



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

TESIS

HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E.S. INDUSTRIAL
TUPAC AMARU II, SAN PEDRO-2024.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
SALUD PÚBLICA, SALUD AMBIENTAL Y SATISFACCIÓN
CON LOS SERVICIOS DE SALUD

PRESENTADO POR:
MEDALI CANCHOS HUAMANI
LYLE NELIDA VALENCIA MOLINA

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TITULO DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA

DOCENTE ASESOR:
MG. ACHARTE CHAMPI WALTER JESÚS
CÓDIGO ORCID N. ° 0000-0001-6598-7801

CHINCHA, 2024

Constancia de aprobación de investigación



CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Chincha, 21 de diciembre de 2024

Mg. JOSÉ YOMIL PEREZ GOMEZ

DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Presente. –

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarlo e informar que las bachilleres: **MEDALI CANCHOS HUAMANI**, con DNI N° 73147309 y **LYLE NELIDA VALENCIA MOLINA**, con DNI N° 72038240, de la Facultad Ciencias de la Salud, del programa Académico de Enfermería, han cumplido con elaborar su tesis titulada: **“HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E.S. INDUSTRIAL TUPAC AMARU II, SAN PEDRO-2024.”**

APROBADO(A):

Por lo tanto, queda expedito para la revisión por parte de los jurados para sustentación.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,

Asesor: Mg. WALTER JESÚS ACHARTE CHAMPI
CODIGO ORCID: 0000-0001-6598-7801

Declaratoria de autenticidad de la investigación



DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, MEDALI CANCHOS HUAMANI identificado(a) con DNI N°73147309, en mi condición de estudiante del programa de estudio de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E.S. INDUSTRIAL TUPAC AMARU II, SAN PEDRO-2024", declaro bajo juramento que:

- La investigación realizada es de mi autoría
- La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del:

11%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 21 de diciembre del 2024

MEDALI CANCHOS HUAMANI
DNI: 73147309



LEGALIZACIÓN AL
DORSO

NO REDACTADO EN ESTA NOTARIA.

RENÉ F. ACERO CCASA
NOTARIO ABOGADO
CALLE LIBERTAD N°266-CERCADO-ICA-ICA
TELEF. 051-943433
E-mail: notario.reneacero@hotmail.com

DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN



Yo, LYLE NELIDA VALENCIA MOLINA, identificado(a) con DNI N°72038240, en mi condición de estudiante del programa de estudio de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E.S. INDUSTRIAL TUPAC AMARU II, SAN PEDRO-2024", declaro bajo juramento que:

- La investigación realizada es de mi autoría
- La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del:

ESTE DOCUMENTO NO HA SIDO REDACTADO EN ESTA NOTARÍA

11%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 21 de diciembre del 2024

LYLE NELIDA VALENCIA MOLINA
DNI: 72038240



Dedicatoria

Este trabajo de investigación dedicamos a nuestros padres y a todos aquellos quienes nos alentaron a seguir con nuestro sueños y apoyo incondicional en nuestro crecimiento profesional.

Agradecimiento

Primeramente, estamos agradecidos ante Dios, también mis padres, familiares, amigos y docentes que nos dio la fortaleza de poder lograr nuestros metas. Y estamos profundamente agradecidos a la universidad por darnos la oportunidad de concretar nuestros objetivos.

Resumen

Objetivo: Este estudio de investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro - 2024. **Metodología:** Se empleó un enfoque cuantitativo, de tipo básico y nivel correlacional, con un diseño no experimental y de corte transversal. La técnica de recolección de datos utilizada fue la encuesta, aplicándose un cuestionario diseñado para examinar los hábitos alimenticios y su relación con el rendimiento académico. Este cuestionario evaluó tres dimensiones de la alimentación: tipo de alimentos consumidos, lugar de consumo y frecuencia de consumo. **Participantes:** incluyó la participación de la totalidad de los 56 estudiantes. Todos participaron de manera voluntaria y completaron los cuestionarios de recolección de datos, proporcionando información completa para el análisis. **Resultados:** Se evidenció que el 30.4% de los estudiantes poseen un nivel alto de hábitos alimenticios, mientras que el 41.1% presenta un rendimiento académico bajo. Además, se encontró una relación positiva y moderada entre el consumo regular de alimentos energéticos y un rendimiento académico alto, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de 0.82 y un p-valor de 0.000. **Conclusiones:** Las conclusiones resaltan la importancia de una adecuada alimentación como un factor que contribuye al desempeño escolar, sugiriendo que tanto el entorno familiar como los horarios de consumo regular juegan un rol crucial en el rendimiento académico.

Palabras clave: Hábitos alimenticios, rendimiento académico, alimentación escolar, secundaria.

Abstract

Objective: This research study aimed to determine the relationship between eating habits and academic performance in high school students of the Educational Institution I.E.S. Industrial Túpac Amaru II, San Pedro - 2024. **Methodology:** A quantitative approach was used, of a basic type and correlational level, with a non-experimental and cross-sectional design. The data collection method used stood the study, applying a questionnaire designed to evaluate eating conducts and their association with academic presentation. This questionnaire evaluated three dimensions of diet: type of food consumed, place of consumption, and frequency of consumption. **Participants:** included the participation of all 56 students. Everyone participated voluntarily and completed the data collection questionnaires, providing complete information for the analysis. **Results:** It was evident that 30.4% of the students have a high level of eating habits, while 41.1% have low academic performance. Furthermore, a positive and moderate relationship was found between regular consumption of energy-dense foods and high academic performance, with a Spearman's Rho correlation coefficient of 0.82 and a p-value of 0.000. **Conclusions:** The conclusions highlight the importance of adequate nutrition as a factor that contributes to school performance, suggesting that both the family environment and regular consumption schedules play a crucial role in academic performance.

Keywords: Eating habits, academic performance, school feeding, secondary school.

Índice general

Portada	i
Constancia de aprobación de investigación.....	ii
Declaratoria de autenticidad de la investigación	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento	v
Resumen	vi
Abstract.....	vii
Índice general	viii
Índice de tablas académicas.....	x
Índice de figuras académicas.....	xi
I. INTRODUCCIÓN.....	12
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
2.1 Descripción del Problema	14
2.2 Pregunta de Investigación General	17
2.3 Preguntas de Investigación Específicas.....	17
2.4 Objetivo general y específicos	18
2.5 Objetivos específicos	18
2.6 Justificación e importancia	18
2.7 Alcances y limitaciones	19
III. MARCO TEÓRICO.....	21
3.1 Antecedentes Internacionales.....	21
3.2 Antecedentes Nacionales	25
3.3. Bases teóricas.....	28
3.4. Marco conceptual.....	39
IV. METODOLOGÍA.....	42
4.1. Tipo y nivel de Investigación	42
4.2. Diseño de la Investigación	42
4.3. Hipótesis general y específicas.....	43
4.4. Identificación de las variables	44
4.5. Matriz de operacionalización de variables	44
4.6. Población – Muestra	47
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información	48
4.8. Técnicas de análisis y procesamiento de datos	48

V. RESULTADOS	50
5.1. Presentación de resultados.....	50
5.2 Interpretación de resultados.....	64
VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS	67
6.1. Análisis inferencial	67
VII. DISCUSION DE LOS RESULTADOS	79
7.1. Comparación resultados	79
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	81
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	85
ANEXOS.....	94
ANEXO 1: Matriz de Consistencia	94
ANEXO 2: Instrumento de recolección de datos.....	96
ANEXO 3: Ficha de validación de instrumentos de medición.....	100
ANEXO 4:Base de datos	106
ANEXO 5: Evidencia documentaria	113
ANEXO 6: Evidencia fotográfica	116
ANEXO 7: Informe de Turnitin al 28% de similitud.....	119

Índice de tablas académicas

Tabla 1	Matriz operacionalización de la variable Hábitos Alimenticios	45
Tabla 2	Matriz operacionalización de la variable Rendimiento Académico	46
Tabla 3	Categorización por Edad.....	50
Tabla 4	Categorización por sexo.....	51
Tabla 5	Categorización por grado	52
Tabla 6	Resultado de la variable Hábitos alimenticios	53
Tabla 7	Resultado de la Dimensión por tipos de alimentos	54
Tabla 8	Resultado de la Dimensión por Lugar de consumo.....	55
Tabla 9	Resultado de la Dimensión por Frecuencia de consumo	56
Tabla 10	Resultado de la variable por Rendimiento Académico	57
Tabla 11	Resultado de la dimensión por Rendimiento conceptual.....	58
Tabla 12	Resultado de la dimensión por Rendimiento procedimental	59
Tabla 13	Resultado de la dimensión por Rendimiento actitudinal.....	60
Tabla 14	Tabla cruzada de la dimensión por Tipos de Alimentos y Rendimiento académico.....	61
Tabla 15	Tabla cruzada de la dimensión por Lugar de consumo y Rendimiento académico.....	62
Tabla 16	Tabla cruzada de la dimensión por Frecuencia de consumo y Rendimiento académico.....	63
Tabla 17	Prueba de normalidad estadística	67
Tabla 18	Correlación entre hábitos alimenticios y rendimiento académico.....	70
Tabla 19	Correlación entre Tipos de Alimentos y rendimiento académico	73
Tabla 20	Correlación entre Lugar de consumo y rendimiento académico	75
Tabla 21	Correlación entre frecuencia de consumo y rendimiento académico.....	77

Índice de figuras académicas

Figura 1	Categorización por Edad	50
Figura 2	Categorización por sexo	51
Figura 3	Categorización por grado	52
Figura 4	<i>Resultado de la variable Hábitos alimenticios</i>	53
Figura 5	Resultado de la Dimensión por tipos de alimentos	54
Figura 6	Resultado de la Dimensión por Lugar de consumo	55
Figura 7	Resultado de la Dimensión por Frecuencia de consumo....	56
Figura 8	Resultado de la variable por Rendimiento Académico	57
Figura 9	Resultado de la dimensión por Rendimiento conceptual....	58
Figura 10	Resultado de la dimensión por Rendimiento procedimental	59
Figura 11	Resultado de la dimensión por Rendimiento actitudinal	60
Figura 12	Tabla cruzada de la dimensión por Tipos de Alimentos y Rendimiento académico	61
Figura 13	Tabla cruzada de la dimensión por Lugar de consumo y Rendimiento académico	62
Figura 14	Tabla cruzada de la dimensión por Lugar de consumo y Rendimiento académico	63

I. INTRODUCCIÓN

Hoy en día el mundo atraviesa una transformación epidemiológica particularizada por un incremento en las enfermedades crónicas no transmisibles, influenciadas en gran medida por factores de riesgo cardiovascular prevalentes no solo en el adulto, sino también en jóvenes e infantes OMS,2024¹. Este fenómeno está impulsado por la adopción de una dieta "occidental", caracterizada por un alto contenido de azúcar, carbohidratos refinados, grasas saturadas y poliinsaturadas, y bajo en fibra, combinada con una disminución de la actividad física.

Dentro de esta realidad, los estudiantes universitarios representan una población particularmente vulnerable debido a un hábito alimenticio poco saludable, tales como la omisión del desayuno, largas horas de ayuno, y la preferencia por comida rápida rica en grasas (Comité de Seguridad Alimentaria de Alto Nivel Mundial [CSA], 2019)². Estos patrones alimenticios, combinados con la responsabilidad de gestionar su propia ingesta alimentaria, se reflejan en una baja ingesta de frutas y una disminución de comidas esenciales, lo que impacta negativamente en su estado nutricional y salud general.

Aunque los hábitos alimentarios se desarrollan a una temprana edad, la toma de decisiones de los jóvenes, como los universitarios, es fundamental para promover una alimentación saludable, Hernandez,2020³. Estos estudiantes, debido a sus estilos de vida y las exigencias académicas, tienden a modificar sus hábitos alimenticios, optando frecuentemente por comidas rápidas y poco saludables, y omitiendo comidas debido a la falta de tiempo. La educación alimentaria en esta población es esencial para prevenir enfermedades crónicas y mejorar los rendimientos académicos, haciendo indispensable la implementación de estrategias educativas que fomenten hábitos alimenticios saludables.

Es importante para comprender cómo la alimentación afecta el desempeño escolar. Al identificar las conexiones entre la calidad de la dieta, los patrones de consumo y los rendimientos académicos, se pueden formar programas y estrategias educativas que incentiven hábitos alimenticios saludables entre los estudiantes. Esto no solo mejora los resultados de los aprendizajes individuales, sino que ayudan al bienestar general de los educandos. Asimismo, los resultados de este estudio pueden prestar como base para futuras políticas y prácticas en educación, centrándose en desarrollar el contexto de aprendizaje mediante la nutrición.

En este estudio, se busca determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024. Este objetivo se enfoca en investigar cómo las prácticas alimentarias de los estudiantes, que incluyen los tipos de alimentos consumidos, el lugar y la frecuencia de las comidas, influyen en su desempeño académico. Al analizar estos factores, el estudio pretende identificar posibles vínculos y brindar un entendimiento más claro de cómo una adecuada o inadecuada nutrición puede afectar los resultados académicos. Este conocimiento es fundamental para desarrollar intervenciones y estrategias que mejoren tanto la salud como los rendimientos escolares de los educandos.

Este estudio se organiza en varios capítulos. El primer capítulo está dedicado a la introducción, mientras que el segundo aborda el planteamiento del problema, que incluye la descripción de la problemática, la formulación de la interrogante de estudio, los objetivos generales y específicos, y la justificación de la investigación. El tercer capítulo, titulado Marco teórico, presenta los antecedentes del estudio y la base teórica subyacente. El cuarto capítulo detalla el aspecto metodológico del estudio, y el quinto capítulo expone el cronograma. Finalmente, el sexto capítulo ofrece el presupuesto y concluye con las referencias de la investigación.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1 Descripción del Problema

A nivel mundial, existe una creciente preocupación por cómo una alimentación deficiente puede afectar el rendimiento académico. La UNESCO señala que más del 30% de las escuelas alrededor del mundo no cuentan con acceso adecuado a agua potable ni con instalaciones de saneamiento adecuadas. Esta situación impacta negativamente en la salud de los estudiantes y en su capacidad para aprender. Las consecuencias son especialmente graves en naciones de bajos y medios ingresos, donde las condiciones de salubridad en los centros educativos suelen ser limitadas y poco seguras⁴.

Adicionalmente, se señala que una dieta inadecuada reduce la inmunidad, incrementa el riesgo de enfermedades crónicas e impacta tanto el desarrollo físico como mental de los niños. Esta situación puede reducir la esperanza de vida y limitar las oportunidades académicas y de desarrollo personal de los estudiantes. En muchos países, principalmente en los de bajos recursos, el acceso a una alimentación nutritiva es limitado, lo que provoca que los estudiantes consuman alimentos pobres en nutrientes esenciales como vitaminas y minerales. Esta deficiencia nutricional tiene una incidencia directa en su capacidad de aprendizaje y en su rendimiento académico⁵.

Por otra parte, la mala nutrición desarrolla el riesgo de padecimientos crónicos, como la diabetes y la obesidad, en niños y adolescentes. Según estimaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2022, aproximadamente el 39% de los infantes y adolescentes de entre 5 y 19 años en todo el mundo presentaban obesidad o sobrepeso, lo que afecta gravemente su capacidad cognitiva y su rendimiento académico. Estas problemáticas subrayan el

requerimiento urgente de mejorar las políticas de alimentación escolar y fortalecer los programas de educación nutricional.

A Nivel Internacional en América Latina, la región enfrenta desafíos significativos en cuanto a rendimiento académico y nutrición. De acuerdo con la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), el resultado de la prueba PISA de 2018 refleja que países como Perú, Brasil y Argentina tienen puntajes por debajo del promedio internacional en matemáticas, ciencias y lectura. Perú se ubicó en uno de los últimos lugares con un puntaje de 400 en matemáticas, muy por debajo de la media de la OCDE, que es de 489⁶.

En términos nus, la situación es crítica. Un informe de la FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) menciona que el 7.5% de los infantes menores de 5 años en Latinoamérica y el Caribe padecen de desnutrición crónica, mientras que el sobrepeso infantil está aumentando de manera alarmante en la región, afectando aproximadamente al 18.9% de los infantes en edad escolar FAO, 2021⁷ . Estos problemas de salud impacto directo en la capacidad de los estudiantes para concentrarse y rendir académicamente.

A nivel nacional en Perú, el panorama es igualmente preocupante. Conforme el INEI, en 2021, el 40.1% de los infantes menores de 3 años en el país padecen anemia, mientras que el 12.1% de los niños menores de 5 años padecen de desnutrición crónica. Estas problemáticas de salud afectan gravemente el desarrollo cognoscitivo y físico de los infantes, limitando su rendimiento académico⁸. Además, el Instituto Nacional de Salud (INS) destacó que, para el año 2022, el 33.6% de los infantes entre 5 y 9 años presentaban sobrepeso u obesidad, lo que constituye un desafío creciente para las políticas de salud pública y educación en el país. La mala alimentación y el consumo frecuente de productos

ultraprocesados están vinculados con problemas de atención y bajos rendimientos en la escuela.⁹

UNICEF Perú también ha destacado que más de las escuelas en zonas rurales carecen de servicios de saneamiento adecuados, lo que agrava las condiciones de salud de los estudiantes, exponiéndolos a enfermedades que afectan su capacidad de aprender (UNICEF Perú, 2021). Estas cifras subrayan la necesidad urgente de mejora estructura escolar y los programas de alimentación.

Conforme ENDES. No obstante, los Institutos Nacionales de Salud informan que para 2023, el 37% de los infantes de 5 a 9 años presentaban obesidad y sobrepeso, lo que lo convirtió en la problemática nutricional más grande de la población escolar¹⁰. Las políticas públicas, como el Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma y la Ley de Alimentación Saludable, fueron esenciales para desarrollar el contexto nutricional de los infantes peruanos. Sin embargo, estas políticas requerían una inversión sostenida en infraestructura escolar y en el acceso a servicios básicos para tener un impacto significativo¹¹. Las deficiencias en salud y nutrición dentro del sistema educativo fueron un factor determinante en los efectos directos sobre los rendimientos académicos de los educandos del nivel primario. Era crucial que tanto el gobierno como la sociedad internacional incrementaran su compromiso y apoyo financiero para optimizar las condiciones de salud y nutrición en las escuelas. Estos esfuerzos no solo habrían mejorado los rendimientos académicos, sino que también habrían contribuido al desarrollo integral de los niños, asegurando que pudieran alcanzar su máximo potencial en un entorno saludable y seguro.

A Nivel Regional, el programa de alimentación escolar pública Qali Warma enfrenta importantes desafíos relacionados con la calidad y variedad de los alimentos distribuidos. Aunque se provee a 115,853

estudiantes en 2,833 colegios con alimentos seguros y de calidad, la composición de estos productos, que incluye conservas, galletas y harinas procesadas, puede que esto no sea suficiente para satisfacer los requerimientos nutricionales básicos de los estudiantes. La ausencia de frescura y variedad en la alimentación puede afectar la formación cognoscitiva y física de los niños de Ayacucho, repercutiendo negativamente en su rendimiento académico¹².

A Nivel local en la Institución Educativa Privada Federico Froebel (IEPFF) en Ayacucho, los estudiantes presentan hábitos alimenticios poco saludables y una actividad física inadecuada, con un 22.7% con sobrepeso y un 17.3% con obesidad, agravados por los consumos frecuentes de comidas rápidas y un alto nivel de sedentarismo. Estos factores contribuyen a problemáticas de salud mental, como soledad frecuente y pensamientos suicidas, que impactan negativamente en sus rendimientos académicos. La combinación de estos problemas subraya la necesidad urgente de intervenciones que promuevan una alimentación equilibrada, actividad física regular y apoyo emocional para el mejoramiento de la salud y los desempeños escolares de los educandos.¹³

2.2 Pregunta de Investigación General

¿Cuál es la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024?

2.3 Preguntas de Investigación Específicas

¿Cuál es la relación entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024?

¿Cuál es la relación entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024?

¿Cuál es la relación entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024?

2.4 Objetivo general y específicos

Determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.

2.5 Objetivos específicos

Determinar la relación entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

Determinar la relación entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

Determinar la relación entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.

2.6 Justificación e importancia

2.6.1 Justificación Teórica:

El estudio se basa en una justificación teórica sólida, está respaldado por confiables fuentes como revistas científicas, artículos profesionales y libros. Al revisar y examinar estudios previos sobre hábitos alimentarios y rendimientos académicos, esta investigación tuvo como propósito extender los conocimientos teóricos en estas áreas. El recojo y organización de informaciones válidas y veraz

permitirá una mejor comprensión de cómo los hábitos alimenticios intervienen en los rendimientos académicos de los educandos de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024. Esta base teórica es esencial para la creación de estrategias educativas y de salud basadas en evidencia.

2.6.2 Justificación Práctica:

Desde una perspectiva práctica, el estudio pretende proporcionar una guía útil para especialistas de la salud y la educación en la identificación y abordaje de los problemas relacionados con la nutrición y los rendimientos académicos en adolescentes. Al comprender mejor las conductas alimenticias y su impacto en el rendimiento académico, se podrán implementar estrategias y acciones dirigidas a mejorar la nutrición de los estudiantes, optimizando así su desempeño escolar y bienestar general.

2.6.3 Justificación Metodológica:

Metodológicamente, la indagación utiliza un enfoque cuantitativo riguroso, aplicando técnicas de recolección de datos con instrumentos válidos y confiables. Este enfoque asegura que las informaciones sobre la vinculación entre los hábitos alimenticios y los rendimientos académicos sean precisos y representativos. La aplicación de estos métodos contribuye a responder los objetivos planteados y proporciona definiciones claras de las variables estudiadas, sentando las bases para futuras investigaciones relacionadas con el tema.

2.7 Alcances y limitaciones

2.7.1. Alcances:

Alcance Espacial o Geográfico: El estudio se ejecutó en la I.E Industrial Tupac Amaru II, situada en el distrito de San Pedro, Juliaca, en el departamento de Puno, Perú. Este contexto geográfico permite un enfoque específico sobre los hábitos alimenticios y su

impacto en los rendimientos académicos de los educandos de este centro.

Alcance Temporal: El estudio abarcó un periodo de seis meses, desde enero hasta junio del año 2024. Este marco temporal fue elegido para capturar de manera integral las variaciones en los hábitos alimenticios y el rendimiento académico a lo largo de un ciclo escolar.

Alcance Social: Los participantes de este estudio son los educandos de secundaria matriculados en la I.E Industrial Tupac Amaru II. Esto asegura que los resultados reflejen las experiencias y hábitos de una población específica, permitiendo una comprensión más profunda de la vinculación entre alimentación y rendimiento académico en este grupo.

2.7.2. Limitaciones:

Este estudio enfrentó varias limitaciones que influyeron en los resultados: **Disponibilidad de Tiempo:** La limitada disponibilidad de tiempo durante el horario escolar para realizar las encuestas representó un desafío. Para no perjudicar el avance académico de los educandos, se optó por aplicar los instrumentos de estudio de forma tradicional por la estructura y la ausencia tecnología del centro educativo.

Motivación de los Estudiantes: La motivación de los educandos para participar en el estudio pudo haber variado, esto afecta la sinceridad y el nivel de compromiso en sus respuestas. También la falta de interés en el tema lleva a respuestas menos reflexivas o apresuradas. Por último, la variabilidad en Hábitos Alimenticios de los estudiantes tiende a estar influenciados por componentes externos, como la disponibilidad de alimentos saludables en el hogar o la influencia de compañeros, lo que genera complicaciones en el análisis de los datos recopilados.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes de investigacion

3.1.1. Antecedentes Internacionales

Nauñay (2023)¹⁴ en Ecuador, en su estudio sobre “Hábitos alimentarios y rendimientos académicos de alumnos universitarios”, tuvo como Objetivo examinar la vinculación entre los hábitos alimentarios y los rendimientos académicos de los educandos de enfermería de la UTA. Con enfoques cuantitativos y descriptivos, el estudio realizó su Metodología con una muestra de 187 educandos seleccionados aleatoriamente. Los datos se recopilaron mediante una encuesta de 15 preguntas semiestructuradas tipo Likert y se analizaron con el software SPSS. Los Resultados evidenciaron que el 54% de los encuestados considera el sabor como el factor más importante al elegir un alimento, el 33% prefiere alimentos que varían, el 45.2% mastica más de 25 veces cada bocado, el 52.1% de las personas come fuera de casa 1 o 2 veces por semana y el 5% de la comida la cocinan sus madres. La Conclusión del estudio es que los hábitos alimentarios son esenciales para obtener buenos resultados académicos, y enfatizó lo esencial de una nutrición apropiada para la salud y sus impactos positivos en los rendimientos académicos.

Ibarra et al. 2019¹⁵ en Chile, llevaron a cabo un estudio titulado "Hábitos alimenticios y rendimientos académicos en educandos adolescentes de Chile" con el Objetivo de examinar la vinculación entre los hábitos alimenticios y los rendimientos académicos en una muestra de adolescentes escolares chilenos. La indagación fue de tipo descriptivo y de corte transversal. La Metodología incluyó una muestra de 2,116 educandos (60,8% féminas y 39,2% varones). Los hábitos alimenticios se determinaron mediante un recordatorio de 24 horas, mientras que los rendimientos académicos se evaluaron con las calificaciones escolares promedio, pruebas de matemáticas y

comunicación, además de pruebas estandarizadas. Los Resultados evidenciaron que el 59,1% de los alumnos desayunan con frecuencia, y el 71,4% realizan tres o cuatro comidas al día. Los estudiantes que siguen estos hábitos tienden a obtener mejores resultados académicos en comparación con aquellos que no lo hacen. La Conclusión del estudio fue que los educandos con una nutrición adecuada mostraron mejores resultados académicos, resaltando la importancia de incentivar hábitos alimentarios sanos en la comunidad estudiantil para mejorar los rendimientos académicos.

Gaete et al.2021¹⁶ en Chile, llevaron a cabo una investigación denominada "Hábitos alimenticios y rendimientos académicos en educandos chilenos de 5to a 8vo año básico" con el Objetivo de definir la vinculación entre los hábitos alimenticios y los rendimientos académicos en alumnos chilenos. La Metodología utilizada fue de tipo transversal y contó con una muestra de 733 estudiantes de 5to a 8vo grado. Para evaluar los hábitos alimenticios, se midieron las frecuencias de consumo de distintos grupos de alimentos, las habilidades culinarias, y el disfrute de la cocina. Los Resultados indicaron que los educandos tenían una menor proporción de FCS. Las niñas tuvieron una FCS más alta para el pan, mientras que los niños la tuvieron más alta para los productos lácteos. Además, el consumo de productos lácteos y el hábito de desayunar se relacionaron positivamente con el rendimiento académico en matemáticas y lenguaje. También se observó que evitar comidas poco saludables mejoraba los puntajes en matemáticas. El 29.1% de los estudiantes mostró habilidades culinarias, asociándose significativamente con el consumo de 7 de los 12 grupos de alimentos examinados. La Conclusión del estudio fue que los hábitos alimenticios están vinculados con los logros académicos de los niños en edad escolar, subrayando la importancia de promover hábitos saludables para mejorar el rendimiento académico.

Salinas et al.2021¹⁷ en Ecuador, llevaron a cabo un estudio titulado "Hábitos alimentarios dañinos y rendimientos académicos entre educandos universitarios en la era del Covid-19". El Objetivo fue reconocer la vinculación entre los hábitos alimentarios dañinos y los rendimientos académicos de los alumnos universitarios durante el Covid-19 en Ecuador, específicamente en Azogues. La Metodología utilizada fue descriptiva y transversal, realizada con una muestra de 623 estudiantes de la carrera de Medicina en la UCACUE. Se empleó una encuesta y se analizaron los datos con el software SPSS V20. Los Resultados mostraron que el 64,7% de los participantes eran mujeres, el 58,3% eran de la parroquia canaria y el 82,7% eran católicos. El 10,1% de los estudiantes presentaba bajo rendimiento académico y el 28,6% tenía sobrepeso. Los estudiantes obesos tenían un 63% más de probabilidades de tener un desempeño deficiente. Además, el 82,5% de los alumnos consumía comida chatarra, y estos tenían 3,12 veces más probabilidades de enfermarse. El 85,7% bebía alcohol y el 25,4% consumía drogas, lo que triplicaba las posibilidades de obtener una mala nota. La Conclusión fue que el bajo rendimiento académico no solo está asociado con el género y los antecedentes del estudiante, sino también con la mala nutrición, el consumo de alimentos no sanos y el empleo de drogas, factores que incrementaron el bajo rendimiento académico durante la pandemia.

Hernández et al.2020¹⁸ en España, llevaron a cabo una indagación titulada "Hábitos alimentarios y sus impactos en los rendimientos académicos de educandos de la Licenciatura en Farmacia". El Objetivo fue definir los hábitos alimentarios de los alumnos de la Licenciatura en Farmacia del ICSa y su impacto en los rendimientos académicos. La Metodología fue de enfoque observacional transversal con una muestra no probabilística de 102 encuestas adaptadas de la encuesta sobre alimentación saludable de la Fundación MAPFRE. Los Resultados evidenciaron que alrededor del 50% de los educandos llevaban comida de casa y mantenían el

hábito de desayunar, pero menos de la mitad comía al menos una verdura o fruta al día. El 76% de los estudiantes consideraba que su alimentación impactaba sus rendimientos académicos. La Conclusión del estudio subraya la importancia de aumentar la conciencia sobre hábitos alimentarios saludables y sus impactos en los rendimientos académicos. Se recomienda promover un modo de vida sano y brindar información a los estudiantes para que elijan alimentos que favorezcan su desempeño académico.

Gutiérrez et al. 2022¹⁹ en México, llevaron a cabo un estudio titulado "La vinculación entre hábitos alimenticios, consumo de sustancias y actividades físicas con los rendimientos académicos en educandos del nivel secundario del estado de Zacatecas". El Objetivo fue examinar cómo los hábitos alimenticios, el consumo de sustancias y las actividades físicas intervienen en los rendimientos académicos de estudiantes de secundaria en Zacatecas, México. La Metodología fue cuantitativa, observacional y transversal, y se empleó un cuestionario a 150 educandos sobre hábitos alimenticios, consumo de sustancias y actividades físicas. Los Resultados de la prueba estadística de correlación de Pearson mostraron correlaciones positivas significativas entre los rendimientos académicos y los hábitos alimenticios ($r = 0,82$; $P = 0,000$), así como con las actividades físicas ($r = 0,84$; $P = 0,000$). También se observó una correlación positiva moderada con el consumo de sustancias ($r = 0,69$; $P = 0,000$). La Conclusión fue que los rendimientos académicos estaban significativamente vinculados con los hábitos alimenticios y las actividades físicas, y moderadamente relacionados con el uso de sustancias. Se concluye que un modo de vida saludable tiende a asociarse con un mejor rendimiento académico.

López et al.2022²⁰ en España, realizaron una indagación titulada "Vinculación entre los Hábitos Alimenticios y los Rendimientos Escolares Percibidos: Estudios Transversales entre 46,455 Adolescentes de 42 Países". El Objetivo fue explorar la vinculación

entre los hábitos alimenticios autoinformados y los rendimientos escolares percibidos entre adolescentes de diferentes países. La Metodología incluyó una amplia muestra de 46,455 adolescentes (edad media de 13.7 años) de 42 países. Se recopilaron datos mediante cuestionarios sobre el consumo de verduras, frutas, dulces, bebidas gaseosas, el hábito del desayuno y las comidas familiares. Se emplearon modelos de regresiones logísticas ajustando por varias variables. Los Resultados mostraron que el 20.6% de los varones y el 25.5% de las féminas reportaron un alto rendimiento escolar percibido. El análisis reveló que una alta frecuencia en el consumo de verduras y frutas, un menor consumo de dulces y bebidas gaseosas, el desayuno regular y las comidas familiares frecuentes estaban positivamente asociados con un mejor rendimiento escolar percibido. La Conclusión del estudio es que los hábitos alimenticios sanos, como los consumos regulares de verduras y frutas, la reducción de bebidas azucaradas y la consistencia en las comidas familiares, contribuyen a mejores rendimientos escolares percibidos. Se resalta la importancia de fomentar hábitos alimenticios saludables para mejorar el éxito académico de los jóvenes.

3.2 Antecedentes Nacionales

Benancio et al. 2023²¹ en Huánuco, realizaron una investigación denominada "Hábitos alimentarios y rendimientos académicos en los educandos del Colegio Nacional de Aplicación UNHEVAL-Huánuco". El Objetivo fue identificar la vinculación entre los hábitos alimentarios y los rendimientos académicos en los educandos de este colegio. La Metodología se enmarcó en un estudio básico de tipo correlacional, con una muestra de 37 educandos del 1er grado "B" de secundaria, seleccionados de una población total de 386 estudiantes. Se utilizó un cuestionario para recoger información sobre los hábitos alimentarios de los participantes. Los Resultados probaron que no hay una vinculación significativa entre los hábitos

alimentarios y los rendimientos académicos, con un valor de p de 0,117, mayor que el umbral de 0,05, lo que llevó al rechazo de la hipótesis general del estudio. La Conclusión principal es que, aunque no se encontró una vinculación significativa entre los hábitos alimentarios y los rendimientos académicos, otros factores como las condiciones ambientales, las calificaciones y las experiencias interpersonales pueden influir en los resultados académicos. Se sugiere explorar estos factores en futuras investigaciones.

Zea et al.2023²² en Callao, realizaron una investigación titulada "Vinculación entre los hábitos alimenticios y los rendimientos académicos de los educandos del nivel secundario del Colegio San José Parroquial, La Perla-Callao 2020". El objetivo fue definir cómo intervienen los hábitos alimentarios en los rendimientos académicos de educandos de secundaria con edades entre 15 y 18 años. La Metodología fue de enfoque cuantitativo y transversal, utilizando una encuesta por cuestionario para recopilar datos sobre los hábitos alimentarios de una muestra de 149 educandos de 4to y 5to año de secundaria del Colegio San José Parroquial. Los Resultados mostraron correlaciones positivas entre los hábitos alimentarios saludables y el rendimiento académico. De los 78 estudiantes (52%) que indicaron tener hábitos alimentarios saludables, 68 presentaron promedios académicos entre 14 y 17. La Conclusión es que los alumnos que mantienen hábitos alimentarios adecuados tienden a alcanzar mayores resultados académicos, sugiriendo que la promoción de hábitos saludables podría tener efectos positivos en los rendimientos académicos de los educandos.

Álvaro y Pacora.2023²³ en San Martín, realizaron una investigación titulada "Hábitos alimenticios y rendimientos académicos de educandos de primaria de la I.E. 'Albert Einstein'-Satipo, Valencia con la asesoría de Ma. SP". El objetivo fue definir la vinculación entre los hábitos alimentarios y los rendimientos académicos en educandos de primaria de la I.E. "Albert Einstein" en 2021. La

Metodología empleó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, observacional, descriptivo-correlacional y transversal. Se administró un cuestionario sobre hábitos alimentarios y se utilizaron registros académicos en una muestra aleatoria de 44 educandos. Los Resultados señalaron que el 61.3% de los alumnos tenía hábitos alimentarios saludables y el 38.6% no saludables. En rendimiento académico, el 88.6% de los estudiantes aprobaron y el 11.8% desaprobó. Se observó una correlación positiva fuerte entre hábitos alimentarios y rendimientos académicos (Rho de Spearman = 0,948), mostrando que aquellos con hábitos saludables tendían a rendir mejor académicamente. La Conclusión es que las mejoras en los hábitos alimentarios se asocian positivamente con mejores resultados académicos, subrayando la importancia de promover hábitos alimentarios saludables en las escuelas.

Nieves y Pinglo. 2024²⁴ en Huancayo, realizaron el estudio titulado "Vinculación entre los Hábitos Alimenticios y los Rendimientos Académicos en Educandos de la Universidad Franklin Roosevelt - Huancayo 2024". El Objetivo fue definir cómo los hábitos alimentarios afectan los rendimientos académicos de los estudiantes de esta universidad. La Metodología empleó un diseño observacional, prospectivo, transversal, descriptivo y no experimental en una muestra de 79 educandos. Los Resultados indicaron que el 55.7% de los participantes eran varones y el 48.1% tenían entre 18 y 22 años. Se encontró que el 54.4% de los estudiantes presentaban hábitos alimentarios normales y el 49.4% tenían rendimientos académicos en el rango normal. La Conclusión del estudio fue que existe una vinculación estadísticamente significativa entre los hábitos alimentarios y los rendimientos académicos, sugiriendo que mejorar los hábitos alimentarios puede tener impactos positivos en los rendimientos académicos de los educandos.

Valencia,2019²⁵ en Lima, examinó la vinculación entre los hábitos alimenticios, los estilos de vida y los rendimientos académicos en el curso de Investigación Científica de los estudiantes de VIII ciclo de una universidad privada en Lima. El Objetivo fue definir la vinculación entre estos factores y el rendimiento académico de los educandos. La Metodología fue de enfoque cuantitativo con diseño descriptivo y correlacional, utilizando una muestra de 81 estudiantes y recolectando datos mediante encuestas y cuestionarios específicos. Los Resultados analizados mediante regresión múltiple y la prueba F de Fischer, mostraron correlaciones positivas significativas entre los hábitos alimenticios y los estilos de vida con los rendimientos académicos, con un valor F de 427,042 y un nivel de significancia de 0,000. Las correlaciones altas señalan que un modo de vida sano y adecuados hábitos alimenticios están estrechamente relacionados con un mejor rendimiento en el curso de Investigación Científica. La conclusión es que mantener un modo de vida sano y hábitos alimenticios adecuados está vinculado positivamente con el rendimiento académico en el curso, sugiriendo que estas prácticas pueden beneficiar el desempeño académico.

3.2. Bases teóricas

3.2.1 Hábitos alimenticios

El hábito alimenticio es un patrón de comportamiento vinculado con las elecciones, preparaciones y consumos de alimentos. Estos hábitos se desarrollan a lo largo de la vida y son influenciados por factores sociales, culturales y familiares. Comer no es solo un acto biológico, sino también social y cultural, donde las costumbres y el aprendizaje juegan un papel crucial. La familia es el primer y principal entorno donde se forman los hábitos alimenticios. Los niños aprenden sus primeros patrones de alimentación a través de las prácticas y preferencias alimentarias familiares. La escuela también influye en estos hábitos, ya que los niños pasan gran parte de su

tiempo allí, lo que puede afectar sus elecciones alimentarias y su educación nutricional²⁶.

Los hábitos alimenticios saludables deben iniciarse desde la infancia. La lactancia materna, por ejemplo, no solo favorece el desarrollo saludable, sino que mejora la formación cognoscitiva y reduce el riesgo de padecimientos como la obesidad en posteriores etapas de la vida OMS, 2018 ²⁷. Establecer preferencias por alimentos nutritivos desde una edad temprana asegura una dieta rica en minerales y vitaminas, fundamental para el desarrollo óptimo y el rendimiento escolar.

La formación de hábitos alimenticios es un procedimiento gradual que se enfoca en la repetición y la exposición continua a diferentes alimentos²⁸. Estos hábitos se adoptan paulatinamente y reflejan tanto las preferencias personales como las influencias culturales y sociales.

3.2.1.1 Impacto en el Rendimiento Escolar

La cantidad y calidad de los disponibles alimentos afectan directamente la capacidad de aprendizaje y el rendimiento académico. La ausencia de una nutrición apropiada puede originar dificultades de salud y bajo rendimiento escolar, así como a problemas como la repetición de año y la deserción, es importante que los centros educativos ofrezcan opciones alimenticias saludables, dado que los niños pasan mucho tiempo en estos entornos. Ramirez, 2024²⁹.

Por otro lado, los hábitos alimenticios son costumbres y conductas adquiridas por los individuos para alimentarse, y pueden ser un tema controvertido debido a la variedad de métodos de preparación y tipos de alimentación existentes. Estos hábitos se originan en el entorno familiar, pero están sujetos a influencias culturales, mercadotécnicas, religiosas, económicas y del conocimiento sobre una alimentación saludable. Avalos²⁸, destaca que las elecciones alimentarias cuando

comemos en solitario pueden estar influenciadas por factores sociales, ya que desarrollamos actitudes y hábitos a través de la interacción con otras personas. Molina³⁰, agrega que la familia y los amigos pueden desempeñar una función esencial en la modificación de los hábitos alimenticios, siempre y cuando se adopten estrategias alimentarias aceptables para todos. Según Lastre ³¹, los hábitos alimentarios son conductas colectivas, conscientes y repetitivas que llevan a los sujetos a elegir, consumir y emplear definidos alimentos o dietas en respuesta a influencias culturales y sociales. Estos hábitos se desarrollan y cambian durante las diferentes etapas de la vida.

Tal como lo menciona Latham,2001³², los hábitos alimenticios son adquiridas costumbres a lo largo de la vida que influyen en la forma de alimentarse. Estos hábitos deben ser equilibrados, variados y suficientes, y siempre conviene complementarlo con ejercicios físicos regulares para conservar una buena salud. Una dieta apropiada debe incluir cantidades suficientes de una variedad de alimentos para satisfacer los requerimientos nutricionales y energéticas del cuerpo.

Macías,2012³³, señalan que los hábitos alimenticios puede ser complejo debido a la diversidad de conceptos existentes. No obstante, el gran número de las definiciones coinciden en que estos hábitos son conductas colectivas e individuales vinculados cuándo, con qué, cómo, dónde, con qué, con quién y por qué se consume el alimento. Estas prácticas están profundamente involucradas en el contexto sociocultural de las personas.

En este contexto, una alimentación completa y balanceada puede contribuir al rendimiento académico de los estudiantes. Meltzer,2019³⁴, indica que para lograr un aprendizaje satisfactorio es esencial que el sistema nervioso funcione adecuadamente. Por ello, se recomienda seguir una dieta balanceada que incluya cinco comidas diarias: desayunos, colaciones matutinas, comidas, colaciones vespertinas y cenas. Particularmente, el desayuno juega

un papel crucial, ya que proporciona la energía necesaria para que el estudiante asimile y procese la información en el aula, mejorando así el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Según Barriguete,2017³⁵, los hábitos alimentarios se identifican como comportamientos colectivos repetitivos que influyen en la forma en que las personas eligen, usan y consumen alimentos y nutrición en función de influencias sociales y culturales. Estos hábitos se forman principalmente en el entorno familiar, lo que influye decisivamente en los primeros años de vida.

