

UNIVERSIDAD DE HUANUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERIA



TESIS

**“Hábitos alimenticios en adolescentes del colegio
Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa -
Huánuco, 2024”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA
EN ENFERMERÍA**

AUTORA: Salazar Ramos, Layssa Berenise

ASESORA: Rosales Córdova, Nidia Victoria

HUÁNUCO – PERÚ

2026



U

TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (☒)
- Trabajo de Suficiencia Profesional(☐)
- Trabajo de Investigación (☐)
- Trabajo Académico (☐)

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Salud Publica

AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias médicas, ciencias de la Salud

Sub área: Ciencias de la salud

Disciplina: Enfermería

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de Licenciada en Enfermería

Código del Programa: P03

Tipo de Financiamiento:

- Propio (☒)
- UDH (☐)
- Fondos Concursables (☐)

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 72131565

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22425745

Grado/Título: Magister en salud pública y docencia universitaria

Código ORCID: 0000-0003-3716-2655

DATOS DE LOS JURADOS:

N	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Fretel Quiroz, Nicolas Magno	Doctor en administración de la educación	4209 2646	0000-0002-2724-8116
2	Leiva Yaro, Amalia Veronica	Doctora en ciencias de la salud	1983 4199	0000-0001-9810-207X
3	Serna Román, Bertha	Licenciada en enfermería	2251 8726	0000-0002-8897-0129

D

H



UDH

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 11:45 horas del día 08 de setiembre del año dos mil veintiséis, en Auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el Jurado Calificador integrado por los docentes:

- | | |
|--|--------------|
| • DR. NICOLAS MAGNO FRETTEL QUIROZ | - PRESIDENTE |
| • MG. JACKELINE KAROL ORDOÑEZ TOLEDO | - SECRETARIO |
| • LIC. ENF. BERTHA SERNA ROMAN | - VOCAL |
| • DRA. AMALIA VERONICA LEIVA YARO | - ACESITARIO |
| • MG. NIDIA VICTORIA ROSALES CÓRDOVA - | ASESORA |

Nombrados mediante Resolución N° 2780-2026-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis intitulado: "HÁBITOS ALIMENTICIOS EN ADOLESCENTES DEL COLEGIO RAMIRO PRIALÉ PRIALÉ DEL CENTRO POBLADO HUANCACHUPA, HUÁNUCO - 2024"; presentado por el(la) Bachiller en Enfermería: Layssa Berenise SALAZAR RAMOS, se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) Se aprobó la Tesis Por Unanimidad, con el calificativo cuantitativo de 1.7 y cualitativo de Muy Bueno

Siendo las, 12:45 horas del día 08 del mes de Setiembre del año 2026, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.


PRESIDENTE

DR. NICOLAS MAGNO FRETTEL QUIROZ
Cod. 0000-0002-2724-8116
DNI: 42092646


SECRETARIO

DRA. AMALIA VERONICA LEIVA YARO
Cod. 0000-0001-9810-207X
DNI: 19834199


VOCAL

LIC. ENF. BERTHA SERNA ROMAN
Cod. 0000-0002-8897-0129
DNI: 22518726



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: **LAYSSA BERENISE SALAZAR RAMOS**, de la investigación titulada **"HÁBITOS ALIMENTICIOS EN ADOLESCENTES DEL COLEGIO RAMIRO PRIALÉ PRIALÉ DEL CENTRO POBLADO HUANCACHUPA, HUÁNUCO - 2024"**, con asesor(a): **NIDIA VICTORIA ROSALES CORDOVA**, designado(a) mediante documento: **RESOLUCIÓN N° 2505-2024-D-FCS-UDH** del P. A. de ENFERMERÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del **16 %** verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 12 de junio de 2026



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

Nota: La presente constancia tendrá una vigencia de cuatro (4) meses, conforme a lo establecido en la **Directiva del Software de Identificación de Similitud y Originalidad**, aprobada mediante **Resolución N° 532-2024-P-CD-UDH**.

Vencido dicho plazo, el solicitante deberá realizar nuevamente el procedimiento correspondiente para la emisión de una nueva constancia.

Válida hasta el 12 de octubre de 2026.

37. LAYSSA BERENISE SALAZAR RAMOS.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

16%	13%	4%	7%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.udh.edu.pe	5%
	Fuente de Internet	
2	hdl.handle.net	1%
	Fuente de Internet	
3	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru	1%
	Trabajo del estudiante	
4	repositorio.upn.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
5	alicia.concytec.gob.pe	1%
	Fuente de Internet	



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

DEDICATORIA

A mis padres, quienes han sido mi fuente inagotable de apoyo y amor incondicional a lo largo de este camino académico. Su sacrificio y constante aliento han sido la luz que ha guiado cada paso de este viaje. A mi querida amiga Sharick, por ser mi confidente y mi apoyo incondicional. Tus palabras de aliento, tu compañía y tu amistad han sido un pilar fundamental en los momentos de dificultad y de alegría. Gracias por estar siempre presente.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a Dios por darme una familia incondicional y excepcional han sido fundamentales para llegar a este momento. Sin su orientación y confianza, este logro no habría sido posible.

A mi alma mater, Universidad de Huánuco (UDH) y a la facultad de enfermería, por proporcionar los recursos y el entorno necesario para llevar a cabo esta investigación.

A mis profesores y a mi asesora, por su paciencia, guía y valiosos consejos a lo largo de esta investigación. Su conocimiento y experiencia han sido una fuente de inspiración y aprendizaje continuo.

Y, por último, a la institución educativa, por permitirme realizar desarrollar mi tesis, han contribuido con su apoyo, comprensión y paciencia durante este proceso. A todos ustedes, mi más sincero agradecimiento.

INDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
INDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS	VII
INDICE DE ANEXOS	VIII
RESUMEN	IX
ABSTRACT	X
INTRODUCCIÓN	XI
CAPITULO I	13
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	13
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	13
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	16
1.2.1. PROBLEMA GENERAL	16
1.2.2. PROBLEMA ESPECÍFICO	16
1.3. OBJETIVO GENERAL	17
1.3.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	17
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	18
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA	18
1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRACTICA	18
1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA	18
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN	19
1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	19
CAPITULO II	20
MARCO TEÓRICO	20
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	20
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES	20
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES	21

2.1.3.	ANTECEDENTES LOCALES	22
2.2.	BASES TEÓRICAS	23
2.2.1.	LA TEORÍA DÉFICIT DE AUTOCUIDADO.....	23
2.2.2.	TEORÍA DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD	23
2.3.	DEFINICIONES CONCEPTUALES	24
2.3.1.	HÁBITOS ALIMENTICIOS	24
2.3.2.	CONSUMO DE ALIMENTOS SALUDABLES.....	24
2.3.3.	CONSUMO DE ALIMENTOS NO SALUDABLES	25
2.3.4.	FRECUENCIA DE ALIMENTACIÓN	25
2.3.5.	FACTORES VINCULADOS.....	26
2.4.	VARIABLES.....	26
2.4.1.	VARIABLE PRINCIPAL	26
2.4.2.	DIMENSIONES	26
2.5.	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	27
	CAPITULO III	29
	METODOLOGÍA.....	29
3.1.	TIPO DE INVESTIGACIÓN	29
3.1.1.	ENFOQUE.....	29
3.1.2.	ALCANCE O NIVEL	29
3.1.3.	DISEÑO.....	29
3.2.	POBLACIÓN Y MUESTRA.....	30
3.2.1.	POBLACIÓN.....	30
3.2.2.	MUESTRA.....	30
3.3.	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	31
3.3.1.	TÉCNICA.....	31
3.3.2.	INSTRUMENTO	31
3.3.3.	VALIDACIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA.....	31

3.4. TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	32
3.4.1. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN.....	32
3.4.2. TÉCNICAS PARA EL ANÁLISIS DE INFORMACIÓN.....	32
3.5. CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	34
CAPITULO IV.....	35
RESULTADOS	35
4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS.....	35
CAPITULO V.....	39
DISCUSION DE RESULTADOS.....	39
5.1. CONTRASTACIÓN DE RESULTADOS	39
CONCLUSIONES	42
RECOMENDACIONES.....	44
BIBLIOGRAFIA.....	46
ANEXOS	50

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características sociodemográficas de los adolescentes del colegio Ramiro	35
Tabla 2. Hábitos alimenticios de los adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa-Huánuco, 2024	36
Tabla 3. Dimensión - Consumo de alimentos saludables en adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa-Huánuco, 2024	37
Tabla 4. Dimensión - Consumo de alimentos no saludables en adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa-Huánuco, 2024	37
Tabla 5. Dimensión - Frecuencia de alimentación en adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa-Huánuco, 2024	38
Tabla 6. Dimensión - Factores vinculados en adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa- Huánuco, 2024.....	38

