca los aspectos básicos: planteamiento del problema, objetivos, razones, conjeturas, variables y cómo medirlas. Capítulo III, se explora cómo se trabajará. Se define el diseño de la investigación, se eligen los métodos, se selecciona a quién y qué se estudiará, se utilizan las técnicas y las fuentes, y se utilizan los instrumentos. Se ponen a prueba las conjeturas. El plan para recopilar y clasificar la información a veces es confuso. Capítulo IV comparte los hallazgos, su significado, las respuestas, consejos útiles y una lista de fuentes. Cualquier información adicional se incluye en el anexo.



CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El comportamiento alimentario la cual es un grupo de comportamientos que influyen en la naturaleza de la conexión que se establece entre las personas y el acto de consumir alimentos. Muchas personas opinan que los hábitos alimentarios son adquiridos por la pericia con los alimentos, el reflejo de modelos a seguir, la disponibilidad, la posición social y las diversas tradiciones. Esta es una idea muy extendida.

Los patrones de consumo, los hábitos alimenticios y la prevalencia de la obesidad en los niños se ven influidos de manera significativa por un grupo de factores, entre estos se verán los efectos sociales, los impactos genéticos y los contextos familiares compartidos, tal y como se ha señalado.

La mayor parte de las investigaciones que se han realizado sobre el tema del consumo de alimentos en la obesidad se han centrado en establecer el número y el tipo de comidas que se consumen habitualmente, con conclusiones que se han considerado controvertidas.

Al mismo tiempo, existe un interés creciente por examinar la relación entre los hábitos alimenticios y el IMC general. Esta conexión puede



investigarse mediante el uso de instrumentos psicométricos que evalúan una amplia gama de comportamientos alimenticios, como comer sin control, comer por razones emocionales y el autocontrol cognitivo. Las culturas culinarias de las familias están asociadas con las evaluaciones nutricionales antropométricas de sus hijos que cursan 5to de secundaria. El objetivo esta enfatizado en la asociación de la cultura familiar alimentaria sobre la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes de 5to de secundaria(1)

Descripción del problema

A nivel internacional

A nivel mundial la prevalencia de obesidad está aumentando de manera progresiva en un 78,9%, tal como se ve en los diversos países en desarrollo, así también los que se encuentran en vía de desarrollo. Se ha observado en Latinoamérica una tendencia creciente hacia la obesidad y el sobrepeso, esto es un problema global. Las variables de riesgo más significativas asociadas con la obesidad infantil son las siguientes: peso al nacer, presencia de obesidad en los padres, tiempo dedicado a ver la televisión, rebote precoz de la adiposidad y tiempo dedicado a dormir. Hay otras características conductuales asociadas a esta enfermedad. Algunas de ellas son el temperamento del adolescente, la frecuencia de alimentos procesados y la preocupación de sus padres por su peso.

En lo que respecta al perfil epidemiológico de América Latina, es fundamental actualizar las áreas que aún se conocen poco. Esto se debe al incremento de la obesidad y su relevancia también. Los efectos de las familias en los hábitos alimenticios y la información que ahora se dispone



sobre la relación entre los hábitos alimenticios familiares y la obesidad infantil son dos ejemplos de los diversos temas que entran en esta categoría.

A nivel nacional

Durante la mayor parte de la historia de nuestro país, las comidas han sido un momento en el que las familias se reunían a los alrededores de la mesa para merendar juntos. A pesar de ello, las comidas desestructuradas, inoportunas e inadecuadamente preparadas se han convertido en la norma como consecuencia del ritmo frenético de la vida, la disponibilidad de productos modernos y la pérdida de los roles tradicionales. Además, como consecuencia de el incremento de damas en el ámbito laboral, estas ya no se encargan de preparar sus propias comidas. En resumen, esto ha dado lugar a un aumento de la probabilidad de padecer trastornos alimentarios, a los que en adelante nos referiremos como TA. Este hecho pone en duda las rutinas y tradiciones alimentarias que se han arraigado y transmitido en el contexto de la unidad familiar.(2)

En el contexto del comportamiento alimentario, la cual es imprescindible para la vida y sirve como vehículo para los sentimientos de placer y dolor, esta revisión se centrará en el papel que desempeñan las familias y los padres los cuales transmiten los valores sociales. En esta capacidad, se prescindirá la importancia desempeñan las familias y los padres, y le prestaremos especial atención. Además, la revisión estudiará la influencia que los métodos de crianza tienen en la alimentación, el camino que conduce a la insatisfacción con el propio cuerpo y las preocupaciones en torno a la alimentación entre las personas. Además, adoptar medidas



preventivas que fomenten una alimentación saludable y sin restricciones, así como comidas familiares frecuentes, como última cuestión que se abordará. Para ello, será necesario ver a los padres como educadores para mejorar la población en riesgo en adolescentes, con el fin de evitar estas enfermedades y permitirles detectar sus síntomas cuando aparezcan. Además, se prescinde el desarrollo de tratamientos que incluyan a la familia como agentes activos en el proceso de recuperación. Estas terapias proporcionarán a los familiares herramientas que les ayudarán a satisfacer las necesidades alimentarias que contribuyen al ajuste del peso y mejoran la salud del paciente.

A nivel regional y local

Este problema se ha dado en la región de Puno en el pasado, por lo que no es algo nuevo. En el contexto de la familia se forman los roles más importantes para el ciclo de vida. Se considera a la familia como el primer grupo social, y es dentro de este grupo donde se forman los roles más cruciales. Esto sirve para el desarrollo, la familia es de suma importancia porque es el fundamento.

En 2019, el IMC) de las personas mayores de 15 años en Puno era de 26,5 kg/m², lo que indica que la población se considera con sobrepeso. En comparación, se observó que este índice era mayor en las mujeres que en los hombres (27,1 kg/m² y 25,8 kg/m², respectivamente). Además, un examen de los niveles educativos de las personas no revela diferencias notables entre ellas. El desarrollo de un niño, el funcionamiento eficaz de su salud mental y su personalidad estarán directamente relacionados con el método en que el niño sea acogido en la estructura familiar y con el



potencial para establecer vínculos emocionales estrechos con los miembros de la familia. Esto es algo que reconoce un gran número de personas. La socialización es una de estas importantes responsabilidades, que incluye la transmisión de las normas, los principios, la cultura, las tradiciones y diferentes estilos de vida y, como resultado, en los patrones y actitudes alimentarias. Esta obligación figura en la lista de estas tareas fundamentales.(3)

Formulación del problema

1.1.1. Problema general

PG. ¿Cómo se asocia la cultura familiar alimentaria a la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024?

1.1.2. Problemas específicos

PE1. ¿Cuáles son las características de la cultura familiar asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria?

PE2. ¿Cuáles son los indicadores de la seguridad alimentaria asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria?

PE3. ¿Cuál es la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria?



1.2. OBJETIVOS

1.2.1. Objetivo general

OG. Analizar la cultura familiar alimentaria asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024

1.2.2. Objetivos específicos

OE1. Describir las características de la cultura familiar asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria.

OE2. Describir los indicadores de la seguridad alimentaria asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria.

OE3. Describir la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria.

1.3. JUSTIFICACIÓN

1.3.1. Justificación teórica

La presente investigación sirve **porque** debido a esto, hay un aumento en la cantidad de información alimentaria que tienen las familias. Los alimentos serán importantes para las familias por su sabor, la facilidad con la que se pueden preparar y su calidad general, además de los minerales y vitaminas que aportan. Este proyecto también promoverá hábitos alimenticios saludables dentro de la familia, criterios aceptables para la preparación y compra de alimentos, habilidades culinarias precisas y disponibilidad y acceso a los alimentos. Como consecuencia de esta iniciativa, los padres podrán ejercer su responsabilidad en beneficio de su



familia, lo que también mejorará la situación de esta.

1.3.2. Justificación practica

Tiene justificación práctica **para que** la importancia de incorporar a las familias en la alimentación saludable puede ser objeto de atención progresiva por parte de los educadores y otras personas que toman decisiones sobre la política educativa. El término «alimentación saludable» se refiere a una dieta que consiste en una amplia variedad de alimentos, la mayoría de los cuales son de origen vegetal. Estas comidas nos proporcionan todos los nutrientes que necesitamos para mantener nuestra salud en excelentes condiciones a lo largo de toda nuestra vida. La capacidad de elegir los alimentos adecuados es beneficiosa para la salud de las familias. Además, una dieta rica en nutrientes aumenta los niveles de energía, favorece el crecimiento y fortalece el sistema inmunológico.

1.3.3. Justificación metodológica

En la metodología la validez y fiabilidad de los instrumentos utilizados son los cimientos sobre los que se sustenta del tema mismo. Estos instrumentos también serán útiles como punto de referencia para futuras investigaciones sobre temas similares al que se ha explorado, que puedan llevarse a cabo en el futuro. La situación problemática, las investigaciones anteriores, las técnicas y los marcos teóricos se utilizarán en estos exámenes del tema. Todas las actividades desarrolladas en este trabajo de tesis servirán para otras investigaciones sobre la cultura familiar alimentaria y la valoración nutricional de los estudiantes en la dicha institución educativa.



1.4. HIPÓTESIS

1.4.1. Hipótesis general

HG. La cultura familiar alimentaria está asociado significativamente a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro.

1.4.2. Hipótesis específicas

HE1. Las características de la cultura familiar asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria son: El rol de los padres en la preparación de alimentos, mitos y creencias alimentarias, comportamiento alimentario y criterios de preparación.

HE2. Los indicadores de la seguridad alimentaria asociados a la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria son: La disponibilidad, el acceso, combinación y clasificación de alimentos.

HE3. La valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria es el sobrepeso.

1.5. VARIABLES

Variable 1: Cultura familiar alimentaria.

Variable 2: Valoración nutricional antropométrica.



1.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE VALORES
Variable 1 1. Cultura familiar alimentaria	1.1 Características de la cultura familiar	1.1.1 Rol de los padres en la preparación de alimentos	a. La madre es responsable de la preparación de alimentos b. Se turnan entre hermanos para la preparación de alimentos c. Generalmente no hay quien prepare los alimentos en casa la familia se alimenta en restaurant
		1.1.2 Mitos y creencias alimentarias	a. Si se tiene mitos y creencias (estar gordito, tener buena salud) (Saltarte las comidas te bajan de peso) b. No se tiene mitos y creencias
		1.1.3 Comportamiento alimentario de la familia	a. Los horarios para alimentarse son proporcionalmente adecuados y comparten en familia b. Los horarios de alimentación son diferentes cada quien maneja sus propios horarios. c. No sabe no opina
		1.1.4 Criterios en preparación de alimentos	a. En el hogar, generalmente preparan alimentos fritos. b. En el hogar, preparan los alimentos estofados c. Combinan la preparación entre alimentos fritos y estofados
	1.2 Seguridad alimentaria	1.2.1 Disponibilidad de alimentos.	a. Adecuado b. Regular c. Inadecuado
		1.2.2 Acceso a los alimentos.	a. Adecuado b. Regular c. Inadecuado
		1.2.3 Consumo de alimentos.	a. Adecuado b. Regular c. Inadecuado
Variable 2 2. Valoración nutricional antropométrica		2.1 Según el índice de masa corporal	a. Delgadez < 2 a < -3 DS b. Normal -1 a < +1 DS c. Sobrepeso +1 a < +2 DS d. Obesidad > +2 DS



CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. A nivel internacional

Chan, et al. (4) en su artículo: "Consumo de alimentos ultraprocesados y autóctonos en familias mayas de escolares con sobrepeso u obesidad" México 2024. Objetivo: En los hogares mayas con estudiantes con sobrepeso u obesidad, describir el consumo de comidas muy procesadas, así como de alimentos autóctonos de la región. Metodología: Un estudio cuantitativo, observacional, descriptivo y transversal al mismo tiempo. Los participantes fueron cincuenta y ocho hogares con al menos un niño en edad escolar con sobrepeso u obesidad. Se utilizó una herramienta que mide la frecuencia de la ingesta de alimentos y la dieta típica, y los alimentos se clasificaron como ultraprocesados o autóctonos. Se utilizaron estadísticas descriptivas, incluyendo desgloses por frecuencia y porcentaje, para examinar todos los datos. Resultados: El porcentaje de personas que producían alimentos en la milpa era del 15,5 %, el 89,7 % de ellas hablaba maya y el 67,2 % había completado la educación secundaria. El predominio del tomate (63,8 %) entre los alimentos indígenas que formaban parte de la dieta típica fue seguido por el consumo de chiles habaneros (46,6 %),



frijoles negros (44,8 %) y leche cruda (41,4 %). Las tortillas (96,6 %), el azúcar (77,7 %), el aceite comestible (75,9 %) y la masa (60,3 %) fueron los productos ultraprocesados que se consumían con más regularidad. Conclusiones: También hay presencia de comidas ultraprocesadas en las regiones rurales, que son ricas en calorías pero tienen un valor nutricional pobre. Con el fin de obtener alimentos locales que puedan cambiar los patrones alimenticios de los niños con sobrepeso u obesidad, la promoción sobre la salud, así como llevar a cabo la creación de huertos.

Landaeta y Jardim (5) en su artículo publicado sobre: "Valoración del estado nutricional antropométrico de escolares venezolanos de 3 a 18 años" Venezuela, 2024. Objetivo. Evaluar el estado nutricional de grupos de niños y adolescentes que asisten a trece escuelas ubicadas en comunidades consideradas vulnerables. Materiales y métodos. Estudio transversal descriptiva a 7.252 alumnos de entre tres y dieciocho años, siete de ellos ubicados en el estado Bolívar (EB) y 6 ubicados tanto en el Distrito Capital (DC) como en el estado Miranda (EM). Los sujetos del estudio fueron niños en edad preescolar de 3 a 5 años y escolares de entre seis y dieciocho años, y los resultados se desglosaron por región y sexo. EL estado nutricional de los niños en edad preescolar se utilizaron los índices de peso para la talla (W/H) y talla para la edad (H/A), mientras que para identificar a los escolares se utilizó el IMC. Tanto los valores de referencia como los puntos de corte son proporcionados por la OMS. Resultados: Ambas zonas presentaban un riesgo de EB (3,1 %) y DC-EM (3,3 %), y la proporción de niños en edad preescolar que padecían malnutrición aguda era del 1,5 %. La tasa de RC era del 8,2 %, con una tasa mayor en EB (8,5 %) y en los



varones (8,2 %). La delgadez y la delgadez grave representan el 6 % de los alumnos, mientras que la estatura baja y muy baja representan el 6,8 %, y el sobrepeso muy bajo representa entre el 1 % y el 1,4 % de los escolares. Conclusión. Los primeros 1000 días y la influencia de la malnutrición infantil, que deja su huella en la baja estatura, muestran que la RC es mayor que la RD en los niños en edad preescolar. En comparación con estudios anteriores, este presentó tasas mucho más bajas de malnutrición aguda, retraso en el crecimiento y delgadez. Esto podría ser el resultado de la existencia de algunas variables protectoras que deben investigarse.

Morales y Rodríguez (6) en su artículo publicado: "Preferencias y conductas alimentarias en adolescentes de secundaria básica" Ciudad de la Habana 2021" Objetivo: Examinar las preferencias y conducta alimentaria de adolescentes de secundaria. Métodos: Se llevó a cabo una investigación transversal en la E.S. José Martí, en la que participaron un total de 94 adolescentes. Todos los participantes completaron un cuestionario sobre el número de veces que comían sus comidas principales y la cantidad de alimentos que consumían semanalmente. Para determinar si existía o no una correlación entre las variables, se utilizó la prueba de chi-cuadrado. Resultados: Las niñas constituían la mayor parte del grupo, alrededor del 55 %. La edad promedio rondaba los 13 años, más o menos. La mayoría de los niños se saltaban varias comidas (lo cual no es muy bueno). Consumían muchas grasas, dulces y bocadillos salados, pero su comida no tenía mucha fibra, vitaminas ni minerales. La cena es la comida que consumen con más frecuencia (98,0 % y 97,7 %, respectivamente), mientras que los que desayunan son los menos propensos a hacerlo (32,0



%), y los que almuerzan son los menos propensos a hacerlo (11,4 %). Los alimentos que se consumen con más frecuencia son los cereales (64 %), los dulces (58 %) y los productos lácteos (56 %), respectivamente. Los hombres consumen con más frecuencia huevos, carne roja y embutidos, mientras que las mujeres consumen con más frecuencia carne blanca. Conclusiones: Los hábitos alimenticios de los adolescentes son, en su mayor parte, insuficientes, siendo las mujeres las más afectadas en el desayuno y los hombres en el almuerzo. Las verduras y frutas no son tan populares entre ellos como los cereales, los dulces y los productos lácteos, que se consumen con mayor frecuencia. Muestran una preferencia muy baja por estos alimentos.

Lozano y Calvo (7) en su artículo sobre "La influencia de los grupos sociales en la alimentación de estudiantes mexicanos" México 2021. El objetivo del estudio fue conocer la influencia de la familia en la alimentación saludable de los estudiantes en comparación con la familia, amistades y pareja. Método: En el estudio participaron veintitrés alumnos de la Ciudad de México. Las herramientas utilizadas en este estudio fueron un cuestionario sobre los hábitos alimenticios, la Escala de Autocontrol Alimentario (SMES) el instrumento de influencia social utiliza la teoría del efecto social de Latané y la teoría de la influencia social de Kelman. Los resultados muestran que hombres y mujeres comen de forma diferente. Las mujeres afirman tener más autocontrol y elegir alimentos más saludables. Me parece interesante cómo la percepción de control influye en las decisiones, los hombres afirman consumir más alimentos poco saludables.



Fuentes y Estrada (8) en su artículo sobre "Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación en América Latina entre 2005 y 2021" 2023. Objetivo Teniendo en cuenta que el hambre es uno de los problemas más graves que afectan a los niños y jóvenes de la zona, es importante comprender claramente los límites y las fronteras de la educación y el suministro de alimentos en las escuelas. Método: El artículo se basa en un estudio bibliográfico sobre la creación de conocimiento acerca de la alimentación escolar en los países latinoamericanos, publicado entre los años 2005 y 2021. Resultados: En un plan de estudios iniciativas concretas, como talleres que se imparten paralelamente al plan de estudios obligatorio, se utilizó una pedagogía mecánica implícita. Esta pedagogía esta basada en los cambios se producirían automáticamente a partir de la acumulación de conocimientos. Gracias a este descubrimiento, quedó claro que los programas que educan a los alumnos sobre la alimentación y proporcionan comidas escolares tenían el objetivo de modificar los hábitos alimenticios. El origen de esta expectativa se basa en la suposición de que el aprendizaje se produce sin un esfuerzo consciente. Las deficiencias detectadas aún no han sido abordadas de manera exhaustiva. Entre ellas se incluyen, entre otras, la afiliación de la educación alimentaria, la articulación y el suministro de alimentos con estrategias colectivas de producción alimentaria, y la ampliación del género para comprender el aprendizaje diferenciado en el contexto del entorno escolar. La creación de mediaciones para establecer una relación entre las escuelas y las familias, las cuales iniciaron programas de alimentación y de estos programas a nivel de la administración educativa



son aspectos importantes y deben destacarse como resultado de esta investigación.

2.1.2. A nivel nacional

Álvarez (9) en su tesis sobre: "Cultura alimentaria familiar y su influencia en los hábitos alimentarios de los estudiantes del sexto grado de educación primaria de las instituciones educativas del cercado de Tacna, año 2019."

