



UNIVERSIDAD NACIONAL DE BARRANCA

Facultad De Ciencias De La Salud

Escuela Profesional De Enfermería

TESIS:

ESTADO NUTRICIONAL Y HÁBITOS ALIMENTICIOS EN
ESCOLARES DEL 4° AL 6° GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E.
DECISIÓN CAMPESINA-BARRANCA

PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL:

LICENCIADAS EN ENFERMERÍA

PRESENTADO POR:

BALTAZAR CARO, MARIANA ALEXANDRA
ROJAS GARAY, YEDITH RUTH

BARRANCA-PERÚ

2023

INFORME FINAL

INFORME DE ORIGINALIDAD

29%

INDICE DE SIMILITUD

29%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.unab.edu.pe

Fuente de Internet

5%

2

repositorio.upch.edu.pe

Fuente de Internet

3%

3

www.scribd.com

Fuente de Internet

3%

4

dspace.ucuenca.edu.ec

Fuente de Internet

2%

5

repositorio.uss.edu.pe

Fuente de Internet

2%

6

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

2%

7

repositorio.usanpedro.edu.pe

Fuente de Internet

2%

8

revistas.ujat.mx

Fuente de Internet

1%

9

1library.co

Fuente de Internet

1%



.....
Dra. Carmen Rosa Alvarado Zúñiga

PRESIDENTE



.....
Mg. Herminda Consuelo Chambergo Valverde

MIEMBRO



.....
Mg. Rosa Agustina Napuri Rea

MIEMBRO



.....
Dr. Juan Hugo Romero Acevedo

ASESOR



UNIVERSIDAD NACIONAL DE BARRANCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Barranca, 26 de julio de 2023

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Los integrantes del Jurado Evaluador

Presidente: Dra. Carmen Rosa Alvarado Zuñiga.
Miembro: Mg. Herminda Consuelo Chambergo Valverde.
Miembro: Mg. Rosa Agustina Napuri Rea.
Asesor: Dr. Juan Hugo Romero Acevedo.

Se reúnen para evaluar la sustentación de la tesis titulada:

ESTADO NUTRICIONAL Y HÁBITOS ALIMENTICIOS EN ESCOLARES DEL 4º AL 6º GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E. DECISIÓN CAMPESINA-BARRANCA.

Presentado por el Bachiller:

BALTAZAR CARO, MARIANA ALEXANDRA
ROJAS GARAY, YEDITH RUTH

Para optar el Título Profesional de: LICENCIADO EN ENFERMERÍA

Luego de haber evaluado la sustentación de la tesis, concluye calificar a:

(Apellidos y Nombres) BALTAZAR CARO, MARIANA ALEXANDRA ROJAS GARAY, YEDITH RUTH			Nota: 17	
Sobresaliente ()	Muy bueno (X)	Bueno ()	Regular ()	Desaprobado ()

Dra. Carmen Rosa Alvarado Zuñiga.
Presidente

Mg. Herminda Consuelo Chambergo Valverde.
Miembro

Mg. Rosa Agustina Napuri Rea.
Miembro

Dr. Juan Hugo Romero Acevedo
Asesor

DEDICATORIA

Agradecer principalmente a Dios que es creador de todas las cosas que hace posible todo y por permitirme haber culminado una etapa importante en mi vida y a mis padres quienes me impulsaron a estudiar y seguir adelante a pesar de las dificultades que se podrían presentar.

MARIANA

A Dios por ser mi guía quien me acompaña en todo momento. A mis padres y hermana por su apoyo absoluto que me brindan, a mi hija Megan por ser mi motivación para culminar mi carrera universitaria.

YEDITH

AGRADECIMIENTO

Gracias a Dios, Creador de la vida y de todas las cosas. Nos has guiado día a día y nos has dado el coraje y la fuerza para seguir adelante, dándonos vida y permitiéndonos culminar nuestra carrera de manera exitosa.

Agradecer durante los últimos cinco años, a la Universidad Nacional de Barranca por participar en nuestra formación profesional, gracias a los docentes por brindarnos conocimientos en todo el proceso de formación académica y por sus consejos en cada dificultad que se nos ha presentado en el transcurso de esta etapa universitaria.

A nuestro asesor Dr. Romero Acevedo, Juan Hugo por su aporte a nuestra formación profesional, su orientación en la elaboración de nuestra tesis, motivación, guía y exigencia en cada etapa de nuestro desarrollo profesional.

MARIANA Y YEDITH

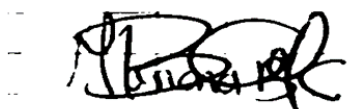
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD:

Nosotras Baltazar Caro, Mariana y Rojas Garay, Yedith Ruth, bachilleres en Enfermería-Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Barranca, identificadas con DNI N° 74223695 y 48214391, de la tesis que lleva por título: “Estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca”, declaramos bajo juramento:

- La presente tesis es de nuestra autoría
- La documentación es verídica y autentica
- La información es verdadera, no falsificada, y mucho menos copiada o plagiada

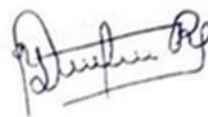
Si por alguna razón se llegara encontrar fraude con información falsa, plagio de datos, asumiremos las consecuencias de nuestro actuar y cumpliremos con las disposiciones vigentes según la Directiva N° 07-2019 de la Universidad Nacional de Barranca.

Barranca, 15 de junio del 2023



Baltazar Caro, Mariana Alexandra

DNI: 74223695



Rojas Garay, Yedith Ruth

DNI: 48214391

INDICE

I.	INFORMACIÓN GENERAL	1
II.	RESUMEN	2
	ABSTRACT.....	3
III.	PLANTEAMIENTO DEL PROYECTO	4
	3.1. Situación del problema.....	4
	3.2. Formulación del problema	7
IV.	JUSTIFICACIÓN.....	8
V.	ANTECEDENTES Y/O ESTADO DE ARTE	10
	5.1 ANTECEDENTES	10
	Internacionales	10
	Nacionales.....	11
	Locales	12
	5.2 ESTADO DEL ARTE	13
VI.	HIPÓTESIS Y VARIABLES DE ESTUDIO.....	28
VII.	OBJETIVOS	31
	7.1. Objetivo General	31
	7.2. Objetivo Especifico.....	31
VIII.	METODOLOGÍA.....	32
	8.1. Tipo, enfoque y diseño de la investigación	32
	8.2. Población y muestra	32
	8.3. Técnicas e Instrumentos para recolección de la información	33
	8.4. Procedimiento de recolección de datos	33
	8.5. Análisis de datos	34
IX.	CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	35
X.	RESULTADOS Y DISCUSIÓN	36
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	42

XI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	44
XII. ANEXOS	54
Anexo 01 MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	54
Anexo 02	55
ANEXO 03.....	58
ANEXO N° 04	63

I.INFORMACIÓN GENERAL

1.1. Título del Proyecto

Estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.

1.2. Autores

-Baltazar Caro, Mariana Alexandra

-Rojas Garay, Yedith Ruth

1.3. Asesor

-Dr. Romero Acevedo, Juan Hugo

1.4. Tipo de investigación

Investigación: Básica

1.5. Programa y línea de investigación vigente

-Programa: Salud pública

-Línea de investigación: Promoción y prevención en salud

1.6. Duración del proyecto

-Fecha de inicio: Diciembre 2022

-Fecha de término: Marzo 2023

1.7. Localización del proyecto

-I. E Decisión Campesina N°28581 – Distrito de Barranca.

II.RESUMEN

La malnutrición se ha convertido en uno de los principales problemas de salud pública, siendo el grupo más afectado los niños, donde los hábitos alimenticios se desarrollan a lo extenso de la vida, muchas veces son modificados por diversos factores, repercutiendo en su estado nutricional. La presente investigación tuvo como **Objetivo General:** Determinar la relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca. **Metodología:** Estudio de tipo básico, enfoque cuantitativo, diseño no experimental-descriptivo correlacional y transversal. La población estuvo integrada por 180 escolares del 4° al 6° grado de primaria. Los instrumentos que se utilizó para la variable estado nutricional fueron las Curvas de Crecimiento de Valoración Antropométrica de la OMS, y para la variable de hábitos alimenticios se utilizó como instrumento el cuestionario de la autora Yupanqui con una confiabilidad buena de 0.875 mediante la prueba alfa de Cronbach. Entre los **resultados**, en cuanto al estado nutricional se observó que, del total de escolares encuestados, el 70.6% tienen un estado nutricional normal, 25% tienen sobrepeso y un 4.4% tienen obesidad. Mientras que en los hábitos alimenticios se observó que, el 85.6% tienen hábitos alimenticios adecuados y un 14.4% tienen hábitos alimenticios inadecuados. Al relacionar las variables se observa que del total de escolares encuestados; el 60.6% (40) tienen hábitos alimenticios adecuado y un estado nutricional normal; mientras que un 4.5% (8) tienen hábitos alimenticios inadecuados y un estado nutricional de sobrepeso y obesidad, significa que los escolares en su mayoría tienen una alimentación saludable con buenos hábitos alimenticios. Se **concluye** que existe una relación significativa entre el Estado Nutricional y Hábitos Alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.

Palabras claves: Estado nutricional, hábitos alimenticios y etapa escolar.

ABSTRACT

Malnutrition has become one of the main public health problems, with children being the most affected group, where eating habits develop throughout life, and are often modified by various factors, affecting their nutritional status. The present investigation had as General Objective: To determine the relationship between nutritional status and eating habits in schoolchildren from 4th to 6th grade of primary school of the I.E. Farmer-Barranca Decision. Methodology: Basic type study, quantitative approach, non-experimental-descriptive, correlational and cross-sectional design. The population consisted of 180 schoolchildren from 4th to 6th grade of primary school. The instruments used for the nutritional status variable were the WHO Anthropometric Assessment Growth Curves, and for the eating habits variable, the author Yupanqui's questionnaire was used as an instrument with a good reliability of 0.875 through the alpha test of Cronbach. Among the results, in terms of nutritional status, it was observed that, of the total number of schoolchildren surveyed, 70.6% have a normal nutritional status, 25% are overweight and 4.4% are obese. While in eating habits it was observed that 85.6% have adequate eating habits and 14.4% have inadequate eating habits. When relating the variables, it is observed that of the total number of schoolchildren surveyed; 60.6% (40) have adequate eating habits and a normal nutritional status; while 4.5% (8) have inadequate eating habits and a nutritional status of overweight and obesity, it means that the majority of schoolchildren have a healthy diet with good eating habits. It is concluded that there is a significant relationship between Nutritional Status and Eating Habits in schoolchildren from 4th to 6th grade of primary school of the I.E. Farmer-Barranca Decision.

Keywords: Nutritional status, eating habits and school stage.

III. PLANTEAMIENTO DEL PROYECTO

3.1. Situación del problema

La malnutrición incluye enfermedades y condiciones de salud que a menudo se presentan en edades tempranas y causan serios riesgos nutricionales y de salud significativos a corto, mediano y largo plazo. Actualmente, el mundo se enfrenta a un gran desafío frente a la doble carga de malnutrición latente que implica problemas, tanto por ingesta insuficiente de alimentos, como la desnutrición, como por una alimentación excesiva, como el sobrepeso y la obesidad, más que nada en regiones de bajos recursos¹.

Durante estos últimos años, producto del cambio climático, la pandemia y últimamente la Guerra Rusia-Ucrania, han disminuido los niveles de ingreso familiar en el mundo, se han perdido puestos laborales, y la crisis de los fertilizantes con su subida de precios y el consiguiente encarecimiento de los alimentos en el mundo, nos está llevando a una situación crítica, ya el 2021, antes de la Guerra en Ucrania, la ONU advertía que 45 millones de personas están al borde de hambruna en el mundo².

A nivel mundial, el sobrepeso y la obesidad están en aumento. Entre 2000 y 2016, la proporción de niños con sobrepeso de 5 a 19 años incrementó del 10% a casi el 20%³.

Actualmente, En África subsahariana, Latinoamérica y Oriente Próximo son las regiones donde se encuentran los países que sufren de mayor desnutrición, siendo Somalia el país con la situación en mayor gravedad, dado que allí el 59,5% (promedio entre el 2018 y 2020) de la población sufre desnutrición. Madagascar, por ejemplo, atraviesa hambruna producto del cambio climático que ha generado tres años de sequías constantes, siendo que entre 2018 y 2020, el 43,2% de sus ciudadanos sufrió desnutrición. En otros países, como Venezuela y Corea del Norte, producto de la pobreza y el aislamiento internacional, han generado severos cuadros de hambre y en consecuencia desnutrición entre su población⁴.

América del Sur, tiene la tasa más alta de sobrepeso en niños (8,2%), seguida de la región del Caribe con 6,6% y Mesoamérica con 6,3%. Si bien América Latina y el Caribe han mostrado un progreso significativo en la reducción de retraso del crecimiento en los niños,

habiendo reducido la prevalencia del 18 % al 11,3 % durante 20 años, sin embargo, entre 2012 y 2020 la tasa de reducción se desaceleró. La prevalencia regional de desnutrición aguda entre niños y niñas es del 1,3%, que es significativamente menor que el promedio mundial del 6,7%⁵.

En América Latina y el Caribe, el COVID-19 está exacerbando una crisis de malnutrición ya existente. Los servicios interrumpidos y los medios de subsistencia devastados, dificultan que las familias pongan comidas saludables en la mesa, lo que deja a muchos niños hambrientos y a otros con sobrepeso o obesidad⁵.

A nivel internacional, México se encuentra en una transición social y nutricional. Un estudio que analizó el estado nutricional de escolares indígenas según su género, edad, comunidad indígena y analizó sus hábitos alimentarios. Sus resultados mostraron que el sobrepeso y obesidad son cada vez más frecuente entre la población infantil perteneciente a las comunidades más aisladas y cuyo abastecimiento dependía del acceso a los negocios de cada comunidad⁶.

En Paraguay, actualmente, el estado nutricional escolar representa un problema de salud pública. Es importante establecer la implementación de intervenciones educativas-nutricionales, enfocadas a la mejoría de la calidad de hábitos alimentarios en niños/as de 10-13 años. De esta manera, se realizó una intervención educativa-nutricional en la escuela, con 42 escolares y sus padres, estimándose el peso, talla, estado nutricional y la calidad de hábitos alimentarios. Sus resultados mostraron cambios en la calidad de hábitos alimentarios de niños, padres y madres; lo que es importante para generar consciencia sobre los hábitos saludables y prevención de enfermedades⁷.