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia	51
Anexo 2. Formato de consentimiento/asentamiento informado	53
Anexo 3. Instrumento de recolección de datos	54
Anexo 4. Constancias de validación de los instrumentos de recolección de datos	59
Anexo 5.Documento de autorización de la ejecución del estudio	64
Anexo 6.Base de datos	65
Anexo 7.Evidencias fotográficas	92

RESUMEN

Objetivo: Determinar los hábitos alimenticios en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024. **Métodos:** La investigación fue de tipo descriptivo, con enfoque cuantitativo y diseño no experimental de corte transversal, estuvo conformada por 179 estudiantes del nivel secundario, trabajándose con un censo poblacional. La técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento un cuestionario estructurado de 12 ítems, validado por juicio de expertos y con confiabilidad aceptable según Alfa de Cronbach de 0.613. Se respetaron los principios éticos de beneficencia, no maleficencia, justicia y autonomía mediante la aplicación del consentimiento informado. **Resultados:** Se evidenció que el 68.2% de los adolescentes presenta hábitos alimenticios no saludables, mientras que el 31.8% presenta hábitos saludables. En las dimensiones, alimentos saludables el 61.5% mostró consumo no saludable, en consumo no saludable de alimentos el 59.2% no saludables, en frecuencia de alimentación el 64.2% inadecuada y el 52.0% evidenció condiciones favorables en los factores vinculados. **Conclusión:** Se concluye que los hábitos alimenticios son predominantemente no saludables en los adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024.

Palabras clave: hábitos alimenticios, adolescentes, alimentación saludable, nutrición, factores influyentes.

ABSTRACT

Objective: To determine the eating habits of adolescents at the Ramiro Prialè Prialè school in the town of Huancachupa, Huánuco, 2024. **Methods:** This descriptive, quantitative, cross-sectional study employed a non-experimental design. The sample consisted of 179 secondary school students, representing a population census. Data was collected using a survey, a structured questionnaire of 12 items, validated by expert review and demonstrating acceptable reliability (Cronbach's alpha of 0.613). Ethical principles of beneficence, non-maleficence, justice, and autonomy were upheld through informed consent. **Results:** The study found that 68.2% of the adolescents exhibited unhealthy eating habits, while 31.8% presented healthy habits. In the dimensions of healthy eating, 61.5% showed unhealthy consumption; in unhealthy food consumption, 59.2% showed unhealthy eating habits; in food frequency, 64.2% showed inadequate eating habits; and 52.0% showed favorable conditions in the related factors. **Conclusion:** It is concluded that eating habits are predominantly unhealthy in adolescents at the Ramiro Prialè Prialè school in the town of Huancachupa - Huánuco, 2024.

Keywords: Eating Behavior; Adolescent; Diet, Healthy; Nutrition; Social Environment.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia constituye una etapa fundamental del ciclo vital, caracterizada por importantes cambios físicos, psicológicos y sociales que incrementan las necesidades nutricionales y favorecen la consolidación de hábitos que pueden mantenerse en la vida adulta. Durante este periodo, la alimentación cumple un rol esencial en el crecimiento, desarrollo cognitivo, rendimiento académico y prevención de enfermedades. Sin embargo, en la actualidad, los hábitos alimenticios de los adolescentes se han visto afectados por diversos factores, entre ellos el acceso frecuente a alimentos ultraprocesados, horarios irregulares de comida, influencia de redes sociales, publicidad y estilos de vida poco saludables(1).

Por ende, este informe de tesis se estructuró en cinco capítulos.

El primer capítulo abarca la descripción y formulación del problema, objetivos, justificación, limitaciones y viabilidad del estudio.

En el capítulo II se considera la presentación del marco teórico, donde se incluyen los antecedentes del estudio, las bases teóricas que dan sustento a la investigación, las definiciones conceptuales, identificación de variables y su correspondiente operacionalización.

En el capítulo III se presenta la metodología del estudio, donde se considera el enfoque, nivel, tipo y diseño de investigación; asimismo se incluye la población, métodos, instrumentos y las técnicas de recolección, procesamiento, análisis e interpretación de datos.

