



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	AUTOR
<b>Hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes de una institución educativa estatal en Sa</b>	<b>Amparo Yusnelly Llerena Delgad Ariana Beatriz Terrazas Sanchez</b>
RECUENTO DE PALABRAS	RECUENTO DE CARACTERES
<b>7358 Words</b>	<b>43151 Characters</b>
RECUENTO DE PÁGINAS	TAMAÑO DEL ARCHIVO
<b>57 Pages</b>	<b>1.5MB</b>
FECHA DE ENTREGA	FECHA DEL INFORME
<b>Aug 29, 2024 3:44 PM GMT-5</b>	<b>Aug 29, 2024 3:45 PM GMT-5</b>

### ● 18% de similitud general

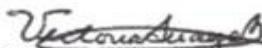
El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 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)



  
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 adolescentes 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 [ $\chi^2 = 8,449$   $P=0,037$  GI=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 [ $\chi^2 = 8.449$   $P = 0.037$   $GI = 3$ ], 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.