El objetivo: Determinar de qué manera la cultura alimentaria familiar influye en los hábitos alimentarios de estudiantes de educación primaria de I.E. de Tacna. Material y Métodos; El estudio es fundamental, transversal y no incluye ningún experimento. Mediante el uso de un muestreo no probabilístico, la muestra está compuesta por 144 alumnos que cursan el sexto grado y asisten a instituciones educativas. Se utilizó un cuestionario como instrumento, que se llevó a cabo mediante una metodología de encuesta. Resultados; Esta dimensión tiene la mayor proporción en términos de disponibilidad y accesibilidad de alimentos, con un 61,8 %, según la variable de cultura alimentaria, lo que implica que este concepto es el más prevalente. Además, la variable dependiente, que no incluye la indicación de los horarios de las comidas, es el desayuno. Conclusión; Como lo demuestra el valor, que se encuentra 0,00 puntos por debajo del umbral de significación, la cultura alimentaria de las familias tiene un impacto sustancial en los hábitos alimenticios de los alumnos de sexto grado que asisten en la zona de Tacna.

Bautista y Castelán (10) en su artículo sobre: "Conductas alimentarias de riesgo, percepción de prácticas parentales y conducta asertiva en estudiantes de preparatoria, Lima 2020". El objetivo de esta investigación



El objetivo de este estudio era investigar la relación entre el comportamiento asertivo, los métodos parentales y los comportamientos alimentarios de riesgo (CAR) en estudiantes de secundaria, con especial atención a los estudiantes de ambos sexos. Método. Tras completar el Eating Attitudes Test-26 (EAT), la Escala de Prácticas Parentales para Adolescentes (PP-A), que consta de nueve subescalas, cuatro para el padre (PPp) y cinco para la madre (PPm), y la Escala de Comportamiento Asertivo (CABS), y el diseño transversal no experimental, participaron en el estudio un total de 200 estudiantes mexicanos (104 varones y 96 mujeres) de una escuela secundaria pública. La edad típica de los participantes era de 16,52 años, con una desviación estándar de 1,05 años. Resultados. Dependiendo del género de los individuos, se observaron variaciones en las conexiones descubiertas. Solo la comunicación, el control psicológico y el control conductual se relacionaron con el CABS-Total en los hombres (con rs que oscilaban entre .30 y .35 y -.23, respectivamente), mientras que todas las subescalas del PPm se relacionaron con el CABS-Total en la población femenina (con rs que oscilaban entre .22 y .36). Conclusión. En los estudiantes de secundaria mexicanos, existe una relación entre las puntuaciones más altas en el CAR y un comportamiento más agresivo (no asertividad), así como un mayor control psicológico por parte de la madre y un menor control conductual materno. Esto es así independientemente de si los adolescentes son asertivos o no. Esto es especialmente cierto en el caso de las estudiantes que cursan estudios superiores.

Cuadros y Suarez (11) en su tesis sobre: "Conductas alimentarias e imagen corporal en adolescentes mujeres de I.E. 40211 Héroes del Pacífico -



Paucarpata, Arequipa 2022". Objetivo determinar la relación entre las conductas alimentarias y la imagen corporal en estudiantes de la I.E. Héroes del Pacífico de sexo femenino, Paucarpata Arequipa 2022. Metodo: La investigación que aquí se presenta es un estudio cuantitativo, transversal, descriptivo y correlacional. Se utilizó el Test de Actitudes Alimentarias (EAT) para determinar la probabilidad de desarrollar un trastorno alimentario, y el Cuestionario de Forma Corporal (BSQ) para examinar las preocupaciones sobre la imagen corporal y el peso. La población objeto de estudio estaba formada por 88 unidades de observación. Se utilizaron ambas herramientas. Resultados: Según los datos, más de un tercio de la población muestra prácticas alimentarias peligrosas, mientras que más de la mitad de las escolares encuestadas mostraron poca preocupación por su imagen corporal. Sin embargo, solo el 10,2 % del total se consideró moderado, mientras que el 13,6 % se consideró excesivo. Existe una relación considerable entre ambos factores, y se puede llegar a la conclusión de que los hábitos alimenticios peligrosos serán más frecuentes en proporción al grado de preocupación de la persona por su imagen corporal. Como resultado, se prevé que las enfermeras desempeñarán un papel fundamental en la promoción de la salud mental mediante el tratamiento de los factores de riesgo y, por lo tanto, evitando las afecciones.

Maiz (12) en su tesis titulada "Estado nutricional y Autoestima en adolescentes de dos Cooperativas, San Juan de Lurigancho 2020" tuvo como objetivo principal Determinar la correlación entre las dos variables; en un sector concreto de San Juan de Lurigancho, como la Cooperativa la



Unión y la Cooperativa la Fragata, los adolescentes y las generaciones más jóvenes se han esforzado constantemente por adherirse a las normas y estereotipos sociales actuales. Método; Esta investigación es una recopilación de ideas y descubrimientos de expertos y especialistas en el tema de las variables. El objetivo de este trabajo de investigación es aportar nuevos conocimientos y servir de base o apoyo para futuros estudios sobre la relación entre el estado nutricional y la autoestima. Por ello, la investigación se lleva a cabo utilizando una metodología cuantitativa; se trata de un estudio descriptivo-correlacional fundamental que emplea un diseño de investigación transversal que no incluye ningún experimento. La población que se utilizará para el estudio de las variables está compuesta por los adolescentes que son miembros de las dos cooperativas descritas anteriormente. La muestra incluye a treinta y dos adolescentes de entre trece y dieciséis años. Se utilizó el examen de Coopersmith, que consta de 58 preguntas, como herramienta para medir la variable de autoestima. Se utilizó una hoja de registro y la fórmula del IMC como equipo para calcular el estado nutricional de los adolescentes. Los resultados demostraron que la hipótesis nula era incorrecta y llevaron a la conclusión de que existe una fuerte conexión entre el estado nutricional de una persona y su nivel de autoestima.

Catacora (13) en su tesis evaluación del estado nutricional en relación a los hábitos alimentarios y actividad física en adolescentes de Candara Tacna 2021. Objetivo: Identificar el nivel de relación de los principales hábitos alimentarios y la actividad física con el estado nutricional en los adolescentes de la provincia alto andina de Candarave en el año 2019.



Material y métodos: La presente investigación es un estudio relacional, observacional, prospectivo y transversal que se llevó a cabo con una muestra de 159 adolescentes de entre 12 y 17 años. Resultados: Se descubrió que el estado nutricional de los adolescentes corresponde a un 67,30 % en condiciones nutricionales normales, un 15,72 % con sobrepeso, un 14,47 % con obesidad y solo un 2,52 % con desnutrición. Esta información se obtuvo mediante análisis de investigación. Muchas personas que hacían ejercicio físico regularmente era del 65,41 %, mientras las personas que realizaban actividad física inadecuada era del 23,27 % y personas que realizaban actividad física excelente era del 123,2 %. Para colmo de males, el 38,99 % de la población tenía hábitos alimenticios terribles, el 25,79 % tenía hábitos alimenticios extremadamente pobres y solo el 10,69 % tenía hábitos alimenticios adecuados. Se evidencia como un factor protector a la actividad física ($p:0.00$).

Freitas (14) en su tesis "Evaluación del estado nutricional en adolescentes de bajos recursos de la organización no gubernamental tierra de risas. Villa el Salvador, 2019". Objetivos: Determinar el estado nutricional de los adolescentes de bajos recursos de Pamplona Alta de Villa el Salvador y encontrar factores relacionados al problema. Materiales y métodos: En el marco de una investigación académica de carácter observacional, descriptivo y transversal, se contó con la participación de una muestra no probabilística de ochenta adolescentes del grupo no gubernamental Tierra de Risas. Se recopilaron varios datos, entre ellos: estado nutricional, sexo, altura, peso, edad, IMC/edad, posición socioeconómica, nivel educativo, número de personas que viven en la casa, servicios básicos suministrados,



hábitos alimenticios y origen de los padres. Se realizaron cálculos de frecuencia univariada y se utilizó la prueba de chi cuadrado en SPSS para realizar estimaciones de asociación bivariada. Se llevaron a cabo ambos procedimientos. Resultados: El 75 % de los adolescentes tenía sobrepeso y el 11,3 % era obeso. El 50 % presentaba un estado nutricional deficiente y tenía sobrepeso. Se determinó la relación entre el estado nutricional procedentes de familias con bajos ingresos y parámetros como la edad, el nivel educativo, la posición socioeconómica, los servicios básicos, el lugar de origen de los padres y los hábitos alimenticios, incluidos los hábitos alimenticios. No se descubrió ninguna asociación entre el género y miembros de la familia.

2.1.3. A nivel regional

Alanoca (15) en su tesis sobre: "Hábitos alimentarios relacionados al sobrepeso y obesidad en escolares I. E.P. 70542 Santa Bárbara de Juliaca, 2021". El objetivo fue determinar la relación entre los hábitos alimentarios con el sobrepeso y la obesidad en escolares de 9 a 11 años de la I. E. P. 70542 Santa Bárbara de Juliaca, Puno, 2021. Método: Se decidió realizar un estudio transversal correlacional descriptivo con el fin de recopilar información sobre las características antropométricas y los patrones alimentarios de 378 alumnos que asistían al colegio mencionado anteriormente. Se utilizó un cuestionario para recopilar las respuestas de los encuestados en forma de aplicación virtual. Se utilizó la prueba exacta de Fisher y el análisis estadístico descriptivo para investigar los datos de un total de 140 alumnos seleccionados de forma completamente aleatoria, Resultados: Se determinó que el 29 % de la población tenía sobrepeso (el



39,02 % de las mujeres y el 60,98 % de los hombres), mientras que el 17 % de la población era obesa (el 41,67 % de las mujeres y el 58,33 % de los hombres). Otro hallazgo fue que los hábitos alimenticios saludables prevalecían en el 96 % de los pacientes, siendo el 96,1 % de los casos hombres. No se encontró una conexión significativa entre el género y ninguno de estos factores ($p = 0,683$; $p = 1$) en ninguna de las variables. La correlación entre los hábitos alimenticios y el sobrepeso o la obesidad no fue estadísticamente significativa ($p = 0,542$), al igual que en el otro grupo. Concluyendo que, Además, existe una alta prevalencia de buenos hábitos alimenticios entre este grupo de niños, con una mayor dedicación entre los varones. Este grupo de escolares también presenta una incidencia considerable de sobrepeso y obesidad. Esto demuestra que no existe una relación sustancial entre los hábitos alimenticios y el sobrepeso o la obesidad.

Maquera, (16) Eficacia del Programa "Adolescencia Saludable" para mejorar Estilo de Vida en estudiantes del 4to año de Educación Secundaria del Colegio Adventista Túpac Amaru Juliaca 2019. Con el Objetivo: determinar la eficacia del programa "Adolescencia Saludable" para mejorar estilos de vida en los estudiantes del 4to año de I.E.A. Túpac Amaru de la ciudad de Juliaca. Metodología: La metodología de este estudio es preexperimental e incluye una prueba previa, una prueba posterior y dos evaluaciones adicionales. Con la ayuda del programa de intervención «Adolescencia saludable» y la administración del cuestionario validado sobre estilo de vida (PEPS-I) a lo largo de un periodo de cuatro meses, la muestra estuvo compuesta por treinta estudiantes de entre 15 y 16 años.



Se prepararon módulos de intervención con diez sesiones instructivas para facilitar la implementación del programa, Resultado: El 80 % de los alumnos, es decir, veinticuatro, llevaban un estilo de vida saludable, el 10 %, es decir, tres, llevaban un estilo de vida poco saludable y el 10 % llevaban un estilo de vida muy saludable. Como consecuencia de la implementación del programa «adolescencia saludable», se observó el 53,3 % de los estudiantes, es decir, 16, llevaban un estilo de vida saludable, el 0 % llevaba un estilo de vida poco saludable y el 46,7 %, es decir, 14, llevaba un estilo de vida extremadamente saludable. En general, el estilo de vida de los estudiantes era saludable.

Ccallata (17) en su tesis sobre la influencia de las redes sociales en los hábitos alimentarios y estado nutricional en los adolescentes de la I. E. S. Mariano Melgar Ayaviri 2023. La presente investigación tuvo por objetivo determinar la influencia de las redes sociales en los hábitos alimentarios y estado nutricional en los adolescentes. Método: La investigación realizada fue una no experimental, descriptiva, y transversal. Se seleccionó una muestra de 204 adolescentes mediante un método de selección aleatoria simple. Los dos cuestionarios empleados para la recopilación de datos se validaron mediante la V de Aiken y su fiabilidad se determinó mediante el alfa de Cronbach. El primer cuestionario se centró en el uso de las redes sociales, mientras que el segundo se centró en los hábitos alimenticios. La administración de ambas encuestas se llevó a cabo mediante entrevistas. Para determinar el estado nutricional, se utilizó el enfoque antropométrico, que consiste en medir la altura y el peso. Se utilizó la prueba estadística chi-cuadrado desarrollada por Pearson para evaluar la hipótesis. Los



resultados demuestran que el 71,1 % de los adolescentes utilizan las redes sociales en gran medida, el 24,5 % las utilizan en medida moderada y el 4,4 % las utilizan en pequeña medida. Entre las personas que utilizan las redes sociales, el 46,1 % dedica entre una y dos horas al día a ellas, el 39,7 % confía en TikTok como su principal fuente de conocimiento sobre alimentación y el 41,7 % obtiene su información nutricional de los tiktokers e influencers. En cuanto a los hábitos alimenticios, el 63,7 % de las personas tiene malos hábitos, el 25 % tiene hábitos normales y el 11,3 % tiene mejores hábitos que la persona típica. El 57,8 % de los adolescentes se encuentra en un estado nutricional normal, el 38,7 % tiene sobrepeso y el 3,4 % es obeso, según el indicador antropométrico IMC/edad. Esta información se refiere al estado nutricional de los adolescentes. Según la relación altura/edad, el 91,7 % de las personas tienen una estatura media, mientras que el 8,3 % tienen una estatura baja.

Fernández (18) en su tesis sobre "Perfiles demográficos y su relación con el conocimiento nutricional y competencias culinarias en estudiantes universitarios de la carrera de Nutrición y Dietética: Análisis de hábitos alimentarios. Juliaca 2024". Objetivo: Determinar la relación entre hábitos alimentarios, conocimiento sobre nutrición y competencias culinarias en estudiantes universitarios de Nutrición y Dietética de dos Universidades Privadas. Materiales y métodos: una investigación cuantitativa y transversal que no incluyó ningún experimento. El estudio se llevó a cabo utilizando una muestra representativa de 132 estudiantes de dos instituciones privadas diferentes. Resultados: preliminares indican que tenían malos hábitos alimenticios, siendo los hombres la mayoría con un 78,8 % entre los



participantes. Las personas que participaron en este estudio cursaban sus dos primeros años de escolarización y procedían de regiones costeras. El 86 % obtuvo un nivel medio de conocimientos sobre nutrición. Además, se descubrió que el 54,8 % de los participantes carecía de confianza en su capacidad para cocinar, lo que fue motivo de preocupación a lo largo del estudio.

2.2. MARCO TEÓRICO

1. CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA.

Los usos, tradiciones (religión), prácticas y preparaciones simbólicas de los alimentos se consideran parte de la cultura alimentaria. Además, se reconoce que el ciclo de producción de alimentos en un entorno determinado tiene un impacto en la cultura alimentaria. (19)

En el Perú, persisten problemas relacionados con una cultura alimentaria poco saludable, atribuibles al consumo de chatarra, la ausencia de educación nutricional en las escuelas y prácticas alimentarias inadecuadas en los hogares. La familia es crucial en la formación de hábitos alimentarios saludables y en el control del peso infantil. Además, influye en la transmisión intergeneracional de estos hábitos. Las normas culturales y subculturales determinan qué alimentos y comportamientos alimentarios son aceptables y preferidos dentro de grupos culturales y étnicos específicos. Por ejemplo, las comidas estructuradas y los modales adecuados pueden ser más valorados por las generaciones mayores que por las más jóvenes.

Uno de sus componentes es la comida que se consume, pero también incluye la forma en que se consume, el lugar en el que se hace y las



razones para su consumo. A lo largo del tiempo, la formación de esta cultura ha estado influenciada por una serie de factores, entre los que se incluyen las tradiciones culinarias, el método de preparación de los alimentos, la división del trabajo en la cocina y el valor emocional asociado a la comida. Por ejemplo, una familia puede dar más valor a las comidas caseras y a comer juntos en la mesa de forma habitual, mientras que otra familia puede depender más de la comida rápida y adaptarse a sus propios horarios. Ambos enfoques se valoran de forma diferente. Estos comportamientos son el factor clave para determinar el tipo de relación que los niños tendrán con la comida, estos afectan directamente afectados por ellos. Crear vínculos saludables dentro de la familia, reducir la prevalencia de los trastornos alimentarios y fomentar la toma de decisiones saludables son resultados que pueden lograrse mediante la creación de una cultura alimentaria positiva.

1.1. Características de la cultura familiar

A pesar de que la forma o estructura de esta estructura varía de una cultura o civilización a otra, las características fundamentales son siempre las mismas. Existe una estructura social universal que se puede encontrar en todos los tipos de comunidades y culturas. En diversos casos, la cuestión se remonta a un vínculo de naturaleza emocional, legal o familiar. (20)

En general, se acepta que la más esencial de la sociedad es la familia, ya que es el lugar donde se transmiten de una generación a otra las convenciones sociales y culturales, así como los valores. El amor, la confianza, el apoyo y el compromiso mutuo son los factores que contribuyen a las sólidas relaciones emocionales que existen dentro de la



familia.

El término «cultura familiar» se utilizará para referirse al conjunto de valores, creencias, prácticas y rituales que se transmiten de una generación a otra a efectos de esta próxima conversación. Estas costumbres tienen el poder de moldear no solo la identidad de una familia, sino también la conducta de sus miembros y las relaciones que existen dentro de la familia a lo largo de sus vidas individuales. Con el paso del tiempo, no permanece inalterable como resultado del efecto de la cultura social, las experiencias vitales y las dinámicas presentes dentro de la familia, sino que se desarrolla como consecuencia de estas variables contribuyentes.

Los valores son los principios que impulsan el comportamiento y las decisiones, como podemos ver por el hecho de que están incorporados en los valores. Los valores son la base sobre la que se construyen los valores. Estos valores incluyen, entre otros, cualidades como la honestidad, la responsabilidad, la importancia de la educación y el respeto a los mayores. Además de servir como base para la comunicación y la resolución de desacuerdos dentro de la familia, estos principios también funcionan como el código moral al que se adhiere la familia. Esto también es válido en lo que respecta a la cultura, que se constituye a partir de actividades que se practican de forma continua y que tienen una importancia específica para los miembros de la familia. Las celebraciones también pueden tener lugar de forma anual, como los cumpleaños o las fiestas religiosas, o pueden celebrarse a diario, como cuando la familia se reúne para comer. A través de la práctica de rituales, la vida de una familia puede volverse más segura y se puede fomentar un sentido de pertenencia.



1.1.1. Rol de los padres en la preparación de los alimentos

Todas las personas y épocas de las que hay constancia histórica han podido aportar pruebas de la existencia de la familia, que es la forma más antigua de estructura social. Por ello, es una categoría que se extiende a todo el mundo. A menudo se utiliza el término «unidad básica de la sociedad» para describirla, y es evidente que la vida sería inconcebible si no existiera. Dado que estas unidades han asumido una gran variedad de funciones y formas en la época contemporánea, es por esta razón por la que merece una atención especial. (21)

Participe activamente en el cuidado diario, la educación y la estimulación de sus hijos mientras está en casa. Compartir las responsabilidades domésticas y el cuidado con la madre, como alimentarlos, vestirlos, llevarlos a pasear, acostarlos, jugar con ellos, bañarlos y educarlos, es una parte importante de ser igualmente responsable de su crianza.(22)

Los padres tienen un impacto significativo en la salud y el desarrollo de sus hijos al prepararles las comidas. Esta es una de las funciones más importantes que desempeñan los padres en ese sentido. Los padres no solo son responsables de proporcionarles comidas a sus hijos, sino que también desempeñan el papel de educadores y modelos a seguir, lo que significa que influyen en los hábitos alimenticios de sus hijos desde una edad temprana. El hecho de elegir y preparar comidas nutritivas enseña a los niños a distinguir entre las opciones saludables y las perjudiciales. Esto se consigue mediante el proceso de selección de nutrientes. Además, es responsabilidad de los padres facilitar el desarrollo de una relación positiva con la comida y restringir la cantidad de alimentos disponibles en el hogar.



Aquí se respira un ambiente agradable para comer. Una rutina que ayuda a fortalecer las relaciones que ya existen dentro de una familia y fomenta la comunicación puede ser algo tan simple como preparar y comer juntos. Este acto puede convertirse en un ritual. Es fundamental que los padres desempeñen un papel activo en la vida de sus hijos para evitar que estos se vuelvan obesos y sufran deficiencias nutricionales, así como para mantener su salud física y mental en buen estado a largo plazo.

1.1.2. Mitos y creencias alimentarias

Es una concepción errónea o infundada sobre la alimentación, la nutrición o los efectos de ciertos alimentos en la salud. Estas creencias carecen de evidencia científica sólida o interpretan de manera incorrecta los datos disponibles. Pueden influir negativamente en los hábitos alimenticios, generar ansiedad relacionada con la comida o conducir a prácticas dietéticas inadecuadas.. (23).

Las creencias alimentarias son una convicción adquirida, ya sea de forma consciente o inconsciente, que influye en la conducta alimentaria. Puede originarse en experiencias tempranas, el entorno familiar o cultural, y actúa como una guía interna sobre lo que "debería ser" en la alimentación..

En lo que respecta a la influencia que los alimentos tienen en la salud, los mitos y creencias sobre la alimentación son actitudes que se transmiten dentro de las familias. Muchos casos, estas ideas no están justificadas por ninguna teoría científica y, por lo tanto, son erróneas. Estas ideas pueden tener su origen en la tradición oral, en una comprensión inadecuada o en publicidad engañosa. Es posible que estos tres factores hayan contribuido a su formación. Las decisiones que toman las personas con respecto a los



alimentos están influenciadas por estas creencias, lo que puede llevar a dietas desequilibradas y con déficits de ciertos nutrientes. La idea de que comer fruta después de una comida te hace engordar es un ejemplo de una creencia muy extendida pero que no es cierta. La idea de que todos los carbohidratos son malos, sin excepción, es otro ejemplo de ello. Para enseñar a la población general sobre nutrición respaldada por investigaciones, es muy importante acabar con estos conceptos erróneos. Desmentir estos conceptos erróneos tiene como encargado a profesionales con el fin de minimizar los malentendidos y la sensación de escasez en torno a ciertos alimentos, así como promover patrones de alimentación más saludables y realistas.

1.1.3. Comportamiento alimentario de la familia

Una definición de comportamiento alimentario es el conjunto de comportamientos que una persona realiza con el fin de consumir alimentos. Estos actos se llevan a cabo en respuesta a diversas causas, entre las que se incluyen factores biológicos, psicológicos y sociales. (24)

Tener en cuenta lo siguiente facilitará mucho este proceso: si desea sentarse y conversar mientras come, dedique el tiempo necesario. De este modo, podrá disfrutar de la comida, apreciarla y masticarla bien. En los niños pequeños, la familia es imprescindible por que influyen en el desarrollo de hábitos alimenticios adecuados y en el control de su peso. Tanto las prácticas de ingesta de alimentos como la transmisión de hábitos alimenticios de una generación a otra pueden verse influidas por la familia.

1.1.4. Criterios en preparación y compra de alimentos



La inocuidad alimentaria consiste en normas y condiciones diseñadas para asegurar que los alimentos sean seguros, aporten nutrientes y sean adecuados para su consumo.

Criterios para la preparación de alimentos:

Cuando se trata de prevenir enfermedades causadas por los alimentos, podemos identificar la importancia de la limpieza. Es fundamental lavarse las manos, limpiar las superficies de trabajo y asegurarse de que los alimentos crudos y cocinados se mantengan separados para evitar la transmisión de la contaminación de los alimentos crudos a los cocinados. La eliminación de gérmenes potencialmente dañinos es una ventaja adicional que se deriva de cocinar a la temperatura óptima.

Las personas que preparan sus propias comidas en casa controlan la sal, grasas saturadas y azúcares añadidos que incluyen en sus comidas. Esto se debe a que son ellos mismos quienes preparan sus comidas. Se puede añadir sabor sin utilizar sal, sustituyéndola por hierbas y especias, o sustituyendo el azúcar por edulcorantes naturales. Ambos métodos son alternativas viables. Como posibles sustitutos de la sal, ambos enfoques son opciones factibles.

Estas directrices se aplican desde la producción hasta su adquisición y preparación, tanto en el hogar como en el comercio.

Entre los aspectos incluidos destacan:

- **Buenas Prácticas de Manufactura (GMP/BPM):** garantizan condiciones óptimas de limpieza, higiene, capacitación del personal y uso de agua segura para el consumo.
- **Trazabilidad:** permite identificar y seguir el origen y recorrido de los



productos.

- **Etiquetado claro:** proporciona información precisa y accesible sobre los ingredientes, fecha de caducidad y posibles alérgenos.
- **Origen y Producción:** En determinados casos, las condiciones para adquirir un producto vienen determinadas por el país en el que se ha fabricado. Es posible que usted opte por productos locales para mostrar su apoyo a los agricultores autóctonos. Por otro lado, si desea comer de una forma más sostenible y ética, puede optar por consumir productos ecológicos, de comercio justo o libres de pesticidas. (25)

En la práctica cotidiana (compra y preparación doméstica)

El proceso de preparar y comer juntos en familia te ofrece una de las mejores oportunidades para conectar y conversar que puedas encontrar. Involucrar a los adolescentes en el proceso de planificar menús, comprar ingredientes y preparar comidas no solo les hace sentir más control sobre sus propias vidas, sino que también fortalece los lazos que ya existen dentro de la familia. Las cenas familiares no solo tienen efectos positivos en la salud mental y ayudan a evitar el desarrollo de trastornos alimentarios, sino que también crean un entorno seguro en el que los miembros de la familia pueden reducir el estrés y hablar entre ellos. En el día a día, estos criterios se traducen en acciones como:

- Elegir productos en buen estado (sin envases dañados, fríos si corresponde, frescos).
- Leer y respetar fechas de caducidad y advertencias.
- Separar y almacenar adecuadamente (evitar contaminación, mantener frío).



- Lavado correcto de frutas, verduras, utensilios y manos. (26)

1.1.5. Disponibilidad de los alimentos

Para garantizar la mejora nutricional en una población en ascenso, es necesario asegurar un suministro suficiente de alimentos o hacerlos accesibles. En las regiones rurales, esto depende principalmente de la cosecha, donde la agricultura desempeña un papel fundamental. Por lo tanto, depende de la producción, especialmente en los países los cuales se encuentran en desarrollo. El suministro de alimentos se ve influido por diversas variables, cada una de las cuales desempeña un papel en la situación general. La situación actual está influenciada por numerosos factores. Entre ellos se incluyen las restricciones comerciales, la disponibilidad de ayuda alimentaria, la cantidad de alimentos importados y exportados, especialmente en los países ricos y la disponibilidad de divisas para comprar alimentos.(27)

La disponibilidad de alimentos es un concepto crucial en el ámbito de la nutrición y se refiere a la presencia de alimentos en un lugar o hogar concreto, así como a la facilidad con la que se pueden obtener y la cantidad de alimentos que se proporcionan. No solo es fundamental disponer de alimentos, sino que también es esencial que dichos alimentos sean seguros, tengan el contenido nutricional necesario y estén al alcance de la población. Hay muchos factores que influyen en la disponibilidad a nivel doméstico. Entre ellos se encuentran los ingresos de la familia, la disponibilidad de mercados y la capacidad de almacenamiento. Las personas se ven obligadas a recurrir a alternativas menos saludables y menos costosas, como comidas muy procesadas, lo que pone en mayor



riesgo su salud a largo plazo. Debido a que es una causa de inseguridad, este es un factor importante que aumenta la probabilidad de malnutrición e inseguridad alimentaria.

1.1.6. Acceso a los alimentos

Puede estar relacionado con una variedad de factores diferentes, incluyendo el acceso físico, económico o cultural. El aumento del acceso a los alimentos puede lograrse de diversas maneras, incluyendo el empleo, el trueque, el crédito, las remesas y el uso de redes de apoyo preexistentes dentro de la familia o la comunidad. (28)

Somos capaces de mantener nuestra salud, curarnos o recuperarnos, combatir enfermedades e infecciones y prevenir enfermedades crónicas degenerativas causadas por la obesidad cuando consumimos una dieta nutritiva. El correcto consumo de nutrientes ayuda a mantener una salud estable y con energía. En esta categoría se incluyen componentes nutricionales como proteínas, carbohidratos, lípidos, agua, vitaminas y minerales. La importancia de la nutrición no puede subestimarse.

El término «acceso a los alimentos» se refiere a la capacidad de los adolescentes para obtener alimentos que no solo sean perjudiciales para su salud, sino también culturalmente aceptables. Esta capacidad incluye la posibilidad de que estos jóvenes obtengan alimentos mediante la producción, la recepción o la compra. Este concepto implica una serie de consideraciones más amplias que el simple hecho de tener alimentos en casa. Existen tres tipos diferentes de accesibilidad: la accesibilidad económica, que se refiere a la capacidad de comprar alimentos; la



accesibilidad física, que se refiere a la proximidad de los comercios que ofrecen alternativas saludables; y la accesibilidad social, que se refiere a la capacidad de los adolescentes para tomar decisiones sobre su consumo de alimentos por sí mismos o con la ayuda de sus padres. Cuando los adolescentes tienen un acceso limitado a opciones que son beneficiosas para su salud, no es raro que consuman comidas de menor calidad. Esto puede tener un efecto perjudicial para su salud a largo plazo.

1.1.7. Consumo de alimentos

Los métodos para evaluar el consumo alimentario son esenciales para determinar la ingesta de alimentos en diversos grupos poblacionales, facilitando la vigilancia y evaluación de la salud nutricional. Estos métodos permiten identificar tendencias y cambios en los patrones alimentarios. Sin embargo, la combinación específica de alimentos para mejorar la salud es un tema debatido, ya que carece de respaldo científico sólido. A pesar de ello, algunas personas han experimentado beneficios al aplicar prácticas relacionadas con la combinación de alimentos, aunque estos resultados pueden variar individualmente. (29)

Para rejuvenecer tu salud y mantener tus niveles de energía, todo lo que necesitas es una dieta equilibrada que te dé energía, haga crecer tu cuerpo y regule tu metabolismo. Sin embargo, el porcentaje de cada cosa cambiará según tus necesidades nutricionales específicas.

Según las funciones principales que cumplen en el cuerpo, los alimentos se dividen en tres categorías principales. Estos alimentos son esenciales para regular, construir y dar energía.



Estos alimentos se conocen como macronutrientes y están compuestos por carbohidratos, proteínas y grasas. También se les conoce como alimentos energéticos y constructores. Los micronutrientes, que comprenden vitaminas, minerales y oligoelementos, se incluyen en la categoría de reguladores. (30)

Proteínas: La producción de tejidos dentro del cuerpo, así como la modificación de enzimas y otras moléculas complejas responsables de la regulación de las acciones que tienen lugar dentro del cuerpo, se encuentran entre las funciones más importantes que desempeñan las proteínas. Al consumir cualquiera de estos dos tipos de proteínas, es esencial tener en cuenta que no se utilizan de la misma manera. En consecuencia, esto permite que los aminoácidos que se han consumido sean absorbidos por el tracto digestivo, entren en la circulación y se transformen en los tejidos específicos que se necesitan. Las enzimas digestivas conocidas como proteasas son responsables de romper los enlaces peptídicos que conectan los aminoácidos.

La disponibilidad de proteínas de origen vegetal o animal es bastante amplia. Las proteínas están compuestas por veinte aminoácidos distintos, y ocho de ellos se consideran importantes para el organismo. Dado que el cuerpo es incapaz de generarlos, es necesario ingerirlos en su estado preformado mediante el consumo de alimentos. Es necesario consumir comidas ricas en aminoácidos esenciales. Se consume una cantidad excesiva de proteínas, lo que provoca que estas se descompongan en moléculas que pueden utilizarse como fuente de energía.



Carbohidratos:

En lo que respecta a los carbohidratos que contienen las comidas, cada gramo aporta cuatro kilocalorías. Las comidas ricas en carbohidratos suelen ser más accesibles y menos costosas que las comidas con alto contenido en proteínas o grasas. Esto es algo habitual. Como parte del proceso digestivo, los carbohidratos se descomponen para obtener energía. Este proceso también provoca la liberación de agua. Las legumbres, los azúcares, y los tubérculos son carbohidratos. La avena, el trigo, la cebada, el maíz, el arroz, el mijo, el centeno y el sorgo son ejemplos de cereales que no contienen carbohidratos.

Grasas:

Sin embargo, a pesar de que las grasas son menos abundantes que los carbohidratos, son responsables de la generación de nueve kilocalorías por gramo dentro del cuerpo. Entre el 20 y el 35% de la dieta total debe consistir en grasas, lo que equivale a unos 300 miligramos de grasa que deben ingerirse diariamente. Cuando se limita la ingesta de carbohidratos, los lípidos se almacenan para su uso posterior debido a su alta densidad energética. Esto se hace en el caso de que se produzca el consumo de carbohidratos. El hecho de que los animales tengan la necesidad de almacenar lípidos para satisfacer sus necesidades durante épocas de sequía, hambre y/o frío no debería sorprender, sino que debería ser de esperar.

Minerales:

Debido a su importancia en la reparación estructural de tejidos biológicos como los nervios y los músculos, los minerales inorgánicos desempeñan un papel en una amplia gama de actividades. Estas actividades incluyen los sistemas enzimáticos, impulsos musculares y las recepciones nerviosas. El yodo, el



magnesio, el potasio, el fósforo, el sodio, el hierro y el calcio son ejemplos de macroelementos. Por otro lado, los microelementos, que incluyen el flúor, el cobre, el manganeso, el zinc y el cobalto, son ejemplos de microelementos. Estos nutrientes minerales se agrupan en dos grupos en la dieta. Es imposible que el cuerpo funcione correctamente sin uno de estos dos grupos.

Vitaminas:

Estas moléculas químicas son producidas por sistemas enzimáticos, por poner un ejemplo más específico. Estas moléculas se generan para optimizar los procesos metabólicos de las proteínas, en todo el cuerpo. La ausencia de estos numerosos componentes hace imposible la digestión y la absorción. Esto se debe a la imposibilidad matemática de la situación. Se requieren diversas vitaminas para el desarrollo de las células sanguíneas, las hormonas, los compuestos del sistema nervioso. Las vitaminas también intervienen en la síntesis del material genético. Además, los micronutrientes participan de alguna manera en el proceso de división celular.

Vitaminas Liposolubles:

Además, las vitaminas A, D, E y K también se incluyen en este grupo. Consumir comidas que contengan este material permite la absorción regular de vitaminas liposolubles, lo cual es un hábito muy útil. Esto ocurre después de que las moléculas se hayan descompuesto en la bilis del hígado. Debido a que es posible almacenarlas, no es necesario consumir este tipo de alimentos de forma regular, ya que se trata de un requisito.

Vitamina A: Para mantener un desarrollo regular y óptimo, es de suma importancia para las células que componen la piel. Su deficiencia, que también causa daños en la retina, es responsable de cambios en la piel y de la ceguera



nocturna. Esto dificulta la adaptación a situaciones de oscuridad. La xeroftalmia, una afección exclusiva de los ojos, puede manifestarse en una etapa posterior. Si no se trata, y especialmente en el caso de la xeroftalmia, la ceguera es una consecuencia probable.

Vitamina D: Se puede decir que esta vitamina tiene una función comparable a la de una hormona debido a su capacidad para regular el metabolismo y la absorción de fósforo y calcio. Los huevos, la mantequilla, el salmón y la margarina son solo algunos de los alimentos que contienen trazas de vitamina D. Los que contienen esta vitamina son el hígado, la margarina, la leche y los huevos, que contienen vitamina D en diferentes proporciones. Por otro lado, la mayor parte de la vitamina D que ingieren las personas se obtiene a través de actividades que implican la exposición al sol. Una cantidad insuficiente de esta vitamina puede provocar el desarrollo de raquitismo en los niños pequeños, así como osteomalacia en las personas mayores.

Vitamina E: A pesar de ser una vitamina esencial, aún existe mucho misterio en torno a su existencia. Aunque se ofrece como remedio casero para una amplia gama de enfermedades, se desconoce si es eficaz o no en el tratamiento de los trastornos para los que se utiliza. Es beneficioso obtener la vitamina E tanto del germen como de los aceites de semillas de trigo.

Vitamina K: Esta vitamina es esencial los diversos procesos de coagulación, que requiere su presencia. La protrombina, una enzima esencial de fibrina, imprescindible en los factores de coagulación se produce como consecuencia de este proceso. Por otro lado, la fuente de vitamina K son los frutos verdes, a pesar de que son las bacterias del intestino las responsables de producirla.



Vitaminas hidrosolubles: A modo de ejemplo, la vitamina C, el complejo B y la vitamina C en sí misma. Es necesario consumirlas de forma regular, ya que el cuerpo no tiene capacidad para almacenarlas. El tejido conectivo se produce y se mantiene con la ayuda de la vitamina C. La vitamina C es un componente crucial en ambos procesos. El limón se encuentra en abundancia en los cítricos. Las vitaminas hidrosolubles participan en una amplia gama de actividades metabólicas las que son imprescindibles para la fisiología humana.

Consumo de alimentos en adolescentes:

Tras un periodo de crecimiento durante el cual los niños aumentan progresivamente el control y la autonomía que tienen sobre sus padres hasta alcanzar la pubertad, estas rutinas se enseñan gradualmente desde una edad temprana y continúan hasta que ingresan en la escuela secundaria. En esta etapa se forman comportamientos concretos, pero están condicionados por la información adquirida en el pasado. Por otro lado, se ven muy influenciados por su entorno, especialmente por sus compañeros y la publicidad que ven en las redes sociales. Además, esta etapa supone la conclusión del proceso de crecimiento psicológico. Se persuade a los adolescentes para que adopten prácticas alimentarias desordenadas, como saltarse comidas, especialmente el desayuno, con el fin de ajustarse a las nociones socialmente aceptadas de delgadez extrema. Como resultado de este efecto, poco a poco se desarrolla una aversión por los estilos de vida beneficiosos para la salud.