En el capítulo IV se muestran los resultados descriptivos de la investigación; y capítulo V se realiza la discusión de resultados del estudio; incluyéndose posteriormente las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos de la investigación.

A todo lo mencionado, el propósito de esta investigación es determinar los hábitos alimenticios en adolescentes del Colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024.

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

En la actualidad, los hábitos alimenticios en la población adolescente constituyen una problemática de salud pública de creciente preocupación a nivel mundial, debido a su estrecha relación con el desarrollo físico, cognitivo y emocional. Durante la adolescencia, etapa caracterizada por cambios biológicos acelerados y una mayor autonomía en la toma de decisiones, los patrones de alimentación tienden a modificarse significativamente, muchas veces adoptando conductas poco saludables que pueden repercutir a corto, mediano y largo plazo(2).

Diversos estudios han evidenciado que los adolescentes suelen presentar un consumo elevado de alimentos ultraprocesados, ricos en grasas saturadas, azúcares y sodio, acompañado de una baja ingesta de frutas, verduras y alimentos nutritivos. Esta situación se ve influenciada por múltiples factores, entre ellos la disponibilidad de alimentos, el entorno familiar, las condiciones socioeconómicas, la publicidad, la influencia de pares y los estilos de vida modernos, caracterizados por el sedentarismo y el uso excesivo de dispositivos electrónicos(3).

A nivel internacional, los problemas relacionados con los hábitos alimenticios se pueden analizar a través de diversas estadísticas y tendencias. La Organización Mundial de la Salud (OMS) realiza informes periódicos sobre la prevalencia de la obesidad y el sobrepeso a nivel mundial. De acuerdo con los datos de un estudio publicado en *The Lancet*, más de 1000 millones de personas tenían obesidad en 2022, estas estadísticas proporcionan una visión general de la magnitud del problema y cómo ha evolucionado con el tiempo. Las estadísticas de desnutrición, especialmente entre la población adolescente, son fundamentales para comprender los desafíos relacionados con la disponibilidad y acceso a alimentos nutritivos en diferentes regiones del mundo. Las cifras indican que, la obesidad se ha multiplicado por cuatro entre los niños y adolescentes, estas estadísticas proporcionan una base crucial

para comprender y abordar los problemas internacionales de los hábitos alimenticios. Ayudan a identificar tendencias, desigualdades y áreas de enfoque para implementar políticas y programas efectivos de promoción de la salud y prevención de enfermedades(4).

En el contexto nacional, el Perú no es ajeno a esta problemática. En los últimos años, se ha observado un incremento en los índices de sobrepeso y obesidad en adolescentes, el porcentaje pasó del 21,0 % en 2017 al 25,7 % en 2024. En el área rural también se observa un incremento relevante, al pasar del 11,0 % en 2017 al 15,6 % en 2024. Así como la coexistencia de problemas de desnutrición y anemia, especialmente en zonas con limitaciones económicas y acceso restringido a una alimentación balanceada. Esta doble carga de malnutrición refleja desigualdades estructurales y deficiencias en la educación alimentaria, lo que pone en evidencia la necesidad de abordar este problema desde un enfoque integral(5).

A nivel local, según los datos disponibles hasta 2021, la región de Huánuco tenía una preocupación creciente por la obesidad y el sobrepeso el 34,2% de las personas de 15 años presentaron menor sobrepeso que en el 2018 (33,6%). Las estadísticas locales pueden haber demostrado un aumento en la prevalencia de la obesidad, especialmente entre los adolescentes(6). En el centro poblado de Huancachupa, esta problemática adquiere características particulares debido a las condiciones socioculturales y económicas propias de la zona. Los adolescentes del Colegio Priale Priale se encuentran expuestos a una serie de factores que podrían influir negativamente en sus hábitos alimenticios, tales como el acceso limitado a alimentos saludables, la preferencia por productos de bajo costo y alta densidad calórica, y la escasa educación nutricional tanto en el ámbito familiar como escolar.

Asimismo, es frecuente observar que los estudiantes omiten comidas importantes como el desayuno, reemplazándolas por productos procesados o consumiendo alimentos en horarios inadecuados. Esta conducta puede generar consecuencias como bajo rendimiento académico, fatiga, dificultades de concentración y alteraciones en el estado de ánimo(7). De igual manera,

el consumo frecuente de bebidas azucaradas y comida rápida contribuye al desarrollo de enfermedades no transmisibles como la obesidad, la diabetes mellitus tipo 2 y problemas cardiovasculares(8).

