



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

Hábitos alimenticios en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con  
sobrepeso del colegio San Columbano del Distrito de los Olivos,  
Lima 2023

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

Licenciado en Enfermería

**AUTORES:**

Garma Davila, Marjorid Zarit (orcid.org/0000-0003-3561-6051)

Rojas Cruz, Juan Manuel (orcid.org/0000-0002-0175-5259)

**ASESORA:**

Mg. Miraval Contreras, Rosario (orcid.org/0000-0001-7657-9694)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Políticas y Gestión en Salud

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

**LIMA – PERÚ**

**2023**

## **DEDICATORIA**

Se lo dedico a mis seres queridos por el apoyo incondicional en estos 5 años de carrera, especialmente a mis padres, gracias ellos y a mi esfuerzo he logrado culminar mi carrera profesional.

Garma Davila Marjorid Zarit.

Se lo dedico a mi familia por el apoyo en estos años de formación universitaria, pero sobre todo a mi madre querida ya que gracias a ella puedo decir: ¡lo logré!

Rojas Cruz Juan Manuel.

## **AGRADECIMIENTO**

Expresamos nuestra gratitud a Dios y a nuestros padres por el apoyo incondicional, a nuestra asesora Rosario Miraval por los consejos y la paciencia en todo este proceso, así mismo a todas las personas que estuvieron presentes apoyándonos de alguna u otra manera durante este camino.



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

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

Yo, MIRAVAL CONTRERAS ROSARIO, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Hábitos alimenticios en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano del distrito de los Olivos, Lima 2023", cuyos autores son ROJAS CRUZ JUAN MANUEL, GARMA DAVILA MARJORID ZARIT, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 13.00%, 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.

LIMA, 05 de Diciembre del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
ROSARIO MIRAVAL CONTRERAS DNI: 10321493 ORCID: 0000-0001-7657-9694	Firmado electrónicamente por: RMIRAVAL el 11-12- 2023 23:04:58

Código documento Trilce: TRI - 0683038





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

**Declaratoria de Originalidad de los Autores**

Nosotros, GARMA DAVILA MARJORID ZARIT, ROJAS CRUZ JUAN MANUEL estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Hábitos alimenticios en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano del distrito de los Olivos, Lima 2023", 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>
ROJAS CRUZ JUAN MANUEL <b>DNI:</b> 75574900 <b>ORCID:</b> 0000-0002-0175-5259	Firmado electrónicamente por: JROJASCR11 el 09-02-2024 21:21:42
GARMA DAVILA MARJORID ZARIT <b>DNI:</b> 76903496 <b>ORCID:</b> 0000-0003-3561-6051	Firmado electrónicamente por: MGARMA el 09-02-2024 21:21:56

Código documento Trilce: INV - 1481827



## ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA .....	i
DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR.....	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR/ AUTORES .....	v
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	vi
ÍNDICE DE TABLAS.....	vii
ÍNDICE DE FIGURAS .....	viii
RESUMEN .....	ix
ABSTRACT.....	x
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO: .....	4
III. METODOLOGÍA: .....	10
3.1. Tipo y diseño de investigación:.....	10
3.2. Variables y operacionalización.....	10
3.3. Población, muestra y muestreo.....	11
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	11
3.5. Procedimiento .....	12
3.6. Métodos de análisis de datos .....	12
3.7. Aspectos Éticos .....	13
IV. RESULTADOS.....	13
V. DISCUSIÓN .....	15
VI. CONCLUSIONES .....	19
VII. RECOMENDACIONES .....	20
REFERENCIAS.....	21
ANEXOS .....	27

## ÍNDICE DE TABLAS

**Tabla 1:**

**Índice de masa corporal en niños en etapa escolar de 6 a 11 años del colegio San Columbano del distrito de los Olivos, Lima 2023..... 13**

**Tabla 2:**

**Hábitos alimenticios en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano. .... 14**

**Tabla 3:**

**Características personales en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano. .... 14**

**Tabla 4:**

**Consumo de alimentos con alto contenido de azúcar en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano. .... 15**

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1: Índice de masa corporal en niños en etapa escolar de 6 a 11 años del colegio San Columbano del distrito de los Olivos, Lima 2023.....</b>	<b>50</b>
--	-----------



## RESUMEN

El estudio tiene como objetivo determinar los hábitos alimenticios en los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso de la institución educativa San Columbano - Los Olivos. El estudio trata de una investigación básica, de diseño no experimental, con enfoque cuantitativo, donde se evaluó a 69 escolares de 6 a 11 años mediante un cuestionario sobre hábitos alimenticios. Los resultados encontrados fueron que el 69.6% de los escolares con sobrepeso tenían conocimientos de una alimentación moderadamente saludable, y 30.4% eran saludables. Asimismo, las características personales de los escolares, referente a tipo y tiempo de realizar deportes, ver tv o jugar videojuegos, fueron en su mayoría moderadamente saludables en un 75.4%, y en relación con el consumo de alimentos, en su mayoría predominó un consumo de alimentos moderadamente saludables con el 65.2%, donde los alimentos que se consumen más son el pan, arroz, fideos y refrescos. Se concluye que los niños con sobrepeso del colegio San Columbano presentan en su mayoría unos hábitos alimenticios moderadamente saludable.

**Palabras clave:** Hábitos alimenticios, sobrepeso, escolares (DeCS/MeSH).

## **ABSTRACT**

This study aims to determine the eating habits of overweight schoolchildren between 6 and 11 years of age at the San Columbano - Los Olivos educational institution. The study is basic research, of non-experimental design, with a quantitative approach, where 69 school children from 6 to 11 years old were evaluated by means of a questionnaire on eating habits. The results found were that 69.6% of the overweight schoolchildren had knowledge of moderately healthy eating, and 30.4% were healthy. Likewise, the personal characteristics of the schoolchildren, referring to type and time of sports, watching TV or playing video games, were mostly moderately healthy in 75.4%, and in relation to food consumption, mostly moderately healthy food consumption predominated with 65.2%, where the most consumed foods were bread, rice, noodles and soft drinks. It is concluded that the overweight children of St. Columba's School present in their majority moderately healthy eating habits.

**Keywords:** Eating habits, overweight, school children (DeCS/MeSH).

## I. INTRODUCCIÓN

El estado nutricional de los niños está cambiando en todo el mundo, siendo influenciado por diversos factores sociales, tecnológicos, económicos y políticos, conduciendo al desarrollo de enfermedades relacionadas con la obesidad y el sobrepeso. Por ello los hábitos alimenticios son esenciales en la vida de cualquier persona, pero más aún en los niños ya que al consumir alimentos no saludables de manera frecuente, puede traer consecuencias graves en su desarrollo físico y psicológico, siendo de gran importancia el implemento de hábitos alimenticios saludables desde una temprana edad <sup>(1)</sup>.

Por otro lado, uno de las principales causas en el crecimiento y desarrollo de los niños en etapa escolar, es la alimentación; ya que una buena nutrición desde una edad temprana puede lograr fortalecer el sistema inmunológico, reducir las enfermedades a largo plazo y disfrutar de una buena salud al crecer y desarrollarse con la edad. Sin embargo, los encargados del preparado y seleccionado de las comidas que consumen son los padres, muchas veces enviando alimentos poco saludables o lo más rápido como: cereales, yogurt, carbohidratos y alto en grasas, por la falta de conocimiento acerca de los problemas que pueden ocasionar en los niños, viéndose afectados por su estado nutricional y su crecimiento <sup>(2)</sup>.

Actualmente lo que más prevalece en los niños son problemas nutricionales como la obesidad y el sobrepeso, trayendo consigo incertidumbre a nivel global, afectando a niños, adolescentes y adultos, esto se debe al impacto que tiene en la salud y la forma en la que conviven las familias, así como el costo económico que representa en el sistema de salud y la sociedad <sup>(3)</sup>.

La etapa preescolar es un período crucial para un mejor desarrollo en los hábitos alimenticios, los niños que tienen sobrepeso en esta etapa tienen mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas en la edad adulta. Es por ello que los hábitos alimenticios son patrones de comportamiento que se van desarrollando en la niñez y que se mantienen durante la adultez, estos hábitos pueden ser saludables o poco saludables teniendo una gran influencia en el peso y la salud general de los infantes <sup>(4)</sup>.

Así mismo, según los datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el sobrepeso infantil es un problema creciente en todo el mundo, ya que más de 340 millones de niños y adolescentes poseen dicho problema; donde suele ser resultados de combinar factores genéticos y ambientales, donde el principal factor ambiental es el estilo de vida particularmente alimenticio y físico. Los niños que crecen rodeados de alimentos poco saludables y con fácil disponibilidad, tienen mayor probabilidad de desarrollar malos hábitos alimentarios <sup>(5)</sup>.

El estado nutricional de un niño en cuanto a la ingesta de nutrientes puede ser óptimo, deficiente o excesivo, según estadísticas del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF); La prevalencia del sobrepeso es un problema de salud pública que requiere atención por su impacto al estado nutricional de la zona <sup>(6)</sup>.

Según la OPS, define que es un problema a nivel mundial que no se puede obviar. Los índices se han triplicado desde 1975 y han ido en aumento en los niños y preadolescentes de edades comprendidas desde los 5 a los 13 años de edad, las cuales afectan a personas de todo tipo indiscriminadamente a nivel mundial <sup>(7)</sup>.

En Perú, el 28% de la población infantil se considera con sobrepeso y obesidad. Algunos estudios, como el estudio INPPARES, mencionan que el Perú ocupa el 3er lugar en países latinos, donde el 6,4% de la población infantil es obesa, este problema se ve afectado por el poco conocimiento en los padres sobre la relevancia de una nutrición adecuada y saludable <sup>(8)</sup>. Además, según el Ministerio de Salud (MINSA), el 16,6% de los niños menores de edad, sufren de desnutrición crónica y el 22,8% tienen sobrepeso u obesidad. Estos datos sugieren que hay un problema grave de nutrición y la dieta de los niños en nuestro País, por ello que se requieren de medidas preventivas para mejorar su alimentación y salud en general <sup>(9)</sup>.

Por lo tanto, el consumo de alimentos no saludables, así como la reducción de la actividad física debido a un estilo de vida diario sedentario, conlleva un aumento del riesgo de fracturas, dificultades respiratorias e hipertensión, además de otras consecuencias físicas y psicológicas. También tendrán mayor riesgo en el futuro, como una alta probabilidad de obesidad, discapacidad y muerte prematura en la edad adulta, por lo que cabe señalar que la edad escolar es una edad clave y crucial para establecer estilos de vida saludables que forjarán a los futuros adultos <sup>(10)</sup>.

De esta manera surgió la motivación durante la visita a la institución educativa “San Columbano” del distrito de Los Olivos, se observa que gran parte de los alumnos de educación inicial, primaria y secundaria, llevan sus loncheras con alimentos de bajo valor nutricional, así mismo consumen alimentos o productos que expenden en el quiosco escolar el cuál generalmente son productos con gran cantidad de grasas, altos en azúcar, en sodio que son de fácil obtención como: dulces, bebidas azucaradas, papas fritas, hamburguesas, entre otros alimentos sin valor nutricional. Al entrevistar a las profesoras, comentaron que algunos niños tenían problemas como bajo rendimiento académico, dificultad para concentrarse, con estados de ánimos poco saludables. Por lo antes mencionado se plantea el siguiente problema de investigación: ¿Cuáles son los hábitos alimenticios en los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso de la institución educativa San Columbano - Los Olivos?

La investigación se justifica debido a que se ha evidenciado que los padres de familia no tienen conocimiento sobre una alimentación balanceada al igual que no promueven la actividad física, hoy en día a las madres se les hace más fácil que los niños dediquen tiempo a la tecnología para que estén tranquilos. Por ello radica en la necesidad de proteger y promover su salud física, mental y emocional, así como prevenir el sobrepeso y la obesidad desde la infancia, siendo fundamental brindarles las herramientas necesarias para adoptar una alimentación saludable y establecer hábitos que los acompañen a lo largo de su vida. A su vez como objetivo general: Determinar los hábitos alimenticios en los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso de la institución educativa San Columbano - Los Olivos. Continuamente con los objetivos específicos: Identificar las características personales de los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso; Identificar el consumo de alimentos de los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso.

## II. MARCO TEÓRICO:

Respecto a los antecedentes nacionales el estudio realizado por Díaz y Olivos en el 2021 planteó como finalidad la determinación de la relación entre hábitos alimentarios y estado nutricional en niños en edad escolar de 8 a 12 años de la institución educativa Carabayllo 2021” Los Olivos, diciembre-2020. La investigación se realizó mediante el método cuantitativo, nivel descriptivo – correlacional, diseño transversal y no experimental, se seleccionaron 80 escolares, los cuales se seleccionaron por medio de un muestreo probabilístico del tipo estratificado. Como técnica utilizaron una encuesta y de instrumento usaron un cuestionario. Los resultados que obtuvieron indican que del 100% de la población encuestada, el 35% (28) tienen una mala alimentación, y el 32.5% (26), con hábitos regulares y buenos. Concluyeron que el número total de niños evaluados utilizando la técnica de clasificación se dividió en 3 categorías, como buenos, malos y hábitos alimentarios habituales. <sup>(11)</sup>.

Hermeza y Ramos en 2019 plantearon como finalidad identificar los hábitos alimentarios y actividad física en escolares con sobrepeso de 8 a 11 años en un colegio de Cusco. Presentaron una investigación descriptiva transversal, donde participaron 84 escolares. Como resultados mostraron que, de los niños con sobrepeso, el 32.1% presentó bajos hábitos alimenticios, el 16.7% moderados y ninguno buenos hábitos. Respecto a la actividad física 41.6% poseen inadecuada de actividad física, 9.5% nivel moderado y el 7.1% saludable. Concluyeron que los escolares consumen alimentos de elevadas calorías y ultra procesados. Asimismo, poseen mayor tiempo de ocio en casa no realizando ningún deporte. <sup>(12)</sup>.

Gutiérrez en 2018 tuvo como finalidad crear un programa que disminuya malos hábitos alimenticios de escolares del centro educativo Miguel Grau ubicado en el distrito de Salaverry. Desarrolló un diseño preexperimental de pre y post test a 90 alumnos de primaria, donde por el uso de instrumentos como encuestas y guía de observación, consiguió información relevante para desarrollar una campaña de concientización. Como resultados se evidenció que previo a la intervención, un 61% consumía golosinas, 34% frutas, un 30% consideraba al pescado saludable. Luego de la intervención se encontró que un 39% consumía golosinas, 66% comía frutas,

y un 70% mencionaba al pescado como alimento saludable. Al realizar la comparativa mediante la prueba de t-student, arrojó un nivel de significancia de 0.039, la cual resulta menor a 0.05, por lo que concluyó y demostró la efectividad del programa, reduciendo de forma significativa los malos hábitos alimenticios <sup>(13)</sup>.

Cabanillas en 2019 planteó como finalidad determinar cómo impacta un taller de educación alimentaria para llevar hábitos alimenticios saludables en escolares de colegio Los Pinos de Trujillo, entre los meses de enero y setiembre. Desarrolló una investigación cuasiexperimental con un pre y post test a una cantidad de 69 escolares con edades de 7 a 8 años, donde se dividió en 2 grupos: 35 escolares al grupo control, y 34 en el grupo experimental que formaron parte del taller educativo sobre alimentación saludable con una duración mayor a 55 minutos. Los resultados que obtuvo para el grupo experimental, muestran un porcentaje de 26.5% en una correcta elección al desarrollo del pre test, el cual aumenta a 97.1% luego de desarrollar el post test; resultando en un aumento significativo ( $p < 0,05$ ). Por otro lado, en el grupo control el porcentaje del pre test tuvo un 45.7% que eligieron bien los alimentos saludables, sin embargo, en el post test se redujo a 17.1% por no presentar fijación de saberes al no realizar en ellos el taller de educación alimentaria. Concluyó que estos talleres presentaron un efecto positivo a favor de hábitos alimenticios saludables <sup>(14)</sup>.

Merino y Riveros en 2020 tuvieron como objetivo evaluar qué efectos genera la intervención nutricional "Nutrionet" en los hábitos alimentarios de estudiantes de nivel primario del colegio San Antonio Abad ubicado en San Juan de Lurigancho. Fue un estudio con enfoque cuantitativo, diseño preexperimental establecida por una cantidad de 30 escolares. Utilizaron un cuestionario con el fin de identificar hábitos alimenticios, esta intervención fue virtual y desarrollada en un lapso de 30 días, utilizando como prueba de McNemar como análisis estadístico para encontrar la significación. Como resultados obtuvieron que previo a realizar la intervención un 56.7% de estudiantes no tuvieron hábitos saludables, y al finalizar la intervención, los alumnos que manifestaron hábitos saludables fueron de 80%. Además, el análisis de McNemar mostró una significancia de 0.013, dando una significación aceptable, y concluyendo que la intervención nutricional fue efectiva, logrando mejorar los hábitos alimentarios de los escolares <sup>(15)</sup>.

