TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

CARRERA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

“Relación entre el estrés infantil, el perfil nutricional de la lonchera y el IMC para la edad en niños escolares del nivel primaria del colegio San Marcos del Sur, Lurín, 2025”

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

Presentado por:
Katherine Mardelly Benites Obando (0009-0005-4155-4274)
Stefany Cinthya Meza Quispe (0009-0006-4534-7421)

Asesor:
Pedro Miguel Rosario Rengifo (0000-0002-3925-8389)

Lima – Perú
2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 05 de junio de 2026.

Los integrantes del jurado de tesis:

Presidente: *Magister Scientiae* Sandra Edith Cusirramos Jiménez
Miembro 1: Licenciado Julia Ccorimanya Maita
Miembro 2: Maestro Kiomi Denisse Yabiku Soto

Se reúnen para evaluar la tesis titulada: "Relación entre el estrés infantil, el perfil nutricional de la lonchera y el IMC para la edad en niños escolares del nivel primaria del colegio San Marcos del Sur, Lurín, 2025" con código de proyecto: PRE-17-2024-01033.

Presentada por las tesistas:

- Katherine Mardelly Benites Obando
- Stefany Cinthya Meza Quispe

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

Asesorado por: Magíster Pedro Miguel Rosario Rengifo.

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

Tesista: Katherine Mardelly Benites Obando			Nota (en letras): 15 (quince)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Tesista: Stefany Cinthya Meza Quispe			Nota (en letras): 16 (dieciséis)
Aprobado ( )	Aprobado - Muy buena (X)	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Magister Scientiae
Sandra Edith Cusirramos Jiménez
Presidente del Jurado



Magíster
Pedro Miguel Rosario Rengifo
Asesor (a)



Licenciado
Julia Ccorimanya Maita
Miembro 1



Maestro
Kiomi Denisse Yabiku Soto
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, 15 de Junio del 2026

Señor,
Dr. Percy Mayta Tristan

Vicerrectorado de Investigación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Yo: Katherine Mardelly Benites Obando con DNI N° 42847718 y Stefany Cinthya Meza Quispe con DNI N° 46977771, egresadas de la carrera de Nutrición y dietética de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con el asesor de tesis Mg. Pedro Miguel Rosario Rengifo, declaramos que este informe final de tesis titulado: " Relación entre el estrés infantil, el perfil nutricional de la lonchera y el IMC para la edad en niños escolares del nivel primaria del colegio San Marcos del Sur, Lurín, 2025", sustentado para obtener el título/grado 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: 42847718



Firma del asesor de tesis
DNI: 73571619



Firma tesista
DNI: 46977771

[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. Relación entre el estrés infantil, el perfil nutricional de la lonchera y el IMC para la edad en niños escolares del nivel primaria del colegio San Marcos del Sur, Lurín, 2025