Otro aspecto relevante es la influencia del entorno social. Durante la adolescencia, los individuos tienden a adoptar conductas similares a las de su grupo de pares, lo que puede reforzar hábitos alimenticios inadecuados. Se ha observado evidencia de que la genética puede tener un rol en la predisposición a ciertos trastornos alimenticios. Algunas personas pueden tener una mayor susceptibilidad para desarrollar patrones de alimentación desordenados(9). Además, la creciente exposición a medios digitales y publicidad de alimentos poco saludables influye en las preferencias y elecciones alimentarias de los jóvenes, generando patrones de consumo alejados de una dieta equilibrada. La obsesión por el peso corporal y la apariencia física puede llevar a prácticas alimenticias restrictivas, excesivamente controladas o compulsivas. En algunos casos, las personas pueden tener una percepción distorsionada de su propio cuerpo, lo que puede resultar en hábitos alimenticios poco saludables en un intento por alcanzar una imagen corporal idealizada(10).

En el ámbito familiar, la falta de supervisión en la alimentación, los horarios laborales extensos de los padres y el desconocimiento sobre prácticas nutricionales adecuadas pueden contribuir al desarrollo de hábitos inadecuados. En muchos casos, la alimentación se basa en la disponibilidad inmediata de alimentos, priorizando la practicidad sobre la calidad nutricional(11).

Es crucial señalar que las consecuencias pueden variar dependiendo del tipo y la gravedad del problema alimenticio. Uno de los posibles resultados es la malnutrición, que surge a raíz de patrones alimenticios desordenados y puede conducir a una ingesta insuficiente de nutrientes esenciales, ocasionando desequilibrios nutricionales y carencias. Por ello, según el tipo de trastorno alimenticio, las personas pueden experimentar cambios significativos en su peso, ya sea un aumento considerable o una disminución notable(12).

La prevención de trastornos alimenticios debe ser una prioridad. Se deben implementar programas en escuelas y comunidades para identificar y abordar tempranamente comportamientos de riesgo antes de que evolucionen hacia trastornos alimenticios más graves. Facilitar el acceso a profesionales de la salud, nutricionistas y médicos especializados, es crucial para ofrecer orientación y apoyo individualizado, fomentar la participación en actividades físicas y deportes es fundamental para promover un estilo de vida activo y equilibrado(13).

En este sentido, surge la necesidad de analizar y describir los hábitos alimenticios en esta población específica, con el fin de generar evidencia que contribuya a la formulación de programas de promoción de la salud, educación nutricional y prevención de enfermedades. La identificación de patrones de alimentación permitirá no solo comprender la magnitud del problema, sino también proponer alternativas de solución que involucren a la comunidad educativa, las familias y las autoridades locales.

Finalmente, es importante destacar que la adopción de hábitos alimenticios saludables durante la adolescencia no solo impacta en el bienestar presente, sino que también influye en la calidad de vida en la adultez. Por ello que se torna importante el desarrollo de este estudio cuyo objetivo es determinar los hábitos alimenticios en adolescentes del Colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado Huancachupa, para poder orientar mejor la consejería y educación en salud por parte del personal de Enfermería.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuáles son los hábitos alimenticios en adolescentes del colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024?

1.2.2. PROBLEMA ESPECÍFICO

1. ¿Cuál es la frecuencia de las características sociodemográficas en adolescentes del colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024?

2. ¿Cuál es la frecuencia de consumo de alimentos saludables en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024?
3. ¿Cuál es la frecuencia de consumo de alimentos no saludables en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024?
4. ¿Cuál es la frecuencia de alimentación en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024?
5. ¿Cuál es la frecuencia de factores vinculados en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024?

1.3. OBJETIVO GENERAL

Determinar los hábitos alimenticios en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024

1.3.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar la frecuencia de las características sociodemográficas en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024.
2. Identificar la frecuencia de consumo de alimentos saludables en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024.
3. Identificar la frecuencia de consumo de alimentos no saludables en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024.
4. Identificar la frecuencia de alimentación en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024.
5. Identificar la frecuencia de factores vinculados en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

La presente investigación se justifica en la necesidad de comprender y analizar los hábitos alimenticios en adolescentes del Colegio Priale Priale del centro poblado de Huancachupa, debido a la relevancia que estos tienen en el desarrollo integral de los jóvenes y su impacto directo en la salud pública. Desde el punto de vista teórico, este estudio aportará información actualizada sobre los hábitos alimenticios en una población específica, contribuyendo al cuerpo de conocimientos existentes en el área de la salud y la nutrición. Asimismo, permitirá identificar factores asociados a la conducta alimentaria en adolescentes, apoyada de la teoría del déficit de autocuidado, desarrollada por Dorothea Orem y la teoría de la promoción de la salud, desarrollada por Nola Pender.

1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRACTICA

El presente estudio se asociará con la línea de investigación en salud pública, ya que adoptar un enfoque saludable ahora no solo beneficia el presente, sino que también establece patrones que pueden perdurar a lo largo de la vida, lo cual servirá como base para el diseño e implementación de estrategias de intervención orientadas a promover una alimentación saludable. Con un nivel descriptivo, en el cual se identificará la variable hábitos alimentarios con el cual los resultados podrán ser utilizados por autoridades educativas, profesionales de la salud y padres de familia para fomentar cambios positivos en la conducta alimentaria, contribuyendo a la prevención de problemas como la obesidad, la desnutrición y la anemia.

1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

El manejo de información detallada sobre los hábitos alimenticios empodera a los adolescentes y a la institución educativa, ya que permitirá aplicar instrumentos de recolección de datos (como cuestionarios) para evaluar los hábitos alimenticios, contribuyendo al desarrollo de habilidades investigativas y al fortalecimiento de

metodologías aplicadas en estudios de campo. Esto no solo beneficiará al desarrollo académico de la investigadora, sino que también podrá servir como referencia para futuras investigaciones en contextos similares.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Se considerará como una posible limitante, la falta participación de la población de estudio, como medida de solución frente a esta limitante se deberá concientizar la finalidad del estudio y cómo influye en el cambio. También se considera como una posible limitante la falta de empatía que puede existir al entrevistar a nuestra unidad de estudio y la falta de tiempo para la toma de datos.

1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

El estudio poblacional se lo realizara en los estudiantes adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale de Huancachupa. Por medio de recursos monetarios propios del investigador, considerando los gastos asociados con la contratación de personal para la recopilación de datos y análisis. Realizando pruebas piloto para validar la efectividad de los cuestionarios y entrevistas, asegurando que sean comprensibles y relevantes para la población adolescente. El tiempo estimado para el presente estudio es de 8 meses, seguido de un tiempo dedicado al análisis y la redacción del informe final.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

En Ecuador 2022, Lara y Rojas (14), en su artículo: “Hábitos alimenticios y conocimientos en adolescentes”, analizaron los hábitos y conocimientos alimentarios en adolescentes mediante encuestas estructuradas. Refieren que la mayoría poseen conocimientos confiables acerca de frecuencia en el consumo de alimentos y su variedad. Sin embargo, las dimensiones que evidenciaron una fiabilidad menor, correspondieron con los conocimientos alimentarios en los adolescentes. Concluyeron que los adolescentes poseen conocimientos confiables acerca de las variables autoeficacia, frecuencia en el consumo de alimentos, hábitos de alimentación, conocimiento de nutrición y seguridad alimentaria y comportamiento en prácticas de higiene, lo que indica que la mayor

En Chile 2020, Vilugrón, Molina, Gras y Font(15), en su artículo: “Hábitos alimentarios, obesidad y calidad de vida relacionada con la salud en adolescentes chilenos”, evaluaron a adolescentes escolares con el objetivo de analizar la relación entre los hábitos alimentarios, la obesidad y la calidad de vida. Utilizaron cuestionarios estructurados y mediciones antropométricas. Refieren el 10% de los hombres y el 6 % de las mujeres eran obesos. Quienes consumían inadecuadamente frutas tenían una peor percepción de su bienestar físico, autonomía y relación con sus padres. El bienestar psicológico y el entorno escolar se percibieron peor entre quienes no desayunaron. Concluyeron que los hábitos alimentarios inadecuados y la obesidad tienen un efecto negativo en la calidad de vida relacionada con la salud entre los adolescentes. Este estudio aporta sustento teórico al demostrar la relación entre hábitos alimenticios y estado de salud, lo cual respalda la importancia de analizar estos hábitos en los adolescentes del Colegio Priale Priale.