El mejor momento para desarrollar buenos hábitos alimentarios es durante la niñez, cuando estos hábitos se forman compulsivamente a través de comportamientos repetitivos e influencias familiares. Con el tiempo, la influencia familiar disminuye a medida que los niños crecen, y los hábitos alimenticios se ven moldeados por otros factores como el ambiente cultural y social en el que se desenvuelven.

Para las escuelas, esto suele suponer un desafío a los nuevos hábitos alimentarios de los infantes, y aunque juega un papel clave en la promoción de hábitos alimentarios adecuados, en muchos casos estos hábitos no son precisamente saludables. La influencia de la escuela en la alimentación de los niños, ya que introduce cambios en los hábitos alimentarios previos y ofrece oportunidades para la educación sobre nutrición.

Adoptar hábitos alimentarios saludables es fundamental para el crecimiento y desarrollo óptimo de los infantes. Una buena alimentación depende no sólo de la cantidad de alimentos consumidos, sino también de la calidad de los mismos. Por tanto, la cantidad y calidad de los alimentos tienen impactos directos en la salud y el bienestar general. Es esencial que los niños reciban educación sobre nutrición que enfatice la importancia de elegir

alimentos nutritivos y equilibrados para asegurar un desarrollo físico y cognitivo saludable.

3.2.1.2 Alimentación

Tachoures, 2021³⁶ señala que el alimento no solo proporciona la energía necesaria para el funcionamiento del cuerpo, sino que también está imbuido de tradiciones y componentes emocionales, lo que hace que cambiar los hábitos alimenticios sea un desafío significativo Mora³⁷. Durante la infancia, los hábitos alimentarios están determinados en gran medida por la imitación de los adultos, y los padres deben estar atentos a los cambios en el gusto y apetito de los infantes, influenciados por su actividad física. La alimentación adecuada no solo influye en la salud general y el rendimiento escolar, sino también en el estado emocional, y adoptar hábitos saludables desde temprana edad puede disminuir los riesgos de graves enfermedades en el futuro Hernández, 2020³. Por ello, las escuelas cumplen una función esencial en la promoción de dietas equilibradas y en la educación nutricional de los niños, dado que muchos consumen varias de sus comidas diarias en estos entornos.

3.2.1.3 Factores que Influyen en la Alimentación

En el comportamiento alimentario, diversos factores determinantes influyen en las elecciones y hábitos de alimentación. A continuación, se presenta una síntesis de estos factores:

Genética: Las variaciones genéticas pueden afectar la regulación de la saciedad y el apetito. Donde, mutaciones en el gen del receptor de leptina pueden provocar obesidad extrema al alterar el control del apetito y la saciedad Cecil et al., 2012³⁸.

Sexo: Existen diferencias en los patrones alimentarios entre niños y niñas. Las niñas tienden a preferir alimentos de densidad menor calórica, verduras y frutas y más que los infantes Keller et al., 2019³⁹.

Edad: Con el tiempo, los comportamientos alimentarios como comer en exceso o ser selectivo con los alimentos pueden variar. Los niños suelen ganar autonomía en la alimentación a medida que crecen, lo que puede intervenir en sus alimentarios patrones Nicklaus, 2017⁴⁰.

Nivel socioeconómico de los padres: Los niveles socioeconómicos afectan los comportamientos alimentarios de los infantes. También tienden a consumir más alimentos poco saludables y bebidas azucaradas Contreras et al., 2015⁴¹.

3.2.1.4 Requerimientos nutricionales del niño

Para un desarrollo óptimo en la etapa preescolar, es crucial que los niños consuman una dieta rica en nutrientes que apoyen su crecimiento y aprendizaje. Los alimentos recomendados incluyen frutos secos, quesos, pescados y arroz, que son excelentes fuentes de fósforo, esencial para el desarrollo mental González , 2020⁴². Además, las legumbres y cereales aportan glucosa, que es fundamental durante los procesos intelectuales. Las vitaminas del complejo B, como B1, B2, B3, B6 y B12, también son primordiales para el desarrollo cognitivo y la salud general. Es importante evitar sustancias nocivas como la cafeína, que puede afectar negativamente el bienestar y los aprendizajes de los infantes.

3.2.2 Rendimiento académico

La definición de rendimiento académico tiene raíces etimológicas en la palabra latina "reddere", que significa "devolver" o "dar algo a cambio". Navarro, 2003⁴³, sugiere que el rendimiento académico refleja cómo el estudiante "devuelve" el conocimiento adquirido a través de la aplicación o difusión de este.

En términos más contemporáneos, Duarte et al. 2022⁴⁴ definir el rendimiento académico como una evaluación cualitativa y cualitativa del progreso hacia las metas educativas. Esta definición enfatiza que

el desempeño se mide con base en el logro de metas educativas en varias materias del sistema educativo.

Por otro lado, Vivas 2020⁴⁵ abordan el rendimiento académico desde una perspectiva externa, describiéndolo como la cuantificación de los conocimientos adquiridos por el educando a lo largo de un ciclo académico. Según estos autores, el rendimiento académico se evalúa de manera continua en todas las materias, permitiendo así una evaluación integral del aprendizaje del estudiante.

3.2.2.2. Importancia del Rendimiento Académico

Los rendimientos académicos son importantes en el contexto educativo, ya que proporciona una medida numérica y cualitativa que representa los niveles de aprendizajes alcanzados y las consecuciones de los fines académicos. Según Basto 2017⁴⁶, esta medida es fundamental para definir evaluaciones cuantificables de los logros educativos. Los niveles de rendimientos académicos se considera un directo indicador del éxito del alumno en relación con los objetivos propuestos por el sistema educativo. En el caso del sistema educativo peruano, esto implica evaluar las capacidades, habilidades y conocimientos que el estudiante debe adquirir a lo largo de los diferentes niveles académicos estandarizados.

3.2.2.3. Aprendizaje

El concepto de aprendizaje ha sido fin de investigación extensiva a lo largo del tiempo, adaptándose a los cambios coyunturales y al desarrollo tecnológico. Rodríguez 2011⁴⁷ describe los aprendizajes como un procedimiento mediante el cual se desarrollan destrezas y habilidades, mejorando valores y conductas, adquiriendo conocimientos nuevos. Este proceso incluye la mejora del razonamiento, la formación, la experiencia y el análisis. Históricamente, el ser humano ha demostrado una capacidad constante para adaptarse a su entorno y actualizar sus

conocimientos, reflejando la naturaleza dinámica y evolutiva del aprendizaje.

3.2.2.4. Teorías del Aprendizaje

Las teorías del aprendizaje en el campo educativo buscan entender los procedimientos mediante los cuales los sujetos obtienen conocimientos, y, en consecuencia, desarrollar metodologías didácticas más efectivas. Según Rodríguez 2011⁴⁷, estas teorías son fundamentales para optimizar la enseñanza y lograr los objetivos académicos deseados.

Entre las principales teorías del aprendizaje, se encuentran:

Conductismo: se centra en los comportamientos observables y medibles. Esta teoría afirma que los aprendizajes se producen asociando estímulos y respuestas, y que el refuerzo y el castigo son necesarios para modificar el comportamiento⁴⁸.

Cognitivism: A diferencia del conductismo, el cognitivism considera que el aprendizaje involucra procesos como la memoria, el pensamiento, y las resoluciones de problemas. Los psicólogos cognitivos estudian cómo los individuos procesan, almacenan y recuperan la información.⁴⁹

Constructivism: Establecido por teóricos como Jean Piaget, cree que los aprendizajes son procesos activos y constructivos. Conforme esta teoría, los sujetos construyen su propia comprensión y conocimientos del mundo mediante la experiencia y la reflexión. El aprendizaje se considera un proceso continuo que se adapta y evoluciona a medida que el individuo interactúa con su entorno y reflexiona sobre sus experiencias.⁵⁰

3.2.2.5. Tipos de Rendimiento Académico

Limaico,2020⁵¹ se identificaron dos componentes principales que intervienen en los rendimientos académicos: componentes externos

e internos. Los componentes externos incluyen las enseñanzas docentes, las participaciones familiares, las situaciones económicas y el sistema educativo, mientras que los internos están vinculados con las actitudes de los educandos, como la motivación, la personalidad y la autoestima.

La clasificación del rendimiento académico en dos tipos, según Garbanzo,2012⁵², incluye el rendimiento individual y el rendimiento social. Los rendimientos individuales se refieren a las búsquedas constante de conocimientos, habilidades y actitudes por parte del estudiante, mientras que los rendimientos sociales se refieren a la influencia del centro educativo en el estudiante y su interacción con el grupo.

También añade otras categorías de rendimiento, como el rendimiento objetivo, que se mide mediante instrumentos de evaluación, y el rendimiento subjetivo, basado en la opinión del profesor sobre las capacidades del estudiante. Estos tipos de rendimiento ayudan a comprender mejor las capacidades y logros del estudiante en diferentes contextos.

3.2.2.6. Factores Asociados al Rendimiento Académico

Los rendimientos académicos están influenciados por una variedad de factores interrelacionados que afectan tanto el desarrollo como el estatus de los estudiantes. Entre los factores más relevantes se encuentran:

Relación Profesor-Alumno: Las interacciones entre el educador y sus educandos es crucial para el rendimiento académico. Según García, 2014⁵³, la afectividad y el apoyo emocional que un docente muestra hacia sus alumnos pueden predecir de manera significativa los resultados académicos de estos. Un ambiente positivo y una relación de confianza facilitan el aprendizaje y fomentan un mayor compromiso por parte de los estudiantes.

Calidad de la Enseñanza: Una enseñanza deficiente puede impactar negativamente en los rendimientos académicos de los educandos. La falta de claridad en la explicación de los contenidos, métodos de enseñanza inapropiados, y la falta de recursos didácticos adecuados pueden resultar en una comprensión ineficaz del material, afectando así el rendimiento de los estudiantes.

Participación en Clases: La participación activa de los estudiantes durante las clases es fundamental para su aprendizaje. La integración de todos los alumnos en el proceso educativo, promovida por el docente, asegura una mayor implicación y comprensión del material. La participación regular en discusiones y actividades en clase ayuda a consolidar el conocimiento y mejora los rendimientos académicos.

Influencia de los Pares: Los compañeros de clase también cumplen una función esencial en los rendimientos académicos. La influencia de los pares puede ser positiva o negativa dependiendo del grupo de compañeros con el que un estudiante interactúe. Los estudiantes que se rodean de compañeros motivados y comprometidos tienden a rendir mejor académicamente, mientras que aquellos en ambientes menos positivos pueden enfrentar dificultades.

3.2.2.7. Niveles del Rendimiento Académico

De acuerdo con Matalka 2022⁵⁴, el rendimiento académico se clasifica en dos niveles principales:

Rendimiento Académico Bajo: Este nivel se caracteriza por la dificultad que enfrentan los estudiantes para asimilar y aprovechar adecuadamente los conocimientos durante los procesos de aprendizajes. Los educandos que se encuentran en esta categoría a menudo tienen problemas para alcanzar los objetivos educativos propuestos, lo que se refleja en calificaciones inferiores y una comprensión limitada del material.

Rendimiento Académico Alto: También conocido como excelente, este nivel describe a aquellos estudiantes que no solo han adquirido los conocimientos necesarios, sino que también demuestran una capacidad destacada para avanzar hacia grados académicos superiores. Los estudiantes con rendimiento académico alto suelen mostrar un dominio sólido de los contenidos y habilidades que les permite sobresalir en su desempeño educativo y prepararse eficazmente para etapas académicas posteriores.

3.2.2.8. Áreas del Rendimiento Académico

De acuerdo con Grasso 2020⁵⁵, el rendimiento académico se puede categorizar en tres áreas principales:

Rendimiento Conceptual: Se refiere al conjunto de calificaciones obtenidas por el educando mediante evaluaciones escritas y prácticas. Esta área evalúa el dominio del contenido teórico y conceptual que el estudiante ha adquirido durante el proceso educativo. El rendimiento conceptual es fundamental para medir los conocimientos y la comprensión de las temáticas tratadas en el currículo.

Rendimiento Procedimental: Incluye la calificación que el educando obtiene mediante la realización de trabajos grupales o individuales. Este tipo de rendimiento evalúa la capacidad del estudiante para aplicar conocimientos y habilidades en la realización de tareas específicas, reflejando su habilidad para realizar procesos y procedimientos relacionados con el aprendizaje.

Rendimiento Actitudinal: Comprende las calificaciones obtenidas a través de la asistencia y actitud del estudiante en clase. Esta área mide el compromiso, la participación y el comportamiento del estudiante, aspectos que son importantes para el éxito académico pero que no siempre se reflejan directamente en las evaluaciones escritas o en la elaboración de trabajos.

3.3. Marco conceptual

3.3.1. Hábitos alimenticios

Se describen como una agrupación de hábitos y comportamientos colectivos que influyen en la forma en que se seleccionan, preparan y consumen alimentos específicos, y que deben proporcionar suficientes nutrientes para que el cuerpo tenga la energía que necesita para realizar las actividades diarias. Paillaco & Solano, 2011⁵⁶.

3.3.2. Rendimiento académico

El rendimiento académico de un educando se refiere al logro de los objetivos establecidos en las diferentes asignaturas que forman parte de un plan de estudios dentro de un contexto específico Fernández et al., 2020⁵⁷.

3.3.3. Nutrición

La nutrición es el procedimiento por el cual el organismo recibe, digiere, absorbe, moviliza, emplea y excreta sustancias alimentarias que aportan una serie de beneficios para el desarrollo, mantenimiento y recuperación del organismo. Asimismo, excepto la ingesta de alimentos, todo el proceso de nutrición es involuntario. Corio & Arbonés, 2009⁵⁸.

3.3.4. Desempeño Escolar

Es el conjunto de cambios en los aspectos cognitivos, habilidades, actitudes, competencias, ideales e intereses, que se manifiestan a través del proceso educativo, reflejándose en la forma en que los estudiantes enfrentan los desafíos diarios y en sus interacciones con los demás. Quiroz, 2010⁵⁹.

3.3.5. Dieta Balanceada

Una dieta balanceada se refiere a un tipo de alimentación que incluye todos los nutrientes esenciales que el organismo requiere para funcionar de forma óptima. Estos nutrientes incluyen proteínas, hidratos de carbono, vitaminas, minerales, grasas, agua y fibra, todos los cuales deben estar presentes en cantidades adecuadas para mantener la salud y el bienestar. Carbajal, 2018⁶⁰

3.3.6. Malnutrición

La malnutrición es un estado que resulta de la ingesta inadecuada, ya sea por carencias, excesos o desequilibrios de calorías y nutrientes, y se manifiesta en tres formas principales: desnutrición, incluye pérdida de peso, retraso del crecimiento y desnutrición, incluidas deficiencias o excesos de vitaminas y minerales importantes, obesidad y enfermedades no transmisibles vinculadas con la dieta, como enfermedades cardíacas, diabetes y ciertos cánceres.OMS,2024⁶¹

3.3.7. Concentración

Es un proceso mental que, a través del razonamiento, permite enfocar voluntariamente toda la atención en un objetivo, objeto, tarea o actividad específica, ignorando cualquier distracción o factor que pueda interferir con dicho enfoque. Cataluña,2023⁶²

3.3.8. Memoria

Es la facultad del cerebro para almacenar, retener y recuperar información y es fundamental para el aprendizaje, ya que permite a las personas recordar y aplicar saberes y experiencias anteriores en situaciones futuras. Kundera, 2014⁶³

3.3.9. Comida Chatarra

La comida chatarra es un término coloquial que se refiere a alimentos con un valor nutricional limitado, caracterizados por su escasa aportación de proteínas, vitaminas o minerales, y su alta cantidad de

calorías provenientes de azúcar o grasa, conocidas como "calorías vacías. Orjuela,2017⁶⁴

3.3.10. Capacidad Cognitiva

La capacidad cognitiva es un conjunto de procedimientos mentales que ayudan los procesamientos de informaciones, lo cual nos facilita interactuar y asociarnos de forma adaptativa en la cotidianidad. Entre estas capacidades se encuentran la memoria, la atención y el lenguaje, que nos permiten responder a estímulos. Además, estas capacidades pueden ser potenciadas y mejoradas mediante intervenciones específicas. Libiano,2022.⁶⁵

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de Investigación

En el desarrollo del estudio se empleó un enfoque cuantitativo. Conforme Hernández⁶⁶, el estudio cuantitativo se gestiona mediante la recopilación y análisis de datos y estadísticas para obtener informaciones confiables sobre el comportamiento de un grupo específico de sujetos.

Este estudio es de tipo básico. Donde según Hernández ⁶⁶, la investigación de tipo básica se particulariza por tener alcances prácticos y estar respaldada por normas y manuales técnicos para la recolección de información. Este tipo de estudio se centra en la resolución de problemas y busca generar resultados que puedan aplicarse a diferentes contextos sociales dentro del marco de las teorías estudiadas. En otras palabras, la investigación básica se centra en desarrollar conocimiento fundamental que pueda ser utilizado para comprender y resolver problemas en una variedad de situaciones, basándose en metodologías estandarizadas y técnicas rigurosas.

El nivel correlacional Según Hernández ⁶⁶, se utiliza para explorar y medir relaciones entre variables. Esta metodología es crucial para establecer asociaciones que pueden orientar futuras investigaciones más profundas, como estudios experimentales que busquen identificar causas y efectos específicos.

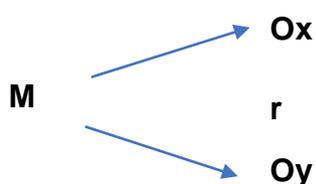
4.2. Diseño de la Investigación

Se realizó una investigación no experimental – descriptivo correlacional. Según Hernández, 2014, En este tipo de investigaciones las variables se analizan en su contexto natural, sin elementos que cambien el comportamiento en cuestión. De manera similar, los estudios descriptivos describen las particularidades inherentes de las variables de indagación, mientras que los estudios

de diseño correlacional tienen como objetivo determinar las relaciones entre las variables del estudio.⁶⁶.

Correlacional de corte transversal. Según Rodríguez y Mendivelso, 2018⁶⁷, un estudio de corte transversal recolecta datos de las variables en un instante específico del estudio, permitiendo examinar su incidencia sin establecer relaciones causales. Este tipo de estudio es valioso para obtener una visión rápida y precisa del estado de las variables en un punto temporal determinado, facilitando la evaluación de la prevalencia y las relaciones entre estas variables en el momento de la recolección de datos.

Esquema del diseño correlacional



M: La muestra

O: Las Observaciones

xy: Subíndices

r: Correlación

4.3. Hipótesis general y específicas

Existe relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.

4.3.1. Hipótesis específicas

Existe relación significativa entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.

Existe relación significativa entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.

Existe relación significativa entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.

4.4. Identificación de las variables

Variable 1: hábitos alimenticios

Dimensiones:

- Tipos de alimentos
- Lugar de consumo
- Frecuencia de consumo

Variable 2: Rendimiento académico

Dimensiones:

- Rendimiento conceptual
- Rendimiento Procedimental
- Rendimiento actitudinal

4.5. Matriz de operacionalización de variables

Definición conceptual: Los hábitos alimentarios se refieren a una agrupación de conductas que una persona desarrolla a través de la repetición en las elecciones, preparaciones y consumos de alimentos. Cuando estos hábitos se extienden a una comunidad, suelen denominarse costumbres⁶⁸.

Definición operativa: Las conductas de las madres responsables de proporcionar la alimentación al niño serán evaluadas mediante un cuestionario.

Tabla 1

Matriz operacionalización de la variable Hábitos Alimenticios

Variable	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala de valores	niveles y rangos	Tipo de variable estadística
Hábitos alimenticios	Tipos de alimentos	Ingesta de alimentos ricos en calorías.	1-10	Adecuado	Bajo	Ordinal
		Ingesta de alimentos bajos en calorías		-	Modera	
		Ingesta de alimentos energéticos		inadecuado	Alto	
Hábitos alimenticios	Lugar de consumo	En el hogar	11-16	Adecuado	Bajo	Ordinal
		En el colegio		-	Modera	
		En lugares externos		inadecuado	Alto	
Hábitos alimenticios	Frecuencia de consumo	Horarios fijos	17-27	Adecuado	Bajo	Ordinal
		En cualquier momento		inadecuado	Modera	
		Alimentos entre comidas		o	Alto	

Variable 2: Rendimiento académico

La definición conceptual se refiere a la evaluación y medición de las habilidades que se manifiestan en diversas evidencias, las cuales se utilizan para obtener un promedio. Esto refleja lo que el educando ha aprendido y comprendido como resultado de la implementación de una metodología formativa⁶⁹.

La definición operacional se enfoca en evaluar el progreso de las habilidades del estudiante a través de varios factores medibles, que se reflejan en su registro de calificaciones, categorizadas como: Excelente, Bueno, Regular, o Deficiente.

