TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

CARRERA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

"CALIDAD DE DIETA E ÍNDICE DE MASA CORPORAL EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL CERCADO DE LIMA, PERÚ, 2024"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Presentado por:

Karla Nicole Guerrero Gilbonio (0000-0002-6182-4260)

Kiara Veronica Chacaltana Nolasco (0000-0001-7682-4100)

Asesor:

Melissa Soto Pascual (0000-0002-5448-7323)

Lima – Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

CARRERA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

"CALIDAD DE DIETA E ÍNDICE DE MASA CORPORAL EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL CERCADO DE LIMA, PERÚ, 2024"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Presentado por:

Karla Nicole Guerrero Gilbonio (0000-0002-6182-4260)

Kiara Veronica Chacaltana Nolasco (0000-0001-7682-4100)

Asesor:

Melissa Soto Pascual (0000-0002-5448-7323)

Lima – Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 12 de febrero de 2026.

Los integrantes del jurado de tesis:

Presidente: Maestro Fanny Elizabeth Requena Vela de Gonzales
Miembro 1: Maestro Jamee Guerra Valencia
Miembro 2: Licenciada Julia Ccorimanya Maita

Se reúnen para evaluar la tesis titulada: "Calidad de dieta e índice de masa corporal en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Pública del Cercado de Lima, Perú, 2024" con código de proyecto: PRE-17-2023-00551.

Presentada por las tesistas:

- Kiara Veronica Chacaltana Nolasco
- Karla Nicole Guerrero Gilbonio

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Nutrición y Dietética.

Asesorado por: Doctora Melissa Soto Pascual.

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de las tesistas de la Carrera de Nutrición y Dietética en la sustentación, se concluye de manera unánime calificar a:

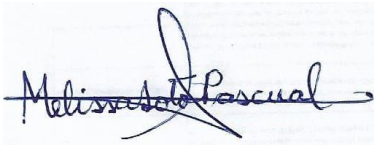
Tesista: Kiara Veronica Chacaltana Nolasco			Nota (en letras): 14 (catorce)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Tesista: Karla Nicole Guerrero Gilbonio			Nota (en letras): 15 (quince)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Maestro
Fanny Elizabeth Requena Vela de Gonzales
Presidente del Jurado



Doctora
Melissa Soto Pascual
Asesor (a)



Maestro
Jamee Guerra Valencia
Miembro 1



Licenciada
Julia Ccorimanya Maita
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[1]

Lima, 09 de marzo del 2026

Señor,
Dr. Percy Mayta Tristan

Vicerrectorado de Investigación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Yo: Karla Nicole Guerrero Gilbonio y Kiara Verónica Chacaltana Nolasco, egresadas de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con la asesora de tesis Melissa Soto Pascual, declaramos que este informe final de tesis titulado: CALIDAD DE LA DIETA E ÍNDICE DE MASA CORPORAL EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL CERCADO DE LIMA, PERÚ, 2024, sustentado para obtener el título de Licenciadas en Nutrición y Dietética es original.

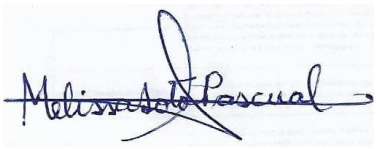
Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de nuestra investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de 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 [2], 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: 70472412



Firma del asesor de tesis
DNI: 40509669



Firma tesista
DNI: 73257800

[1] En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD
[2] Los documentos están en: https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Calidad de dieta e índice de masa corporal en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Pública del Cercado de Lima, Perú, 2024

Autores. Kiara Veronica Chacaltana Nolasco; Karla Nicole Guerrero Gilbonio

Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 2899835726)

Código de registro. PRE-17-2023-00551

Resultado de la evaluación. 9%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 15 palabras; excluir citas.



Calidad de la dieta

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%	9%	5%	3%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	www.kerwa.ucr.ac.cr Fuente de Internet	1%
2	moam.info Fuente de Internet	1%
3	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	1%
4	bibliotecas.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1%
5	docs.bvsalud.org Fuente de Internet	<1%
6	usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1%
7	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	<1%

DEDICATORIA

Llena de gratitud y profundo amor, dedico este trabajo a mi maravillosa madre, **Nancy Nolasco**, quien con su inmenso amor, esperanza y esfuerzo constante hizo posible que pudiera iniciar y culminar esta etapa universitaria. Su apoyo incondicional, su alegría y perseverancia han sido mi mayor motivación y fortaleza en este camino.

Extiendo también mi agradecimiento a mi hermana, **Esthefany Chacaltana**, por compartir siempre su amor, alegría y paciencia, y por brindarme esperanza y soporte en los momentos en que más lo necesite.

Agradezco también a Dios, porque sé que sin Él nada de esto habría sido posible. Su amor y bendición se hicieron presentes día a día en mi madre y hermana, quienes con tanto cariño me sostuvieron en este proceso. Gracias, Dios, por dar sentido a mi vida, por regalarme gozo y por infundirme la fuerza necesaria cuando más lo necesitaba.