En el ámbito internacional, Pardos E. et al. En su trabajo de investigación publicado en el 2021, realizaron un estudio titulado: Obesidad, intervención escolar, reduciendo el sedentarismo y fomentando una mejor vida saludable en niños españoles, con el objetivo de realizar distintos estudios con la participación escolar realizados en España con el objetivo de evitar y combatir el sobrepeso en los escolares. Nos refieren que la obesidad y el sobrepeso en niños es un tema serio que en algunas ocasiones no se les toma la importancia debida, lo cual es un inconveniente de salud pública en constante aumento alrededor del mundo y que la implementación de sesiones educativas referentes a la educación nutricional y evitar el sedentarismo son eficaces para la prevención y el tratamiento. Además, se enfatiza en la importancia de intervenir tempranamente en la alteración para bien de los hábitos alimenticios y estilo de vida en los niños con sobrepeso para evitar posibles complicaciones de salud en su vida adulta <sup>(16)</sup>.

Asimismo, Díaz et al, en su estudio publicado en el 2019 realizado en Chile, tuvieron como objetivo estimar el efecto de una intervención en alimentación y actividad física (AF) en la abreviación del índice de masa corporal en los niños. Esta investigación resalta lo importante que resulta diseñar y evaluar sesiones educativas sobre lo beneficioso que puede llegar a ser la actividad física, la correcta alimentación y lo dañino que es el sedentarismo para nuestras vidas en los niños, enfocándose en la transformación de los hábitos alimenticios y la promoción de la AF. Un abordaje integral en la educación nutricional y los hábitos de vida saludable en el entorno escolar, puede ser una herramienta indispensable para evitar el aumento del índice de masa corporal de los escolares a nivel mundial <sup>(17)</sup>.

Ríos I, Alvarado K. et al. en el 2020, tuvieron como objetivo principal fomentar el correcto desarrollo de una actividad física y alimentación saludable lo que ayudaría a combatir el sobrepeso y la obesidad en escolares de Panamá con una correcta prevención y enseñanza de los hábitos saludables. Expresan la idea de que la educación nutricional y la modificación de los conceptos de alimentación saludable, así como también la actividad física es favorable en todos los sentidos, ya que pueden ayudar a reducir estos problemas en los niños. Además, se enfoca en la importancia de la colaboración entre padres, maestros y el personal de la salud para diseñar estrategias personalizadas que puedan ser efectivas para cambiar los



estilos de vida poco saludables de los escolares <sup>(18)</sup>.

Medina J. en su estudio descriptivo, observacional publicado el 2019 con el tema: Sobrepeso y obesidad infantil en el hospital regional Moquegua, teniendo como objetivo identificar la prevalencia de obesidad y sobrepeso infantil y sobre las edades en las cuales son atendidos en el hospital regional, en donde las edades estaban oscilando entre los 5 y 10 años de edad en el mes de noviembre del año 2018, el cuál utilizó un cuestionario teniendo como resultado que un total de 170 niños de 5 a 11 años atendidos, 88 niños fueron diagnosticados con sobrepeso y obesidad con un porcentaje de 51.8%; el cuál 36 niños tienen sobrepeso <sup>(19)</sup>.

Por otro lado López A, Sobaler R, Ortega A Bermejo L. Realizaron un estudio observacional descriptivo transversal, teniendo como objetivo inculcar una concientización del problema en cuestión el cual es sobrepeso y obesidad infantil, creando conciencia y fomentando a la prevención de las ya mencionadas con sesiones educativas relacionadas a cómo combatir el sobrepeso y la obesidad infantil, cuyo resultado fue el siguiente: En 2019, la prevalencia de sobrepeso es del 23,3%, y en los años 2011 y 2019 hubo un descenso del 2,9% en sobrepeso. Este informe proporciona información detallada sobre el estado de del índice de masa corporal elevado infantil en España incluyendo la prevalencia, los factores de riesgo y las tendencias. Además, describe las políticas y estrategias actuales para abordar la obesidad infantil en España y hace recomendaciones para mejorar en este aspecto <sup>(20)</sup>.

En relación a los sustentantes teóricos, para el presente proyecto se ha considerado a las teoristas Dorothea Orem y Nola Pender. La Teoría del autocuidado de Dorothea Orem, ella establece que los individuos son responsables de su propia salud y bienestar, y que la enfermera puede ayudar a los pacientes a mejorar su capacidad para cuidarse a sí mismos. En retrospectiva de los hábitos alimenticios en niños con sobrepeso en la etapa escolar, se va a utilizar dicha teoría para ayudar a que los padres y los niños tomen decisiones saludables sobre los alimentos y bebidas que consumen, así mismo esto puede incluir enseñar a los niños sobre la importancia de la nutrición equilibrada, cómo pueden decidir qué alimentos son más saludables dependiendo de sus niveles de grasas, proteínas o

fibra, y cómo controlar las porciones, así mismo, esta teoría se centra en la necesidad de los pacientes de tener control y autonomía en sus propias vidas. Por lo tanto, la enfermera podría trabajar con los niños y sus familias para establecer objetivos realistas y alcanzables para mejorar los hábitos alimenticios y fomentar la actividad física y en general una vida más saludable en los niños en el proceso de cuidado de su propia salud y bienestar <sup>(21)(22)</sup>.

Por otro lado, tenemos la teoría de modelo de promoción de salud de Nola Pender, esta teoría destaca los factores cognitivos, como algo importante para la salud, las ventajas percibidas de los comportamientos que promueven la buena salud y los desafíos que enfrentan las personas que se resisten a un comportamiento saludable. Este modelo es un enfoque popular entre el personal de salud porque proporciona información sobre los comportamientos de salud de las personas que conducen al desarrollo de comportamientos de salud, al plantear su modelo, muestra que las personas que valoran su salud tienen más probabilidades de mantenerla, y cuando hay confianza en que se puede realizar un determinado comportamiento para mejorar su conducta, lo más probable es que se realice <sup>(23)</sup>.

Ella cuenta con 4 metaparadigmas en su modelo: **Salud:** Conjunto de hábitos o comportamientos que están íntimamente ligados a la salud, y que engloban todo lo que sustenta el bienestar humano. **Persona:** Es la unidad y el centro de la teoría. Todo está determinado únicamente por el propio patrón cognitivo de una persona y varios factores. **Entorno:** Se proponen interacciones entre factores cognitivamente percibidos y modificables que influyen en la aparición de comportamientos promotores de la salud. **Enfermería:** Puede modificar el actuar de las personas para una mejora en el bienestar mediante la promoción de la salud. Esta teoría es una herramienta utilizada con el propósito de entender y fomentar las actitudes, motivaciones y acciones de los niños. Ya que ayuda a dar a conocer cuáles son los beneficios de llevar una vida saludable lo que implica que aprenderán sobre los beneficios que trae hacer deporte, alimentarse correctamente y diferenciar los alimentos perjudiciales de los beneficiosos con sus valores nutricionales únicos y de tal forma mejorar su estilo de vida, no solo de ellos sino también de su familia <sup>(24)</sup>.

Respecto a los hábitos alimenticios, pueden ser definidos como patrones de consumo de alimentos y bebidas que se mantienen con el tiempo, esto afectará significativamente la salud de una persona. Los hábitos alimentarios pueden verse influidos por factores culturales, sociales, económicos y psicológicos. <sup>(25)</sup>.

Por otro lado, el sobrepeso infantil cada vez es más frecuente y mejor visto todo el mundo, ya no como una enfermedad sino como algo normal que se tiene que respetar lo cual no es saludable ya que, se refiere a un exceso de peso corporal en niños y niñas de edad escolar, y se define por la OMS como el porcentaje de grasa corporal de la persona (IMC) igual o superior al percentil 85 y menor del 95 para la edad y el sexo. Esto se debe a la falta de equilibrio entre el consumo calórico (alimentos y bebidas) y el gasto energético (actividad física) en el día a día de los preescolares. Las causas más importantes del sobrepeso en los niños son la alimentación poco saludable, el sedentarismo, la falta de actividad física y los hábitos alimentarios y de estilo de vida. <sup>(26)(27)</sup>.

Los escolares con sobrepeso y obesidad tienen tendencia a tener hábitos alimenticios poco saludables, que incluyen una alta ingesta de calorías, grasas y azúcares, y una baja ingesta de frutas, verduras y alimentos ricos en fibra. Además, los escolares con sobrepeso y obesidad tienen una predisposición a consumir alimentos procesados, comidas grasosas de bajo aporte proteico y nutricional y bebidas gasificadas que por lo general contienen altos niveles de azúcar por decilitros <sup>(28)</sup>.

Los hábitos alimenticios están influenciados por múltiples factores, incluyendo factores culturales, socioeconómicos, ambientales, psicológicos y biológicos. Los factores culturales incluyen las normas y valores sociales relacionados con la alimentación, mientras que los factores socioeconómicos incluyen el nivel de ingresos y la accesibilidad a alimentos saludables. Los factores ambientales incluyen la disponibilidad y accesibilidad a alimentos saludables, mientras que los factores psicológicos incluyen las actitudes y percepciones sobre la alimentación. Finalmente, los factores biológicos incluyen las predisposiciones genéticas y las necesidades nutricionales específicas <sup>(29)</sup>.