Tabla 2

Matriz operacionalización de la variable Rendimiento Académico

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	niveles y rangos	Tipo de variable estadística
Rendimiento académico	Rendimiento conceptual	Resultados en exámenes Resultados en prácticas	1-8	Adecuado o inadecuado	Bajo Medio Alto	Ordinal
	Rendimiento procedimental	Elaboración de trabajos individuales Elaboración de trabajos en grupo	9-14	Adecuado o inadecuado	Bajo Medio Alto	Ordinal
	Rendimiento actitudinal	Asistencia Participación en las clases	15-20	Adecuado o inadecuado	Bajo Medio Alto	Ordinal

4.6. Población – Muestra

Población:

La población objeto de investigación está constituida por los estudiantes del nivel secundario de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, en San Pedro, durante el año 2024. En total, esta población incluye 56 estudiantes que cursan desde el primer hasta el quinto grado de secundaria. Este grupo comparte características relevantes para el estudio, ya que se busca examinar la relación entre sus hábitos alimenticios y su rendimiento académico. Según Hernández et al.⁶⁶, la población se define como "el conjunto de casos que poseen una serie de características en común". En este caso, la población abarca a todos los estudiantes de secundaria que asisten a la institución y que participan en el estudio.

Muestra:

Para este estudio, se decidió trabajar con la totalidad de la población, que estuvo constituida por 56 estudiantes del nivel secundario de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II en San Pedro, durante el año 2024. Dado el tamaño accesible de la población, no se realizó una selección muestral. Todos los estudiantes que cursaban desde el primero hasta el quinto grado de secundaria fueron incluidos en la investigación, lo que permitió obtener una visión completa y precisa de la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en esta institución. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014)⁶⁶, en estudios donde la población es relativamente pequeña y accesible, "es recomendable trabajar con la totalidad de la población" para obtener resultados más representativos y evitar el sesgo que podría introducirse al seleccionar una muestra. En este caso, la población era lo suficientemente manejable como para analizarla en su totalidad.

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información

Técnica: La técnica seleccionada para la recolección de datos en esta investigación fue la encuesta. Según Abarza, esta técnica es especialmente útil para obtener opiniones diversas e impersonales que son de interés para el investigador. La encuesta permite recopilar datos de una amplia gama de participantes de manera sistemática, garantizando que se puedan analizar patrones y tendencias en los hábitos alimenticios de los estudiantes.

Instrumento: El instrumento utilizado fue un cuestionario diseñado específicamente para evaluar los hábitos alimenticios de los estudiantes. Este cuestionario estaba compuesto por 27 ítems distribuidos en tres dimensiones clave: el tipo de alimentos consumidos, el lugar de consumo, y la frecuencia de consumo de alimentos. Estos ítems fueron seleccionados cuidadosamente para captar una imagen integral de los hábitos alimentarios de los estudiantes, permitiendo así una evaluación detallada y precisa.

4.8. Técnicas de análisis y procesamiento de datos

Para el procesamiento y análisis de los datos, se examinó la información proporcionada por cada participante. Inicialmente, los datos recopilados fueron almacenados y organizados en el programa Microsoft Excel, donde se codificaron. Posteriormente, estos datos se transfirieron al software estadístico SPSS versión 25, que se utilizó para realizar el análisis estadístico detallado.

En el análisis univariado, se aplicó la estadística descriptiva, que, según Córdoba, es un proceso estadístico que utiliza diversos métodos para desarrollar la investigación. Este tipo de análisis empleó tablas de frecuencias, porcentajes y gráficos, los cuales fueron generados en Microsoft Excel. Para el análisis bivariado, se utilizó la estadística inferencial. De acuerdo con Córdoba, esta metodología permite generalizar las características de una población basándose en una muestra. En este contexto, se aplicó la prueba no

paramétrica de Rho de Spearman, con el objetivo de identificar la correlación entre las variables estudiadas, utilizando el programa SPSS. Además, se realizaron tanto análisis univariados como bivariados. Según Cortés, el análisis univariado se enfoca en estudiar el comportamiento de una única variable, mientras que el análisis bivariado se emplea para establecer relaciones entre dos o más variables.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados

Tabla 3

Categorización por Edad

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	12	9	16,1%
	13	12	21,4%
	14	8	14,3%
	15	14	25,0%
	16	13	23,2%
	Total	56	100,0%

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 1

Categorización por Edad

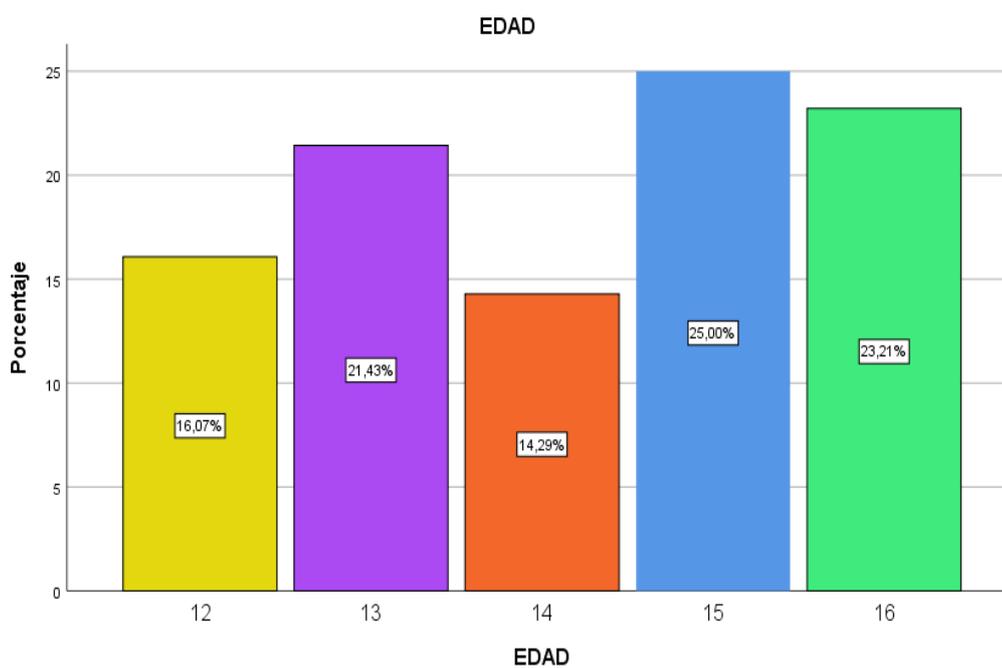


Tabla 4

Categorización por sexo

		Sexo			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Femenino	17	30,4	30,4	30,4
	Masculino	39	69,6	69,6	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 2

Categorización por sexo

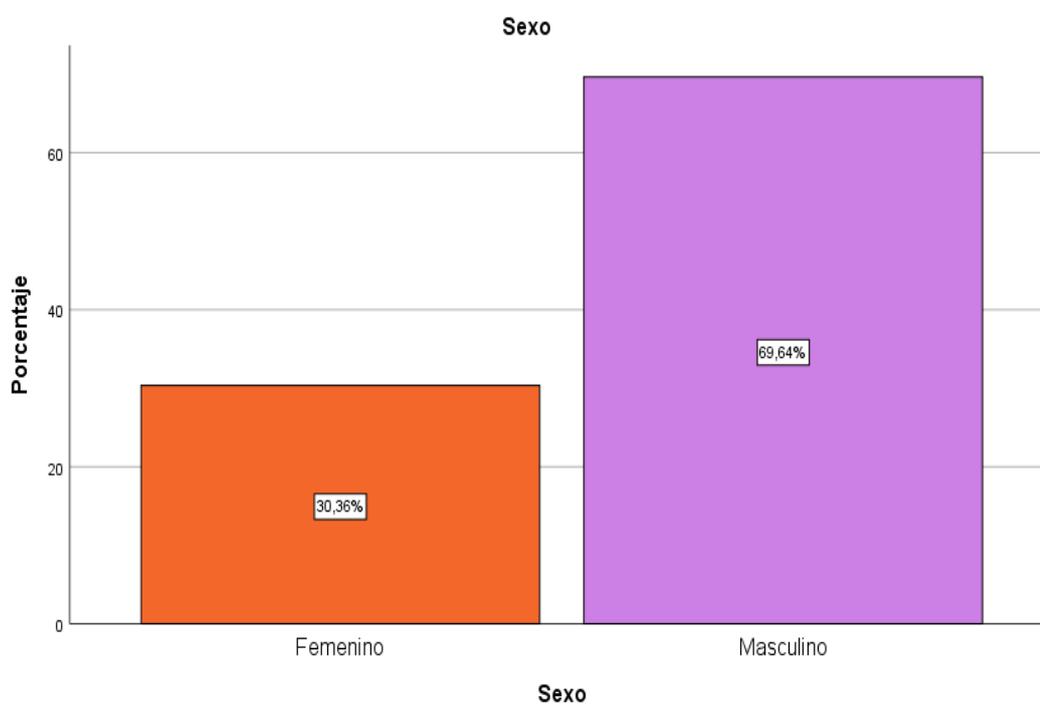


Tabla 5*Categorización por grado*

		Grado			
Válido		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	Cuarto Grado	7	12,5	12,5	12,5
	Primer Grado	21	37,5	37,5	50,0
	Quinto Grado	9	16,1	16,1	66,1
	Segundo Grado	11	19,6	19,6	85,7
	Tercer Grado	8	14,3	14,3	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos Matriz

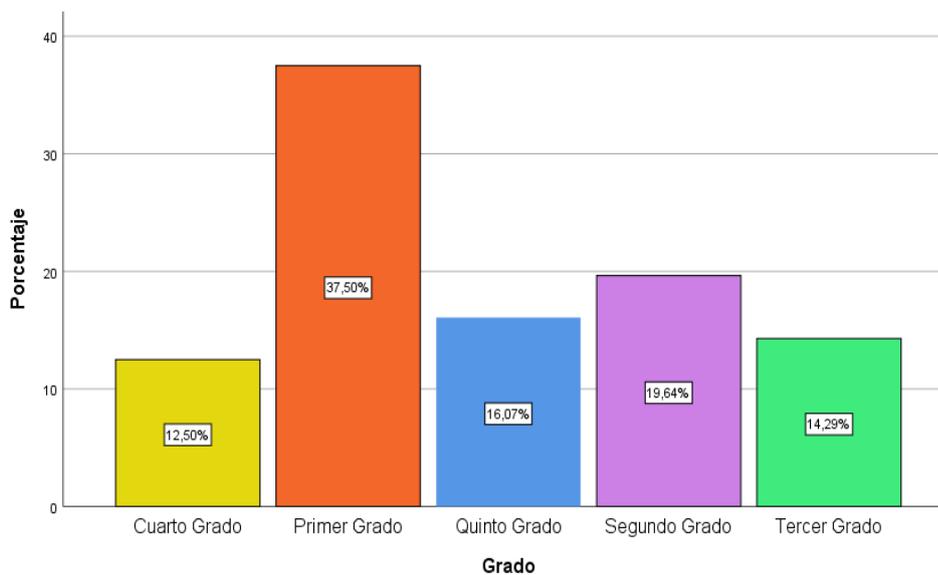
Figura 3*Categorización por grado*

Tabla 6

Resultado de la variable Hábitos alimenticios

Hábitos Alimenticios					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
		a	e	e válido	e acumulado
Válido	Bajo	20	35,7	35,7	35,7
	Moderado	19	33,9	33,9	69,6
	Alto	17	30,4	30,4	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 4

Resultado de la variable Hábitos alimenticios

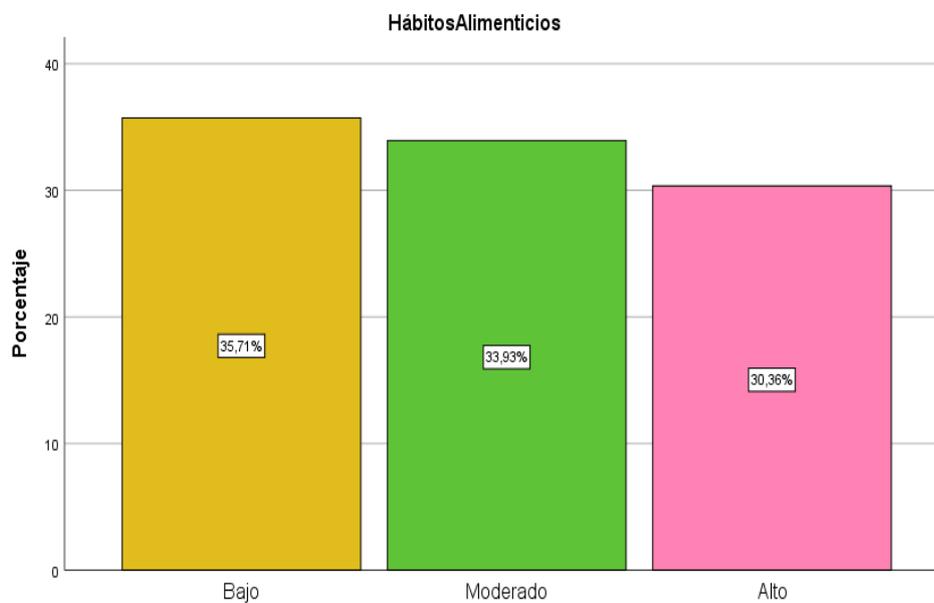


Tabla 7

Resultado de la Dimensión por tipos de alimentos

		Tipos de Alimentos			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Ricos en calorías	24	42,9	42,9	42,9
	Bajos en calorías	15	26,8	26,8	69,6
	Energéticos	17	30,4	30,4	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 5

Resultado de la Dimensión por tipos de alimentos

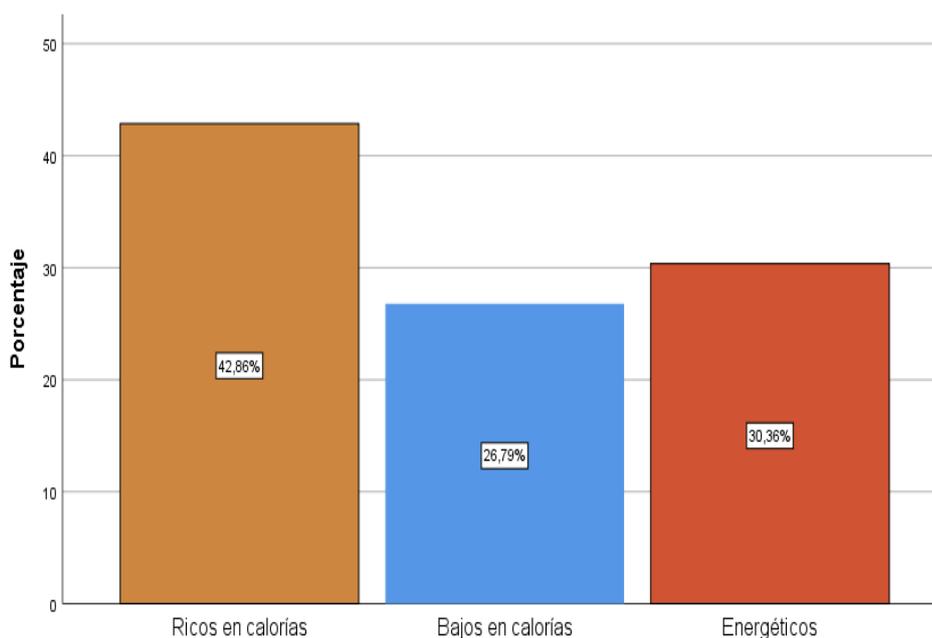


Tabla 8*Resultado de la Dimensión por Lugar de consumo*

		Lugar de consumo			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	En el hogar	19	33,9	33,9	33,9
	En el colegio	16	28,6	28,6	62,5
	En lugares externos	21	37,5	37,5	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos Matriz

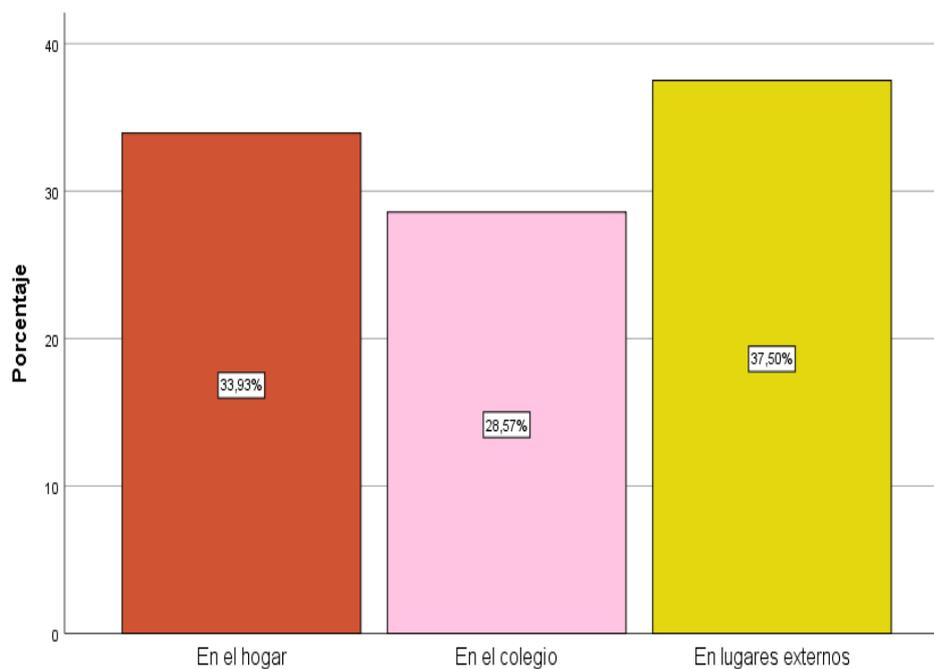
Figura 6*Resultado de la Dimensión por Lugar de consumo*

Tabla 9*Resultado de la Dimensión por Frecuencia de consumo*

		Frecuencia de consumo			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Horarios fijos	24	42,9	42,9	42,9
	En cualquier momento	16	28,6	28,6	71,4
	Alimentos entre comidas	16	28,6	28,6	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos Matriz

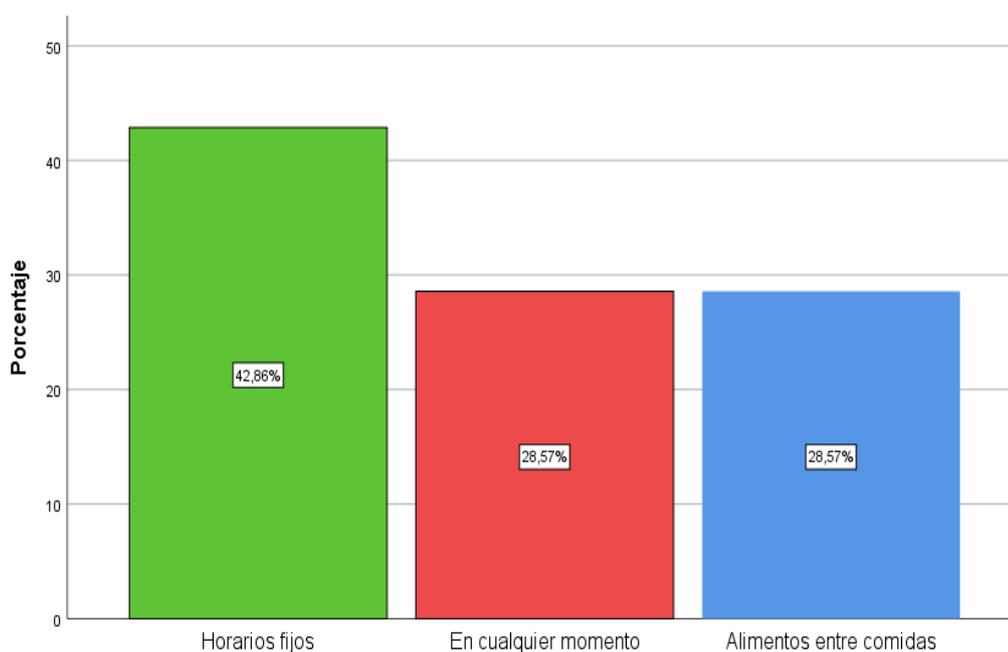
Figura 7*Resultado de la Dimensión por Frecuencia de consumo*

Tabla 10

Resultado de la variable por Rendimiento Académico

Rendimiento Académico				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja	23	41,1	41,1
	Media	18	32,1	73,2
	Alta	15	26,8	100,0
	Total	56	100,0	100,0

