

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS

FACULTAD DE CIENCIAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESINA

**ESTADO NUTRICIONAL E IMAGEN CORPORAL EN ESTUDIANTES DEL
QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA JORGE
BASADRE CAMICACHI, ILAVE 2020**

PRESENTADA POR:

VERÓNICA TICONA AGUILAR

PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:

BACHILLER EN ENFERMERÍA


PUNO – PERÚ

2021

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS**FACULTAD DE CIENCIAS****ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA****TESINA****ESTADO NUTRICIONAL E IMAGEN CORPORAL EN ESTUDIANTES DEL
QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA JORGE
BASADRE CAMICACHI, ILAVE 2020****PRESENTADA POR:****VERÓNICA TICONA AGUILAR****PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:
BACHILLER EN ENFERMERÍA**

APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE


: _____
M. Sc. MARIA MAGDALENA VARGAS YNOFUENTE

PRIMER MIEMBRO


: _____
Lic. MARITZA KARINA HERRERA PEREIRA

ASESOR DE TESINA


: _____
Mgtr. FIORELA JEANETTE ORTIZ ORTIZ

Área: Ciencias Médicas y de Salud.

Sub Área: Ciencias de la Salud.

Disciplina: Enfermería.

Especialidad: Cuidados de enfermería por ciclos de vida (Escolar).

Puno, 15 de septiembre del 2021.

DEDICATORIA

A DIOS

Por permitirme concluir con uno de mis objetivos más anhelados, y así convertirme en una profesional en ciencias de la salud, además por su bendición y su infinito amor.

A MI FAMILIA

Por su constante apoyo incondicional, así mismo por brindarme el aliento y las fuerzas necesarias para poder concluir el presente trabajo de investigación que me conducirá a recibirme como bachiller en enfermería.

VERONICA.

AGRADECIMIENTOS

- A la Universidad Privada San Carlos - Puno, por ser la casa de estudios que me ha formado profesionalmente al interior de sus aulas durante cinco años de mi formación.
- A la Escuela Profesional de Enfermería y a mis docentes, quienes han sido la piedra angular para mi formación profesional, quienes me inculcaron valores y todo el profesionalismo en la rama de la enfermería.
- A los miembros del jurado calificador; M. Sc. Maria Magdalena VARGAS YNOFUENTE y a la Lic. Maritza Karina HERRERA PEREIRA por sus sabias orientaciones, sugerencias, aportes y disponibilidad que permitieron la culminación de esta investigación.
- A mi asesor de tesis, a la Mgtr. Fiorela Jeanette ORTIZ ORTIZ, quien con su conocimiento y su guía fue elemental para que se pueda concretar la presente investigación.
- A la Dirección de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Camicachi de Llave por brindarme todas las facilidades para realizar la presente investigación.
- Así también, quiero mostrar mi gratitud a todos los docentes, padres de familia y estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Camicachi de Llave que me han colaborado en la implementación del presente trabajo de investigación y a todas aquellas personas que me apoyaron desinteresadamente en la realización de este objetivo que me conducirá a la obtención del grado Académico de Bachiller en Enfermería.

VERONICA.

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	i
AGRADECIMIENTOS	ii
ÍNDICE GENERAL	iii
ÍNDICE DE TABLAS	v
ÍNDICE DE FIGURAS	vi
INDICE DE ANEXOS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
INTRODUCCIÓN	1

CAPÍTULO I**PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES Y OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
1.1.1 . FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	6
1.2. ANTECEDENTES	6
1.2.1. ANTECEDENTES INTERNACIONAL	6
1.2.2 ANTECEDENTES NACIONAL	9
1.2.3 ANTECEDENTES LOCAL	12
1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	15
1.3.1 OBJETIVO GENERAL	15
1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	15

CAPÍTULO II**MARCO TEÓRICO, CONCEPTUAL E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

2.1. MARCO TEÓRICO	16
2.2. MARCO CONCEPTUAL	29
2.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	30
2.2.1. HIPÓTESIS GENERAL	30
2.2.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	30

CAPÍTULO III**METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

3.1 ZONA DE ESTUDIO	31
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	31
3.3. MÉTODOS Y TÉCNICAS	32
3.4. MÉTODOS Y MATERIALES Y ANÁLISIS POR OBJETIVOS ESPECÍFICOS	33
3.5 MEDICIÓN DEL INSTRUMENTO	33

CAPÍTULO IV

4.1. EXPOSICION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS	35
CONCLUSIONES	45
RECOMENDACIONES	48
BIBLIOGRAFÍA	50
ANEXOS	58

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 01. Indicador de masa corporal.	35
Tabla 02: Preocupación por la imagen corporal	38
Tabla 03: Evita engordar	39
Tabla 04: Relación que existe entre el estado nutricional y la imagen corporal	42

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 01: Indicador de masa corporal	72
Figura 02: Preocupación por la imagen corporal	72
Figura 03: Índice de masa corporal según sexo de los alumnos.	73
Figura 04: Relación que existe entre el estado nutricional y la imagen corporal	73

INDICE DE ANEXOS

	Pág.
Anexo 01: Matriz de consistencia	59
Anexo 02: Variables y su operacionalización	60
Anexo 03: Registro de evaluación nutricional	66
Anexo 04: Cuestionario de la imagen corporal	67
Anexo 05: Instructivo del cuestionario	70
Anexo 06: Figuras sobre los resultados de la investigación	72

RESUMEN

El presente trabajo de investigación que lleva por título: “Estado nutricional e imagen corporal en estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Camicachi, llave 2020”, cuyo objetivo fue determinar cual es estado nutricional y su relación en la imagen corporal en estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Camicachi. La metodología aplicada al estudio fue corresponde al tipo no experimental descriptivo simple con enfoque cuantitativo, la muestra de estudio estuvo conformada por 45 alumnos de la mencionada Institución Educativa; el instrumento de recolección de información fue el cuestionario aplicado a los alumnos el cual consta de 34 preguntas que cubrirán las diferentes dimensiones de estudio como son, masa corporal e imagen corporal; los resultados fueron presentados en tablas de frecuencia absoluta y porcentual en base a círculos y columnas estadísticas. Por lo que podemos concluir en el presente estudio que el estado nutricional de los alumnos de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre de Camicachi tiene una relación estrecha con el aspecto físico por lo demostrado a lo largo de la investigación.

Palabras clave: Aspecto físico físico, alimento, estado nutricional, estudiantes, Institución Educativa.

ABSTRACT

The present research work entitled: "Nutritional status and body image in fifth grade students of the Secondary Educational Institution Jorge Basadre Camicachi, Ilave 2020", whose objective was to determine what is nutritional status and its relationship in body image in fifth grade students from the Jorge Basadre Camicachi Secondary Educational Institution. The methodology applied to the study was corresponds to the simple descriptive non-experimental type with a quantitative approach, the study sample consisted of 45 students from the aforementioned Educational Institution; The information collection instrument was the questionnaire applied to the students, which consists of 34 questions that will cover the different study dimensions such as body mass and body image; The results were presented in absolute and percentage frequency tables based on circles and statistical columns. Therefore, we can conclude in the present study that the nutritional status of the students of the Jorge Basadre de Camicachi Secondary Educational Institution has a close relationship with their physical appearance as demonstrated throughout the research.

Keywords: Physical appearance, food, nutritional status, students, Educational Institution.

INTRODUCCIÓN

Sobre el tema de la obesidad la Organización Mundial de la Salud, ya se a pronunciado considerando que el sobrepeso y la obesidad es un problema de índole social a nivel mundial, y que va en crecida, tal es así que a la fecha se tiene mas de 1900 millones de personas con grado de obesidad y con los problemas en la salud producto de la mala ingesta de los alimentos. Este problema aún más se ahonda y se torna más preocupante ya que viene afectando a los niños y adolescentes, las cifras que se muestra son realmente alarmantes ya que más de 340 millones de menores de edad vienen padeciendo de sobrepeso y obesidad, y lo peor de todo padecen enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión, colesterol entre otras enfermedades, que son propias del padecimiento de la obesidad. (1)

La FAO como agencia de las Naciones Unidas, ha venido mostrando datos en relación a la obesidad, el cual ha determinado que este problema de salud pública viene siendo el sexto factor elemental en la muerte de las personas en todo el mundo y que derivan entre enfermedades como la diabetes el cual asciende al 44% de personas en el mundo que padecen de esta enfermedad crónica, mientras que el 23% de la población mundial presentan problemas cardiovasculares, por otro lado el 7% de la población mundial padecen de cáncer producto de la obesidad. (2)

No debemos olvidar que la obesidad trae serias consecuencias para la salud de las personas, que van a presentarse en la brevedad del tiempo así como a largo tiempo, los escolares en la actualidad viene siendo el más afectado ya que la obesidad representa un retraso en el crecimiento y que induce a la poca actividad física en los menores el cual es algo bien preocupante. (3)

La obesidad tiende a presentar otros problemas dentro de ellos podemos encontrar a los trastornos de ventilación pulmonar, el cual tiene serios problemas en el aprendizaje en los

menores de edad que están en etapa escolar, trayendo consigo el bajo rendimiento académico. (4)

El problema de la obesidad también va a repercutir de sobre manera en el desarrollo de la enfermedad como la diabetes como principal agente depresivo en las personas, el cual traerá consigo en agotamiento a nivel celular causando un daño irreversible al páncreas, quién es el encargado de generar la ínsula en el cuerpo. (5)

Asimismo, trayendo como referencia en relación a la grasa visceral y los epiplones son lo que producen células de carácter resistivo, que van a aumentar sobre la tensión arterial; al tener este padecimiento como es la superposición de la hipertensión arterial en relación a la la diabetes se va a incrementar la creación de la aterosclerosis. (6)

En las personas adultas por la misma anatomía que se presenta, así como la vida que llevan producto del estrés emocional, laboral las probabilidades de aumentar de peso es más notorio y a la vez de que contraigan enfermedades crónicas que en cierta forma disminuirán la prognosis de vida. (7)

La calidad de vida debe de darse a todo nivel en relación a la ingesta de alimentos, no podemos permitir que por un desorden alimenticio se tengan más víctimas producto de la obesidad y el sobrepeso. (8)

Como problema en la salud de las personas en razón de padecer sobrepeso así como de obesidad radica en que si se empeora la situación en razón a su salud, el tratamiento así como la medicación a suministrar serán totalmente costosos, por el mismo hecho de que el paciente tendrá que recibir atención especializada, por otro lado los empleados y trabajadores por el mismo ritmo de vida que vienen desarrollando vienen padeciendo de sobrepeso y obesidad. (9)

El trabajo de investigación servirá para que los profesionales puedan realizar trabajos de investigación en las diferentes universidades de la región y del país y tengan que prevenir sobre la alimentación en sus menores hijos, alimentar con productos de la

zona y no el consumo de alimentos “chatarra” y deben de alimentar con productos de la zona y que tenga una disciplina alimenticia.

El presente trabajo de investigación titulado “Estado nutricional e imagen corporal en estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Camicachi, llave 2020”, está integrado por cuatro capítulos; en el Capítulo I se desarrolla el planteamiento del problema, así como también los objetivos a lo que deseamos arribar, luego se desarrollará un análisis de los antecedentes de la presente investigación, más que todo en trabajos de nivel universitario. En el Capítulo II se pone en consideración el marco teórico y el marco conceptual con temas debidamente seleccionados e individualizados. En el Capítulo III, de la tesis se plantean los procesos metodológicos, técnicos e instrumentales para la recolección de datos y su tratamiento estadístico; y, en el Capítulo IV se exponen los resultados obtenidos en la presente investigación, en consecuencia toda la información que data en la tesis está debidamente contrastada. Por último se procede a dar las conclusiones a las cuales se arribó al culminar la presente investigación, además presentamos la bibliografía y los anexos que completan nuestro estudio.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES Y OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El sobrepeso y obesidad en el mundo se considera una epidemia mundial los niños son un grupo altamente vulnerable, y tienen un impacto negativo en la salud y se asocian con las principales enfermedades no transmisibles, como las cardiovasculares, osteoarticulares, diabetes mellitus tipo II, hipertensión arterial, y algunos tipos de cáncer (10).

En el Perú es considerado como un proceso de transición epidemiológica, existe desnutrición y ya cuenta con altas cifras de sobrepeso y obesidad infantil; ubicándose a nivel latinoamericano como uno de los países con mayor incremento de obesidad infantil en los últimos años (11).

Los determinantes sociales de la salud son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen (ciclo de vida), la cultura como determinante, son todas las formas y expresiones que caracterizan una población y determinan su estado de salud alimentaria, tales como, etnicidad, el nivel educativo, género, religión, lengua, cosmovisión, arquetipos, creencias, costumbres y valores.

(3)

Por otro lado la OMS ha venido informando de forma progresiva desde el año 2017, que los menores de edad entre niños y adolescentes los cuales comprenden la edad escolar vienen presentando un cuadro de obesidad, el cual viene influyendo de sobre manera en la salud de estos menores; así mismo, esta situación se viene incrementando de forma alarmante por el desorden alimenticio que vienen presentando no solo en casa, más que todo esto se ve en el colegio, por la ingesta de comida chatarra, por lo que se estima que una de las principales causas de muerte infantil será producto de la mala alimentación que conduce a una obesidad severa. (13)

También, el informe de CEPAL – 2017, con relación a la baja talla para la edad o la desnutrición crónica, y el bajo peso para la talla o desnutrición aguda. Al encontrar problemas nutricionales a nivel mundial el Instituto Nacional de Salud, a través de “El Plan de Acción para la Prevención de la Obesidad en la Niñez y la Adolescencia”. El Gobierno Peruano aprueba la Ley 30021 “Ley de Promoción de la Alimentación Saludable en niños, niñas y Adolescentes”, la cual establece en el artículo 5°, en el año 2013, la creación del Observatorio de Nutrición y del Estudio del Sobrepeso y Obesidad, a cargo del Ministerio de Salud con la finalidad de conocer la situación nutricional de la población peruana (14).

Los problemas nutricionales encontrados frente a la situación de Salud de los Adolescentes y Jóvenes en el Perú, para el 2015 sobre la base de auto reporte de talla y peso corporal, La Dirección Ejecutiva de Vigilancia Alimentaria y Nutricional, el en Informe Técnico: “Estado Nutricional por Etapas de Vida en la Población Peruana; 2013-2014”. La desnutrición La desnutrición

crónica según área de residencia está marcadamente diferenciada mostrando un 15.1% en el área urbana y 40.6 % en el área rural. (15)

Por todo lo analizado planteamos la presente investigación.

1.1.1 . FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.1.1.1. Problema general

¿Existe relación entre el Estado Nutricional e Imagen Corporal en adolescentes de la IES. “Jorge Basadre” Camicachi. 2020?.

1.1.1.2. Problemas específicos

- ¿Por qué evaluar el estado nutricional por índice de masa corporal en estudiantes según el sexo del quinto grado de la IES. “Jorge Basadre” Camicachi, 2020?
- ¿Por qué evaluar la imagen corporal en los estudiantes según el sexo del quinto grado de la IES. “Jorge Basadre” Camicachi, 2020.

1.2. ANTECEDENTES

1.2.1. A nivel internacional

J. y Espinoza C. (2019), en el trabajo que ha desarrollado cuyo título es: “Valoración del estado nutricional y hábitos alimentarios en niños de 1 a 3 años de edad que acuden a la guardería de bahía de la Ciudad de Guayaquil en el periodo 2018 al 2019”, se trazó como objetivo realizar estudios sobre la determinación en el estado nutricional y sobre los hábitos en la alimentación en niños de 01 a 03 años de edad, para cuyo efecto se tuvo una muestra total de 59 niños para el estudio, también se consideró los criterios de inclusión y exclusión de la muestra, considerando también que el instrumento aplicado fue a las madres de los menores; en este estudio se ha

llegado a la siguiente conclusion en merito a los siguientes resultados, que del 100% de niños que se tiene en la muestra, no todos tienen una misma dieta en la ingesta de sus alimentos, ya que el 97% de su dieta esta en base a proteínas, mientras que el 98% considera en su dieta en mayor proporcion alimentos ricos en proteínas y el 73% de madres encuestadas manifestaron considerar en la dieta de sus hijos en base a grasas, el estudio analiso esta informacion llegando a colegir que este tipo de dieta es sumamente peligroso ya que va a tener situaciones alarmntes en que el niño sea propenso a ser obeso o en su defecto a tener un sobrepeso que van a dañar su salud en especial a nivel cardiovascular, por lo tanto debemos de tener en cuenta que los alimentos si influyen en los niños en la preservacion de una buena salud, asi mismo se pudo observar que gran parte de estos niños presentan sobrepero y tienden a tener obesidad. (16)

Por su parte, Courtois V. (2014) en su trabajo de investigación titulado: Situación nutricional en escolares de Santiago el Pinar, Chiapas (México) de la universidad Complutense de Madrid facultad de farmacia departamento de Nutrición y Bromatología, Madrid, 2014. Se ha utilizado la siguiente metodología: Se realizó un estudio epidemiológico analítico, observacional y transversal en la población escolar del municipio de Santiago el Pinar, Chiapas, México. La elección del municipio Santiago el Pinar fue por los motivos siguientes:

- Es una ciudad principalmente indígena (80,35% de la población habla lengua indígena), con un Índice de Desarrollo Humano (IDH) muy bajo (0,36; se encuentra entre los 28 más pobres del estado de Chiapas y es el 8º a nivel nacional).

- Al ser un municipio de reciente creación (13 años aproximadamente) no hay ningún estudio realizado hasta el momento del estado nutricional de la población escolar.

- Actualmente es uno de los municipios en donde el gobierno está invirtiendo capital para convertirlo en “ciudad rural sustentable” con el fin de cumplir los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM) en México. Llegando a la siguiente conclusión: Situación nutricional de la población estudiada: 1. La población escolar estudiada de Santiago el Pinar puede ser considerada –en función del indicador talla para la edad (TE)- como una población con un problema grave de desnutrición crónica. Según esto, el 51,9% de la población sufre desnutrición crónica (puntuación Z o z-score de talla para la edad por debajo de -2 desviaciones estándar ($ZTE < -2$), y un 29,7% se encuentran en riesgo de presentarla ($TZE < -1$). 2. El 30,5% de los escolares presentan desnutrición global valorada por el indicador peso para la edad (peso para la edad (PE) por debajo del percentil 5 ($PE P < -2$), valorada por el peso para la talla (PT) se presenta en el 11,7% de los niños, mientras que el 64,9% presenta un peso normal y el 23,4% presenta sobrepeso ($ZPT > +2$) u obesidad ($ZPT > +3$) mediante este indicador. 4. El 7,2% de la muestra presenta un porcentaje de grasa corporal (% GC) mayor del 25% (niños) y 30% (niñas), indicativo de adiposidad alta, y el 8,2% presenta circunferencia de cintura mayor del P75 de las tablas de referencia, indicativo de obesidad central. Ambos índices se correlacionan positivamente (p). (17)

Según Miranda A. (2017), en su trabajo de investigación titulado: Conocimientos de nutrición y alimentación general en estudiantes de nivel terciario del área de deportes de asunción y gran asunción, de la universidad Autónoma de Asunción, Facultad de Ciencias Jurídicas, Políticas y de la Comunicación, Paraguay 2017. Tuvo como

objetivo general: El objetivo general de esta investigación fue determinar el nivel de conocimientos de nutrición y alimentación general de estudiantes de áreas relacionadas al deporte de instituciones de educación superior de Asunción y Gran Asunción. En la presente investigación se ha utilizado la siguiente metodología: Estudio de enfoque cuantitativo, observacional, descriptivo, prospectivo de corte transversal mediante cuestionario autoadministrado semiestructurado con preguntas abiertas y cerradas para determinar nivel de conocimientos de nutrición y alimentación general, basado en el instrumento elaborado por Parmenter115 (Anexo 2). Para la adaptación cultural del instrumento se tuvo en cuenta un enfoque cualitativo-cuantitativo, y un estudio instrumental para la traducción/re-traducción del cuestionario que abarcó juicio de expertos, panel de expertos, prueba cognitiva (de comprensión), prueba pre-piloto y prueba piloto. Llegando a la siguiente conclusión: Esta investigación se constituye en pionera en el ámbito de la adaptación cultural de un instrumento de medición en Paraguay. Representa el primer paso para identificar las falencias en la educación nutricional en el nivel terciario en el área de deportes. Para este estudio se obtuvo una versión adaptada del instrumento de medición, cuyas propiedades psicométricas apoyan la confiabilidad de los resultados. Este hecho anima el uso del instrumento en la población local. (18)

1.2.2. A nivel nacional

Por su parte Chirinos K. (2019), en su trabajo de investigación titulado: Nivel de autoestima y su relación con el estado nutricional en adolescentes academia San Fernando – Cajamarca, 2019. De la universidad César Vallejo Trujillo - Perú. En la presente investigación se ha utilizado la siguiente metodología: La presente investigación se llevó a cabo mediante el diseño de investigación no experimental,

descriptiva correlacional. Llegando a las siguientes conclusiones: El nivel de autoestima de los adolescentes de la Academia Pre Universitaria San Fernando de Cajamarca durante los meses de febrero a marzo 2019 fue alto (50.9%). 2. El estado nutricional en los adolescentes de la Academia Pre Universitaria San Fernando de Cajamarca durante los meses de febrero a marzo 2019 fue: normal 75.9%; sobrepeso 18.1% y obesos (6%). 3. El nivel de autoestima no se relaciona significativamente con el estado nutricional en adolescentes. (19)

Por su parte Bazán N. (2019), en su trabajo de investigación titulado: Estado nutricional y rendimiento académico en los estudiantes de la I.E. Nuestra Señora del Carmen, de la universidad San Pedro, Escuela de Posgrado, Facultad de Educación y Humanidades Celendín - Perú 2018. Se ha planteado como objetivo general: Determinar la relación entre el estado nutricional y el rendimiento académico de los estudiantes del 1ro grado de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen del Distrito de Celendín, Cajamarca, 2018. En esta investigación se ha considerado una metodología en la investigación para poder determinar la ilación que se tiene entre dos o más variables, el cual de forma verosímil probará la hipótesis planteada en la presente investigación, esto considerando también las pruebas a presentar en el trabajo, el cual llevará a que las técnicas sean de carácter funcional, con relación a los resultados que se puedan obtener, estos resultado reflejaran la correlación de la misma a través de cuadros y gráficos estadísticos. Llegando a las siguientes conclusiones: 1. La mayoría de estudiantes de la I.E. Nuestra Señora del Carmen presenta un estado nutricional normal. 2. El mayor porcentaje de escolares han alcanzado en su rendimiento académico una calificación de A (Logro alcanzado) y B (En proceso), Por lo tanto y consecuentemente no tendrá ilación de tracto

estadístico en forma significativa sobre el estado nutricional con el rendimiento académico de los menores. (20)

En el trabajo titulado “Relación del nivel de conocimientos de la madres sobre alimentación con el estado nutricional de escolares del nivel primario de Institución Educativa de carácter público saludables en la zona de la ciudad blanca en el Distrito de Paucarpata, en la ciudad de Arequipa”, estudio realizado en la Universidad Nacional de San Agustín , se trazó como objetivo el hecho de considerar en análisis sobre el nivel de conocimientos de las madres de los niños en estado nutricional en los estudiante del nivel primario del sector público en la ciudad de Arequipa, el cual podremos ver si estos menores están en nivel de sobrepeso o de obesidad. Utilizó la siguiente metodología de estudio: De acuerdo a Hernández (62) viene a ser un estudio de tipo descriptivo, debido a que detalla tendencias y características de la población estudiada. Esto implicó la recolección de información de los conocimientos de las madres e información del estado nutricional de los niños mediante la evaluación de indicadores antropométricos de acuerdo al sexo y edad. Es de alcance correlacional debido a que se relaciona las variables de estudio: nivel de conocimientos con el estado nutricional. El diseño de investigación es de tipo no experimental debido a que se observa una situación ya existente en donde no se genera ninguna situación; es de corte transversal, ya que los hechos y datos fueron obtenidos en un determinado tiempo y espacio. En un segundo momento el estudio es de alcance correlacional debido a que la relación de variables se da en un momento determinado. En este estudio se llegó a la siguiente conclusión de forma íntegra: Para con el nivel de aprendizaje y conocimiento de la madre sobre dietas adecuadas en la ingesta de alimentos en menores de edad se tiene que el 16.2% de

las madres han desarrollado conocimientos altos sobre la ingesta adecuada y balanceada de alimentos a los niños, mientras que por el otro lado se tiene el 64.5% de madres de familia a desarrollado un conocimiento medio para poder dar alimentos balanceados a sus hijos menores de edad, mientras que el 19.3% no tiene conocimiento adecuado sobre la dieta a preparar para una buena alimentación de sus hijo. (21)

1.2.3. A nivel local

Por su parte Acuña N. (2016), en su trabajo de investigación titulado: "Relación del estado nutricional nivel de hemoglobina, hematocrito y hierro dietario en preescolares de la IEI. N° 200 Ocuvi, provincia de Lampa - Puno, junio-setiembre 2014" de la Universidad Nacional del Altiplano Puno - Perú 2016. Tuvo objetivo general: Establecer la relación del estado nutricional, niveles de hemoglobina, hematocrito y hierro dietario en pre-escolares de la I.E.I. N° 200 Ocuvi, provincia de Lampa Puno, junio - setiembre setiembre 2014. En esta investigación se ha aplicado la metodología en razón al trabajo descriptivo con relación a lo analítico, por cuanto se trabajó bajo un perfil descriptivo con corte de tipo transversal respectivamente. Llegando a las siguientes conclusiones: El estado nutricional de los escolares según la clasificación de Waterlow, indicador talla/ edad se tiene que el 71.4% presenta una talla normal, respecto al indicador P/T y talla baja 28.6% con peso normal, Con el indicador IMC se observa que el 89% presenta un estado nutricional normal, un 3% está en sobrepeso y 9% bajo peso. En el consumo de hierro dietético: muestra que el 68.6% tiene un exceso de consumo de hierro, un 14.3% adecuado, y 17.1% es deficiente en cuanto al consumo de hierro de la dieta. El nivel de hemoglobina: 8.6 % de pre escolares poseen niveles de hemoglobina bajos (< 10.9 g/dl); el 31.4 %

presentan niveles de hemoglobina dentro del rango de normalidad (11.0 - 14.0 g/dl) y el 60 % presenta un nivel de hemoglobina alto (> 14 g/dl). El nivel de hematocrito: 14.3 % de pre escolares poseen niveles de hematocrito bajos ($< 45\%$); el 60 % presentan niveles de hematocrito dentro del rango de normalidad (35-45 %) y 25.7 % presentan un nivel de hematocrito alto (> 45 %). También se debe tener en cuenta la ingesta de los alimentos con relación al estado de nutrición de las personas, por lo que se debe de observar el indicador de talla con la edad y el peso con la talla de paciente, por cuanto la X2 está tabulada ya con la situación nutricional el que se denota que no tiene relación. La dieta de los preescolares es el reflejo del estado nutricional, IMC y los niveles de hemoglobina, hematocrito y hierro dietario. (22)

Según Alarcón M. (2017), en su trabajo de investigación titulado: "Nivel de conocimiento de los padres sobre el estado nutricional de los escolares con sobrepeso y obesidad de la IEP. Anna Jarvis Arequipa - 2017" de la Universidad Nacional del Altiplano Puno – Perú 2017. En este estudio se tuvo el objetivo de identificar y determinar la relación que tiene el conocimiento de los padres sobre el estado de nutrición de sus hijos en edad escolar, y analizar el sobrepeso y la obesidad de sus hijos, que estudian en la Institución Educativa Pública de nivel Primario Anna Jarvis de la ciudad de Arequipa. En la presente investigación se ha trabajado con la siguiente metodología: El presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo analítico de corte transversal. En esta investigación se ha llegado a las conclusiones pertinentes: Sobre el estado de nutrición se tiene en el índice de la masa muscular, que el 58.3% de todos los alumnos presentados en la muestra tienen un cuadro de sobrepeso, mientras que el 41.7% han presentado un cuadro de obesidad el cual es una cifra realmente alarmante para niños y jóvenes que padecen

este cuadro y están propensos a tener alguna enfermedad crónica el cual va a acortar su pronóstico de vida. por otro lado se obtuvo los resultados en función al conocimiento sobre la dieta que deberían de suministrar a sus hijos donde se obtuvieron las cifras siguientes, que el 14.6% tienen un conocimiento vasto sobre dieta balanceada aplicada a sus menores hijos, mientras que 66.7% de padres de familia mostraron un conocimiento deficiente y es ahí donde radica el problema como se demostró en el estudio. (23)

Por su parte Paja M. (2019), en su trabajo de investigación titulado: Autoestima e imagen corporal en estudiantes de quinto año de la institución educativa secundaria Emblemática Glorioso San Carlos, Puno 2018, de la Universidad Nacional del Altiplano, Facultad de Enfermería Puno – Perú 2019. Tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre el nivel de autoestima e imagen corporal en estudiantes de quinto año de la Institución Educativa Secundaria Emblemática Glorioso San Carlos, Puno 2018. En la presente investigación utilizó la siguiente metodología: Tipo de investigación: según Hernández, Fernández y Baptista, es de tipo descriptivo con diseño correlacional, ya que nos permite determinar la relación entre las variables que mide dos o más variables. Llegando a la siguiente conclusión general: Los estudiantes de quinto año de la Institución Educativa Secundaria Emblemática Glorioso San Carlos, tienen una autoestima elevada, seguido de media y un mínimo porcentaje con autoestima baja. (24)

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN:

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación entre el estado nutricional e imagen corporal en los estudiantes del quinto grado de la IES. “Jorge Basadre” Camicachi, 2020.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Evaluar el estado nutricional por índice de masa corporal en estudiantes según sexo del quinto grado de la IES. “Jorge Basadre” Camicachi, 2020.
- Evaluar la imagen corporal en los estudiantes según sexo del quinto grado de la IES. “Jorge Basadre” Camicachi, 2020.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO, CONCEPTUAL E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. MARCO TEÓRICO

2.1.1. Estado nutricional

El estado nutricional es una condición fundamental que determina la salud e influye sobre la enfermedad (25). Es la situación física del individuo, que se da entre el balance de la ingesta de alimentos, la absorción y la utilización de nutrientes, con el gasto energético que realiza (26). Viene a ser el grado de adecuación de las características anatómicas, bioquímicas y fisiológicas del individuo (27).

En el Perú, el estado nutricional se ha modificado en los últimos años, viéndose un incremento de malnutrición por exceso. A esto se le denomina proceso de transición nutricional. Este fenómeno que se da no solo a nivel nacional, sino a nivel de América Latina y el Caribe desde el año 2000, presenta entre sus características una alteración de la dieta, debido a cambios en la tecnología, ocio y trabajo (28); actualmente afecta al 32.3% de los niños de entre 5 - 9 años de edad con sobrepeso y obesidad (29).

2.1.2. Análisis sobre la evaluación del estado nutricional

Esta viene hacer un arte comprendida dentro de la esfera de la ciencia, con tracto tradicional con proyección a las nuevas tecnologías, considerando un criterio unificado, el cual tiene su naturaleza en razón de su forma racional, en el horizonte de determinar el estado nutricional de las personas o de los pacientes, esta dimensión obedece la medición de un conjunto de aspectos sobre el cuerpo humano que son determinantes en el ciclo de vida de las personas, tanto para personas jóvenes y adultas. (30)

No debemos olvidar que el estado nutricional de las personas obedece a una correcta y debida valoración a través del estado de nutrición de las personas, el cual permitirá identificar todas las alteraciones que se tenga por exceso o por una situación de defecto para el diagnóstico y las medidas a adoptar en el tratamiento clínico en el aspecto nutricional el cual nos conlleva a la valoración de la composición corporal.

La evaluación del estado nutricional tiene la finalidad de identificar una posible malnutrición por exceso o por deficiencia y tener un diagnóstico del mismo (31).

2.1.3. Métodos de evaluación del estado nutricional

a. Antropometría

Es una medición cuantitativa simple del estado nutricional que permite valorar el tamaño (crecimiento) y la composición corporal del niño, un indicador importante en las reservas proteicas y tejido graso del organismo. (32)

En este rubro se tiene que tener en cuenta que el estudio es considerado en base a medidas somáticas las cuales van a permitir comparar todas las dimensiones de los menores de edad utilizando para ellos patrones que están debidamente consignados, así mismo se utilizará los indicadores sobre el estado nutricional y la masa corporal del menor, este estudio tiene la ventaja de poder aplicarlo con toda facilidad en la captación de la información y por ende en la interpretación de la información que se ha obtenido, este método es un método económico, no invasivo y que se puede aplicar para desarrollar el examen del estado de salud y nutrición de las personas, haciendo un seguimiento de patrones que vana considerar modificaciones a lo largo del tiempo. (33)

Las variables más empleadas en los escolares vienen a ser: peso, talla, pliegues cutáneos, circunferencia abdominal, entre otros. Son con estas variables, que se construyen los indicadores antropométricos que indican la dimensión y composición corporal obtenido y comparado con los valores de referencia (34).

Por otro lado todos los indicadores antropométricos, establecen de forma clara el ritmo de crecimiento en razón del aspecto físico del niño así como del adolescente, así mismo permite analizar las dimensiones físicas de la persona adulta considerando para ello la determinación de la masa muscular, así como también de la composición del cuerpo de las personas. (35)

La finalidad es brindarnos un diagnóstico nutricional y de salud para reconocer poblaciones en riesgo de malnutrición (36).

Por otro lado las medidas sobre el peso y la talla se pueden desarrollar cálculos en base a los índices que son derivados en mérito a una clasificación del estado de nutrición de las personas, así como evaluarlo en razón del tiempo con el propósito de cuantificar las respuestas en razón de las medidas terapéuticas. (37)

Indicadores para la evaluación del estado nutricional de la población que comprende los 6 y 18 años: - Índice de Masa Corporal para la edad (IMC/E)

- Talla para la Edad (T/E)
- Perímetros o circunferencias
- Perímetro abdominal

I. Índice de masa corporal (IMC)

Identificado como un índice de gran utilidad para ser utilizado en niños y adolescentes para la detección de sobrepeso y obesidad, ya que es un indicador indirecto de la adiposidad del individuo, así mismo determina como un indicador predictivo de presencia de obesidad en la edad adulta (19 años de edad) (34). De acuerdo al Ministerio de Salud, el IMC permite evaluar los niveles de desnutrición, sobrepeso u obesidad al compararlos con los patrones de referencia (38).

II. Talla para la edad (T/E)

Es la relación que existe entre la talla de la persona así como la edad y el sexo en este caso es fundamental este aspecto porque la mujer y el varón

tiene diferente contxtura. Para ello se aplica para determinar el diagnóstico de sobre la baja de peso de tipo crónico. (39)

El crecimiento lineal continuo, es el mejor indicador de una dieta y estado nutricional adecuados a largo plazo. (40)

III. Perímetro abdominal

Por este procedimiento se considera la medida de todo el diámetro del abdomen el cual va a permitir el riesgo de concebir alguna enfermedad producto del sobrepeso y de la obesidad dentro de estas enfermedades puede ser problemas al corazón, la diabetes, la gota, entre muchas otras enfermedades de tipo crónico. (41)

b. Bioquímico

La evaluación bioquímica es aquella que incluye pruebas físicas, bioquímicas, moleculares, microscópicas y de laboratorio que se complementa con la evaluación antropométrica, dietética y clínica, proporcionando información objetiva y cuantitativa del estado nutricional. Permite detectar deficiencias subclínicas (antes de que surjan signos o síntomas) y clínicas de ciertos nutrientes (42).

c. Clínico

La evaluación clínica es aquella que permite conocer a detalle la historia médica del paciente. Permite realizar un examen físico con el cual identificar e interpretar los signos y síntomas de las deficiencias o exceso de nutrientes y aquellos relacionados con una enfermedad (42).

d. Dietético

El estado nutricional viene a ser un equilibrio entre lo que requiere y lo que ingiere el individuo, por lo tanto, la evaluación dietética nos permite detectar a aquellos sujetos con riesgo en su salud relacionado con su alimentación, interviniendo oportunamente, como prevención o terapia (42).

Obesidad y sobrepeso, la obesidad es la acumulación excesiva de grasa corporal que aumenta el riesgo de enfermedades no transmisibles, como enfermedades cardiovasculares, diabetes y algunos tipos de cáncer, representando una amenaza importante para la salud pública y un deterioro en la calidad de vida (43) (44).

2.1.4. Percepción de la imagen corporal

a. Percepción

Es la sensación interior que surge a partir de las imágenes, impresionantes o sensaciones derivadas de nuestros sentidos. También se puede definir como un proceso mediante el cual una persona, selecciona, organiza e interpreta los estímulos, para darle un significado a algo (Marleau. 1985).

b. Imagen

La imagen corporal es el concepto que cada persona tiene de su propio cuerpo, no solo como objeto con propiedades físicas, sino como sujeto parte de uno mismo (Peralta. 2009). (45)

c. Sobre la percepción de la imagen del cuerpo humano

Este aspecto es importante tenerlo en cuenta ya que es la percepción de la imagen misma de la persona en razón del aspecto de su cuerpo, en razón al tamaño, volumen, figura en razón de cada una de sus partes por

el que conlleva a una dimensión de satisfacción o insatisfacción al mismo tiempo. Es decir, es el reconocimiento subjetivo del propio cuerpo y de cómo uno cree que los demás lo ven; involucra también los sentimientos y actitudes que genera esta representación. Esta percepción puede ser más o menos verídica, pero siempre saturada de sentimientos positivos o negativos de indudable influencia en el autoconcepto, interviniendo definitivamente en la conducta. La apariencia física es la primera fuente de información en la interacción social; esto aumenta el riesgo de problemas psicosociales en los púberes como una autoestima baja (Flores. 2009).
(46)

2.1.5. Componentes

La imagen corporal está formada por diferentes componentes (Raich, 2009): (47)

a. Componente perceptivo

En la formación de la imagen corporal tiene especial relevancia los aspectos y una especial atención y los que se omiten. Funciona como un círculo vicioso, las personas con una mala imagen de sí mismos percibirán más los aspectos negativos, y las que tienen una mejor imagen corporal percibirán más los positivos. También hay que señalar que muchas veces se producen distorsiones, que dan lugar a la sobreestimación o la subestimación, si bien el cuerpo se percibe en unas dimensiones superiores o inferiores a las reales respectivamente.

b. Componente cognitivo-afectivo

Que incluye sentimientos, actitudes, cogniciones y valoraciones que despierta el cuerpo, su tamaño, su peso, su forma o algunas partes de él. Considerando para ellos desde la perspectiva emocional sobre el aspecto de la imagen del propio cuerpo nos lleva a experimentar placer, o

descontento, rabia o no sentirse cómodamente con su cuerpo mismo de la persona el cual genera frustraciones. Hace referencia a las actitudes, creencias e ideas sobre el cuerpo. Se puede limitar a los datos objetivos, o a juicios de valor como objeto de percepción, por ejemplo insatisfacción, preocupación, ansiedad.

c. Componente conductual

Se refiere a las conductas o acciones que se derivan de la percepción y sentimientos asociados con el propio cuerpo, como conductas de exhibición, conductas de evitación.

2.1.6. Dimensiones

a. Preocupación por el peso

Sentimiento de inquietud, temor o intranquilidad que se tiene por el peso; es la preocupación física más habitual de los púberes debido a la ganancia de peso fisiológica de esta etapa, las mujeres se preocupan porque la grasa se acumula en algunas zonas de su cuerpo y los hombres están más orientados hacia la falta de musculatura (Toro. 2009). (48)

b. Insatisfacción corporal

La insatisfacción aparece en función del gusto o disgusto que se sienta por el cuerpo o parte de él. Esta puede ir desde una leve preferencia por cambiar ciertas características corporales hasta graves dificultades asociadas con conductas extremas para transformar el cuerpo o evitar juicios negativos sobre él (Flores. 2009). (46)

Así, la insatisfacción con la imagen corporal es definida como la magnitud de la diferencia entre lo que uno percibe de su apariencia física y los modelos interiorizados; es decir, surge la discrepancia entre la imagen real y la ideal. La representación puede ser verídica pero si se aleja de la

imagen que se quiere alcanzar, estará saturada de sentimientos negativos que afectarán sus actitudes hacia ella. A mayor insatisfacción y preocupación por el peso, mayor probabilidad de experimentar sentimientos negativos (Baile 2003). (49)

2.1.7. Características de la imagen corporal

La imagen corporal se compone de percepciones, pensamientos y sentimientos sobre el cuerpo y la experiencia corporal:

- Percepciones: a lo largo del desarrollo y dentro de un marco cultural, construimos imágenes de la forma o el tamaño de varios aspectos del cuerpo.
- Cogniciones: pensamientos, creencias y afirmaciones sobre el cuerpo y las experiencias corporales.
- Emociones: experiencias de comodidad o incomodidad, de satisfacción o insatisfacción asociadas con nuestra experiencia corporal.

Por otro lado, es bueno saber que la imagen del cuerpo de las personas van relacionadas al sentimiento y a la autoestima el cual alimenta el yo personal de cada individuo. Esto se verá reflejado en el aspecto social en el diario vivir de la persona en sociedad y como está adopta a la persona, aquí también entra a tallar el grado de aceptación de la misma persona y el rol que cumple su estado nutricional.