2. VALORACION NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA

Como parte de la atención sanitaria integral, los profesionales de la salud deben seguir determinados métodos técnicos para identificar el estado nutricional. Esta



evaluación se conoce como evaluación nutricional antropométrica de los adolescentes.

Se midieron el peso, la altura y el perímetro abdominal de acuerdo con los criterios técnicos del manual de medición de peso y altura del Minsa, con el fin de determinar el estado nutricional de la persona evaluada.(31)

Utilizar el IMC de un adolescente como medida es una forma útil de determinar la cantidad de grasa que tiene. A pesar de que no es una medida ideal, ofrece una estimación bastante buena de la cantidad de grasa en el cuerpo de un adolescente.

En adolescentes, las medidas antropométricas incluirán el peso, la altura y la circunferencia abdominal. Se realizarán estas mediciones. Especialmente al determinar el nivel de desarrollo puberal mediante las fases de Tanner, es de suma importancia proporcionar a la persona y a su pareja una explicación del protocolo que se debe seguir para las mediciones antropométricas a lo largo del proceso.

Otra definición es que se trata de un método común y no invasivo de recopilación de datos que requiere tener en cuenta los percentiles de normalidad establecidos. Esta definición proviene de diferentes autores. La medición de la altura es la que se utiliza con más frecuencia cuando se intenta estimar el crecimiento lineal de una persona. En lo que respecta a los individuos, la altura es una constante, y lo único que puede cambiar el peso corporal de una persona es la comida que ingiere.

Son componentes esenciales que deben tenerse en cuenta al realizar evaluaciones nutricionales tanto en individuos como en grupos. Además, además de utilizarse ampliamente con el fin de evaluar la composición corporal,



también se utilizan con el fin de supervisar el crecimiento y el desarrollo. A efectos de la evaluación nutricional, dos de estos componentes son absolutamente necesarios. Los profesionales pueden determinar las reservas de proteínas y calorías y ofrecer una explicación de las consecuencias de los desequilibrios mediante el examen de un gran número de factores antropométricos. No importa si el desequilibrio es el resultado de un exceso o de un déficit; esto es así independientemente de la situación.

La nutrición es un factor que contribuye a cambios en diversos elementos a lo largo de la vida de una persona. Estos cambios incluyen medidas de dimensiones y la composición general del cuerpo humano. En relación con estos aspectos, existe la posibilidad de que la nutrición tenga un efecto. Estos indicadores, por un lado, evalúan el desarrollo físico de niños y adolescentes y, por otro, realizan mediciones físicas de los adultos. Los niños y adolescentes, por ejemplo, se califican en función de su desarrollo físico. Para que estas medidas se puedan aplicar, es necesario conocer la masa corporal total tanto de las personas sanas como de las que padecen enfermedades. La ejecución de estas tácticas es sencilla, económica y se puede repetir en diversas ocasiones y con un amplio abanico de personas.

Control del peso

Es un dispositivo que realiza pesajes individuales y tiene una capacidad equivalente o superior a 140 kilogramos. Además, tiene una resolución de 100 gramos para los pesos que mide. La báscula mecánica de plataforma no incluye ningún tipo de medidor de altura. La calibración periódica puede realizarse utilizando pesos estándar de peso conocido que hayan sido pesados



anteriormente en básculas certificadas. Esto se puede hacer para garantizar la precisión de la báscula.

Hay baterías solares de litio que se utilizan para alimentar la báscula electrónica. Además de tener una vida útil de unos 10 años, es capaz de funcionar durante un millón de ciclos de pesaje, lo que equivale a cuatrocientos pesajes diarios. Además, es capaz de pesar a niños de hasta un máximo de 120 kilos, además de poder pesar a adultos. El hecho de que sea extremadamente precisa y tenga el aspecto de una báscula de baño se suma al hecho de que tiene una pantalla digital. Esto permite al observador comprender el peso de forma fácil, ya que la báscula tiene una precisión de 0,1 kilogramos, lo que equivale a 100 gramos. Las pilas durarán más tiempo gracias al apagado automático que se produce después de dos minutos de inactividad.

Medición de talla

Para medir la altura de las personas, se debe utilizar un medidor de altura fijo de madera, que debe colocarse sobre una superficie lisa y nivelada, sin irregularidades ni objetos extraños debajo, y con la tabla apoyada sobre una superficie plana y en ángulo recto con el suelo. Dado que el medidor de altura incluido en la báscula no cumple los requisitos técnicos para realizar mediciones precisas, no se recomienda su uso.

No solo es importante disponer de una tabla vertical fijada a una regla, sino que también es necesario contar con un cabecero horizontal que pueda presionarse contra la parte superior del cráneo. Esto es necesario para medir la altura. Hay otros autores que han informado sobre este material. La persona que se mide debe estar descalza o llevar calcetines finos y ropa ligera para proporcionar una imagen precisa de la postura del cuerpo. Solo así las mediciones serán precisas.

Cuadro 1

Clasificación de la valoración nutricional de adolescentes según índice de masa corporal para la edad (IMC/Edad)

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

Fuente: Referencia de Crecimiento OMS 2007

Obesidad: es la característica definitoria de la enfermedad crónica y multifactorial conocida como obesidad en adolescentes. Cuando existe un desequilibrio persistente entre las calorías y la cantidad de energía gastada, se produce un peso corporal muy superior al considerado adecuado para una persona joven, teniendo en cuenta su altura y edad. Además de ser un problema estético, este fenómeno también es una condición médica peligrosa que está relacionada con una mayor prevalencia de enfermedades. Entre estos trastornos se incluyen la DM 2, la HTA y los problemas cardiovasculares. La salud mental se ve profundamente afectada por la obesidad, lo que puede conducir a una baja autoestima, tristeza y ansiedad, factores que influyen en su desarrollo social y académico. Además de los problemas físicos, la obesidad tiene un impacto tremendo en la salud mental. La genética, una dieta rica en alimentos procesados y carbohidratos, la vida sedentaria que conduce a la falta de ejercicio físico y el impacto de factores sociales y familiares son variables que contribuyen al desarrollo de esta afección.

Sobrepeso:

Es una manifestación de una problemática en adolescentes como resultado de un exceso de peso corporal en relación a la edad y la estatura del joven. El



sobrepeso es una etapa preliminar que indica una probabilidad considerable de enfermedades. En comparación con la obesidad, que esta caracterizado por incremento de tejido adiposo, esta es una diferencia significativa.

Delgadez:

Desde el punto de vista nutricional, se refiere a una condición en la que una persona joven tiene un peso bajo en proporción tanto a su edad y sexo como a su estatura. Tener un peso corporal por debajo del nivel considerado saludable no es lo mismo que ser delgado por naturaleza, sino que es una condición que puede tener efectos adversos.

Los atletas con músculos desarrollados, como los culturistas y otros deportistas, no entran en esta categoría del IMC. Esto se debe a que puede sobreestimar la cantidad de grasa corporal, ya que no distingue entre masa magra y grasa corporal. Se recomienda realizar pruebas de bioimpedancia y mediciones de pliegues con precisión la cantidad de masa grasa que tienen estas personas.

Existen ciertas limitaciones asociadas al IMC, como el hecho de que puede sobreestimar un alto nivel de masa muscular (atletas) o subestimarlos en aquellas con un bajo nivel de masa magra (personas mayores). Además, la relación del IMC y el nivel de grasa corporal no es la misma en todos los grupos. Sin embargo, es esencial señalar que la mayor parte de los estudios epidemiológicos que han demostrado una relación entre la obesidad y los problemas que la acompañan han utilizado el IMC como principal métrica para diagnosticar la obesidad. Esto es algo que debe tenerse en cuenta.



2.3. MARCO CONCEPTUAL

Comida procesada

Además de ser deficientes en los nutrientes, los alimentos ricos en grasas, carbohidratos y sal, se puede absorber fácilmente en exceso, se clasifican como poco saludables. (29)

Obesidad

Una enfermedad metabólica complicada y crónica, con diversas variables, que se caracteriza por el almacenamiento de grasa, lo cual es perjudicial. Este trastorno puede identificarse midiendo el IMC. (Peso/talla²). (32)

Sobrepeso

Como consecuencia de la acumulación anormal de grasa en el cuerpo, que puede ser perjudicial, se puede calcular el IMC de una persona para determinar si tiene un peso excesivo para su estatura. (Peso/talla²). (33)

Hábitos saludables

Son acciones y comportamientos que se consideran propios y que tienen un impacto en el bienestar social, emocional y físico del individuo.. (29)

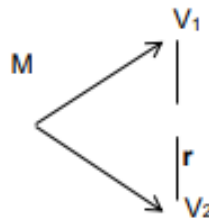
CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Un estudio no experimental y observacional, en el que se observan fenómenos o acontecimientos en su entorno natural. A continuación, se analizan las características y la dinámica de estos acontecimientos para obtener una comprensión más completa. (34)

El diseño corresponde al siguiente esquema:



Donde:

M = Muestra

V1= Cultura familiar alimentaria

V2= Valoración nutricional antropométrica

R = Asociación de las variables



3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Permite medir dos o más variables, estableciendo así una relación estadística entre ellas, y es de naturaleza correlacional. El propósito del estudio es transversal, ya que se basa en las soluciones, descubrimientos y hallazgos que se estipulan en el objetivo.

Es transversal según su temporalidad, ya que establece una fecha de inicio y de finalización en función de un tiempo predeterminado.

Enfoque: De enfoque cuantitativo.

3.3. MÉTODOS APLICADOS A LA INVESTIGACIÓN

Partiendo de principios generales ampliamente aceptados, se desarrolló el método deductivo, que posteriormente se adoptó por su excepcional capacidad para deducir y extraer conclusiones a partir de hechos observados. El proceso de deducción implica la conexión entre premisas y conclusiones.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.4.1. Población:

La población del presente estudio estará conformada por los estudiantes del quinto grado de secundaria de la I.E. en la cual se realizará la investigación siendo un total de 171 estudiantes.

3.4.2. Muestra:

Dado que se utilizó la población total, compuesta por 171 estudiantes, no se intentó seleccionar una muestra de la población.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes que nos otorguen el asentimiento informado.
- Estudiantes que estén matriculados.

- Estudiantes que no tengan dificultades de comunicación
- Escolares con permiso del padre, madre o tutor para participar en el estudio.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no deseen participar en el estudio
- Escolares que no tengan permiso o no deseen participar voluntariamente en el estudio.

3.5. TÉCNICAS, FUENTES E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**3.5.1. Técnicas**

Variable 1: Se utilizó la entrevista sobre cultura familiar alimentaria.

Variable 2: Se utilizó un registro documental de la valoración nutricional antropométrica.

3.5.2. Instrumentos

Variable 1: Se utilizó una guía de entrevista aplicado a la madre de los estudiantes de quinto secundaria.

Autor: Lissette Andrea Vega Echevarría Guía de entrevista aplicado a padres de familia en su tesis influencia de la cultura alimentaria familiar en estudiantes, realizado en el año 2017 el cual para su aplicación en este trabajo fue adaptado y validados

Adaptado: Ccoa Leon Beatriz Brisaida

Validez: Previa a su aplicación fue validado por 3 jueces expertos en temas referidos a la investigación.

Confiabilidad: Se determinó que era un instrumento fiable al obtener una puntuación de 0,721 cuando se evaluó utilizando la estadística alfa de Cronbach.



Administración: individual

Ámbito de aplicación: Aulas de institución educativa

Duración: 30 minutos

Estructura: El instrumento cuenta con 11 preguntas.

Escalas: Ítems con alternativa múltiple de respuestas.

Variable 2: Se utilizó una ficha de registro documental para la valoración nutricional antropométrica.

Ficha técnica:

Autor: Según la norma técnica MINSA

Validez: Previa a su aplicación fue validado por 3 jueces expertos en temas de IMC

Confiabilidad: Se determinó que era un instrumento fiable al obtener una puntuación de 0,833 cuando se evaluó utilizando la estadística alfa de Cronbach.

Administración: individual

Ámbito de aplicación: Aulas de la institución educativa

Duración: 15 minutos aproximadamente

Escalas:

DN severa < -3 DS DN Moderada 3 a < -2 DS

DN leve 2 a < -1 DS

Normal -1 a $< +1$ DS

Sobrepeso $+1$ a $< +2$ DS

Obesidad $> +2$ DS

3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS

Con el fin de implementar el proceso de recopilación de datos, se envió una solicitud en forma de documento dirigido al director de la institución educativa conocida como Perú Birf Azángaro.

El proceso tuvo los siguientes pasos:

Para desarrollar la base de datos, primero se recopilaron los datos esenciales y, a continuación, se utilizó el programa SPSS. En esta etapa, la información recopilada se empleó la codificación y cuantificación necesarios. Se prepararon una serie de tablas estadísticas el cual facilitarían el examen y la interpretación en profundidad de los datos obtenidos. Con respecto a nuestros resultados los cuales fueron diferenciados de los antecedentes que se proporcionó para llevar a cabo el estudio, así como con la base teórica que se examinó el proceso de análisis y la discusión relacionada con los datos recopilados.

Se empleo utilizando un nivel de confiabilidad del 95%, lo que implica que los resultados tienen una alta probabilidad de ser fiables. Además, se estableció un valor de p menor a 0.05, lo que indica que los hallazgos son significativos y no se deben al azar.

3.7. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

A través del proceso de cálculo de una probabilidad, se utilizan para determinar si algo es cierto o no. Procesamos, filtramos e interpretamos los datos utilizando la prueba estadística Chi2 (X^2) y las pruebas relacionadas. Con una significancia de $p < 0.05$.

Formula:

$$\chi^2 = \sum \frac{(o_i - e_i)^2}{e_i}$$

Donde:

χ^2 : Chi cuadrado

e_i : frecuencia esperada

o_i : frecuencia observada

3.8. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

3.8.1. Validez

Se siguieron los siguientes procesos: El instrumento de la variable 1, se validó por 3 expertos a fin de tener las garantías del caso. (Anexo 4)

3.8.2. Confiabilidad

La fiabilidad de un instrumento se evalúa con frecuencia utilizando el alfa de Cronbach, una medida estadística. El objetivo principal es determinar si el instrumento es internamente coherente y fiable. Se genera un valor numérico que refleja la precisión de una característica latente singular y unidimensional de los individuos, y se evalúa mediante un cuestionario el grado en que un conjunto de preguntas evalúa con precisión esta característica. Esta evaluación es exacta hasta cierto punto, se calcula así:

$$\alpha = \left[\frac{k}{k - 1} \right] \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right]$$

Donde:

2 Es la varianza del ítem i.



2 Es la varianza de los valores totales observados.

Es el número de preguntas o ítems.

En cuanto a la confiabilidad se obtuvo a través del coeficiente alfa de

Cronbach y es como sigue:

Para la variable 1

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,664	7



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El objetivo principal fue: Analizar la cultura familiar alimentaria asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024, se presenta 8 tablas estadísticas.



TABLA 1. ROL DE LOS PADRES EN LA PREPARACIÓN DE ALIMENTOS ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A – 28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024.

Rol de los padres en la preparación de los alimentos	Valoración Nutricional Antropométrica							
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Total	
	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%
La madre es responsable de la preparación de alimentos	9	5,3	65	38,0	15	8,8	89	52,0
Se turnan entre hermanos para la preparación de alimentos	12	7,0	26	15,2	28	16,4	66	38,6
Generalmente no hay quien prepare los alimentos en casa la familia se alimenta en restaurant	7	4,1	0	0,0	9	5,3	16	9,4
Total	28	16,4	91	53,2	52	30,4	171	100,0

Fuente: Cuestionario y ficha de registro documental de valoración nutricional antropométrica.

$$X^2_{cal}=36,062$$

$$P=0,000$$

ES SIGNIFICATIVA

$$X^2_{tab}=9,488$$

$$Gf=4$$



En base al primer objetivo específico: Describir las características de la cultura familiar asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria. A – 28 Perú Bif Azángaro. Analizando la tabla 1: Rol de los padres en la preparación de alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado, el 52,0% tienen como responsable de la preparación de alimentos a la madre, el 38,6% se turnan entre hermanos para la preparación de alimentos y el 9,4% refieren que no hay quien prepare los alimentos en casa la familia se alimenta en restaurant.

Del grupo con valoración nutricional normal el 38,0% menciono como responsable de la preparación de los alimentos a la madre, del grupo con valoración nutricional en sobrepeso el 16,4% refieren turnarse entre hermanos para la preparación de alimentos y del grupo con delgadez 7,0% también.

Al cruce estadístico con la prueba no paramétrica del chi cuadrado, se trabajó con un 5% de error y una significancia de $p < 0.05$, $X^2_{cal} = 36,062$ es mayor $X^2_{tab} = 9,488$, con $Gl = 4$ y una $P = 0,000$, siendo significativo el indicador rol de los padres en la preparación de alimentos.

Chan, García et al. (4) en su artículo concluye que muchas familias representadas en el 96.6 % la responsable en la preparación de los alimentos es la madre, en algunas situaciones, especialmente en familias donde uno de los padres se dedica principalmente al cuidado de los hijos, la preparación de alimentos puede recaer más en ese padre. Sin embargo, en la mayoría de los casos, ambos padres deben contribuir a esta tarea. En este estudio el que nuestros son diferentes hallamos el 52,0% es la madre quien se encarga de la preparación de los alimentos para su familia y de los cuales el 38.0% de los estudiantes tienen un estado nutricional normal.



TABLA 2. MITOS Y CREENCIAS ALIMENTARIAS ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A – 28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024.

Mitos y creencias alimentarias	Valoración Nutricional Antropométrica							
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Total	
	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%
Si se tiene mitos y creencias (estar gordito, tener buena salud)	10	5,8	18	10,5	32	18,7	60	35,1
Si tiene mitos y creencias (Saltarte las comidas te bajan de peso)	13	7,6	56	32,7	14	8,2	83	48,5
Desconoce del tema	5	2,9	17	9,9	6	3,5	28	16,4
Total	28	16,4	91	53,2	52	30,4	171	100,0

Fuente: Cuestionario y ficha de registro documental de valoración nutricional antropométrica.

$$X^2_{cal}=25,725$$

$$P=0,000$$

ES SIGNIFICATIVA

$$X^2_{tab}=9,488$$

$$Gf=4$$



Analizando la tabla 2: Mitos y creencias alimentarias asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria, el 48,5% no tiene mitos y creencias, el 35,1% si tiene mitos y creencias y el 16,4% no sabe no opina.

Del grupo con valoración nutricional normal el 32,7% no tienen mitos y creencias de alimentación, del grupo con valoración nutricional en sobrepeso el 18,7% refieren tener mitos y creencias y del grupo con delgadez 7,6% no tienen mitos y creencias.

Al cruce estadístico con la prueba no paramétrica del chi cuadrado, se trabajó con un 5% de error y una significancia de $p < 0.05$, siendo la $X^2_{cal} = 25,725$ es mayor $X^2_{tab} = 9,488$, con $Gl = 4$ y una $P = 0,000$, siendo significativo el indicador mitos y creencias alimentarias.