Según el INEI, El 12,1% de la población menor de cinco años de edad del país sufrió desnutrición crónica el 2020, además, ese año el 40,0% de la población de 6 a 35 meses de edad tuvo anemia y solo el 29,7% de la población de 6 a 35 meses de edad consumía suplemento de hierro⁸, lo cual indica también la carencia de esos elementos importantes en nuestra población infantil y preocupantes índices de anemia, todo esto a pesar que informes de la UNICEF sobre el estado mundial de la infancia, incluyen a Perú como una de las experiencias exitosas en la lucha contra la desnutrición infantil⁹, sin embargo, aún hay mucho camino por recorrer.

Se sabe que la desnutrición no es el único factor que impide un óptimo estado nutricional en las personas, a esto se adiciona la obesidad con consecuencias en la salud y la estabilidad psicológica, así vemos que, en el país, según cifras del Instituto Nacional de Salud, el 69.9% de adultos padece de sobrepeso y obesidad, seguido por el 42.4% de jóvenes, el 32.3% de escolares, el 33.1% de adultos mayores y finalmente el 23.9% de adolescente⁹.

Los hábitos alimenticios en los niños en edad escolar se distinguen por comportamientos alimentarios desorganizados caracterizados por un alto consumo de comidas rápidas, dulces y bebidas azucaradas ricas en calorías y pobres en nutrientes. Otro problema que vemos en este grupo de edad, es el desarrollo de hábitos alimenticios influenciados por los dispositivos tecnológicos, marcados por el mundo de los teléfonos móviles, Tablet, entre otros, que podría conllevar a un desequilibrio nutricional¹⁰, ciertamente por el escaso tiempo disponible para realizar una buena alimentación en compañía familiar.

Cabe resaltar que, la alimentación saludable es fundamental durante la etapa escolar para lograr un crecimiento y desarrollo óptimo y el acto de la comida debe ser un medio educativo familiar para la adquisición de hábitos saludables que repercutirán en el comportamiento nutricional a corto, medio y largo plazo¹¹.

El Perú cuenta con diversas leyes destinadas a promover la buena alimentación, entre ellas la Ley N° 30021 de Promoción de la Alimentación Saludable de Niños, Niñas y Adolescentes, que tiene como objetivo promover la alimentación saludable y la educación nutricional; así como también, la implementación de comedores saludables y quioscos la escuela. Además, en el 2019 se aprobó la Resolución Ministerial N° 195-2019/MINSA que enfatiza la importancia de las loncheras saludables y su necesidad para los escolares, a fin de obtener una alimentación sana, balanceada, reducir el consumo de alimentos no saludables y satisfacer las necesidades nutricionales¹².

En el caso específico de la provincia de Barranca, la prevalencia de la desnutrición crónica en menores de 5 años al 2016 fue de 6,88% y la proyección de reducción para el 2020 fue estimado en 5.63%¹³. El problema de estas estimaciones es que no se podía prever los problemas que afectarían al planeta y a nuestro país, los cuales fueron descritos y que claramente afectarían estas estimaciones, incluso pudiendo tener una evolución en sentido inverso, ósea, aumentando las tasas de desnutrición.

Al observar las causas de morbilidad en los niños en la red de salud Cajatambo-Barranca, durante el año 2016, el 5° lugar lo ocupa el ítem “otras deficiencias nutricionales” con 3191 casos, seguidos en 6° lugar por el ítem “obesidad y otras de hiperalimentación” con 2715 casos, el 9° lugar con el ítem “anemias nutricionales” con 1735 casos y el puesto 10° con el ítem “desnutrición” con 1688 casos¹³, lo que constituye una muestra clara de la afectación a la salud en nuestra provincia producto de un estado nutricional desequilibrado, corroborando información evidenciado a nivel nacional y en otros países.

En tal sentido, la problemática del estado nutricional y los hábitos alimenticios se constituye en una necesidad de investigar, considerando que tiene impacto a mediano y largo plazo en la salud de los escolares y en su desarrollo cognitivo social. Por lo que los colegios de la educación básica regular de acuerdo a la Ley N° 31317 deberán contar en adelante con un profesional de la enfermería en su planilla de profesionales, además de docentes y psicólogos, a fin de contribuir a la prevención de enfermedades y promoción de la salud entre los escolares¹⁴.

La Institución Educativa Decisión Campesina es una escuela pública, donde asisten estudiantes de condición socioeconómica pobre y pobre extremo, que en su mayoría vienen de las zonas rurales, con padres que se dedican a la agricultura y al comercio, por lo que este factor económico no garantiza un estado nutricional balanceado, al contrario generan malos hábitos alimenticios que han ocasionado casos de desnutrición y obesidad en escolar, según los informes de docentes de la escuela, tienen estudiantes con signos de anemia y varios casos de obesidad, lo que podría interferir en su desempeño escolar y salud en general.

Por lo tanto esta investigación brindara datos importantes acerca del estado nutricional y hábitos alimenticios de la Institución Educativa Decisión Campesina, datos que podrán colaborar con las estadísticas y análisis en caso que distintas instituciones públicas como los ministerios de salud o educación, e incluso municipalidades, podrían utilizar para elaborar sus informes del estado nutricional de los estudiantes de nuestro país, en base a los cuales se pueden implementar políticas nacionales destinadas a atender esas problemáticas.

3.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I. E Decisión Campesina N°21581 - Barranca

IV.JUSTIFICACIÓN

La malnutrición se ha convertido en uno de los principales problemas de salud pública. Si bien es cierto afecta a todos los grupos de edad, siendo el grupo más afectado los niños en etapa escolar, los cuales se encuentran en desarrollo y crecimiento constante. En el Perú los casos de sobrepeso y obesidad han incrementado de forma alarmante a causa de inadecuados hábitos alimentarios y la vida sedentaria del escolar. Teniendo en cuenta los alcances señalados en los párrafos anteriores, se desarrolla el presente trabajo de investigación.

Con los resultados de la siguiente investigación servirán de base para futuras investigaciones sobre este tema para identificar problemas de salud en relación al estado nutricional y así prevenir futuras enfermedades que afecten la salud y el correcto desarrollo y crecimiento del escolar. Por lo cual es necesario continuar con las actividades de educación sanitaria sobre alimentación saludable, en horarios de tutorías con apoyo de las enfermeras y trabajando de la mano con los padres.

La realización de este estudio se justifica por:

Social, los resultados de la investigación serán útiles para la salud y la educación, ya que muestran cuál es el estado nutricional de los escolares y, al mismo tiempo, permiten a las autoridades institucionales fortalecer las estrategias de promoción de la salud y prevención. Un lugar donde los escolares puedan elegir hábitos alimentarios adecuados y difundirlos en el entorno social.

Económico, se ve dañado al evidenciar un porcentaje de niños con un mal estado nutricional y hábitos alimenticios inadecuados que conlleva a tener niños con diversas enfermedades: anemia, desnutrición, sobrepeso y obesidad; lo cual genera un gasto económico para sus padres y para el estado al tener que adquirir un tratamiento.

Científico, Los resultados obtenidos servirán como un nuevo antecedente para realizar futuras investigaciones que beneficiarán al público en general y proporcionarán información sobre las ciencias de la salud.

Político, el estado ante esta problemática puede desarrollar nuevas estrategias, lineamientos y leyes que cooperen con la promoción y prevención de la salud. Para 2030, contribuir y alcanzar el tercer objetivo del desarrollo sostenible, asegurando una vida saludable y promoviendo el bienestar para todas las edades.

V. ANTECEDENTES Y/O ESTADO DE ARTE

5.1 ANTECEDENTES

Internacionales

Cruz N¹⁵, en el 2022, realizó un estudio con el **objetivo**: Contribuir a la mejora del estado nutricional, hábitos alimentarios y conocimiento alimentario nutricional de alumnos de escuela primaria. **Metodología**: Intervención de diseño cuasi experimental en la que participaron 30 alumnos de una escuela primaria pública ubicada en el municipio de Veracruz, la muestra estuvo integrada por 10 alumnos de primer grado, 8 alumnos de tercer grado y 12 alumnos de quinto grado, los cuales estaban separados en grupo control (GC) y grupo de intervención (GI), en ambos grupos se midió pre y post intervención, estado nutricional, hábitos alimentarios y conocimiento alimentario-nutricional. **Resultados**: No hubo mejora significativa para la variable estado nutricional ($p=0.625$) ni para la variable de hábitos alimentarios ($p=0.688$), sin embargo se encontraron variaciones como reducción en el consumo de alimentos chatarra e incrementó de consumo de agua, legumbres y productos lácteos, cambios no observados para GC, en cuanto a la variable conocimiento alimentario se obtuvieron resultados positivos ($p=0.04$), el grupo control no presentó mejora significativa para ninguna de las variables antes expuestas.

Pozo S, Vargas V¹⁶, en el 2022, realizaron un estudio con el **objetivo**: Determinar los Hábitos alimentarios y su relación con el Estado Nutricional y Dislipidemias en niños de 6 a 11 años que acuden al Centro Médico SABIE de la ciudad de Riobamba. **Metodología**: Estudio de tipo transversal, descriptivo, prospectivo aplicado a 100 niños a los que se registró y valoró, considerando indicadores antropométricos como talla/edad, peso/edad, peso y IMC/edad; además se realizaron exámenes bioquímicos para determinar la presencia de Dislipidemias y finalmente se aplicó el Test Krece Plus, para determinar hábitos alimentarios. Con los datos obtenidos se comprobó la relación de significativa entre las variables utilizando la prueba no paramétrica de Chi Cuadrado con un valor de significancia de $P < 0.005$. **Resultados**: Los resultados obtenidos indican que existen relaciones

significativas entre los datos antropométricos del grupo objetivo y la presencia de dislipidemias con los hábitos alimentarios.

Delgado P, Caamaño F, Jerez D, Cofré A, Guzmán I¹⁷, en 2019, realizaron un estudio con el **objetivo** determinar la asociación entre los hábitos alimentarios de los niños (adherencia a la dieta mediterránea), los parámetros antropométricos y la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) en escolares chilenos. **Metodología:** Este estudio transversal incluyó a 634 escolares, niñas (n = 282, 11,86 ± 0,82 años) y niños (n = 352, 12,02 ± 0,87 años) de cuatro escuelas primarias públicas de Chile seleccionadas por conveniencia. **Resultados:** los escolares con niveles nutricionales altos tuvieron una CVRS más alta (p = 0,018) y aparecieron un IMC, CC y RCE más bajos (p < 0,001). Del mismo modo, de acuerdo a las preguntas "¿te han tratado tus padres de manera justa?" y "¿te has llenado de energía?", los escolares con altos niveles nutricionales obtuvieron la mayor proporción en respuestas muy y muy altos sentido (p < 0,001). El IMC se correlacionó negativamente con la CVRS (r = -0,33, p < 0,05). Además, los hábitos alimenticios de los niños tuvieron una correlación significativa con la CVRS (r = 0,48, p = 0,002). El IMC (B = -0,41; IC 95% = -0,55, 0,93, p = 0,001) y los hábitos alimentarios de los niños (B = -0,78, IC 95% = -0,09, -0,02, p = 0,002) reportaron asociaciones con la CVRS.

Nacionales

Ruiz M, Olivos R¹⁸, realizó un estudio en el 2021, cuyo **objetivo** fue determinar la Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en escolares de 8 a 12 años de una institución educativa. Carabayllo 2021". **Metodología:** El estudio fue de enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo – correlacional, de corte transversal y de diseño no experimental. La población de estudio fueron 80 escolares de 8 a 12 años. **Resultados:** Para establecer los hábitos alimentarios de los escolares, de los 80 escolares encuestados y con la técnica de baremación por escala de percentiles (33.33%) se realizaron 3 categorías para clasificarlos, donde el 35% (28) se encuentra en malos hábitos de alimentación, con el 32.5% (26), encontramos a las categorías de hábitos regulares y buenos. En esta investigación al determinar la relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional se encontró el valor (X²:13,994 con 6 grados de

libertad) y un (p valor=0,030), mediante la prueba no paramétrica de Chi cuadrado de Pearson, lo que demuestra que existe una relación significativa entre ambas variables.

León et al.¹⁹ realizaron un estudio en el 2021 cuyo **objetivo** fue determinar la relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del primer grado de secundaria de la Institución Educativa “Nuestra Señora de Lourdes 2078” Los Olivos, en diciembre, 2020. **Metodología** de enfoque cuantitativo – correlacional, donde participaron 90 escolares de la institución educativa. **Entre los resultados** se encontró que un 58.9% de los escolares presenta estado nutricional normal, un 22.2% con sobrepeso, un 15.6% bajo peso y el 3.3% obesidad, en cuanto a los hábitos alimenticios en su mayoría fueron adecuados en un 86.7%.

Llanos G²⁰, realizó un estudio, cuyo **objetivo** fue “Comparar los hábitos alimenticios y estado nutricional en escolares de sexto grado en institución educativa urbano y rural. Distrito de Monsefú. Chiclayo, 2018”. **Metodología:** Investigación cuantitativo, descriptivo, no experimental, comparativo, transversal, cuya muestra estuvo conformada por 78 niños que cursaban el sexto grado de primaria en dos instituciones (zona urbana – zona rural. Obteniendo como **resultados** que los niños se encuentran entre los 11 ($u=42\%$, $r=48\%$) y 12 años ($u=45\%$, $r=48\%$), el deporte más practicado es el futbol ($u=49\%$, $r=52\%$), el tiempo que invierte en el deporte es de 30 minutos (34%) y 2 horas (34%) en la I.E. urbana y en la I.E. rural es de 1 hora (32%); en ambas instituciones los niños refieren no jugar videojuegos ($u=47\%$, $r=80\%$); así mismo en ambos colegios se encuentra que los hábitos alimenticios son inadecuados ($u=66\%$, $r=64\%$), y el estado nutricional de los niños es normal ($u=47\%$, $r=68\%$), con un porcentaje considerable de sobre peso ($u=28\%$, $r=24\%$) y obesidad ($u=23\%$, $r=4\%$).