Influye en el procesamiento de la información; las personas que son esquemáticas con respecto al aspecto físico procesan la información en términos de competencia en atractivo corporal.

Otro aspecto a tomar en cuenta es que el aspecto del ser humano en razón de su cuerpo influye de sobremanera en su aspecto emocional y de su autoestima, ya

que determinará la forma de comportarse en sociedad, el cual nos conlleva al aspecto subjetivo de las personas como la forma de desarrollar en sociedad en razón a los niveles de conciencia.

2.1.8. Alteraciones de la percepción de la imagen corporal

Las alteraciones de la imagen corporal pueden concretarse en dos aspectos (Salaberria Col 2007).

a. Sobre la alteración cognitiva y afectiva

Este aspecto obedece de forma precisa al hecho de no sentirse contento con su propio cuerpo la perdona, por ende existen pensamientos negativos equivocados el cual crea situaciones de frustración..

b. Sobre la alteraciones perceptivas

Este análisis que hace la persona conlleva de todas formas al aspecto de distorsión sobre la imagen del cuerpo, haciendo que caiga en inexactitud con su propia autoestima. por lo tanto existen muchos factores que llevan a la insatisfacción de las personas con su propio aspecto físico en donde cada vez buscan perfeccionamiento, este aspecto también es evaluado desde el aspecto subjetivo de carácter perceptivo, por cuanto la preocupación de mantener un cuerpo lucido obedece a tener una salud en el aspecto nutricional de forma óptima, el cual permita tener satisfecho a las personas.

Por último cabe anotar que las medidas sobre la evaluación entre los aspectos de carácter perceptivo y subjetivo no son necesariamente de alto índice.

2.1.9. Imagen corporal durante la adolescencia

Las conductas relacionadas con la imagen corporal se encuentran fuertemente influidas por el aprendizaje y el medio sociocultural.

Por otro lado el adolescente en razón a la aprobación de su aspecto corporal tiene una especial atención por lo que para él nada es perfecto, tiende a desarrollar inquietudes y autocríticas sobre el mismo trayendo consigo la práctica de dietas severas con el afán de satisfacer su propio ego, esto también se debe a que desarrolla sus propios ideales con determinadas figuras como modelos a seguir los cuales no siempre son los padre y que por lo general son la sociedad a través de situaciones impuestas.

Papalia D. describe el proceso de construcción de la imagen corporal durante la Adolescencia dividiéndolo en tres etapas: (50)

- Adolescentes de 11 a 14 años: reestructuración del esquema e imagen corporal, y se busca la independencia.
- Adolescentes de 15 y 17 años: búsqueda de autonomía.
- Adolescentes de 18 y 20 años: reafirmación de la personalidad, los valores y preferencias vocacionales, se busca establecer el proyecto personal, elaboración de la identidad. Teniendo en cuenta todo lo que implica esta etapa, se vuelve evidente que es durante este periodo en el que se va a ver afectado el desarrollo de la imagen corporal, ya que es el más vulnerable y dependerá totalmente de este lo que el adolescente crea adecuado a lo largo de su vida.

2.1.10. Evaluación de la imagen corporal

La evaluación de la imagen corporal se debe realizar de una manera integral, incluyendo los siguientes aspectos:

- **Perceptual:** Se encarga de evaluar el grado de precisión con la que las personas perciben su cuerpo, tanto en tamaño como en forma. Para su estudio lo dividimos en dos grupos: aquellos que evalúan las partes corporales y los que evalúan el cuerpo en su totalidad. Entre los instrumentos utilizados se encuentran las siluetas de imagen corporal y fotografías corporales. (51)
- **Cognitivo:** Este hace una evaluación acerca de las creencias, pensamientos y emociones que los individuos tienen sobre su propio cuerpo tanto global como por partes, y las actitudes que estas crean hacia el cuerpo. Entre estos instrumentos tenemos las entrevistas y cuestionarios. (52)

2.1.11. Preocupación por la imagen corporal

La preocupación de la Imagen corporal se define como un signo de alarma a alteraciones de la imagen corporal, para lo cual intervienen factores históricos o predisponentes y factores de mantenimiento. (51)

2.1.12. Factores predisponentes a la preocupación por la Imagen Corporal:

a. Sociales y culturales

Aquellos que plantean un ideal corporal a partir del cual se ve influenciada la autoestima, el atractivo y la competencia personal, acarreado como consecuencia ideas erradas como: solo lo bello es bueno, la delgadez es sinónimo de belleza y el enredo de la publicidad que vende productos milagrosos para la manipulación del peso y del cuerpo.

b. Modelos familiares y amistades

Es bien sabido que somos lo que vemos, como seres humanos aprendemos de aquello que vemos es por eso que la familia y los amigos son parte fundamental en el proceso de aceptación de nuestra imagen

corporal, ya que al vernos influenciados por familiares cercanos que están excesivamente preocupados por su cuerpo seguramente nosotros aprenderemos de esas actitudes. Por otro lado están las amistades que pueden criticar y es bien sabido que para poder encajar en un grupo hay que parecerse de cierta manera a ellos, es decir que si no cumplimos con una imagen corporal acorde para ellos simplemente no podremos formar parte de su grupo.

c. Características personales

La baja autoestima, la inseguridad, las dificultades en el logro de la autonomía y los sentimientos sobre qué tan útil se puede ser, conllevan a pensar que se puede opacar todos estos defectos al obtener un cuerpo perfecto.

d. El desarrollo físico

Este desarrollo obedece al crecimiento de la masa muscular de forma precoz donde el mismo cuerpo busca aparentar situaciones de avanzada edad del adolescente, los cuales se van a convertir en factores de vulnerabilidad para las personas en especial para el sexo femenino.

2.1.13. Factores de mantenimiento

Se refieren a aquellos acontecimientos que logran activar el esquema de imagen corporal negativa causando malestar en el individuo.

Asimismo se podrán considerar algunos otros factores que van a conducir a una serie de preocupaciones en razón a la imagen del cuerpo de las personas. (52)

a. El suceso activante

Esta parte tiene que ver como la persona muestra su cuerpo dentro de su entorno social, y surge aquí una especie de comparación que realiza la

persona en torno a la figura corporal de sus semejantes alimentando al mismo tiempo su ego personal cuando se tenga satisfecha su perspectiva, situación contraria ocurre cuando esa satisfacción no llega a colmarse por ende lo llevara a la frustración.

b. El aspecto de la distrofia y el malestar.

Esta conducta se va a reflejar en situaciones de comparación en donde la persona realiza evaluaciones negativas que realimentan la distrofia y que van a perjudicar en razón a sus emociones, generando preocupación y estrés por mejorar su aspecto corporal generando trastornos en su personalidad

2.2. MARCO CONCEPTUAL

Alimento

Es aquella sustancia que ingiere el ser humano para poder desarrollar su nutrición el cual es un componente esencial para su vida desde que nace hasta que muere, mediante el alimento se constituye y construye sus órganos el cual también suministra de energía.

(54)

Delgadez

Viene hacer la constitución de las personas que por lo general son de contextura delgada, pero no por una causa natural sino se debe a que no tienen una adecuada dieta en su alimentación por lo tanto su cuerpo no tiene la capacidad de acumular una grasa saludable. (55)

Índice de masa corporal

Es aquel método antropométrico el cual define la grasa juntamente con la magra el cual es libre de grasa del cuerpo de los seres humanos. Esta se calcula en base a la medición de la relación entre el peso y la estatura de las persona sean varones o mujeres. (55)

Obesidad

Es una enfermedad que se basa en la acumulación excesiva de grasa corporal. Hoy en día es un problema social, de carácter médico con cuadros clínicos nada favorables para la persona que la padece ya que es el primer camino para contraer enfermedades tales como la diabetes, presión arterial alta y ciertos tipos de cáncer. (56)

Sobrepeso

El sobrepeso viene hacer la grasa aumentada el cual puede ocurrir debido a exceso de músculo, hueso o agua, por un desorden alimenticio. (57)

2.3. HIPÓTESIS:**2.3.1. HIPÓTESIS GENERAL**

Existe relación entre el Estado Nutricional e Imagen Corporal en adolescentes de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi. 2020.

2.3.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

- El estado nutricional influye en el índice de masa corporal en estudiantes según el sexo del quinto grado de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi, 2020.
- La imagen corporal influye en los estudiantes según el sexo del quinto grado de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi, 2020.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. ZONA DE ESTUDIO

El presente estudio se realizará con estudiantes del quinto grado de la IES. “Jorge Basadre Camicachi, del ámbito de la UGEL El Collao, del distrito de Ilave, provincia de El Collao y departamento de Puno.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

La población estará constituida por 45 estudiantes del quinto grado de las secciones “A”, “B” y “C” de la IES. “Jorge Basadre” de Camicachi del ámbito de la UGEL El Collao - Ilave- 2020.

La muestra está constituida por el método de muestreo no probabilístico a conveniencia, logrando captar 45 estudiantes del quinto grado.

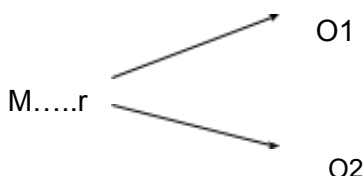
GRADO	SECCIÓN	NÚMERO
QUINTO	“A”	15
QUINTO	“B”	15
QUINTO	“C”	16
TOTAL		45

Fuente: Nómina de matrícula de alumnos de la IES. “Jorge Basadre” Camicachi 2020.

3.3. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La investigación corresponde al tipo no experimental descriptivo porque busca describir, analizar el estado nutricional e imagen corporal en estudiantes del quinto grado de IES. “Jorge Basadre” Camicachi.

El presente estudio es de diseño descriptivo correlacional no experimental, el cual permitirá describir la relación entre dos variables: estado nutricional e imagen corporal. El diagrama que corresponde a este diseño es el siguiente:



Dónde: M: Representa la muestra del estudio obtenida de la población (Adolescentes que cursan el 5to grado de educación Secundaria)

O1: Estado Nutricional (Índice de Masa Corporal)

O2: Imagen Corporal (Cuestionario de la Imagen Corporal)

r : Grado de relación existente (Coeficiente de Correlación)

3.4. MÉTODOS Y MATERIALES Y ANÁLISIS POR OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

TÉCNICA:

La Encuesta: Técnica que permitirá realizar preguntas estructuradas a los estudiantes para la recolección de los datos necesarios.

Ficha de Evaluación Nutricional:

Esta ficha permitirá registrar los datos del peso y talla de cada estudiante.

INSTRUMENTO: El instrumento que se utilizará es un cuestionario debidamente estructurado e impreso.

3.5. MEDICIÓN DEL INSTRUMENTO

Cuestionario de la imagen corporal

Diseñado con el objetivo de medir la preocupación por el peso y la imagen corporal, el instrumento consta de 34 preguntas cerradas de respuestas tipo Likert de 6 grados (1=nunca a 6=siempre).

La puntuación total oscila de 34 a 204 puntos.

Las respuestas toman los siguientes puntajes:

Nunca: 1 punto

Raramente: 2 puntos

Alguna vez: 3 puntos

A menudo: 4 puntos

Muy a menudo: 5 puntos

Siempre: 6 puntos

Para la corrección se suma los puntos (1-6) dados en cada ítem y se obtiene una puntuación total que oscila entre 34 a 204 puntos. La calificación de los puntos de corte se establece en 4 categorías:

- 34 a 80 puntos: No preocupado por la imagen corporal

- 81 a 110 puntos: Leve preocupación por la imagen corporal
- 111 a 140 puntos: Moderada preocupación por la imagen corporal
- 141 a 204 puntos: Extrema preocupación por la imagen corporal.

CAPÍTULO IV

EXPOSICIÓN ANALISIS DE RESULTADOS

4.1. ASPECTOS GENERALES

Este trabajo de investigación se ha realizado utilizando información de primera mano porque se hizo las visitas a domicilio a los estudiantes sobre el estado nutricional e imagen corporal en estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Camicachi de la ciudad de Ilave 2020, en donde se ha podido consolidar el siguiente:

Tabla 01:

Evaluar el índice de masa corporal.

<u>Índice de masa corporal</u>	<u>Nro. de alumnos</u>	<u>Frecuencia %</u>
Delgadez	9	20%
Riesgo de delgadez	6	13.3%
Normal	7	15.6%
Sobrepeso	16	35.6%
Obesidad	7	15.6%
Total	45	100%

Fuente: Cuestionario aplicado.

En la tabla 01 se muestra los resultados obtenidos sobre el indicador de masa corporal a los alumnos del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Camicachi, donde se puede apreciar lo siguiente: el 20% (9 alumnos) viene presentando delgadez a nivel de su contextura física; mientras que el 13.3% (6 alumnos) vienen presentando riesgo de estar en una situación de delgadez quizá esto se deba a situaciones de genética o en su defecto del metabolismo de su propio organismo y responde al adagio (como mucho pero no engordo); por otro lado el 15.6% (7 alumnos) presenta un peso dentro de lo normal presumiendo que tiene una calidad óptima en su alimentación; asimismo se tiene al 35.6% (16 alumnos) quienes vienen presentando sobrepeso esto debido a que pueden tener un desorden alimenticio o en su defecto tienden a consumir alimentos chatarras altos en grasa, sodio, azúcar entre otros; y por último se tiene al 15.6% (7 alumnos) vienen presentando obesidad esto es realmente alarmante porque estos alumnos están propensos sufrir o adquirir enfermedades como la diabetes, colesterol o la hipertensión el cual sería algo muy lamentable para su prognosis de vida.

