



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN**

“Hábitos alimentarios y estado nutricional de niños del nivel primaria,  
Institución Educativa Particular Ricardo Palma, Independencia, 2018”.

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO DE NUTRICIÓN**

**AUTOR:**

Arguedas Giraldo, Karol Mirella

**ASESOR:**

Mg. Vega Gonzales, Emilio

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Alimentación y Nutrición

LIMA – PERÚ

2018

## **DEDICATORIA**

A dios por brindarme las fuerzas necesarias para continuar en los momentos difíciles y por permitirme llegar hasta este punto.

Dedico esta tesis a mi madre María Giraldo y mi padre José Arguedas, por estar siempre conmigo, brindándome su apoyo constante, por sus consejos y valores que me permitieron ser la persona que soy hoy en día.

A mis abuelos Florencia Saman y Benjamín Arguedas, Mirtha Ytusaca y Wilber Beizaga por su amor y enseñanzas del día a día.

A mi novio por ser mi compañero incondicional y soporte en momentos difíciles.

A todas las personas que estuvieron conmigo cuando más las necesitaba, por sus buenas vibras y aliento en todo momento.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a la Lic. Aurelia Ticona por apoyarme el proceso de desarrollo de tesis.

A la Lic. Janet Rodríguez por su comprensión y motivación.

Al Lic. Ernesto Huapaya por sus consejos y enseñanzas.

Al mi asesor Emilio vega por sus enseñanzas durante la elaboración de la tesis.

## Presentación

Señores miembros del jurado:

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo presento ante ustedes la Tesis Titulada “Hábitos alimentarios y estado nutricional de niños del nivel primaria, Institución Educativa Particular Ricardo Palma, Independencia, 2018” y comprende los capítulos de Introducción, metodología, resultados, conclusiones y recomendaciones. El objetivo de la referida tesis fue determinar la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de niños del nivel primaria de la Institución Educativa Particular Ricardo Palma, Independencia, 2018. La misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el Título Profesional de Licenciado en Nutrición.

Atte.



---

Karol Mirella Arguedas Giraldo

**ÍNDICE**

<b>PÁGINAS PRELIMINARES.....</b>	<b>ii</b>
Página del Jurado.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento.....	v
Declaratoria de Autenticidad.....	vi
Presentación.....	vii
<b>ÍNDICE.....</b>	<b>viii</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xi</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>12</b>
1.1 Realidad Problemática.....	13
1.2 Trabajos Previos.....	15
1.3 Teorías Relacionadas.....	18
1.4 Formulación del problema.....	30
1.5 Justificación.....	31
1.6 Hipótesis.....	32
1.7 Objetivo.....	33
<b>II. MÉTODO.....</b>	<b>34</b>
2.1 Diseño de investigación.....	35
2.2 Variables, Operacionalización.....	36
2.3 Población, muestra y muestreo.....	40
2.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	41
2.5 Métodos de análisis de datos.....	43
2.6 Aspectos éticos.....	43
<b>III. RESULTADOS.....</b>	<b>44</b>

3.1. Estadística descriptiva.....	45
3.2. Estadística Inferencial.....	51
<b>IV. DISCUSIÓN.....</b>	<b>57</b>
<b>V. CONCLUSIONES.....</b>	<b>61</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>63</b>
<b>VII. BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>66</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>73</b>

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de niños del nivel primaria de la Institución Educativa Particular Ricardo Palma, Independencia, 2018. **Método:** diseño no experimental, de corte transversal, nivel correlacional, Tipo básica y enfoque cuantitativo, la muestra estuvo conformada por 74 estudiantes del nivel primaria. **Instrumentos:** se utilizó un cuestionario de hábitos alimentarios, un cuestionario de frecuencia de consumo, una ficha de recolección de datos para las medidas antropométricas y tablas de valoración nutricional. **Resultados:** se observa que 27 (96,4%) niños con obesidad tienen hábitos alimentarios inadecuados, 1(3,6%) niños con obesidad tiene hábitos alimentarios adecuados, 15 (88,2%) niños con sobrepeso tienen inadecuados hábitos alimentarios, 2(11,8%) niños con sobrepeso tienen adecuados hábitos alimentarios, Mientras que 8 (32,0%) niños con un estado nutricional normal tienen hábitos alimentarios adecuados, 17 (68%) con un estado nutricional normal tiene hábitos alimentarios inadecuados y 1 (50%) de los niños con desnutrición tienen hábitos alimentarios adecuados y 1 (50%) niño con desnutrición no tiene hábitos alimentarios adecuados. **Conclusiones:** se determinó que existe asociación directa significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los niños del nivel primario de la Institución Educativa Particular Ricardo Palma en Independencia.

**Palabras clave:** hábitos, estado nutricional, consumo, comidas.

## ABSTRACT

**Objective:** To determine the relationship between eating habits and the nutritional status of children at the primary level of the Private Educational Institution Ricardo Palma, Independencia, 2018. **Method:** non-experimental design, cross-section, correlation level, basic type and quantitative approach, the sample consisted of 74 students of the primary level. **Instruments:** a food habits questionnaire, a frequency of consumption questionnaire, a data collection form for anthropometric measurements and nutritional assessment tables were used. **Results:** it is observed that 27 (96.4%) children with obesity have inadequate eating habits, 1 (3.6%) children with obesity have adequate eating habits, 15 (88.2%) overweight children have inadequate eating habits, 2 (11.8%) overweight children have adequate dietary habits, while 8 (32.0%) children with normal nutritional status have adequate dietary habits, 17 (68%) with normal nutritional status have inadequate eating habits and 1 (50%) of children with malnutrition have adequate dietary habits and 1 (50%) child with malnutrition does not have adequate eating habits. **Conclusions:** it was determined that there is a direct association between dietary habits and the nutritional status of children at the primary level of the Particular Educational Institution Ricardo Palma in Independencia.

**Keywords:** habits, nutritional status, consumption, foods.