En Portugal 2018, Marques, Naia, Branquinho y Gaspar de Matos(16), en su investigación: “Comportamiento alimentario de los adolescentes y su relación con las comidas familiares, el índice de masa corporal y la percepción del peso corporal”, analizaron a 3693 adolescentes mediante cuestionarios sobre hábitos alimentarios. Refieren que la frecuencia de comidas familiares se asocia con mejores hábitos alimenticios y un peso corporal adecuado. Concluyeron que los comportamientos alimentarios de los adolescentes están relacionados con las comidas familiares y la percepción del peso corporal. Desayunar en familia y mantener un peso normal son factores positivos en la conciencia de los adolescentes sobre buenos hábitos alimenticios. Este antecedente permite comprender la influencia del entorno familiar en los hábitos alimenticios, aspecto relevante para interpretar los resultados en la población de estudio.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

En Lima 2023, Laguna y Requejo(17) en su investigación: “Hábitos alimentarios y calidad de sueño en adolescentes de una institución pública de Puente Piedra, Perú - 2023”, evaluaron a estudiantes mediante cuestionarios validados. Refieren que el 43.3% de los adolescentes hombres tuvieron una tendencia a caer en hábitos alimentarios inadecuados, mientras que en el caso de las mujeres la proporción de hábitos alimentarios adecuados fue de 20.5%. Concluyeron que la alimentación influye en el bienestar general. Este antecedente demuestra que los hábitos alimenticios impactan en diferentes aspectos de la salud, lo cual refuerza la importancia de estudiarlos en la población objetivo.

En Lima 2023, Arcos y Calderón(18) en su estudio: “Relación entre los hábitos alimentarios y estrés académico en estudiantes adolescentes de un colegio privado de Lima-Perú”, evaluaron mediante encuestas los hábitos alimenticios y niveles de estrés. Refieren que un 52.1% presentaban un nivel adecuado de hábitos junto a un nivel moderado de estrés académico. Concluyeron que la alimentación influye en el estado emocional. Este estudio permite relacionar los hábitos alimenticios con

aspectos emocionales y académicos, lo cual puede enriquecer la interpretación de los resultados de la presente investigación.

En Lima 2021, Rivas et al.(19) en su artículo: “Conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes peruanos: un estudio transversal”, evaluaron a adolescentes mediante encuestas y medición del IMC. Refieren que, la proporción de mujeres que demostraron conocimientos altos, actitudes favorables y prácticas adecuadas, fue superior en relación con los varones (76,5% vs. 75,0%), (75,5% vs. 70,7%) y 72,5% vs. 67,9%, respectivamente. Concluyeron los hallazgos sugieren que los adolescentes, especialmente los varones, deben ser el foco de programas de intervención nutricional integrados, con el propósito de disminuir la prevalencia de sobrepeso y obesidad. Este antecedente sustenta la importancia de evaluar no solo conocimientos, sino también prácticas alimentarias en adolescentes, aspecto clave en la presente investigación.

2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

En Huánuco 2024, Dueñas y Fernández(20) en su tesis: “Factores que influyen en los hábitos alimenticios en gestantes adolescentes del Centro de Salud Perú Corea Huánuco – 2023”, evaluaron mediante cuestionarios los factores asociados a los hábitos alimenticios. Refieren hábitos alimenticios en gestantes adolescentes: Hábitos alimenticios saludables (52%), hábitos alimenticios no saludables (48%). Concluyeron que los factores sociales, culturales, económicos y obstétricos no influyen en los hábitos alimenticios en gestantes adolescentes demostrado mediante la prueba Chi-Cuadrado.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. LA TEORÍA DÉFICIT DE AUTOCUIDADO

Esta teoría en entorno de la gestión del cuidado propuesta por Dorothea E. Orem en 1969, ayuda al usuario a conservar el acto del autocuidado por uno mismo, de esta manera poder gozar de una buena salud y a disfrutar la vida, recuperándose de los males y enfrentar las secuelas de la enfermedad; compuesta por 3 teorías como: T. autocuidado, T. déficit autocuidado, T. sistemas de enfermería (21).