Locales

Mendoza y Frenesí²¹ realizaron un estudio en el 2020, cuyo **objetivo** fue determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y rendimiento en los escolares de la institución educativa N° 21575 Huayto, Pativilca en el 2019; Investigación de tipo básica, de enfoque cuantitativo, diseño descriptivo correlacional, la población y muestra estuvo constituida por 55 estudiantes en total de cuarto, quinto y sexto de primaria. Los **resultados** encontrados fueron que el 60% de los escolares presentó hábitos alimenticios buenos y un 40% hábitos alimenticios malos; según el rendimiento escolar el 78.2% de los estudiantes presentan un rendimiento escolar de escala “A” logro previsto, y un porcentaje muy pequeño

de 1.82% se encuentran en la escala de “AD” logro destacado, mientras que el 20% de escolares aún se encuentran en una escala de “B” en proceso; la prueba de hipótesis el Rho de Spearman evidenció que si existe relación entre los hábitos alimenticios y rendimiento escolar con un valor ($p = 0.351$).

5.2 ESTADO DEL ARTE

Niño escolar

El período escolar incluye desde los 6 años, cuando el niño comienza la escuela antes de la pubertad, generalmente hasta los 12 años¹¹. En esta etapa, los niños comienzan a abandonar su hogar para integrarse en el espacio estudiantil para el aprendizaje, el descubrimiento de la vida social y adquisición de hábitos²². Donde los alimentos son extremadamente importantes en esta etapa de vida, ya que proporciona los nutrientes necesarios para el crecimiento, el buen estado de salud y en consecuencia esto repercute en el desarrollo del cerebro y en el rendimiento escolar²².

En esta etapa, los niños aprenden a relacionarse con los alimentos, donde los padres son el modelo más importante, y por esta razón la nutrición familiar es clave y determina cómo los niños comerán en el futuro²².

Estado nutricional

El estado nutricional es el resultado de un equilibrio entre las necesidades y el gasto de la energía alimentaria y otros nutrientes importantes, y esta representados por factores físicos, genéticos, biológicos, culturales, psicosociales, económicos y ambientales en un espacio en particular²³.

Por consiguiente, el estado nutricional está directamente relacionado con la capacidad de respuestas frente a las enfermedades, un mal estado nutricional aumenta la morbilidad infantil. Los efectos de una mala nutrición a esta edad temprana son consecuencias de por vida, ya que aumenta el riesgo a desarrollar enfermedades como (sobrepeso, obesidad, desnutrición entre otros) y se asocia con un menor logro educativo²⁴.

La nutrición óptima promueve el crecimiento y el desarrollo, mantiene la salud general, apoya las actividades diarias y protege a las personas de enfermedades y discapacidades.

Esto nos permite saber en qué medida los alimentos satisfacen las necesidades de un organismo e identificar situaciones de carencia o exceso²⁵.

El estado nutricional se determina mediante una evaluación nutricional mediante índices antropométricos (peso y talla), cuyo resultado es el IMC, y en función del resultado se clasifica a una persona en bajo peso, normal, sobrepeso u obesidad. Esto se trata de una serie de pasos de carácter progresivo que permite evaluar la salud, el bienestar y el estado de carencia en cuanto al estado nutricional¹².

MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS: Es una parte integral del seguimiento de la salud y la nutrición de los niños en edad escolar. Proporciona indicadores para medir una situación particular y refleja las condiciones socioeconómicas de la comunidad²⁶.

El componente antropométrico incluye la recolección, procesamiento y análisis de varias medidas corporales como peso, altura, etc., para revelar el alcance de los problemas nutricionales, caracterizar las poblaciones en riesgo y orientar las intervenciones nutricionales y de promoción de la salud que ayuda a proporcionar elementos para la planificación²⁶.

Los indicadores antropométricos son instrumentos de utilidad para el diagnóstico de la desnutrición, sobrepeso y obesidad que son considerados factores de riesgo para las enfermedades crónicas no transmisibles²⁶.

DIMENSIONES:

PESO: El peso corporal representa la sumatoria de todos los compartimentos que posee el cuerpo; es decir, huesos, masa muscular, órganos, líquidos corporales, masa grasa que difieren con respecto a la edad, género y actividad física de cada persona¹.

Es la fuerza con la que el cuerpo actúa sobre un punto de apoyo a causa de la atracción de la fuerza de la gravedad. Debe medirse con una balanza digital, con el sujeto de pie, nivelado en ambos pies, con el mínimo de ropa posible²⁷.

INDICADORES ANTROPOMETRICOS:

- **DELGADEZ:** Se obtiene mediante el indicador Peso/Edad cuando el punto se ubica por debajo de $-2DE$ ²⁸.

- **NORMAL:** Se obtiene mediante el indicador Peso/Edad cuando el punto se ubica de $\geq -2DE$ a $1DE^{28}$.
- **SOBREPESO:** Se obtiene mediante el indicador Peso/Edad cuando el punto se ubica en $\leq 2DE^{28}$.
- **OBESIDAD:** Se obtiene mediante el indicador Peso/Talla cuando el punto se ubica por encima de $> 2 DE^{28}$.

TALLA: Este es el parámetro básico para evaluar la ganancia de altura, pero es menos susceptible a las deficiencias nutricionales que el peso corporal. Se utiliza para evaluar el crecimiento y desarrollo de un niño comparándolo con los criterios obtenidos en estudios realizados en poblaciones de niños sanos y normales ²⁷.

- Talla baja: Se obtiene mediante el indicador Talla/Edad cuando el punto se ubica por debajo de $< -2 DE^{28}$.
- Talla normal: Se obtiene mediante el indicador Talla/Edad cuando el punto se ubica en $\geq -2DE$ a $\leq 2DE^{28}$.
- Talla alta: Se obtiene de acuerdo al indicador Talla/Edad cuando el punto se ubica en $> + 2 DE^{28}$.

EL ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC): Es el número calculado en base al peso y la altura de una persona. Para la mayoría de las personas, el IMC es un indicador fiable de la obesidad y se utiliza para identificar las clases de peso que pueden provocar problemas de salud²⁹.

CLASIFICACIÓN DE LA VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA SEGÚN ÍNDICE TALLA PARA LA EDAD

El indicador talla para la edad es una medida derivada de la comparación de la talla de la persona con la talla de referencia correspondiente a su edad, y permite evaluar el crecimiento lineal alcanzado de la persona adolescente según las referencias de crecimiento corporal²⁷.

CLASIFICACIÓN	PUNTOS DE CORTE (DE)
Talla alta	> 2 DE
Normal	>=-2DE a <=2DE
Talla baja	< - 2 DE

Fuente: Referencia de crecimiento OMS 2007.

CLASIFICACIÓN DE LA VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA SEGÚN ÍNDICE DE MASA CORPORAL PARA LA EDAD

El índice de masa corporal para la edad (IMC/Edad) es una medida derivada de comparar el IMC de la persona adolescente con el IMC de referencia correspondiente para esa edad. Puede evaluar los niveles de delgadez, normal, sobrepeso y obesidad. Para su cálculo se debe considerar la siguiente fórmula: $IMC = \text{Peso (kg)} / (\text{talla (m)})^2$, y los resultados deben compararse con la clasificación de la valoración nutricional según IMC para la edad²⁷.

CLASIFICACIÓN	PUNTOS DE CORTE (DE)
Obesidad	> 2 DE
Sobrepeso	$\leq + 2$ DE
Normal	>=-2DE a 1DE
Delgadez	< - 2

Fuente: Referencia de crecimiento OMS 2007.

PROBLEMAS RELACIONADOS CON LA MALNUTRICIÓN

La malnutrición es un problema mortal que afecta a largo plazo³⁰. Cuando hablamos de malnutrición, nos referimos a condiciones nutricionales anormales causadas por deficiencias o excesos de energía, macronutrientes y micronutrientes, incluyendo bajo peso, sobrepeso, obesidad, anemia, y entre otros³¹.

DESNUTRICIÓN: Se define como una deficiencia de nutrientes esenciales en el cuerpo que impide el crecimiento de un niño y lo predispone a la enfermedad³².

Según la organización mundial de salud (OMS), esto incluye emaciación (bajo peso para la altura), el retraso del crecimiento (una talla insuficiente para la edad) y bajo peso (bajo peso para la edad)³³.

Causas De La Desnutrición: En el mundo son la pobreza, la desigualdad e inadecuada educación materna en el mundo. Desde estas causas subyacentes, como la falta de acceso a alimentos, atención, medica, agua potable y saneamiento, hasta nutrición inadecuada, atención inadecuada, generan enfermedades, todas ellas están directamente relacionadas con la desnutrición infantil³².

CLASIFICACIÓN DE LA DESNUTRICIÓN:

De acuerdo con su etiología:

- Desnutrición primaria: Cuando la ingesta de alimentos es insuficiente, sea por deficiencia en la calidad o deficiencia en la cantidad de los alimentos consumidos.
- Desnutrición secundaria: El organismo no utiliza el alimento consumido y se interrumpe el proceso digestivo de los nutrientes³⁴.
- Desnutrición mixta o terciaria: Es la asociación de las dos anteriores³⁴.

De acuerdo con su gravedad:

- Desnutrición leve: Cuando la puntuación es de 1 a 2 desviaciones Z por debajo de la media³⁴.
- Desnutrición moderada: Cuando la puntuación es de 2 a 3 puntuaciones por debajo de la media³⁴.
- Desnutrición grave o severa: Cuando la puntuación Z es inferior a -3 de la media³⁴.

De acuerdo con el nutriente deficiente:

- Kwashiorkor o energético-proteica: Esto se debe a la baja ingesta de proteína. El niño tiene aspecto edematoso, el tejido muscular está disminuido, lesiones cutáneas húmedas y asténico³⁴.

- Marasmo o energético-calórica: Se produce por la desnutrición. Debido a los altos niveles de cortisol, la disminución de la producción de insulina y la síntesis “eficiente” de proteínas por parte del hígado a partir de las reservas musculares, el niño está completamente debilitado, con una masa muscular reducida y todos los pliegues de tejido adiposo por el hígado a partir de las reservas musculares. El niño está completamente debilitado, con una masa muscular reducida y todos los pliegues de tejido adiposo aumentan. La piel esta seca y plegable, no que indica un importante retraso de su desarrollo, con disminución de todos los pliegues de la masa muscular y tejido adiposo; la piel es seca, plegadiza y presenta un retraso marcado en su desarrollo³⁴.
- Kwashiorkor-marasmática o mixta: Tanto las deficiencias proteicas como las calóricas son condiciones diferentes, pero podrían tener características de los dos tipos, por ejemplo: un niño puede presentar emaciación severa (marasmo) y al mismo tiempo tener alteraciones en la piel o pelo o edema (Kwashiorkor)³⁴.

De acuerdo con el tiempo de evolución:

- Aguda: Cuando se afecta el peso y no la talla. Existe deficiencia en el indicador peso para la estatura (Peso/Talla). Resulta de una pérdida de peso asociada con períodos de hambre o enfermedad que se desarrolla rápidamente y es limitada en el tiempo²⁹.
- Crónica: Cuando está comprometido el peso y la talla. Existe deficiencia en el indicador Longitud/estatura para la Edad (E/E). Este indicador permite identificar niño con retraso en el crecimiento (longitud o talla baja) debido a un insuficiente aporte de nutrientes por períodos prolongados de tiempo³⁴.

DIMENSIONES:

OBESIDAD Y SOBREPESO

La obesidad y el sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Una forma simple de medir la obesidad es el índice de masa corporal (IMC). Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilogramos por el cuadrado de la talla en metros. ³⁵.

La obesidad es uno de los principales factores de riesgo para numerosas enfermedades crónicas, como la diabetes, las enfermedades cardiovasculares, la hipertensión y varios

tipos de cáncer. Además, los niños con sobrepeso tienen un mayor riesgo de tener sobrepeso o ser obesos en la edad adulta³⁶.

FACTORES DE RIESGO ASOCIADO A LA OBESIDAD:

La obesidad nutricional es una enfermedad multifactorial en la que se han identificado factores hereditarios y ambientales³⁷:

FACTORES AMBIENTALES:

- **MEDIO AMBIENTE:** Estudios epidemiológicos han relacionado que los factores de riesgo que pueden predisponer que un niño tenga obesidad son: el peso materno (malnutrición), la diabetes gestacional, el bajo peso al nacer, el aumento significativo de peso en los primeros meses de la vida, la alimentación con fórmulas diferentes de la leche materna, la introducción temprana de alimentos sólidos, el tabaquismo materno durante el embarazo y el bajo nivel educativo de los padres más tiempo frente a la televisión y en juegos electrónicos³⁷.
- **ESTILOS DE VIDA:** El crecimiento desorganizado de las grandes ciudades ha provocado una escasez de espacios verdes y espacios recreativos para la actividad física. Además, la globalización y la tecnología están dando lugar a más herramientas de entrenamiento visual, auditivo y ciertamente cognitivo que fomentan el sedentarismo, ignorando la necesidad de realizar movimientos musculares que promuevan el gasto de energía. Otro aspecto importante es que el uso de la televisión y los juegos electrónicos por más de 2 horas al día beneficia un estilo de vida sedentario. Del mismo modo, el consumo indiscriminado de bebidas azucaradas, las dietas predominantemente ricas en hidratos de carbono y el consumo de “comida chatarra” son factores que favorecen la obesidad infantil³⁷.

FACTORES HEREDITARIOS: Está bien establecido que si ambos padres son obesos el riesgo para el niño es del 80 %, si solo uno de los padres es obeso, el riesgo baja al 40%, y si ninguno de los padres es obeso, el riesgo para el niño es menor. Existe una fuerte evidencia de que los factores genéticos juegan un papel permisivo e interactúan con los factores ambientales para causar la obesidad.³⁸.

HABITOS ALIMENTICIOS

Son un conjunto de conductas adquiridas por un individuo, la repetición de actos en cuanto a la selección, preparación y consumo de alimentos, que se relacionan principalmente con las características sociales, económicas y culturales de una población o región determinada³⁹.

La alimentación en la etapa escolar es importante, porque las preferencias alimentarias pueden ser innatas o aprendidas. El medio ambiente ha estado expuesto repetidamente a alimentos poco saludables altos en grasas, azúcares y energéticos, lo que representa un mayor riesgo en este grupo poblacional²⁴.

Dado que los niños están en una edad más vulnerable y son más manipuladores para comer nuevos alimentos, el impacto de la publicidad televisiva en los hábitos alimenticios de los niños es enorme, pero la mayoría de los comerciales de hoy en día se basan en contenido nutricional que no es necesariamente la mejor opción⁴⁰.

ALIMENTACIÓN EN LA ETAPA ESCOLAR:

En esta etapa, los niños comienzan a salir de casa para adaptarse al salón de clases. Es hora de aprender, descubrir la vida social y desarrollar hábitos. La nutrición es muy importante en estos momentos de la vida ya que aporta los nutrientes necesarios para el crecimiento, promueve la buena salud e influye en el desarrollo cerebral y el rendimiento académico⁴¹.