Existen diversas intervenciones que se pueden implementar para mejorar los

hábitos alimenticios de los escolares con sobrepeso y obesidad. Estas intervenciones incluyen sesiones educativas de educación nutricional y de entrenamiento en habilidades para la vida, al inculcar una vida saludable donde es necesario realizar actividad física. También se pueden implementar políticas para mejorar la disponibilidad y accesibilidad a alimentos saludables en las escuelas, así como programas de intervención en la comunidad para facilitar la obtención de alimentos saludables y su calidad <sup>(30)</sup>.

### III. METODOLOGÍA:

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación:

**3.1.1. Tipo de investigación:** Es básica, ya que está basada en el conocimiento universal relacionado a las variables <sup>(31)</sup>.

Asimismo, tuvo un enfoque cuantitativo ya que se recolectó la información para cuantificarla, descriptivo y finalmente fue de corte transversal ya que se realizó la toma de datos en un único tiempo definido <sup>(32)</sup>.

**3.1.2. Diseño de investigación:** En cuanto al diseño fue no experimental porque no se manipuló las variables de estudio <sup>(33)</sup>.

#### 3.2. Variables y operacionalización

##### Variable 1: Hábitos alimenticios

- **Definición conceptual:** Son patrones de consumo de alimentos y bebidas que se mantienen a lo largo del tiempo y que tienen una gran influencia en la salud de los individuos. Los hábitos alimenticios pueden estar influenciados por factores culturales, sociales, económicos y psicológicos.
- **Definición operacional:** Se utilizó el cuestionario elaborado por Coromoto et al en 2011, y adaptado por Llanos en 2018.

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

**3.3.1. Población:** Está conformada por un total de 69 escolares con sobrepeso de primaria que acuden al colegio “San Columbano” en Los Olivos.

- **Criterios de inclusión:**
  - Escolares de 6 a 11 años de edad.
  - Matriculados en el colegio San Columbano.
  - De ambos sexos.
  - Índice de masa corporal que indique sobrepeso.
  - Padres que acepten que su hijo(a) participen del estudio.
  
- **Criterios de Exclusión:**
  - Aquellos fuera del rango de edad.
  - Otros índices de masa corporal que no sean sobrepeso
  - Escolares que no tienen permiso de sus padres para participar.

**3.3.2 Muestra:** 69 estudiantes con sobrepeso.

**3.3.3 Muestreo:** Al usar toda la población como muestra, no se requirió ningún tipo de muestreo.

**3.3.4 Unidad de análisis:** Escolar de primaria con sobrepeso.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

La técnica que se utilizó fue la encuesta, así mismo se utilizó como instrumento el “Cuestionario de Hábitos Alimenticios” elaborado por Llanos <sup>(34)</sup> en 2018. Este contiene 6 preguntas para identificar características de la población y 17 preguntas para evaluar la alimentación, cada una de 5 alternativas. Para calificar solo respuestas correctas e incorrectas. Asimismo, para el estado nutricional se tuvo la “Ficha de valoración de Estado Nutricional” la cual se compone de 3 ítems que valoran peso, talla y IMC.

Para encontrar las medidas antropométricas se utilizó una balanza de pie calibrada con respecto al peso, y un tallímetro con respecto a la talla. Estos

datos se agruparon en una ficha de recolección de datos, comparando los resultados con la “Tabla de valoración nutricional antropométrica - varones de 5 a 19 años” y “Tabla de valoración nutricional antropométrica - mujeres de 5 a 19 años” que permitió agrupar por P/E, T/E y P/T en: obesidad o sobrepeso, normal, desnutrido severo, desnutrido para cada participante.

La validación de los instrumentos fue desarrollada por Llanos en 2018, mediante el criterio de juicio de 3 expertos del tema, que con sus opiniones se arregló el instrumento hasta que se logre su validación unánime.

Asimismo, se desarrolló la confiabilidad del instrumento mediante una prueba piloto de 10 escolares de primaria, donde se obtuvo un valor de Alfa de Cronbach de 0.716, obteniendo una confiabilidad aceptable del instrumento.

### **3.5. Procedimiento**

Se solicitó el permiso de manera presencial a la dirección de la institución educativa, explicando cómo se ejecutará la intervención para los escolares.

Luego se tuvo una entrevista con los padres de los escolares de primaria igualmente para explicarles cada detalle del estudio, donde los padres que decidan aceptar que su hijo(a) participe firmaron una carta de asentamiento informado. Al obtener los permisos se coordinó con la directora de la institución educativa para las facilidades para la toma de datos de los escolares y el desarrollo del test.

Primero se aplicó el test individualmente a cada escolar participante con una duración entre 20 a 40 minutos, y luego se procedió a medir su talla y peso.

### **3.6. Métodos de análisis de datos**

Al concluir toda la recolección de datos, se realizó la tabulación y digitación en programas de EXCEL 2019 y IBM SPSS 25, donde se desarrolló el análisis descriptivo por medio de tablas de frecuencia y gráfica de barras <sup>(35)</sup>.

### 3.7. Aspectos Éticos

Se tuvo confidencialidad de los datos recolectados, el cual el único fin fue académico, así mismo se tuvo el cuidado total de los niños menores de edad, así mismo, no fueron sometidos a ningún acto en el que corra peligro su integridad o su vida <sup>(36)</sup>. Se consideró los siguientes aspectos éticos de: **Beneficencia** el cual nos refiere que el proyecto de investigación fue enfocado en brindar conocimientos sobre hábitos alimenticios <sup>(37)</sup>. **No maleficencia**, durante el proceso no se cometió daños ni a los escolares ni a los padres de familia que participaron. **Justicia**, el trato hacia los escolares fue igualitario para todos <sup>(38)</sup>. **Autonomía**, Se hizo uso del asentamiento informado, donde los padres aceptaron la participación de los niños de la I.E San Columbano-Los Olivos <sup>(39)</sup>. **Veracidad**, Los escolares siempre tendrán toda la verdad relacionada al estudio, aclarando toda duda que tengan y los procedimientos para completar los cuestionarios <sup>(40)</sup>.

## IV. RESULTADOS

Con los datos recolectados se procedió a procesar la información respecto a los objetivos del estudio.

**Tabla 1:**

**Índice de masa corporal en niños en etapa escolar de 6 a 11 años del colegio San Columbano del distrito de los Olivos, Lima 2023.**

IMC	n (180)	% (100%)
Delgadez	8	4.44%
Normal	97	53.90%
Sobrepeso	69	38.33%
Obesidad	6	3.33%

La institución educativa San Columbano presentaba en total 180 estudiantes de 6 a 11 años, de los cuales, luego de haber obtenido su edad, talla y peso, se obtuvo que el 38.33% (69) los estudiantes presentaban un IMC de sobrepeso.

**Tabla 2:**

**Hábitos alimenticios en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano.**

Hábitos alimenticios	n (69)	% (100%)
Moderadamente saludable	48	69.6%
Saludable	21	30.4%

Los niños con sobrepeso del colegio San Columbano presentan en su mayoría unos hábitos alimenticios moderadamente saludable 69.6% (48), y el resto saludable 30.4% (21).

**Tabla 3:**

**Características personales en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano.**

Tipo de alimentación	n (69)	% (100%)
Poco saludable	11	15.9%
Moderadamente saludable	52	75.4%
Saludable	6	8.7%

Las características personales (tipo y tiempo de deportes, ver tv y jugar videojuegos) que predomina en los niños con sobrepeso del colegio San Columbano fue moderadamente saludable 75.4% (52), seguido de algunos poco saludables 15.9% (11), y solo pocos saludables 8.7% (6).



**Tabla 4:**

**Consumo de alimentos con alto contenido de azúcar en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano.**

Consumo de alimentos	n (69)	% (100%)
Moderadamente saludable	45	65.2%
Saludable	24	34.8%

Los niños con sobrepeso del colegio San Columbano presentaron en su mayoría un consumo de alimentos moderadamente saludables 65.2% (45), y el resto saludables 34.8% (24), donde los alimentos que se consumen más son el pan, arroz, fideos, dulces y refrescos.

## **V. DISCUSIÓN**

La tabla 1 nos muestran que la institución educativa San Columbano presenta 180 estudiantes entre 6 y 11 años, donde el 33.8% presentan sobrepeso, los cuales han sido el foco de atención del estudio. López et al (20) mencionan que el sobrepeso resulta un factor de riesgo infantil, y que es importante analizar y describir los hábitos alimenticios de los niños, que permitan visualizar su estado nutricional y bienestar de salud personal.