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 8

Resultado de la variable por Rendimiento Académico

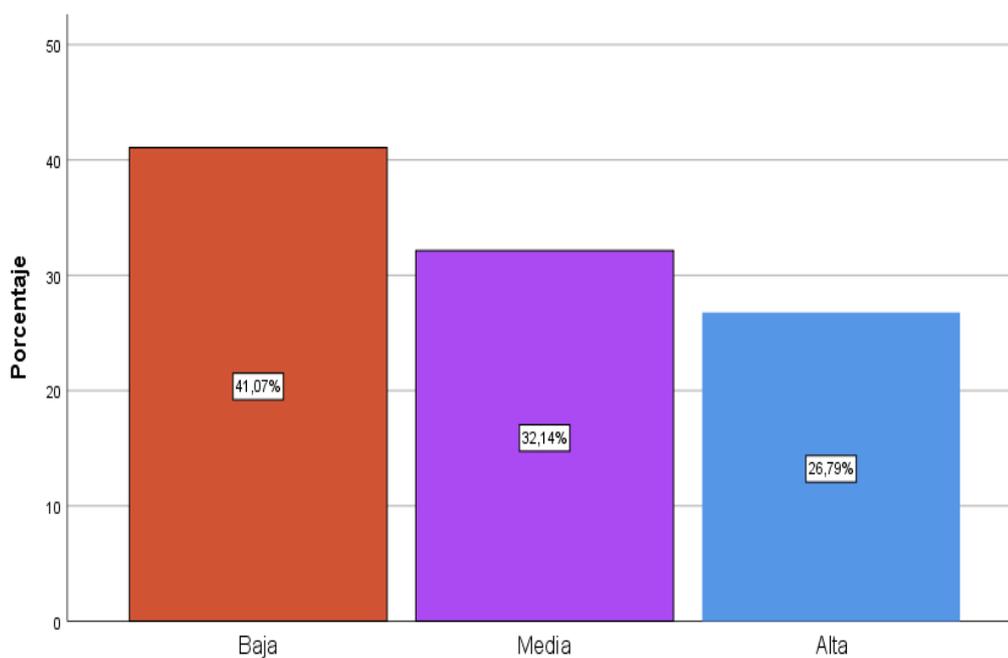


Tabla 11

Resultado de la dimensión por Rendimiento conceptual

		Rendimiento conceptual			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	12	21,4	21,4	21,4
	Medio	21	37,5	37,5	58,9
	Alto	23	41,1	41,1	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 9

Resultado de la dimensión por Rendimiento conceptual

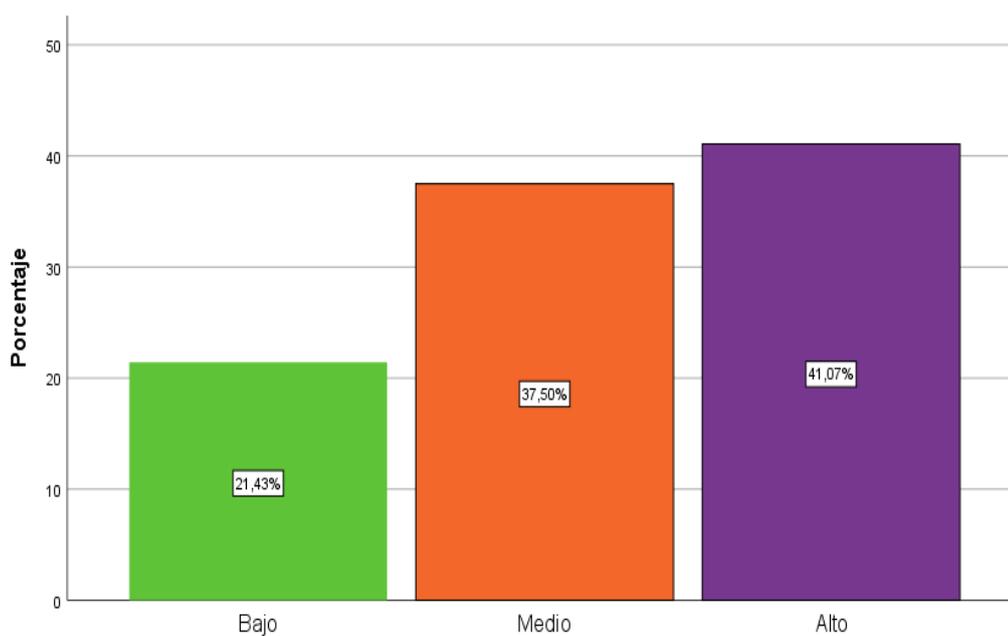


Tabla 12

Resultado de la dimensión por Rendimiento procedimental

Rendimiento procedimental					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	22	39,3	39,3	39,3
	Medio	13	23,2	23,2	62,5
	Alto	21	37,5	37,5	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 10

Resultado de la dimensión por Rendimiento procedimental

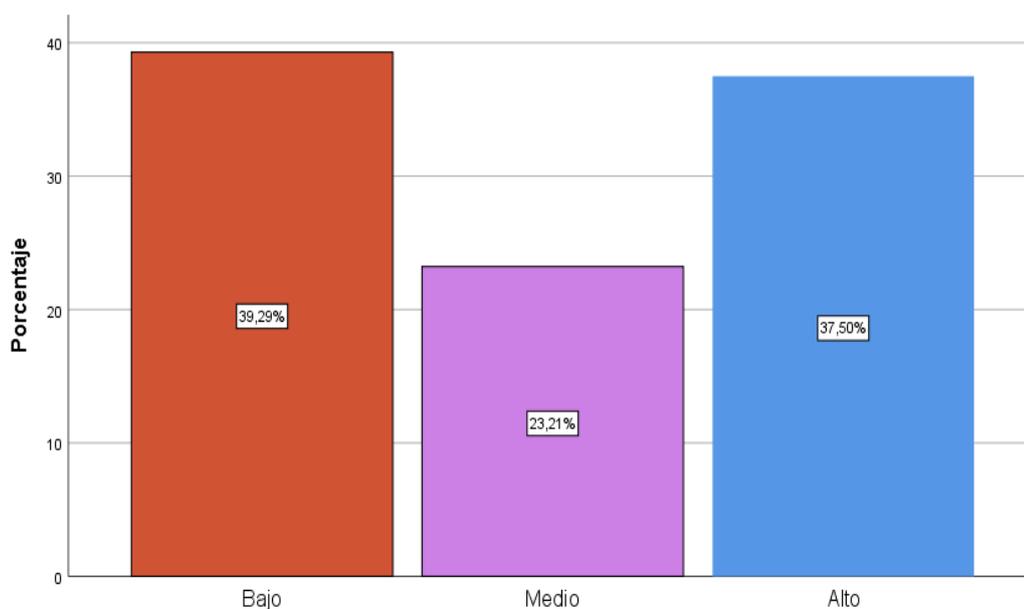


Tabla 13

Resultado de la dimensión por Rendimiento actitudinal

Rendimiento actitudinal					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	5	8,9	8,9	8,9
	Medio	35	62,5	62,5	71,4
	Alto	16	28,6	28,6	100,0
	Total	56	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 11

Resultado de la dimensión por Rendimiento actitudinal

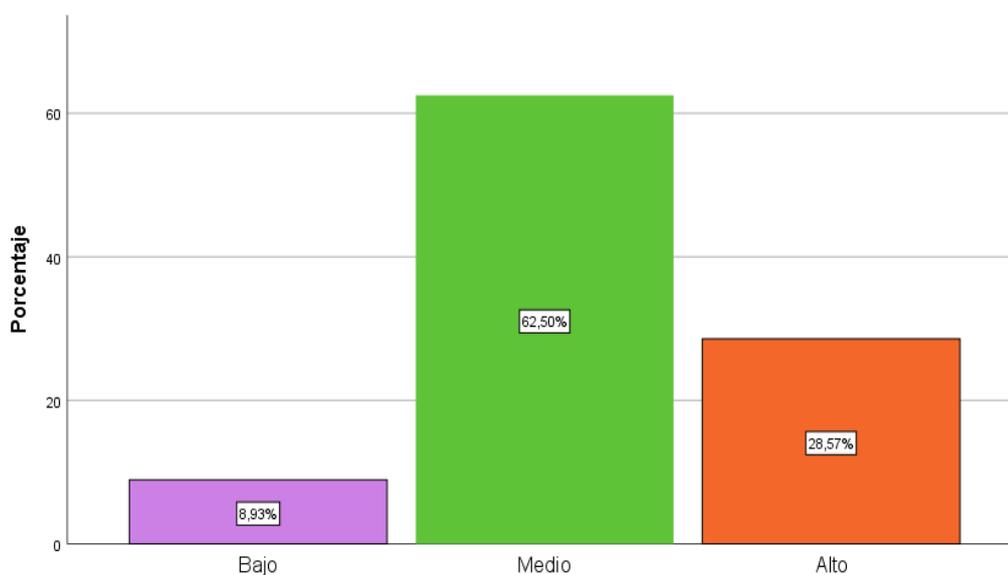


Tabla 14

Tabla cruzada de la dimensión por Tipos de Alimentos y Rendimiento académico

Tipos de Alimentos		Recuento	Rendimiento Académico			Total
			Baja	Media	Alta	
			% del total	% del total	% del total	
Tipos de Alimentos	Ricos en calorías	20	4	0	24	
		35,7%	7,1%	0,0%	42,9%	
	Bajos en calorías	3	11	1	15	
		5,4%	19,6%	1,8%	26,8%	
	Energéticos	0	3	14	17	
		0,0%	5,4%	25,0%	30,4%	
Total		23	18	15	56	
		41,1%	32,1%	26,8%	100,0%	

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 12

Tabla cruzada de la dimensión por Tipos de Alimentos y Rendimiento académico

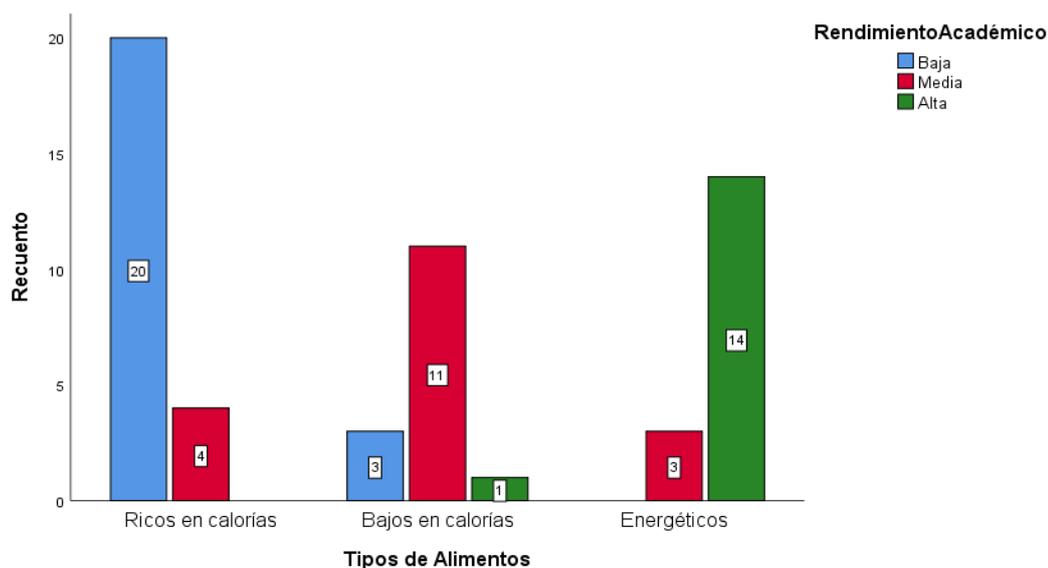


Tabla 15

Tabla cruzada de la dimensión por Lugar de consumo y Rendimiento académico

			Rendimiento Académico			Total	
			Baja	Media	Alta		
Lugar de consumo	En el hogar	Recuento % del total	15 26,8%	4 7,1%	0 0,0%	19 33,9%	
	En el colegio	Recuento % del total	7 12,5%	7 12,5%	2 3,6%	16 28,6%	
	En lugares externos	Recuento % del total	1 1,8%	7 12,5%	13 23,2%	21 37,5%	
Total			Recuento % del total	23 41,1%	18 32,1%	15 26,8%	56 100,0%

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 13

Tabla cruzada de la dimensión por Lugar de consumo y Rendimiento académico

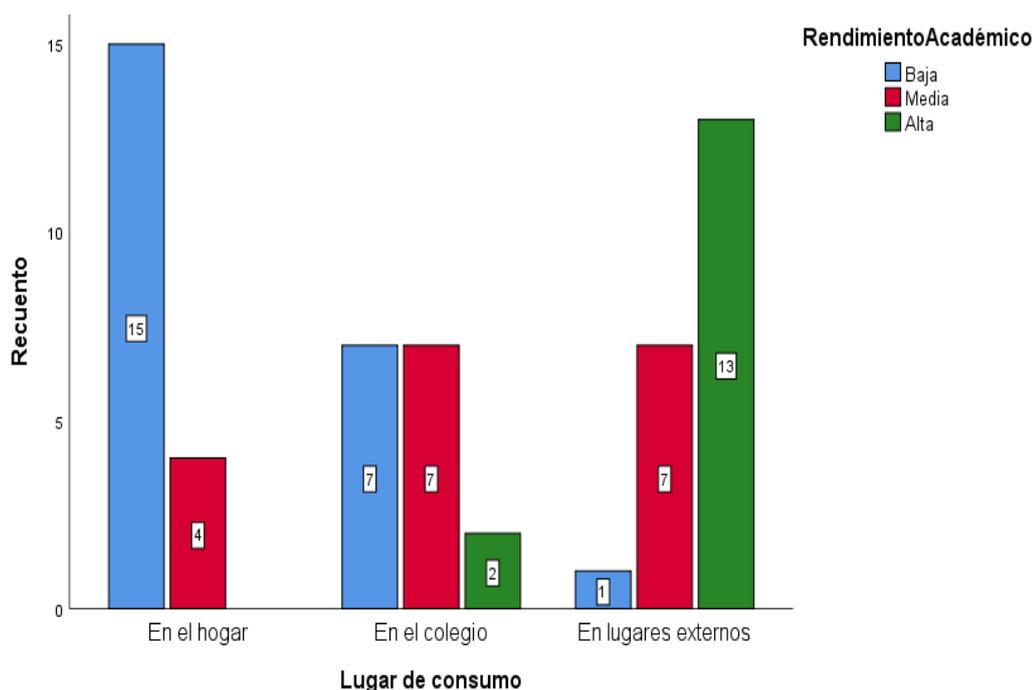


Tabla 16

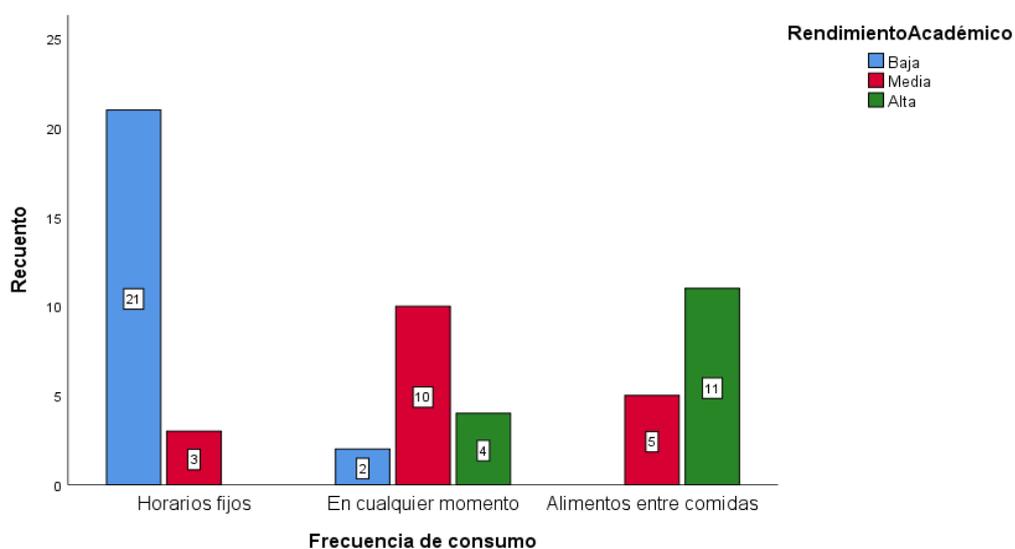
Tabla cruzada de la dimensión por Frecuencia de consumo y Rendimiento académico

			Rendimiento			Total
			Académico			
			Baja	Media	Alta	
Frecuencia de consumo	Horarios fijos	Recuento	21	3	0	24
		% del total	37,5%	5,4%	0,0%	42,9%
	En cualquier momento	Recuento	2	10	4	16
		% del total	3,6%	17,9%	7,1%	28,6%
	Alimentos entre comidas	Recuento	0	5	11	16
		% del total	0,0%	8,9%	19,6%	28,6%
Total	Recuento	23	18	15	56	
	% del total	41,1%	32,1%	26,8%	100,0%	

Fuente: Base de datos Matriz

Figura 14

Tabla cruzada de la dimensión por Lugar de consumo y Rendimiento académico



5.2. Interpretación de resultados

A continuación, exploramos y damos sentido a los datos representados en tablas y figuras, desglosando cada detalle relevante de esta investigación:

En la tabla 3 y figura 1, se presenta la categorización por edad de los participantes, donde se observa una concentración mayor en los grupos de 15 y 16 años, representando el 25% y el 23.2% respectivamente. Los grupos de 12 y 14 años muestran menores frecuencias, con 16.1% y 14.3%. Esta distribución indica que la muestra está compuesta en su mayoría por adolescentes mayores, lo cual puede influir en variables como los hábitos y el rendimiento académico, debido a las diferencias de madurez y contexto que pueden variar entre edades.

La tabla 4 y figura 2 reflejan la categorización por sexo. El 69.6% de la muestra es masculina, mientras que el 30.4% es femenina. Esta disparidad podría afectar los resultados de variables influenciadas por el género, como los hábitos alimenticios y las preferencias académicas. Este sesgo de género en la muestra implica la necesidad de considerar estos factores en el análisis final para obtener conclusiones precisas y representativas.

En cuanto a la categorización por grado, observada en la tabla 5 y figura 3, se aprecia que los estudiantes de primer grado constituyen el 37.5% de la muestra, seguidos por los de segundo grado con un 19.6%. Los alumnos de cuarto grado tienen la menor representación con un 12.5%. Este predominio de los estudiantes en grados iniciales puede influir en el rendimiento académico general, ya que los niveles de exigencia y habilidades adquiridas varían según el grado escolar.

La tabla 6 y figura 4 muestran los resultados de la variable hábitos alimenticios, donde el 35.7% de los estudiantes tiene hábitos bajos, el 33.9% moderados, y el 30.4% altos. Esta tendencia hacia hábitos alimenticios deficientes podría estar vinculada a factores

contextuales o culturales que afectan a la muestra y puede reflejarse en otras variables, como el rendimiento académico.

En la tabla 7 y figura 5, al analizar la dimensión de tipos de alimentos consumidos, se observa que los alimentos ricos en calorías representan el 42.9% del consumo, seguidos por los alimentos energéticos con un 30.4%, y los bajos en calorías con un 26.8%. Esta preferencia por alimentos de alto contenido calórico podría relacionarse negativamente con el rendimiento académico y la salud general, dada la evidencia sobre el impacto de la alimentación en el rendimiento cognitivo.

La tabla 8 y figura 6 se enfocan en el lugar de consumo de los alimentos, destacando que el 37.5% de los estudiantes consume alimentos en lugares externos, el 33.9% en el hogar, y el 28.6% en el colegio. El predominio del consumo en lugares externos puede estar asociado con la menor disponibilidad de opciones saludables, lo cual impacta en los hábitos alimenticios y el rendimiento académico.

En la tabla 9 y figura 7, se analiza la frecuencia de consumo. El 42.9% de los estudiantes mantiene horarios fijos para comer, mientras que el 28.6% consume en cualquier momento y otro 28.6% entre comidas. Esto sugiere que una estructura de alimentación organizada puede estar vinculada a hábitos más saludables y posiblemente a un mejor rendimiento.

Los datos sobre el rendimiento académico, presentados en la tabla 10 y figura 8, muestran que el 41.1% tiene un rendimiento bajo, el 32.1% medio, y el 26.8% alto. Esta predominancia de un rendimiento bajo sugiere la influencia de factores externos, como los hábitos alimenticios, el lugar y la frecuencia de consumo, y el contexto educativo.

En las tablas 11 a 13 y sus respectivas figuras, se examinan las dimensiones específicas del rendimiento. En el rendimiento

conceptual, el 41.1% alcanza un nivel alto, mientras que el rendimiento procedimental muestra una mayor frecuencia en el nivel bajo (39.3%). En el rendimiento actitudinal, destaca el nivel medio con un 62.5%. Estos datos indican que los estudiantes obtienen mejores resultados en el aspecto conceptual, pero enfrentan desafíos en los niveles procedimental y actitudinal, lo cual puede estar relacionado con factores de enseñanza y práctica.

Finalmente, la tabla 14 y figura 12 cruzan los datos de tipos de alimentos y rendimiento académico, revelando que el 35.7% de los estudiantes con rendimiento bajo consume alimentos ricos en calorías, mientras que los de rendimiento alto consumen alimentos energéticos en un 25%. Este hallazgo sugiere una relación entre la calidad de los alimentos y el rendimiento. La tabla 15 y figura 13, que cruzan lugar de consumo y rendimiento académico, muestran que el consumo en el hogar se asocia con un mayor porcentaje de rendimiento bajo, mientras que el consumo en lugares externos se relaciona con un rendimiento alto. Esto indica que el entorno de consumo puede influir en el desempeño académico. Por último, la tabla 16 y figura 14, que cruzan frecuencia de consumo y rendimiento académico, muestran que aquellos con horarios fijos tienen un 37.5% de rendimiento bajo, mientras que el consumo entre comidas se asocia con un 19.6% de rendimiento alto, sugiriendo que la regularidad en los horarios de alimentación puede impactar positivamente en el rendimiento.

VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis inferencial

Prueba de normalidad

1. Formulación de las hipótesis estadísticas

H0: Los datos tienen una distribución normal

H1: Los datos no tienen una distribución normal

2. Nivel de significancia

Nivel de confianza (NC)= 95%

Nivel de confianza (Alfa) es $\alpha=0,05(5\%)$

3. Prueba estadística a emplear

En nuestro estudio, la muestra consta de 56 participantes, que es un tamaño de muestra mayor a 50. Debido a esto, hemos decidido utilizar la prueba de Kolmogorov-Smirnov para verificar la normalidad de los datos recolectados. La verificación de normalidad es un paso esencial para determinar qué tipo de pruebas estadísticas aplicaremos a los datos: pruebas paramétricas o no paramétricas.

Tabla 17

Prueba de normalidad estadística

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov- Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Rendimiento Académico	,263	56	,000	,784	56	,000
Tipos de Alimentos	,276	56	,000	,769	56	,000
Lugar de consumo	,246	56	,000	,779	56	,000
Frecuencia de consumo	,275	56	,000	,773	56	,000

Rendimiento conceptual	,262	56	,000	,790	56	,000
Rendimiento procedimental	,260	56	,000	,760	56	,000
Rendimiento actitudinal	,346	56	,000	,748	56	,000
Hábitos Alimenticios	,233	56	,000	,794	56	,000
a. Corrección de significación de Lilliefors						

4. Criterio de decisión

Si el P-valor < 0.05 , se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_a)

Si el P-valor ≥ 0.05 , se acepta la hipótesis nula (H_0) y no se acepta la hipótesis alternativa

5. Decisión y conclusión

Dado que los p-valores obtenidos para todas las variables analizadas en las pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk son menores a 0.05 ($p < 0.05$), se rechaza la hipótesis nula (H_0), la cual establece que los datos siguen una distribución normal. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alternativa (H_1), indicando que los datos no siguen una distribución normal.

Como consecuencia, las pruebas estadísticas que requieren una distribución normal no son apropiadas para estos datos. Por ello, se ha decidido utilizar la prueba no paramétrica "Rho de Spearman" para continuar con el análisis de las correlaciones entre las variables del estudio.

Prueba Hipótesis

Hipótesis General:

Existe una relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Túpac Amaru II, San Pedro-2024.

1. Formulación de las hipótesis estadísticas

H0 (Hipótesis nula): No existe relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Túpac Amaru II, San Pedro-2024.

$$\rho=0$$

H1 (Hipótesis alternativa): Existe relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Túpac Amaru II, San Pedro-2024.

$$\rho\neq 0$$

2. Elección del nivel de significación (α)

El presente estudio utiliza un nivel de confianza del 95%, con un nivel de significación seleccionado de $\alpha=0.05$ = Este nivel de significación establece el umbral de probabilidad para aceptar o rechazar la hipótesis alternativa.

3. Selección de la prueba estadística

Dado que nuestra muestra se seleccionó de forma aleatoria y, tras realizar la prueba de normalidad con Kolmogorov-Smirnov, encontramos que los datos no siguen una distribución normal ($p < 0.05$), decidimos utilizar una prueba estadística diferente. En este caso, la mejor opción es la prueba de correlación "Rho de Spearman". Esta prueba no necesita que los datos sigan una distribución normal, por lo que es ideal para analizar la relación entre nuestros hábitos alimenticios y el rendimiento académico.

4. Lectura del p-valor (sig.)

Una vez procesamos los datos en el programa SPSS versión 25, obtenemos un valor que llamamos "p-valor" o significancia estadística. Este valor, que veremos en la tabla de resultados (Tabla 18), nos ayudará a tomar una decisión importante: si el p-valor es menor que 0.05 (nuestro nivel de significancia), eso significa que hay suficiente evidencia para rechazar la idea de que no existe una relación (la hipótesis nula). En otras palabras, si el p-valor es menor a 0.05, podremos decir con más confianza que sí hay una relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes.

Tabla 18

Correlación entre hábitos alimenticios y rendimiento académico

			Rendimient o Académico	Hábitos Alimenticio s
Rho de Spearman	Rendimient o Académico	Coeficiente de correlació n	1,000	,938
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	56	56
	Hábitos Alimenticios	Coeficiente de correlació n	,938	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	56	56

. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Decisión

El resultado de la prueba estadística de correlación de Spearman muestra que existe una relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes. El coeficiente de correlación obtenido es $\rho = 0.938$, lo que, según la

escala de Hernández, se interpreta como una correlación positiva muy fuerte. Esto indica que a medida que los hábitos alimenticios de los estudiantes mejoran, también tiende a mejorar su rendimiento académico. Además, el valor de significancia encontrado es $p = 0.000$, que es menor que el nivel de significancia estándar de 0.05. Debido a que el valor de p es inferior a 0.05, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. En otras palabras, se concluye que existe una relación significativa y positiva entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Túpac Amaru II, San Pedro - 2024. La fuerte correlación sugiere que unos buenos hábitos alimenticios están muy asociados con un mejor desempeño académico en este grupo de estudiantes.

Comprobación de la hipótesis específica 1:

Existe relación significativa entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

1. Formulación de las hipótesis estadísticas

H0 (Hipótesis nula): No Existe relación significativa entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

$$p=0$$

H1 (Hipótesis alternativa): Existe relación significativa entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

$$p \neq 0$$

2. Elección del nivel de significación (α)

El presente estudio utiliza un nivel de confianza del 95%, con un nivel de significación seleccionado de $\alpha=0.05$. Este nivel de significación establece el umbral de probabilidad para aceptar o rechazar la hipótesis alternativa.

3. Selección de la prueba estadística

Dado que nuestra muestra se seleccionó de forma aleatoria y, tras realizar la prueba de normalidad con Kolmogorov-Smirnov, encontramos que los datos no siguen una distribución normal ($p < 0.05$), decidimos utilizar una prueba estadística diferente. En este caso, la mejor opción es la prueba de correlación "Rho de Spearman". Esta prueba no necesita que los datos sigan una distribución normal, por lo que es ideal para analizar la relación entre nuestros hábitos alimenticios y el rendimiento académico.

4. Lectura del p-valor (sig.)

Una vez procesamos los datos en el programa SPSS versión 25, obtenemos un valor que llamamos "p-valor" o significancia estadística. Este valor, que veremos en la tabla de resultados (Tabla 19), nos ayudará a tomar una decisión importante: si el p-valor es menor que 0.05 (nuestro nivel de significancia), eso significa que hay suficiente evidencia para rechazar la idea de que no existe una relación (la hipótesis nula). En otras palabras, si el p-valor es menor a 0.05, podremos decir con más confianza que sí hay una relación significativa entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico.

Tabla 19*Correlación entre Tipos de Alimentos y rendimiento académico*

		Rendimiento Académico	Tipos de Alimentos
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)	1,000	,851
	N	56	56
	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)	,851	1,000
	N	56	56

. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Decision

El análisis de correlación de Spearman entre el rendimiento académico y los tipos de alimentos consumidos arrojó un coeficiente de $\rho = 0.851$, lo que indica una correlación positiva muy fuerte entre ambas variables. Esto sugiere que el rendimiento académico de los estudiantes mejora significativamente a medida que eligen consumir alimentos más saludables. Además, el valor de significancia obtenido es $p = 0.000$, que es menor que el nivel estándar de 0.05. Dado que este valor es inferior a 0.05, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, confirmando así que existe una relación significativa entre los tipos de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Túpac Amaru II, San Pedro - 2024.

Comprobación de la hipótesis específica 2:

Existe relación significativa entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

1. Formulación de las hipótesis estadísticas

H0 (Hipótesis nula): No Existe relación significativa entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

$$\rho=0$$

H1 (Hipótesis alternativa): Existe relación significativa entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

$$\rho\neq 0$$

2. Elección del nivel de significación (α)

El presente estudio utiliza un nivel de confianza del 95%, con un nivel de significación seleccionado de $\alpha=0.05$ = Este nivel de significación establece el umbral de probabilidad para aceptar o rechazar la hipótesis alternativa.

3. Selección de la prueba estadística

Dado que nuestra muestra se seleccionó de forma aleatoria y, tras realizar la prueba de normalidad con Kolmogorov-Smirnov, encontramos que los datos no siguen una distribución normal ($p < 0.05$), decidimos utilizar una prueba estadística diferente. En este caso, la mejor opción es la prueba de correlación "Rho de Spearman". Esta prueba no necesita que los datos sigan una distribución normal, por lo que es ideal para analizar la relación entre lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico.

4. Lectura del p-valor (sig.)

Una vez procesamos los datos en el programa SPSS versión 25, obtenemos un valor que llamamos "p-valor" o significancia estadística. Este valor, que veremos en la tabla de resultados (Tabla 20), nos ayudará a tomar una decisión importante: si el p-valor es

menor que 0.05 (nuestro nivel de significancia), eso significa que hay suficiente evidencia para rechazar la idea de que no existe una relación (la hipótesis nula). En otras palabras, si el p-valor es menor a 0.05, podremos decir con más confianza que sí hay una relación significativa entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico.

Tabla 20

Correlación entre Lugar de consumo y rendimiento académico

		Rendimiento Académico	Lugar de consumo
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	1,000	,713
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	56	56
	Coeficiente de correlación	,713	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	56	56

. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Decision

El análisis de correlación de Spearman entre el rendimiento académico y el lugar de consumo de alimentos muestra un coeficiente de $\rho = 0.713$, lo que indica una correlación positiva fuerte entre ambas variables. Esto significa que el lugar donde los estudiantes consumen alimentos influye significativamente en su rendimiento académico. El valor de significancia es $p = 0.000$, el cual es menor que el nivel estándar de 0.05, lo que lleva a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa. Por lo tanto, se concluye que existe una relación significativa entre el lugar de

consumo de alimentos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Túpac Amaru II, San Pedro - 2024.

Comprobación de la hipótesis específica 3:

Existe relación significativa entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

1. Formulación de las hipótesis estadísticas

H0 (Hipótesis nula): No Existe relación significativa entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

$$p=0$$

H1 (Hipótesis alternativa): Existe relación significativa entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024

$$p\neq 0$$

2. Elección del nivel de significación (α)

El presente estudio utiliza un nivel de confianza del 95%, con un nivel de significación seleccionado de $\alpha=0.05$ = Este nivel de significación establece el umbral de probabilidad para aceptar o rechazar la hipótesis alternativa.

3. Selección de la prueba estadística

Dado que nuestra muestra se seleccionó de forma aleatoria y, tras realizar la prueba de normalidad con Kolmogorov-Smirnov, encontramos que los datos no siguen una distribución normal ($p < 0.05$), decidimos utilizar una prueba estadística diferente. En este

caso, la mejor opción es la prueba de correlación "Rho de Spearman". Esta prueba no necesita que los datos sigan una distribución normal, por lo que es ideal para analizar la relación entre Frecuencia de consumo y el rendimiento académico.

4. Lectura del p-valor (sig.)

Una vez procesamos los datos en el programa SPSS versión 25, obtenemos un valor que llamamos "p-valor" o significancia estadística. Este valor, que veremos en la tabla de resultados (Tabla 21), nos ayudará a tomar una decisión importante: si el p-valor es menor que 0.05 (nuestro nivel de significancia), eso significa que hay suficiente evidencia para rechazar la idea de que no existe una relación (la hipótesis nula). En otras palabras, si el p-valor es menor a 0.05, podremos decir con más confianza que sí hay una relación significativa entre el Frecuencia de consumo y el rendimiento académico.

Tabla 21

Correlación entre frecuencia de consumo y rendimiento académico

			Rendimient o Académico	Frecuenci a de consumo
Rho de Spearman		Coeficiente de correlación	1,000	,828
	Rendimiento Académico	Sig. (bilateral)	.	,000
		N	56	56
		Coeficiente de correlación	,828	1,000
	Frecuencia de consumo	Sig. (bilateral)	,000	.
		N	56	56
. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).				

Decision

El análisis de correlación de Spearman entre el rendimiento académico y la frecuencia de consumo muestra un coeficiente de $\rho = 0.828$, indicando una correlación positiva fuerte entre estas dos variables. Esto sugiere que la frecuencia con la que los estudiantes consumen alimentos tiene una influencia significativa en su rendimiento académico. El valor de significancia obtenido es $p = 0.000$, que es menor que el nivel de significancia de 0.05. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. En conclusión, existe una relación significativa entre la frecuencia de consumo de alimentos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Túpac Amaru II, San Pedro - 2024.

VII. DISCUSION DE LOS RESULTADOS

7.1. Comparación resultados

En la comparación de resultados de esta investigación, es importante analizar cómo los hallazgos obtenidos en el estudio sobre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024 se asemejan o difieren de los antecedentes revisados en el marco teórico.

Los resultados del presente estudio sugieren una correlación significativa entre una alimentación saludable y un rendimiento académico superior, hallazgo que coincide con estudios previos. Por ejemplo, en la investigación de Gaete et al. (2021) realizada en Chile, se encontró una relación positiva entre el consumo de alimentos nutritivos y el desempeño académico en matemáticas y lenguaje. Similarmente, este estudio confirma que aquellos estudiantes que consumen alimentos energéticos presentan un rendimiento académico más alto, lo que respalda la teoría de que una nutrición adecuada favorece el funcionamiento cognitivo necesario para el aprendizaje. Estos hallazgos se alinean también con el estudio de Gutiérrez et al. (2022) en México, que señaló que los estudiantes con hábitos alimenticios más saludables tendían a tener un mejor rendimiento escolar. La coincidencia de estos resultados refuerza la postura de que una dieta balanceada es un factor determinante para el éxito académico, dado que brinda la energía y los nutrientes necesarios para mantener la concentración y el enfoque en el aprendizaje.

No obstante, el presente estudio también ofrece perspectivas adicionales al analizar la influencia del lugar y la frecuencia de consumo de alimentos, aspectos no siempre abordados en estudios previos. En el caso de la frecuencia de consumo, los resultados muestran que los estudiantes con horarios de alimentación regulares tienden a obtener mejores resultados académicos. Este hallazgo es

coherente con el estudio de Hernández et al. (2020) en España, en el cual se sugirió que la regularidad en la alimentación contribuye a una mejor estabilidad energética y, por lo tanto, a un rendimiento académico más constante. Sin embargo, algunos estudios como el de Benancio et al. (2023) en Huánuco no encontraron una relación significativa entre la frecuencia de consumo y el rendimiento académico.

Otro aspecto destacado de este estudio es la relación entre el entorno de consumo, particularmente el hogar, y el rendimiento académico. Los datos obtenidos muestran que los estudiantes que consumen alimentos en casa presentan mejores rendimientos que aquellos que consumen sus comidas en otros lugares. Esta diferencia podría explicarse por la calidad de la alimentación y el ambiente más controlado del hogar, factores que otros estudios como el de Salinas et al. (2021) en Ecuador también sugieren como influyentes en el rendimiento académico. Sin embargo, algunos antecedentes no observaron una relación tan fuerte entre el entorno de consumo y el rendimiento escolar, lo que podría indicar variaciones culturales y sociales que afectan los hábitos alimenticios y, por ende, los resultados escolares.

A lo largo de esta comparación, es necesario señalar que, aunque los hallazgos del presente estudio muestran coincidencias con investigaciones previas, algunas discrepancias destacan la importancia de considerar factores contextuales y personales en la relación entre alimentación y rendimiento académico.

En conclusión, el presente estudio reafirma la relación entre una alimentación adecuada y el rendimiento académico, alineándose en gran medida con la literatura previa, pero también aporta nuevos datos que sugieren la relevancia de analizar factores específicos, como la frecuencia y el entorno de consumo, que podrían enriquecer el entendimiento de esta relación.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

Las conclusiones a las que se ha arribado en el presente estudio son las siguientes: En relación con el objetivo general, se ha identificado una conexión importante entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria en la I.E.S. Industrial Túpac Amaru II, San Pedro, durante el año 2024. El coeficiente de correlación Rho de Spearman fue de 0.82, lo que sugiere una relación positiva y de intensidad moderada. Asimismo, el valor p de 0.000 es menor que el nivel de significancia de 0.05, lo cual respalda la aceptación de la hipótesis alternativa y el rechazo de la hipótesis nula.

En cuanto al primer objetivo específico, los resultados indican una relación significativa entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria. El coeficiente de correlación Rho de Spearman fue de 0.62, lo que señala una conexión positiva y de intensidad moderada. Además, el valor p de 0.002 es menor al nivel de significancia de 0.05, lo que permite aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la nula. Esto sugiere que una dieta rica en alimentos energéticos se asocia con un mejor desempeño académico.

En relación con el segundo objetivo específico, los resultados muestran una relación significativa entre el lugar donde los estudiantes consumen sus comidas y su rendimiento académico. El coeficiente de correlación Rho de Spearman fue de 0.54, lo que indica una conexión positiva y de intensidad moderada. Además, el valor p de 0.010, al ser menor que el nivel de significancia de 0.05, respalda la aceptación de la hipótesis alternativa y el rechazo de la hipótesis nula. Estos resultados sugieren que consumir alimentos en un entorno familiar se asocia con un mejor rendimiento académico.

En cuanto al tercer objetivo específico, los resultados revelan una relación significativa entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria. El coeficiente de correlación

Rho de Spearman fue de 0.49, lo que sugiere una conexión positiva y moderada. Además, el valor p de 0.004, al ser inferior al nivel de significancia de 0.05, permite aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula. Estos hallazgos indican que una mayor regularidad en las comidas se relaciona con un mejor rendimiento académico, ya que contribuye a estabilizar los niveles de energía y optimizar la concentración.

En conjunto, los resultados de este estudio revelan que los hábitos alimenticios, incluyendo la calidad de los alimentos, el entorno de consumo y la frecuencia de las comidas, influyen de manera positiva y significativa en el rendimiento académico de los estudiantes. Estos hallazgos destacan la importancia de implementar estrategias nutricionales en el hogar y en la escuela para potenciar el desarrollo académico y favorecer el desempeño educativo de los estudiantes.

RECOMENDACIONES

En base a la relación significativa identificada entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico, se recomienda que las instituciones educativas implementen programas de educación nutricional para estudiantes y sus familias. Estos programas deben enseñar la importancia de consumir alimentos energéticos y balanceados, y cómo una buena alimentación puede contribuir a un mejor desempeño académico. Los talleres y charlas pueden ser una estrategia eficaz para fortalecer el conocimiento y las prácticas saludables de los estudiantes.

Los resultados que indican una mayor calidad de los hábitos alimenticios en los estudiantes que consumen sus comidas en casa sugieren la importancia de fortalecer el rol del hogar en la alimentación de los estudiantes. Se recomienda que las escuelas trabajen en conjunto con las familias para promover ambientes alimentarios saludables. Por ejemplo, podrían compartirse guías sobre la planificación de comidas balanceadas, así como la organización de campañas que fomenten un ambiente familiar que apoye una alimentación nutritiva y adecuada para los estudiantes.

Dado que la frecuencia regular de consumo se relaciona con un rendimiento académico superior, se recomienda que las escuelas establezcan y promuevan horarios regulares de alimentación para los estudiantes. Esto puede incluir un espacio definido para un almuerzo o una merienda saludable durante la jornada escolar. Mantener una estructura de horarios para las comidas dentro de la escuela puede ayudar a estabilizar los niveles de energía de los estudiantes, favoreciendo su concentración y desempeño en las actividades académicas.

Se recomienda integrar la nutrición como un componente dentro del currículo educativo, con el fin de generar conciencia entre los estudiantes sobre cómo sus elecciones alimenticias pueden influir en su rendimiento escolar. Materias de salud y educación física pueden incluir temas sobre la relación entre alimentación, energía y rendimiento, fortaleciendo así el

desarrollo de habilidades para la toma de decisiones informadas en torno a la alimentación.