Cuadros, Suarez (11) en su tesis hallo la tercera parte de la población manifiesta conductas alimentarias en las cuales predominan mitos en un 35.7%, creencias falsas o exageradas sobre sus efectos en la salud y el cuerpo. En nuestro estudio encontramos que el 48,5% no tiene mitos y creencias y de este grupo el 32.7% de los jóvenes tienen un estado nutricional normal.



TABLA 3. COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO DE LA FAMILIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A – 28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024.

Comportamiento alimentario de la familia	Valoración Nutricional Antropométrica							
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Total	
	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%
Los horarios para alimentarse son proporcionalmente adecuados y comparten en familia	3	1,8	68	39,8	19	11,1	90	52,6
Los horarios de alimentación son diferentes cada quien maneja sus propios horarios.	17	9,9	23	13,5	33	19,3	73	42,7
No sabe no opina	8	4,7	0	0,0	0	0,0	8	4,7
Total	28	16,4	91	53,2	52	30,4	171	100,0

Fuente: Cuestionario y ficha de registro documental de valoración nutricional antropométrica.

$X^2_{cal}=75,055$

$P=0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_{tab}=9,488$

$Gf=4$



Analizando la tabla 3: Comportamiento alimentario de la familia asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria, el 52,6% tienen horarios adecuados para alimentarse y comparten en familia, el 42,7% tienen horarios de alimentación diferentes cada quien maneja sus propios horarios y el 4,7% no sabe no opina.

Del grupo con valoración nutricional normal el 39,8% tiene horarios adecuados para alimentarse y comparten en familia, del grupo con valoración nutricional en sobrepeso el 19,3% tienen horarios de alimentación diferentes cada quien maneja sus propios horarios y del grupo con delgadez 9,9 % de igual forma.

Al cruce estadístico con la prueba no paramétrica del chi cuadrado, se trabajó con un 5% de error y una significancia de $p < 0.05$, siendo la $X^2_{cal} = 75,055$ es mayor $X^2_{tab} = 9,488$, con $Gl = 4$ y una $P = 0,000$, siendo significativo el indicador comportamiento alimentario de la familia.

Lozano, Calvo et al. (7) en su artículo hallaron que el 15.7% de las familias desestructurada, tienen altos niveles de estrés y sobrepeso, esta implica el incremento del riesgo de aquellas familias en su comunicación y roles establecidos con comportamientos alimentarios adecuados. Con respecto a ello esto no es un factor el cual se cumplan en todos los casos en esta investigación el 52,6% tienen horarios adecuados para alimentarse y comparten en familia y el estado nutricional es normal.



TABLA 4. CRITERIOS EN PREPARACIÓN DE ALIMENTOS ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A – 28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024.

Criterios en preparación de alimentos	Valoración Nutricional Antropométrica							
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
En su casa, generalmente preparan alimentos en frituras.	5	2,9	14	8,2	40	23,4	52	34,5
En su casa, preparan los alimentos estofados	16	9,4	54	31,6	2	1,2	72	42,1
Combinan la preparación entre alimentos en fritura y estofados durante la semana.	7	4,1	23	13,5	10	5,8	40	23,4
Total	28	16,4	91	53,2	52	30,4	171	100,0

Fuente: Cuestionario y ficha de registro documental de valoración nutricional antropométrica.

$$X^2_{cal}=65,564$$

$$P=0,000$$

ES SIGNIFICATIVA

$$X^2_{tab}=9,488$$

$$Gf=4$$



Analizando la tabla 4: Criterios en preparación de alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria, el 42,1% mencionan preparar los alimentos a vapor, el 34,5% refiere comer generalmente fritura en casa y el 23,4% combinan la preparación entre alimentos en fritura y a vapor, verduras durante la semana. Del grupo con valoración nutricional normal el 31,6% preparar los alimentos a vapor, del grupo con valoración nutricional en sobrepeso el 23,4% preparan mayormente frituras y del grupo con delgadez 9,4 % preparan al vapor.

Al cruce estadístico con la prueba no paramétrica del chi cuadrado, se trabajó con un 5% de error y una significancia de $p < 0.05$, siendo la $X^2_{cal} = 65,564$ es mayor $X^2_{tab} = 9,488$, con $Gl = 4$ y una $P = 0,000$, siendo significativo el indicador criterios en preparación de alimentos.

Catacora (13) con respecto a su tesis pudimos encontrar que el 67.30% se encontraron con una nutrición normal mientras que el 15.72% con sobrepeso, el 14.47% obesidad y el 2.52% desnutrición y tienen criterios adecuados en la preparación de los alimentos. En nuestro estudio encontramos una diferencia significativa con el autor dado que tenemos el 42,1% mencionan preparan los alimentos en el hogar y de tipo estofados.



TABLA 5. DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A – 28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024.

Disponibilidad de alimentos	Valoración Nutricional Antropométrica							
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Adecuado	0	0,0	85	49,7	24	14,0	109	63,7
Regular	15	8,8	6	3,5	15	8,8	36	21,1
Inadecuado	13	7,6	0	0,0	13	7,6	26	15,2
Total	28	16,4	91	53,2	52	30,4	171	100,0

Fuente: Cuestionario y ficha de registro documental de valoración nutricional antropométrica.

$X^2_{cal}=92,607$

$P=0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_{tab}=9,488$

$Gf=4$



Continuando con el segundo objetivo específico: Describir los indicadores de la seguridad alimentaria asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro.

Analizando la tabla 5: Disponibilidad de alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado, el 63,7% tiene adecuada disponibilidad de alimentos, el 21,1% regular y el 15,2% inadecuado. Del grupo con valoración nutricional normal el 49,7% tiene adecuada disponibilidad, del grupo con valoración nutricional en sobrepeso el 14,0% también y del grupo con delgadez 8,8% tiene regulara disponibilidad de alimentos.

Al cruce estadístico con la prueba no paramétrica del chi cuadrado, se trabajó con un 5% de error y una significancia de $p < 0.05$, siendo la $X^2_{cal} = 92,607$ es mayor $X^2_{tab} = 9,488$, con $Gl = 4$ y una $P = 0,000$, siendo significativo el indicador disponibilidad de alimentos.

Según Morales, Rodríguez et al. (6) en su artículo concluye que la conducta alimentaria es inadecuada sin embargo si cuentan con disponibilidad de alimentación. En nuestro estudio encontramos que el 63,7% tiene adecuada disponibilidad de alimentos en el distrito de Azángaro.



TABLA 6. ACCESO A LOS ALIMENTOS ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A – 28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024.

Acceso a los alimentos	Valoración Nutricional Antropométrica							
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Adecuado	0	0,0	71	41,8	35	20,6	106	62,4
Regular	10	5,9	19	11,2	11	6,5	40	23,5
Inadecuado	18	10,6	0	0,0	6	3,5	24	14,1
Total	28	16,4	90	52,9	52	30,6	171	100,0

Fuente: Cuestionario y ficha de registro documental de valoración nutricional antropométrica.

$X^2_{cal}=86,594$

$P=0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_{tab}=9,488$

$Gf=4$



Analizando la tabla 6: Acceso a los alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria, el 62,4% tiene adecuado acceso a los alimentos, el 23,5% regular y el 14,1% inadecuado.

Del grupo con valoración nutricional normal el 41,8% tiene adecuado acceso a los alimentos, del grupo con valoración nutricional en sobrepeso el 20,6% también y del grupo con delgadez 10,6% tiene inadecuado acceso.

Al cruce estadístico con la prueba no paramétrica del chi cuadrado, se trabajó con un 5% de error y una significancia de $p < 0.05$, siendo la $X^2_{cal} = 86,594$ es mayor $X^2_{tab} = 9,488$, con $Gl = 4$ y una $P = 0,000$, siendo significativo el indicador acceso a los alimentos.

Según Alanoca (15) en su investigación encontró prevalencia que el 78.9% de la población que habitan en zonas rurales si tienen acceso a los alimentos en vista que los producen.. En nuestro estudio encontramos el 62,4% tiene adecuado acceso a los alimentos, coincidiendo con el I estudio mencionado ya que los indicadores son similares.



TABLA 7. CONSUMO DE ALIMENTOS ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A – 28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024.

Consumo de alimentos	Valoración Nutricional Antropométrica							
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Adecuado	0	0,0	75	43,9	0	0,0	75	43,9
Regular	10	5,9	16	9,4	18	10,5	44	25,7
Inadecuado	18	10,5	0	0,0	34	19,9	52	30,4
Total	28	16,4	91	53,2	52	30,4	171	100,0

Fuente: Cuestionario y ficha de registro documental de valoración nutricional antropométrica.

$X^2_{cal}=130,119$

$P=0,000$

ES SIGNIFICATIVA

$X^2_{tab}=9,488$

$Gf=4$



Analizando la tabla 7: Consumo de alimentos asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria, el 43,9% tiene adecuado consumo de alimentos, el 30,4% inadecuado y el 25,7% regular.

Del grupo con valoración nutricional normal el 43,9% tiene adecuado consumo de alimentos, del grupo con valoración nutricional en sobrepeso el 19,9% inadecuado consumo y del grupo con delgadez 10,5% también.

Al cruce estadístico con la prueba no paramétrica del chi cuadrado, se trabajó con un 5% de error y una significancia de $p < 0.05$, siendo la $X^2_{cal} = 130,119$ es mayor $X^2_{tab} = 9,488$, con $Gl = 4$ y una $P = 0,000$, siendo significativo el indicador consumo de alimentos.

Según Freitas (14) en su tesis el 50% de los adolescentes tienen sobrepeso en su estado nutricional, destacando el 27,5% y seguido por la obesidad 11,3% debido al consumo de alimentos ultra procesados. En nuestro estudio nos dio el mayor porcentaje el 43,9% tiene adecuado consumo de alimentos.



TABLA 8. VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A – 28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024.

	Fi	%
Normal -1 a < +1 DS	91	53,2
Sobrepeso +1 a < +2 DS	52	30,4
Delgadez < 2 a < -3 DS	28	16,4
Total	171	100,0

Fuente: Ficha de recolección de datos.



Siguiendo con nuestro tercer objetivo específico: Describir la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro.

La valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado, el 53,2% es normal, el 30,4% en sobrepeso y el 16,4% en delgadez.

Según Ccallata (17) en su investigación respecto al estado nutricional IMC/Edad, el 57,8% de los adolescentes se encuentran con un estado nutricional normal, el 38,7% sobrepeso y el 3,4% obesidad. Según Talla/Edad, el 91,7% tienen una talla normal y el 8,3% una talla baja. Con respecto a nuestra investigación realizada podemos dar a conocer que el 53,2% es normal, el 30,4% en sobrepeso y el 16,4% en delgadez.



CONCLUSIONES

- PRIMERA:** Se analizó la asociación entre la cultura familiar alimentaria y la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria A-28 Perú BIRF Azángaro, durante el año 2024. Todos los indicadores mostraron significancia estadística ($p < 0,05$), respaldando las hipótesis planteadas. (Tabla del 1 - 8)
- SEGUNDA:** En cuanto al rol de los padres en la preparación de alimentos, el 52,0 % indicó que la madre es responsable de esta tarea ($p = 0,000$), el 35,1 % si sostiene mitos o creencias (estar gordito, tener buena salud) ($p = 0,000$), el 52,6 % cuenta con horarios de alimentación adecuados y comparte las comidas en familia ($p = 0,000$), y el 42,1 % prepara alimentos al vapor en casa ($p = 0,000$). Todos estos datos resultaron estadísticamente significativos, aceptando la hipótesis asociada. (Tabla del 1 – 4).
- TERCERA:** En cuanto a los indicadores de seguridad alimentaria de los estudiantes del quinto grado: el 63,7 % reportó disponibilidad adecuada de alimentos ($p = 0,000$), el 62,4 % afirmó tener acceso adecuado ($p = 0,000$), y el 43,9 % manifestó un consumo alimentario adecuado ($p = 0,000$). Al igual que en los casos anteriores, los resultados son significativos y respaldan la hipótesis formulada (Tabla del 5 - 7)
- CUARTA:** En la valoración antropométrica nutricional de los estudiantes del quinto grado, se observó que el 53,2 % presenta un peso dentro de los rangos normales, el 30,4 % tiene sobrepeso y el 16,4 % presenta delgadez (Tabla 8)



RECOMENDACIONES

- PRIMERA:** Al director de la institución educativa secundaria coordinar con el Jefe del Centro de salud Alianza para implementar programas educativos que fomenten hábitos alimentarios saludables. Estos programas deben estar adaptados a la realidad cultural y social de la comunidad escolar, involucrando a estudiantes, docentes y familias, con el objetivo de promover una alimentación equilibrada y prevenir problemas de salud relacionados con la nutrición.
- SEGUNDA:** A los docentes y responsables del área de tutoría fomentar la participación activa de ambos padres en la planificación y preparación de alimentos la formación de hábitos saludables promoviendo la equidad en las responsabilidades alimentarias y fortaleciendo los lazos familiares a través de las comidas compartidas.
- TERCERA:** A los tutores desarrollar programas orientados en fomentar estilos de vida saludables, establecer alianzas con proveedores locales para garantizar el abastecimiento de alimentos frescos y nutritivos en las colegios, y desarrollar políticas que aseguren el acceso equitativo a estos recursos para todos los estudiantes.
- CUARTA:** Implementar programas de actividad física regular en los colegios y promover la educación sobre la importancia del ejercicio y una dieta equilibrada para mantener un peso saludable. Fomentando la participación familiar en actividades físicas, limitando el tiempo que se pasa frente a las pantallas y sirviendo constantemente como modelos positivos a seguir.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Dominguez P, Olivares S. Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. Archivos latinoamericanos de nutrición. 2008 Abril; 58(3): p. 79.
2. Santos J. Calidad de vida y estrategias de afrontamiento ante problemas y enfermedades ciudad de México. Scielo. 2006 Diciembre; 5(3).
3. Marfil R, Sanchez M. Alimentación familiar: influencia en el desarrollo y mantenimiento de los trastornos de la conducta alimentaria. [Online].; 2019 [cited 2023 octubre 10. Available from: <https://revistas.proeditio.com/jonnpr/article/view/3171/html3171>.
4. Chan J, Garcia M, Ramos K. Consumo de alimentos ultraprocesados y autóctonos en familias mayas de escolares con sobrepeso u obesidad” México 2024.. Scielo. 2024 Marzo; 9(0).
5. Landaeta M, Jardim K. Valoración del estado nutricional antropométrico de escolares venezolanos de 3 a 18 años. Scielo. 2024 Marzo; 35(1).
6. Morales A, Rodríguez I. Preferencias y conductas alimentarias en adolescentes de secundaria básica. Scielo. 2021 Junio; 93(2).
7. Lozano C, Calvo G. La influencia de los grupos sociales en la alimentación de estudiantes mexicanos. Scielo. 2021 Agosto; 11(0).
8. Fuentes S, Estrada B. Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación en América Latina entre 2005 y 2021. Scielo. 2023 Junio; 47(1).
9. Alvarez H. Cultura alimentaria familiar y su influencia en los hábitos alimentarios de los estudiantes del sexto grado de educación primaria de



- las instituciones educativas del cercado de Tacna. Tesis pregrado. Tacna: Universidad Privada , Facultad de Educación; 2019.
10. Bautista M, Castelán A. Conductas alimentarias de riesgo, percepción de prácticas parentales y conducta asertiva en estudiantes de preparatoria. Scielo. 2020 Diciembre; 6(3): p. 52.
 11. Cuadros A, Suarez B. Conductas alimentarias e imagen corporal en adolescentes mujeres de I.E. 40211 Héroes del Pacífico - Paucarpata, Arequipa. Tesis pregrado. Arequipa: Universidad Nacional San Agustín, Facultad de enfermería; 2020.
 12. Maiz L. Estado nutricional y Autoestima en adolescentes de dos Cooperativas, San Juan de Lurigancho. Tesis de pregrado. Lima: Universidad Cesar Vallejo, Escuela Profesional De Enfermería; 2020.
 13. Catacora A. Evaluación del estado nutricional en relación a los hábitos alimentarios y actividad física en adolescentes. Tesis pregrado. Tacna: Universidad privada de tacna, Escuela profesional de medicina humana; 2021.
 14. Freitas A. Evaluación del estado nutricional en adolescentes de bajos recursos de la organización no gubernamental tierra de risas. Lima: Universidad San Martín de Porras, Facultad de medicina humana; 2019.
 15. Alanoca S. Hábitos alimentarios relacionados al sobrepeso y obesidad en escolares. Tesis de pregrado. Huancayo: Universidad Continental, Facultad de ciencias de la salud; 2022.
 16. Maquera EQR. Eficacia del Programa "Adolescencia Saludable" para mejorar Estilo de Vida en estudiantes del 4to año de Educación



- Secundaria del Colegio Adventista Túpac Amaru. Juliaca: Universidad Peruana Unión, Escuela Profesional de Enfermería; 2019.
17. Ccallata L. Influencia de las redes sociales en los hábitos alimentarios y estado nutricional en los adolescentes de la I. E. S. Mariano Melgar Ayaviri. Puno: Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez, Ayaviri; 2023.
 18. Fernandez P. Perfiles demográficos y su relación con el conocimiento nutricional y competencias culinarias en estudiantes universitarios de la carrera de Nutrición y Dietética: Análisis de hábitos alimentarios. Juliaca: Universidad Peruana Union, Carrera de Nutrición; 2024.
 19. Calderón E, Argumedo A. Cultura alimentaria: Clave para el diseño de estrategias de mejoramiento nutricional de poblaciones rurales. Scielo. 2017 Junio; 14.
 20. Torres V. Características alimetarias. [Online].; 2007 [cited 2023 Setiembre 29. Available from: <https://www.xn--caractersticas-7lb.com/caracteristicas-de-la-familia/>.
 21. Martínez H. Roles de los padres. Scielo. 2020 Setiembre; 37(5): p. 31.
 22. Carrillo S. Percepciones del padre sobre su rol e involucramiento en la familia. Scielo. 2018 Setiembre; 35(2).
 23. Paredes A. Mitos alimentarios. [Online].; 2008 [cited 2023 Octubre 7. Available from: <https://alimentacionsaludable.elika.eus/mitos-alimentarios/>.
 24. Oda C, Saldaña C. Comportamientos alimentarios cotidianos y anómalos en una muestra. [Online].; 2018 [cited 2023 Octubre 11.



Available

from:

<https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v32n2/14originalobesidad02.pdf>.

25. Noguera F. Principios de la preparación de alimentos. [Online].; 2020 [cited 2023 Octubre 6. Available from: <https://www.cse.udelar.edu.uy/wp-content/uploads/2018/12/Principios-de-la-preparacio%CC%81n-de-alimentos-Noguera-2018.pdf>.
26. Alvarez L. Seguridad alimentaria. Scielo. 2008 Feb; 4.
27. Supo A. Disponibilidad de alimentos. [Online].; 2014 [cited 2023 Octubre 1. Available from: <https://www.cun.es/chequeos-salud/vida-sana/nutricion/preparacion-alimentos>.
28. Tarazona G. Acceso a la alimentos. Scielo. 2019 Mayo; 82(4).
29. Ravasco P. Consumo de los alimentos en la familia. Scielo. 2010 Octubre; 25(3).
30. Guapisaca A, Valverde J. Consumo de la alimentacion familiar. Revista de investigación Alfa. 2022 Setiembre; 5(15).
31. Mesa M, Perez J. Valoracion nutricional antropometrica. Scielo. 2018 Octubre; 24(1).
32. Ceballos J, Negron R. Obesidad. Pandemia del siglo XXI. Scielo. 2018 Setiembre; 72(5).
33. Pajuelo J, Lizardo A. El sobrepeso, la obesidad y la obesidad abdominal en la población adulta del Perú. Scielo. 2019 Enero; 80(1).
34. Leyva J, Guerra Y. Objeto de investigación y campo de acción: componentes del diseño de una investigación científica. Scielo. 2020 Julio; 12(3).