Autores. Katherine Mardelly Benites Obando; Stefany Cinthya Meza Quispe

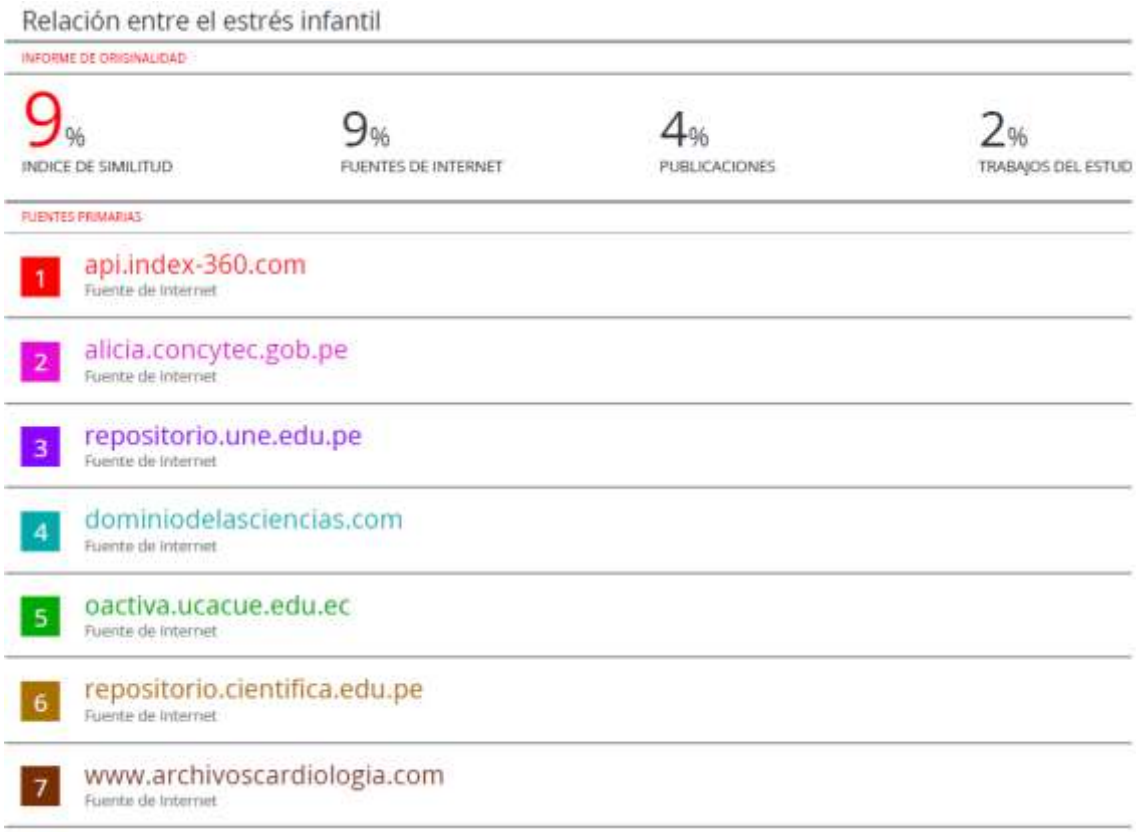
Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 2996088859)

Código de registro. PRE-17-2024-01033

Resultado de la evaluación. 9%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

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



TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Dedicatoria

Dedicamos este trabajo, en primer lugar, a Dios, por guiar nuestros pasos y darnos la fuerza para culminar este sueño. A nuestros hijos Emma, Mateo y Adriana, por ser nuestra mayor inspiración, y a nuestras familias, por su amor y apoyo incondicional.

Expresamos nuestro más sincero agradecimiento por la dedicación, esfuerzo y colaboración constante. El compromiso y trabajo en equipo fueron fundamentales para alcanzar este logro académico, el cual no fuese posible sin la colaboración.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Agradecimientos

Deseo expresar mi sincero agradecimiento a todas las personas e instituciones que hicieron posible la realización de esta investigación, en especial a nuestro asesor Pedro Rosario.

Asimismo, agradezco a los docentes, profesionales y miembros de la comunidad que brindaron orientación, apoyo y recursos, así como a los participantes de la investigación, cuya disposición y colaboración fueron esenciales para el desarrollo del estudio.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RESUMEN

Introducción: El Incremento del sobrepeso y la obesidad infantil forman parte de un problema de salud pública siendo afectados por la calidad de la alimentación y factores psicosociales. [1] Durante la etapa escolar, el consumo diario de la lonchera y el estrés pueden afectar tanto la conducta alimentaria como el estado nutricional, por ende, es relevante analizar la relación entre el estrés infantil, el perfil nutricional de las loncheras escolares y el IMC para la edad**.**

Objetivo: Evaluar la relación entre el estrés infantil, el perfil nutricional de la lonchera e IMC para la edad en niños escolares del nivel primaria del colegio San Marcos del Sur.

Materiales y métodos: Estudió cuantitativo, no experimental, analítico y transversal. La población estuvo conformada por 200 estudiantes de la Institución Educativa San Marcos del Sur de sexo masculino y femenino de edades entre 6 y 11 años. La muestra fue calculada empleando la fórmula para población finita y fue de 131 participantes, el muestreo fue no probabilístico por conveniencia. Para medir estrés infantil se aplicó el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI), el perfil nutricional de las loncheras escolares con una lista de cotejo complementada con registro fotográfico y el peso con relación a la estatura con el Índice de masa corporal para la edad (IMC/Edad) según tabla de percentiles de la OMS. Se utilizó estadística descriptiva para frecuencias y porcentajes. Para evaluar asociación entre variables categóricas se utilizó la prueba de Chi-cuadrado de Pearson. En aquellos casos donde no se cumplieron los supuestos de dicha prueba se aplicó la prueba exacta de Fisher con un nivel de significancia de $p < 0,05$.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Resultados: El 62,6% fueron varones y la edad media fue 8,6 años, desviación estándar 1,5 años. Se identificó 59,5%(n=78) de exceso de peso, 61,8%(n=81) de loncheras no saludables y el 45%(n=59) presentó nivel bajo de estrés. No se encontró relación entre el estrés infantil y IMC para la edad (p< 0,726), ni entre el perfil nutricional de la lonchera y el IMC para la edad (p<0,293).

Conclusiones: Se concluye que no existe relación entre el estrés infantil y el perfil nutricional de la lonchera con el IMC para la edad en escolares del nivel primario del colegio San Marcos del Sur. En relación con el nivel del estrés infantil predominó un nivel bajo de estrés. Mientras que, el perfil nutricional de la lonchera que más destaco fue la lonchera no saludable. En cuanto al IMC/edad, la mayoría de los participantes fue categorizado con sobrepeso y obesidad.

PALABRAS CLAVE

Estrés infantil, IMC para la edad, Sobrepeso, Obesidad, Salud infantil

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

Introduction:

The increase in childhood overweight and obesity is a public health problem, influenced by diet quality and psychosocial factors. [1] During the school years, daily lunch consumption and stress can affect both eating behavior and nutritional status. Therefore, it is important to analyze the relationship between childhood stress, the nutritional profile of school lunches, and BMI-for-age.

Objective: To evaluate the relationship between childhood stress, the nutritional profile of school lunches, and BMI-for-age in elementary school children at San Marcos del Sur School.

Materials and methods: This was a quantitative, non-experimental, analytical, and cross-sectional study. The population consisted of 200 male and female students aged 6 to 11 years from the San Marcos del Sur Educational Institution. The sample size was calculated using the formula for a finite population and consisted of 131 participants. Sampling was non-probabilistic and based on convenience. To measure childhood stress, the Childhood Daily Stress Inventory (CDI) was administered, along with a nutritional profile of school lunches using a checklist supplemented with photographic documentation. Weight in relation to height was also assessed using the Body Mass Index for Age (BMI/Age) according to WHO percentile charts. Descriptive statistics and the Chi-square test were used with a significance level of 0.05. Descriptive statistics were used for frequencies and percentages. Pearson's chi-squared test was used to assess

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

associations between categorical variables. In cases where the assumptions of this test were not met, Fisher's exact test was applied with a significance level of $p < 0.05$.

Results: 62.6% of the children were male, and the mean age was 8,6 years (standard deviation 1.5 years). 59.5% (n=78) were identified as overweight, 61.8% (n=81) had unhealthy lunches, and 45% (n=59) presented a low level of stress. No relationship was found between childhood stress and BMI-for-age ($p < 0.726$), nor between the nutritional profile of the lunchbox and BMI-for-age ($p < 0.293$).

Conclusions: No relationship was found between childhood stress and the nutritional profile of the lunchbox with BMI-for-age among primary school students at San Marcos del Sur School. Regarding childhood stress levels, a low level of stress predominated. Likewise, the most prevalent lunchbox nutritional profile was the unhealthy not lunchbox category. Concerning BMI-for-age, most participants were classified as overweight or obese.

KEYWORDS

Childhood stress, BMI-for-age, Overweight, Obesity, Child health

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis