



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN

Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria, Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022

AUTORA:

Licapa Cajahuaman, Estefany (ORCID: 0000-0002-2014-439)

ASESORA:

Dra. Huauya Leuyacc, María Elena (ORCID: 0000-0002-0418-8026)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Promoción de la salud y desarrollo sostenible

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA — PERÚ

2022

DEDICATORIA

A mis padres, por darme el mejor ejemplo de lucha y superación para salir adelante, por formarme con buenos valores y por brindarme un amor puro y bonito.

A mi hermano, por su apoyo incondicional y ser mi inspiración en poder lograr mis metas.

A mis familiares, por siempre brindarme buenos consejos a lo largo de mis estudios y estar en cada etapa importante de mi vida.

AGRADECIMIENTO

A mi asesora, la Dra. Maria Elena Huauya Leuyacc por guiarme y brindarme su constante apoyo en el desarrollo de la tesis.

A mis profesores, por sus enseñanzas y consejos que han sido muy importantes a lo largo de estos años de la carrera.

A Mercedes Yolanda Santiago Lizana directora de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, por permitirme llevar a cabo el trabajo dentro del colegio.

Índice

Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas.....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I.INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA.....	10
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	10
3.2. Variable y operacionalización.....	10
3.3. Población, muestra y muestreo, unidad de análisis.....	11
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	12
3.5. Procedimientos.....	13
3.6. Método de análisis de datos.....	13
3.7. Aspectos éticos.....	15
IV. RESULTADOS.....	17
V. DISCUSIÓN.....	24
VII. CONCLUSIÓN.....	26
VIII. RECOMENDACIÓN.....	27
REFERENCIAS.....	28
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla N°1: Datos generales de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.....	15
Tabla N°2: Conducta alimentaria en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. Pre Test.....	16
Tabla N°3: Dimensiones de la conducta alimentaria en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. Pre Test.....	17
Tabla N°4: Conducta alimentaria en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. Post Test.....	18
Tabla N°5: Dimensiones de la conducta alimentaria en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. Post Test.....	19
Tabla N°6: Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria, de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.....	20
Tabla N°7: Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor familiar de estudiantes de secundaria, de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.....	21
Tabla N°8: Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor escolar de estudiantes de secundaria, de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022	22
Tabla N°9: Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor social de estudiantes de secundaria, de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022	23

RESUMEN

La conducta alimentaria desempeña un rol importante en los primeros años de vida, es por ello que esta investigación trata de profundizar temas de patrones alimentarios y así generar comportamientos que repercutan en llevar un estilo de vida saludable.

Objetivo: Determinar el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. **Metodología:** Se empleó un tipo de investigación aplicada de enfoque cuantitativo, con un diseño de tipo pre experimental y explicativo. **Material y Método:** Se usó como técnica la encuesta y el instrumento fue un cuestionario que se aplicó pre y post test. La muestra estuvo constituida por 79 estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. **Resultados:** En el pre test los estudiantes presentaron una conducta alimentaria adecuada (38.5%) y una conducta alimentaria inadecuada (61.5%), mientras que en el post test se evidenció una conducta alimentaria adecuada (55.9%) y una conducta alimentaria inadecuada (44.1%). **Conclusión:** La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Palabras clave: Intervención educativa, conducta alimentaria, familia, escuela, sociedad.

Abstract

Eating behavior plays an important role in the early years of life, which is why this research seeks to deepen the issues of eating patterns and thus generate behaviors that have an impact on leading a healthy lifestyle. **Objective:** To determine the effect of the educational intervention "Nutre-Mind" on the eating behavior of high school students of the Isaac Newton Private Educational Institution, 2022. **Methodology:** A quantitative applied research approach was used, with a pre-experimental and explanatory design. **Material and Method:** The survey was used as a technique and the instrument was a questionnaire that was applied pre and post test. The sample consisted of 79 high school students of the Isaac Newton Private Educational Institution, 2022. **Results:** In the pre-test the students presented adequate eating behavior (38.5%) and inadequate eating behavior (61.5%), while in the post-test there was evidence of adequate eating behavior (55.9%) and inadequate eating behavior (44.1%). **Conclusion:** The educational intervention "Nutre-Mind" has a significant effect on the eating behavior of high school students of the Isaac Newton Private Educational Institution, 2022.

Keywords: Educational intervention, eating behavior, family, school, society.

I. INTRODUCCIÓN

La conducta alimentaria de los adolescentes depende del modo de alimentarse, en las preferencias y en los rechazos de algunos alimentos que están fuertemente condicionados por el aprendizaje que han adquirido desde muy pequeños. El 42% de escolares consume al día refrescos azucarados y el 46% consume comida rápida una vez a la semana lo cual no proporciona los nutrientes esenciales que necesitan para una adecuada alimentación saludable (1). Asimismo, un 80% de adolescentes no hacen actividad física siendo esto un componente principal de riesgo en el aumento de enfermedades no transmisibles; por ende, teniendo una buena educación e información durante la etapa de la adolescencia en materias de nutrición influiría en el comportamiento a largo plazo con respecto a la elección, estilos de vida y a los hábitos saludables (2).

En América Latina y el Caribe tienden a consumir alimentos altamente procesados, según un estudio, países como México, Chile y Uruguay son los que consumen más alimentos ultraprocesados; en Costa Rica el 26% consume ingredientes culinarios procesados y el 18% productos ultraprocesados, aumentando el riesgo en contraer enfermedades crónicas asociados a una mala alimentación (3). El Ministerio de Salud de la Nación de Argentina indica que un 37% de escolares consume bebidas azucaradas, el 17% consume bollerías diariamente, un 25.5% consume frutas frescas y un 23.5% consume alimentos que observaron en las publicidades indicando así que el patrón alimentario del consumo de alimentos es deficiente debido al entorno familiar, social y cultural que tienen, conllevando a que un 41.1% de adolescentes tienen sobrepeso y obesidad (4).

En el año 2020 en Perú, el 11.3% de la población adolescente consume frutas y verduras según la recomendación de la Organización Mundial de la Salud, del mismo modo se observa que Ucayali y Pasco son la población que consume menos de lo recomendado en dichos alimentos (5). Solo el 29% de personas consume comida chatarra una vez a la semana, el 87.1% consume fritura, el 20.2% excede en el consumo de sal y el 50% consume una cantidad mínima de fibra (6). Asimismo, en 2019 un porcentaje del 60.1% de

personas superiores de 15 años padecen de exceso de peso lo cual implica sobrepeso y obesidad debido a una inadecuada alimentación (7).

En Lima Metropolitana, el 29% de varones y damas tienen sobrepeso y el 18% tienen obesidad, solo el 44% realiza actividad física y un 17% ingiere suplementos vitamínicos con respecto a los octógonos solo el 85% lo percibe en sus compras (8). Según (MINSa) menciona que los comportamientos alimentarios de los estudiantes se basa en que consumen al menos por día una o dos frutas, un 10% consume verduras al día tres o más veces; por otra parte, el 50% consume gaseosas y un 10% consume comida rápida durante los últimos siete días, sumando niveles altos en su peso corporal, siendo necesario fomentar algunos métodos en los que se expliquen a los escolares las virtudes de una dieta saludable, no obstante, de las consecuencias y riesgos de seguir con una conducta inadecuada (9).

De acuerdo a lo planteado se formuló el siguiente problema, ¿Cuál es el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022?

Siendo los problemas específicos:

¿Cuál es el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor familiar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022?

¿Cuál es el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor escolar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022?

¿Cuál es el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor social en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022?

El desarrollo de esta investigación a nivel teórico permitió brindar información actualizada acerca de las conductas alimentarias en adolescentes, ya que ello, repercute directamente en sus formas de alimentarse, por lo cual una de las preocupaciones en la actualidad es el incremento de la malnutrición en la etapa escolar, que es causado por las actividades sedentarias, así como también, una inadecuada alimentación. Es por esto que la aplicación de la intervención educativa “Nutre-Mind” ayudó en amplificar los conocimientos de los estudiantes de secundaria basándose en las sesiones educativas, para disminuir los factores condicionantes y a enriquecer su conducta alimentaria para la prevención de enfermedades no transmisibles.

Asimismo, a nivel práctico este estudio brindo conocimiento y diseño nuevas soluciones como componente primordial, enfocadas a la mejora de la conducta alimentaria. Por consiguiente, sirvió como apoyo al sistema educativo para que siga brindando la información correspondiente de la intervención educativa “Nutre-Mind”, también puede ser ocupado por profesionales que abarcan el sector salud y nutrición, los cuales aborden la problemática desde diferentes perspectivas. Con ello se puede dar alternativas para solucionar la conducta alimentaria.

El objetivo general de la presente investigación fue determinar el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Los objetivos específicos son:

Evaluar el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor familiar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Analizar el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor escolar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Describir el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor social en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Se planteó la siguiente hipótesis general: la intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Se planteó las siguientes hipótesis específicos:

La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor familiar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor escolar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor social en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

II.MARCO TEÓRICO

Guevara y Llacza (2019). Perú. El objetivo del estudio fue determinar el efecto de una intervención educativa sobre el consumo de alimentos en estudiantes de secundaria. La muestra estuvo integrada por 49 estudiantes que cumplieron con los juicios de selección, asimismo se llevó a cabo un cuestionario de pre y post test. Las actividades que realizaron fueron sesiones teóricas y demostrativas que son las intervenciones educativas. Como resultado en el pre test se obtuvo que el 57 % de consumo promedio y con 43% elevado consumo, mientras que en el post test se obtuvo el 71% descenso significativo y 29%

consumo promedio. Por último, se llegó a concluir que tuvo un efecto positivo la intervención educativa, disminuyendo la ingesta de alimentos ultra procesados (10).

Contreras y Domínguez (2021). Perú. El objetivo del estudio fue determinar la importancia del programa de alimentación saludable en la mejoría de las conductas alimentarias en adolescentes de una Institución Educativa en el distrito de Huamachuco. La muestra estuvo constituida por 39 participantes. Los resultados obtenidos del programa de alimentación saludable tuvieron un efecto favorable en 17 estudiantes del grupo experimental, cumpliéndose lo que planteaba en la hipótesis, hallándose con la magnitud de la diferencia de rosenthal, la disminución de las conductas alimentarias representa un efecto grande en la variable dependiente, notándose una diferencia de magnitud grande entre los grupos después del test (11).

Ramírez y Torres (2017). Perú. En su investigación tuvieron como objetivo analizar las conductas alimentarias de riesgo con el descontento de su imagen corporal, en mujeres adolescentes de secundaria I. E. Antonio José de sucre de Arequipa la población estuvo conformada por 193 adolescentes donde tuvieron como resultado que un 53.4% de la mayoría manifiesta riesgo y un 46.6% manifiesta riesgo con la aplicación del parámetro chi cuadrado se encontró una significancia estadística de (0.001) por lo que se llegó a la conclusión de que si existe conexión sobre las conductas alimentarias y el descontento corporal (12).

Montenegro y Cuba (2018). Perú. En su estudio que se realizó sobre la eficacia de una intervención educativa para prevenir la obesidad en adolescentes y niños. El método que se empleó en su investigación que tuvo como analizar y sistematizar las evidencias sobre de la eficacia de una intervención educativa para evitar el sobrepeso en adolescentes la metodología que se empleó fue una revisión sistemática de diez artículos como resultado de la investigación de todos los artículos estudiados reconoce, que el 80 % de las intervenciones educativas en alimentación y el apoyo de la salud que contribuyen en prevenir la obesidad en adolescentes; por lo que se concluye que los artículos evaluados

sistemáticamente muestran la efectividad de brindar intervenciones educativa en los estudiantes y niños (13).

Espinoza (2020). Perú. El objetivo del estudio fue identificar el comportamiento alimentario en adolescentes de secundaria del colegio privado Los Reyes Rojos de Barranco, se usó el método cuantitativo, con un diseño no experimental, de corte transversal y de tipo descriptivo. Como resultado en los comportamientos alimentarios obtuvieron que el 62% de los adolescentes tienen hábitos inadecuados, un 38% hábitos adecuados, por otra parte, en los aspectos alimentarias presentan un 74% inadecuado y un 26% adecuado en sus hábitos, en los alimentos no recomendables un 68% presenta un hábito inadecuado y el 32% adecuado. Concluyendo que prevalece un hábito inadecuado tanto en el comportamiento alimentario como en los aspectos alimentarias y los alimentos no recomendables (14).

Ambrocio y Velázquez (2018). México. La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre aspectos socioculturales y familiares en las conductas alimentarias de riesgo de adolescentes entre hombre y mujer, aplicaron una metodología cuantitativa, y una muestra de 100 participantes de 13 a 18 años, aplicando tres instrumentos estructurados. Obteniendo que un 94% de jóvenes no presentan conductas alimentarias de riesgo y un 6 % si lo presenta; en el manejo familiar y las conductas alimentarias de riesgo no hay relaciones significativas, en cuanto a la conducta e influencias socioculturales hay relaciones significativas en hombres y mujeres. Concluyen que la familia no influye en las conductas alimentarias de riesgo, muy al contrario, con la publicidad que tiene una enorme impresión en los adolescentes que lo ven con mucha importancia (15).

Arroyo y Carrete (2017). México. El objetivo del estudio fue analizar la efectividad de una intervención educativa para fomentar prácticas de alimentación saludable en adolescentes. Realizaron un estudio cuasi experimental, con una muestra de 98 alumnos de 11 y 12 años, con el diseño y la aplicación de un cuestionario estructurado. Obtuvieron resultados favorables en las actitudes hacia una alimentación saludable, en cuanto a su eficacia en elegir y balancear sus alimentos no hubo un cambio favorable, lo cual concluyen que, para

lograr un cambio en la eficacia de los estudiantes, deberían incrementar el periodo de intervención para así mejorar sus actitudes alimentarias (16).

Garzón (2020). Ecuador. El objetivo del estudio fue describir los factores que intervienen en el comportamiento de selección de alimentos en estudiantes de adolescencia media a tardía. El método utilizado fue de enfoque cualitativo y nivel descriptivo, con una población de 269 adolescentes entre hombres y mujeres. Como resultados se obtuvo que la apariencia sensorial es un factor importante e influyente en los alimentos que seleccionan para el refrigerio, en el factor salud es importante pero no significativo para las mujeres y el factor precio es importante en la elección de frutas y verduras. Concluyendo que la mayoría de adolescentes se preocupa de su selección de alimentos y están dispuestos a cambiarlo (17).

Cañete et al (2020) Paraguay. La investigación tuvo como objetivo determinar el comportamiento alimentario de los escolares adolescentes de colegios públicos y privados a nivel nacional, realizaron un estudio descriptivo, de corte transversal, de enfoque cuantitativo y un muestreo no probabilístico, utilizaron como instrumento un cuestionario. Como resultado obtuvieron que un 7.5% de adolescentes consumen una cantidad baja de frutas y verduras al día, el 61,7% consume gaseosas y bebidas azucaradas al día y un 15% consume comidas rápidas tres veces a la semana. Concluyeron que el comportamiento alimentario de los escolares es influenciado por factores de riesgo, por lo que tienen un prominente consumo de alimentos no saludables (18).

Amador y Escalera (2020). México. La investigación tuvo como objetivo identificar la influencia del ambiente escolar en las preferencias, los motivos y la cognición para consumir alimentos de los escolares adolescentes. En el método utilizaron un enfoque cualitativo con un tipo fenomenológico y un muestreo no probabilístico por conveniencia, aplicando una entrevista semiestructurada. Como resultados obtuvieron que el entorno escolar es una causa importante sobre la influencia en las prácticas alimentarias por motivos de horarios de clases, asimismo la compañía y los tiempos están también influenciados en el entorno escolar. Llegaron a la conclusión que el ambiente escolar influye de manera significativa en los hábitos alimentarios de los adolescentes (19).

La intervención educativa se refiere a los procedimientos de una planeación y a una acción que hace el educador para fomentar los conocimientos necesarios de un tema en específico, que contribuya en el desarrollo del estudiante (20). Partiendo de estas consideraciones generales “Nutre-Mind” es un proyecto de intervención educativo que nace con el propósito de ayudar a mejorar la conducta alimentaria de los adolescentes a través de sesiones educativas.

Además, es necesario estas intervenciones en el método educativo puesto que ayudan a comprender y aprovechar las enseñanzas que se dan a través de los materiales pedagógicos que requiera cada población (21). Por consiguiente, una intervención educativa se divide en tres fases: fase de planificación, fase de ejecución, fase de evaluación (20, 22).

En la fase de planificación de la intervención educativa “Nutre-Mind” se elaborará el diseño y preparación de materiales correspondientes a cada sesión educativa que consta de cuatro sesiones con los diferentes temas a exponer: clasificación de alimentos según su función donde se abordará los grupos de alimentos y la forma de combinaciones adecuadas alimentación saludable y no saludable desarrollaremos qué es alimentación saludable para el adolescente; explicar las cinco comidas y los horarios de consumo establecido; la importancia de la educación física explicaremos la importancia de ejercicio físico para la salud. Todo ello en un tiempo de 8 semanas.

En la fase de ejecución se llevará a cabo la práctica de todo lo planificado y elaborado de los diversos métodos educativos que favorezcan el conocimiento de los temas en los escolares, produciendo un mayor aprovechamiento y cumpliendo con los objetivos planteados, la intervención fue desarrollada de manera presencial, donde los adolescentes aprenderán de manera activa y participativa. La fase de evaluación como tercer paso en el programa educativo, se midió el efecto de las sesiones educativas, con las evaluaciones de pre test y post test que se toman en las intervenciones para examinar los cambios que se hayan producido y llevar a cabo una retroalimentación de lo que se aplicó.

La conducta alimentaria es un proceso de desarrollo en el que participan los componentes fisiológicos, psicológicos y socioculturales en los comportamientos e interacciones y aprendizajes que se tiene con respecto a los hábitos alimentarios, la selección de alimentos que se come durante las preparaciones y las porciones que se ingieren. Menciona que las conductas alimentarias son aprendizajes que se han ido adquiriendo durante los primeros años de vida, los cuales reúne los siguientes factores condicionantes: familiar, escolar y social (23).

El factor familiar, implica principalmente en el origen del comportamiento alimentario, en especial la madre que ejerce hábitos y aprendizajes alimentarios desde pequeños, que estarán condicionados a lo largo de la vida (23). Las interacciones en la práctica alimentaria por parte de la familia involucran el vínculo emocional, que es esencial para el aprendizaje del adolescente que va a adoptar a largo plazo (25).

Por ende, la familia influye en los hábitos saludables, en el consumo alimentario, en las ideas de salud y en los modos culinarios que orientan sus decisiones en la alimentación (24). Es por ello que se hace efectivo la implementación de la promoción de salud y nutrición, con el fin de desarrollar buenos patrones de consumo con el fin de prevenir enfermedades no transmisibles (26).

En el factor escolar, se refiere al aprovechamiento de nuevos conocimientos que tienen los estudiantes en torno a los hábitos y las actitudes alimentarias que van adquiriendo con gran relevancia mediante las interacciones entre los docentes, compañeros y los progenitores que conducen a un cambio en su patrón alimentario (24). Además, de las distintas preferencias alimentarias personales que van tomando a lo largo de esta etapa (27).

En esta etapa tienden a ser susceptibles en cuanto a su desarrollo y la influencia que tienen de sus compañeros en la elección alimentaria y a su imagen corporal (28). Puesto que su entorno afecta de manera directa o indirecta en su comportamiento alimentario, los cuales lo impulsan a seguir otro tipo de motivaciones y factores que involucra a la conducta alimentaria (29).

El factor social, se refiere al cambio del comportamiento alimentario que influyen los diversos factores sociales, dependiendo de los diferentes aspectos como la disponibilidad y adquisición de alimentos, las costumbres, las creencias religiosas y los spots de los medios informativos (23). Siendo esto una serie de condicionantes que desempeñan un factor importante en la conducta alimentaria sobre las personas (24).

Además, los adolescentes son más vulnerables a la influencia del comercio alimentario, puesto que, estos productos no saludables tienen bajo valor nutricional el cual afecta en su salud y son los que perciben más su atención (30). Estos factores individuales se determinan como una de las capacidades del cambio en las conductas alimentarias, mayormente con la satisfacción o insatisfacción de los alimentos, siendo así la autodeterminación desde una edad temprana (31).

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

El estudio será un tipo de investigación aplicada, que se basa en conocimientos adquiridos y los que se van obteniendo, poniéndolos en práctica en la investigación (32).

El enfoque fue cuantitativo, porque se caracteriza por la recolección de datos a fin de hallar respuesta a una hipótesis, apoyado de una medición numérica y la estadística para establecer probables teorías estudiadas (33).

El diseño de la presente investigación fue experimental de tipo pre experimental, porque permitió realizar una medición previa de un solo grupo, ya que se midió un antes y un después en la prueba (34). El nivel de investigación fue explicativo, porque se ocupa de investigar los hechos por intermedio del vínculo de causa y efecto (35).

3.2. Variables y operacionalización: Las variables de estudio son: intervención educativa y conducta alimentaria. (Ver anexo N°1)

Variable independiente: Intervención educativa

- **Definición conceptual:** La intervención educativa se refiere a los procedimientos de una planeación y a una acción que hace el educador para fomentar los conocimientos necesarios de un tema en específico, que contribuya en el desarrollo del estudiante (20).
- **Definición operacional:** Es un proceso en el cual se aplicarán enseñanzas, actividades de aprendizaje y estrategias, que permitan mejorar las conductas alimentarias de los estudiantes de secundaria.
- **Dimensiones:** Las dimensiones que se estudiaron fueron: fase de planeación, fase de ejecución, fase de evaluación.
- **Escala de medición:** La escala de medición es nominal y será evaluado a través de un pre test y pos test.

Variable dependiente: Conducta alimentaria

- **Definición conceptual:** La conducta alimentaria es un proceso de desarrollo en el que participan los componentes fisiológicos, psicológicos y socioculturales en los comportamientos e interacciones y aprendizajes que se tiene con respecto a los hábitos alimentarios, la selección de alimentos que se come durante las preparaciones y las porciones que se ingieren (23).
- **Definición operacional:** La variable será medida a través de la encuesta.
- **Dimensiones:** Las dimensiones que se estudiaron fueron: factor familiar, factor escolar, factor social.
- **Escala de medición:** Es de tipo nominal y será valorado en adecuado e inadecuado.

3.3. Población, muestra y muestreo

Población: Estuvo constituido por 100 estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Muestra: Será conformada por 79 estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. (Ver anexo N°2)

Muestreo: En el estudio de investigación se usó el muestreo probabilístico aleatorio

estratificado el cual se divide a la población objetivo por segmentos y estratos para luego seleccionarlos aleatoriamente de forma proporcional (36).

Unidad de análisis

Cada uno de los estudiantes de secundaria que pertenecen a la Institución Educativa Privada Isaac Newton.

Criterio de Inclusión

- Estudiantes que pertenecen a la Institución Educativa Privada Isaac Newton.
- Estudiantes que aceptaron firmar el consentimiento informado.
- Estudiantes que asistieron a las sesiones educativas.
- Estudiantes que tienen de 11 a 17 años.

Criterio de Exclusión

- Padres de familia que no firmaron el consentimiento informado.
- Estudiantes que faltaron un 80% a las sesiones.
- Estudiantes menores de 10 años y mayores de 18 años.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

El instrumento empleado para la variable intervención nutricional, fue una ficha de seguimiento, para confirmar que las actividades efectuadas dentro de los salones sean cumplidas por los adolescentes. (Ver anexo N°3) Se aplicará la técnica de la observación para la variable intervención nutricional, debido a que consta en el registro de datos sistemáticos de comportamientos y situaciones observables, lo cual se realiza su posterior análisis (37).

Se empleó la técnica de encuesta para la variable conducta alimentaria, que consta de un cuestionario de elaboración propia (Ver anexo N°4), el cual fue validado por tres jueces expertos (Ver anexo N°5), para así determinar la conducta alimentaria en adolescentes, dándonos como validez del instrumento de un 0.75, por la V de AIKEN (Ver anexo N°6). Además, para la confiabilidad del instrumento se realizó una prueba

piloto a 50 estudiantes, donde se halló una fiabilidad de 0.82 mediante el Alfa de Cronbach. (Ver anexo N°7)

3.5 Procedimiento

- Se realizó los respectivos trámites administrativos con la Directora de la Institución Educativa Privada “Isaac newton” a través de un oficio que fue dirigido a su persona, para la obtención de la autorización y proceder con el estudio, así mismo se informó de las actividades a realizar dentro del plantel. (Ver anexo N°8)

- Se informó a los padres de familia sobre el consentimiento informado (Ver anexo N°9) para que los estudiantes puedan participar en la intervención educativa.

- A partir de ello se coordinó, con los adolescentes a través de los auxiliares de cada grado, para proceder con la recopilación de los datos donde se aplicó el cuestionario pre-test, para la variable conducta alimentaria.

- El programa de intervención nutricional se realizó mediante 4 sesiones educativas: Clasificación de los alimentos según su función, la alimentación saludable y no saludable en el adolescente, explicar la importancia de la comida, modelo y horarios recomendados y explicar los beneficios que proporciona a la salud la actividad física, el cual estuvo dirigido a estudiantes de secundaria de primer grado a quinto de secundaria. (Ver anexo 10)

- En donde cada sesión se estimó en 40 a 60 minutos.

- Al finalizar con el programa de intervención nutricional se aplicó un cuestionario post-test, para la variable conducta alimentaria. Así como la entrega de la constancia de ejecución del programa por parte de la directora del colegio. (Ver anexo 11)

3.6 Métodos de análisis de datos

Para el análisis de los datos adquiridos mediante los instrumentos de recolección, se emplearon una matriz de datos, la cual se elaboró en una hoja de cálculo, empleando el software Microsoft Office Excel 2016.

