



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

**“RELACIÓN ENTRE EL CONSUMO DE PRODUCTOS  
ULTRAPROCESADOS Y EL NIVEL DE ANSIEDAD EN  
ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA PÚBLICA EN LIMA, PERÚ 2022”**

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

Presentado por:

Isabella Canziani García (0009-0006-7189-4971)

Joseline Fernanda Mandujano Arellano (0009-0007-1840-4272)

Asesor:

Fanny Elizabeth Requena Vela de Gonzales (0000-0002-4230-5844)

Lima-Perú

2024





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

**“RELACIÓN ENTRE EL CONSUMO DE PRODUCTOS  
ULTRAPROCESADOS Y EL NIVEL DE ANSIEDAD EN  
ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA PÚBLICA EN LIMA, PERÚ 2022”**

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

Presentado por:

Isabella Canziani García (0009-0006-7189-4971)

Joseline Fernanda Mandujano Arellano (0009-0007-1840-4272)

Asesor:

Fanny Elizabeth Requena Vela de Gonzales (0000-0002-4230-  
5844)

Lima-Perú

2024

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

Lima, 19 de junio del 2024.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Mg. Marysol Angelica Victoria Olivares Etchebaster	<input type="checkbox"/>
Miembro: Mg. Lorena Maria Saavedra Garcia	
Miembro: Lic. Mayra Milagros Meza Hernandez	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

“Relación entre el consumo de productos ultraprocesados y el nivel de ansiedad en estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Pública en Lima, Perú 2022”

Presentada por el bachiller:

- Joseline Fernanda Mandujano Arellano
- Isabella Canziani Garcia

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Nutrición y Dietética

Asesorado por: Mg. Fanny Elizabeth Requena Vela de Gonzales

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

Tesis(s): Joseline Fernanda Mandujano Arellano e Isabella Canziani Garcia		Nota (en letras): 15 (quince)	
Aprobado ( X )	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

**Mg. Marysol Angelica Victoria Olivares Etchebaster**  
Presidente del Jurado

**Mg. Fanny Elizabeth Requena Vela de Gonzales**  
Asesora

**Mg. Lorena Maria Saavedra Garcia**  
Miembro 1

**Lic. Mayra Milagros Meza Hernandez**  
Miembro 2

## UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

### DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

Lima, 26 de junio del 2024

Señor,  
Carlos Zavalaga Reyes

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

De nuestra consideración,

Yo: Isabella Canziani García y Joseline Fernanda Mandujano Arellano, egresadas de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con la asesora de tesis Fanny Elizabeth Requena Vela, declaramos que este informe final de tesis titulado: Relación entre el consumo de productos ultraprocesados y el nivel de ansiedad en estudiantes adolescentes de una institución educativa pública en Lima, Perú 2022, sustentado para obtener el título de Nutrición y Dietética es original.

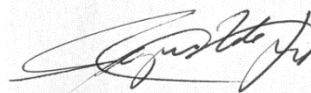
Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de nuestra investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de 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.

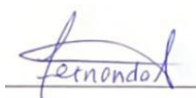
Firmamos en conformidad con lo declarado,



**Firma tesista: Isabella Canziani García  
DNI: 72531565**



**Firma del asesor de tesis  
DNI: 10205271**



**Firma tesista: Joseline Fernanda  
Mandujano Arellano  
DNI: 71254502**

## INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

**Título del documento evaluado.** Relación entre el consumo de productos ultraprocesados y el nivel de ansiedad en estudiantes adolescentes de una Institución Educativa Pública en Lima, Perú 2022

**Autores.** Joseline Fernanda Mandujano Arellano; Isabella Canziani Garcia

**Mecanismo de revisión de originalidad.** Evaluación con Turnitin (ID 2415842423).

**Resultado de la evaluación.** 9%

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

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



## DEDICATORIA

Agradezco a mi madre, quien fue mi pilar más importante en este proceso. Todo este esfuerzo es gracias ella. Además, agradezco a mi familia por su apoyo y paciencia, que me ayudaron a seguir adelante, convirtiéndome cada día en una mejor profesional y alcanzando una de las metas propuestas.

Con amor,

Fernanda.

A mis padres,

Gracias por su amor incondicional y apoyo constante en el camino para convertirme en profesional. Este logro no habría sido posible sin ustedes. Sus palabras de aliento, sus abrazos reconfortantes y su presencia constante han sido el combustible que me ha impulsado a seguir adelante.

Con mucho cariño,

Isabella.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradecemos a nuestra asesora, la Mg. Fanny Requena Vela, por su invaluable apoyo y el tiempo dedicado a nuestra asesoría. Asimismo, extendemos nuestro agradecimiento a las autoridades del Colegio ‘Nuestra Señora de la Esperanza’ por facilitarnos los recursos y brindarnos su apoyo en la realización de esta investigación.



## Resumen

El objetivo de este estudio fue identificar la relación entre el consumo de alimentos y bebidas ultraprocesados y el nivel de ansiedad en adolescentes de 11 a 18 años en el año 2022. El estudio fue cuantitativo de corte transversal, realizado en 146 estudiantes de una institución educativa secundaria del distrito de Ate, Lima, Perú. Los participantes fueron seleccionados mediante consenso y se les entregó un cuestionario organizado. El análisis de los resultados mostró que el 71,2% de los estudiantes consumía alimentos y bebidas ultraprocesados de manera baja, el 26,7% de manera media y el 2,1% de manera alta. Del total de estudiantes, el 62,3% mostró ansiedad leve, el 36,3% ansiedad moderada y solo el 1,4% ansiedad severa. Se determinó que no existe correlación entre la cantidad de ansiedad y el consumo de alimentos y bebidas altamente procesados con un p valor de 0,411. Sin embargo, se encontró relación entre el nivel de ansiedad, el sexo femenino ( $p < 0,001$ ) y el grado de estudios ( $p < 0,003$ ).

Palabras clave: Pandemia; Alimentos y bebidas ultraprocesados; Ansiedad; Adolescentes.

## Abstract

The objective of this study was to identify the relationship between the consumption of ultra-processed foods and beverages and the level of anxiety in adolescents aged 11 to 18 in the year 2022. The study was quantitative cross-sectional, carried out on 146 students from an educational institution. secondary school of the Ate district, Lima, Peru. The participants were selected by consensus and were given an organized questionnaire. The analysis of the results showed that 71.2% of the students consumed ultra-processed foods and drinks in a low way, 26.7% in a medium way and 2.1% in a high way. Of the total students, 62.3% showed mild anxiety, 36.3% moderate anxiety and only 1.4% severe anxiety. It was determined that there is no correlation between the amount of anxiety and the consumption of highly processed foods and beverages, with a p value of 0.411. However, a relationship was found between the level of anxiety, female sex ( $p < 0.001$ ) and educational level ( $p < 0.003$ ).

Keywords: Pandemic; Ultra-processed foods and drinks; Anxiety; Teenagers.