Haciendo una comparación con el estudio que lleva por título “Relación del nivel de conocimientos de la madres sobre alimentación con el estado nutricional de escolares del nivel primario de Institución Educativa de carácter público saludables en la zona de la ciudad blanca en el Distrito de Paucarpata, en la ciudad de Arequipa”, desarrollado en la Universidad Nacional de San Agustín, se trazó como objetivo el hecho de considerar en análisis sobre el nivel de conocimientos de las madres de los niños en estado nutricional en los estudiante del nivel primario del sector público en la ciudad de Arequipa, el cual podremos ver si estos menores están en nivel de sobrepeso o de obesidad, en donde se arribó a la conclusión de forma íntegra: Para con el nivel de aprendizaje y conocimiento de la madre sobre dietas adecuadas en la ingesta de alimentos en menores de edad se tiene que el 16.2% de las madres han desarrollado conocimientos altos sobre la ingesta

adecuada y balanceada de alimentos a los niños, mientras que por el otro lado se tiene el 64.5% de madres de familia a desarrollado un conocimiento medio para poder dar alimentos balanceados a sus hijos menores de edad, mientras que el 19.3% no tiene conocimiento adecuado sobre la dieta a preparar para una buena alimentación de sus hijo, ante esta situación podemos evaluar que la calidad en la ingesta de alimentos es elemental para que los alumnos en este caso menores de edad puedan desarrollar una vida saludable, así evitar situaciones de delgadez u obesidad, pero algo determinante es que las madres de familia puedan dotar de alimentos balanceados y promover una alimentación adecuada para sus hijos.

Tabla 02:

Preocupación por la imagen corporal

<u>Preocupación por la imagen corporal.</u>	<u>Nro. alumnos</u>	<u>Frecuencia %</u>	<u>Total</u>	<u>Total %</u>
Siente molestia por su aspecto corporal.	16	35.6%	45	100%
No siente molestia por su aspecto corporal.	29	64.4%		
Se preocupa por estar a dieta.	24	53.3%	45	100%
No se preocupa por estar a dieta.	21	46.7%		
Tiene miedo a engordar.	21	46.7%	45	100%
No tiene miedo a engordar.	24	53.3%		
Evita comer para no engordar.	14	31.1%	45	100%
No evita comer para no engordar	31	68.9%		

Fuente: Cuestionario aplicado.

En la tabla 02 se presenta como los alumnos tienden a preocuparse por la imagen corporal, es así que se tiene el siguiente resultado; el 35.6% (16 alumnos) siente molestia por su aspecto físico, mientras que el 64.4% (29 alumnos) no siente molestia por su aspecto físico que de una u otra forma se sienten bien; así mismo se tiene el 53.3% (24 alumnos) tienden por hacer una dieta para bajar y controlar la obesidad o el sobrepeso y así poder lucir bien en el aspecto físico, mientras que el 46.7% (21 alumnos) no tiene la intención de hacer dieta ya que se siente conforme tal y cual se presenta su aspecto físico; por otro lado se tiene al 46.7% (21 alumnos) tiene miedo a engordar en especial por no verse mal físicamente y hacer como todo adolescente que la ropa le quede bien, mientras que el 53.3% (24 alumnos) no tiene miedo a engordar y se acepta como es en razón a su aspecto físico; por último se tiene al 31.1% (14 alumnos) evita comer mucho para no engordar y hacer que su aspecto físico luzca bien, mientras que el 68.9% (31 alumnos) no evita comer más por el contrario ingiere los alimentos con normalidad.

Por su parte en el estudio realizado por Chirinos K. (2019), en su trabajo de investigación titulado: Nivel de autoestima y su relación con el estado nutricional en adolescentes academia San Fernando – Cajamarca, 2019. De la universidad César Vallejo Trujillo - Perú. El nivel de autoestima de los adolescentes de la Academia Pre Universitaria San Fernando de Cajamarca durante los meses de febrero a marzo 2019 fue alto (50.9%), normal 75.9%; sobrepeso 18.1% y obesos (6%). donde concluye que el nivel de autoestima no se relaciona significativamente con el estado nutricional en adolescentes, pero por el contrario en nuestro estudio se ha llegado a demostrar que el estado de autoestima del alumno va relacionado con su apariencia física el cual se debe a su estado nutricional, porque en el estudio hablamos de adolescentes que en su mayoría se fijan en su aspecto físico por una cuestión de autoestima.

Tabla 03:

Indice de masa corporal segun sexo de los alumnos.

	Veronés	Frecuencia (%)	Mujeres	Frecuencia (%)
Delgadez	5	11.1%	4	8.8%
Riesgo de delgadez	3	6.7%	3	6.6%
Normal	4	8.9%	3	6.6%
Sobrepeso	7	15.6%	9	20%
Obesidad	4	8.9%	3	6.6%
Total	23	51.2%	22	48.8%

Fuente: Cuestionario aplicado.

En la tabla 03 se presenta, el resultado sobre la evaluación de masa corporal de los alumnos sometidos a estudio en la presente investigación considerando para ello su sexo; para ellos se tiene el siguiente resultado; Se tiene al 11.1% (5 varone) presentan delgadez a nivel de su contextura física, esto debido a una mala alimentación que pueden estar siendo sometidos en casa o en su defecto pueda obedecer a una situación

de genética, mientras que el 8.8% (4 mujeres) también presentan delgadez ya sea por la poca ingesta de comida por tratar de cuidar su figura física entre otros aspectos; por otro lado se tiene al 6.7% (3 varones) que vienen presentando un riesgo de padecer delgadez junto al 6.6 % (3 mujeres) quienes también están en esa misma situación; asimismo se considera al 8.9% (4 varones) presenta un peso ideal así como 6.6% (3 mujeres) quienes nos permiten deducir que tienen una alimentación de calidad y la ingesta necesaria de sus alimentos; también se pudo apreciar que el 15.6% (varones) viene presentando sobrepeso así como 20% (9 mujeres) lo padece el cual es algo alarmante ya que su aspecto físico se viene deteriorando ya que presenta cierta acumulación de grasa que es notoria, este sobrepeso se debe por un desorden alimenticio así como la ingesta de alimentos poco saludables; y por último se tiene al 8.9% (4 varones) y al 6.6% (3 mujeres) quienes vienen padeciendo de obesidad, esta situación es algo alarmante ya que la obesidad es un canal para que estos alumnos puedan contraer ciertas enfermedades como la diabetes, el colesterol, alguna enfermedad cardíaca y es algo que se debe de evitar, también se manifiesta en su aspecto físico ya que los alumnos presentan acumulación de grasa muy vistosa.

Así mismo se tiene en el estudio desarrollado por Alarcón M. (2017), titulado: "Nivel de conocimiento de los padres sobre el estado nutricional de los escolares con sobrepeso y obesidad de la IEP. Anna Jarvis Arequipa - 2017" de la Universidad Nacional del Altiplano Puno - Perú 2017. En este trabajo se llegó a las conclusiones pertinentes: Sobre el estado de nutrición se tiene en el índice de la masa muscular, que el 58.3% de todos los alumnos presentados en la muestra tienen un cuadro de sobrepeso, mientras que el 41.7% han presentado un cuadro de obesidad el cual es una cifra realmente alarmante para niños y jóvenes que padecen este cuadro y están propensos a tener alguna enfermedad crónica el cual va a acortar su pronóstico de vida. por otro lado se obtuvo los resultados en función al conocimiento sobre la dieta que deberían de suministrar a sus

hijos donde se obtuvieron las cifras siguientes, que el 14.6% tienen un conocimiento vasto sobre dieta balanceada aplicada a sus menores hijos, mientras que 66.7% de padres de familia mostraron un conocimiento deficiente y es ahí donde radica el problema como se demostró en el estudio.

Por lo tanto es importante dotar de una alimentación adecuada a los alumnos materia del presente estudio ya que esto conlleva a que gocen de una buena salud y les permita tener un autoestima alta y una vida saludable libre de enfermedades que pudieran contraer producto del sobrepeso y obesidad.

Tabla 04:

Relación que existe entre el estado nutricional y la imagen corporal.

<u>I.M.C.</u>	<u>Imagen corporal</u>								Tot al	Tota l %
	No se pre oc up a	(%)	Pre oc up aci ón lev e	(%)	Pre oc up aci ón mo der ad a	(%)	Ext re ma pre oc up aci ón	(%)		
Delgadez	2	4.4 %	3	6.7 %	3	6.7 %	1	2.2 %	9	20%
Riesgo de delgadez	0	0%	2	4.4 %	1	2.2 %	3	6.7 %	6	13.3 %
Normal	0	0%	.	0%	2	4.4 %	5	11.1 %	7	15.6 %
Sobrepeso	9	20 %	3	6.7 %	3	6.7 %	1	2.2 %	16	35.6 %
Obesidad	3	6.7 %	2	4.4 %	2	4.4 %	0	0%	7	15.6 %
Total									45	100%

Fuente: Cuestionario aplicado.

En la tabla 04, se muestra la relación que existe entre el estado nutricional y la imagen corporal de los alumnos del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Camicachi, que fueron materia de muestra y análisis en el presente estudio es así que se tiene los siguientes resultados; se tiene en el estado de delgadez que el 4.4% (2 alumnos) no se preocupa de su aspecto físico, mientras que el 6.7% (3 alumnos) presenta una preocupación leve; por otro lado se tiene el 6.7% (3 alumnos) que presenta una preocupación moderada por su aspecto físico; así mismo se tiene el 2.2% (1 alumnos) presenta una extrema preocupación por su aspecto físico; siguiendo el análisis del resultado obtenido se tiene en el aspecto de riesgo de delgadez aquí se pudieron encontrar al 4.4% (2 alumnos) tienen una preocupación leve, mientras que 2.2% (1

alumnos) presenta una preocupación moderada de su aspecto físico y personal, así mismo se tiene el 6.7% (3 alumnos) que sí tienen una preocupación por el aspecto físico que vienen presentando; por otro lado se tiene el peso normal de los alumnos sometidos a estudios, las cosas aquí se muestran de diferente forma ya que el 4.4% (2 alumnos) tienen una preocupación moderada de su aspecto físico, asimismo se tiene el 11.1% (5 alumnos) que sí tienen una preocupación extrema de su aspecto físico; en el aspecto de sobrepeso se tiene al 20% (9 alumnos) que no le interesa como se ve en el aspecto físico, mientras que el 6.7% (3 alumnos) tienen una preocupación leve sobre su aspecto físico, también el 6.3% (3 alumnos) presentan una preocupación moderada sobre su aspecto físico y el 2.2% (1 alumno) tiene una fijación extrema en su aspecto físico; por último el aspecto de la obesidad se tiene al 6.7% (3 alumnos) no les interesa su aspecto físico es decir como se ven ya que se aceptan tal y como son, mientras que el 4.4% (2 alumnos) presenta una preocupación leve el hecho como luce en su aspecto físico; asimismo se tiene el 4.4% (2 alumnos) tiene una preocupación moderada sobre su aspecto físico, y que ningún alumno presenta en este ítem evaluado una preocupación extrema por verse bien en el aspecto físico.

Es así haciendo una evaluación comparativa con el estudio desarrollado por Paja M. (2019), titulado: Autoestima e imagen corporal en estudiantes de quinto año de la institución educativa secundaria Emblemática Glorioso San Carlos, Puno 2018, de la Universidad Nacional del Altiplano, Facultad de Enfermería Puno – Perú 2019. donde se llego a la conclusión que a los estudiantes de quinto año de la Institución Educativa Secundaria Emblemática Glorioso San Carlos, tienen una autoestima elevada, seguido de media y un mínimo porcentaje con autoestima baja, por lo tanto confirmamos lo analizado en el presente estudio que el autoestima del alumno depende mucho sobre el

aspecto físico que viene gozando pero esto se logrará siempre en cuando se tenga una calidad en la ingesta de alimentos y el debido cuidado que se deba tener en su salud.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Al concluir la presente investigación se tiene que el estado nutricional de los alumnos de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre de Camicachi tiene un relación estrecha ya que se tiene en el estado de delgadez que el 4.4% (2 alumnos) no se preocupa de su aspecto físico, mientras que el 6.7% (3 alumnos) presenta una preocupación leve; por otro lado se tiene el 6.7% (3 alumnos) que presenta una preocupación moderada por su aspecto físico; así mismo se tiene el 2.2% (1 alumnos) presenta una extrema preocupación por su aspecto físico; siguiendo el análisis del resultado obtenido se tiene en el aspecto de riesgo de delgadez aquí se pudieron encontrar al 4.4% (2 alumnos) tienen una preocupación leve, mientras que 2.2% (1 alumnos) presenta una preocupación moderada de su aspecto físico y personal, así mismo se tiene el 6.7% (3 alumnos) que sí tienen una preocupación por el aspecto físico que vienen presentando; por otro lado se tiene el peso normal de los alumnos sometidos a estudios, las cosas aquí se muestran de diferente forma ya que el 4.4% (2 alumnos) tienen una preocupación moderada de su aspecto físico, asimismo se tiene el 11.1% (5 alumnos) que sí tienen una preocupación extrema de su aspecto físico; en el aspecto de sobrepeso se tiene al 20% (9 alumnos) que no le

interesa como se ve en el aspecto físico, mientras que el 6.7% (3 alumnos) tienen una preocupación leve sobre su aspecto físico, también el 6.3% (3 alumnos) presentan una preocupación moderada sobre su aspecto físico y el 2.2% (1 alumno) tiene una fijación extrema en su aspecto físico; por último el aspecto de la obesidad se tiene al 6.7% (3 alumnos) no les interesa su aspecto físico es decir como se ven ya que se aceptan tal y como son, mientras que el 4.4% (2 alumnos) presenta una preocupación leve el hecho como luce en su aspecto físico; asimismo se tiene el 4.4% (2 alumnos) tiene una preocupación moderada sobre su aspecto físico, y que ningún alumno presenta en este ítem evaluado una preocupación extrema por verse bien en el aspecto físico.

SEGUNDA: El estado nutricional de los estudiantes en ambos sexos sobre masa corporal que representan a una muestra de 45 alumnos, se obtuvo lo siguiente Se tiene al 11.1% (5 varone) presentan delgadez a nivel de su contextura física, esto debido a una mala alimentación que puedan estar siendo sometidos en casa o en su defecto pueda obedecer a una situación de genética, mientras que el 8.8% (4 mujeres) también presentan delgadez ya sea por la poca ingesta de comida por tratar de cuidar su figura física entre otros aspectos; por otro lado se tiene al 6.7% (3 varones) que vienen presentando un riesgo de padecer delgadez junto al 6.6 % (3 mujeres) quienes también están en esa misma situación; asimismo se considera al 8.9% (4 varones) presenta un peso ideal así como 6.6% (3 mujeres) quienes nos permiten deducir que tienen una alimentación de calidad y la ingesta necesaria de sus alimentos; también se pudo apreciar que el 15.6% (varones) viene presentando sobrepeso así como 20% (9 mujeres) lo padece el cual es algo alarmante ya que su aspecto físico se viene

deteriorando ya que presenta cierta acumulacion de grasa que es notoria, este sobrepeso se debe por un desorden alimenticio así como la ingesta de alimentos poco saludables; y por último se tiene al 8.9% (4 varones) y al 6.6% (3 mujeres) quienes vienen padeciendo de obesidad.

TERCERA: En relación a la imagen corporal se tiene que los alumnos en ambos sexos han presentado relativamente actitudes con el afán de poder mantener una buena figura corporal asi como tambien existen alumnos y alumnas que no se fijan en tales circunstancias, tal es así que se tiene el 35.6% (16 alumnos) siente molestia por su aspecto físico, mientras que el 64.4% (29 alumnos) no siente molestia por su aspecto físico que de una u otra forma se sienten bien; así mismo se tiene el 53.3% (24 alumnos) tienden por hacer una dieta para bajar y controlar la obesidad o el sobrepeso y asi poder lucir bien en el aspecto físico, mientras que el 46.7% (21 alumnos) no tiene la intención de hacer dieta ya que se siente conforme tal y cual se presenta su aspecto físico; por otro lado se tiene al 46.7% (21 alumnos) tiene miedo a engordar en especial por no verse mal físicamente y hacer como todo adolescente que la ropa le quede bien, mientras que el 53.3% (24 alumnos) no tiene miedo a engordar y se acepta como es en razón a su aspecto físico; por último se tiene al 31.1% (14 alumnos) evita comer mucho para no engordar y hacer que su aspecto físico luzca bien, mientras que el 68.9% (31 alumnos) no evita comer más por el contrario ingiere los alimentos con normalidad.

RECOMENDACIONES

- A la Dirección de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre de Camicachi promover la realización de charlas informativas así como talleres sobre el estado nutricional de las personas haciendo la invitación de profesionales de la salud para que puedan concientizar no solo a los alumnos sino también a los padres de familia, esto con el afán de que los alumnos puedan tener una calidad en su alimentación cotidiana y una dieta balanceada que le permita gozar de una buena salud y así lucir un excelente aspecto físico, así mismo a los docentes de la esta misma Institución Educativa, promover la organización de eventos a nivel de aula para motivar a los alumnos a que puedan tener una buena dieta alimenticia con el afán de cuidar su salud y así evitar el consumo de alimentos que pueden ser perjudiciales para la salud de los adolescentes.
- A los profesionales en enfermería mediante su gremio cual es el Colegio de Enfermeras, a que puedan promover visitas a las diferentes Instituciones Educativas de la Región Puno, a fin de promover charlas dirigidas a los alumnos para que puedan evitar el consumo de comidas chatarras e incentivar a que puedan ingerir alimentos saludables ricos en nutrientes que les permita gozar de una buena salud y establecer un aspecto físico formidable.
- A la Universidad Privada San Carlos, mediante la Escuela Profesional de Enfermería a que pueda coordinar con diferentes Instituciones Educativas de la

Región Puno a fin de poder difundir a través de charlas a los alumnos sobre lo peligroso que puede ser el hecho de ingerir alimentos chatarras para su salud y su aspecto personal.

BIBLIOGRAFÍA

1. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso. [Nota descriptiva N°311]. [Consultado 26 Abril 2017]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
2. Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la Agricultura. [Online] [citado 2017 septiembre 9]. Disponible en: <http://www.fao.org/about/meetings/icn2/preparations/documentdetail/es/c/253843/>
3. González, A., Determinantes culturales de la salud. Opinión Nobel. Artículos de opinión. 2017 junio.
4. Redline, S. & Tishler, P., Risk factors for sleep-disordered breathing in children: Associations with obesity, race, and respiratory problems. *Am J Resp Crit Care Med* 1999; 159:1527-32.
5. OMS. [Online].; 2018 [cited 2018 Mayo 29. Available from: http://www.who.int/social_determinants/es/.
6. Rahmouni, K. & Correia, M., Obesity-associated hypertension: New insights into mechanisms. *Hypertension* 2005; 45:9-14.
7. Guffey, C. & Fan, D., Linking obesity to colorectal cancer: recent insights into plausible biological mechanisms. *Curr Opin Clin Nutr Metab Care*. 2013; 16(5):595-600.
8. Departamento de Salud Pública, Escuela de Medicina, P. Universidad Católica de Chile. Informe Final Estudio de Carga de Enfermedad y Carga Atribuible, Chile 2007. Ministerio de Salud de Chile; 2008

9. Finkelstein, E., Burgess SM, Hale BC. The costs of obesity in the workplace. *J Occup Environ Med.* 2010; 52(10):971-6.
10. Gonzáles, J., *Obesidad infantil: Prevalencia y factores de riesgo en la provincia de Cajamarca.* [Tesis Maestría]. [Cajamarca – Perú]: Universidad Nacional de Cajamarca; 2010.
11. Organización Mundial de la Salud (OMS). *Obesidad y sobrepeso.* 2017. [Citado 14 abril del 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
12. Liria, R., *Consecuencias de la obesidad en el niño y el adolescente: un problema que requiere atención.* *Revista Peruana Medicina Experimental en Salud Pública* [Internet]. [Citado 24 de septiembre del 2018]. 2012; 29(3):357-360. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342012000300010
13. OMS. [Online].; 2018 [cited 2018 Mayo 29. Available from: http://www.who.int/social_determinants/es/.
14. Ministerio de Salud - Instituto Nacional de Salud. OBSERVAT- PERU, Observatorio de Nutrición y Estudio de Sobrepeso y Obesidad. [Online].; 2014 [cited 2018 marzo 30. Available from: <http://www.observateperu.ins.gob.pe/acerca-de/observatorio-de-la-nutricion>.
15. D. T., “Estado Nutricional por Etapas de Vida en la Población Peruana; 2013-2014”. Informe Técnico. Lima: Ministerio de Salud, Lima ; 2015. Report No.: MINSAs/Centro de Alimentación y Nutrición.
16. López, M. & Espinoza, C., (2019), tesis: *Valoración del estado nutricional y hábitos alimentarios en niños de 1 a 3 años de edad que acuden a la guardería “Bahía” de la*

- ciudad de Guayaquil en el periodo 2018-2019. Facultad de ciencias médicas carrera de Nutrición Dietética y Estética de la universidad Católica de Santiago de Guayaquil, Ecuador.*
17. Courtois, V., (2014) tesis: *Situación nutricional en escolares de Santiago el Pinar, Chiapas (México) de la universidad Complutense de Madrid facultad de farmacia departamento de Nutrición y Bromatología, Madrid, 2014.*
18. Miranda, A., (2017), tesis: *Conocimientos de nutrición y alimentación general en estudiantes de nivel terciario del área de deportes de asunción y gran asunción, de la universidad Autónoma de Asunción, Facultad de Ciencias Jurídicas, Políticas y de la Comunicación, Paraguay 2017.*
19. Chirinos, K., (2019), tesis: *Nivel de autoestima y su relación con el estado nutricional en adolescentes academia San Fernando – Cajamarca, 2019. De la universidad César Vallejo Trujillo - Perú.*
20. Bazán, N., (2019), tesis: *Estado nutricional y rendimiento académico en los estudiantes de la I.E. Nuestra Señora del Carmen, de la universidad San Pedro, Escuela de Posgrado, Facultad de Educación y Humanidades Celendín - Perú 2018.*
21. Huamani, L. y Ñaupá, K., (2019), tesis: *Relación del nivel de conocimientos de la madre sobre alimentación con el estado nutricional de escolares del nivel primario de I.E. Públicas Saludables de la zona de Ciudad Blanca - Paucarpata, Arequipa 2018, de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa Facultad de Ciencias Biológicas Escuela Profesional de Ciencias de la Nutrición, Arequipa - Perú 2019.*
22. Acuña, N., (2016), tesis: *“Relación del estado nutricional nivel de hemoglobina, hematocrito y hierro dietario en preescolares de la IEI. N° 200 Ocuvi, provincia de*

Lampa - Puno, junio-setiembre 2014” de la Universidad Nacional del Altiplano Puno - Perú 2016.

23. Alarcón, M., (2017), tesis: *“Nivel de conocimiento de los padres sobre el estado nutricional de los escolares con sobrepeso y obesidad de la IEP. Anna Jarvis Arequipa - 2017” de la Universidad Nacional del Altiplano Puno – Perú 2017.*
24. Paja, M., (2019), tesis: *Autoestima e imagen corporal en estudiantes de quinto año de la institución educativa secundaria Emblemática Glorioso San Carlos, Puno 2018, de la Universidad Nacional del Altiplano, Facultad de Enfermería Puno – Perú 2019.*
25. Barahona, T. & Pineda, S., Evaluación de la dieta y estado nutricional de niños(as) que reciben merienda escolar en Honduras. RevFacCiencMed. [Internet]. 2013 [citado 29 de noviembre de 2018]. Disponible en: <http://www.bvs.hn/RFCM/pdf/2013/pdf/RFCMVol10-2-2013- 3.pdf>
26. Egoavil, A., Efecto del programa educativo nutricional en el nivel de conocimiento de madres y el estado nutricional de escolares del nivel primario del colegio de Carabayllo Perú – 2017. [Licenciatura]. Universidad Nacional Federico Villarreal, Perú; 2018 Disponible en: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/1814>.
27. Norma Técnica de Salud sobre los Patrones de Crecimiento de la niña y el niño menor de 5 años. NTS N° MINS/DGSP. Vol. 1: Disponible en: <ftp://ftp2.minsa.gob.pe/docconsulta/documentos/dgsp/NTSPatronesCrecimiento.pdf>
28. De La Cruz, E., La transición nutricional. Abordaje desde de las políticas públicas en América Latina. Opción [Internet]. 2016 [Citado 21 de mayo de 2018];32(11). Disponible en: <https://www.redalyc.org/html/310/31048902022/>
29. Informe Técnico: Estado nutricional de la población por etapas de vida; 2013-2014. Dirección Ejecutiva de vigilancia Alimentaria y Nutricional. Lima; 2015. Disponible en:

- http://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/vigilancia_poblacion/VIN_ENAHO_etapas_de_vida_2013-2014.pdf
30. Ravasco, P., Mardones F. Métodos de valoración del estado nutricional Nutr. Hosp [Internet].2010 [Citado 14 de septiembre de 2018]. 25(3). Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900009
 31. Kruger A, & Bossio, J., Estado nutricional en niños escolares de la ciudad de Santa Fe en 2015. Revista FABICIB. Universidad Nacional del Litoral. [Internet]. 2016 [Citado 21 junio de 2018]; Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/316839569_Estado_nutricional_en_ninos_escolares_de_la_ciudad_de_Santa_Fe_en_2015
 32. Martínez, C. & Pedron, C., Valoración del estado nutricional. SEGHNP – AEP. [Internet]. 2005 [citado 3 de noviembre de 2018]; 5:313-318. Disponible en: https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/valoracion_nutricional.pdf
 33. Pizarro, T & Atalah E., Norma técnica de evaluación nutricional del niño de 6 a 18 años. Año 2003. Rev ChilNutr. [Internet]. 2004 [citado 25 de octubre de 2018]; 31(2): 128-137 Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182004000200007
 34. Ravasco, P. & Mardones, F., Métodos de valoración del estado nutricional Nutr. Hosp [Internet].2010 [Citado 14 de septiembre de 2018]. 25(3). Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900009
 35. Crecimiento Saludable. Entre la desnutrición y la obesidad en el Cono sur. 1°ed. Buenos Aires: Asociación civil Danone para la nutrición, la salud y la calidad de vida, 2012.

36. Módulo medidas antropométricas, registro y estandarización. Inst. Nac Salud [Internet]. 1998 [citado 25 de octubre de 2018]; Disponible en: <https://repositorio.ins.gob.pe/handle/INS/212>
37. Norma Técnica de Salud sobre los Patrones de Crecimiento de la niña y el niño menor de 5 años. NTS N° MINS/DGSP. Vol. 1: Disponible en: <ftp://ftp2.minsa.gob.pe/docconsulta/documentos/dgsp/NTSPatronesCrecimiento.pdf>
38. Martínez, A. & Ríos, F., Los Conceptos de Conocimiento, Epistemología y Paradigma, como Base Diferencial en la Orientación Metodológica del Trabajo de Grado. Cinta de Moebio [Internet]. 2006[citado 28 de agosto de 2018]; 25. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10102508>
39. Ravasco P, Mardones F. Métodos de valoración del estado nutricional Nutr. Hosp [Internet].2010 [Citado 14 de septiembre de 2018]. 25(3). Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900009
40. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adulta. Ministerio de salud [internet]. 2012 [citado 3 de noviembre de 2018]. Disponible en: <http://spij.minjus.gob.pe/graficos/peru/2012/marzo/17/rm184-2012-minsa.pdf>
41. Fernández, A. & Navarro, K., ABCD de la Evaluación del estado de Nutrición. León J, editor. México; Mc Graw-HILL INTERAMERICANA EDITORES, 2010.Disponible en: https://issuu.com/jcmamanisalinas/docs/el_abcd_de_la_evaluacion_del_estado
42. Pizarro, T., Norma técnica de evaluación nutricional del niño de 6 a 18 años. Año 2003. RevChilNutr. [Internet]. 2004 [citado 25 de octubre de 2018]; 31(2): 128-137 Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182004000200007
43. Domínguez, C. & Lizama, F., Análisis de medidas antropométricas de adiposidad y su relación con factores de riesgo cardiometabólico en pacientes hipertensos adultos controlados en atención primaria de la región metropolitana. [Licenciatura].