La tabla 2 indica que el 69.6% de estos alumnos presentaban unos hábitos alimenticios medianamente saludable, similar a los estudios de Diaz y Olivos (11). Por ello, Guerrero et al (25) resaltan el problema de salud que puede conllevar a un niño no llevar una alimentación saludable, donde consume productos considerados “chatarra” en su colegio, lo que significa que no posee ningún valor nutricional y peor, daña su estado de salud. Asimismo, la falta de un equilibrio de nutrientes en el consumo de alimentos, como proteínas, vitaminas, minerales, grasas, y carbohidratos, conlleva a un incremento progresivo de peso del niño, y si este factor de riesgo se combina con otros como sedentarismo, estilos de vida no saludable, falta de actividad física, conlleva a condiciones de sobrepeso y obesidad.

La transferencia de conocimientos sobre buenos alimentos saludables provee al niño de energía y vitalidad, un estado nutricional saludable y, además, enseña los riesgos que conlleva consumir comida chatarra, altos contenidos de azúcar y grasa, y de tener sobrepeso, por ello, una intervención concientiza mediante la enseñanza global de buenos hábitos alimenticios y sus consecuencias.

Asimismo, López et al (20) señala que los niños que aprenden los conocimientos apropiados logran mejorar y llevar un estilo de vida saludable. Asimismo, una constancia de mayor tiempo en los niños con sobrepeso lograría disminuir su índice de masa corporal, generando una mejor salud física, y eleva la autoestima del niño, beneficiando su salud mental.

La modificación de la conducta alimentaria en una temprana edad de los niños resulta fundamental, ya que están en una etapa donde resulta más práctico acomodarse a nuevos hábitos alimenticios, tener un estado nutricional saludable, con un peso acorde a la talla y edad que poseen, y aprender conocimientos nuevos como aprendizaje para cuidar su propia salud.

Por todo esto resulta importante educar a los escolares sobre hábitos alimenticios saludables, promoviendo conocimientos que cambien positivamente la mentalidad del niño, y que sirvan como una guía para mantener un buen estado nutricional y por tanto un buen estado de salud físico y mental que permitan darle un bienestar global en su salud, y desenvolverse en sus actividades escolares con energía.

La tabla 3 indica que el 75.4% presenta características personas moderadamente saludables, y 15.9% son saludables, señalando que existen pocas horas de realización de deportes, y más horas para ver tv o jugar videojuegos. Guerrero et al (25) mencionan que los hábitos alimenticios deben estar relacionados con otros estilos de vida saludable, como el desarrollo de actividades físicas, el cual complementa la alimentación saludable que lleva el niño, mejorando su condición física.

Por ello, La Hermoza y Ramos (12) mencionan que el desarrollo de actividades físicas va de la mano con buenos hábitos alimenticios, ya que resulta una manera eficaz de aprovechar los nutrientes obtenidos en los alimentos para beneficio

corporal y mental. Una conducta constante de actividad física lleva a un hábito saludable que permite al escolar tener energías para poder desenvolverse mejor en sus actividades diarias que incluyen el rendimiento escolar, y sumado a alimentos saludables permite aumentar esas energías y presente un estado saludable. Es por esto que, tanto padres de familia como la institución educativa por medio de sus docentes deben trabajar en equipo para diseñar estrategias para cada niño que resulten efectivas para mejorar los hábitos alimenticios de los niños y evitar problemas de salud a largo plazo, además de obtener los mejores resultados para el desarrollo y crecimiento saludable de los escolares.

Finalmente, la tabla 4 indica que el 65.2% presentaron un consumo de alimentos moderadamente saludable, donde el pan, arroz, fideos y refresco formaban la mayor parte de los alimentos que consumían mayormente. Diaz y Olivos (11) menciona que los escolares requieren poseer información relevante sobre los diversos alimentos con alto contenido nutricional que deben consumir, alimentos con cantidades azúcares o grasa que deben consumir con menor frecuencia, así como alimentos procesados que deben evitar. Por otro lado, deben presentar diversos casos de sobrepeso y los problemas que conllevan este estado nutricional, tanto a corto, mediano y largo plazo, y exponer las recomendaciones finales para mejorar los hábitos alimenticios.

Por otro lado, Merino y Riveros (15) señalan que la falta de orientación de los padres en el consumo de alimentos de sus hijos provoca malos hábitos alimenticios, ya que el niño imita los patrones alimenticios que recibe en su casa hacia su escuela, consumiendo alimentos con alto contenido de grasa, azúcar, e incluso productos procesados, poniendo en riesgo el estado nutricional de los niños generando sobrepeso y obesidad en el peor de los casos. La importancia del conocimiento sobre alimentos saludables es vital para el desarrollo del escolar, por ello, este debe tener cerca alimentos con alto contenido nutricional que le permita tener un buen estado nutricional que le permita rendir en sus actividades diarias. Asimismo, esta debe estar en combinación con actividades físicas saludables para que el resultado sea más óptimo y tenga un desarrollo saludable.

Esta investigación cumplió los parámetros establecidos en la teoría de Nola Pender.

En primer lugar, se logró promover la salud por medio de la intervención educativa, entregando información y conocimiento relevante a los niños de forma exitosa, reflejándose en el resultado de los cuestionarios luego de la intervención educativa, por lo que los niños han recibido la información correspondiente para que puedan llevar unos hábitos alimenticios saludables. Asimismo, crea conciencia en el entorno cercano del niño, por lo que tanto la familia como la institución educativa pueden tomar medidas para evitar el consumo de alimentos no saludables, tanto en el hogar como en los quioscos del centro de estudios, promoviendo alimentos de alto contenido nutricional que ayuden a mantener buenos hábitos alimenticios y, por tanto, una buena salud.

Por otro lado, el estudio cumplió también los parámetros establecidos por Dorothea Orem, ya que se ha concientizado a los escolares de mejorar su estado nutricional y hábitos alimenticios, evitando el consumo de alimentos no saludables, solicitando a sus padres algunos alimentos nutricionales explicados en la intervención educativa, y dejando de consumir productos procesados como golosinas en la institución educativa y en su hogar.

## **VI. CONCLUSIONES**

1. Los niños con sobrepeso del colegio San Columbano presentan en su mayoría unos hábitos alimenticios moderadamente saludable (69.6%), y el resto saludable (30.4%).
2. Asimismo, los niños con sobrepeso del colegio San Columbano presentaron en su mayoría unas características personales moderadamente saludables (75.4%), seguido de algunos poco saludables (15.9%), y solo pocos saludables (8.7%).
3. Finalmente, los niños con sobrepeso del colegio San Columbano presentaron en su mayoría un consumo de alimentos moderadamente saludables (65.2%), y el resto saludables (34.8%).

## **VII. RECOMENDACIONES**

1. Incentivar a los profesionales de enfermería a capacitarse sobre hábitos alimenticios saludables, para poder orientar a los niños a cuidar su estado nutricional que evite problemas de salud a largo plazo.
2. Promover a la institución educativa a generar sesiones educativas por medio de profesionales de enfermería con conocimiento en hábitos alimenticios saludables, para mejorar el estado nutricional de los escolares.
3. Finalmente, motivar a los estudiantes de enfermería a profundizar la investigación sobre intervenciones educativas en diversos colegios del país, para disminuir los niveles de sobrepeso en los niños.

## REFERENCIAS

1. Llosa M, Pérez F. y Andina E. Intervenciones educativas sobre nutrición y actividad física en niños de Educación Primaria: una revisión sistemática. *Enferm. glob.* [Internet]. 2020 [citado 2023 Jun 20]; 19(59): 547-581. Disponible en: Epub 10-Ago-2020. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.380041>.
2. García P. Fundamentos de nutrición. San José, Costa Rica. 2021 [acceso 2023 Jan 12]. Disponible en: [https://sennutricion.org/media/Docs\\_Consenso/3IDR\\_Población\\_Española-FESNAD\\_2010\\_C1\\_Fundamentos\\_de\\_nutrición.pdf](https://sennutricion.org/media/Docs_Consenso/3IDR_Población_Española-FESNAD_2010_C1_Fundamentos_de_nutrición.pdf)
3. Ministerio de Salud, Dirección General de Salud de las Personas. ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 6 A 13 AÑOS. Documentación OPS/OMS en el Perú. 2021 [acceso 2023 Jan 12]. Disponible en: [https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/sala\\_nutricional/sala\\_3/Informe%20Tecnico%20Estado%20Nutricional%20en%20ni%C3%B1os%20de%206%20a%2013%20a%C3%B1os%202017-2018.pdf](https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/sala_nutricional/sala_3/Informe%20Tecnico%20Estado%20Nutricional%20en%20ni%C3%B1os%20de%206%20a%2013%20a%C3%B1os%202017-2018.pdf)
4. Organización Mundial de la Salud (OMS). Informe de expertos independientes sobre dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas [Internet] [citado el 11 de Mar. del 2023]. Disponible: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2003/pr20/es/>
5. Organización Mundial de la Salud. Sobrepeso y obesidad infantiles [Internet]. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Organización Mundial de la Salud; 2021 [acceso 2023 Jan 12]. Disponible en: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/>
6. UNICEF. El sobrepeso en la niñez [Internet]. Oficina Regional para América Latina y el Caribe; 2021 [acceso 2023 Jan 12]. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/media/29006/file/Sobrepeso-en-la-ninez-reporte-2021.pdf>

