



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Estilo de vida y estado nutricional en los escolares de una  
Institución Educativa, Trujillo – 2022

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**Licenciada en Enfermería**

**AUTORAS:**

Ttito Quispe, Shamira ([orcid.org/0000-0003-2877-2662](https://orcid.org/0000-0003-2877-2662))

Zavaleta Leon, Margarita Giuliana ([orcid.org/0000-0001-7824-5575](https://orcid.org/0000-0001-7824-5575))

**ASESORA:**

Dra. Gonzalez Gonzalez, Maria Edelmira ([orcid.org/0000-0003-3219-3540](https://orcid.org/0000-0003-3219-3540))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Políticas y Gestión en Salud

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria.

TRUJILLO – PERÚ

2023

## **DEDICATORIA**

A nuestras familias que, tras su arduo trabajo, inversión y sacrificio, hoy contamos con la oportunidad de sobresalir, de hacer, de aprender y con el tiempo demostrar.

A las personas que confían en nosotros y nos brindan su apoyo en cada momento de nuestra etapa universitaria y por ello seguimos adelante alcanzando nuestras metas, esto es gracias a ustedes.

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios, nuestro guía espiritual por brindarnos motivación, firmeza y seguridad así mismo, habernos ayudado en nuestra etapa de formación y cumplir este logro de finalizar nuestra carrera profesional.

A nuestra asesora, quien nos brindó su conocimiento, habilidades, apoyo y paciencia que contribuyo para culminar satisfactoriamente nuestra investigación.

A las personas, quienes fueron nuestro apoyo durante este proceso de formación profesional, que pusieron su fe en nosotras, por brindarnos sus consejos en cada obstáculo que se nos presentó, sobre todo por creer en nosotras, a todos ellos, gracias.

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, GONZALEZ GONZALEZ MARIA EDELMIRA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Estilo de vida y estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa, Trujillo – 2022", cuyos autores son TTITO QUISPE SHAMIRA, ZAVALETALEON MARGARITA GIULIANA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 15.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 05 de Julio del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
GONZALEZ GONZALEZ MARIA EDELMIRA <b>DNI:</b> 18838448 <b>ORCID:</b> 0000-0003-3219-3540	Firmado electrónicamente por: MGONZALEZG65 el05-07 2023 19:11:59

Código documento Trilce: TRI - 1219015



## DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR/ AUTORES



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

### Declaratoria de Originalidad de los Autores

Nosotros, ZAVALA LEON MARGARITA GIULIANA, TTITO QUISPE SHAMIRA estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Estilo de vida y estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa, Trujillo – 2022", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Firma</b>
MARGARITA GIULIANA ZAVALA LEON <b>DNI:</b> 77285710 <b>ORCID:</b> 0000-0001-7824-5575	Firmado electrónicamente por: MGZAVALETAZ el 28- 06-2023 08:35:30
SHAMIRA TTITO QUISPE <b>DNI:</b> 75257091 <b>ORCID:</b> 0000-0003-2877-2662	Firmado electrónicamente por: TTTITOQU3 el 28-06- 2023 07:58:31

Código documento Trilce: TRI - 0557943



## Índice de contenidos

CARÁTULA.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR .....	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR/ AUTORES.....	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS .....	vi
ÍNDICE DE TABLAS.....	vii
RESUMEN .....	viii
ABSTRACT.....	ix
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	4
III. METODOLOGÍA.....	12
3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	12
3.2. VARIABLES Y OPERACIONALIZACIÓN .....	12
3.3. POBLACIÓN (CRITERIOS DE SELECCIÓN), MUESTRA, MUESTREO, UNIDAD DE ANÁLISIS .....	14
3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	15
3.5. PROCEDIMIENTOS.....	15
3.6. MÉTODO DE ANÁLISIS DE DATOS.....	16
3.7. ASPECTOS ÉTICOS .....	16
IV. RESULTADOS .....	18
V. DISCUSIÓN .....	21
VI. CONCLUSIONES .....	27
VII. RECOMENDACIONES.....	28
REFERENCIAS.....	29
ANEXOS .....	40

## Índice de tablas

<b>TABLA 1. RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL .....</b>	<b>18</b>
<b>TABLA 2. ESTILO DE VIDA EN LOS ESCOLARES .....</b>	<b>19</b>
<b>TABLA 3. ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESCOLARES .....</b>	<b>20</b>

## RESUMEN

Basándose en la reconocida teoría de Nola Pender, el presente estudio, tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional en los escolares de una Institución Educativa de Trujillo – 2022. El tipo de investigación con un diseño no experimental – cuantitativo, transversal – correlacional; la muestra estuvo conformada por 105 escolares; el muestreo utilizado fue probabilístico aleatorio estratificado; así mismo, se contó con el cuestionario sobre estilo de vida; mientras que, la valoración del estado nutricional, se realizó en base a lo establecido en las Tablas de valoración nutricional antropométrica; como resultados, se obtuvo que, el 65% de los participantes, practican un estilo de vida saludable; mientras que, el 7% de los escolares evaluados presentó obesidad, el 22% sobrepeso, el 9% delgadez, mientras que el 63% manifestó tener un I.M.C. normal; así mismo, se halló una relación estadística baja e inversamente proporcional entre las variables, ya que, el P valor calculado fue 0.026, mientras que, el coeficiente mantuvo un valor de -0.218; por lo cual, se concluyó que, si existe una relación entre ambas variables de estudio.

**Palabras clave:** Estilo de vida, estado nutricional, escolares, hábitos, salud.



## ABSTRACT

Based on the well-known theory of Nola Pender, the general objective of this study was to determine the relationship between lifestyle and nutritional status among schoolchildren at an educational institution in Trujillo — 2022. This research was non experimental, quantitative, cross-sectional — correlational in design. The sample consisted of 105 schoolchildren chosen with a stratified random probability sampling. In addition, the lifestyle questionnaire was used, while the assessment of nutritional status was carried out in accordance with the provisions of the anthropometric nutritional assessment tables. As a result, it was found that 65% of the participants practiced a healthy lifestyle, while 7% of the schoolchildren evaluated were obese, 22% were overweight, 9% were thin, and 63% had a normal BMI. In the same way, a low and inversely proportional statistical relationship was found between the variables, since the P value calculated was 0.026, while the coefficient value was -0.218; therefore, it was concluded that there exists a relationship between the two study variables.

**Keywords:** lifestyle, nutritional status, schoolchildren, habits, health