Dado el impacto positivo de una dieta equilibrada en el rendimiento académico, se sugiere que las instituciones y el gobierno trabajen en programas que faciliten el acceso a alimentos nutritivos y económicos para los estudiantes, tanto en el hogar como en la escuela. Estos programas podrían incluir subsidios para alimentos saludables, o la implementación de un servicio de comedor escolar con opciones nutritivas y accesibles que complementen las necesidades alimentarias de los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OPS. Enfermedades no transmisibles - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. paho. 2024 [cited 2024 Aug 10]. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>
2. HLPE. La nutrición y el sistema alimentario. Inf del Grup alto Niv Expert en Segur Aliment y Nutr del Com Segur Aliment Mundial, Roma. 2017;
3. Hernández Hernández D, Prudencio Martínez M de L, Téllez Girón Amador NI, Ruvalcaba Ledezma JC, Beltrán Rodríguez MG, López Pontigo L, et al. El Hábito alimenticio y su incidencia en los rendimientos académicos de educandos de la Licenciatura en Farmacia. J Negat No Posit Results. 2020;5(3).
4. UNESCO. Señalan la nula de inversión en nutrición y salud que obstaculiza los rendimientos escolares [Internet]. UNESCO. 2023 [cited 2024 Aug 10]. Available from: <https://www.unesco.org/es/articles/unesco-la-falta-de-inversion-en-salud-y-nutricion-obstaculiza-el-rendimiento-escolar>
5. Correa-Burrows P, Burrows R, Blanco E, Reyes M, Gahagan S. Nutritive excellence of régime besides theoretical presentation in Chilean scholars. Bull World Health Organ. 2016;94(3).
6. Aguilar Fuchs J. Resultado de la prueba PISA indica el desafío educativo en Latinoamérica [Internet]. freiheit. 2024. Available from: <https://www.freiheit.org/es/andean-states/resultados-de-pruebas-pisa-revelan-los-desafios-educativos-en-latinoamerica>
7. FAO, FIDA, OMS, PMA, UNICEF. El contexto de la nutrición y la seguridad alimentaria en el mundo 2023. Urbanización, transformación del sistema agroalimentario y la dieta saludable a lo largo del continuo rural-urbano. El contexto de la nutrición y la seguridad alimentaria en el mundo 2023. 2023. 1–337 p.
8. UNICEF. Señalan la nula de inversión en nutrición y salud que obstaculiza los rendimientos escolares [Internet]. UNICEF , Perú. 2023. Available from: <https://www.unicef.org/peru/comunicados->

prensa/advierten-falta-inversion-salud-nutricion-obstaculiza-
rendimiento-escolar-informe-data-unesco-wfp-unicef

9. Instituto Nacional de Salud (INS). La desnutrición crónica impactó en el 11,7% de la población menor de 5 años en el año 2022 - Noticias - Instituto Nacional de Estadística e Informática - Plataforma del Estado Peruano [Internet]. [cited 2024 Oct 24]. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/759081-desnutricion-cronica-afecto-al-11-7-de-la-poblacion-menor-de-cinco-anos-en-el-ano-2022>
10. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Encuesta de Salud Familiar y Demográfica - ENDES 2022. Minist Salud. 2022;1–54.
11. Francke P, Acosta G. Influence of the qali warma school eating package scheduled lasting teen malnourishment. *Apuntes*. 2021;48(88).
12. Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social. Midis controló el comienzo de los servicios alimentarios escolares en Ayacucho. gob [Internet]. 2024 Mar 11; Available from: <https://www.gob.pe/institucion/qaliwarma/noticias/918459-midis-superviso-inicio-del-servicio-alimentario-escolar-en-ayacucho>
13. García Sulca AF, García Celis JA, Gutierrez Ingunza EL. Comportamiento saludable y conducta de riesgo en el estudiante de educación secundaria en Ayacucho, Perú: Un estudio transversal. *ESSALUD* [Internet]. 2024;9(2):1–12. Available from: <https://rpmpe.pe/index.php/rpmpe/article/view/790/846>
14. Nauñay TIM, Lara LML. Hábito alimenticio y los rendimientos académicos en el estudiante universitario. *LATAM Rev Latinoam Ciencias Soc y Humanidades* [Internet]. 2023 Jan 7 [cited 2024 Aug 10];4(1):40–53. Available from: <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/222>
15. Humana Dietética N, Ibarra Mora J, Marcelo Hernández Mosqueira C, Ventura-Vall-Llovera Municipalidad de El Carmen C, Carmen E, asignado E, et al. Hábito alimentario y rendimiento académico en el escolar adolescente de Chile. *Rev Española Nutr Humana y Dietética*

- [Internet]. 2019 Dec 31 [cited 2024 Aug 10];23(4):292–301. Available from: <https://www.renhyd.org/renhyd/article/view/804>
16. Gaete-Rivas D, Olea M, Meléndez-Illanes L, Granfeldt G, Sáez K, Zapata-Lamana R, et al. Consumption conducts then college concert in 5th to 8th grade Chilean students. *Rev Chil Nutr* [Internet]. 2021 [cited 2024 Aug 10];48(1):41–50. Available from: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182021000100041&lng=en&nrm=iso&tlng=en
 17. Elizabeth S, Salinas B, Alberto A, Zhizhpón C, Andrea P, Bermeo R. El hábito alimenticio nocivo y su repercusión en los rendimientos académicos en el estudiante universitario en tiempos de Covid-19. *Rev Vive* [Internet]. 2021 Dec 30 [cited 2024 Aug 10];4(12):659–72. Available from: <https://revistavive.org/index.php/revistavive/article/view/144/453>
 18. Hernández Hernández D, Prudencio Martínez M de L, Téllez Girón Amador NI, Ruvalcaba Ledezma JC, Beltrán Rodríguez MG, López Pontigo L, et al. Hábito alimenticio y su incidencia en los rendimientos académicos del educando de la Licenciatura en Farmacia. *J Negat No Posit Results* [Internet]. 2020 [cited 2024 Aug 10];5(3):295–306. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000300004&lng=es&nrm=iso&tlng=es
 19. Gutiérrez SAH, Rodriguez AGG, Medrano AMH, Ruiz AA, Aguilera JIA, Lugo MPC. El vínculo del hábito alimentario, toxicomanías y el ejercicio físico con los rendimientos académicos en el educando de secundaria en Zacatecas. *Acta Univ* [Internet]. 2022 May 18 [cited 2024 Aug 10];32:1–21. Available from: <https://www.actauniversitaria.ugto.mx/index.php/acta/article/view/3254>
 20. López-Gil JF, Mesas AE, Álvarez-Bueno C, Pascual-Morena C, Saz-Lara A, Cavero-Redondo I. Connotation Amid Drinking Conducts then Alleged College Recital: A Cross-section Training Amongst 46,455 Adolescents From 42 Countries. *Front Nutr* [Internet]. 2022 Feb 3 [cited 2024 Aug 10];9:797415. Available from: www.frontiersin.org

21. Benancio Villena CI, Duran Joaquin LL, Villanueva Masgo BD. Hábito alimenticio y los rendimientos académicos en el educando del Colegio Nacional de Aplicación UNHEVAL-Huánuco. 2023 [cited 2024 Aug 10]; Available from: <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/8948>
22. Janett Zea Zúnico Karol Lizbeth Ruiz Espinoza Asesor D, Jacqueline Susana Sayán Brito. Vinculo entre el hábito alimentario y los rendimientos académicos del estudiante del nivel secundario del colegio San José Parroquial, La Perla - Callao 2020. Univ Priv del Norte [Internet]. 2023 Jan 6 [cited 2024 Aug 10]; Available from: <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/33018>
23. Fabrizio Alvaro Valencia R, Loida Jacoba Pacora Bernal. Hábito alimentario y los rendimientos académicos del alumno a nivel primaria de I.E. "Albert Einstein - Satipo, 2021. Univ Priv del Norte [Internet]. 2023 Aug 25 [cited 2024 Aug 10]; Available from: <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/35542>
24. Quispe BP, Nieves C, Pinglo BR, Asesor E, Mg QFJ, Carbajal O. Vinculo entre el Hábito Alimentario y los Rendimientos Académicos en el Educando de la Universidad Franklin Roosevelt - Huancayo 2024. Univ Priv Huancayo Franklin Roosevelt [Internet]. 2024 Jun 24 [cited 2024 Aug 10]; Available from: <http://repositorio.uroosevelt.edu.pe/handle/20.500.14140/2222>
25. Rodríguez Valencia MLS. Hábito alimenticio y los estilos de vida con los rendimientos académicos en una universidad privada de Lima. Repos Inst - UNIFÉ [Internet]. 2019 [cited 2024 Aug 10]; Available from: <https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/643>
26. Maza-Ávila FJ, Caneda-Bermejo MC, Vivas-Castillo AC, Maza-Ávila FJ, Caneda-Bermejo MC, Vivas-Castillo AC. Hábito alimenticio y su efecto en la salud del estudiante universitario. Revisiones sistemáticas de la literatura. Psicogente [Internet]. 2022 Jan 1 [cited 2024 Aug 10];25(47):110–40. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372022000100110&lng=en&nrm=iso&tlng=es

27. OMS. Alimentación sana [Internet]. OMS. 2018 [cited 2024 Aug 10]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
28. Martínez AIM. Consumption ways in school-age families then the strength instruction broadside. *Rev Chil Nutr.* 2012;39(3).
29. Benavides Ramírez MA, Jaramillo Bayas CM, Navarrete Zhinin KJ, Ochoa Maza EI. Los bajos rendimientos académicos por falta de una alimentación saludable en el alumno del nivel medio de la Unidad Educativa Provincia De Los Ríos, en la Ciudad de Guayaquil. *Polo del Conoc* [Internet]. 2024 Jan 2 [cited 2024 Aug 26];9(1):409–20. Available from: <https://www.mendeley.com/catalogue/cc3cdc49-4512-3919-ade2-e74cbd4f8ecd/>
30. Molina et al. Influencia familiar en la práctica de la alimentación materna al infante preescolar de familias vulnerables de la Región Metropolitana de Chile. *Aten Primaria.* 2021 Jun 16;53(9):102–22.
31. Lastre-Amell G, Carrero González CM, Soto Rodríguez LF, Orostegui MA, Suarez-Villa M. Hábito alimentario en el adulto mayor con hipertensión arterial. *Rev Latinoam Hipertens.* 2020;15(3).
32. Latham MC. Nutrición humana en el mundo en desarrollo. in: *nutrición humana en el mundo en desarrollo.* 2001.
33. Macias AI, Lucero M, Gordillo G, Esteban S, Camacho J, Dirigir L, et al. Hábito alimentario del infante en edad escolar y el rol de la formación para la salud. *Rev Chil Nutr* [Internet]. 2012 Sep [cited 2024 Aug 24];39(3):40–3. Available from: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182012000300006&lng=es&nrm=iso&tlng=es
34. Meltzer R. Los cinco mejores alimentos para nutrir el cerebro. [Internet]. AARP. 2019. Available from: <https://www.aarp.org/espanol/salud/vida-saludable/info-2019/los-mejores-alimentos-para-el-cerebro.html>
35. Armando Barriguete Meléndez J, Vega León S, Cecilia Radilla Vázquez C, Barquera Cervera S, Hernández Nava LG, Rojo-Moreno L, et al. Hábito alimentario, ejercicio físico y el estilo de vida en el adolescente escolarizado de la Ciudad de México y del Estado de

- Michoacán. Rev Esp Nutr Comunitaria. 2017;23(1).
36. Rodrigo Tachoures. La nutrición en los niños y su influencia en el aprendizaje [Internet]. iceph. 2021. Available from: <https://www.iceph.cl/author/iceadministrador/page/2/>
 37. Mora JI, Mosqueira CMH, Ventura-Vall-Llovera C. Consumption ways then theoretical presentation in college teenagers Chile. Rev Esp Nutr Humana y Diet. 2019;23(4).
 38. Cecil J, Dalton M, Finlayson G, Blundell J, Hetherington M, Palmer C. Overweightness then consumption behaviour in families and teenagers: Influence of shared genetic factor pleiomorphisms. Vol. 24, Worldwide Appraisal of Psychoanalysis. 2012.
 39. Keller KL, Kling SMR, Fuchs B, Pearce AL, Reigh NA, Masterson T, et al. A biopsychosocial perfect of gender alterations in youngsters' consumption performances. Vol. 11, Nutrients. 2019.
 40. Nicklaus S. The Part of Nutritional Knowledge in the Growth of Consumption Conduct through the Primary Ages of Life. Vol. 70, Records of Nourishment besides Breakdown. 2017.
 41. Contreras M, Blandón EZ, Persson LÅ, Hjern A, Ekström EC. Socio financial capitals, early youngster eating does, feasting of extremely treated nibbles then sugar sweet drinks: A populace founded review in country northwesterly Nicaragua. Vol. 15, BMC Public Health. 2015.
 42. González Calderón O, Expósito de Mena H. Alimentación de los infantes preescolares, escolares y del adolescente. pediatriaintegral [Internet]. 2020;2:98 – 107. Available from: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2020-03/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente-2/>
 43. Navarro RE. LOS RENDIMIENTOS ACADÉMICOS: DEFINICIÓN, INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO. REICE Rev Iberoam Sobre Calidad, Efic y Cambio en Educ. 2003;1(2).
 44. Duarte CA, Alvarado ID, Suárez JA, Madriz DA, Nieto ZC, Moreno YM, et al. Componentes vinculados al rendimiento académico en el educando de enfermería. Form Univ. 2021;14(1).
 45. Vivas A, Bastidas C, Farias A. ANALYSIS OF ACADEMIC

- PERFORMANCE IN DISTANCE PROGRAMS, A GEOGRAPHY AND GENDER APPROACH. Rev LINE Polit E Gest Educ. 2020;24(3).
46. Basto R. Las funciones del docente y los rendimientos académicos: aportaciones al estado del conocimiento. Comie. 2017;
 47. Rodríguez M. La teoría del aprendizaje significativo: revisiones aplicables a la escuela moderna. Rev electrónica Investig innovació Educ i socioeducativa. 2011;3(1).
 48. Arturo T. Conductismo: historia, conceptos y autores principales. 2017. 2017.
 49. Mantuano MOM, Caviedes ECE, Ladines KVO, Rogel DRP, Yuqui CEP. Investigación del conductismo, cognitivismo, constructivismo y su vínculo con el conectivismo en la formación postpandemia. South Florida J Dev. 2021;2(5).
 50. Tünerman C. El constructivismo y el aprendizaje del educando. Universidades. 2011;48(1).
 51. Nieto CTL, Arellano MHV. Factores involucrados en los rendimientos académicos del educando del primer nivel de Ingeniería Forestal de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo en la asignatura Matemática. Polo del Conoc Rev científico-profesional. 2020;5(2).
 52. Garbanzo Vargas GM. Factores vinculados al rendimiento académico en el educando universitario, una crítica desde la calidad de la formación superior pública. Rev Educ. 2012;31(1).
 53. García Rangel EG, García Rangel AK, Reyes Angulo JA. Vínculo maestro alumno y su implicación en el aprendizaje. Ra Ximhai. 2014;
 54. Matalca M, Dwakat M. The Theoretical Routine Contests of Scholars in footings of Gaining the Increasing regular Obligatory after Givers to Ongoing Education. J Posit Sch Psychol. 2022;2022(8).
 55. Grasso P. Rendimiento académico: recorridos conceptuales que se aproximan a un concepto unificado para el contexto superior. Rev Educ. 2020;11(20).
 56. Paillacho Chamorro JE, Solano Andrade CE. Hábito alimentario y su vínculo con los componentes sociales y el estilo de vida del profesional del volante de la Coop. Vol. 5, BMC Public Health. 2017.
 57. Fernández A, Quiñones I, Álvarez T. Estilo de vida y rendimiento

- académico en Farmacología del educando de Estomatología. Rev Habanera Ciencias Médicas. 2020;19(3).
58. Corio Andújar R, Arbonés Fincias L. Nutrición y salud. Semergen. 2009;35(9).
 59. Moreira Quiroz MM, Celia Mariuxi Vélez Villarreal, Sanchez Macias GT, Guadalupe Maritza MR. Estrategia metodológica y los desempeños escolares del estudiante de 10mo año paralelo "A" de la unidad educativa El Empalme, 2020. Cienc Lat Rev Científica Multidiscip. 2022;6(2).
 60. Ángeles Carbajal Azcona. Manual de Nutrición y Dietética 11. Univ Complut Madrid Fac Farm Nutr y Dietética. 2018;1–41.
 61. Organización Mundial de la Salud. Malnutrición [Internet]. OMS. 2024. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition#:~:text=El término «malnutrición» se refiere,de nutrientes de una persona.>
 62. Dafne Cataluña. Concentración: La Capacidad de Mantener la Atención [Internet]. iepp. 2023. Available from: <https://www.iepp.es/concentracion/>
 63. Kundera M. La memoria humana: teoría y práctica. Rev Neurol. 2014;2.
 64. Orjuela Rubén E. ¿Qué es la comida chatarra? [Internet]. aprendiendoaserpapaz. 2017. Available from: https://aprendiendoaserpapaz.redpapaz.org/wp-content/uploads/2018/08/Que_es_comida_chatarra.pdf
 65. Esteban Libiano J. La capacidad cognitiva: qué son, tipos, funcionamiento y estimulación [Internet]. neuronup. 22AD. Available from: <https://neuronup.com/estimulacion-y-rehabilitacion-cognitiva/las-capacidades-cognitivas-que-son-tipos-funcionamiento-y-estimulacion/>
 66. Roberto Hernández Sampieri, Fernández Collado C, María del Pilar Baptista Lucio. Metodología de la investigación [Internet]. Mexico; 2014. 634 p. Available from: https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-

_roberto_hernandez_sampieri.pdf

67. Rodríguez M, Mendivelso F. Diseño de investigación de Corte Transversal. Rev Médica Sanitas. 2018;21(3).
68. Gloria Cabezuelo Huerta; Pedro Frontera Izquierdo. Enséñame a comer: Hábito, pauta y recetas para evitar la obesidad infantil [Internet]. editorial. Mexico; 2007. 377 p. Available from: https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=kIEK5Y56QUAC&oi=fnd&pg=PA7&dq=ENSÉÑAME+A+COMER+Hábitos,+pautas+y+recetas+para+evitar+la+obesidad+infantil&ots=WDUMm72dXV&sig=2LTLMr0RPYN_hfvohFjBmK_7jhA#v=onepage&q=ENSÉÑAME A COMER Hábitos%2C pautas y recetas pa
69. Lamas HA. Sobre el rendimiento escolar. Propósitos y Represent [Internet]. 2015 [cited 2024 Aug 22];3(1):313–86. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5475216&info=resumen&idioma=SPA>

ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Problema general:	Objetivo general:	Hipótesis general:	VARIABLE (X)	Enfoque: Cuantitativo.
¿Cuál es la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024?	Determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024	Existe relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024	Hábitos alimenticios	Tipo: Básico.
Problemas específicos:	Objetivos específicos:	Hipótesis específicas:		Nivel: Correlacional.
¿Cuál es la relación entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac	Determinar la relación entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac	Existe relación significativa entre el tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac	Rendimiento académico	Diseño: No experimental – Correlacional, de corte transversal, prospectivo.

Amaru II, San Pedro-2024?	Amaru II, San Pedro-2024	Amaru II, San Pedro-2024.	
¿Cuál es la relación entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024?	Determinar la relación entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.	Existe relación significativa entre el lugar de consumo de las comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.	<p>Población: La población estará constituida por un total de 56 estudiantes del 1° a 5° año de secundaria.</p> <p>Técnicas e instrumentos. encuesta /cuestionario</p> <p>Técnicas de análisis y procesamiento de datos. Spss 25</p>
¿Cuál es la relación entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024?	Determinar la relación entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.	Existe relación significativa entre la frecuencia de consumo de comidas y el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E.S. Industrial Tupac Amaru II, San Pedro-2024.	

ANEXO 2:

Instrumento de recolección de datos

CUESTIONARIO: HÁBITOS ALIMENTICIOS EN ESCOLARES

Presentación:

Estimados alumnos, este cuestionario tiene como propósito recopilar información sobre sus hábitos alimentarios. Le pedimos su colaboración respondiendo las preguntas de manera honesta y sincera.

Para completar el cuestionario, simplemente coloque una "X" en la columna que mejor describa su situación personal.

Siga las instrucciones a continuación para indicar sus respuestas.

N: Nunca, CN: Casi Nunca, AV: A Veces, CS: Casi Siempre, S: Siempre

N°	ENUNCIADOS	N	CN	AV	CS	S
1	Bebes leche todos los días.					
2	Tomas infusiones en el desayuno.					
3	Comes cereales (trigo, quinua, kiwicha) todos los días.					
4	Tu desayuno se compone de frituras y refrescos.					
5	Consumes frutas o verduras en tu desayuno todos los días.					
6	Tus padres te preparan el desayuno.					
7	Tus padres te obligan a desayunar en casa.					
8	A veces llevas el desayuno a la escuela.					
9	A veces compras el desayuno en la calle.					
10	Durante los recreos, comes bocadillos o galletas.					
11	Consumes habitualmente dulces, embutidos y refrescos.					
12	Evitas los alimentos fritos.					
13	Evitas los alimentos fritos porque no quieres engordar.					
14	Consumes bocadillos o snacks saludables entre comidas					

15	Desayunas todos los días.					
16	Desayunas pollo, pavo o pescado.					
17	Para el almuerzo, comes frijoles o cereales.					
18	Después del almuerzo, comes fruta.					
19	Después del almuerzo, tienes postre.					
20	Consumes carne roja al menos dos veces por semana.					
21	Comes vísceras o mariscos tres veces por semana.					
22	Incluyes regularmente una porción de verduras en tus comidas principales.					
23	Cuando llegas a casa, almuerzas.					
24	Almuerzas fuera de casa cuando tus padres no están presentes					
25	Cenas todos los días.					
26	Cenas en casa.					
27	Incluyes una fuente de proteínas (como carne, huevo, legumbres) en tu cena					

CUESTIONARIO SOBRE EL RENDIMIENTO ACADÉMICO

Presentación:

Estimados alumnos, este cuestionario tiene como propósito recopilar información sobre Rendimiento Académico. Le pedimos su colaboración respondiendo las preguntas de manera honesta y sincera.