7. Organización Panamericana de la Salud. Plan de Acción para la Prevención y Control de la Obesidad en Niños y Adolescentes [Internet].; 2019 [acceso 2023 Jan 12]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
8. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Econrtestsomia – PERU. Consumo de Alimentos y Bebidas [Internet].2014. [citado el 25 de Mar. del 2023]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/estadisticas/indicetematico/economia/>
9. Gob.pe. [citado 2023 Jun 24]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4243.pdf>
10. Lozano M, Hermoza R, Arellano César, Hermoza Víctor. Relación entre ingesta de alimentos ultra procesados y los parámetros antropométricos en escolares. Rev Med Hered [Internet]. 2019 abr [citado 2023 Jun 03];30(2):68-75. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1018-130X2019000200002&lng=es.](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X2019000200002&lng=es)
11. Diaz D, Olivos R. Relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en escolares de 8 a 12 años de una institución educativa. Carabayllo 2021. Tesis de Pregrado. Universidad Cesar Vallejo. 2021. Disponible: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/88786>
12. Hermoza E, Ramos D. Hábitos alimentarios y actividad física relacionados al sobrepeso y obesidad en escolares de 8 a 11 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús, Cusco- 2017. Tesis Pregrado. Universidad Nacional San Antonio de Abad del Cusco; 2019. Disponible: <http://hdl.handle.net/20.500.12918/4244>
13. Gutiérrez E. Campaña de concientización “Come Mejor” para reducir los malos hábitos alimenticios en los estudiantes del colegio Miguel Grau del distrito de Salaverry – 2018. Tesis Pregrado. Universidad Cesar Vallejo. 2018. Disponible: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/17548>
14. Cabanillas V. Impacto de talleres de educación alimentaria en la elección de alimentos saludables en escolares de la Ciudad de Trujillo, 2019. Tesis



- Pregrado. Universidad Cesar Vallejo. 2019. Disponible: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/40404>
15. Merino E, Riveros D. Efectos de la Intervención Nutricional online “Nutrionet” sobre hábitos alimentarios en escolares de primaria, I. E. San Antonio Abad, San Juan de Lurigancho, 2020. Tesis Pregrado. Universidad Cesar Vallejo. 2020. Disponible: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/79227>
  16. Pardos E, Gou B, Sagarra L, Calero S, Fernández R. Obesidad, intervención escolar, actividad física y estilos de vida saludable en niños españoles. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2021 Jun [citado 2023 Jun 19]; 47(2). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662021000200017&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662021000200017&lng=es)
  17. Díaz X, Mena C, Celis C, Salas C, Valdivia P. Efecto de un programa de actividad física y alimentación saludable aplicado a hijos y padres para la prevención de la obesidad infantil. Nutr. Hosp. [Internet]. 2019 Jul [citado 2023 Jun 20]; 32(1): 110-117. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112015000700017&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112015000700017&lng=es) <https://dx.doi.org/10.3305/nh>
  18. Rios I., Alvarado K., Kodish R, Molino J., Ávila R., y Lebrija A. Educación alimentaria y nutricional para reducir la obesidad en escolares de Panamá: protocolo de estudio. Rev Esp Nutr Hum Diet [Internet]. 2020 Mar [citado 2023 Jun 20]; 24(1): 78-86. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2174-51452020000100009&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452020000100009&lng=es).
  19. Medina J. "Sobrepeso y obesidad infantil en el hospital regional moquegua," Revista de la Facultad de Medicina Humana: [Internet]. 2019 Mar [citado 2023 Jun 20] Vol. 19. Disponible en: <https://inicib.urp.edu.pe/rfmh/vol19/iss2/8>
  20. López A, Sobaler R, Ortega A Bermejo L. Estudio sobre Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España 2019. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. Ministerio de Consumo.

- Madrid, 2020. Disponible en: [https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/observatorio/Informe\\_Aladino\\_2019.pdf](https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/observatorio/Informe_Aladino_2019.pdf)
21. Naranjo HY, Concepción PJA, Rodríguez LM. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Gaceta Médica Espirituana. 2017;19(3). [citado 2023 Jul 07]; 8(4): 16-23. Disponible: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=77397>
22. Matías A, Sanipatin J. Rol de enfermería en el autocuidado de adolescentes con alteraciones nutricionales. Tesis Posgrado. Universidad Estatal del Sur de Manabí. 2023. Disponible: <https://repositorio.unesum.edu.ec/handle/53000/5060>
23. Teorías de Enfermería. Diversidad y Universalidad de los Cuidados Culturales Medeleine m. Leininger. Disponible en: <http://teoriasenenfermeria.blogspot.com/2013/05/modelo-de-promocion-de-salud-capitulo-21.html>
24. Diaz R, Arias D. Efectividad de intervención de enfermería en hábitos de vida saludable desde el modelo de Nola Pender. Rev Esp Nutr Comunitaria 2022; 28(2). Disponible: [https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0020\\_ORIGINAL.pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0020_ORIGINAL.pdf)
25. Guerrero B, Valero L, Solano D, Priore C, Perea A, Afán M. Detección de problemas alimentarios y su relación con hábitos alimentarios en adolescentes. Revista mexicana de trastornos alimentarios. 2022; 10(3). Disponible: <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2019.2.567>
26. Consejo Latinoamericano de Proteína. Qué son los alimentos. Informe 2018. Consultado el 7 de julio de 2023. Disponible en: <https://www.alimentacionbalanceada.com/que-son-los-alimentos/>

27. Organización Mundial de la Salud. Acabar con la obesidad infantil. Informe de la Comisión para acabar con la obesidad infantil. 68. 2016. Consultado el 18 de agosto de 2023. Disponible: <http://bit.ly/2bAJvb2>
28. Fundación española de nutrición: hábitos alimenticios [internet]. 10 de octubre del 2021 [citado: el 14 de agosto 2023]. Disponible en: <http://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>.
29. Alimentación saludable [internet] Healthy nutrition 2016 [citado el 14 de agosto del 2023] citado en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/actamedica/acm-2016/acm161e.pdf>
30. Fundación española de nutrición: hábitos alimenticios [internet]. 10 de Setiembre del 2023. Disponible en: <http://www.fen.org.es/blog/habitosalimentarios/>.
31. García J, Sánchez P. Diseño teórico de la investigación: instrucciones metodológicas para el desarrollo de propuestas y proyectos de investigación científica. Información Tecnológica. 2020; 31(6). Disponible: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642020000600159>
32. Final M, Vera J. Paradigmas, enfoques y métodos de investigación: análisis teórico. Mundo Recursivo. 2020; 3(1). Disponible: <https://www.atlantic.edu.ec/ojs/index.php/mundor/article/view/38>
33. Arias J, Covinos M. Diseño y metodología de la investigación. Enfoques Consulting EIRL. Primera edición. 2021. Disponible: <http://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2260>
34. Llanos G. Hábitos alimenticios y estado nutricional en escolares de sexto grado en institución educativa urbano y rural. Distrito de Monsefú. Chiclayo, 2018. Tesis Pregrado. Universidad Señor de Sipán. Disponible: <https://hdl.handle.net/20.500.12802/5391>
35. Ramírez A, Polack A. Estadística inferencial. Elección de una prueba estadística no paramétrica en investigación científica. Horizonte de la

- Ciencia. 2020; 10(19): 191-208. Disponible en: <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.19.597>
36. Inguillay Gagñay LK, Tercero Chicaiza SL, López Aguirre J. Ética en la investigación científica. IS [Internet]. 4 de enero de 2020; 3(1). Disponible en: <https://doi.org/10.31876/is.v3i1.10>
37. Lolas Stepke F. Bioética y Veracidad. Acta Bioethica. 2020; 26(2): 129-130. Disponible: <https://www.scielo.cl/pdf/abioeth/v26n2/1726-569X-abioeth-46-129.pdf>
38. Reyes J, Cárdenas M, Plua K. Consideraciones acerca del cumplimiento de los principios éticos en la investigación científica. Conrado. 2020; 16(77). Disponible: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442020000600154&script=sci\\_arttext&lng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442020000600154&script=sci_arttext&lng=en)
39. Ontano M, Mejía A, Avilés M. Principios bioéticos y su aplicación en las investigaciones médico-científicas: Artículo de revisión. Rev. Cien. Ecu. [Internet]. 2021; 3(3):9-16. Disponible: <https://doi.org/10.23936/rce.v3i3.27>
40. Zúñiga J. Comportamiento ético en la publicación científica: malas conductas y acciones para evitarlas. Revista Educación. 2020; 44(1). Disponible: <https://doi.org/10.15517/revedu.v44i1.35548>