Etapa caracterizada por requisitos energéticos reducidos y una gran variabilidad individual en la ingesta calórica de la actividad física. Hay influencias como las TIC, los medios de comunicación, la propaganda, los comedores escolares, los cuidadores, etc., y hay cambios en la composición familiar. Pasamos menos tiempo en casa, más mujeres se unen a la fuerza laboral y más control sobre sus finanzas a través de sus hijos. Todos estos factores influyen en el tipo y forma de alimentación. El desayuno suele ser de corta duración, los refrigerios, los alimentos precocinados y las bebidas azucaradas a menudo se usan en la tarde, lo que hace que el horario de comidas sea más errático. En general, esta dieta se caracteriza por un alto consumo de alimentos de origen animal ricos en proteínas y grasas, y un alto consumo de energía y productos procesados (altos en azúcares refinados y grasas saturadas)⁴².

La dieta debe ser variada, equilibrada e individual. Como guía, generalmente puede usar los siguientes valores: Niños 2-3 años. 1300 a 1500 kcal/día, dependiendo de la actividad física

en cada momento; 1800 kcal/día (90 kcal/kg/día) de 4 a 6 años; 2000 kcal/día (70 kcal/kg/día de 7 a 12 años) ⁴³.

Hoy en día, existe una importante pérdida de hábitos saludables tanto en la población adulta como en la escolar. Debido a los malos hábitos alimenticios de los padres, educadores y funcionarios escolares, los niños en edad escolar a menudo no reciben los alimentos que desean y no tienen suficiente tiempo para la educación nutricional. La ciencia demuestra que la mejor edad para desarrollar buenos hábitos alimentarios y hábitos saludables es la primera infancia, especialmente entre los 3 y los 6 años⁴⁴.

FACTORES QUE DETERMINAN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS

A la hora de elegir los alimentos, las personas se ven influidas por muchos factores (sociales, económicos, culturales y educativos) que determinan sus hábitos alimentarios. Es probable que estas influencias externas se modifiquen con una educación adecuada⁴⁵.

- **FACTOR ECONÓMICO:** Brinda acceso a servicios básicos como alimentación, salud, educación, vestido y nutrición. El aumento de los costos y la escasez de alimentos han afectado a las poblaciones de todo el mundo y los hábitos de las diferentes familias los niveles de ingresos de los hogares, los precios de los alimentos, los tipos y lugares de compra y la frecuencia de consumo de frutas y verduras. Mucho depende de la situación financiera de la familia en cuestión. Si sus ingresos son bajos, compran alimentos que los satisfacen. Tienes papilas gustativas y una dieta monótona. Sin duda, los precios de los alimentos son el principal factor que determina la elección de alimentos⁴⁵.
- **FACTOR SOCIAL:** Se refieren a la influencia que uno o más individuos tienen en el comportamiento alimentario de los demás, ya sea directamente como compras de comestibles o indirectamente aprendiendo del comportamiento de los demás. Es un hecho ampliamente aceptado que la familia es importante cuando se trata de decisiones.⁴⁵.
- **FACTOR CULTURAL:** Con mayor frecuencia se define como el estilo de vida propio de un grupo de personas de la misma nacionalidad o de un lugar particular. Las prácticas alimentarias originadas en estos diferentes grupos pueden o no satisfacer las necesidades biológicas básicas hasta cierto punto⁴⁶.

Creencias: Las creencias nutricionales de una cultura se transmiten de generación en generación a través de instituciones como las familias, las escuelas y las iglesias⁴⁵.

Costumbres: Estos son los factores que influyen fuertemente en las costumbres de todas las regiones y ciudades de nuestro país, tradiciones que conducen a una alimentación excesivamente estricta y equilibrada⁴⁵.

- **FACTOR ACADÉMICO:** El nivel de educación se asoció con el comportamiento alimentario que se esperaba que variara con los niveles de educación individual y familiar. No solo el nivel de educación cambia los hábitos alimentarios, sino también los horarios de las comidas, los métodos de cocción y los métodos de almacenamiento⁴⁵.

TIPOS DE LOS ALIMENTOS

La calidad de los alimentos depende de su valor nutricional (nutrientes), propiedades saludables y sensoriales (aspecto). Los alimentos se pueden clasificar en:⁴⁶:

ALIMENTOS ENERGÉTICOS: Su función principal es suministrar energía al cuerpo. Los organismos son sistemas altamente inestables y requieren un suministro continuo de energía para sobrevivir. Esta energía proviene de la oxidación dentro de las células que forman los tres componentes orgánicos principales del cuerpo. Estos generalmente se llaman carbohidratos, grasas y proteínas⁴⁶.

-**CARBOHIDRATOS:** Los hidratos de carbono, carbohidratos, glúcidos o azúcares son un grupo de sustancias nutritivas que tienen como función principal proporcionar energía al organismo, aportando 4 kilocalorías por gramo. También tiene una función de almacenamiento de energía que almacena en tejidos como el glucógeno, que proporciona aproximadamente la mitad de la energía que necesitan los músculos y otros tejidos del cuerpo para realizar todas sus funciones (la otra mitad de la energía proviene de la grasa).⁴⁷.

-**GRASAS:** Son un grupo de compuestos de estructura variable que se caracterizan por ser insolubles en agua y solubles en solventes orgánicos, incluidos los triglicéridos (también llamados grasas), los fosfolípidos y los esteroides. Los alimentos tienen grasas visibles, como mantequilla, aceite y grasa de carne, y grasas invisibles, como nueces, salchichas y leche, que forman parte del alimento y no se pueden distinguir.⁴⁷.

ALIMENTOS CONSTRUCTORES O REPARADORES: Su función es construir o reparar células y tejidos e integrarse con los sistemas enzimáticos y hormonales. Los principales nutrientes son las proteínas y los aminoácidos que contiene, que pueden ser de origen animal o vegetal. Los alimentos a los cuales se les adjudica fundamentalmente esta función por su elevado contenido de proteínas son⁴⁶:

De origen animal: Leche y productos lácteos (excepto el queso crema y la mantequilla), huevos y las carnes (res, cerdo, carnero, conejo, aves, pescado)⁴⁶.

De origen vegetal: Leguminosas y frutos secos⁴⁶.

-**PROTEINAS:** La proteína es muy importante desde el punto de vista nutricional, ya que es la fuente de nitrógeno del cuerpo. Su función principal es formar y reparar la estructura del cuerpo, ya que es el componente principal de las células del cuerpo. Las proteínas están compuestas de aminoácidos que son utilizados por el cuerpo⁴⁷.

ALIMENTOS REGULADORES: Su función es actuar como catalizador en el metabolismo de proteínas, grasas y carbohidratos. Los principales nutrientes son las vitaminas, los minerales, los oligoelementos o oligoelementos. Los alimentos que esencialmente los contienen son frutas, verduras o legumbres⁴⁶.

-**VITAMINAS:** Las vitaminas se encuentran entre las sustancias consideradas como nutrientes esenciales porque son imprescindibles para el funcionamiento normal del organismo y deben obtenerse de la dieta, ya que el organismo no puede sintetizarlas o, si lo hace, es en cantidad insuficiente. Son también consideradas micronutrientes porque el organismo las precisa en cantidades pequeñas⁴⁷.

Ningún alimento contiene todas las vitaminas en cantidades suficientes. Cada grupo de alimentos (carne, pescado, fruta, verdura, cereales, legumbres, lácteos, frutos secos, huevos) contiene diferentes vitaminas en proporciones variables, para ello se deben consumir alimentos de todos los grupos en cantidades razonables.⁴⁷.

-**AGUA:** El agua es un macronutriente esencial que no proporciona energía. Representa 60-70L de peso corporal y es el componente principal de nuestro cuerpo⁴⁷.

El contenido de agua de los alimentos varía mucho. Por ejemplo, los alimentos frescos de origen vegetal, como las verduras, las frutas y las verduras, tienen un contenido de agua del

80 al 95 %. Los alimentos de origen animal como la carne, el pescado y los huevos tienen niveles del 60-80%. La leche es aproximadamente un 87% de agua. Los alimentos derivados o procesados tienen un menor contenido de agua, como embutidos y quesos, con un contenido del 30-35%. Las legumbres, la harina, el arroz y la pasta contienen de 8 a 12 de agua⁴⁷.

-FIBRA: Una dieta equilibrada debe contener aproximadamente 25-30 g de fibra por día, con una proporción de 3:1 de fibra insoluble a soluble. La mayoría de los alimentos contienen una mezcla de los dos tipos de fibra, pero algunos alimentos contienen más de un tipo de fibra. Los alimentos ricos en fibra son los cereales integrales y las legumbres. La fibra soluble, más concretamente se encuentra en avena, cebada, legumbres, algas, linaza, zanahorias y frutas (manzanas, cítricos, fresas, ciruelas, piñas, etc.)⁴⁷.

Son más ricos en fibra insoluble el salvado de trigo, el pan, los cereales integrales y las verduras maduras son fuentes ricas en fibra insoluble. El agua es un factor importante que no debe olvidarse cuando se habla de fibra dietética. Como hemos visto, las propiedades que aportan ambos tipos de fibra se producen por su relación con el agua, por lo que una dieta rica en fibra siempre debe ir acompañada de una adecuada ingesta de agua⁴⁷.

-MINERALES: Los minerales son nutrientes que el cuerpo humano necesita en cantidades relativamente pequeñas en comparación con los macronutrientes (carbohidratos, proteínas y lípidos). Por lo tanto, al igual que las vitaminas, cuentan como micronutrientes. Son sustancias con importantes funciones reguladoras que no pueden ser sintetizadas por el organismo y deben ser aportadas por los alimentos⁴⁷.

FRECUENCIA DE CONSUMO EN UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Se proporciona la ingesta diaria recomendada para cada grupo de alimentos y lo que es más importante el peso de cada ración. En función de la frecuencia, se consideran adecuados los siguientes tipos de consumo⁴⁸.

- Ingesta adecuada de agua: La ingesta de agua y otros líquidos debe ser de aproximadamente 2,5 litros por día ⁴⁸.
- Alimentos ricos en carbohidratos complejos como cereales, tubérculos, legumbres blandas: Priorizar a los cereales y que se elaboren a partir de grano entero⁴⁸.

- Frutas: Consumir al menos 3 raciones de frutas diferentes al día. Para el cultivo no orgánico, la fruta debe estar bien madura, lavada y pelada⁴⁸.
- Verduras y Hortalizas: Su dieta debe incluir al menos dos porciones de verduras y hortalizas al día variando el color y una de las raciones en presentación cruda⁴⁸.
- Carnes Blancas: 1 a 3 porciones diarias. Mariscos: Debe consumirse al menos 2-3 veces por semana⁴⁸.
- Legumbres: Es recomendable consumir 2-3 porciones por semana en un método de cocción que mejore el valor nutricional y la digestión. ⁴⁸.
- Frutos secos y semillas: Se recomienda de 1 a 3 porciones al día⁴⁸.
- Huevos: De 1 a 3 porciones al día⁴⁸.
- Leche y productos lácteos: Se prefieren los productos bajos en grasas sin azúcares añadidos, y se recomiendan 2-3 raciones al día⁴⁸.
- Carnes rojas y procesadas: El consumo es opcional y debe ser ocasional y moderado. Siempre servido con una guarnición de verduras frescas⁴⁸.
- Azúcar y productos azucarados: Mantener siempre su consumo con moderación, ya que su consumo de energía no debe exceder los 10L por día⁴⁸.
- Sal y snacks salados: Es recomendable moderar el consumo de sal y productos con alto contenido en sal no sobrepasar los 6 gramos de cloruro de sodio al día⁴⁸.
- Bollerías, pastelerías, productos azucarados, chucherías y helados: Es recomendable consumir según necesidad, ocasionalmente y con moderación, dando preferencia a la repostería casera⁴⁸.

PERIODO DE LA ALIMENTACIÓN

La comida que ingerimos a diario debe estar distribuida en cinco periodos⁴⁹:

- Desayuno: El desayuno preescolar es una de las comidas más importantes del día y debe cubrir al menos el 20-25% de las necesidades nutricionales de un niño en edad escolar. Se debe proporcionar alimentos nutritivos como lácteos, frutas y pan que gusten a niñas y niños para que no dejen de comer⁴⁹.
- Media mañana: Es un tiempo de comida entre el desayuno y el almuerzo. Su objetivo principal es lograr que las niñas o niños lleguen con menos hambre al almuerzo y que su ingesta de nutrientes necesarios para el correcto funcionamiento del cerebro y el cuerpo se distribuya mejor a lo largo del día. Debe cubrir de 10 a 15% de las necesidades nutricionales de las niñas y niños⁴⁹.

- Almuerzo: La segunda alimentación importante consiste en carbohidratos, fibra, proteínas y minerales. Por ejemplo, el arroz se sirve con carne, pescado y verduras, seguido de un postre como fruta o yogur. Este es el momento en que las comidas se consumen de manera más consistente y deben cubrir al menos el 25-35% de las necesidades nutricionales diarias de una niña o un niño⁴⁹.
- Merienda: Se recomienda un batido, galletas o frutas⁴⁹.
- Cena: Para mantener una dieta saludable, se deben fomentar las comidas familiares y una variedad de alimentos. No lo consumas demasiado tarde para no impedir que tu niña o niño duerma bien incluso cuando se acerca la hora de acostarse. Debe cubrir de 25 a 30 necesidades nutricionales⁴⁹.

LUGAR DE CONSUMO

QUIOSCO ESCOLAR SALUDABLE:

Un área donde se venden o distribuyen alimentos y/o bebidas saludables en estricta conformidad con las normas del Ministerio de Salud. Estos alimentos y bebidas son perecederos o no perecederos, los cuales se encuentran en los quioscos. Se requiere abastecimiento de agua para consumo humano, drenaje y electricidad para asegurar condiciones adecuadas para la preparación y almacenamiento de alimentos, bebidas y consumo⁵⁰.

TEORÍA DE NOLA PENDER TEORÍA DE MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Según Aristizábal et al. Nola Pender, enfermera, autora del Modelo de Promoción de la Salud (MPS), expresó dijo que el comportamiento está motivado por un deseo de felicidad y potencial humano. Interesado en crear modelos que dieran respuestas sobre cómo las personas toman decisiones sobre el manejo de su salud, se enfocó principalmente en cuidarse y promover un estilo de vida saludable y adecuado⁵¹.