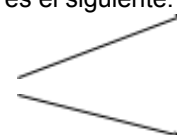
- Universidad de Chile; Facultad de Medicina; 2011. Disponible en:
<http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/117519/Tesis%20Final.pdf?sequence=1>
44. Peralta, R., (2009) "Percepción de mujeres adolescentes sobre su peso corporal y sobre la atención que este recibe en el EBAIS.
 45. Flores, M., (2009). Validez y confiabilidad del body Shape Questionnaire en adolescentes universitarias de Lima Metropolitana. Pontificia Universidad Católica del Perú.
 46. Raich, R., (2009) "Los trastornos alimentarios, la obesidad y el sobrepeso" España.
 47. Toro, V., (2009) Adolescentes con complejos.
<http://adolescentes.about.com/od/Psicologica/a/Adolescentes-Con-Complejos.htm>
 48. Baile, I., (2003). Imagen corporal. Cuadernos del Marqués de San Adrián. Centro asociado de la UNED de Tudela.
 49. Papalia, D., Psicología del Desarrollo. In. Colombia: Editorial: McGraw Hill; 2001. p. 280-281.
 50. Argüello, L. & Romero, I., Trastorno de la Imagen Corporal. Rev. Reduca (Enfermería, Fisioterapia y Podología). 2012 Agosto; 4(1).
 51. Salazar, Z., Adolescencia e Imagen corporal en la época de la delgadez. Rev. Reflexiones. 2008 Junio; 87(2).
 52. Rand, C, & Wright, B., Continuidad y cambio en la evaluación de tamaño de cuerpo ideal y aceptable en un lapso de edad amplia. Rev. International Journal of Eating Disorders. 2010 Noviembre; 28.
 53. Phillips, K. El espejo roto: comprensión y tratamiento del trastorno por el cuerpo. oxford university press. Rev. Redalyc. 2005 septiembre; 28.
 54. Pérez, M., (Última edición:28 de julio del 2021). Definición de Alimento. Recuperado de: <https://conceptodefinicion.de/alimento/>. Consultado el 31 de agosto del 2021.

55. Rodriguez, C., Nutricionista en menudiet
<https://www.menudiet.es/blog/articulo-que-se-considera-delgadez-extrema>
56. Korinek, J., Accuracy of body mass index in diagnosing obesity in the adult general population. *International Journal of Obesity* 2008,32(6): 959-66.
<https://amhigo.com/mi-diagnostico/calculadoras/indice-de-masa-corporal>.
57. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/obesity/symptoms-causes/syc-20375742>
58. Flegal, K., Trends in obesity among adults in the United States, 2005 to 2014. *JAMA*. 2016;315(21):2284–2291.

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

ESTADO NUTRICIONAL E IMAGEN CORPORAL EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE LA IES. JORGE BASADRE CAMICACHI, ILAVE 2020

Planteamiento del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Indicadores	Metodología
<p>Problema General: ¿Existe relación entre el Estado Nutricional e Imagen Corporal en adolescentes de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi. 2020?</p> <p>Problemas Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Por qué evaluar el estado nutricional por índice de masa corporal en estudiantes según el sexo del quinto grado de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi, 2020? • ¿Por qué evaluar la imagen corporal en los estudiantes según el sexo? 	<p>Objetivo General: Determinar la relación entre el estado nutricional e imagen corporal en los estudiantes del quinto grado de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi, 2020.</p> <p>Objetivos Específicos: Evaluar el estado nutricional por índice de masa corporal en estudiantes según sexo del quinto grado de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi, 2020.</p> <p>Evaluar la imagen corporal en los estudiantes según sexo del quinto grado de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi, 2020.</p>	<p>Hipótesis General: Existe relación entre el Estado Nutricional e Imagen Corporal en adolescentes de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi. 2020?</p> <p>Hipótesis Específicos: El estado nutricional influye en el índice de masa corporal en estudiantes según el sexo del quinto grado de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi, 2020.</p> <p>La imagen corporal influye en los estudiantes según el sexo del quinto grado de la IES. "Jorge Basadre" Camicachi, 2020.</p>	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE: Estado nutricional</p> <p>DIMENSIÓN: Índice de masa corporal</p> <p>VARIABLE DEPENDIENTE Imagen corporal</p> <p>DIMENSIÓN: Preocupación por la imagen corporal</p>	<p>Delgadez Riesgo de delgadez Normal</p> <p>Sobrepeso Obesidad</p> <p>Nunca Raramente Algunas Vez A menudo Muy a menudo Siempre</p>	<p>El presente estudio es de diseño descriptivo correlacional no experimental, el cual permitirá describir la relación entre dos variables: estado nutricional e imagen corporal. El diagrama que corresponde a este diseño es el siguiente:</p>  <p>O1 M.....r</p> <p>O2 Dónde: M: Representa la muestra del estudio obtenida de la población (Adolescentes que cursan el 5to grado de educación Secundaria)</p> <p>O1: Estado Nutricional (Índice de Masa Corporal)</p> <p>O2: Imagen Corporal (Cuestionario de la Imagen Corporal)</p> <p>r : Grado de relación existente (Coeficiente de Correlación)</p>

Elaborado por: Verónica Ticona Aguilar

ANEXO 2: VARIABLES Y SU OPERACIONALIZACIÓN

VARIABLES DE ESTUDIO:

Variable Independientes

Estado nutricional

Imagen corporal

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍNDICE
ESTADO NUTRICIONAL Situación de salud y bienestar que determina la nutrición en una persona (55)	ÍNDICE DE MASA CORPORAL	- Delgadez - Riesgo de delgadez - Normal - Sobrepeso - Obesidad	< 5 Pc 5 a < 10 Pc > 10-85 Pc > 85 - 95 Pc > 95 Pc
IMAGEN CORPORAL Conocimiento y representación simbólica global del propio cuerpo, es decir la manera en que uno se auto percibe o imagina. (56)	PREOCUPACIÓN POR LA IMAGEN CORPORAL 1. ¿Me siento molesto (a) al examinar mi aspecto físico?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	2. ¿Me preocupa tanto mi figura que pienso que tengo que ponerme a dieta?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	3. ¿Pienso que tengo los muslos, caderas, nalgas o cintura demasiado gordos en relación con el resto de mi cuerpo?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6

Van...

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍNDICE
IMAGEN CORPORAL	4. ¿Tengo miedo a engordar?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	5. ¿Me preocupa que mi piel no sea lo suficientemente firme?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	6. ¿Sentirse lleno después de una comida abundante me hace sentir gordo (a)?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	7. ¿Me siento tan mal con mi figura que he llegado a llorar o gritar?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	8. ¿Evitar correr para que mis rollitos no se muevan?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	9. Estar con chicos (as) delgadas (as) ¿me hace fijarme en mi figura?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	10. ¿Me preocupa que mis muslos o cintura me ensanchen cuando me siento?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍNDICE
IMAGEN CORPORAL	11. ¿El hecho de comer incluso pequeñas cantidades de comida, me hace sentir gordo (a)	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	12. ¿Al fijarme en la cintura de otros (as) ¿Las he comparado con la mía desfavorablemente ?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	13. Pensar en mi figura ¿Ha dificultado mi capacidad de concentración (cuando miro televisión, leo, etc.)?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	14. ¿Estar desnudo (a) por ejemplo cuando me ducho), me ha hecho sentir gordo (a) o pasado de peso?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	15. ¿Evito usar ropa que marque mi figura?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	16. ¿Me imagino modificando algunas partes de mi cuerpo?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	17. Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías ¿Me han hecho sentir gordo?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6

IMAGEN CORPORAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍNDICE
	18. ¿Evito ir a reuniones sociales (por ejemplo, una fiesta) porque me siento mal con mi figura?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	19. ¿Me siento excesivamente gordo (a)?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	20. ¿Me siento avergonzado por mi cuerpo?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	21. Preocuparme con mi figura ¿me ha hecho poner a dieta?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	22. Me siento más feliz con mi figura cuando mi estómago está más vacío (por ejemplo por la mañana)?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	23. ¿Pienso que la figura que tengo es debido a que no soy capaz de controlarme a la hora de comer?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	24. ¿Me preocupa que otra gente vea mis rollitos alrededor de mi cintura y estómago?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍNDICE
	25. ¿Pienso que no es justo que otros chicos (as) sean más delgados que yo?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	26. ¿He vomitado con intención de sentirme más delgada (a)?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	27. Cuando estoy con otras personas, ¿me preocupa ocupar demasiado espacio (por ejemplo sentándome en un sofá o en un autobús)?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	28. ¿Me preocupa que mi piel tenga aspecto de piel de naranja (celulitis)?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	29. Verme reflejado en un espejo ¿me hace sentir mal por mi figura?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	30. ¿Me pellizco zonas de mi cuerpo para ver cuánta grasa tengo?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6

Van...

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍNDICE
	31. ¿Evito situaciones en donde la gente pudiese ver mi cuerpo (por ejemplo vestuarios comunes, piscinas, o playas?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	32. ¿Tomo laxantes para sentirme más delgado (a)?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	33. ¿Me fijo más en mi figura estando en compañía de otras personas?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6
	34. La preocupación por mi figura ¿me hace pensar que debería hacer ejercicio físico?	Nunca Raramente Alguna vez A menudo Muy a menudo Siempre	1 2 3 4 5 6

ANEXO 03: Registro de evaluación nutricional

N°	SEXO	EDAD	PESO	TALLA	IMC	CLASIFICACIÓN
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						

ANEXO 04: Cuestionario de la imagen corporal

Buenos días:

Mi nombre es Verónica Ticona Aguilar, soy egresada de la Escuela Profesional de Enfermería de la universidad Privada San Carlos Sede Puno, y estoy realizando un estudio sobre la relación entre el estado nutricional y la percepción de la imagen corporal en estudiantes del 5to. grado de Educación Secundaria Jorge Basadre Camicachi, Ilave. Por ello solicito su colaboración respondiendo las preguntas de este cuestionario en forma anónima, la información que usted brinde es confidencial y sólo será utilizada para fines de la investigación. Agradezco anticipadamente su valiosa colaboración.

DATOS GENERALES

Edad:..... Fecha de nacimiento:

Año de estudios y sección: Número de orden:

Sexo: Mujer:..... Hombre:

Me gustaría saber cómo te has sentido respecto a tu figura, por favor lee cada pregunta y marca la respuesta que consideres más adecuada, contesta todas las preguntas:

N°	ELIGE UNA RESPUESTA EN CADA ÍTEM	Nunca	Rara vez	A veces	A menudo	Muy a menudo	Siempre
1	¿Me siento molesto (a) al examinar mi aspecto físico?						
2	¿Me preocupa tanto mi figura que pienso que tengo que ponerme a dieta?						
3	¿Pienso que tengo los muslos, cadera, nalgas o cintura demasiado gordos en relación con el resto de mi cuerpo?						
4	¿tengo miedo a engordar?						
5	¿Me preocupa que mi piel no sea lo suficientemente firme?						
6	¿Sentirse lleno después de una comida abundante me hace sentir gordo (a)?						
7	¿Me siento tan mal con mi figura que he llegado a llorar o gritar?						
8	¿Evitar correr para que mis rollitos no se muevan?						

N°	ELIGE UNA RESPUESTA EN CADA ÍTEM	Nu nc a	Ra ra vez	A vec es	A me nu do	Mu ya me nu do	Si e m pr e
9	Estar con chicos (as) delegados (as) ¿me hace fijarme en mi figura?						
10	¿Me preocupa que mis muslos o cintura me ensanchen cuando me siento?						
11	¿El hecho de comer incluso pequeñas cantidades de comida, me hace sentir gordo (a)?						
12	Al fijarme en la cintura de otros (as) chicos (as) ¿las he comparado con la mía desfavorablemente?						
13	Pensar en mi figura ¿ha dificultado mi capacidad de concentración (cuando miro televisión, leo, etc.)?						
14	¿Estar desnudo (a) por ejemplo cuando me ducho, me ha hecho sentir gordo (a) o pasado de peso?						
15	¿Evito usar ropa que marque mi figura?						
16	¿Me imagino modificado algunas partes de mi cuerpo?						
17	Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías ¿me han hecho sentir gordo (a)?						
18	¿Evito ir a reuniones sociales (ejemplo, una fiesta) porque me siento mal con mi figura?						
19	¿Me siento excesivamente gordo (a)?						
20	¿Me siento avergonzado por mi cuerpo?						
21	Preocuparme con mi figura ¿me ha hecho poner a dieta?						
22	¿Me siento más feliz con mi figura cuando mi estómago está más vacío (ejemplo por la mañana)?						
23	¿Pienso que la figura que tengo es debido a que no soy capaz de controlarme a la hora de comer?						
24	Me preocupa que otra gente vea mis rollitos alrededor de mi cintura y estómago?						

25	¿Pienso que no es justo que otros chicos(as) sean más delgados que yo?						
26	¿He vomitado con intención de sentirme más delgado(a)?						
27	Cuando estoy con otras personas, ¿me preocupa ocupar demasiado espacio(por ejemplo sentándome en un sofá o en un autobús)?						
28	¿Me preocupa que mi piel tenga aspecto de piel de naranja(celulitis)?						
29	Verme reflejado(a) en un espejo ¿me hace sentir mal por mi figura?						
30	¿Me pellizco zonas de mi cuerpo para ver cuánta grasa tengo?						
31	¿Evito situaciones en donde la gente pudiese ver mi cuerpo (por ejemplo vestuarios comunes, piscinas, o playas)?						
32	¿Tomo pastillas o laxantes para sentirme más delgado(a)?						
33	¿Me fijo más en mi figura estando en compañía de otras personas?						
34	La preocupación por mi figura ¿me hace pensar que debería hacer ejercicio físico?						

