



FACULTAD DE OBSTETRICIA Y ENFERMERÍA  
HILDA ZORAIDA BACA NEGLIA  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL  
EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA ESTATAL EN SAN JUAN DE  
LURIGANCHO, MARZO-2024**

**PRESENTADA POR  
AMPARO YUSNELLY LLERENA DELGADO  
ARIANA BEATRIZ TERRAZAS SANCHEZ**

**ASESOR  
SILVIA PATRICIA CARRASCO CARRASCO**

**TESIS  
PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
ENFERMERÍA**

**LIMA – PERÚ**

**2024**



**Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada  
CC BY-NC-ND**

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede cambiar de ninguna manera ni se puede utilizar comercialmente. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



**FACULTAD DE OBSTETRICIA Y ENFERMERÍA  
HILDA ZORAIDA BACA NEGLIA  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**TESIS**

**HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN  
ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL EN  
SAN JUAN DE LURIGANCHO, MARZO-2024**

**PARA OPTAR**

**EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**PRESENTADO POR:**

**AMPARO YUSNELLY LLERENA DELGADO**

**ARIANA BEATRIZ TERRAZAS SANCHEZ**

**ASESORA**

**DRA. SILVIA PATRICIA CARRASCO CARRASCO**

**LIMA, PERÚ**

**2024**

**HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN  
ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL EN  
SAN JUAN DE LURIGANCHO, MARZO-2024**

# REPORTE TURNITIN

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**Hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes de una institución educativa estatal en Sa**

AUTOR

**Amparo Yusnelly Llerena Delgad Ariana  
Beatriz Terrazas Sanchez**

RECuento DE PALABRAS

**7358 Words**

RECuento DE CARACTERES

**43151 Characters**

RECuento DE PÁGINAS

**57 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**1.5MB**

FECHA DE ENTREGA

**Aug 29, 2024 3:44 PM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Aug 29, 2024 3:45 PM GMT-5**

## ● 18% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 16% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 15% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

## ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)



*Victoria Aliaga Bravo*

Dra. Victoria del Consuelo Aliaga Bravo  
Jefa de la Oficina de Grados y Títulos

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar si existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los adolescentes de una institución educativa estatal en SJL durante el periodo Marzo -2024.**Método:** Enfoque cuantitativo, diseño descriptivo correlacional, no experimental, corte transversal y prospectivo. La población total estuvo conformada por 120 adolescente escolares de 3ero, 4to y 5to de secundaria. Para evaluar los hábitos alimentarios se aplicó la encuesta y el cuestionario, por otro lado, para el estado nutricional se utilizó la observación y la hoja de registro de datos. **Resultados:** Con relación a los hábitos alimentarios se evidencia que el 72% (86) tienen hábitos regulares, de igual manera, en su dimensión tipos de alimentos y bebidas el 60,8% (73) regulares, en la dimensión alimentos entre comidas y lugar donde se alimentan el 67,5% (81) buenos, en la dimensión tiempo y frecuencia de la alimentación el 70,8% (85) regulares. Por otro lado, en el estado nutricional se encontró que el 61% (73) mantienen un peso normal, seguido por el 19% (23) con sobrepeso, 13% (16) bajo peso y, por último, el 7% (8) tienen obesidad. Según la prueba de Chi-Cuadrado [ $X^2= 8,449$   $P=0,037$   $Gl=3$ ], existe relación significativa entre ambas variables. **Conclusiones:** La mayoría de los escolares adolescentes, presento hábitos alimentarios regulares; con un peso normal, se evidencia en menor proporción el sobrepeso, bajo peso y obesidad.

Se aprobó la hipótesis planteada ya que existe una relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional.

**Palabras claves:** Hábitos alimentarios, estado nutricional, adolescente

## ABSTRACT

**Objective:** To determine if there is a relationship between eating habits and nutritional status of adolescents in a state educational institution in SJL during the period March - 2024. **Method:** Quantitative approach, descriptive correlational design, non-experimental, cross-sectional and prospective. The total population consisted of 120 adolescents in 3rd, 4th and 5th year of high school. A survey and a questionnaire were used to evaluate eating habits; on the other hand, observation and a data recording sheet were used to evaluate nutritional status. **Results:** In relation to eating habits, it is evident that 72% (86) have regular habits, similarly, in the dimension of types of food and beverages, 60.8% (73) have regular habits, in the dimension of food between meals and place where they eat, 67.5% (81) have good habits, in the dimension of time and frequency of eating, 70.8% (85) have regular habits. On the other hand, in the nutritional status it was found that 61% (73) maintain a normal weight, followed by 19% (23) overweight, 13% (16) underweight and, finally, 7% (8) have obesity. According to the Chi-Square test [ $\chi^2 = 8.449$   $P = 0.037$   $df = 3$ ], there is significant relationship between both variables.

**Conclusions:** Most of the adolescent schoolchildren, presented regular eating habits; with normal weight, overweight, underweight and obesity are evidenced in smaller



proportion. The hypothesis was approved since there is a significant relationship between eating habits and nutritional status.

**Key words:** Eating habits, nutritional status, adolescent.