Por lo tanto, la teorista enfoca su objetivo de integrar tanto a la enfermera como a la persona con respecto a las conductas que promueven el bienestar humano tanto físico, mental y social, ya que el profesional de enfermería debe ser el principal motivador para promocionar la salud, en esta investigación hablamos del estado nutricional y hábitos alimenticios, sino se alimentan adecuadamente existe el riesgo de enfermarse y producto de ello adquirir enfermedades y esto ocasionaría un gasto de recursos tanto para el estado como para la propia familia, ciertamente la teoría tiene un dato muy importante, donde dice que el cuidar uno mismo de su propia salud, enseñar a los padres a que inculquen a sus hijos desde pequeños y los maestros a la vez también fortalezcan en conocimiento para así aquellos escolares estén bien formados en cuanto a llevar un estilo de vida saludable⁵²

El presente trabajo de investigación, se sustenta en la teoría de Nola Pender porque se puede inferir que es una herramienta utilizada para comprender y promover las actitudes, motivaciones y comportamientos de los niños. Para los propósitos de este estudio, los hábitos alimenticios dependerán de los comportamientos que los niños aprenden acerca de comer y que se verán reflejados en su estado nutricional. Es por ello que las actitudes (hábitos alimenticios) son importantes porque son relativamente permanentes, son aprendidas y lo más esencial, influyen en la conducta.

VI.HIPÓTESIS Y VARIABLES DE ESTUDIO

6.1 Hipótesis

H0: No Existe relación significativa entre el Estado Nutricional y Hábitos Alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.

H1: Existe relación significativa entre el Estado Nutricional y Hábitos Alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.

6.2 Variable de Estudio

-V1: Estado nutricional (variable dependiente)

-V2: Hábitos alimenticios (variable independiente)

6.3 Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADORES	ESCALA
VI:ESTADO NUTRICIONAL	Este es un resultado dinámico de las relaciones que existen entre los requerimientos calóricos y proteicos diarios para la vida y el aporte de los alimentos en diversas expresiones ²³ .	<p>PESO</p> <p>TALLA</p> <p>IMC</p>	<p>Es un indicador global de masa corporal del ser humano</p> <p>Es una medida primordial que aprecia el crecimiento de una persona</p> <p>Es una razón matemática que asocia la masa corporal entre la talla elevado al cuadrado, de un ser humano</p>	<p>Delgadez: < - 2DE</p> <p>Normal:>=-2DE a 1DE</p> <p>Sobrepeso:< =2DE</p> <p>Obesidad :> 2 DE</p> <p>TALLA</p> <p>Talla baja: < -2 DE</p> <p>Talla normal: >=-2DE a <=2DE</p> <p>Talla alta: > + 2 DE</p> <p>Delgadez: < - 2DE</p> <p>Normal:>=-2DE a 1DE</p> <p>Sobrepeso:< =2DE</p> <p>Obesidad :> 2 DE</p>	Ordinal

V2:HABITOS ALIMENTICIOS	Son secuencias de comportamientos adquiridos por los individuos, comportamientos recurrentes relacionados principalmente con la selección, preparación y consumo de alimentos asociados a las características sociales, económicas y culturales de una determinada población o región ³⁹ .	Tipos de alimentos	<p>-Alimentos energéticos: Su principal función es aportar energía al organismo.</p> <p>-Alimentos constructores: Su función es construir o reparar células y tejidos e integrarse con sistemas enzimáticos y hormonales.</p> <p>-Alimentos reguladores: Su función es actuar como catalizador en el metabolismo de proteínas, grasas y carbohidratos.</p>	<p>-Alimentos energéticos</p> <p>-Alimentos constructores</p> <p>-Alimentos reguladores</p>	Nominal
		Frecuencia de alimentos	Se proporciona la ingesta diaria recomendada para cada grupo de alimentos y el peso de cada uno de los alimentos más importantes.	<p>-Alimentos energéticos</p> <p>-Alimentos constructores</p> <p>-Alimentos reguladores</p>	
		Lugar de consumo	Lugar apropiado donde consumir alimentos	<p>-En casa</p> <p>-Fuera de casa (mercado, colegio, restaurante)</p>	
		Principales alimentos	La comida que ingerimos a diario debe estar distribuida en seis periodos	<p>-Consumo de desayuno</p> <p>-Refrigerio de media mañana</p> <p>-Consumo del Almuerzo</p> <p>-Lonche de media tarde</p> <p>-Consumo de la cena</p>	

VII.OBJETIVOS

7.1. Objetivo General

Determinar la relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.

7.2. Objetivo Especifico

- Identificar el estado nutricional en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E Decisión Campesina Barranca.
- Identificar los hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E Decisión Campesina Barranca.

VIII.METODOLOGÍA

8.1. Tipo, enfoque y diseño de la investigación

La presente investigación fue de tipo básica porque solo se incrementará los conocimientos científicos, pero sin contrastarlos con ningún aspecto práctico, y de enfoque cuantitativo dado que se centran en mediciones objetivas y análisis estadístico de los datos recopilados mediante encuestas y cuestionarios⁵³.

De diseño No experimental dado que no se manipularon las variables y solo se observarán las situaciones sin alterar el contexto natural, Descriptivo porque busca conocer la participación de los escolares en su estado nutricional y sus hábitos alimenticios y Correlacional porque tiene como objetivo medir la relación que existe entre las dos variables de estudio⁵⁴.

8.2. Población y muestra

El estudio se realizó a los estudiantes de etapa escolar de la Institución Educativa Decisión Campesina de Barranca. La población estará integrada por 180 Niños en etapa escolar y la muestra no probabilística. Dado que es una población finita ya que la I.E Campesina de Barranca N°21581 por grado tiene 2 secciones y cada sección consta con 30 estudiantes por ser aula pedagógica. De acuerdo con el tipo de investigación, y por el tamaño se utilizó la técnica de la encuesta y el instrumento de cuestionario, en donde se considerará a todos los niños del 4° al 6° grado, siempre y cuando cumplan con los criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión

- Niños del 4° al 6° Grado de Primaria de la I.E Decisión Campesina Barranca
- Niños de ambos sexos
- Niños cuyos padres hayan firmado el consentimiento informado

Criterios de exclusión

- Niños que tengan alguna discapacidad neurológica
- Niños que tengan discapacidad física solo para la medición de talla y peso
- Niños con limitaciones para la comunicación

Unidad de análisis: los estudiantes del 4º al 6º grado de primaria de la I.E Decisión Campesina Barranca

8.3. Técnicas e Instrumentos para recolección de la información

-Para la variable Estado nutricional, se utilizó:

Instrumento: las curvas de crecimiento de la OMS⁵⁵, tabla de valoración nutricional antropométrica – varones (5 a 17 años)⁵⁶, tabla de valoración nutricional antropométrica– Mujeres (5 a 17 años) del ministerio de salud⁵⁷ y curvas de crecimiento para niños mayores de 10 años de la CDC^{58,59}.

-Para la variable hábitos alimenticios, se utilizó:

Técnica: Encuesta

Instrumento: Cuestionario para evaluar los Hábitos Alimenticios, de la autora principal Magaly Elsa Yupanqui Cancino⁶⁰, con una validez según juicios de expertos de 0.004 y la confiabilidad se realizó mediante el Alfa de combrach donde se obtuvo un valor de 0.875 (ANEXO 4). Actualmente empleado por las autoras de la presente investigación.

8.4. Procedimiento de recolección de datos

Se aprobó el proyecto de investigación por la comisión de ética de la UNAB, se gestionó la solicitud dirigida desde la dirección de Escuela de Enfermería de la UNAB al director de la I.E Decisión campesina solicitando el permiso correspondiente para tomar parte de su jurisdicción, y recolección de los datos necesarios para la investigación.

Posteriormente se solicitó la firma del consentimiento informado por parte del padre o apoderado de cada escolar, iniciando con la información acerca del objeto y finalidad y relevancia del estudio, ya que es fundamental para la protección de los estudiantes que participaron como voluntarios en la investigación.

Finalmente, se realizó la recolección de datos a través de los instrumentos de investigación. Las investigadoras fueron a la institución educativa y se realizaron el llenado de la ficha de estado de nutricional, donde se pesó y tallo a cada niño. Por último, se realizó la aplicación del cuestionario sobre los hábitos alimenticios a los escolares y se les explico la resolución del instrumento, reiterándoles que es de carácter anónimo, Para el procesamiento de datos se procedió a formar una base de datos para lo cual se usó el programa EXCEL.

8.5. Análisis de datos

Los datos que se obtuvieron de la medición del peso, talla y hábitos alimenticios fueron codificados Microsoft Excel y analizados en el programa estadístico SPSS 21, la presentación de los resultados a través de estadísticas descriptivas, por otra parte, también se utilizó el Microsoft Excel para elaborar los cuadros estadísticos con sus respectivos gráficos que facilitaron la interpretación y análisis de los resultados.

La presentación de los resultados se realizó a través de tablas utilizando estadísticas descriptivas de número, frecuencia y porcentaje. Para el análisis de correlación de datos se utilizó Chi cuadrado, puesto que el estado nutricional es una variable cualitativa y ordinal, mientras que los hábitos alimenticios es una variable cualitativa nominal.

IX. CONSIDERACIONES ÉTICAS

El presente proyecto de investigación los aspectos éticos que se tomara en cuenta son:

Autonomía: Se define como el compromiso de respetar los valores y elecciones personales de cada individuo en las decisiones fundamentales que le afectan. Incluso supone el derecho a equivocarse en la elección. Los encuestados son libres de decidir si participar o no en la encuesta. Para ello se utilizó el consentimiento informado. Respétate a ti mismo, tus elecciones y tu privacidad.

Beneficencia: Este estudio se realizó de manera ética con el equipo de investigación para respetar las decisiones, proteger a los participantes de daños y brindar bienestar y seguridad durante la participación.

No maleficencia: Durante la ejecución de la investigación no se provocará ningún tipo de daño a los pobladores encuestados.

Justicia: Una forma de interpretar el principio de justicia es que se debe tratar por igual a todos. Por lo tanto, este principio fue cumplido por este estudio, de tal manera, que en el contacto con los niños se trató con igualdad cuando se aplicó el cuestionario.

Confidencialidad: Esto garantiza que los datos personales estén protegidos contra el intercambio sin el consentimiento de la persona. La información recibida fue tratada con absoluta confidencialidad y se guardaron los datos de la persona evaluada.

X.RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados:

TABLA N°1. Estado nutricional en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E Decisión Campesina – Barranca

ESTADO NUTRICIONAL	N	%
NORMAL	127	70.6
SOBREPESO	45	25
OBESIDAD	8	4.4
TOTAL	180	100

Elaboración propia. Cuestionario aplicado a los escolares del 4° al 6° Grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca

Interpretación: En la tabla 3, se observa que del total de escolares encuestados; el 70.6% (127) tienen un estado nutricional normal, 25% (45) tienen sobrepeso y un 4.4% (8) tienen obesidad, significa que los escolares en su mayoría tienen una alimentación saludable.

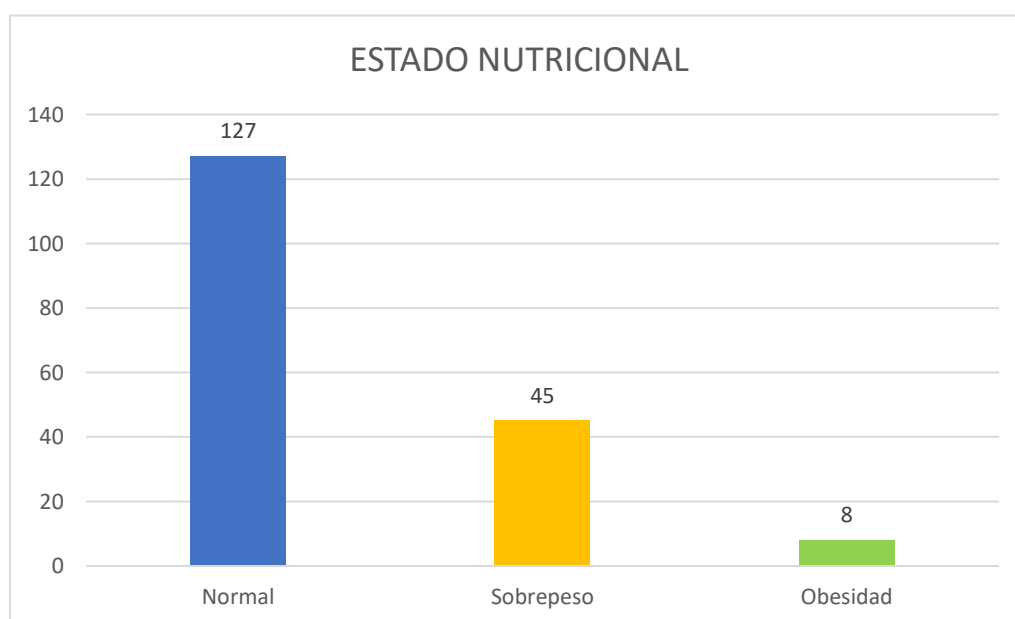


TABLA N° 2. Hábitos Alimenticios en escolares del 4° al 6° Grado de primaria de la I.E Decisión Campesina- Barranca

HABITOS ALIMENTICIOS	N	%
Hábitos Inadecuados	26	14.4
Hábitos Adecuados	154	85.6
Total	180	100

Elaboración propia. Cuestionario aplicado a los escolares del 4° al 6° Grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca

Interpretación: En la tabla 4, se observa que del total de escolares encuestados; el 85.6% (154) tienen hábitos alimenticios adecuados y un 14.4% (26) tienen hábitos alimenticios inadecuados, significa que los escolares en su mayoría tienen hábitos de alimentación responsable.