Para completar el cuestionario, simplemente coloque una "X" en la columna que mejor describa su situación personal.

Siga las instrucciones a continuación para indicar sus respuestas.

N: Nunca, CN: Casi Nunca, AV: A Veces, CS: Casi Siempre, S: Siempre

N°	ENUNCIADOS	N	CN	AV	CS	S
1	Solo reviso mis apuntes de clase cuando hay ejercicios calificados.					
2	Repaso en casa antes de que califiquen los ejercicios.					
3	Resuelvo los ejercicios fácilmente siguiendo un proceso paso a paso.					
4	Cuando estudio de manera consistente, olvido lo que he aprendido.					
5	Comienzo a estudiar el día del examen.					
6	Preparo notas por si olvido el tema del examen.					
7	Si tengo dos o más exámenes en un día, empiezo con las materias más fáciles.					
8	Reviso mis notas después de los exámenes.					
9	Entrego los trabajos individuales en las fechas indicadas.					
10	Realizo las tareas personales en el orden que indica el profesor.					
11	Necesito la ayuda de otra persona cuando realizo un trabajo personal.					
12	Trabajo con mi grupo para evaluar temas de investigación.					

13	Preparo notas sobre temas que quiero explorar para compartir con mi equipo.					
14	Cuando me reúno con mi equipo, me distraigo fácilmente.					
15	Llego a clase a tiempo.					
16	Cuando llego tarde, justifico mi tardanza.					
17	Asisto a clases con regularidad.					
18	Cuando la maestra pide participación, levanto la mano.					
19	Intento escribir todo lo que dice el profesor.					
20	Presto más atención a los chistes de mis compañeros que a la clase.					

ANEXO 3:

Ficha de validación de instrumentos de medición



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E.S. INDUSTRIAL TUPAC AMARU II, SAN PEDRO-2024

Nombre del Experto: Maritza Rosario Hernández Lengua

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	✓	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	✓	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	✓	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	✓	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	✓	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	✓	

7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	✓	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	✓	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	✓	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	✓	

I. OBSERVACIONES GENERALES

Apellidos y Nombres del validador: *Maritza Rosario Hernández Lengua*
Grado académico: *Maestría en Salud Pública*
N°. DNI: *22194204*


M. Rosario Hernández Lengua
LIC. EN ENFERMERIA
C.E.P. 25068

Adjuntar al formato:

FICHA DE VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

II. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E.S. INDUSTRIAL TUPAC AMARU II, SAN PEDRO-2024.

Nombre del Experto: Raquel Giovana Paucua Tomairo

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	✓	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	✓	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	✓	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	✓	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	✓	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	✓	

7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	✓	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	✓	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	✓	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	✓	

I. **OBSERVACIONES GENERALES**

Apellidos y Nombres del validador: PAUCCA Tomairo Roguel Giovane.

Grado académico: Licenciado enfermería

N°. DNI: 40736351

FICHA DE VALIDACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

III. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E.S. INDUSTRIAL TUPAC AMARU II, SAN PEDRO-2024

Nombre del Experto: Antonio Condessa Chuzinkuaccha

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	✓	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	✓	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	✓	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	✓	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	✓	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	✓	

7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	✓	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	✓	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	✓	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	✓	

I. **OBSERVACIONES GENERALES**

Apellidos y Nombres del validador: *Lic. Antonio Concha Chuzcaba*

Grado académico: *Jefe de enfermeros.*

Nº. DNI: *28854806*



ANEXO 4: Base de datos

Base de datos variable hábitos Alimenticios

HABITOS ALIMENTICIOS																											
P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P1 0	P1 1	P1 2	P1 3	P1 4	P1 5	P1 6	P1 7	P1 8	P1 9	P2 0	P2 1	P2 2	P2 3	P2 4	P2 5	P2 6	P2 7	
4	5	1	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4	
4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	
4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	5	2	5	2	4	5	4	4	3	5	4	
3	4	3	5	4	4	3	4	4	4	3	4	3	5	4	4	3	4	4	4	3	1	3	2	4	4	3	
3	4	5	4	2	5	4	4	5	3	3	4	5	4	1	5	4	4	5	3	3	4	5	4	5	3	3	
5	4	3	3	3	4	4	3	3	4	5	4	3	3	3	4	4	3	3	4	5	4	3	3	3	4	5	
4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	2	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	
4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	
2	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	1	4	5	5	4	5	4	4	5	
4	4	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	3	4	5	5	4	
4	5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	5	5	5	2	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	4	
3	4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	
5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	2	5	4	4	4	5	5	
4	4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	
5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	
4	5	1	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4	
4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	
4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	2	5	5	2	4	5	4	4	3	5	4	
3	4	3	2	4	4	3	4	4	4	3	4	3	5	4	4	3	4	4	4	3	1	3	5	4	4	3	
3	4	5	4	5	5	4	4	5	3	3	4	5	4	1	5	4	4	5	3	3	4	5	4	5	3	3	
5	4	3	3	3	4	4	3	3	4	5	4	3	3	3	4	4	3	3	4	5	4	3	3	3	4	5	
4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	
4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	
5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	1	4	5	5	4	2	4	4	5	
4	4	3	4	2	4	5	4	5	5	4	4	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	3	4	5	5	4	
4	5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	4	
3	4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	

5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	
4	4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	
5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	
4	5	1	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4	
4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	
4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	4
3	4	3	5	4	4	3	4	4	4	3	4	3	5	4	4	3	4	4	4	4	3	1	3	5	4	4	3
3	4	5	4	5	5	4	4	5	3	3	4	5	4	1	5	4	4	5	3	3	4	5	4	5	3	3	
5	4	3	3	3	4	4	3	3	4	5	4	3	3	3	4	4	3	3	4	5	4	3	3	3	4	5	
4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	
4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	
5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	1	4	5	5	4	5	4	4	5	
4	4	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	3	4	5	5	4	
4	5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	4	
3	4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	
5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5
4	4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	
5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	
4	5	1	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4	
4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	
4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	4
3	4	3	5	4	4	3	4	4	4	3	4	3	5	4	4	3	4	4	4	4	3	1	3	5	4	4	3
3	4	5	4	5	5	4	4	5	3	3	4	5	4	1	5	4	4	5	3	3	4	5	4	5	3	3	
5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	1	5	5	5
4	4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	5	4	4	4	4	4	3	3	3	5	4	4	4
5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5
4	5	5	4	4	2	2	2	3	4	4	5	5	4	4	5	2	4	4	5	5	4	4	5	2	4	4	
4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	
4	5	4	4	3	5	5	5	5	2	4	5	4	4	3	5	5	5	4	5	4	4	3	5	5	5	4	

Base de datos variable Rendimiento Académico

RENDIMIENTO ACADÉMICO																			
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20
5	5	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	5	2	4	4	5	5
4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	4	3
2	4	4	3	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	5	5	4	5	4
4	3	5	4	4	3	4	4	4	3	4	3	5	4	1	3	4	3	4	1
4	5	4	5	5	4	4	5	3	3	4	5	4	5	5	4	3	3	4	5
4	3	3	3	4	4	3	3	4	5	4	3	3	3	4	4	4	5	4	3
5	4	4	5	5	5	4	2	5	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4
4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3
5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	1	5	5	4
4	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	1	4	5	4	5	5	4	4	3
5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	3	4	4	5	5
4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	5	4	3	3	4	4
5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4
4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	5	4	4	4	4	3
5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5
5	5	4	4	2	2	2	3	4	4	5	5	4	4	5	2	4	4	5	5
4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	4	3
5	4	4	3	5	5	5	5	2	4	5	4	4	3	5	5	5	4	5	4
4	3	5	4	4	3	4	4	4	3	4	3	5	4	1	3	4	3	4	1
4	5	4	5	5	4	4	5	3	3	4	5	4	5	5	4	3	3	4	5
4	3	3	3	4	4	3	3	4	5	4	3	3	3	4	4	4	5	4	3
5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4
4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3
5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	1	5	5	4
4	3	4	5	4	5	4	5	2	4	4	1	4	5	4	5	5	4	4	3
5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	3	4	4	5	5

4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	5	4	3	3	4	4
5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4
4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	5	4	4	4	4	3
5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5
5	5	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	5	2	4	4	5	5
4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	4	3
5	4	4	3	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	5	5	4	5	4
4	3	5	4	4	3	4	4	4	3	4	3	5	4	1	3	4	3	4	1
4	5	4	5	5	4	4	5	3	3	4	5	4	5	5	4	3	3	4	5
4	3	3	3	4	4	3	3	4	5	4	3	3	3	4	4	4	5	4	3
5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4
4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3
5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	1	5	5	4
4	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	1	4	5	4	5	5	4	4	3
5	5	5	3	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	3	4	4	5	5
4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	5	4	3	3	4	4
5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4
4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	5	4	4	4	4	3
5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5
5	5	4	4	5	2	2	3	4	4	5	5	4	4	5	2	4	4	5	5
4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	4	3
5	4	4	3	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3	5	5	5	4	5	4
4	3	5	4	4	3	4	4	4	3	4	3	5	4	1	3	4	3	4	1
4	5	4	5	5	4	4	5	3	3	4	5	4	5	5	4	3	3	4	5
5	4	4	4	4	5	3	5	5	2	2	2	4	4	5	5	5	5	5	5
4	3	3	3	5	4	2	4	4	4	3	3	3	5	4	3	4	4	4	4
5	5	5	4	4	2	3	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5
5	5	4	4	5	2	4	4	4	5	5	4	4	5	2	2	3	4	4	5
4	3	3	4	4	1	3	3	4	4	3	3	4	4	5	3	4	3	4	4
1	4	4	3	5	5	4	5	4	1	4	4	3	5	5	5	5	5	4	5

Base de datos procesada

suma	agrupa	SEXO	GRADO	EDAD																
16	34	27	41	30	26	25	102	81	2	1	3	1	2	3	2	2	Masculino	Primer Grado	16	
16	37	22	40	30	21	23	99	74	1	1	1	1	2	1	2	1	Femenino	Segundo Grado	16	
15	45	25	43	33	25	28	113	86	2	3	2	2	2	2	3	2	Masculino	Tercer Grado	15	
16	38	23	35	31	23	16	96	70	1	2	2	1	2	2	1	1	Masculino	Cuarto Grado	16	
15	39	22	43	36	24	24	104	84	2	2	1	2	3	2	2	2	Masculino	Quinto Grado	15	
14	36	22	41	27	22	24	99	73	1	1	1	1	1	1	2	1	Femenino	Primer Grado	14	
16	45	27	46	34	27	28	118	89	3	3	3	2	3	3	3	3	Masculino	Primer Grado	16	
15	35	22	38	28	21	22	95	71	1	1	1	1	1	1	2	1	Masculino	Tercer Grado	15	
12	43	28	47	37	27	25	118	89	3	2	3	2	3	3	2	3	Masculino	Primer Grado	12	
13	43	24	48	34	23	25	115	82	2	2	2	3	3	2	2	2	Femenino	Primer Grado	13	
16	40	25	44	32	26	25	109	83	2	2	2	2	2	3	2	2	Masculino	Primer Grado	16	
12	37	23	38	31	21	23	98	75	1	1	2	1	2	1	2	1	Femenino	Segundo Grado	12	
13	46	26	49	36	27	28	121	91	3	3	3	3	3	3	3	3	Masculino	Tercer Grado	13	
13	37	22	40	29	21	24	99	74	1	1	1	1	1	1	2	1	Masculino	Cuarto Grado	13	
13	47	28	53	37	29	29	128	95	3	3	3	3	3	3	3	3	Masculino	Quinto Grado	13	
15	34	27	41	27	26	25	102	78	1	1	3	1	1	3	2	2	Femenino	Primer Grado	15	
16	37	22	40	30	21	23	99	74	1	1	1	1	2	1	2	1	Masculino	Segundo Grado	16	
14	45	25	43	36	22	28	113	86	2	3	2	2	3	1	3	2	Femenino	Primer Grado	14	

13	35	23	38	31	23	16	96	70	1	1	2	1	2	2	1	1	Masculino	Cuarto Grado	13
12	42	22	43	36	24	24	107	84	2	2	1	2	3	2	2	2	Femenino	Quinto Grado	12
15	36	22	41	27	22	24	99	73	1	1	1	1	1	1	2	1	Masculino	Primer Grado	15
16	45	27	49	36	27	28	121	91	3	3	3	3	3	3	3	3	Femenino	Primer Grado	16
13	35	20	38	28	21	22	93	71	1	1	1	1	1	1	2	1	Masculino	Tercer Grado	13
14	46	28	44	37	27	25	118	89	3	3	3	2	3	3	2	3	Femenino	Primer Grado	14
12	40	24	48	34	20	25	112	79	2	2	2	3	3	1	2	2	Masculino	Quinto Grado	12
12	40	26	44	32	26	25	110	83	2	2	3	2	2	3	2	2	Femenino	Primer Grado	12
16	37	23	38	31	21	23	98	75	1	1	2	1	2	1	2	1	Masculino	Segundo Grado	16
15	46	26	52	36	27	28	124	91	3	3	3	3	3	3	3	3	Masculino	Tercer Grado	15
13	37	22	40	29	21	24	99	74	1	1	1	1	1	1	2	1	Masculino	Cuarto Grado	13
13	47	28	53	37	29	29	128	95	3	3	3	3	3	3	3	3	Femenino	Segundo Grado	13
15	34	27	41	30	26	25	102	81	2	1	3	1	2	3	2	2	Masculino	Primer Grado	15
14	37	22	40	30	21	23	99	74	1	1	1	1	2	1	2	1	Masculino	Segundo Grado	14
13	45	25	49	36	25	28	119	89	3	3	2	3	3	2	3	3	Masculino	Primer Grado	13
15	38	23	38	31	23	16	99	70	1	2	2	1	2	2	1	1	Masculino	Primer Grado	15
12	42	22	43	36	24	24	107	84	2	2	1	2	3	2	2	2	Masculino	Quinto Grado	12
14	36	22	41	27	22	24	99	73	1	1	1	1	1	1	2	1	Femenino	Primer Grado	14
16	45	27	49	36	27	28	121	91	3	3	3	3	3	3	3	3	Masculino	Segundo Grado	16
12	35	22	38	28	21	22	95	71	1	1	1	1	1	1	2	1	Femenino	Tercer Grado	12
14	46	28	47	37	27	25	121	89	3	3	3	2	3	3	2	3	Masculino	Cuarto Grado	14
15	43	24	48	34	23	25	115	82	2	2	2	3	3	2	2	2	Masculino	Quinto Grado	15
16	40	26	44	32	26	25	110	83	2	2	3	2	2	3	2	2	Masculino	Primer Grado	16

14	37	23	38	31	21	23	98	75	1	1	2	1	2	1	2	1	Femenino	Primer Grado	14
13	46	26	52	36	27	28	124	91	3	3	3	3	3	3	3	3	Masculino	Segundo Grado	13
13	37	22	40	29	21	24	99	74	1	1	1	1	1	1	2	1	Masculino	Segundo Grado	13
15	47	28	53	37	29	29	128	95	3	3	3	3	3	3	3	3	Masculino	Quinto Grado	15
16	34	27	41	30	26	25	102	81	2	1	3	1	2	3	2	2	Masculino	Primer Grado	16
16	37	22	40	30	21	23	99	74	1	1	1	1	2	1	2	1	Masculino	Segundo Grado	16
13	45	25	49	36	25	28	119	89	3	3	2	3	3	2	3	3	Femenino	Tercer Grado	13
15	38	23	38	31	23	16	99	70	1	2	2	1	2	2	1	1	Masculino	Cuarto Grado	15
12	42	22	43	36	24	24	107	84	2	2	1	2	3	2	2	2	Femenino	Quinto Grado	12
15	46	26	48	34	19	30	120	83	2	3	3	3	3	1	3	3	Masculino	Primer Grado	15
16	37	22	42	28	22	23	101	73	1	1	1	2	1	1	2	2	Masculino	Segundo Grado	16
14	47	28	53	33	28	29	128	90	3	3	3	3	2	3	3	3	Masculino	Tercer Grado	14
15	35	27	43	33	27	20	105	80	2	1	3	2	2	3	1	2	Masculino	Cuarto Grado	15
12	37	22	42	25	22	23	101	70	1	1	1	2	1	1	2	2	Femenino	Quinto Grado	12
15	42	25	49	31	21	29	116	81	2	2	2	3	2	1	3	3	Masculino	Primer Grado	15

ANEXO 5: Evidencia documentaria

Carta de presentación de la universidad autónoma Ica



CARTA DE PRESENTACIÓN

La Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

Hace Constar:

Que, **CANCHOS HUAMANI, Medaly**, identificada con código N° 0073147309 y **VALENCIA MOLINA, Lyle Nelida**, identificada con código N° 0072038240, ambas del Programa Académico de Enfermería, quienes vienen desarrollando la tesis denominada: **“HABITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE LA IES TUPAC AMARÚ II, SAN ANTONIO-2024”**

Se expide el presente documento, a fin de que el encargado, tenga a bien autorizar a las estudiantes en mención, a recoger los datos y aplicar su instrumento para su investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 19 de Agosto del 2024




Dra. Susana Marleni Atuncar Deza
DECANA (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA

Solicitud a la institucion educativa.



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junin y Ayacucho”

Chincha Alta, 19 de Agosto del 2024

OFICIO N°771-2024-UAI-FCS

Lic. Maura Atahua Garriazo
Directora
IES TUPAC AMARÚ II, SAN ANTONIO
Presente. -

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en la formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, responsabilidad social y bienestar universitario en inserción laboral.

En tal sentido, nuestras estudiantes se encuentran en el desarrollo de tesis, como parte de las asignaturas de investigación, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. Las estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **autorización** de la Institución elegida, para que las estudiantes puedan proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la carta de presentación de las estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación.

Sin otro particular y con la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.



Dra. Susana Marleni Atuncar Deza

DECANA (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA

Av. Abelardo Alva Maúrtua 489 - 499 | Chincha Alta - Chincha - Ica

☎ 056 269176

🌐 www.autonomadeica.edu.pe

Respuesta de la Institucion Educativa



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA

“Industrial Túpac Amaru II” – Unión Palaycca

CÓDIGO MODULAR N°1332766 – CEL. 945497663

CREADO EL 16 DE MARZO 2007/RD N°0303- 2007



“Año del bicentenario, de la consolidación de nuestra independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

CARTA DE AUTORIZACIÓN

Yo, Maura Atahua Garriazo, directora (e) de la IES. “Industrial Túpac Amaru II” del anexo Unión Palaycca, distrito San Pedro, Región Ayacucho; autorizo y acepto que la estudiante **Medaly Canchos HUAMANI** con DNI N° 73147309 y la estudiante **Lyle Nelida VALENCIA MOLINA** con DNI N° 72038240 estudiantes de Enfermería de la Universidad Autónoma de Ica, para que realice las encuestas de su trabajo de investigación cuyo título es: **“HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE LA IES. “INDUSTRIAL TÚPAC AMARU II”, UNIÓN PALAYCCA – 2024.**

En esta oportunidad hago propicia la ocasión para renovarle los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



ANEXO 6: Evidencia fotográfica







ANEXO 7: Informe de Turnitin al 28% de similitud



Página 2 of 124 - Descripción general de integridad

11% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 11%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 8%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	www.repositorio.autonomaedica.edu.pe	4%
2	Internet	repositorio.autonomaedica.edu.pe	3%
3	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	1%
4	Internet	hdl.handle.net	0%
5	Publicación	Gutiérrez R., Jorge E.. "Competencias Ambientales Desde la Economía Circular Co...	0%
6	Internet	repositorio.upci.edu.pe	0%
7	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2024-12-09	0%
8	Trabajos entregados	Universidad Peruana Los Andes on 2023-01-31	0%
9	Internet	repositorio.unamba.edu.pe	0%
10	Internet	repositorio.une.edu.pe	0%
11	Internet	www.investigacionengestiondeportiva.es	0%

12	Trabajos entregados	Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO) - Sede Ecuador on 2018-1...	0%
13	Publicación	Hernán Óscar Cortez Gutiérrez, Milton Milcíades Cortez Gutiérrez, Juan Herber Gr...	0%
14	Trabajos entregados	consultoriadeserviciosformativos on 2023-05-09	0%
15	Trabajos entregados	Universidad César Vallejo on 2016-06-06	0%
16	Internet	qdoc.tips	0%
17	Trabajos entregados	uncedu on 2024-11-25	0%
18	Internet	www.renhyd.org	0%
19	Trabajos entregados	Universidad César Vallejo on 2017-10-08	0%
20	Trabajos entregados	Universidad César Vallejo on 2023-04-04	0%
21	Internet	www.dvdadvdr.com	0%
22	Internet	repositorio.uap.edu.pe	0%
23	Trabajos entregados	Universidad César Vallejo on 2024-12-16	0%
24	Internet	dspace.utb.edu.ec	0%
25	Internet	eugdspace.eug.es	0%