## **ANEXOS**

## ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	DISEÑO	VARIABLES
<p>¿Cuáles son los hábitos alimenticios en los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso de la institución educativa San Columbano - Los Olivos?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar los hábitos alimenticios en los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso de la institución educativa San Columbano - Los Olivos.</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las características personales de los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso.</li> <li>• Identificar el consumo de alimentos de los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso.</li> </ul>	<p>Investigación básica, de diseño no experimental, enfoque cuantitativo, de corte transversal.</p> <p style="text-align: center;">Población: 180 escolares</p> <p>Muestra: 69 escolares con sobrepeso.</p>	<p><b>V1: Hábitos alimenticios</b></p> <p><b>Dimensiones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Características personales</li> <li>• Consumo de alimentos</li> </ul> <p><b>V2: Indicadores antropométricos</b></p> <p><b>Dimensiones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Talla</li> <li>• Peso</li> </ul>

## ANEXO 2: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICION
<b>Hábitos alimenticios</b>	<p>Son patrones de consumo de alimentos y bebidas que se mantienen a lo largo del tiempo y que tienen una gran influencia en la salud de los individuos. Los hábitos alimenticios pueden estar influenciados por factores culturales, sociales, económicos y psicológicos.</p>	<p>Se utilizará el cuestionario elaborado por Llanos en 2018</p>	<p>Características personales</p>	<p>Tipo de deporte Tiempo de deporte Tiempo para ver tv Tiempo para jugar videojuegos</p>	<p>Nominal</p>
			<p>Consumo de alimentos</p>	<p>Cereales y carbohidratos. Frutas, legumbres y vegetales. Lácteos y derivados. Carnes, pescados y huevos. Azúcares y grasas.</p>	

## **ANEXO 4: INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **CUESTIONARIO HÁBITOS ALIMENTICIOS**

Buenos días, somos estudiantes de Enfermería de la Universidad Cesar Vallejo, el presente cuestionario tiene como objetivo determinar los hábitos alimenticios y estado nutricional de escolares de primaria, con el propósito de mejorar e incorporar nuevos contenidos que permitan tener una mejor alimentación en los escolares. El presente cuestionario es completamente anónimo y confidencial por lo que se solicita su total veracidad en el desarrollo del mismo.

#### **I. DATOS GENERALES**

**Código:** .....

**Edad:** .....

**Sexo:** M ( ) F ( )

**Fecha de nacimiento:** .....

**Grado de Instrucción:** .....

**Institución educativa:** .....

#### **II. CONTENIDO**

Lea detenidamente las preguntas y marque con (X) la respuesta que consideres correcta.

**1. ¿Qué tipo de deporte prácticas?**

**A) Fútbol B) Natación C) Vóleibol D) Básquet E) No aplica**

**2. ¿Qué tiempo te dedicas al deporte a la semana?**

**A) 30 min B) 1 hora C) 2 horas D) 3 a más E) No aplica**

**3. ¿Cuántas horas al día te dedicas ver la televisión?**

**A) 1 Hora B) 2 Horas C) 3 horas D) Mas de 3 horas E) No aplica**

**4. ¿Cuántas horas al día te dedicas a jugar a los videojuegos?**

**A) 1 Hora B) 2 Horas C) 3 Horas D) Mas de 3 horas E) No aplica**

**5. ¿Cuántos vasos de agua consumes diario?**

**A) 1 Vaso B) 2 a 3 Vasos C) 4 a 6 Vasos D) 6 a 8 Vasos E) No aplica**

**6. ¿Cuántas frutas consumes al día?**



**A) 1 vez día B) 2 Vez día C) 3 Vez día D) Mas de 3 veces E) No aplica**

**7. ¿Cuántas veces a la semana consumes productos con alto contenido de grasas (frituras, embutidos, mantequilla, etc.)?**

**A) 1 Vez a la semana B) 2 Veces a la semana C) 3 Veces a la semana**

**D) Todos los días E) No aplica**

**8. ¿Cuántas veces a la semana consumes carbohidratos como arroz, fideos, pan, etc.?**

**A) 1 Vez a la semana B) 2 Veces a la semana C) 3 Veces a la semana**

**D) Todos los días E) No aplica**

**9. ¿Cuántas cucharitas de azúcar sueles utilizar para endulzar una taza de bebida?**

**A) 1 Cucharita B) 2 Cucharitas C) 3 Cucharitas D) 4 Cucharitas E) No aplica**

**10. ¿Cuántas veces a la semana consumes productos que contienen elevada azúcar (golosinas, postres, gaseosas)?**

**A) 1 Vez a la semana B) 2 Veces a la semana C) 3 Veces a la semana**

**D) Todos los días E) No aplica**

**11. ¿Cuántas veces a la semana consumes carnes?**

**A) 1 Vez a la semana B) 2 Veces a la semana C) 3 Veces a la semana**

**D) Todos los días E) No aplica**

**12. ¿Qué tamaño de porción consumes de carne?**

**A) Porción muy pequeña B) Porción regular C) Porción grande**

**D) Porción muy grande E) No aplica**

**13. ¿Cuántas veces a la semana consumes verduras?**

**A) 1 Vez a la semana B) 2 Veces a la semana C) 3 Veces a la semana**

**D) Todos los días E) No aplica**

**14. ¿Cuántas veces a la semana comes menestras como lentejas, arvejas o garbanzos?**

**A)** 1 Vez a la semana **B)** 2 Veces a la semana **C)** 3 Veces a la semana  
**D)** Todos los días **E)** No aplica

**15. ¿Cuántos vasos de leche consumes al día?**

**A)** 1 Vaso al día **B)** 2 Vasos al día **C)** 3 Vasos al día **D)** 4 vasos al día  
**E)** No aplica

**16. ¿Cuántas veces a la semana consumes queso?**

**A)** 1 vez a la semana **B)** 2 veces a la semana **C)** 3 veces a la semana  
**D)** todos los días **E)** No aplica

### 17. ¿Qué comiste en tu casa estos tres últimos días?

						
Carne de res <input type="checkbox"/>	Pollo <input type="checkbox"/>	Pescado <input type="checkbox"/>	Leche <input type="checkbox"/>	Huevo <input type="checkbox"/>	Papa <input type="checkbox"/>	Carne de cerdo <input type="checkbox"/>
						
Queso <input type="checkbox"/>	Trigo <input type="checkbox"/>	Arroz <input type="checkbox"/>	Fideo <input type="checkbox"/>	Pan <input type="checkbox"/>	Camote <input type="checkbox"/>	Higado <input type="checkbox"/>
						
Frutas secas <input type="checkbox"/>	Yuca <input type="checkbox"/>	Mantequilla <input type="checkbox"/>	Pota <input type="checkbox"/>	Frijol <input type="checkbox"/>	Lenteja <input type="checkbox"/>	Garbanzo <input type="checkbox"/>
						
Choro <input type="checkbox"/>	Piña <input type="checkbox"/>	Mango <input type="checkbox"/>	Melocotón <input type="checkbox"/>	Mandarina <input type="checkbox"/>	Papaya <input type="checkbox"/>	Palta <input type="checkbox"/>
						
Manzana <input type="checkbox"/>	Plátano <input type="checkbox"/>	Naranja <input type="checkbox"/>	Fresa <input type="checkbox"/>	Uva <input type="checkbox"/>	Pera <input type="checkbox"/>	Zapallo <input type="checkbox"/>
						
Lechuga <input type="checkbox"/>	Tomate <input type="checkbox"/>	Habas <input type="checkbox"/>	Alberja <input type="checkbox"/>	Choclo <input type="checkbox"/>	Zanahoria <input type="checkbox"/>	Brocoli <input type="checkbox"/>
						<input type="checkbox"/>
Gaseosa y Pulp <input type="checkbox"/>	Refresco <input type="checkbox"/>	galletas <input type="checkbox"/>	Chisito, papa lay, chistris <input type="checkbox"/>	Embutidos <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		Cantidad	Consumo	%	
1	Alimentación saludable y balanceada	75 - 100	Agua	1	
2	Alimentación saludable	50 - 74	Carbohidratos	7	
3	Alimentación moderadamente saludable	25 - 49	Frutas	12	
4	Alimentación poco saludable	15 - 24	Verduras	8	
5	Alimentación no saludable	0 - 14	Proteínas (A)	10	
			Proteínas (V)	4	
			Lípidos y azúcares	6	
			TOTAL	48	

## FICHA DE VALORACIÓN DE ESTADO NUTRICIONAL SEGÚN INDICE DE MASA CORPORAL

Código: .....

Peso: .....

Talla: .....

- I.** Talla baja o retraso de talla:  $\leq -2.0$
- II.** Talla normal baja:  $- 1.0$  a  $- 1.9$
- III.** Talla normal:  $- 0.9$  a  $+ 0.9$
- IV.** Talla normal alta:  $+ 1.0$  a  $+ 1.9$
- V.** Talla alta:  $\geq + 2.0$

IMC: .....