El resultado de la base de datos se envió al programa de Software Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versión 25. Se empleó el uso de tablas de frecuencia para la distribución de los valores que requiera cada dimensión. Asimismo, para determinar el efecto de las variables intervención educativa y conductas alimentarias dichas variables cuantitativas fueron cifradas y tabuladas para su análisis. Donde se llenaron los datos de las variables que fueron analizadas, usando la estadística descriptiva encontrando porcentaje, frecuencia y distribución.

Para la prueba de normalidad se utilizó la prueba de kolmogorov-Smirnov, puesto que la muestra es mayor a 50 estudiantes; lo que indica que los datos siguen una distribución no normal. (Ver anexo N°12) Por consiguiente se realizó la estadística inferencial a través de la prueba de Wilcoxon para la contratación de hipótesis.

3.7 Aspectos éticos

La investigación se realizó bajo las consideraciones de los aspectos éticos, guardando así cautela y protección a los participantes que son los estudiantes por medio de la no maleficencia, justicia y autonomía.

Se explicó a los estudiantes que en el principio de no maleficencia no tendrán algún riesgo ni consecuencia al acceder e involucrarse en esta investigación (38).

En el principio de justicia se guardó cautela a la información que brindo cada participante, realizando un buen trato y con respeto sin realizar ningún tipo de prejuicio (39).

En el principio de autonomía se respetó la libre elección de los estudiantes al participar voluntariamente en la investigación, se les dio a conocer los objetivos de la investigación y se brindó el consentimiento informado para dar más veracidad al estudio (40).

IV. RESULTADOS

Tabla N°1: Datos generales de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

<i>Datos generales</i>		<i>n</i>	<i>%</i>
Sexo	Masculino	45	57.0
	Femenino	34	43.0
Edad	13 años	16	20.3
	14 años	15	19.0
	15 años	16	20.3
	16 años	17	21.5
	17 años	15	19.0
Grado	1	16	20.3
	2	14	17.7
	3	17	21.5
	4	16	20.3
	5	16	20.3
Total		79	100.0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: En la tabla N°1 se observa que el total de 79 estudiantes, 45 son de sexo masculino (57%), 34 son del sexo femenino (43%). La edad de 13 años representa el 20.3%(n=16) estudiantes, de 14 años representa el 19%(n=15) estudiantes, de 15 años representa el 20.3%(n=16) estudiantes, de 16 años representa el 21.5%(n=17) estudiantes y de 17 años representa el 19%(n=15) estudiantes. Según su grado académico, 16 estudiantes de primer grado (20.3%), 14 estudiantes de segundo grado (17.7%), 17 estudiantes de tercer grado (21.5%), 16 estudiantes de cuarto grado (20.3%) y 16 estudiantes de quinto grado (20.3%).

Tabla N°2: Conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. Pre test

	<i>Frecuencia absoluta</i>	<i>Frecuencia acumulada</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje acumulado</i>
Adecuado	31	38.5	38.5	40.6
Inadecuado	48	61.5	61.5	100
Total	79	100	100	

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: En la tabla N°2 se observa de los 79 encuestados en el pre test, 31 estudiantes presentan una conducta alimentaria adecuado con un 38.5% y 48 estudiantes presentan una conducta alimentaria inadecuado con un 61.5%.

Tabla N°3: Dimensiones de la conducta alimentaria en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. Pre test

<i>Dimensiones</i>	<i>Adecuado</i>		<i>Inadecuado</i>	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Factor Familiar	41	51.9	38	48.1
Factor Escolar	38	48.1	41	51.9
Factor Social	28	35.4	51	64.6

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: En la tabla N°3 de los 79 encuestados en el pre test; según la dimensión factor familiar, se observó que un total de 41 estudiantes presentan una conducta alimentaria adecuado (51.9%) y 38 estudiantes presentan una conducta alimentaria inadecuado (48.1%). Según la dimensión factor escolar, se observó que un total de 38 estudiantes presentan una conducta alimentaria adecuado (48.1%) y 41 estudiantes presentan una conducta alimentaria inadecuado (51.9%). Según la dimensión factor social, se observó que un total de 28 estudiantes presentan una conducta alimentaria adecuado (35.4%) y 51 estudiantes presentan una conducta alimentaria inadecuado (64.6%).

Tabla N°4: Conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. Post test

	<i>Frecuencia absoluta</i>	<i>Frecuencia acumulada</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje acumulado</i>
Adecuado	54	55.9	51.8	55.2
Inadecuado	25	44.1	48.2	100
Total	79	100	100	

Fuente: Elaboración Propia

Interpretación: En la tabla N°4 se observa de los 79 encuestados en el post test, 54 estudiantes presentan una conducta alimentaria adecuado con un 55.9% y 25 estudiantes presentan una conducta alimentaria inadecuado con un 44.1%.

Tabla N°5: Dimensiones de la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022. Post test

<i>Dimensiones</i>	<i>Adecuado</i>		<i>Inadecuado</i>	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Factor Familiar	63	59.1	16	41
Factor Escolar	54	55.9	25	44.1
Factor Social	49	58.5	30	41.5

Fuente: Elaboración propia

Interpretación: En la tabla N°5 de los 79 encuestados en el post test; según la dimensión factor familiar, se observó que un total de 63 estudiantes presentan una conducta alimentaria adecuado (59.1%) y 16 estudiantes presentan una conducta alimentaria inadecuado (41%). Según la dimensión factor escolar, se observó que un total de 54 estudiantes presentan una conducta alimentaria adecuado (55.9%) y 25 estudiantes presentan una conducta alimentaria inadecuado (44.1%). Según la dimensión factor social, se observó que un total de 49 estudiantes presentan una conducta alimentaria adecuado (58.5%) y 30 estudiantes presentan una conducta alimentaria inadecuado (41.5%).

Contrastación de hipótesis general

Ha: La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Ho. La intervención educativa “Nutre-Mind” no tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Tabla N°6: Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria, de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

	Pre test - post test
Z	-9,445 ^b
Sig. Asintót.(bilateral)	.000
a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon	
b. Basado en los rangos negativos	

Fuente Elaboración propia

Interpretación: En la tabla N°6 se obtuvo una significancia menor de $p < .05$. en lo cual se acepta la hipótesis alternativa. La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Contrastación de la hipótesis específica 1

Ha: La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor familiar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Ho: La intervención educativa “Nutre-Mind” no tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor familiar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Tabla N°7: Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor familiar en estudiantes de secundaria, de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Conducta alimentaria post test - conducta alimentaria pre test	
Z	-9,775 ^b
Sig. Asintót.(bilateral)	0
a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon	
b. Basado en los rangos negativos	

Fuente Elaboración propia

Interpretación: En la tabla N°7 se obtuvo una significancia menor de $p < .05$. en lo cual se acepta la hipótesis alternativa. La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor familiar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Contrastación de la hipótesis específica 2

Ha: La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor escolar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Ho: La intervención educativa “Nutre-Mind” no tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor escolar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Tabla N°8: Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor escolar en estudiantes de secundaria, de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Conducta alimentaria factor escolar en estudiantes post test - conducta alimentaria factor escolar en estudiantes pre test	
Z	-8,556 ^b
Sig. Asintót.(bilateral)	.000
a. Prueba de los rangos de Wilcoxon	
b. Basado en los rangos negativos	

Fuente Elaboración propia

Interpretación: En la tabla N°8 se obtuvo una significancia menor de $p < .05$. en lo cual se acepta la hipótesis alternativa. La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor escolar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022

Contrastación de la hipótesis específica 3

Ha: La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor social en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Ho: La intervención educativa “Nutre-Mind” no tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor social en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Tabla N°9: Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria factor social en estudiantes de secundaria, de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

	Conducta alimentaria factor social en estudiantes post test - conducta alimentaria factor social en estudiantes pre test
Z	-8,664 ^b
Sig. Asintót.(bilateral)	.000
a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon	
b. Basado en los rangos negativos	

Fuente Elaboración propia

Interpretación: En la tabla N°9 se obtuvo una significancia menor de $p < .05$. en lo cual se acepta la hipótesis alternativa. La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor escolar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

V. DISCUSIÓN

En el presente estudio se realizaron cuatro intervenciones educativas que fueron desarrolladas durante cuatro semanas consecutivas, similar al de Contreras y Domínguez (2021) quienes ejecutaron cuatro sesiones de intervenciones educativas (11). Por el contrario, al de Arroyo y Carrete (2017) quienes desarrollaron tres intervenciones (16). Esta no semejanza es debido a que, al momento de ejecutar las intervenciones, cada estudio cuenta con diferentes tiempos de duración en sus sesiones.

Por otro lado, se evidencio que en el estudio de Ambrocio y Velázquez (2018) la muestra estuvo conformada por 100 participantes de 13 a 18 años de edad (15), en este estudio la muestra fue de 79 estudiantes de 13 a 17 años de edad. El en lo cual se refleja que ambos trabajos tienen similitud en las edades y una diferencia en las muestras con respecto a la misma población.

En la investigación de Guevara y Llacza (2019) se realizó un pre y post test mediante un cuestionario sobre frecuencia de consumo de los alimentos procesados y ultraprocesados, habitualmente consumidos por los alumnos de secundaria (10). Mientras que el estudio en mención, se realizó un cuestionario pre test y post test sobre la conducta alimentaria para los estudiantes de secundaria; en ambos casos trabajan con instrumentos para su recolección de datos similares, con el fin de hallar información según cada investigación planteada.

En la presente investigación se evidenció que hay efectividad de la intervención educativa "Nutre-Mind", así como el de Contreras y Domínguez (2021) en su efectividad de su programa de alimentación saludable (11). Al contrario de Arroyo y Carrete (2017) que no tiene efectividad en su intervención educativa de prácticas de alimentación. Observándose así que no todas las intervenciones educativas tienen un efecto en el conocimiento y las actitudes de los estudiantes para la prevención de las deficiencias y excesos en su alimentación saludable, debido a los factores de tiempo de cada programa.

El diseño de la presente investigación al igual que el de Guevara y Llacza (2019) fue de tipo aplicada, cuantitativo, con un diseño pre experimental y el nivel explicativo (10); puesto que ambos estudios trabajaron una metodología similar con el fin de obtener el objetivo de cada investigación. Así mismo se encontró diferencias en cuanto a la muestra usada y las edades de los estudiantes, pero lo que resalta de los dos trabajos son que miden el efecto de las intervenciones educativas sin distinción alguna.

En un estudio de la ciudad de Ecuador propuesto por Garzón (2020) se aplicó un test de factores que influyen en la selección de alimentos que fue tomada a una muestra de 269 estudiantes de 14 a 18 años de edad, obteniendo un nivel adecuado en la dimensión factor familiar (17). Mientras que el estudio en mención realizó un test de conducta alimentaria que fue tomada a 79 estudiantes de 13 a 17 años de edad, obteniendo una conducta alimentaria adecuada en la dimensión factor familiar. En ambos estudios se midieron la misma dimensión, pero con un cuestionario diferente, resaltando que no afectó la misma valoración de cada investigación.

En otro estudio propuesto por Ambrocio y Velázquez (2018) realizaron tres instrumentos para medir sus variables, dentro de ello se aplicó el cuestionario de influencia social y cultural donde se midió la dimensión factor social, detectándose que tiene un efecto significativo en varones, pero una mayor influencia en mujeres (15), del mismo modo el presente estudio realizó un cuestionario de conducta alimentaria donde se midió la dimensión factor social, hallándose un efecto significativo en ambos sexos; dicho cuestionario hizo notar un cambio en el post test de las sesiones educativas ejecutadas, al contrario del cuestionario de influencia social y cultural que no tuvo una intervención pre ni post test, pero tuvo un pequeño cambio en una parte de la población.

VI. CONCLUSIÓN

1. La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.
2. La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor familiar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.
3. La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor escolar en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.
4. La intervención educativa “Nutre-Mind” tiene un efecto significativo en la conducta alimentaria factor social en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

VII. RECOMENDACIÓN

- Se recomienda a las autoridades de la Institución Educativa Privada “Isaac Newton” promover un plan de capacitación con la metodología de un seminario-taller para retroalimentar los conocimientos del programa “Nutre-Mind”.
- Se recomienda contar con un nutricionista para realizar sesiones educativas a los padres de familia y a los estudiantes, donde se promuevan los requerimientos necesarios de una alimentación saludable, con el fin de reforzar los conocimientos en el tema y ponerlos en práctica.
- Se recomienda la difusión de spots publicitarios en el colegio con imágenes llamativas de los alimentos procesados y ultraprocesados, con el objetivo de estimular a los docentes y alumnos a tener una buena elección de alimentos saludables.
- Se recomienda al Ministerio de Salud la promoción y ejecución de propagandas de una adecuada alimentación a fin de que los estudiantes tomen conocimiento de los distintos tipos de alimentos saludables, con la finalidad de generar una buena conducta alimentaria.

REFERENCIAS:

1. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Estado Mundial de la Infancia 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 12 Set 2021]. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf>
2. Organización de las Naciones Unidas. Un 80% de los adolescentes no hace suficiente actividad física. [Internet]. 2019 [Consultado 12 Set 2021]. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2019/11/1465711>
3. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Nuevos patrones alimentarios, más desafíos para los sistemas alimentarios. 2030 [Internet]. 2019 [Consultado 12 Set 2021]. Disponible en: <http://www.fao.org/3/ca5449es/ca5449es.pdf>
4. Ministerio de Salud de la Nación. El 41,1 por ciento de los chicos y adolescentes tiene sobrepeso y obesidad en la Argentina. [Internet]. 2019 [Consultado 12 Set 2021]. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/noticias/el-411-por-ciento-de-los-chicos-y-adolescentes-tiene-sobrepeso-y-obesidad-en-la-argentina>
5. Instituto Nacional de Salud. Cerca del 70% de adultos peruanos padecen de obesidad y sobrepeso. [Internet]. 2019 [Consultado 24 Sep 2021]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/cerca-del-70-de-adultos-peruanos-padecen-de-obesidad-y-sobrepeso>
6. Instituto Nacional de Salud. Solo el 11.3% de la población peruana de 15 años consume la cantidad de frutas y verduras que recomienda la OMS. [Internet]. 2020 [Consultado 24 Sep 2021]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/solo-el-113-de-la-poblacion-peruana-mayor-de-15-anos-consume-la-cantidad-de-frutas-y>
7. Ministerio de Salud. Documento Técnico de la situación en salud de los adolescentes y jóvenes en el Perú. [Online]. 2017 [Citado 22 Sep 2021]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>.

8. Ipsos. Alimentación y vida saludable en Lima. [Internet]. Perú; 16 de octubre 2019 [Consultado 24 sep 2021]. Disponible en: https://www.ipsos.com/es-pe/alimentacion-y-vida-saludable-en-lima?_cf_chl_managed_tk__=5FAI9ACf7At8CsclmLT4oP6veNff.9niaapUDRznba0-1636404738-0-gaNycGzNBz0
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú: Enfermedades no transmisibles y transmisibles, 2018. [Online]. 2019 [Citado 2021 Sep 24]. Disponible en: https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2018/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2018.pdf
10. Guevara y Llacza. Efecto de una intervención educativa sobre el consumo de alimentos ultraprocesados en alumnos con sobrepeso y obesidad de nivel secundaria, Colegio Fe y Alegría 32, San Juan de Lurigancho [Tesis de titulación] Lima: Repositorio Universidad César Vallejo. [Online].; 2019 [Citado 2021 Septiembre 26]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/40499?show=full>
11. Contreras M y Domínguez H. Conductas alimentarias de adolescentes de una Institución Educativa de Huamachuco: programa de alimentación saludable. [Tesis] Perú: Universidad Nacional de Trujillo. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/16865/1953.pdf?sequence=1&id Allowed=y>
12. Ramírez y Torres. Determinar la relación entre las conductas alimentarias de riesgo con la insatisfacción de la imagen corporal, en adolescentes mujeres del nivel secundario de la I.E. Antonio José de Sucre. Arequipa, 2017. repositorio: UNSA 2019 [Citado 2021 Sep 25]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/5155/ENrahem.pdf?sequence=1&isAllo>
13. Montenegro L y Cuba E. Eficacia de un programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes. [Tesis]. Perú: Universidad Privada Norbert Wiener. 2018. Disponible en:

<http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/1512/TITULO%20-%20Cuba%20Motta%2C%20Erika%20Edda.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

14. Espinoza Y. Hábitos alimentarios en adolescentes de secundaria del colegio privado Los Reyes Rojos de Barranco. [Tesis]. Perú: Universidad Privada Norbert Wiener. Disponible en:
http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/3896/T061_44_370082_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
15. Ambrocio A y Velázquez V. Factores familiares y socioculturales asociados a las conductas alimentarias de riesgo en adolescentes. [Tesis]. México: Universidad Autónoma del estado de México. 2018. Disponible en:
<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/95063/TESIS%20Factores%20familiares%20y%20socioculturales.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
16. Arroyo P y Carrete L. Intervención educativa orientada a modificar prácticas alimentarias en adolescentes mexicanos. Rev. Gerencia y Políticas de Salud [Internet]. 2017 [Citado 2021 Sep 19]; 17(35). Disponible en:
<http://www.scielo.org.co/pdf/rgps/v17n35/1657-7027-rgps-17-35-13.pdf>
17. Garzón P. Factores que influyen en el comportamiento de selección de alimentos en los estudiantes de adolescencia media a tardía de la unidad educativa “Ecuatoriano Suizo”. [Tesis]. Ecuador: Pontificia Universidad Católica del Ecuador. 2020. Disponible en:
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/17463/DISERTACI%c3%93N%20PAOLA%20GARZ%c3%93N.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Cañete F, et al. Comportamiento alimentario en adolescentes, en el marco de la encuesta global de la salud escolar Paraguay 2017. An. Fac. Cienc. Méd. [Internet]. 2020 [Citado 2021 Oct 09]; 53(3). Disponible en:
https://www.researchgate.net/publication/346649465_Comportamiento_alimentario_en_adolescentes_en_el_marco_de_la_encuesta_global_de_salud_escolar_Paraguay_2017