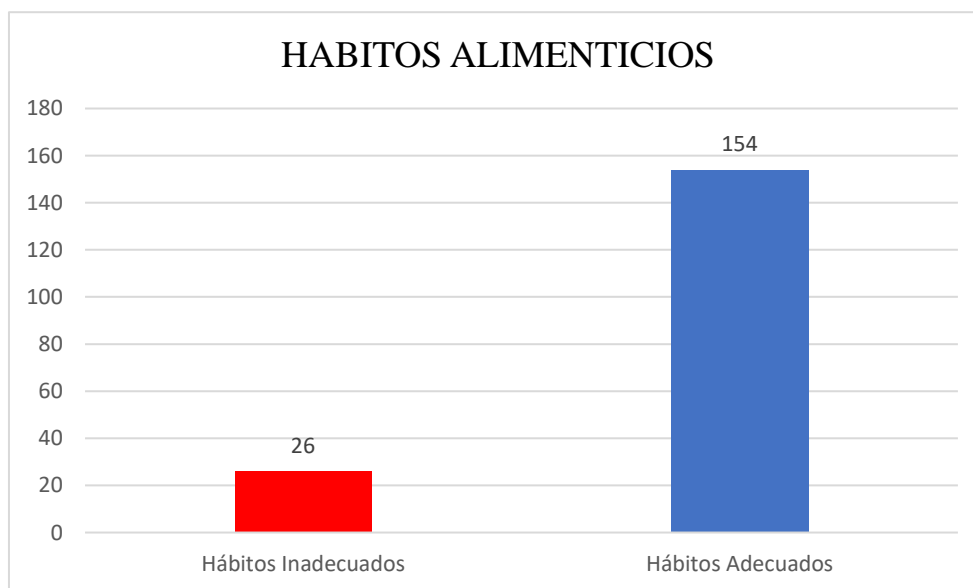
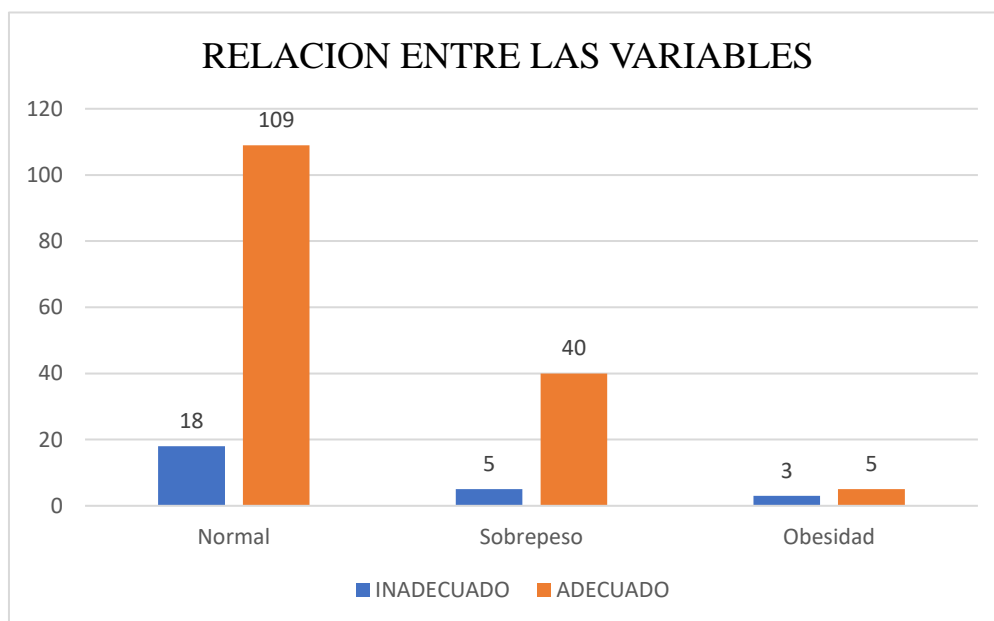


TABLA N° 3. Relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E Decisión Campesina N°21581 – Barranca

ESTADO NUTRICIONAL	HABITOS ALIMENTICIOS				TOTAL		ESTADISTICO DE PRUEBA		COEFICIENTE DE CONTINGENCIA
	INADECUADO		ADECUADO						
	N	%	N	%	N	%	VALOR	P-VALOR	VALOR
Normal	18	10	109	60.6	127	70.6	7.85	0.015	0.650
Sobrepeso	5	2.8	40	22.2	45	25			
Obesidad	3	1.7	5	2.8	8	4.4			
TOTAL	26	14.4	154	85.6	180	100			

Elaboración propia. Cuestionario aplicado a los escolares del 4° al 6° Grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca

Interpretación: En la tabla 2, se observa que del total de escolares encuestados; el 60.6% (40) tienen hábitos alimenticios adecuado y un estado nutricional normal; mientras que un 4.5% (8) escolares tienen hábitos alimenticios inadecuados y un estado nutricional de sobrepeso y obesidad, significa que los escolares en su mayoría tienen una alimentación saludable con buenos hábitos alimenticios. Se concluye que el estado nutricional se relaciona con los hábitos alimenticios en los escolares del 4° al 6° grado de primaria.



Discusión:

Una buena nutrición en los escolares es fundamental para un óptimo crecimiento y desarrollo, pero no se trata solo de la alimentación diaria, sino también del tipo de alimentación y estilo de vida de una persona, porque muestra el estado nutricional del colegio. Por lo tanto, el objetivo general de esta investigación fue determinar la relación entre el estado nutricional y los hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.

Es de destacar que Nola Pender afirma en su modelo de promoción de la salud, similar a al estudio que realizamos, que el comportamiento individual está motivado por el deseo humano de alcanzar el bienestar pleno. Por eso, le interesa crear modelos que den respuestas sobre cómo las personas toman decisiones sobre cuidarse y mantenerse saludables como lo es llevar un hábito alimenticio saludable para tener un buen estado nutricional.

Así, los hábitos alimentarios saludables contribuyen a una dieta sana y equilibrada, que, en cantidades moderadas, contiene los nutrientes necesarios para una nutrición adecuada y es útil para el organismo.

Tabla 1 En la presente investigación se pudo identificar el estado nutricional en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E Decisión Campesina Barranca. Donde se observó que del total de escolares encuestados; el 70.6% (127) tienen un estado nutricional normal, 25% (45) tienen sobrepeso y un 4.4% (8) tienen obesidad, lo que nos da entender que los escolares en su mayoría tienen una alimentación saludable.

Esto se relaciona con el estudio de los autores Díaz y Olivos¹⁹, donde se demostró que el 91.3% (73) tienen estado nutricional normal según su IMC, el 3.8% (3) con delgadez, y el 2.5% (4) con sobrepeso y obesidad. A nivel nacional⁶¹ según, Ministerio de Salud, realizó un estudio en el 2018, donde evaluó a 605 adolescentes entre 12 a 17 años, el 19.3% presentaron sobrepeso y 5.5% obesidad, y con 75.2%, un estado nutricional normal. Con talla baja total el 20.4% y severa el 3.0%.

Por otro lado, se diferencia del estudio de León et al.¹⁹ quien encontró que un 58.9% de los escolares presenta estado nutricional normal, un 22.2% con sobrepeso, un 15.6% bajo peso y el 3.3% obesidad, en cuanto a los hábitos alimenticios en su mayoría fueron

adecuados en un 86.7%. Así mismo, se contraponen los resultados de Llanos²⁰, quien encontró que el 47% de escolares tienen un estado nutricional normal, 2% con delgadez, 28% de sobrepeso y un 23% de obesidad.

Sabemos que, por los resultados obtenidos, la gran mayoría de escolares de la Institución Educativa “Decisión Campesina” tienen un estado nutricional normal, lo que nos indica que ellos vienen adoptando hábitos saludables, en favor de su salud, los cuales han sido aprendidos en sus hogares y las diferentes sesiones educativas que realizan la Institución Educativa con el apoyo del personal de salud de la zona, de acuerdo a un plan operativo institucional.

Por ende, es importante, seguir trabajando con la educación en estilos de vida saludable, como lo está realizando la institución educativa, lo que influiría no sólo en su estado nutricional, sino también en su rendimiento y aprovechamiento académico.

Tabla 2 En la presente investigación se pudo identificar los hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E Decisión Campesina Barranca. Donde se observó el total de escolares encuestados; el 85.6% (154) tienen hábitos alimenticios adecuados y un 14.4% (26) tienen hábitos alimenticios inadecuados, significa que los escolares en su mayoría tienen hábitos de alimentación responsable.

Esto se relaciona con el estudio de los autores Mendoza y Frenesí²¹ quienes encontraron que el 60% tienen hábitos alimenticios buenos, mientras que el 40% de los escolares tienen malos hábitos alimenticios.

Sin embargo, los resultados encontrados difieren con los estudios realizados por Mondragón y Vílchez⁶¹ debido a que ellos encontraron que 43.2% tienen hábitos alimenticios adecuados y el 56.8% inadecuados, evidenciando que más del 50% de los niños tienen hábitos no saludables y Yupanqui⁶⁰ con un 97.7% (215), tienen hábitos no saludables y solo un 2.3% (5), tiene hábitos saludables.

De acuerdo a los resultados obtenidos, la gran mayoría de escolares de la Institución Educativa “Decisión Campesina” tienen hábitos alimenticios adecuados, lo que demuestra que los escolares vienen adoptando conductas saludables. Asimismo, podemos mencionar que los padres y la escuela (principalmente profesores) vienen trabajando conjuntamente para el fomento y adquisición de hábitos alimentarios adecuados a través

de la promoción y educación para la salud, debido a esas acciones y conductas saludables adquiridas por el escolar se ve resultados favorables en el estudio, para así contribuir en la prevención de enfermedades nutricionales.

Por lo tanto, es de suma importancia seguir adoptando hábitos alimenticios saludables, ya que una alimentación equilibrada proporciona todos los nutrientes que el cuerpo necesita, ayudando así a los estudiantes no solo a permanecer en el sistema educativo, sino también a mejorar su rendimiento académico, ya que mejora la capacidad de atención de los estudiantes y por ende sus procesos de aprendizaje.

Tabla 3 En la presente investigación se observa que del total de escolares encuestados; el 60.6% (40) tienen hábitos alimenticios adecuado y un estado nutricional normal; mientras que un 4.5% (8) escolares tienen hábitos alimenticios inadecuados y un estado nutricional de sobrepeso y obesidad, significa que los escolares en su mayoría tienen una alimentación saludable con buenos hábitos alimenticios. Se concluye mediante la prueba del chi cuadrado ($p= 0.015$) que existe una relación significativa entre el estado nutricional y los hábitos alimenticios.

Estos resultados se asemejan a los estudios de los autores León, Obregón y Ojeda¹⁹ donde se observó que si existe relación significativa ($p= 0.000$) entre las variables estado nutricional y hábitos alimenticios en los escolares, se obtuvo que un 2.2% presentó un estado nutricional de bajo peso y un inadecuado hábito alimenticio; un 57.8% tienen un estado nutricional de normal y un adecuado hábito alimenticio; y 15.6% tienen un estado nutricional con sobrepeso y un adecuado hábito alimenticio y en el estudio de Guzmán y Robles⁶² según la prueba estadística de chi cuadrado ($p<0.05$), si existe una relación significativa entre la variable estado nutricional y hábitos alimenticios de los niños.

Los resultados encontrados en el presente estudio indican que el estado nutricional está relacionado con los hábito alimenticios; Sin embargo, aún existe un porcentaje mínimo de estudiantes desnutridos, con sobrepeso, obesos y un hábito alimenticio adecuado, por lo cual se presume que la pandemia ha influenciado en el estado nutricional de los escolares a causa de que el gobierno dispuso medidas para evitar la propagación de contagio por la COVID 19, entre ellas el cierre de colegios, la inmovilización social obligatoria en especial a menores de edad, disminuyendo diversas actividades para los escolares.

CONCLUSIONES

En el presente estudio se concluyó lo siguiente:

-Se identificó que el estado nutricional de los escolares del 4° al 6° grado de primaria de la Institución Educativa Decisión Campesina en su mayoría presento un estado nutricional normal el 70.6% (127) en base a su IMC, además una proporción significativa de sobrepeso 25% (45) y en un mínimo porcentaje de obesidad 4.4% (8). Donde se presume que el sobrepeso y obesidad se deben a que los escolares tienen una vida sedentaria y poco saludable.

-Los escolares de la Institución Educativa Decisión campesina Barranca en su mayoría predominan los hábitos alimentarios adecuados con un (85,6%), seguidos de los hábitos alimentarios inadecuados con (14,4%), es decir que aún existen escolares con malos hábitos y se debe seguir trabajando en ello. El instrumento utilizado para esta variable fue un cuestionario cuya confiabilidad fue (0.875) mediante el Alfa de combrach, lo que significa bueno.

-La investigación concluye que existe relación significativa entre el Estado Nutricional y Hábitos Alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca, aceptando la hipótesis alterna, al aplicar la prueba de chi cuadrado obteniendo el valor ($p= 0.015$) que es menor a $p < 0.05$.

RECOMENDACIONES

- Coordinar con el Puesto de Salud de la comunidad y el Director del colegio para implementar en horario de tutorías taller sobre estilos de vida saludable, que hablen respecto a los hábitos alimenticios, una buena alimentación, y sobre las consecuencias que trae consigo dichas acciones y así contribuir a la prevención de enfermedades asociadas al estado nutricional y hábitos alimenticios inadecuados.
- Establecer acuerdos con el Director y los Docentes de la Institución Educativa para supervisar los quioscos y se venda alimentos saludables y nutritivos para los escolares.
- Realizar talleres con los padres de familia de la Institución Educativa Decisión Campesina para afianzar sus conocimientos acerca de temas de alimentación saludable y loncheras saludables, de tal manera que se mejoren los hábitos alimenticios en el escolar.
- Incentivar a los docentes de la Universidad Nacional de Barranca especialmente de la Escuela Profesional de Enfermería que financien más proyectos de estudio basados en la promoción de la salud en las instituciones educativas para el bienestar de los estudiantes de la provincia de Barranca.
- Se recomienda a los futuros estudiantes de la Universidad Nacional de Barranca que indaguen más, no solo de esta problemática que aqueja a la población estudiantil, también realizar investigaciones comparativas en el colegio u otros colegios de la zona con el fin de analizar cambios nutricionales post pandemia y poder intervenir para la mejora en un futuro de los niños.