- II.** Obesidad severa:  $\geq + 3$
- III.** Obesidad:  $\geq + 2$  a  $+ 2,9$
- IV.** Sobrepeso o Riesgo de obesidad:  $\geq + 1$  a  $+ 1,9$
- V.** Normal:  $+ 0,9$  a  $- 0,9$
- VI.** Déficit ponderal o Bajo peso:  $\leq - 1$  a  $- 1,9$
- VII.** Desnutrición:  $\leq -2$

## ANEXO 5: CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

### PRUEBA PILOTO

#### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	10	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	10	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

### PRUEBA DE CONFIABILIDAD POR ALFA DE CRONBACH

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,716	17

Prueba Piloto.sav [ConjuntoDatos] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

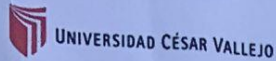
1: H1 1 1 Visible: 17 de 17 variables

	H1	H2	H3	H4	H5	H6	H7	H8	H9	H10	H11	H12	H13	H14	H15
1	1	2	2	2	4	3	2	1	3	2	2	2	2	1	2
2	3	3	3	4	1	3	2	2	3	2	1	2	2	3	3
3	1	2	3	4	2	3	2	2	4	3	3	2	2	1	2
4	3	2	4	4	1	2	4	3	1	3	3	3	2	3	1
5	1	2	4	4	2	3	4	2	3	4	2	4	2	3	2
6	1	1	4	4	3	1	2	3	3	4	2	4	3	3	4
7	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2
8	1	2	4	4	2	2	1	3	4	4	4	3	2	2	2
9	1	3	4	4	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2
10	1	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2
11															
12															
13															
14															
15															
16															
17															
18															
19															
20															
21															
22															
23															

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

**ANEXO 6:**  
**CARTA DE SOLICITUD PARA LA EJECUCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**



*Los Olivos, 29 de octubre del 2023*

**CARTA N°157 -2023-EP/ ENF.UCV-LIMA**

Señora  
Elvira de La Torre Cisneros  
Director de la Institución Educativa San Columbano  
Independencia  
**Presente. -**

**Asunto: Autorización para recojo de datos  
de estudiante de Enfermería de la  
Universidad Cesar Vallejo Sede  
Lima Norte**

*De mi mayor consideración:*

Es muy grato dirigirme a usted para saludarla muy cordialmente en nombre de la Universidad Cesar Vallejo y en el mío propio desearle la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.

A su vez, la presente tiene como objetivo presentar a los estudiantes Garma Dávila Marjorid Zari, identificada con DNI 76903496 y Rojas Cruz Juan Manuel identificado con DNI 75574900, del X ciclo del Programa de Enfermera Profesional. En este sentido, solicito a Ud. señora Directora su autorización para el recojo de datos de la investigación titulada: "Hábitos alimenticios en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano del distrito de los Olivos, Lima 2023". Asimismo, agradecería se le brinde las facilidades correspondientes.

Sin otro particular me despido de Usted no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.

*Atentamente,*



**Dr. Paul Velásquez Porras**  
Responsable de Investigación del  
Programa de Enfermería de la  
Universidad César Vallejo Sede Lima  
Norte

*c/ c: Archivo.*



*30-10-23*

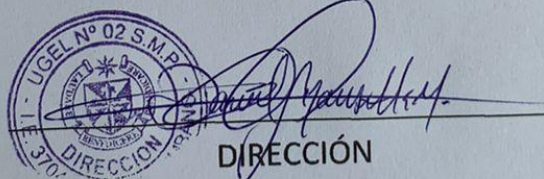
## CARTA DE AUTORIZACION

Lima, 29 de octubre del 2023

La dirección de la I.E "San Columbano" hace constar que el proyecto de investigación que tiene como título: "Hábitos alimenticios en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano del distrito de los Olivos, Lima 2023", presentado por los investigadores: Marjorid Zari Garma Dávila con DNI 76903496 y Juan Manuel Rojas Cruz con DNI 75574900, ha sido

ACEPTADO para poder aplicar sus instrumentos de evaluación de hábitos alimenticios. La misma que serán utilizadas solo para fines académicos.

Atentamente



DIRECCIÓN

## **ANEXO 7: CONSENTIMIENTO INFORMADO**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Buenos días, por motivo de estar próximas a terminar mis estudios en la Escuela de Enfermería estoy realizando un estudio para conocer acerca de los hábitos alimenticios y estado nutricional de los escolares de esta institución educativa. El siguiente documento explica el trabajo desarrollado por Marjorid Zarit Garma Dávila y Juan Manuel Rojas Cruz, alumnos de la Escuela Profesional de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo, que tiene como objetivo o determinar los hábitos alimenticios en los escolares de 6 a 11 años con sobrepeso de la institución educativa San Columbano - Los Olivos.

Este estudio no representa ningún riesgo para su hijo(a) ni requiere ningún costo, y su participación contribuirá con mejorar los hábitos alimenticios y reducir los índices de sobrepeso de los escolares de la institución educativa. Además, toda la información obtenida en el estudio será confidencial y se respetará la privacidad de los recolectados. Por lo tanto, se le pide cordialmente la participación de su hijo(a) para el desarrollo de este estudio.

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos:

.....

Fecha y firma:

.....



## DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, \_\_\_\_\_, con DNI \_\_\_\_\_, madre/padre/apoderado del menor \_\_\_\_\_ he sido informado(a) del objetivo del estudio, he conocido los riesgos, beneficios, confidencialidad de la información obtenida, y la forma de desarrollo del estudio.

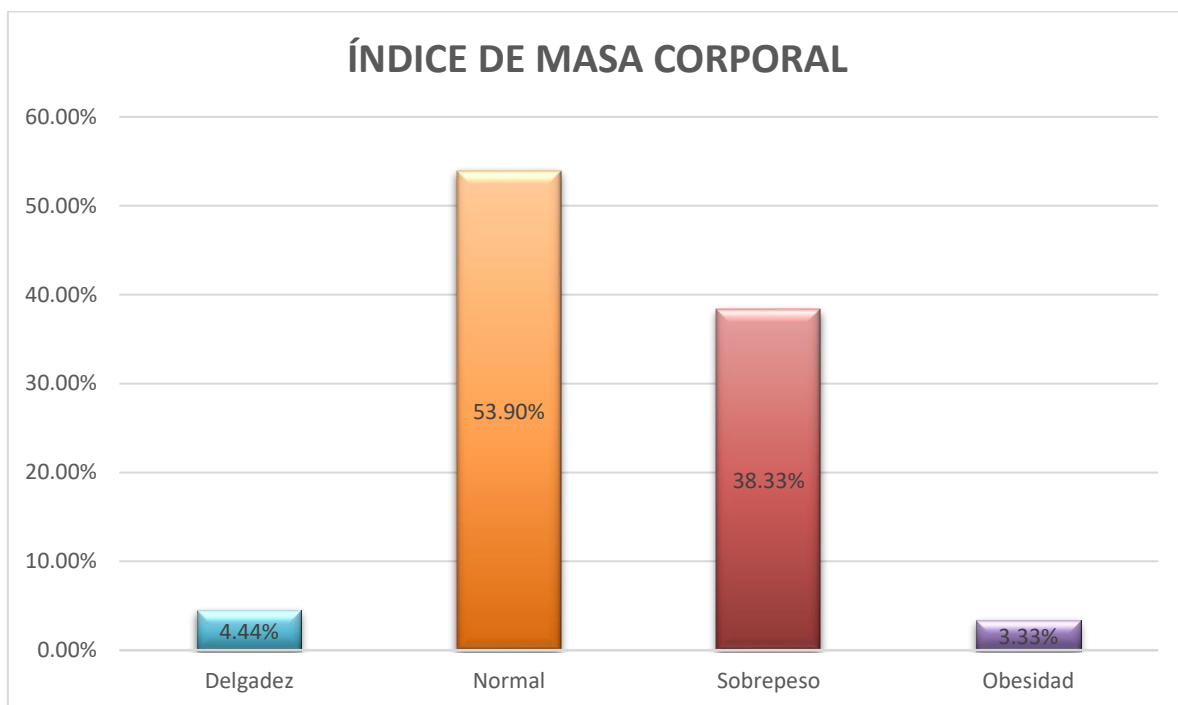
Por lo tanto, acepto que mi hijo(a) participe en el proyecto de investigación: "Hábitos alimenticios en niños en etapa escolar de 6 a 11 años con sobrepeso del colegio San Columbano del distrito de los Olivos, Lima 2023"

Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/2023

---

**FIRMA**

## ANEXO 8: GRÁFICAS DESCRIPTIVAS DE LA RECOLECCIÓN DE DATOS



**Figura 1: Índice de masa corporal en niños en etapa escolar de 6 a 11 años del colegio San Columbano del distrito de los Olivos, Lima 2023.**