ANEXO 05: Instructivo del cuestionario**IDENTIFICACIÓN**

Nombre: Cuestionario de la Imagen Corporal

Nombre Original: Body Shape Questionnaire

Autores: Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn

Año: 1987

Versiones: Existen varias versiones abreviadas (BSQ-16°. BSQ-16b. BSQ-8°. BSQ8b. BSQ-8c Y bsq-8D) Versión de Raich (1994) utilizada en la adaptación española del instrumento y la versión original de Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn (1987).

Adaptación española: Raich, R. M. Mora, M. Soler, A. Avils, C. Clos, I. y Zapater I. (1996)

DESCRIPCIÓN

1.Tipo de instrumento: Cuestionario

2.- Objetivos: Diseñado con el objetivo de medir la preocupación por el peso y la imagen corporal, la insatisfacción producida por el propio cuerpo, el miedo a engordar la auto desvalorización por la apariencia física pueda atraer la atención, mide la insatisfacción en trastornos alimentarios y discrimina a la población clínica de la población normal.

3.- Población: Hombres y mujeres adolescentes y adultos

4.- Número de ítems: 34

5.- Descripción: Instrumento auto administrado de 34 preguntas cerradas de respuestas tipo Likert de 6 grados (1= nunca a 6= siempre). La puntuación oscila de 34 a 204 puntos.

APLICACIÓN

1.- Tiempo de administración: 10 a 20 minutos.

2.- Normas de aplicación: Se trata de que la persona que lo rellene valore cada una de los 34 ítems (afirmaciones) respecto a una escala de 1 a 6 en la medida en que ajuste la afirmación a sus sentimientos acerca a su satisfacción corporal en las últimas 4 semanas.

3.- Correccion e interpretacion:

Las respuestas toman los siguientes puntajes:

- Nunca : 1 punto
- Raramente : 2 puntos
- Alguna vez : 3 puntos
- A menudo : 4 puntos
- Muy a menudo : 5 puntos
- Siempre : 6 puntos

Para la corrección se suma los puntos (1-6) dados en cada ítem y se obtiene una puntuación total que oscila entre de 34 a 204 puntos. La calificación de los puntos de corte fueron los siguientes y se establecieron 4 categorías:

- 34 a 80 puntos: no preocupado por la imagen corporal
- 81 a 110 puntos: Leve preocupación por la imagen corporal
- 111 a 140 puntos: moderada preocupación por la imagen corporal
- 141 a 204 puntos: Extrema preocupación la imagen corporal

4.- Momento de Aplicación: Especialmente Screening y evaluación postratamiento, aunque puede usarse en todas las fases del proyecto de evaluación.

ANEXO 06:

Figuras sobre los resultados de la investigación.

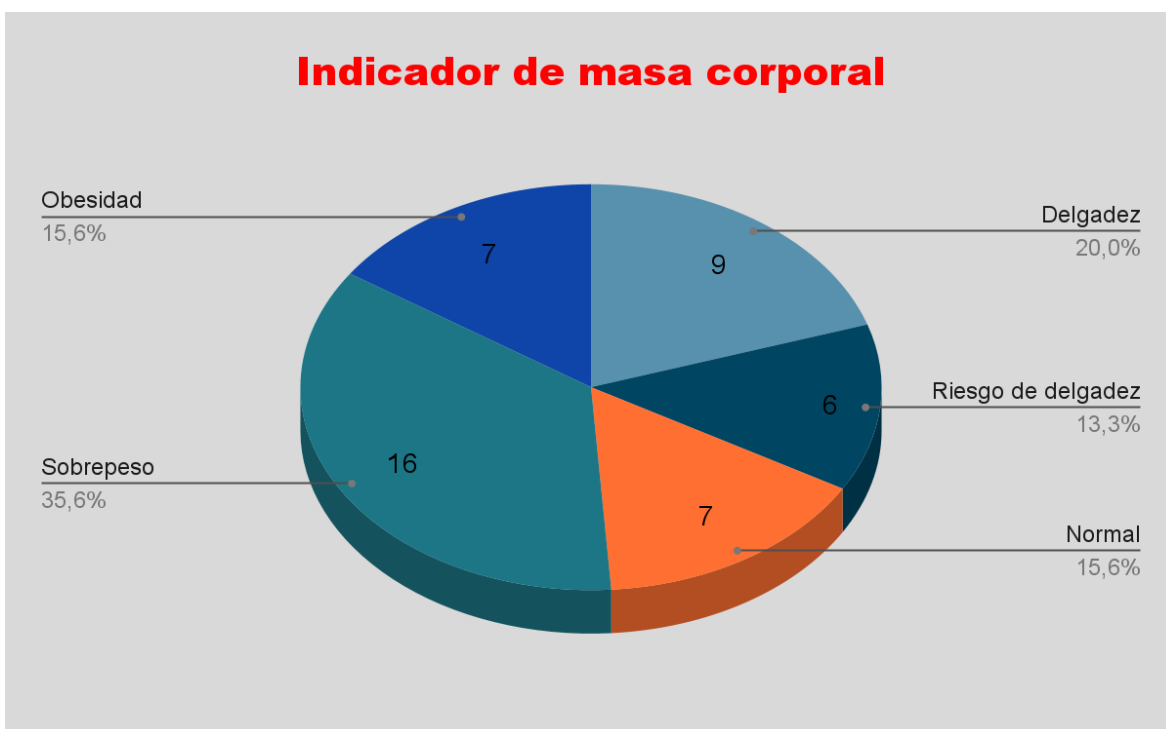


Figura 01: Indicador de masa corporal.

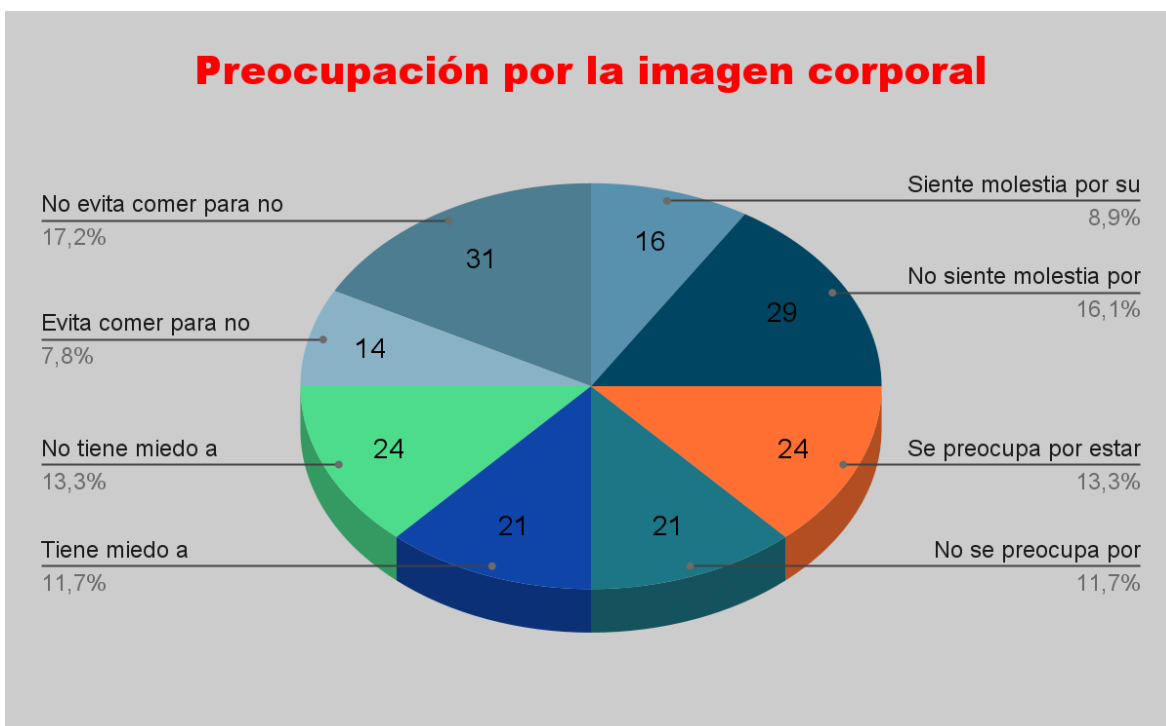


Figura 02: Preocupación por la imagen corporal

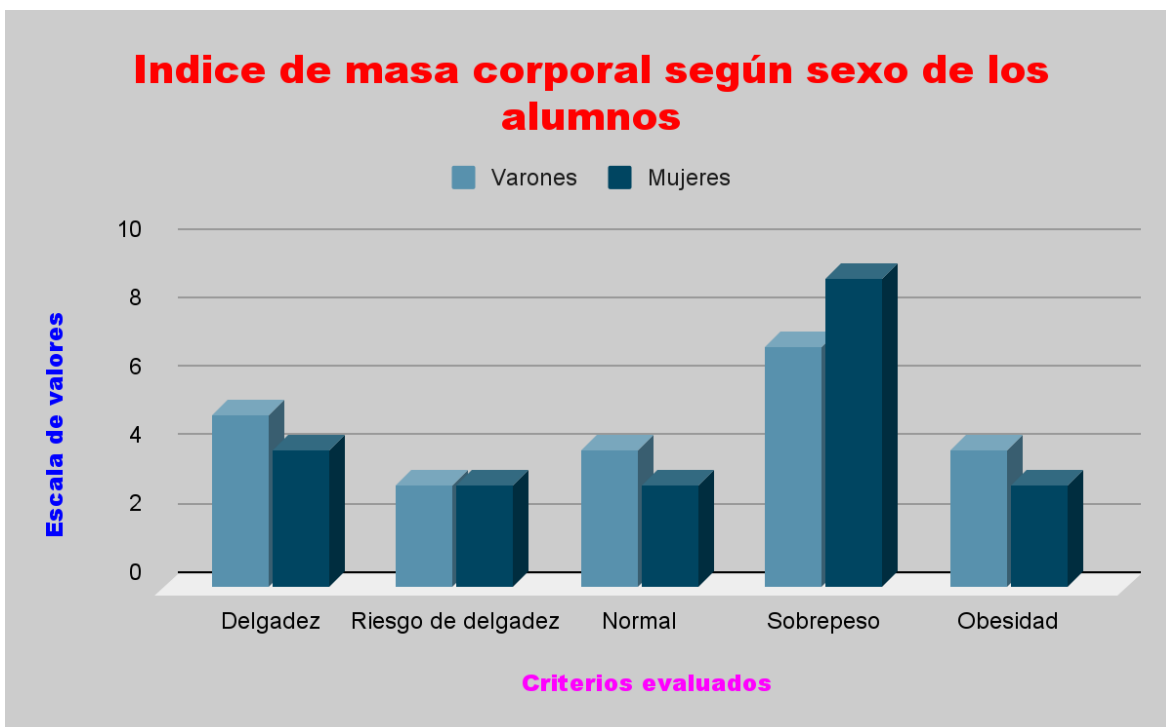


Figura 03: Índice de masa corporal según sexo de los alumnos.

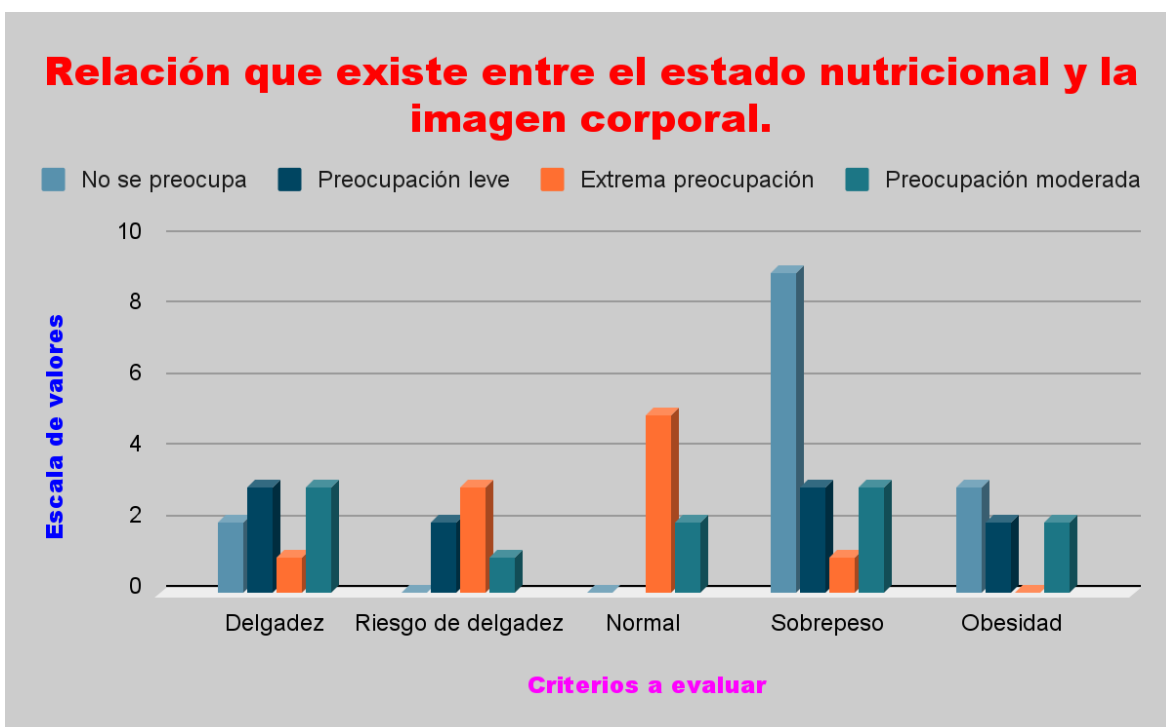


Figura 04: Relación que existe entre el estado nutricional y la imagen corporal.