



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**“RELACIÓN ENTRE HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTRÉS  
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN UNA  
UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR”**

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

Presentado por:

Edith Melissa Guizado Rupailla (0000-0002-4274-6340)

Asesora:

Keila Ester Miranda Limachi (0000-0002-2376-8958)

Lima - Perú

2022





**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
CARRERA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**“RELACIÓN ENTRE HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTRÉS  
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN UNA  
UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR”**

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

Presentado por:

Edith Melissa Guizado Rupailla (0000-0002-4274-6340)

Asesora:

Keila Ester Miranda Limachi (0000-0002-2376-8958)

Lima - Perú

2022

### ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 17 de abril de 2023  
 Hora: 18: 05 horas.

Los integrantes del Jurado de tesis

- Mg. Reyna Elvira Martina Aranda Guillen (Presidente)
- Mg. Denisse Geraldine Gonzales Alarcón (Miembro)
- Mg. Nérida Luzmila Hilario Huapaya (Miembro)

Se reúnen para evaluar la tesis titulada: "Relación entre Hábitos Alimentarios y Estrés Académico en Estudiantes de Enfermería en una Universidad Privada de Lima Sur"

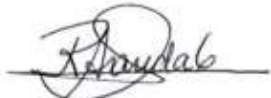
Presentada por la bachiller:  
 Edith Melissa Guizado Rupaila

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería, asesorada por la Dra. Keila Ester Miranda Limachi

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiantes/bachilleres de la Carrera de Enfermería en la sustentación, concluyen de manera unánime ( **X** ) por mayoría simple ( ) calificar a:

Tesisista: Edith Melissa Guizado Rupaila			Nota (en letras): Quince
Aprobado - Sobresaliente ( )	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado ( <b>X</b> )	Desaprobado ( )

Siendo las 18:55 horas, el acto de sustentación ha concluido y los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Reyna Elvira Martina Aranda Guillén  
 Presidente(a) del Jurado



Keila Ester Miranda Limachi  
 Asesor (a)



Denisse Geraldine Gonzales Alarcón  
Miembro



Néilda Luzmila Hilario Huapaya Miembro

**ANEXO 21: 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, 24 de Abril del 2023

Señor,  
Carlos Zavalaga Reyes

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

De nuestra consideración,

Yo: Edith Melissa Guizado Rupailla, estudiante/egresada de la Carrera de Enfermería de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con la asesora de tesis Keila Ester Miranda Limachi, declaramos que este informe final de tesis titulado: "RELACIÓN ENTRE HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA SUR", sustentado para obtener el título de licenciada(o) en enfermería 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.

Según la evaluación de similitud con el software antiplagio, el informe de tesis se encuentra con 4% de similitud.

Firmamos en conformidad con lo declarado,



Firma Integrante  
Edith Melissa Guizado Rupailla  
DNI: 72262739



Firma del asesor de tesis  
Keila Ester Miranda Limachi  
DNI: 41233864

<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.** Relación entre hábitos alimentarios y estrés académico en estudiantes de Enfermería en una Universidad Privada De Lima Sur

**Autores.** Edith Melissa Guizado Rupailla.

**Mecanismo de revisión de originalidad.** Evaluación con Turnitin (ID 2090712018).

**Resultado de la evaluación.** 8%

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

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

### v.2.0. Relación entre hábitos

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	2%
2	<a href="http://repositorio.upla.edu.pe">repositorio.upla.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
3	<a href="http://dspace.unitru.edu.pe">dspace.unitru.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
4	<a href="http://www.scielo.org.co">www.scielo.org.co</a> Fuente de Internet	1%
5	<a href="http://archive.org">archive.org</a> Fuente de Internet	<1%
6	Submitted to Universidad Peruana Cayetano Heredia Trabajo del estudiante	<1%
7	Submitted to Universidad Nacional de Trujillo Trabajo del estudiante	<1%
8	<a href="http://repositorio.uch.edu.pe">repositorio.uch.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
9	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	<1%

### **DEDICATORIA**

A mis padres y a mis hermanos quienes me impulsaron a seguir adelante dándome ejemplo, dedicación, motivación y un apoyo incondicional para seguir cumplimiento mis metas y para ser una gran profesional.



### **AGRADECIMIENTO**

A Dios por guiarme y darme fuerzas durante mi carrera profesional quien no me dejo a un lado. Asimismo, a mi familia de enseñarme los valores y nunca rendirme. De igual manera a mi asesora Keila quien tuvo la paciencia de enseñarme el proceso de mi tesis y la motivación de seguir adelante.

## 1. Resumen

**Objetivo:** Determinar la relación que hay entre hábitos alimentarios y estrés académico en estudiantes de Enfermería de una universidad privada de Lima sur. En cuanto a la hipótesis existe una relación entre los hábitos alimentarios y estrés académico en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima sur. **Materiales y métodos:** La investigación fue tipo aplicada, transversal, no experimental, nivel correlacional y de enfoque cuantitativo, incluye a una muestra de 233 estudiantes de enfermería de ambos sexos, de una universidad privada de Lima sur, 2022-I. Asimismo, el muestreo fue probabilístico, los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de hábitos alimentarios de Manzano (2018) con un alpha de Cronbach de 0,78 y el cuestionario Sisco v21 de Barraza A. 2018, cuya confiabilidad según alpha de Cronbach es de 0,85. De igual manera para el análisis estadístico se utilizó la prueba chi cuadrado. **Resultado:** El 59.7% de los estudiantes de enfermería tuvo habito alimentario no saludable y en cuanto al estrés académico se obtuvo el resultado de 42.1% nivel de estrés moderado en relación al estrés académico y habito alimentario se obtuvo 46.0% nivel de estrés severo y alimentación no saludable. La relación entre ambas variables tuvo un valor de  $p=0.057$ . **Conclusiones:** No existe relación entre hábitos alimentarios y estrés académico en estudiantes de Enfermería de una universidad privada de Lima.

**Palabra clave:** hábitos alimentarios, estrés, académico, estudiantes, universitarios (DeCS)

## 2. Abstract

Objective: To determine the relationship between eating habits and academic stress in Nursing students from a private university in southern Lima. Regarding the hypothesis, there is a relationship between eating habits and academic stress in nursing students from a private university in southern Lima. Materials and methods: The research was applied, cross-sectional, non-experimental, correlational level and quantitative approach, including a sample of two hundred thirty-three nursing students of both sexes, from a private university in southern Lima, two thousand twenty-two-I. Likewise, the sampling was probabilistic, the instruments used were the eating habits questionnaire of Manzano (two thousand eighteen) with a Cronbach's alpha of zero. seventy-eight and the Sisco vttwenty-one questionnaire of Barraza A. two thousand eighteen, whose reliability according to Cronbach's alpha is zero. eighty-five Similarly, for statistical analysis, the chi-square test was used. Result: fifty-nine. seven% of the nursing students had an unhealthy eating habit and in terms of academic stress, the result of forty-two.one% moderate stress level was obtained in relation to academic stress and eating habit, forty-six. zero% level of severe stress and eating was obtained. not healthy. The relationship between both variables had a value of  $p=$ zero.zero fifty seven. Conclusions: There is no relationship between eating habits and academic stress in nursing students from a private university in Lima.

**Key word:** eating habits, stress, academic, student's university (DeCS)