ANEXOS



ANEXO 1. MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

*BASE DE DATOS BEATRIZ BRISAIDA.sav [ConjuntoDatos0] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

12: Visible: 8 de

	rolpadrespreparaciona limentos	mitoscreenciasalimentarias	comportamientoalimentariofamilia	critériospreparaciona limentos	disponibilida dalimentos	accesoalimentos	consumoalimentos	valoracionnutricion al
1	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
2	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
3	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
4	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
5	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
6	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
7	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	inadecuado	inadecuado	Delgadez
8	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	inadecuado	inadecuado	Delgadez
9	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	inadecuado	regular	Delgadez
10	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	regular	regular	Delgadez
11	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	regular	regular	Delgadez
12	Se turnan entre hermano...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	regular	regular	Delgadez
13	Generalmente no hay qui...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	regular	regular	Delgadez
14	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	regular	regular	Delgadez
15	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	regular	regular	Delgadez
16	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	regular	regular	regular	Delgadez
17	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	regular	regular	regular	Delgadez
18	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	No sabe no opina	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	regular	regular	regular	Delgadez
19	Generalmente no hay qui...	Si se tiene mitos y creencias	No sabe no opina	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	regular	regular	inadecuado	Delgadez
20	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	No sabe no opina	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	regular	inadecuado	inadecuado	Delgadez
21	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	No sabe no opina	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	regular	inadecuado	inadecuado	Delgadez
22	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	No sabe no opina	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
23	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	No sabe no opina	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
24	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	No sabe no opina	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
25	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	No sabe no opina	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
26	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez

Vista de datos Vista de variables



*BASE DE DATOS BEATRIZ BRISAIDA.sav [ConjuntoDatos0] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

12: Visible: 8 d

	rolpadrespreparaciona limentos	mitoscreenciasalimentarias	comportamientoalimentariofamilia	criteriospreparaciona limentos	disponibilida dalimentos	accesoalimentos	consumoalimentos	valoracionnutricio nal
27	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
28	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	inadecuado	inadecuado	inadecuado	Delgadez
29	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
30	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
31	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
32	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
33	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
34	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
35	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
36	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
37	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
38	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
39	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
40	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
41	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
42	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	adecuado	norma
43	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma
44	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma
45	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma
46	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma
47	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma
48	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma
49	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma
50	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma
51	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma
52	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	norma



*BASE DE DATOS BEATRIZ BRISAIDA.sav [ConjuntoDatosD] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

12: Visible: 8 de

	rolpadrespreparacionalimentos	mitoscreenciasalimentarias	comportamientoalimentariofamilia	criteriospreparacionalimentos	disponibilidadalimentos	accesoalimentos	consumoalimentos	valoracionnutricional
53	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
54	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
55	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
56	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
57	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
58	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
59	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
60	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
61	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
62	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
63	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
64	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
65	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado		adecuado	normal
66	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
67	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
68	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
69	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
70	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
71	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
72	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
73	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
74	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
75	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
76	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
77	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
78	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal



*BASE DE DATOS BEATRIZ BRISAIDA.sav [ConjuntoDatos0] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

12: Visible: 8 de

	rolpadrespreparacionalimentos	mitoscreenciasalimentarias	comportamientoalimentariofamilia	criteriospreparacionalimentos	disponibilidadalimentos	accesoalimentos	consumoalimentos	valoracionnutricional
79	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
80	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
81	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
82	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
83	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
84	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
85	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
86	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
87	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
88	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
89	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	adecuado	adecuado	normal
90	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
91	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
92	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
93	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
94	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
95	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
96	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
97	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
98	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
99	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
100	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	adecuado	adecuado	normal
101	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	adecuado	normal
102	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	adecuado	normal
103	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	adecuado	normal
104	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	regular	normal



*BASE DE DATOS BEATRIZ BRISAIDA.sav [ConjuntoDatos0] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

12: Visible: 8 de 8

	rolpadrespreparacionali mentos	mitoscreenciasalimentarias	comportamientoalimentariofamilia	criteriospreparacionali mentos	disponibilidadalimentos	accesoalimentos	consumoalimentos	valoracionnutricion al
105	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	regular	normal
106	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	regular	normal
107	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	regular	normal
108	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	regular	normal
109	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	regular	normal
110	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	regular	normal
111	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	regular	normal
112	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	adecuado	regular	regular	normal
113	Se turnan entre hermano...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	regular	regular	normal
114	La madre es responsable...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	regular	regular	normal
115	La madre es responsable...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	regular	regular	normal
116	La madre es responsable...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	regular	regular	normal
117	La madre es responsable...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	regular	regular	normal
118	La madre es responsable...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	regular	regular	normal
119	La madre es responsable...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	regular	regular	regular	normal
120	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	inadecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
121	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
122	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
123	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
124	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
125	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
126	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
127	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
128	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
129	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
130	Se turnan entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso



*BASE DE DATOS BEATRIZ BRISAIDA.sav [ConjuntoDatos0] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

12: Visible: 8 de

	rolpadrespreparacionalimentos	mitoscreenciasalimentarias	comportamientoalimentariofamilia	criteriospreparacionalimentos	disponibilidadalimentos	accesoalimentos	consumoalimentos	valoracionnutricional
131	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
132	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
133	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
134	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
135	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
136	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
137	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
138	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
139	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
140	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
141	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
142	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	adecuado	adecuado	inadecuado	sobrepeso
143	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
144	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
145	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
146	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
147	Se tuman entre hermano...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
148	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
149	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
150	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
151	La madre es responsable...	Si se tiene mitos y creencias	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
152	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
153	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
154	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	regular	sobrepeso
155	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	inadecuado	regular	sobrepeso
156	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	inadecuado	regular	sobrepeso



*BASE DE DATOS BEATRIZ BRISAIDA.sav [ConjuntoDatos0] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

12: Visible: 8 de

	rolpadrespreparacionali mentos	mitoscreenciasalimentarias	comportamientoalimentariofamilia	critériospreparacionali mentos	disponibilida dalimentos	accesoalimentos	consumoalimentos	valoracionnutricion al
152	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
153	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	inadecuado	sobrepeso
154	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	adecuado	regular	sobrepeso
155	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	inadecuado	regular	sobrepeso
156	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	inadecuado	regular	sobrepeso
157	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	regular	inadecuado	regular	sobrepeso
158	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	inadecuado	regular	sobrepeso
159	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	inadecuado	regular	sobrepeso
160	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	inadecuado	regular	sobrepeso
161	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	regular	regular	sobrepeso
162	La madre es responsable...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	inadecuado	regular	regular	sobrepeso
163	Generalmente no hay qui...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, generalmente preparan alimentos e...	inadecuado	regular	regular	sobrepeso
164	Generalmente no hay qui...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	regular	regular	sobrepeso
165	Generalmente no hay qui...	No se tiene mitos y creencias...	Los horarios para alimentarse son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	regular	regular	sobrepeso
166	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios para alimentarse son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	regular	regular	sobrepeso
167	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	regular	regular	sobrepeso
168	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	regular	regular	sobrepeso
169	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	Combinan la preparación entre alimentos en fritu...	inadecuado	regular	regular	sobrepeso
170	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	regular	regular	sobrepeso
171	Generalmente no hay qui...	No sabe no opina	Los horarios de alimentación son ...	En su casa, preparan los alimentos al vapor.	adecuado	regular	regular	sobrepeso
172								
173								
174								
175								
176								
177								



ANEXO 2. MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA A – 28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE VALORES	METODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL</p> <p>PG. ¿Cómo se asocia la cultura familiar alimentaria a la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</p> <p>PE1. ¿Cuáles son las características de la cultura familiar asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria?</p> <p>PE2. ¿Cuáles son los indicadores de la seguridad alimentaria asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución</p>	<p>OBJETIVO GENERAL</p> <p>OG. Analizar asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <p>OE1. Describir las características de la cultura familiar asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria.</p> <p>OE2. Describir los indicadores</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL</p> <p>HG. La cultura familiar alimentaria está asociado significativamente a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECIFICAS</p> <p>HE1. Las características de la cultura familiar asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria son: El rol de los padres en la preparación de alimentos, mitos y creencias alimentarias, comportamiento alimentario y criterios de preparación.</p> <p>HE2. Los indicadores de la seguridad alimentaria asociados a la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa</p>	<p>Variable 1</p> <p>1. Cultura familiar alimentaria</p>	<p>1.1</p> <p>Características de la cultura familiar</p>	<p>1.1.1 Rol de los padres en la preparación de alimentos</p> <p>1.1.2 Mitos y creencias alimentarias</p> <p>1.1.3 Comportamiento alimentario de la familia</p> <p>1.1.4 Criterios en preparación de alimentos</p>	<p>a. La madre es responsable de la preparación de alimentos</p> <p>b. Se turnan entre hermanos para la preparación de alimentos</p> <p>c. Generalmente no hay quien prepare los alimentos en casa la familia se alimenta en restaurant</p> <p>a. Si se tiene mitos y creencias: Ej. Tienes que ser delgado para estar sano, el consumo de huevo eleva el colesterol, obviar comidas al día permite adelgazar. etc.</p> <p>b. No se tiene mitos y creencias, se procura alimentación saludable en casa.</p> <p>c. No sabe no opina</p> <p>a. Los horarios para alimentarse son proporcionalmente adecuados y comparten en familia</p> <p>b. Los horarios de alimentación son diferentes cada quien maneja sus propios horarios.</p> <p>c. No sabe no opina</p> <p>a. En su casa, generalmente preparan alimentos en frituras.</p> <p>b. En su casa, preparan los alimentos al vapor.</p>	<p>Diseño: No experimental</p> <p>Tipo de investigación La investigación será de tipo correlacional y de enfoque cuantitativo.</p> <p>Población: 171 estudiantes de la institución educativa antes mencionada.</p> <p>Muestreo: Se trabajó con el total de estudiantes 171.</p> <p>Técnicas:</p> <p>Para la variable 1: Se utilizó la técnica de encuesta</p> <p>Para la variable 2: Se utilizó ficha de registro documental.</p> <p>Instrumentos: Para medir la variable 1 es un cuestionario</p>



educativa secundaria? PE3. ¿Cuál es la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria?	de la seguridad alimentaria asociados a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria. OE3. Describir la valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria.	secundaria son: La disponibilidad, el acceso, combinación y clasificación de alimentos. HE3. La valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria es el sobrepeso.	1.2 Seguridad alimentaria	c. Combinan la preparación entre alimentos en fritura y a vapor y verduras durante la semana.	sobre Cultura familiar alimentaria Para la variable 2: Ficha de registro documental sobre valoración nutricional antropométrica. Prueba de hipótesis Se hará uso de la prueba estadística Chi2 $\chi^2 = \sum \frac{(o_i - e_i)^2}{e_i}$	
				1.2.1 Disponibilidad de alimentos.		a. Adecuado b. Regular c. Inadecuado
				1.2.2 Acceso a los alimentos.		a. Adecuado b. Regular c. Inadecuado
				1.2.3 Consumo de alimentos.	a. Adecuado b. Regular c. Inadecuado	

VARIABLE 2	INDICADOR	ESCALA DE VALORES
2. Valoración nutricional antropométrica	2.1 Valoración nutricional antropométrica	a. Delgadez < 2 a < -3 DS b. Normal -1 a < +1 DS c. Sobrepeso +1 a < +2 DS d. Obesidad > +2 DS



ANEXO 3. ASENTIMIENTO INFORMADO

Yo, a través del presente documento expreso mi voluntad de participar en la investigación titulada “Cultura familiar alimentaria asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024”, autorizando a la señorita Bach. Beatriz Brisaida Ccoa Leon, egresada de enfermería de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, para la realización de dos cuestionarios para la recolección de datos. Al firmar este documento reconozco que he leído el documento y se me ha sido informada claramente sobre los objetivos del estudio de investigación. Comprendo y acepto participar en la investigación.

Firma del participante



Huella digital



ANEXO 4. INSTRUMENTOS

ENTREVISTA SOBRE CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA

Fecha:.....

Sección:.....

A. CARACTERIZACION DE LA CULTURA FAMILIAR

1. ¿Cuál es el rol de los padres en la preparación de alimentos?
 - a. La madre es responsable de la preparación de alimentos (1)
 - b. Se turnan entre hermanos para ayuda en la preparación de alimentos (2)
 - C. Generalmente no hay quien prepare los alimentos en casa la familia se alimenta en restaurant (0)

2. ¿Qué opinas respecto a los mitos y creencias alimentarias?
 - a. Si se tiene mitos y creencias:
Ej. Tienes que ser gordito para estar sano. (1)
 - b. No se tiene mitos y creencias, se procura alimentación saludable en casa. (2)
 - c. Desconoce el tema. (0)

3. ¿Cuál es el comportamiento alimentario en tu familia?
 - a) Procuramos preparar comida casera todos los días, con una buena cantidad de verduras, frutas y proteínas.(2)
 - b) Regularmente vamos a comer al restaurante.(1)
 - c) Padres comen fuera de casa e hijos en también. (0)

4. tiempo dedicado a la ingesta de alimentos en la familia.
 - a. Los horarios para alimentarse son proporcionalmente adecuados y comparten en familia.(2)
 - b. Los horarios de alimentación son diferentes cada quien maneja sus propios horarios.(1)
 - c. No tenemos horario. (0)



- 5. ¿Qué es lo que se tiene en cuenta a momento de la preparación de alimentos?
 - a. En su casa, generalmente preparan alimentos en frituras.(0)
 - b. En su casa, preparan los alimentos estofados.(2)
 - c. Combinan la preparación entre alimentos en fritura y estofados durante la semana.(1)

B. SEGURIDAD ALIMENTARIA.

- DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS

- 1. ¿Cuentas con huerto?
 - a) Si, propio. (3)
 - b) Alquilado. (2)
 - e) No cuenta con ningún terreno. (1)

- 2. ¿Qué tipo de productos siembra?
 - a) Cereales (3)
 - b) Tubérculos. (2)
 - e) Otros..... (1)

- 3. ¿Qué animales cría?

Animales	Cuantos	Donde
Gallinas		
Vacas		
Ovejas		
Cerdo		
Alpaca		
Cuyes		
Otros		



4. ¿Los animales que cría son para su consumo?
 - a) Si. (3)
 - b) A veces (2)
 - e) No (1)

5. ¿En el mercado y/o tienda cerca de su hogar encuentra variedad de alimentos?
 - a) Si (3)
 - b) A veces (2)
 - e) No (1)

6. ¿Cómo almacena los productos que cosecha?
 - a) En costales, en tarimas en ambiente separadas. (3)
 - b) Amontonados en un solo ambiente. (2)
 - e) No almacena. (1)

Resultados	Puntaje
Adecuado	13 - 18puntos
Regular	6 - 12puntos
Inadecuado	0 – 5 puntos

ACCESO DE LOS ALIMENTOS

1. ¿De dónde proviene el dinero para comprar comida en tu casa?:
 - a) Trabajos permanentes de padre o madre. (3)
 - b) Trabajos eventuales del padre o madre. (2)
 - e) Ventas de sus productos de cosecha, crianza. (1)

2. ¿sabes cuánto dinero gasta tu familia al mes en comida?
 - a) 800.00 soles a más. (3)
 - b) 755.00 a 500.00 soles. (2)
 - e) No tengo conocimiento. (1)



3. ¿ Recibes ayuda económica de algún programa social?
 - a) Si
 - b) No

4. ¿Qué tiempo te toma de tu vivienda al mercado local?
 - a) 30 a 20 minutos (1)
 - b) 10 minutos. (2)
 - e) 5 minutos (3)

5. ¿Tus padres tienen un puesto en el mercado local para vender sus productos?
 - a) Si (3)
 - b) No (1)

6. ¿Cuántas veces a la semana va al mercado local o tienda?
 - a. Dos veces por semana (1)
 - b) Tres veces por semana (2)
 - e) Diario (3)

Resultados	Puntaje
Adecuado	15 – 21 puntos
Regular	8 – 14 puntos
Inadecuado	0 – 7 puntos

- CONSUMO DE LOS ALIMENTOS

1. ¿Qué tipo de alimentos consumes en tu hogar?
 - a) Proteínas (huevo, queso, leche, carnes), menestras (lentejas, habas, arvejas). (2)
 - b) Carbohidratos (fideos, harina), Cereales (arroz, avena). (1)
 - e) Vegetales (verduras y frutas). (0)
2. ¿Qué comes durante el día?



Nombre de las comidas	Ingredientes	Cantidad Consumida
Desayuno		
Almuerzo		
Cena		

3. . ¿Lava los alimentos antes de consumirlos?

- a) Si (2)
- b) A veces (1)
- e) No (0)

4. . ¿En qué momento se lava las manos?

- a) Antes de cocinar, comer, después de ir al baño. (2)
- b) A veces, solo para comer. (1)
- c) No se lava (0)

5. . ¿Que usa para lavarse las manos?

- a) Jabón (2)
- b) Detergente (1)
- e) Solo agua (0)

6. . ¿Desinfecta los alimentos que consume?

- a) Si especificar..... (2)
- b) A veces (1)
- c) No porque..... (0)

7. . ¿Cómo guardan los utensilios de cocina en su hogar?