Kiara Verónica Chacaltana Nolasco

A mi madre, **Betty Gilbonio**, por ser mi refugio en los momentos más difíciles, por su amor incondicional y por sostenerme con su fuerza y ternura cuando sentía que todo se desmoronaba. Tu apoyo constante ha sido el pilar que me sostuvo incluso en los días más oscuros. Gracias por no soltarme nunca.

A mi padre, **Juan Carlos Guerrero** por creer en mí incluso cuando yo dudaba, por su paciencia y por recordarme con serenidad que todo tiene solución. Tus palabras y tu calma me han dado el equilibrio que tanto necesitaba para seguir adelante.

Y a **Dios**, por darme la fuerza necesaria para levantarme cada vez que caí, por acompañarme en silencio y dar sentido y tranquilidad a cada paso de este camino. Sin tu guía, esta meta no habría sido posible.

Karla Nicole Guerrero Gilbonio

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

AGRADECIMIENTOS

A nuestros padres, por su apoyo incondicional, y por brindarnos siempre su amor y confianza durante todo este proceso. Sin su aliento constante, este logro no habría sido posible.

A la Universidad Científica del Sur, por su apoyo continuo y por ofrecernos el espacio adecuado para desarrollar esta tesis. Agradecemos la dedicación y los recursos que nos proporcionaron.

A la doctora Susan Medina, por su valioso asesoramiento en los análisis estadísticos. Sus consejos fueron fundamentales para la correcta interpretación de los datos y el éxito de este trabajo.

A Dios, quien con su infinita bondad nos concedió la salud, la fortaleza y perseverancia necesarias para llevar a cabo y culminar satisfactoriamente este trabajo.

A todos ustedes, nuestro más sincero agradecimiento.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RESUMEN

Introducción: La adolescencia es una etapa clave en la formación de hábitos alimentarios y una dieta de baja calidad puede conllevar el desarrollo de obesidad**.** La obesidad en los adolescentes ha mostrado un incremento sostenido a nivel global, con prevalencias en aumento en ambos sexos desde 1990. En Perú, esta tendencia también se manifiesta reportándose que, para el primer trimestre del 2025, un 8,8% de adolescentes de 12 a 17 años tenía obesidad. Por ello, este estudio buscó determinar la relación entre la calidad de la dieta y el índice de masa corporal para la edad (IMC/E) en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Lima, Perú.

Materiales y Métodos: Se realizó un estudio transversal en estudiantes de 12 a 17 años en el 2024. Se aplicó el cuestionario "Frecuencia de Consumo para el índice de Calidad Global de la Alimentación" para evaluar la calidad de la dieta y se realizaron medidas antropométricas de peso y talla para determinar el IMC/E, siendo ambas variables cualitativas. El análisis estadístico incluyó la prueba de chi cuadrado y correlación de tau de Kendall, todos con un nivel de confianza del 95% y un $p < 0,05$, que indica significancia.

Resultados: Se obtuvo una muestra de 265 estudiantes. Se encontró que el 12,1% de los estudiantes tenía obesidad y el 30,6% tenía una dieta poco saludable. No se observó relación entre la calidad de la dieta y el IMC/E (Tau-B = 0,014; p = 0,812).

Conclusiones: No se encontró una relación entre la calidad de la dieta y el IMC/E. Sin embargo, se observó que la mayoría de los adolescentes presentaba una calidad de la dieta que era poco saludable y que necesitaba cambios. Por ello, se recomienda implementar estrategias de promoción nutricional en el ámbito escolar y considerar otros factores en futuras investigaciones.

Palabras clave: Calidad de la Dieta, Índice de Masa Corporal, Adolescente, Obesidad

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

Introduction: Adolescence is a key stage in the formation of eating habits, and a poor-quality diet can lead to obesity. Obesity in adolescents has shown a sustained increase globally, with rising prevalence in both sexes since 1990. In Peru, this trend is also evident, with reports that by the first quarter of 2025, 8.8% of adolescents aged 12 to 17 years were obese. Therefore, this study sought to determine the relationship between diet quality and body mass index-for-age (BMI-for-age) in secondary school students at a public school in Lima, Peru.

Material and Methods: A cross-sectional study was conducted among students aged 12 to 17 years in 2024. The "Frequency of Consumption for the Global Food Quality Index" questionnaire was used to assess diet quality, and anthropometric measurements of weight and height were performed to determine BMI-for-age, both being qualitative variables. Statistical analysis included the chi square test and Kendall's tau correlation, all with a 95% confidence level and a $p < 0.05$, indicating significance.

Results: A sample of 265 students was obtained. 12.1% of the students were found to be obese, and 30.6% had an unhealthy diet. No relationship was observed between diet quality and BMI-for-age (Tau-B = 0.014; p = 0.812).

Conclusions: No relationship was found between diet quality and BMI-for-age. However, it was observed that most adolescents´ diet quality was unhealthy and needed to be changed. Therefore, it is recommended that nutritional promotion strategies be implemented in schools and that other factors be considered in future research.

Keywords: Diet quality, body mass index, adolescent, obesity

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis