



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
CARRERA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**“CAMBIOS EN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ACTIVIDAD  
FÍSICA CON RELACIÓN A LA PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN  
CORPORAL DE ESCOLARES DEL NIVEL SECUNDARIO DE DOS  
INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA Y CALLAO DURANTE LA  
COVID-19”**

Tesis para optar el título profesional de:  
LICENCIADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Presentado por:

Pamela Alejandra López Guerrero (0000-0001-6805-1152)

María Fernanda Valdivia Ansuini (0000-0002-6581-6700)

Asesor:

Víctor Alfonso Mamani Urrutia (0000-0002-5508-0883)

Lima - Perú

2023

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

Lima, 03 de noviembre de 2023.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Mg. Fanny Elizabeth Requena Vela de Gonzales	<input type="checkbox"/>
Miembro: Mg. Diana Josefina Nieto Porturas	
Miembro: Lic. Rafael Federico Durán Galdo	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

“Cambios en los hábitos alimentarios y actividad física con relación a la percepción de la imagen corporal de escolares del nivel secundario de dos instituciones educativas de Lima y Callao durante la COVID-19”

Presentada por el bachiller:

- Pamela Alejandra López Guerrero
- María Fernanda Valdivia Ansuini

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Nutrición y Dietética

Asesorado por: Mg. Sc. Víctor Alfonso Mamani Urrutia

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño del estudiante de la carrera de Nutrición y Dietética en la sustentación, concluyen: de manera unánime (X) por mayoría simple ( ) calificar a:

Tesis(s): Pamela Alejandra López Guerrero y María Fernanda Valdivia Ansuini		Nota (en letras): 17 (diecisiete)	
Aprobado ( )	Aprobado - Muy buena ( X )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



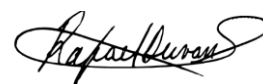
**Mg. Fanny Elizabeth Requena Vela de Gonzales**  
Presidente del Jurado



**Mg. Sc. Víctor Alfonso Mamani Urrutia**  
Asesor



**Mg. Diana Josefina Nieto Porturas**  
Miembro 1



**Lic. Rafael Federico Durán Galdo**  
Miembro 2

**ANEXO: FORMATO DE DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

**UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR**

**DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN<sup>1</sup>**

Lima, 4 de diciembre del 2023

Señor,  
Carlos Zavalaga Reyes

**Director General de Investigación, Desarrollo e Innovación  
Universidad Científica del Sur  
Presente. –**

De nuestra consideración,

Yo: Pamela Alejandra López Guerrero y María Fernanda Valdivia Ansuini, egresadas de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con el asesor de tesis Víctor Alfonso Mamani Urrutia, declaramos que este informe final de tesis/trabajo de investigación titulado: CAMBIOS EN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ACTIVIDAD FÍSICA CON RELACIÓN A LA PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL DE ESCOLARES DEL NIVEL SECUNDARIO DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA Y CALLAO DURANTE LA COVID-19, sustentado para obtener el título/grado de licenciatura es original.

Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de mi (nuestra) investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos <sup>2</sup>, que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

Firmamos en conformidad con lo declarado,

**Firma tesista**  
**DNI: 73736285**

**Firma tesista**  
**DNI: 73229500**

  
MSc. Víctor Alfonso Mamani Urrutia  
Nutrición Pública - Investigación  
C.N.P. 3586

**Firma del asesor de tesis**  
**DNI: 43441472**

<sup>1</sup> En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD

<sup>2</sup> Los documentos están en: <https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/>

## INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

**Título del documento evaluado.** Cambios en los hábitos alimentarios y actividad física con relación a la percepción de la imagen corporal de escolares del nivel secundario de dos instituciones educativas de Lima y Callao durante la Covid-19

**Autores.** Pamela Alejandra Lopez Guerrero; Maria Fernanda Valdivia Ansuini.

**Mecanismo de revisión de originalidad.** Evaluación con Turnitin (ID 2258178591).

**Resultado de la evaluación.** 9%

**Revisado por.** Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

**Comentarios sobre la revisión.** Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.





## Resumen

**Objetivo:** Determinar los cambios en los hábitos alimentarios y la actividad física con relación a la percepción de la imagen corporal en los escolares del nivel secundario de dos Instituciones Educativas de Lima y Callao, antes y durante la pandemia de COVID-19.

**Metodología:** Se realizó un estudio de tipo observacional y de corte transversal retrospectivo. Se evaluaron a 397 escolares de primer a quinto grado de secundaria. Para medir las variables se utilizó el “Cuestionario de Hábitos Alimentarios y Actividad física” y el “Cuestionario SFS” para la percepción de la imagen corporal. **Resultados:** La media de edad de los escolares se encuentra en 14 años. Se tiene mayor presencia de escolares varones (54,40%) con relación a mujeres evaluadas. Los hábitos alimentarios adecuados durante la

pandemia (8,60%) mejoraron en comparación con los reportados antes de la pandemia (4,50%), lo contrario ocurre con la actividad física inadecuada que aumentó durante la pandemia (56,70%) en comparación con los valores anteriores (48,40%). La percepción de imagen corporal de muy delgado disminuyó durante la pandemia (14,90%) en comparación con lo reportado antes del inicio de la pandemia (22,20%). Finalmente, se determinó que la

percepción de la imagen corporal antes y durante la pandemia por COVID-19 muestra cambios significativos ( $p < 0,05$ ) respecto a hábitos alimentarios y actividad física en los dos momentos de estudio de manera independiente. **Conclusión:** Hubo cambios significativos en los hábitos alimentarios y la actividad física con relación a la percepción de la imagen corporal en los escolares de Lima y Callao antes y durante la COVID-19 en Perú. **Palabras**

**clave:** Hábitos alimentarios; actividad física; imagen corporal; escolares; COVID-19. (Fuente: DeCS/MeSH).

## Abstract

**Objective:** To determine the changes in eating habits and physical activity in relation to the perception of body image in secondary school children from two educational institutions in Lima and Callao, before and during the COVID-19 pandemic. **Material and methods:** An observational and retrospective cross-sectional study was carried out. A total of 397 schoolchildren from first to fifth grade of secondary school were evaluated. The "Food Habits and Physical Activity Questionnaire" and the "SFS Questionnaire" for body image perception were used to measure the variables. **Results:** The mean age of the students was 14 years. There was a greater presence of male schoolchildren (54.40%) in relation to the females evaluated. Adequate eating habits during the pandemic (8.60%) improved compared to those reported before the pandemic (4.50%), the opposite occurs with inadequate physical activity which increased during the pandemic (56.70%) compared to previous values (48.40%). The perception of body image as very thin decreased during the pandemic (14.90%) compared to that reported before the onset of the pandemic (22.20%). Finally, it was determined that the perception of body image before and during the pandemic by COVID-19 shows significant changes ( $p < 0.05$ ) with respect to eating habits and physical activity in the two study moments independently. **Conclusion:** There were significant changes in eating habits and physical activity in relation to the perception of body image in school children in Lima and Callao before and during COVID-19 in Peru.

**Keywords:** Eating habits; physical activity; body image; schoolchildren; COVID-19. (Sources: DeCS/MeSH)