XI.REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Medina M. Estado nutricional y hábitos alimenticios de preescolares y escolares que acuden a la escuela San José Buen Pastor en la ciudad de Guayaquil-Ecuador,2020[tesis de licenciatura] [internet] [citado el 21 de mayo 2022] Guayaquil-Ecuador: Universidad católica de Santiago de Guayaquil; 2020.Disponible en: <http://201.159.223.180/bitstream/3317/14742/1/T-UCSG-PRE- MED-NUTRI-397.pdf>
2. Deutsche Welle-DW. ONU dice que 45 millones de personas están al borde de hambruna [Internet].2021 [citado el 21 de mayo 2022] .Disponible en: <https://www.dw.com/es/onu-dice-que-45-millones-de-personas-est%C3%A1n-al-borde-de-hambruna/a-59750818>
3. Fondo de las naciones unidas para la infancia (UNICEF). Niños, alimento y nutrición crecer bien en un mundo de transformación[Internet].2021[citado el 21 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf>
4. El Orden Mundial. Los Puntos Calientes del Hambre en el Mundo [Internet]. 2022. [Citado el 24 de abril del 2022]. Disponible en: <https://elordenmundial.com/mapas-y-graficos/paises-desnutricion-mundo/>
5. Fondo de las naciones unidas para la infancia (UNICEF). Nuevo informe de la ONU: El hambre en América Latina y el Caribe aumento en 13,8 millones de personas en solo un año [Internet].2021[citado el 21 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/nuevo-informe-de-la-onu-el-hambre-en-america-latina-y-el-caribe-aumento>
6. García C et al. Estudio de la situación nutricional y hábitos alimentarios de escolares de diferentes comunidades indígenas del municipio de Ixhuatlán de Madero, Estado de Veracruz (México) [Internet].2017[citado el 21 de mayo 2022] 67(4):238-239. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/09/1021256/art-1.pdf>

7. Villagra M, Meza E, Villalba J. Intervención Educativa-Nutricional sobre hábitos alimentarios aplicada a escolares de Asunción; Paraguay[Internet].2020[citado el 21 de mayo 2022]18(2). Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1812-95282020000200063
8. Instituto Nacional de Estadística e Informática(INEI). El 12,1% de la Población Menor de Cinco Años de Edad del País Sufrió Desnutrición Crónica en el Año 2020 [Internet]. 2021. [citado el 21 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-121-de-la-poblacion-menor-de-cinco-anos-de-edad-del-pais-sufrio-desnutricion-cronica-en-el-ano-2020-12838/#:~:text=En%20el%20a%C3%B1o%202020%2C%20el,de%20Resultados%20de%20los%20Programas>
9. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia-UNICEF. Estado Mundial de la Infancia 2019 Incluye a Perú Entre las Experiencias Exitosas de Lucha Contra la Desnutrición Crónica Infantil (Internet). 2019. (Citado el 24 de abril del 2022). Disponible en: <https://www.unicef.org/peru/nota-de-prensa/estado-mundial-infancia-nutricion-alimentos-derechos-peru-experiencias-exitosas-desnutricion-cronica-infantil-reporte>
10. Guzmán V y Robles A. Estado nutricional y hábitos alimenticios en niños de la I.E. San Luis De La Paz. Chimbote, 2017 [tesis de licenciatura] [internet] [citado el 21 de mayo 2022] Chimbote-Perú : Universidad san Pedro ; 2020.Disponible en:http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/5976/Tesis_5778_0.pdf?sequence=1&isAllowed=y
11. Gonzales O, Expósito de Mena H. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente [Internet].2020 [citado el 21 de mayo 2022] XXIV (2): 98–107. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2020-03/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente-2/>
12. León S, Obregón S, Ojeda H. Estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares de una Institución Educativa, los olivos, 2021 [tesis de licenciatura] [internet] [citado el 21 de mayo 2022]Lima-Perú : Universidad Peruana Cayetano

Heredia;2021.Disponible en:

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9735/Estado_LeonSa_lhuana_Solange.pdf?sequence=1&isAllowed=y

13. Dirección del Hospital Barranca-Cajatambo. Plan Operativo Institucional 2018 [Internet].2018 [citado el 21 de mayo 2022]. Disponible en: <http://www.hospitalbarranca.gob.pe/wp-content/uploads/2019/01/POI-2018.pdf>
14. El peruano. Colegios deberán de incluir a personales de la enfermería en su plana docente [Internet].2022 [citado el 10 de julio 2022]. Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/125518-colegios-deberan-incluir-a-profesionales-de-20la-enfermeria-en-su-plana-20docente#:~:text=26%2F07%2F2021%20Los%20colegios,la%20salud%20entre%20%20los%20estudiantes.>
15. Cruz N. Intervención de educación nutricional en línea a población infantil en el estado de Veracruz. HS [Internet]. 31 de agosto de 2022 [citado 10 de noviembre de 2022];21(3):403-9. Disponible en: <https://revistas.ujat.mx/index.php/horizonte/article/view/4893>
16. Pozo S, Vargas V. Hábitos alimentarios y su relación con el estado nutricional y dislipidemias en niños de 6 a 11 años. La Ciencia al Servicio de la Salud. [Internet]. 2022 mayo [citado 2022 Nov 10]; v. 13, n. 1, p. 36 – 46. Disponible en: <http://revistas.esPOCH.edu.ec/index.php/cssn/article/view/670/668>
17. Delgado P, Caamaño F, Jerez D, Cofré A, Guzmán I. The association between children's food habits, anthropometric parameters and health-related quality of life in Chilean school-age children. Nutr. Hosp. [Internet]. 2019 Oct [citado 2022 Nov 10]; 36(5): 1061-1066. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112019000500010&lng=es.
18. Diaz E, Olivos R. Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en escolares de 8 a 12 años de una institución educativa. Carabayllo[internet]. 2021 [citado 2022 Nov 10]. PE: Universidad César Vallejo; 2021.Disponible en:

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/88786>

19. León et al. Estado Nutricional y Hábitos Alimenticios en Escolares de una Institución Educativa, Los Olivos, 2021 [Tesis de licenciatura] [Internet] [Citado el 25 de abril del 2022]Ecuador: Universidad Estatal de Milagro;2018.Disponible en:https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9735/Estado_LeonSa_lhuana_Solange.pdf?sequence=1&isAllowed=y
20. Llanos, G. Hábitos alimenticios y estado nutricional en escolares de sexto grado en institución educativa urbano y rural. distrito de monsefú. chiclayo, 2018 [Tesis]. PE: Universidad Señor de Sipán; 2018. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12802/5391>
21. Mendoza R y Frenesí S. Hábitos Alimenticios y Rendimiento Escolar en Alumnos de la Institución Educativa N°21575 Huayto, Pativilca 2019 [Tesis de licenciatura] [Internet] [Citado el 25 de abril del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unab.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12935/80/TESIS%20RAMOS%20MENDOZA%2c%20EVELYN%20MELISSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. Fondo de las naciones unidas para la infancia (UNICEF). Alimentación en la etapa escolar [Internet] [citado el 26 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/uruguay/alimentacion-en-la-etapa-escolar>
23. Figueroa D. Estado Nutricional como Factor y Resultado de la Seguridad Alimentaria y Nutricional y sus Representaciones en Brasil [Internet] [citado el 26 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rsap/2004.v6n2/140-155/es>
24. MINSA. Documento Técnico “Plan de Salud Escolar 2020-2021” [Internet].2020[citado el 14 de julio 2022]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/544238/resolucion-ministerial-079-2020-MINSA.PDF>
25. Farrer R. Evaluación del estado nutricional (dieta, composición corporal, bioquímica y clínica) [Internet] [citado el 14 de julio 2022]. Disponible en:

https://www.kelloggs.es/content/dam/europe/kelloggs_es/images/nutrition/PDF/Ma_nual_Nutricion_Kelloggs_Capitulo_07.pdf

26. OCHA. Estado nutricional [Internet] [citado el 14 de julio 2022]. Disponible en:https://wiki.salahumanitaria.co/wiki/Estado_nutricional
27. Flores S. Relación Del Estado Nutricional Con La Percepción De La Imagen Corporal Y Estado Emocional En Escolares De 10 A 12 Años De La Institución Educativa Primaria N° 70003 Sagrado Corazón De Jesús De La Ciudad De Puno -2019 [Internet] [Tesis de licenciatura] [Citado el 25 de abril del 2022] Puno-Peru:Universidad Nacional del Altiplano de Puno;2021 Disponible en:http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/15221/Flores_Mamani_Sandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y
28. <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1480196/Resoluci%C3%B3n%20Ministerial%20N%C2%B0%201017-2020-MINSA.pdf>
29. Centros para el control y la prevención de enfermedades. Índice de masa corporal [Internet].2022 [citado el 21 de mayo 2022]. Disponible en:https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/index.html#:~:text=EI%20%C3%ADndice%20de%20masa%20corporal,llevar%20a%20problemas%20de%20s_alud.
30. Naciones unidad. Malnutrición en niños y niñas en américa latina y el caribe [Internet].2018 [citado el 14 julio 2022]. Disponible en:<https://www.cepal.org/es/enfoques/malnutricion-ninos-ninas-america-latina-caribe>
31. Ministerio de salud. Guías alimentarias para la población peruana [Internet].2019 [citado el 14 julio 2022]. Disponible en:https://repositorio.ins.gob.pe/xmlui/bitstream/handle/INS/1128/guias_alimentarias_poblacion_peruana.pdf?sequence=3&isAllowed=y

32. Zúñiga, L. Desnutrición crónica en niños menores a 5 años en las zonas rurales del Perú. [Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el título de Economista] [internet] [citado el 21 de mayo 2022] lima-Perú: Universidad de Piura; 2019. Disponible en: https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3892/TSP_ECO-L_006.pdf?sequence=1&isAllowed=y
33. Organización mundial de la salud. malnutrición [Internet].2021 [citado el 26 de mayo 2022]. Disponible en: [https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/malnutrition#:~:text=la%20desnutrici%C3%B3n%2C%20que%20incluye%20la,insuficiente%20para%20la%20edad\)%3B](https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/malnutrition#:~:text=la%20desnutrici%C3%B3n%2C%20que%20incluye%20la,insuficiente%20para%20la%20edad)%3B)
34. Quintana et al. La desnutrición y su incidencia en el rendimiento del aprendizaje en el sistema motriz de los niños entre 2 y 3 años de edad [Internet].2020 [citado el 26 de mayo 2022]. Disponible en: <https://uctunexpo.autanabooks.com/index.php/uct/article/download/320/574>
35. Organización panamericana de la salud. Prevención de la obesidad [Internet] [citado el 26 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
36. Organización mundial de la salud. Obesidad y sobrepeso [Internet].2021 [citado el 26 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/obesity-and-overweight>
37. MINSA. Guía de práctica clínica para el diagnóstico y tratamiento de la obesidad [Internet].2017 [citado el 26 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.insnsb.gob.pe/docs-trans/resoluciones/archivopdf.php?pdf=2021/RD%20N%C2%B0%20000004-2021-DG-INSNSB%20GPC%20OBESIDAD%20ENDOCRINOLOGIA%20OCTUBRE%202020F.pdf>
38. Prieto L. Descripción de los hábitos alimentarios, la actividad física y la malnutrición por exceso en adolescentes. Revisión sistemática de literatura

- [Internet].2021 [citado el 26 de mayo 2022].Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/50143/Laura%20Prieto%20Choner%20-Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
39. Cornejo K y Pluas J. Hábitos alimentarios y su relación con el estado nutricional- antropométrico en escolares de 6 a 12 años. [Tesis de licenciatura] [Internet] [Citado el 25 de abril del 2022]Ecuador: Universidad Estatal de Milagro. Disponible en: <https://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/3988/1/HABITOS%20ALIMENTARIOS%20Y%20SU%20RELACION%20CON%20EL%20ESTADO%20NUTRICIONAL-ANTROPOMETRICO%20EN%20ESCOLARES%20DE%206%20A%2012%20A%C3%91OS.pdf>
40. UNICEF. Alimentación en la etapa escolar [Internet].2017 [citado el 14 de junio 2022].Disponible en: <https://www.unicef.org/uruguay/alimentacion-en-la-etapa-escolar>
41. Comité de nutrición y lactancia materna. Manual de nutrición [Internet].2017 [citado el 26 de mayo 2022].Disponible en:<https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/manual-de-nutricion-aep-2021.pdf>
42. Calderón O. Alimentación del niño preescolar, escolar y adolescente. [Internet].2020 [citado el 26 de mayo 2022].Disponible en:<https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2020-03/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente-2/>
43. UNED. Alimentación en la infancia. Guía de alimentación y salud [Internet].2022 [citado el 26 de mayo 2022].Disponible en: <https://www2.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-I/guia/etapas/infancia/index.htm?ca=n0>
44. Chota C y Simón S. Factores que determinan los hábitos alimentarios de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Ucayali, 2019. [tesis de licenciatura] [internet] [citado el 26 de mayo 2022] Pucallpa-Perú: Universidad nacional de Ucayali;2019.Disponible en:

http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/4266/UNU_ENFERMERIA_2020_T_CRISTIAN-CHOTA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

45. Mariño A. Alimentación saludable[Internet].2015 [citado el 16 julio 2022].Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/actamedica/acm-2016/acm161e.pdf>
46. Valero y Ruiz. Alimentación española: características nutricionales de los principales alimentos de nuestra dieta [Internet].2018 [citado el 16 julio 2022].Disponible en:<https://www.fen.org.es/storage/app/media/imgPublicaciones/2018/libro-la-alimentacion-espanola.pdf>
47. Ropero A. Pirámide de alimentación saludable[Internet] [citado el 16 julio 2022].Disponible en: <http://badali.umh.es/assets/documentos/pdf/artic/piramide.pdf>
48. Serafín P. Manual de la alimentación escolar saludable [Internet].2012 [citado el 16 julio 2022].Disponible en: <https://www.fao.org/3/as234s/as234s.pdf>
49. Ministerio de salud. Documento técnico: criterios de evaluación a quioscos, cafeterías y comedores escolares en instituciones de educación básicas, regular públicas y privadas para una alimentación saludable[Internet].2012 [citado el 16 julio 2022].Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/505228/resolucion-ministerial-033-2020-MINSA.PDF>
50. Ministerio de salud. Documento técnico: criterios de evaluación a quioscos, cafeterías y comedores escolares en instituciones de educación básicas, regular públicas y privadas para una alimentación saludable[Internet].2012 [citado el 16 julio 2022].Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/505228/resolucion-ministerial-033-2020-MINSA.PDF>
51. Aristizábal et al. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Enfermería Universitaria [Internet]. 2011;8(4):16-23. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358741840003>
52. Teorías en enfermería. Teoría de la enfermería modelo de la promoción de la salud [Internet] [citado el 16 julio 2022].Disponible en:

<http://teoriasenfermeras.blogspot.com/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html>