- a) Estantes (2)
- b) Canastas (1)
- e) Cajas, bolsas (0)



8. ¿Consumen alimentos como carnes, queso, leche, huevo, yogurt?
- a) Si (2)
 - b) A veces (1)
 - e) No (0)

Resultados	Puntaje
Adecuado	12 – 16 puntos
Regular	7 – 11 puntos
Inadecuado	0 – 6 puntos

TABLAS DEL INDICE DE MASA CORPORAL

Edad (años:meses)	Desnutrición severa < -3 SD (IMC)	Desnutrición moderada ≥ -3 to < -2 SD (IMC)	Normal ≥ -2 to $\leq +1$ SD (IMC)	Sobrepeso > +1 to $\leq +2$ SD (IMC)	Obesidad > +2 SD (IMC)
5:1	menos de 11.8	11.8–12.6	12.7–16.9	17.0–18.9	19.0 o más
5:6	menos de 11.7	11.7–12.6	12.7–16.9	17.0–19.0	19.1 o más
6:0	menos de 11.7	11.7–12.6	12.7–17.0	17.1–19.2	19.3 o más
6:6	menos de 11.7	11.7–12.6	12.7–17.1	17.2–19.5	19.6 o más
7:0	menos de 11.8	11.8–12.6	12.7–17.3	17.4–19.8	19.9 o más
7:6	menos de 11.8	11.8–12.7	12.8–17.5	17.6–20.1	20.2 o más
8:0	menos de 11.9	11.9–12.8	12.9–17.7	17.8–20.6	20.7 o más
8:6	menos de 12.0	12.0–12.9	13.0–18.0	18.1–21.0	21.1 o más
9:0	menos de 12.1	12.1–13.0	13.1–18.3	18.4–21.5	21.6 o más
9:6	menos de 12.2	12.2–13.2	13.3–18.7	18.8–22.0	22.1 o más
10:0	menos de 12.4	12.4–13.4	13.5–19.0	19.1–22.6	22.7 o más
10:6	menos de 12.5	12.5–13.6	13.7–19.4	19.5–23.1	23.2 o más
11:0	menos de 12.7	12.7–13.8	13.9–19.9	20.0–23.7	23.8 o más
11:6	menos de 12.9	12.9–14.0	14.1–20.3	20.4–24.3	24.4 o más
12:0	menos de 13.2	13.2–14.3	14.4–20.8	20.9–25.0	25.1 o más
12:6	menos de 13.4	13.4–14.6	14.7–21.3	21.4–25.6	25.7 o más
13:0	menos de 13.6	13.6–14.8	14.9–21.8	21.9–26.2	26.3 o más
13:6	menos de 13.8	13.8–15.1	15.2–22.3	22.4–26.8	26.9 o más
14:0	menos de 14.0	14.0–15.3	15.4–22.7	22.8–27.3	27.4 o más
14:6	menos de 14.2	14.2–15.6	15.7–23.1	23.2–27.8	27.9 o más
15:0	menos de 14.4	14.4–15.8	15.9–23.5	23.6–28.2	28.3 o más
15:6	menos de 14.5	14.5–15.9	16.0–23.8	23.9–28.6	28.7 o más
16:0	menos de 14.6	14.6–16.1	16.2–24.1	24.2–28.9	29.0 o más
16:6	menos de 14.7	14.7–16.2	16.3–24.3	24.4–29.1	29.2 o más
17:0	menos de 14.7	14.7–16.3	16.4–24.5	24.6–29.3	29.4 o más
17:6	menos de 14.7	14.7–16.3	16.4–24.6	24.7–29.4	29.5 o más
18:0	menos de 14.7	14.7–16.3	16.4–24.8	24.9–29.5	29.6 o más

Gráfico 1. Índice de masa corporal en niñas de 5 a 18 años de la OMS

Edad (años:meses)	Desnutrición severa < -3 SD (IMC)	Desnutrición moderada ≥ -3 to < -2 SD (IMC)	Normal ≥ -2 to $\leq +1$ SD (IMC)	Sobrepeso > +1 to $\leq +2$ SD (IMC)	Obesidad > +2 SD (IMC)
5:1	menos de 12.1	12.1-12.9	13.0-16.6	16.7-18.3	18.4 o más
5:6	menos de 12.1	12.1-12.9	13.0-16.7	16.8-18.4	18.5 o más
6:0	menos de 12.1	12.1-12.9	13.0-16.8	16.9-18.5	18.6 o más
6:6	menos de 12.2	12.2-13.0	13.1-16.9	17.0-18.7	18.8 o más
7:0	menos de 12.3	12.3-13.0	13.1-17.0	17.1-19.0	19.1 o más
7:6	menos de 12.3	12.3-13.1	13.2-17.2	17.3-19.3	19.4 o más
8:0	menos de 12.4	12.4-13.2	13.3-17.4	17.5-19.7	19.8 o más
8:6	menos de 12.5	12.5-13.3	13.4-17.7	17.8-20.1	20.2 o más
9:0	menos de 12.6	12.6-13.4	13.5-17.9	18.0-20.5	20.6 o más
9:6	menos de 12.7	12.7-13.5	13.6-18.2	18.3-20.9	21.0 o más
10:0	menos de 12.8	12.8-13.6	13.7-18.5	18.6-21.4	21.5 o más
10:6	menos de 12.9	12.9-13.8	13.9-18.8	18.9-21.9	22.0 o más
11:0	menos de 13.1	13.1-14.0	14.1-19.2	19.3-22.5	22.6 o más
1:6	menos de 13.2	13.2-14.1	14.2-19.5	19.6-23.0	23.1 o más
12:0	menos de 13.4	13.4-14.4	14.5-19.9	20.0-23.6	23.7 o más
12:6	menos de 13.6	13.6-14.6	14.7-20.4	20.5-24.2	24.3 o más
13:0	menos de 13.8	13.8-14.8	14.9-20.8	20.9-24.8	24.9 o más
13:6	menos de 14.0	14.0-15.1	15.2-21.3	21.4-25.3	25.4 o más
14:0	menos de 14.3	14.3-15.4	15.5-21.8	21.9-25.9	26.0 o más
14:6	menos de 14.5	14.5-15.6	15.7-22.2	22.3-26.5	26.6 o más
15:0	menos de 14.7	14.7-15.9	16.0-22.7	22.8-27.0	27.1 o más
15:6	menos de 14.9	14.9-16.2	16.3-23.1	23.2-27.4	27.5 o más
16:0	menos de 15.1	15.1-16.4	16.5-23.5	23.6-27.9	28.0 o más
16:6	menos de 15.3	15.3-16.6	16.7-23.9	24.0-28.3	28.4 o más
17:0	menos de 15.4	15.4-16.8	16.9-24.3	24.4-28.6	28.7 o más
17:6	menos de 15.6	15.6-17.0	17.1-24.6	24.7-29.0	29.1 o más
18:0	menos de 15.7	15.7-17.2	17.3-24.9	25.0-29.2	29.3 o más

Gráfico 2. Índice de masa corporal en niños de 5 a 18 años de la OMS

ANEXO 5. VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

Los abajo firmantes, profesionales en Enfermería, certificamos que el instrumento denominado guía de entrevista sobre cultura familiar alimentaria, que se usara para la recolección de datos del trabajo de investigación titulado "cultura familiar alimentaria asociado a valoración nutricional antropométrica de los estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria A – 28 Perú Birf Azángaro 2024" está apto para ser usado. Consideramos que el instrumento es válido para su uso previsto.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PUNTAJE
El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	1
El instrumento propuesto corresponde a los objetivos propuestos en el estudio.	1
La estructura del instrumento es el adecuado.	1
Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable	1
La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	1
Los ítems son claros y entendibles	1
El número de ítems es adecuado para su aplicación	1
Se debe eliminar algunos ítems	0
TOTAL	7

Se ha considerado como resultado un total de:

- De acuerdo = 1(Si)
- En desacuerdo = 0 (No)

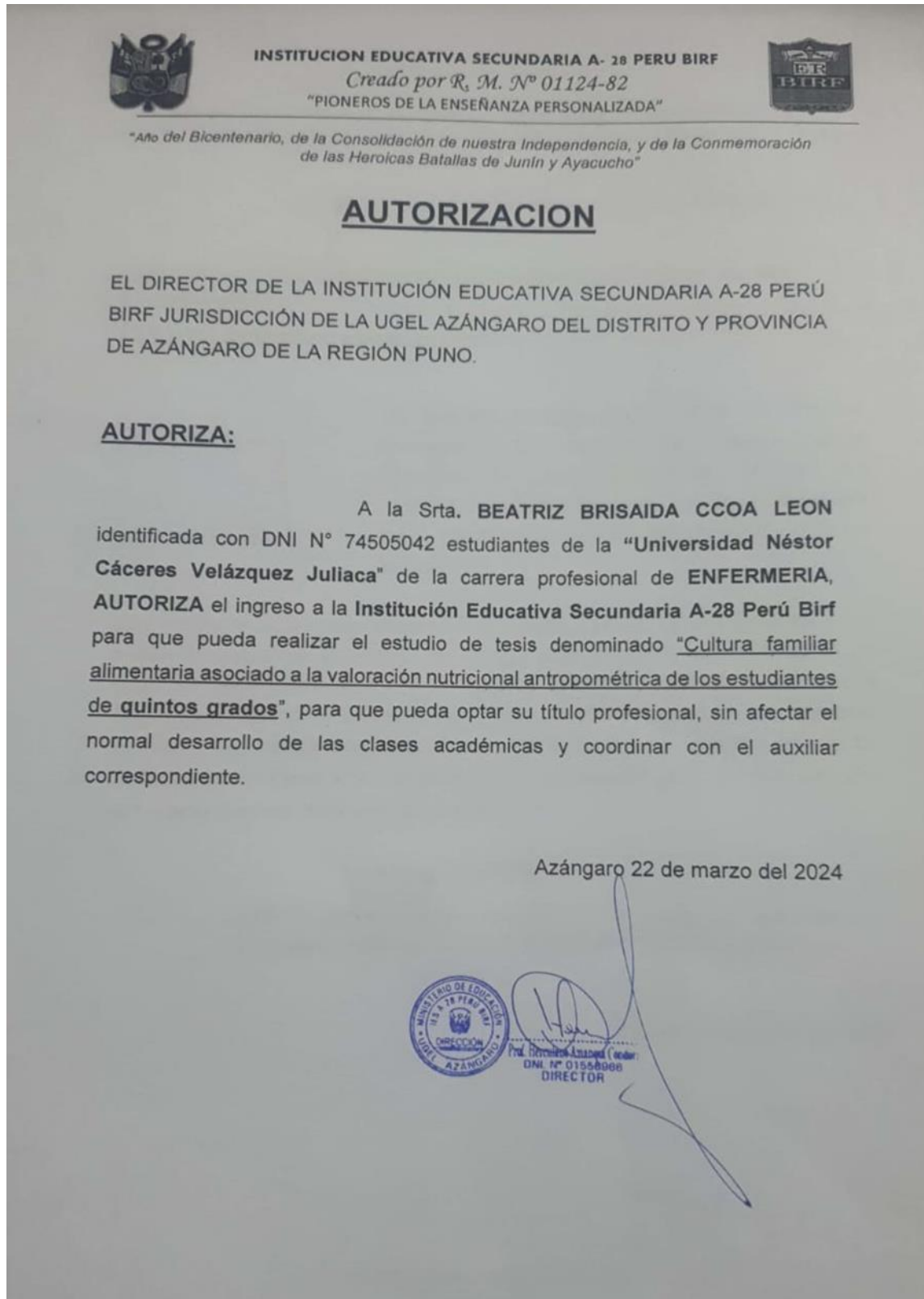
Mary Patricia Velazquez Lopez
LIC. ENFERMERÍA
C.E.P. 0121634

Anahi D. Subia Lopez
LIC. ENFERMERÍA
C.E.P. 121652

Carmen Beatriz Olaveca Collazani
LIC. ENFERMERÍA
C.E.P. 80050



ANEXO 6: AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCION EDUCATIVA DONDE SE REALIZÓ LA INVESTIGACIÓN



Escaneado con CamScanner



ANEXO 7: POBLACION



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

NÓMINA DE MATRÍCULA - 2024

El reporte de matrícula se emitirá haciendo uso de la Nómina de Matrícula del aplicativo informático SIAGIE (Sistema de Información de Apoyo a la Gestión de la Institución Educativa), disponible en <http://siagie.minedu.gob.pe>. Este reporte es de responsabilidad del Director de la I.E. y TIENE CARÁCTER OFICIAL.

Datos de la Instancia de Gestión Educativa Descentralizada (DRE - UGEL)		Datos de la Institución Educativa o Programa Educativo						Periodo Lectivo				Ubicación Geográfica					
Código	2 1 0 0 0 0 2	Número y/o Nombre	A 26 PERU BIRF		Gestión ⁽⁷⁾	POD	Inicio	11/03/2024	Fin	20/12/2024	Dpto.	PUNO	Prov.	AZÁNGARO			
Nombre de la DRE - UGEL	UGEL Azángaro	Código Modular	0 6 1 2 1 6 8	Característica ⁽⁴⁾	-	Programa ⁽⁸⁾	-	Datos del Estudiante				Dist.	AZÁNGARO				
Nº Orden	Nº de D.N.I. o Código del Estudiante ⁽¹⁶⁾	Apellidos y Nombres (Orden Alfabético)	Fecha de Nacimiento	Sexo	HM	Situación de Matrícula ⁽¹⁰⁾	Padre vive SI / NO	Madre vive SI / NO	Lengua Materna ⁽¹²⁾	Segunda Lengua ⁽¹³⁾	Trabaja el Estudiante SI / NO	Horas semanales que labora	Escolaridad de la Madre ⁽¹³⁾	Nacimiento Registrado SI/NO	Tipo de Discapacidad ⁽¹⁴⁾	Centro Poblado	
																Día	Mes
														Institución Educativa de procedencia ⁽¹⁵⁾			
														Código Modular	Número y/o Nombre - RJI/RD		
1	D.N.I. 6 0 3 2 4 1 7 4	AS	10	02	2008	M	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI		
2	D.N.I. 6 1 1 5 9 1 6 0		18	10	2007	H	P	P	NO	SI	C		NO	S	SI		
3	D.N.I. 6 1 3 5 6 6 1 2		30	03	2008	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI		
4	D.N.I. 6 0 7 3 2 6 7 8		07	06	2006	H	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI		
5	D.N.I. 6 0 5 8 9 3 9 7		09	03	2008	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI		
6	D.N.I. 6 0 1 7 0 7 8 9		03	04	2007	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI		
7	D.N.I. 6 0 5 8 9 4 3 8		20	03	2008	M	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI		
8	D.N.I. 6 0 5 1 8 5 5 9		07	06	2007	M	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI		
9	D.N.I. 6 1 3 5 6 6 2 6		06	04	2008	H	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI		
10	D.N.I. 6 0 5 8 9 4 4 7		23	03	2008	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI		
11	D.N.I. 6 0 5 5 8 2 8 6		22	08	2007	M	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI		
12	D.N.I. 6 0 5 8 9 4 4 3		22	03	2008	M	P	P	SI	SI	C	NO	SP	SI			
13	D.N.I. 6 0 5 1 8 4 8 2		13	05	2007	H	P	P	SI	SI	C	NO	S	SI			
14	D.N.I. 6 0 5 8 9 4 4 6		26	03	2008	H	P	P	SI	SI	C	NO	SP	SI			
15	D.N.I. 6 0 5 5 8 2 7 0		17	08	2007	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	SP	SI	0 2 3 9 7 3 1	INA 21 JOSE DOMINGO CHOQUEHUANCA
16	D.N.I. 6 0 5 8 9 3 8 0		05	03	2008	H	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI		
17	D.N.I. 6 1 3 5 6 6 7 0		03	05	2008	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI		
18	D.N.I. 7 4 0 5 8 1 5 2		01	02	2008	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI		
19	D.N.I. 6 0 5 8 9 4 3 4		24	03	2008	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI		
20	D.N.I. 6 0 2 7 0 0 2 9		13	08	2007	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI		
21	D.N.I. 6 0 5 1 8 5 9 3		08	07	2007	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	SE	SI		

(1) Nivel / Ciclo : Para el caso EBR/EBE: (INI) Inicial (PI) Primaria (SEC) Secundaria (T) Tercer ciclo (C) Cuarto ciclo (Q) Quinto ciclo (S) Sexto ciclo (SE) Séptimo ciclo (O) Octavo ciclo. Para el caso EBA: (NI) Inicial (PI) Primaria (SEC) Secundaria (T) Tercer ciclo (C) Cuarto ciclo (Q) Quinto ciclo (S) Sexto ciclo (SE) Séptimo ciclo (O) Octavo ciclo.

(2) Modalidad : (EBR) Educ. Básica Regular, (EBA) Educ. Básica Alternativa, (EBE) Educ. Básica Especial.

(3) Grado/Edad : En el caso de E: Inicial: registrar Edad (0,1,2,3,4,5). En el caso de Primaria o Secundaria: registrar grados: 1,2,3,4,5,6. En el caso de EBA: C: Inicial 1°, 2°, Intermedio 1°, 2°, 3°, Avanzado 1°, 2°, 3°, 4°. Colocar "-" si en la Nómina hay alumnos de varias edades (E) o grados (PI).

(4) Característ. : (U) Unidocente, (PM) Polidocente Multigrado y (PC) Polidocente Centenario.

(5) Sección : A,B,C,... Colocar "-" si es sección única o si se trata de Nivel Inicial.

(6) Gestión : (PGD)Pub. de gestión directa, (PGP)Pub. de Gestión Privada, (PP) Privada.

(7) Programa : (PBN) PEBANA: Prog. de Educ. Bás. Alter. de Niños y Adolescentes (PBJ) PEBAJA: Prog. de Educ. Bás. Alter. de Jóvenes y Adultos (PBN/PSJ) PEBANA/PEBAJA: Prog. de Educ. Básica Alter. de Niños y Jóvenes.

(8) Turno : (M) Mañana, (T) Tarde, (N) Noche.

(9) Situación de Matrícula : (I) Ingresante, (P) Promovido, (PG) Permanece en el grado, (RE) Reasentado. Solo en el caso de EBA: (RE1) Reingresante.

(10) País : (P) Perú, (E) Ecuador, (C) Colombia, (B) Brasil, (Bo) Bolivia, (Ch) Chile, (OT) Otro.

(11) Lengua : (C) Castellano, (Q) Quechua, (A) Aymara, (OT) Otra lengua, (E) Lengua extranjera.

(12) Escolaridad de la Madre : (SE) Sin Escolaridad, (P) Primaria, (S) Secundaria, y (SP) Superior.

(13) Tipo de discapacidad : (DI) Intelectual, (DF) Física, (TEA) Autista, (DV) Visual, (DA) Auditiva, (SC) Sordociega, (OT) Otra. En caso de no adicionar discapacidad, dejar en blanco.

(14) IE de procedencia : Solo para el caso de estudiantes que proceden de otra Institución Educativa.



NÓMINA DE MATRÍCULA - 2024

El reporte de matrícula se emitirá haciendo uso de la Nómina de Matrícula del aplicativo informático SIAGIE (Sistema de Información de Apoyo a la Gestión de la Institución Educativa), disponible en <http://siagie.minedu.gob.pe>. Este reporte es de responsabilidad del Director de la I.E. y TIENE CARÁCTER OFICIAL.

Datos de la Instancia de Gestión Educativa Descentralizada (DRE - UGEL)		Datos de la Institución Educativa o Programa Educativo						Periodo Lectivo				Ubicación Geográfica														
Código	2 1 0 0 0 0 2	Número y/o Nombre	A 28 PERU BIRF		Gestión ⁽⁷⁾	PGD	Inicio	11/03/2024	Fin	20/12/2024	Dpto.	PUNO	Prov.	AZÁNGARO												
Nombre de la DRE - UGEL	UGEL Azángaro	Código Modular	0 8 1 1 2 1 8 8	Característica ⁽⁸⁾	-	Programa ⁽⁸⁾	-	Datos del Estudiante						Dist.	AZÁNGARO											
		Resolución de Creación N°	D. N° 1124-82		Forma ⁽⁵⁾	Esc											Centro Poblado									
N° Orden	N° de D.N.I. o Código del Estudiante ⁽¹⁶⁾	Apellidos y Nombres (Orden Alfabético)	Nivel/Ciclo ⁽¹⁾	SEC	Grado/Edad ⁽²⁾	5	Sección ⁽⁶⁾	B	Turno ⁽⁹⁾	M	Sexo H/M	Situación de Matrícula ⁽¹⁰⁾	País ⁽¹¹⁾	Padre vive SI / NO	Madre vive SI / NO	Lengua Materna ⁽¹²⁾	Segunda Lengua ⁽¹²⁾	Trabaja el Estudiante SI / NO	Horas semanales que labora	Escolaridad de la Madre ⁽¹³⁾	Nacimiento Registrado SI/NO	Tipo de Discapacidad ⁽¹⁴⁾	Código Modular	Número y/o Nombre - R./RD		
				Modalidad ⁽²⁾	EBR	Nombre Sección (Solo Inicial)		Fecha de Nacimiento	Día	Mes															Año	
1	D.N.I. 6.0.2.6.1.5.5.7																									
2	D.N.I. 6.0.5.8.9.3.2.5																									
3	D.N.I. 6.0.5.8.9.3.8.5																									
4	D.N.I. 6.0.3.6.8.0.5.0																									
5	D.N.I. 6.0.5.8.9.3.7.3																									
6	D.N.I. 6.0.5.0.9.5.3.9																									
7	D.N.I. 6.0.5.8.9.3.0.5																									
8	D.N.I. 6.0.5.8.9.3.2.1																									
9	D.N.I. 6.0.3.1.1.8.6.9																									
10	D.N.I. 6.2.1.8.7.5.2.8																									
11	D.N.I. 6.0.5.5.8.2.9.0																									
12	D.N.I. 6.1.3.5.6.6.0.3																									
13	D.N.I. 6.0.5.8.9.3.0.6																									
14	D.N.I. 6.0.3.5.1.0.4.8																									
15	D.N.I. 6.0.5.5.8.3.7.1																									
16	D.N.I. 6.0.5.8.9.3.9.1																									
17	D.N.I. 6.1.2.5.4.6.6.6																									
18	D.N.I. 6.0.5.5.8.3.6.0																									
19	D.N.I. 6.1.0.9.4.2.8.6																									
20	D.N.I. 6.1.3.6.2.7.7.1																									
21	D.N.I. 6.0.5.8.9.3.7.2																									

- (1) Nivel / Ciclo : Para el caso EBR/EBE: (INI) Inicial (PR) Primaria (SEC) Secundaria Para el caso EBA: (NI) Inicial, (INT) Intermedio, (AVA) Avanzado
- (2) Modalidad : (EBR) Educ. Básica Regular, (EBA) Educ. Básica Alternativa, (EBE) Educ. Básica Especial.
- (3) Grado/Edad : En caso de E. Inicial: registrar Edad (0,1,2,3,4,5). En el caso de Primaria o Secundaria: registrar grados: 1,2,3,4,5,6. En el caso de EBA: C. Inicial 1°, 2°, Intermedio 1°, 2°, 3° Avanzado 1°, 2°, 3°, 4°. Colocar "-" si en la Nómina hay alumnos de varias edades (E) o grados (Pr).
- (4) Característ. : Primaria : (U) Unidocente, (PM) Polidocente Multigrado y (PC) Polidocente Completo.
- (5) Forma : (Esc) Escolarizado, (NoEsc) No Escolarizado Para el caso EBA: (P) Presencial, (SP) Semi Presencial, (AD) A distancia
- (6) Sección : A, B, C, ... Colocar "-" si es sección única o si se trata de Nivel Inicial
- (7) Gestión : (PGD) Pub. de gestión directa, (PGP) Pub. de Gestión Privada
- (8) Programa : (PBN) PEBANA: Prog. de Educ. Bás. Alter. de Niños y Adolescentes (PBJ) PEBAJA: Prog. de Educ. Bás. Alter. de Jóvenes y Adultos PBNPBJ/PEBANA/PEBAJA, Prog. de Educ. Básica Alter. de Niños y Adolescentes, y Jóvenes y Adultos. Colocar "-" en caso de no corresponder
- (9) Turno : (M) Mañana, (T) Tarde, (N) Noche
- (10) Situación de Matrícula : (I) Ingresante, (P) Promovido, (PG) Permanece en el grado, (RE) Reingresante. Solo en el caso de EBA: (REI) Reingresante
- (11) País : (P) Perú, (E) Ecuador, (C) Colombia, (B) Brasil, (Bo) Bolivia, (Ch) Chile, (OT) Otro
- (12) Lengua : (C) Castellano, (Q) Quechua, (A) Aymara, (OT) Otra lengua, (E) Lengua extranjera
- (13) Escolaridad de la Madre : (SE) Sin Escolaridad, (P) Primaria, (S) Secundaria, y (SP) Superior
- (14) Tipo de discapacidad : (DI) Intelectual, (DF) Física, (TEA) Autista, (DV) Visual, (DA) Auditiva, (SC) Sordoceguera, (OT) Otra. En caso de no adolecer discapacidad, dejar en blanco
- (15) IE de procedencia : Solo para el caso de estudiantes que proceden de otra Institución Educativa.
- (16) N° de DNI o Cod. Del Est. : El Cód. del Est. Se anotará solo en el caso que el estudiante no posea D.N.I.



N° Orden	D.N.I. o Código del Estudiante ⁽¹⁰⁾	Apellidos y Nombres (Orden Alfabético)	Fecha de Nacimiento			Datos del Estudiante										Institución Educativa de procedencia ⁽¹⁰⁾		
			Día	Mes	Año	Sexo H/M	Situación de Matricula ⁽¹⁰⁾	País ⁽¹¹⁾	Padre vive SI / NO	Madre vive SI / NO	Lengua Materna ⁽¹²⁾	Segunda Lengua ⁽¹²⁾	Trabaja el Estudiante SI / NO	Horas semanales que labora	Escolaridad de la Madre ⁽¹³⁾	Nacimiento Registrado SIN/NO	Tipo de Discapacidad ⁽¹⁴⁾	Código Modular
22	D.N.I. . . . 60311886		15	11	2007	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI			
23	D.N.I. . . . 60200394		01	08	2007	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	SI	SI			
24	D.N.I. . . . 60589382		23	02	2008	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	P	SI			
25	D.N.I. . . . 60589345		23	01	2008	M	P	P	SI	SI	C		NO	S	SI			
26	D.N.I. . . . 60558366		10	10	2007	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI			
27																		
28																		
29																		
30																		
31																		
32																		
33																		
34																		
35																		
36																		
37																		
38																		
39																		
40																		
41																		
42																		
43																		
44																		
45																		
46																		
47																		
48																		
49																		
50																		

Resumen	
Hombres	14
Mujeres	12
Total	26

AMANQUI CONDORI, Herculano
 Responsable de la matrícula
 Firma - Post Firma

AMANQUI CONDORI, Herculano
 Director (a) de la Institución Educativa
 Firma - Post Firma y Sello

Aprobación de la Nómina			
R.D. Institucional	Día	Mes	Año
RD. N° 004-2024	11	03	2024



N° Orden	D.N.I. o Código del Estudiante ⁽¹⁶⁾	Apellidos y Nombres (Orden Alfabético)	Fecha de Nacimiento			Datos del Estudiante										Institución Educativa de procedencia ⁽¹⁵⁾			
			Día	Mes	Año	Sexo HM	Situación de Matrícula(10)	Pais(11)	Padre vive SI / NO	Madre vive SI / NO	Lengua Matemática(12)	Segunda Lengua(12)	Trabaja el Estudiante SI / NO	Horas semanales que labora	Escolaridad de la Madre(13)	Nacimiento Registrado SI/NO	Tipo de Discapacidad(14)	Código Modular	Número y/o Nombre - RJ/RD
22	D.N.I. 6.0.5.5.8.2.8.5		04	09	2007	H	P	P	SI	SI	O	C	NO	S	SI				
23	D.N.I. 6.0.5.8.9.2.8.5		18	12	2007	H	P	P	SI	SI	O	C	NO	S	SI				
24	D.N.I. 6.0.5.8.9.2.7.6		16	12	2007	M	P	P	SI	SI	O	C	NO	SP	SI				
25	D.N.I. 6.0.5.0.9.5.4.5		21	04	2007	M	P	P	SI	SI	O	C	NO	P	SI				
26	D.N.I. 6.0.5.5.8.4.0.9		03	11	2007	M	P	P	SI	SI	C	O	NO	SP	SI				
27	D.N.I. 6.0.5.8.9.2.6.7		02	12	2007	H	P	P	SI	SI	C	O	NO	SE	SI				
28	D.N.I. 6.0.5.8.9.2.6.5		01	12	2007	M	P	P	SI	SI	O	C	NO	SP	SI				
29	D.N.I. 6.0.5.5.8.4.3.1		08	11	2007	M	P	P	SI	SI	C	O	NO	P	SI				
30																			
31																			
32																			
33																			
34																			
35																			
36																			
37																			
38																			
39																			
40																			
41																			
42																			
43																			
44																			
45																			
46																			
47																			
48																			
49																			
50																			

Resumen	
Hombres	14
Mujeres	15
Total	29

AMANQUI CONDORI, Herculano
 Responsable de la matrícula

AMANQUI CONDORI, Herculano
 Director (a) de la Institución Educativa

Aprobación de la Nómina			
R.D. Institucional	Día	Mes	Año
RD. N° 004-2024	11	03	2024



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

NÓMINA DE MATRÍCULA - 2024

El reporte de matrícula se emitirá haciendo uso de la Nómina de Matrícula del aplicativo informático SIAGIE (Sistema de Información de Apoyo a la Gestión de la Institución Educativa), disponible en <http://siagie.minedu.gob.pe>. Este reporte es de responsabilidad del Director de la I.E. y TIENE CARÁCTER OFICIAL.

Datos de la Instancia de Gestión Educativa Descentralizada (DRE - UGEL)		Datos de la Institución Educativa o Programa Educativo						Periodo Lectivo						Ubicación Geográfica									
Número y/o Nombre		A 28 PERU BIRF				Gestión ⁽⁷⁾	PGD	Inicio	11/03/2024	Fin	20/12/2024	Dpto.	PUNO										
Código	2 1 0 0 0 2	Código Modular	0 6 1 1 2 1 6 8	Característica ⁽⁴⁾	-	Programa ⁽⁸⁾	-	Datos del Estudiante						Prov.	AZÁNGARO								
Nombre de la DRE - UGEL	UGEL Azángaro	Resolución de Creación N°	RD. N° 1124-82		Forma ⁽⁵⁾	Esc	Sexo H/M	Situación de Matrícula ⁽¹⁰⁾	Padre vive SI / NO	Madre vive SI / NO	Lengua Materna ⁽¹²⁾	Segunda Lengua ⁽¹²⁾	Trabaja el Estudiante SI / NO	Horas semanales que labora	Escolaridad de la Madre ⁽¹³⁾	Nacimiento Registrado SI/NO	Tipo de Discapacidad ⁽¹⁴⁾	Dist.	AZÁNGARO				
		Nivel/Ciclo ⁽¹⁾	SEC	Grado/Edad ⁽²⁾	5	Sección ⁽⁶⁾												D	Turno ⁽⁹⁾	M	Centro Poblado		
N° Orden	N° de D.N.I. o Código del Estudiante ⁽¹⁶⁾	Apellidos y Nombres (Orden Alfabético)	Fecha de Nacimiento	Día	Mes	Año	Situación de Matrícula ⁽¹⁰⁾	Padre vive SI / NO	Madre vive SI / NO	Lengua Materna ⁽¹²⁾	Segunda Lengua ⁽¹²⁾	Trabaja el Estudiante SI / NO	Horas semanales que labora	Escolaridad de la Madre ⁽¹³⁾	Nacimiento Registrado SI/NO	Tipo de Discapacidad ⁽¹⁴⁾	Institución Educativa de procedencia ⁽¹⁵⁾						
																	Código Modular	Número y/o Nombre - RJ/RD					
1	D.N.I. 6.0.5.1.8.5.7.2		23	06	2007	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI								
2	D.N.I. 6.1.1.7.3.8.1.1		07	09	2007	M	P	P	SI	SI	C	Q	NO	P	SI								
3	D.N.I. 6.0.5.5.8.3.1.0		19	09	2007	M	P	P	SI	SI	C	Q	NO	SI	SI								
4	D.N.I. 6.0.2.7.3.3.5.1		27	08	2007	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI								
5	D.N.I. 6.0.5.5.8.3.1.9		15	09	2007	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	P	SI								
6	D.N.I. 6.1.1.5.8.5.8.4		06	09	2007	H	P	P	SI	SI	C		NO	P	SI								
7	D.N.I. 6.0.5.5.8.3.3.0		21	09	2007	M	P	P	NO	SI	C		NO	P	SI								
8	D.N.I. 6.0.4.4.3.1.1.1		09	10	2006	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	P	SI								
9	D.N.I. 6.0.5.8.9.3.6.7		02	02	2008	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI								
10	D.N.I. 6.0.5.5.8.3.4.7		02	10	2007	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI								
11	D.N.I. 6.0.5.5.8.2.8.9		20	08	2007	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI								
12	D.N.I. 6.0.5.5.8.2.9.5		04	09	2007	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	S	SI								
13	D.N.I. 6.0.2.0.0.3.8.4		29	05	2007	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	P	SI								
14	D.N.I. 6.0.5.5.8.4.3.7		14	11	2007	H	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI	1	5	8	1	4	5	3	JOHN VENN EULER
15	D.N.I. 6.0.5.1.8.4.9.6		09	05	2007	M	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI								
16	D.N.I. 6.0.5.1.8.5.0.3		13	05	2007	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	P	SI								
17	D.N.I. 6.0.5.5.8.3.6.5		19	10	2007	M	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI								
18	D.N.I. 6.0.5.1.8.5.9.2		08	06	2007	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	P	SI								
19	D.N.I. 6.0.5.1.8.4.7.7		09	05	2007	M	P	P	SI	SI	C		NO	S	SI								
20	D.N.I. 6.0.5.5.8.2.9.2		04	07	2007	H	P	P	SI	SI	C	Q	NO	S	SI								
21	D.N.I. 6.2.0.6.4.9.7.3		06	11	2007	H	P	P	SI	SI	Q	C	NO	P	SI								

(1) Nivel / Ciclo. (2) Resolución EBR/ERC. (3) Inicial / (BR) Breve / (SEC) Secundaria. (4) Forma. (5) Escolaridad. (6) (M) No Escolarizado. (7) Turno. (8) (M) Matemática. (9) Teoría. (10) Módulo.



N° Orden	D.N.I. o Código del Estudiante ⁽¹⁶⁾	Apellidos y Nombres (Orden Alfabético)	Fecha de Nacimiento			Datos del Estudiante										Institución Educativa de procedencia ⁽¹⁵⁾			
			Día	Mes	Año	Sexo H/M	Situación de Matrícula ⁽¹⁰⁾	País ⁽¹¹⁾	Padre vive SI / NO	Madre vive SI / NO	Lengua Materna ⁽¹²⁾	Segunda Lengua ⁽¹²⁾	Trabaja el Estudiante SI / NO	Horas semanales que labora	Escolaridad de la Madre ⁽¹³⁾	Nacimiento Registrado SI/NO	Tipo de Discapacidad ⁽¹⁴⁾	Código Modular	Número y/o Nombre - RJ/RD
22	D.N.I. 6.0.5.5.8.2.6.		16	08	2007	M	P	P	NO	SI	Q	C	NO	0	0				
23	D.N.I. 6.0.6.6.5.1.9.		08	11	2007	M	P	P	SI	SI	C	Q	NO	0	0				
24	D.N.I. 6.0.5.1.8.5.8.		19	07	2007	M	P	P	SI	SI	Q	C	NO	0	0				
25	D.N.I. 6.0.5.1.8.6.2.		15	07	2007	M	P	P	SI	SI	C		NO	0	0				
26																			
27																			
28																			
29																			
30																			
31																			
32																			
33																			
34																			
35																			
36																			
37																			
38																			
39																			
40																			
41																			
42																			
43																			
44																			
45																			
46																			
47																			
48																			
49																			
50																			

Resumen	
Hombres	12
Mujeres	13

AMANQUI CONDORI, Herculano

AMANQUI CONDORI, Herculano

Aprobación de la Nómina			
R.D. Institucional	Día	Mes	Año
RD. N° 004-2024	11	03	2024



ANEXO 1
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN

AUTORIZACIÓN PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS
TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN
EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL UANCV

Formato digital

Fecha de entrega: 15 - 09 - 2025

1. Datos del autor (es):

Nombres y Apellidos: BEATRIZ BRISAIDA CCOA LEON

Dirección: Jr Brazil S/N

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: 74505042

Teléfono: 932 974 028

email: Beatrizccoaleon@gmail.com

Nombres y Apellidos: _____

Dirección: _____

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: _____

Teléfono: _____

email: _____

Facultad y/o Escuela de Posgrado: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional o Mención: ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Título o Grado Académico a optar: LICENCIADA EN ENFERMERÍA

Asesor: M.Sc. MARIA ANTONIETA LOAYZA LOPEZ

Esta obra se encuentra dentro de las siguientes denominaciones:

Trabajo de Investigación Tesis Trabajo de Suficiencia Profesional Trabajo Académico

Título: CULTURA FAMILIAR ALIMENTARIA ASOCIADO A VALORACIÓN NUTRICIONAL
ANTROPOMÉTRICA DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA A-28 PERÚ BIRF AZÁNGARO 2024

Palabras claves, (3 a 5 términos): Cultura familiar, Estado nutricional, Índice de masa corporal.

¿Esta obra se desarrolló en la UANCV ^{1,2}?

1

¹ Indicar si su producción intelectual ha empleado recursos tales como, instalaciones, laboratorios, insumos, equipos, bases de datos, asesoría técnica por parte del personal de la UANCV, financiamiento, entre otros relacionados.

² Si su producción intelectual se desarrolló en la UANCV totalmente o parcialmente, deberá autorizar el depósito en el Repositorio de manera obligatoria.



2. Referencia de tesis:

Bachiller Título 2da Especialidad Maestría Doctorado

3. Licencias:

a) Licencia estándar:

Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi tesis en el Repositorio Digital de la UANCV.

Con la autorización de depósito de mi producción Intelectual, otorgo a la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" una licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi producción intelectual (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de tesis UANCV, colección de producción intelectual, entre otros, en el Perú y en el extranjero por el tiempo y veces que considere necesarias, y libres de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" podrá reproducir mi producción intelectual en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.

Declaro que la producción intelectual es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha producción intelectual no infringe derechos de autor de terceras personas.

La Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" consignará el nombre del y/o los autor(es) de la producción intelectual, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la licencia.

Autorizo su publicación (marque con una X)

Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.
 Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (d/m/a): _____
 No autorizo.

b) Licencia CREATIVE COMMONS 4.0 INTERNACIONAL:

Si usted concede una licencia CREATIVE COMMONS sobre su producción intelectual, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, bajo las condiciones siguientes:

¿Quiere permitir usos comerciales de su producción intelectual?

Sí: significa que usted permite la reproducción, distribución y comunicación pública de la producción intelectual incluso con fines comerciales.

No: significa que usted permite la reproducción, y comunicación pública de la producción intelectual, pero sin fines comerciales.

Sí autorizo
 No autorizo



Jurisdicción de su Licencia

Todas las licencias CREATIVE COMMONS son de ámbito mundial, sin embargo, usted puede elegir entre la opción "internacional" o una adaptada a su jurisdicción, como para el caso peruano.

La opción "internacional" emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales; en cambio, la adaptada a su jurisdicción, recoge las particularidades de la legislación peruana.

En consecuencia, **la opción "internacional" goza de una mayor eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral.** Mientras que la opción adaptada a la jurisdicción del Perú goza de una mayor eficacia ante los tribunales peruanos.

Internacional

Nacional

Línea de investigación: SALUD PÚBLICA - P07

Firma de Autor



huella digital

15 - 09 - 2025

Fecha