19. Amador S y Escalera L. Influencia del ámbito escolar en las prácticas alimentarias de adolescentes escolarizados en Monterrey, Nuevo León, México. Rev. Electrónica de PortalesMedicos.com [Internet]. 2020 [Citado 2021 Sep 19]; 15(17). Disponible en: [http://eprints.uanl.mx/20969/1/Influencia del ambito escolar en las pra.pdf](http://eprints.uanl.mx/20969/1/Influencia_del_ambito_escolar_en_las_pra.pdf)
20. Soberanis J. Intervención en la educación obligatoria I. [en línea]. 1.^a ed. México: Klik soluciones educativas; 2020. [Citado: 2021 Sep 20]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=4X46EAAAQBAJ&pg=PA81&dq=caracteristica+de+la+intervencion+academica&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiP2d3DnJTzAhXrHLkGHRv2DOcQ6AF6BAgDEAI#v=onepage&q=caracteristicas%20de%20la%20intervencion%20academica&f=false>
21. Ferreira A, et al. Pensando en la educación física como área de conocimiento. [en línea]. 1.^a ed. Argentina: Miño y Dávila; 2015. [Citado: 2021 Sep 20]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=LwynDwAAQBAJ&pg=PT314&dq=EI+Concepto+de+Intervenci%C3%B3n+educativa&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjWsL69I5XzAhWXD7kGHaaYBckQ6AF6BAgIEAI#v=onepage&q=EI%20Concepto%20de%20Intervenci%C3%B3n%20educativa&f=false>
22. Barraza A. Propuestas de intervención educativa. [en línea]. 1.^a ed. México: 2010. [Citado: 2021 Oct 04]. Disponible en: <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/ElaboracionPropuestas.pdf>
23. Gil A. Tratado de nutrición. [en línea]. 2.^a ed. España: Médica Panamericana; 2010. [Citado: 2021 Sep 20]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=tplBEwpGttMC&pg=PA477&dq=educaci%C3%B3n+nutricional&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiz0PDq2IPzAhX-J7kGHbe7Ce4Q6AF6BAgFEAI#v=onepage&q=educaci%C3%B3n%20nutricional%20se%20define%20&f=false>
24. Fausto J, et al. La obesidad en preescolares y escolares, un problema emergente. [en línea]. 1.^a ed. México: Universitaria; 2015. [Citado: 2021 Sep 20]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=3DaWCwAAQBAJ&pg=PT22&dq=h%C3%A1bitos+alimenticios+adquiridos+en+el+entorno+escolar&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiy8IzVqZTzAhVcHbkGHZv3CvsQ6AF6BAgGEAI#v=onepage&q=h%C3%A1bitos%20alimenticios%20adquiridos%20en%20el%20entorno%20escolar&f=false>

25. Barriguete J, Vega S, et al. Hábitos alimentarios, actividad física y estilos de vida en adolescentes escolarizados de la Ciudad de México y del Estado de Michoacán. *Rev. Esp. nutr. comunitaria* [Internet]. 2017 [Citado 2021 Sep 20]; 23(1). Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-165152>
26. Rathi N, Riddell L y Worsley A. Food consumption patterns of adolescents aged 14–16 years in Kolkata, India. *Nutrition Journal* [Online]. 2017 [Cited 2021 Sep 20]; 50. Available from: <https://nutritionj.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12937-017-0272-3>
27. Morales A, Rodríguez I, et al. Preferencias y conductas alimentarias en adolescentes de secundaria básica. *Rev. Cubana Pediatr.* [Internet]. 2021 [Citado 2021 Sep 20]; 93(2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312021000200005&lng=es&nrm=iso
28. Truman Emily and Elliot C. Identifying food marketing to teenagers: a scoping review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* [Online]. 2019 [Cited 2021 Sep 20]; 67 Available from: <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-019-0833-2>
29. Velloso S, Rivelis S y Carvalho D. Motivações relacionadas à escolha alimentar: segmentação de consumidores. 2016 [Citado 2021 Sep 20]; Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/1992/199252873008/>
30. Jensen M, Dillman F, et al. TV advertising and dietary intake in adolescents: a pre- and post-study of Chile's Food Marketing Policy. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* [Online]. 2020 [Cited 2021 Sep 20]; 60. Available from: <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-021-01126-7>
31. Varela M, Tenorio A y Duarte C. Prácticas parenterales para promover hábitos saludables de alimentación en la primera infancia en Cali, Colombia. *Rev. Esp Nutr Hum Diet.* [Internet]. 2020 [Citado 2021 Sep 20]; 22(3). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452018000300183
32. Baena G. Metodología de la investigación. [en línea]. 1.ª ed. México; 2014. [Citado: 2021 Oct 04]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=6aCEBgAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=inv>

[estigacion+aplicada+concepto&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwi3yKbU3srzAhW1HrkGHTfbBjgQ6AF6BAgFEAI#v=onepage&q&f=false](https://www.google.com/search?q=estigacion+aplicada+concepto&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwi3yKbU3srzAhW1HrkGHTfbBjgQ6AF6BAgFEAI#v=onepage&q&f=false)

33. Hernández R. Metodología de la investigación. [en línea]. 6.^a ed. México: Mc Graw Hill; 2014. [Citado: 2021 Oct 04]. Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
34. Ávila H. Introducción a la metodología de la investigación. [en línea]. México; 2006. [Citado: 2021 Sep 20]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=r93TK4EykfUC&pg=PA69&dq=dise%C3%B1o+pre+experimental&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwj7-PI7LjzAhUfHlKGHY7GAjUQ6AF6BAgDEAI#v=onepage&q=dise%C3%B1o%20pre%20experimental&f=false>
35. García P. Introducción a la investigación bioantropológica en actividad física, deporte y salud. [en línea]. Venezuela; 2006. [Citado: 2021 Oct 04]. Disponible en: https://books.google.com.pe/books?id=3fxmBaTGUYgC&pg=PA32&dq=investigaci%C3%B3n+explicativo&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwi5_N36_LjzAhXmHbkGHd1NDtcQ6AF6BAgJEAI#v=onepage&q=investigaci%C3%B3n%20explicativo&f=false
36. Sáez L. Investigación educativa. Fundamentos teóricos, procesos y elementos prácticos. [en línea]. España; 2017. [Citado: 2021 Oct 11]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=c3CZDgAAQBAJ&pg=PT66&dq=mue>
37. Ruiz A. Diagnóstico de situaciones y problemas locales. 1.^a ed. Costa Rica: Editorial Universidad Estatal a distancia. [en línea]. 2006 [citado 2020 nov 09]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=4M4GhelqQg8C&pg=PA133&dq=tecnica+de+observacion&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwidnJnb6bP0AhVMILkGHTn6CVg4ChDoAXoECAUQAq#v=onepage&q=tecnica%20de%20observacion&f=false>
38. Rivero O y Paredes R. Ética en el ejercicio de la medicina. 1.^a ed. México: Editorial Médica Panamericana. [en línea]. 2006 [citado 2020 nov 15]. Disponible en: https://books.google.com.pe/books?id=A9bCw12SvWMC&pg=PA120&dq=no+maleficencia&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjSz9Pa0K_0AhW-FLkGHaHAC9A4ChDoAXoECAYQAq#v=onepage&q=no%20maleficencia&f=false

39. López J. Un futuro en la garganta. Educación para otro mundo posible. 1ª. ed. México: Ediciones La Biblioteca, S.A. de C.V. [en línea]. 2015 [citado 2020 nov 15]. Disponible en:

<https://books.google.com.pe/books?id=jmEcDAAAQBAJ&pg=PA149&dq=principio+de+justicia+profesional&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwj4qYnK5LP0AhXPGLkGHaj5BL04ChDoAXoECAsQAg#v=onepage&q=principio%20de%20justicia%20profesional&f=false>

40. Buxarrais R, Prats E y Tey A. Ética de la información. 1ª. ed. España: Editorial UOC. [en línea]. 2014 [citado 2020 nov 15]. Disponible en:

<https://books.google.com.pe/books?id=wSW8BAAAQBAJ&pg=PT68&dq=principio+de+autonomia+profesional&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwje2P2C4bP0AhW3IbkGHcsuASoQ6AF6BAgKEAI#v=onepage&q=principio%20de%20autonomia%20profesional&f=false>

ANEXOS

ANEXO N°1: Operacionalización de variables

VARIABLE DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Variable independiente: Intervención educativa	La intervención educativa se refiere a los procedimientos de una planeación y a una acción que hace el educador para fomentar los conocimientos necesarios de un tema en específico, que contribuya en el desarrollo del estudiante. ²⁰ Soberanis J. 2020	Es un proceso en el cual se aplicarán enseñanzas, actividades de aprendizaje y estrategias, que permitan mejorar las conductas alimentarias de los estudiantes de secundaria. Será evaluado a través de un pre test y pos test.	Fase de planificación	-Diseño de la sesión educativa -Preparación del material	Nominal
			Fase de ejecución	-Aplicación de contenidos -Estrategia educativa	
			Fase de evaluación	-Pre test -Post test	
Variable dependiente: Conducta alimentaria	La conducta alimentaria es un proceso de desarrollo en el que participan los componentes fisiológicos, psicológicos y socioculturales en los comportamientos e interacciones y aprendizajes que se tiene con respecto a los hábitos alimentarios, la selección de alimentos que se come durante las preparaciones y las porciones que se ingieren. ²³ Gil et. al. 2015	La variable será medida a través de la encuesta.	Factor familiar	-Patrones de consumo -Preparaciones de los alimentos -Adquisición de alimentos	
			Factor escolar	-Actitudes alimentarias -Preferencias alimentarias	
			Factor social	-Disponibilidad alimentaria -Modas y costumbres -Medios de comunicación	

ANEXO N°2: Cálculo y tamaño de la muestra

Para determinar la muestra se realizó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 \cdot N \cdot p \cdot q}{E^2 (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

n: Muestra

N: Población

Z: Nivel de confianza 1,96

E: Resto de confianza 0,05

p: Certeza 0,5

q: Error 0,5

$$n = \frac{1,96^2 \cdot 100 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,05^2(100-1) + 1,96^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}$$

$$n = 79$$

ANEXO N°3: Ficha de seguimiento de las sesiones educativas a los estudiantes

FICHA DE SEGUIMIENTO DE LAS SESIONES EDUCATIVAS A LOS ESTUDIANTES						
N°	CODIFICACION DEL ESTUDIANTE	GRADO/ FECHA	TITULO DE LA SESION	PARTICIPACION EN CLASE SI/NO	ASISTE A CADA SESION SI/NO	OBSERVACIONES
1						
2						
3						
4						
5						
6						

ANEXO N°4: Instrumento de recolección de datos cuestionario



EFECTO DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA “NUTRE-MIND” EN LA CONDUCTA ALIMENTARIA DE ESTUDIANTES DE SECUNDARIA, INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA ISAAC NEWTON, 2022

I. PRESENTACIÓN

Buenas, soy estudiante de la Universidad Cesar Vallejo, estoy realizando un estudio que tiene como objetivo determinar el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

II. INSTRUCCIONES

- Leer detenidamente cada una de las preguntas.
- Responder de manera sincera y correcta.
- Marcar sola una de las opciones.

III. DATOS GENERALES

Edad:

Sexo: Femenino() Masculino()

Grado:

FACTOR FAMILIAR

1. ¿Cuál es la preparación más habitual de tus alimentos?
 - a) Guisados
 - b) Horneados
 - c) Fritos
 - d) Al vapor
2. ¿Quién prepara la comida durante la semana?
 - a) Mamá
 - b) Yo(estudiante)
 - c) Los compro ya preparados

d) Otros (familiares)

3. ¿Quién suele hacer las compras en el hogar?

- a) Mamá
- b) Yo(estudiante)
- c) Papá
- d) Otros (familiares)

4. ¿Cuántas veces comes al día?

- a) 3 veces
- b) 4 veces
- c) 2 veces
- d) 5 veces

5. ¿Qué productos lácteos y derivados consumes a la semana?

- a) Leche
- b) Yogurt
- c) Queso
- d) Toda las anteriores

6. ¿Qué productos cárnicos consumes a la semana?

- a) Pollo
- b) Pescado
- c) Carnes
- d) Todas las anteriores

FACTOR ESCOLAR

7. ¿Con quién sueles consumir tus alimentos habitualmente?

- a) Padres
- b) Solo
- c) Amigos
- d) Familiares

8. ¿Con que frecuencia compras en el quiosco de tu escuela?

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Siempre

9. ¿Qué alimentos consumes durante tu tiempo de receso?

- a) Dulces
- b) Gaseosas

- c) Frutas
- d) Otros

10. ¿Cuántos días a la semana consumes comida rápida (hamburguesas, pizzas y salchipapas) fuera de casa?

- a) 1 a 2 veces
- b) 3 a 4 veces
- c) 5 a más veces
- d) Ninguno

11. ¿Cuántas veces al día consumes frutas y verduras?

- a) 2 veces
- b) 3 a 4 veces
- c) 5 a más veces
- d) Ninguno

12. ¿Cuántos vasos de agua natural tomas al día?

- a) 1 a 2 vasos
- b) 3 a 4 vasos
- c) 5 a 6 vasos
- d) 7 o más vasos

FACTOR SOCIAL

13. ¿En casa tienes fácil acceso a frutas de temporada?

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Siempre

14. ¿En casa tienes fácil acceso a verduras variadas?

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Siempre

15. ¿Crees que tus amigos influyan en tu alimentación?

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Siempre

16. ¿Crees que la publicidad de alimentos influya en tu alimentación?

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Siempre

17. ¿Los anuncios sobre productos adelgazantes captan tu atención?

- e) Nunca
- f) Casi nunca
- g) A veces
- h) Siempre

Gracias por su participación

ANEXO N°5: VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUECES EXPERTO



Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [✓] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Mg: Ticona Sanka Aurelia
DNI: 40027694 Celular: 967286376

Especialidad del validador: Maestría en Gestión Pública

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

25 de noviembre del 2021

Mg. GESTIÓN PÚBLICA
CNSP 2152
Apellidos y nombre
Firma del Experto Informante
Especialidad



Opinión de aplicabilidad: Aplicable [✓] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Mg: Sánchez Blas Carlos Francisco
DNI: 43942676 Celular: 963847807

Especialidad del validador: MAESTRÍA EN GESTIÓN DE LOS SERVICIOS DE LA SALUD

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

27 de noviembre del 2021

SANCHEZ BLAS CARLOS FRANCISCO,
Mg. Gestión de los Servicios de la Salud



Opinión de aplicabilidad: Aplicable [✓] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Mg: Carlos Daniel Montes García
DNI: 40592927 Celular: 964286797

Especialidad del validador: Bromatólogo y Nutricionista.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

28 de noviembre del 2021

Mg. CARLOS DANIEL MONTES GARCÍA
Bromatólogo y Nutricionista
Apellidos y Nombres
Firma del Experto Informante
Especialidad

ANEXO N°6:

VALIDACION DEL INSTRUMENTO POR LA V DE AIKEN

		J1	J2	J3	Media	DE	V Aiken	Interpretación de la V										
ITEM 1	<i>Relevancia</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido	ITEM 10	<i>Relevancia</i>	3	2	4	3	1.00	0.67	No valido	
	<i>Pertinencia</i>	2	3	4	3	1.00	0.67	No valido		<i>Pertinencia</i>	2	4	3	3	1.00	0.67	No valido	
	<i>Claridad</i>	4	3	3	3.3333	0.58	0.78	Valido		<i>Claridad</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido	
ITEM 2	<i>Relevancia</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido	ITEM 11	<i>Relevancia</i>	4	3	2	3	1.00	0.67	No valido	
	<i>Pertinencia</i>	4	3	2	3	1.00	0.67	No valido		<i>Pertinencia</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido	
	<i>Claridad</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido		<i>Claridad</i>	3	4	4	3.6667	0.58	0.89	Valido	
ITEM 3	<i>Relevancia</i>	4	4	3	3.6667	0.58	0.89	Valido	ITEM 12	<i>Relevancia</i>	4	3	3	3.3333	0.58	0.78	Valido	
	<i>Pertinencia</i>	4	3	2	3	1.00	0.67	No valido		<i>Pertinencia</i>	3	4	2	3	1.00	0.67	No valido	
	<i>Claridad</i>	2	4	3	3	1.00	0.67	No valido		<i>Claridad</i>	2	3	4	3	1.00	0.67	No valido	
ITEM 4	<i>Relevancia</i>	3	2	4	3	1.00	0.67	No valido	ITEM 13	<i>Relevancia</i>	3	4	3	3.3333	0.58	0.78	Valido	
	<i>Pertinencia</i>	4	3	2	3	1.00	0.67	No valido		<i>Pertinencia</i>	4	3	4	3.6667	0.58	0.89	Valido	
	<i>Claridad</i>	4	4	3	3.6667	0.58	0.89	Valido		<i>Claridad</i>	2	3	4	3	1.00	0.67	No valido	
ITEM 5	<i>Relevancia</i>	4	3	3	3.3333	0.58	0.78	Valido	ITEM 14	<i>Relevancia</i>	4	3	3	3.3333	0.58	0.78	Valido	
	<i>Pertinencia</i>	3	2	4	3	1.00	0.67	No valido		<i>Pertinencia</i>	4	3	4	3.6667	0.58	0.89	Valido	
	<i>Claridad</i>	3	4	2	3	1.00	0.67	No valido		<i>Claridad</i>	3	2	4	3	1.00	0.67	No valido	
ITEM 6	<i>Relevancia</i>	4	4	3	3.6667	0.58	0.89	Valido	ITEM 15	<i>Relevancia</i>	4	2	3	3	1.00	0.67	No valido	
	<i>Pertinencia</i>	3	2	4	3	1.00	0.67	No valido		<i>Pertinencia</i>	3	4	2	3	1.00	0.67	No valido	
	<i>Claridad</i>	4	4	3	3.6667	0.58	0.89	Valido		<i>Claridad</i>	3	4	4	3.6667	0.58	0.89	Valido	
ITEM 7	<i>Relevancia</i>	2	4	3	3	1.00	0.67	No valido	ITEM 16	<i>Relevancia</i>	2	4	3	3	1.00	0.67	No valido	
	<i>Pertinencia</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido		<i>Pertinencia</i>	3	4	3	3.3333	0.58	0.78	Valido	
	<i>Claridad</i>	4	3	2	3	1.00	0.67	No valido		<i>Claridad</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido	
ITEM 8	<i>Relevancia</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido	ITEM 17	<i>Relevancia</i>	4	3	2	3	1.00	0.67	No valido	
	<i>Pertinencia</i>	3	2	4	3	1.00	0.67	No valido		<i>Pertinencia</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido	
	<i>Claridad</i>	4	4	3	3.6667	0.58	0.89	Valido		<i>Claridad</i>	4	3	3	3.3333	0.58	0.78	Valido	
ITEM 9	<i>Relevancia</i>	3	2	4	3	1.00	0.67	No valido									0.75	Valido
	<i>Pertinencia</i>	4	3	3	3.3333	0.58	0.78	Valido										
	<i>Claridad</i>	3	3	4	3.3333	0.58	0.78	Valido										

ANEXO N°7: Alfa de Cronbach del instrumento

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,829	,841	17

ANEXO N°8: Carta de autorización



"Año de Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Señora:

Mg. Melissa Martínez Ramos

Coordinadora de la Escuela profesional de Nutrición

UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO

Reciba un cordial saludo a nombre de **Mercedes Yolanda Santiago Lizana** con DNI 10105028 Directora de la Institución Educativa Privada Isaac Newton.

Sea propicia la oportunidad y poder admitir su carta N° 014-2022-UCV.VA.P25-F05L02/CCP; autorizando el ingreso a la I. E.P Isaac Newton de la estudiante **Licapa Cajahuaman Estefany** con DNI 72214947 para que realice el trabajo de investigación titulado Efecto de la intervención educativa "Nutre-Mind" en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria, Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022; ya que de esta manera estará cumpliendo con su objetivo de estudio.

San Juan de Lurigancho, 27 de mayo 2022

Atentamente

*El que nació para
Educar y hacer triunfar*



I.E.P ISAAC NEWTON

Mercedes Yolanda Santiago Lizana

DIRECTORA

ANEXO N°9: Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO:

EFFECTO DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA “NUTRE-MIND” EN LA CONDUCTA ALIMENTARIA DE ESTUDIANTES DE SECUNDARIA, INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA ISAAC NEWTON, 2022.

Esta investigación tiene como objetivo determinar el efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada Isaac Newton, 2022.

Su participación es voluntaria y usted podrá abandonar la investigación en cualquier momento, sin que le genere ningún perjuicio. Asimismo, la información proporcionada será usada para fines estrictamente educativos y analizados de manera conjunta. La duración de esta prueba le tomara 5 minutos aproximadamente de su tiempo.

Al concluir la investigación, si usted tiene alguna duda puede comunicarse al correo stefflicapa@gmail.com el cual se le dará más detalles del estudio y de los resultados que se obtuvieron.

Acepto mi participación voluntaria en este estudio: SI NO

Firma: _____

Nombre: _____

DNI: _____

Fecha: _____

ANEXO N°10: Plan de las sesiones educativas

PRIMERA SESION EDUCATIVA “ NUTRE-MIND”			
TEMA	CONTENIDOS	PUBLICO	LUGAR Y FECHA
Clasificación de los alimentos según su función.	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Clasificación de los alimentos según su función (constructores, reguladores y energéticos). • Identificar los alimentos según su clasificación y función. • Fortalecer los conocimientos. 	La sesión educativa dirigido a los estudiantes de la Institución Educativa Privada Isaac newton.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Institución Educativa Privada Isaac Newton ➤ 3 a 4 pm
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Que los adolescentes aprenden a identificar los alimentos según su clasificación y función 		

SEGUNDA SECCION EDUCATIVA “ NUTRE-MIND”			
TEMA	CONTENIDOS	PUBLICO	LUGAR Y FECHA
La alimentación saludable y no saludable en el adolescente	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • La alimentación saludable y no saludable en el adolescente. • Mostrar alimentos saludables y no saludable • Reforzar el conocimiento brindado en base a preguntas . 	La sesión educativa dirigido a los estudiantes de la Institución Educativa Privada Isaac newton.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Institución Educativa Privada Isaac Newton ➤ 3 a 4 pm
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar los alimentos saludables y no saludables 		

TERCERA SESION EDUCATIVA “ NUTRE-MIND”			
TEMA	CONTENIDOS	PUBLICO	LUGAR Y FECHA
Explicar la importancia de las comidas diarias, modelos y horarios recomendados.	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • La importancia de la comida diaria • Mostrar cuales son las 3 principales comidas • Reforzar el conocimiento brindado en base a preguntas 	La sesión educativa dirigido a los estudiantes de la Institución Educativa Privada Isaac Newton.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Institución Educativa Privada Isaac Newton ➤ 3 a 4 pm
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Que los adolescentes aprendan a, analizar sobre la importancia de las cinco comidas diarias. 		

CUARTA SESION EDUCATIVA “ NUTRE-MIND”			
TEMA	CONTENIDOS	PUBLICO	LUGAR Y FECHA
Explicar los beneficios que proporciona a la salud la actividad física.	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Que es la actividad física, importancia y tiempo establecido. • Ejercicios para adolescentes. • Reforzar el conocimiento brindado en base a preguntas. 	La sesión educativa dirigido a los estudiantes de la Institución Educativa Privada Isaac Newton.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Institución Educativa Privada Isaac Newton ➤ 3 a 4 pm
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Que los adolescentes aprendan a, analizar sobre la importancia de la actividad física y sus beneficios. 		

ANEXO N°11: Carta de finalización



“Año de Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Señora:

Mg. Melissa Martínez Ramos

Coordinadora de la Escuela profesional de Nutrición

UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO

Reciba un cordial saludo a nombre de **Mercedes Yolanda Santiago Lizana** con DNI **10105028** Directora de la Institución Educativa Privada Isaac Newton.

Manifestándole que la estudiante **Licapa Cajahuaman Estefany** con DNI **72214947**, ejecutó el trabajo de investigación titulado Efecto de la intervención educativa “Nutre-Mind” en la conducta alimentaria de estudiantes de secundaria, Institución Educativa Privada Isaac Newton 2022; iniciando el 30 de mayo y finalizando el 30 de junio del presente año. Por consiguiente, se autoriza la utilización y publicación de la tesis con el nombre de la I.E.P “Isaac Newton” para fines académicos.

San Juan de Lurigancho, 18 de julio 2022

Atentamente



LE P ISAAC NEWTON
Mercedes Lizana
Mercedes Yolanda Santiago Lizana
DIRECTORA

ANEXO N°12: Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov

Prueba de Kolmogorov-Smirnov

	Conducta alimentaria post test - conducta test	alimentaria pre test
Z	-,445	
Sig. Asintót.(bilateral)	.005	
a. La distribución de contraste es la normal		
b. Se han calculado a partir de los datos		

Fuente Elaboración propia

ANEXO N°13: Fotos de la intervención educativa