53. Muntane J. Introducción a la investigación básica [Internet].2010 [citado el 26 de mayo 2022].Disponible en: <file:///C:/Users/LAB02/Downloads/RAPD%20Online%202010%20V33%20N3%2003.pdf>
54. Artiaga G. Enfoque cuantitativo: métodos, fortalezas y debilidades[Internet].2020[citado el 26 de mayo 2022].Disponible en: <https://www.testsiteforme.com/enfoque-cuantitativo/>
55. Curvas OMS.[Internet] [citado el 26 de mayo2022].Disponible en: <https://www.who.int/tools/growth-reference-data-for-5to19-years/indicators/height-for-age>
56. MINSA.Tabla de valoración nutricional Antropométrica - Varones (5 a 17 años) [Internet].2015 [citado el 26 de mayo 2022].Disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/deprydandherramientasEducativas/2_preencion%20riesgo.pdf
57. MINSA.Tabla de valoración nutricional Antropométrica - Mujeres (5 a 17 años) [Internet].2015 [citado el 26 de mayo 2022].Disponible en: <https://repositorio.ins.gob.pe/xmlui/bitstream/handle/INS/216/CENAN-0058.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
58. Centros para el control y la prevención de enfermedades. 2 a 20 años: niños, percentiles de estatura por edad y peso por edad [Internet].2022 [citado el 21 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/growthcharts/data/spanishpdf95/co06l021.pdf>
59. Centros para el control y la prevención de enfermedades. 2 a 20 años: niñas, percentiles de estatura por edad y peso por edad [Internet].2022 [citado el 21 de

mayo 2022]. Disponible en:

<https://www.cdc.gov/growthcharts/data/spanishpdf97/co06l030.pdf>

60. Yupanqui M. Hábitos alimentarios y su relación con el sobrepeso y obesidad en escolares de 9 a 12 años del nivel primario de la I.E. Pedro Ruiz Gallo. Chorrillos 2015 [tesis de licenciatura] [internet] [citado el 26 de mayo 2022] Lima-Perú: Universidad nacional Mayor de san Marcos;2017.Disponible en:https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7306/Yupanqui_c_m.pdf?sequence=3&isAllowed=y
61. MINSA. Estado nutricional de los adolescentes de 12 a 17 años y adultos mayores de 60 años a más; VIANEV, 2017 – 2018 [Internet].2019 [citado el de mayo 2023].Disponible en:https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/sala_nutricional/sala_3/informe_estado_nutricional_adolescentes_12_17_adultos_mayores_mayores_60_anos.pdf
62. Guzmán y Robles.Estado nutricional y hábitos alimenticios en niños de la I.E. San Luis De La Paz. Chimbote,2017[tesis de licenciatura] [internet] [citado el 2 de mayo 2023]Lima-Perú: Universidad nacional Mayor de San Pedro; 2017.Disponible en:http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/5976/tesis_57780.pdf?sequence=1&isAllowed=y

XII. ANEXOS

Anexo 01 MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGÍA
<p>¿Cuál es la relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina N°21581 - Barranca?</p>	<p style="text-align: center;">GENERAL</p> <p>Determinar la relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.</p> <p style="text-align: center;">ESPECÍFICOS</p> <p>-Identificar el estado nutricional en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina Barranca.</p> <p>-Identificar los hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina Barranca.</p>	<p>H0: No Existe relación significativa entre el Estado Nutricional y Hábitos Alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.</p> <p>H1: Existe relación significativa entre el Estado Nutricional y Hábitos Alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.</p>	<p>V1: Estado nutricional</p> <p>V2: Hábitos alimenticios</p>	<p>TIPO, ENFOQUE Y DISEÑO DEL ESTUDIO: Esta investigación es de tipo básica, de enfoque cuantitativo y diseño No experimental, descriptivo y correlacional.</p> <p>POBLACIÓN Y MUESTRA</p> <p>Se trabajará con 180 estudiantes que conforman del 4° al 6° grado de primaria, es una población finita ya que la I.E. Decisión Campesina N°21581 por grado tiene 2 secciones y cada sección cuenta con 30 estudiantes por ser aula pedagógica.</p> <p>TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS:</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Cuestionario</p> <p>Para la variable estado nutricional se utilizará la medida de peso (kg) y talla en (cm), con las Curvas de Crecimiento de Valoración Antropométrica, establecidas por el Ministerio de Salud del Perú y para la variable de hábitos alimenticios se utilizará la técnica de la encuesta y como instrumento el cuestionario.</p> <p>ANÁLISIS DE DATOS:</p> <p>Los datos serán codificados Microsoft Excel y analizado en el programa estadístico SPSS 21, la presentación de los resultados a través de estadísticas descriptivas, Para el análisis de correlación de datos se utilizará Chi cuadrado.</p>

Anexo 02

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

TÍTULO DEL ESTUDIO: Estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.

NOMBRE DE INVESTIGADORES

Baltazar Caro, Mariana Alexandra

Rojas Garay, Yedith Ruth

ASESOR: Dr. Romero Acevedo, Juan Hugo

ESCUELA PROFESIONAL: Ciencias de la salud.

INSTITUCIÓN: Universidad Nacional De Barranca

INSTITUCIÓN COLABORADORA (Referencial): I.E. Decisión Campesina-Barranca.

PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN:

Mediante la presente, lo(a) invitamos a participar de este estudio cuyo objetivo es: Determinar la relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca, durante el periodo de Octubre - Noviembre del 2022.

La malnutrición se ha convertido en uno de los principales problemas de salud pública, que se manifiesta como la principal causa de enfermedades como la desnutrición, sobrepeso y obesidad. Si bien es cierto afecta a todos los grupos etarios, siendo el grupo más afectado los niños en etapa escolar, los cuales se encuentran en desarrollo y crecimiento constante.

PROCEDIMIENTOS:

En caso que Usted acepte participar en esta investigación; deberá permitir la realización del cuestionario y la medición de la talla y peso de su menor hijo, si por alguna circunstancia tendríamos que volver a realizar el cuestionario y la medición de la talla y peso de su menor hijo, se le comunicara con anticipación.

RIESGOS:

Su participación en este estudio no implica riesgo de daño físico y psicológico para usted.

BENEFICIOS:

De acuerdo a los resultados esperados en esta investigación se logrará recabar información acerca si Existe relación significativa entre el Estado Nutricional y Hábitos Alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca estos datos le serán proporcionados al finalizar el estudio de investigación.

COSTOS Y COMPENSACIÓN:

Los investigadores del proyecto aseguran la total cobertura de costos del estudio, por lo que su participación no significará gasto alguno. Por otra parte, la participación en este estudio no involucra pago o beneficio económico alguno.

CONFIDENCIALIDAD:

Todos los datos recogidos son tratados de forma estrictamente anónima y privada. Además, los datos sólo se utilizarán con fines científicos de investigación y los datos del participante serán tratados con absoluta confidencialidad. Esta persona, como custodio de los datos, es el investigador responsable del proyecto y toma todas las precauciones para el correcto manejo de los datos, respaldo y almacenamiento adecuado de la información de registro.

DERECHOS DEL PARTICIPANTE:

Su participación en este estudio es completamente gratuita y voluntaria y tiene derecho a rechazar o interrumpir su participación en cualquier momento que desee. Si decide unirse a este proyecto o si tiene alguna pregunta sobre este proyecto, siempre puede preguntar durante la aplicación.

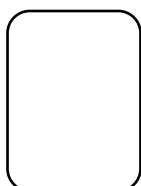
DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

Yo, participante con DNI: en base a lo expuesto en el presente documento, acepto voluntariamente que mi menor hijo con DNI:participar en la investigación “Estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca.”, del investigador responsable: Baltazar caro Mariana y Rojas Garay Yedith.

He sido informado(a) de los objetivos, alcance y resultados esperados de este estudio y de las características de mi participación. Reconozco que la información que provea en esta investigación es estrictamente confidencial y anónima. Además, esta no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio.

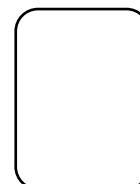
Barranca, de de

.....



Huella

Firma del apoderado



..... Huella

Nombre y Firma del
investigador responsable e

ANEXO 03

FICHA DE DIAGNÓSTICO DEL ESTADO NUTRICIONAL DEL NIÑO

INSTRUCCIONES: A continuación, se presentan una ficha de diagnóstico, con el fin de llenar los espacios en blanco con los datos que se solicitan posteriormente

DATOS GENERALES:

SEXO: MASCULINO () FEMENINO ()

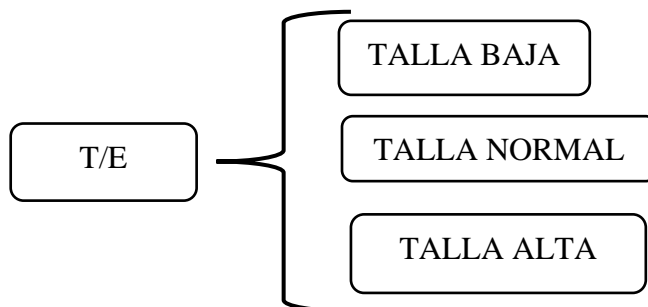
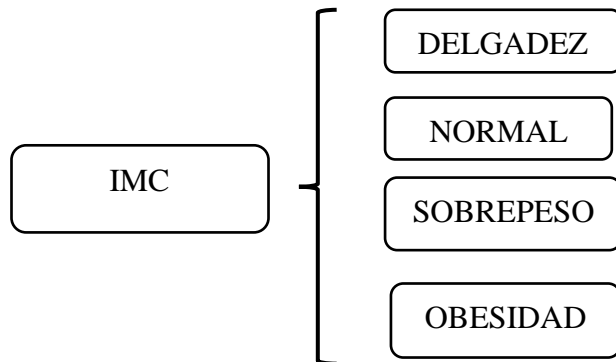
EDAD:

ESTADO NUTRICIONAL

PESO:

TALLA:

IMC:



ANEXO 03

CUESTIONARIO HÁBITOS ALIMENTARIOS PRESENTACIÓN

El presente proyecto de investigación titulado “Estado nutricional y hábitos alimenticios en escolares del 4° al 6° grado de primaria de la I.E. Decisión Campesina-Barranca”.

INSTRUCCIONES

Completar sus datos y marcar con una “X” las respuestas que usted crea conveniente.

I. DATOS GENERALES DEL NIÑO O NIÑA

Edad: años Sexo: Femenino () Masculino ()

Grado y Sección:.....

II. DATOS ESPECÍFICOS

1. ¿Cuántas tazas o vasos de leche o yogurt tomas al día?

- a) Más de 5 veces al día.
- b) 3-4 veces al día.
- c) 1-2 veces al día.
- d) No tomo ni leche ni yogurt.

2. ¿Cuántas frutas comes al día?

- a) 3 o más frutas al día.
- b) 2 frutas al día.
- c) 1 fruta al día.
- d) No tomo frutas en el día.

3. ¿Cuántas tazas o vasos de agua pura tomas al día?

- a) Más de 4 vasos al día.
- b) 3-4 vasos al día.
- c) 1-2 vasos al día.
- d) No tomo agua pura en el día.

4. Marca con una “X” el lugar donde tomas desayuno, almuerzas y cenas normalmente

COMIDAS	Fuera de casa (mercado, colegio, restaurante)	En casa o casa de familiar
Desayuno		
Almuerzo		
Cena		

5.-Marca con una “X” los alimentos que consumes en el desayuno

ALIMENTOS	CASI TODOS LOS DÍAS	3-5 VECES A LA SEMANA	1-2 VECES A LA SEMANA	NUNCA
Leche o Yogurt o queso fresco.				
Quinoa o avena o cereales.				
Café o té o anís o manzanilla.				
Jugo de fruta o frutas.				
Pan o galletas o tostadas				
Mortadela o salchicha o jamonada u otro parecido.				
Huevo.				
Mantequilla.				

6. Marca con una “X” todos los alimentos que consumes a la hora del recreo.

ALIMENTOS	CASI TODOS LOS DÍAS	3-5 VECES A LA SEMANA	1-2 VECES A LA SEMANA	NUNCA
Pan con queso o Pan con pollo o Pan con palta.				
Salchipapas o Hamburguesas o hot dog o Triples.				
Queques galletas. o tortas o postres				

Chicles o chupetines o Chocolates				
Papitas fritas o Torteos o chetos o canchita u otro parecido.				
Gaseosa o frugos o helados.				
Refrescos como limonada o chicha morada.				
Yogurt o avena o quinua.				
Fruta.				
Agua pura.				

6. Marca con una "X" la frecuencia con la que consumes los siguientes alimentos

ALIMENTOS	CASI TODOS LOS DÍAS	3-5 VECES A LA SEMAN A	1-2 VECES A LA SEMANA	NUNCA
Carne de res o chanco				
Carne de pescado o pollo o pavita				
Lentejas o alverjas o frejoles o pallares				
Arroz o fideos o papas				
Ensaladas de verduras (lechuga o tomate o pepinillo o brócoli) u otro parecido				
Pizza o salchipapa o pollo broaster o hamburguesa.				
Papitas fritas o torteos o chetos u otro parecido.				
Gaseosas o frugos o helados u otra bebida azucarada				
Queques o tortas postres o galletas u otro Parecido				

8.-Marca con una "X" las comidas principales y los refrigerios que normalmente consumesen el día.

Comidas principales		Refrigerios	
Desayuno		Refrigerio de media mañana	
Almuerzo		Lonche de media tarde	
Cena		Alimentos antes de dormir	



ANEXO N° 04



UNIVERSIDAD NACIONAL DE BARRANCA

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO

Para analizar la confiabilidad del instrumento se usó el Alfa de Cronbach a la muestra y sobre la base del coeficiente, determinamos el nivel de confiabilidad. Sus valores oscilan entre 0 y 1

Como criterio general, George y Mallery (2003, p. 231) sugieren las recomendaciones siguientes para evaluar los coeficientes de alfa de Cronbach en la siguiente tabla:

Valores	Nivel
Mayor a 0.90	Confiabilidad excelente
Mayor a 0.80	Confiabilidad buena
Mayor a 0.70	Confiabilidad aceptable
Mayor a 0.60	Confiabilidad cuestionable
Mayor a 0.50	Confiabilidad pobre
Menor a 0.50	Confiabilidad inaceptable

Fuente: George y Mallery (2003, p. 231)

Estadísticos de fiabilidad: Instrumento

Alfa de Crombach	Alfa de Crombach basados en elementos estandarizados
0.875	0.875

Fuente propia: Elaborado a partir del instrumento

En la siguiente tabla se observa que el valor de alfa de Cronbach es 0.875 y según George y Mallery(2003) se encuentra en el nivel bueno; significa que el instrumento tiene una confiabilidad buena, es decir los ítems guarda una buena relación entre ellos.