Esta teoría se centra en la idea de que los individuos tienen la capacidad y la responsabilidad de cuidar de sí mismos. Según Orem, plantea que las personas tienen la capacidad de realizar acciones para mantener su salud. En este contexto, los hábitos alimenticios constituyen una forma de autocuidado, ya que las decisiones sobre la alimentación influyen directamente en el bienestar y la prevención de enfermedades.

2.2.2. TEORÍA DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

Fue propuesta por Nola Pender en 1972, consiste en percibir las conductas humanas relacionadas a la salud, orientada hacia la formación de comportamientos saludables ⁽³⁶⁾. Se agrupa en 3 áreas: Características y experiencias individuales, Cogniciones y afectos específicos del comportamiento (dividida en factores biológicos, factores psicológicos y factores socioculturales), Resultados conductuales (Es la identificación de una estrategia planificada que dirige a la implementación del comportamiento de salud) (22).

El modelo de promoción de la salud de Nola Pender, explica cómo los factores personales, cognitivos y sociales influyen en la adopción de conductas saludables, como los hábitos alimenticios. Estos elementos pueden contribuir a la adopción de hábitos más saludables y a la mejora del bienestar general.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

2.3.1. Hábitos Alimenticios

Los hábitos alimenticios son el conjunto de prácticas y comportamientos relacionados con la selección, preparación, consumo de alimentos y bebidas que las personas adoptan de manera repetitiva a lo largo del tiempo. Estos hábitos incluyen las elecciones de alimentos, las porciones consumidas, los horarios de las comidas y las preferencias individuales. Según la Organización Mundial de la Salud, una alimentación saludable contribuye al crecimiento y desarrollo adecuado, mejora el rendimiento físico e intelectual y previene enfermedades(23). En la adolescencia, los hábitos alimenticios adquieren especial importancia debido a los cambios físicos y psicológicos propios de esta etapa. Estos hábitos adquieren gran relevancia, ya que una alimentación adecuada debe sustentarse en una correcta distribución y consumo de nutrientes a través de alimentos variados. Esto contribuye al adecuado funcionamiento de los órganos y sistemas del organismo, favoreciendo el estado de salud y la calidad de vida de las personas. En el presente estudio, los hábitos alimenticios fueron categorizados como saludables y no saludables, tomando en cuenta las conductas alimentarias manifestadas por los adolescentes evaluados.

2.3.2. Consumo de Alimentos Saludables

La Organización Mundial de la Salud refiere que una alimentación saludable debe incluir la ingesta regular de productos que aportan los nutrientes necesarios para el adecuado funcionamiento del organismo, tales como proteínas, vitaminas, minerales, fibra y energía. Este tipo de alimentación se caracteriza por ser equilibrada, variada y suficiente, incluyendo alimentos como frutas, verduras, cereales integrales, legumbres y fuentes de proteína de buena calidad(23).

El consumo insuficiente de estos alimentos puede afectar el crecimiento, el estado nutricional y la salud general de los adolescentes. Por ello, en la presente investigación, esta dimensión fue clasificada en

saludable y no saludable según la frecuencia de consumo de alimentos nutritivos.

2.3.3. CONSUMO DE ALIMENTOS NO SALUDABLES

La Organización Panamericana de la Salud señala que el consumo frecuente de alimentos no saludables se refiere a la ingesta frecuente de productos con bajo valor nutricional y alto contenido de azúcares, grasas saturadas, grasas trans y sodio. Estos alimentos, comúnmente denominados ultraprocesados, incluyen bebidas azucaradas, comida rápida, snacks industriales y productos altamente refinados, representa un riesgo para la salud, diversos problemas de salud, como el sobrepeso, la obesidad, enfermedades cardiovasculares y trastornos metabólicos. Además, estos patrones alimentarios pueden afectar negativamente el rendimiento académico y el bienestar general de los adolescentes(24).

Durante la adolescencia, el acceso y preferencia por este tipo de alimentos suele incrementarse debido a factores sociales y conductuales. En ese sentido, esta dimensión fue clasificada en saludable y no saludable de acuerdo con la frecuencia de consumo de alimentos no saludables.

2.3.4. FRECUENCIA DE ALIMENTACIÓN

El Ministerio de Salud del Perú recomienda mantener horarios regulares y una adecuada frecuencia de alimentación para favorecer un correcto estado nutricional y un adecuado funcionamiento del organismo. La omisión de comidas o la irregularidad en los horarios alimentarios puede generar alteraciones en la salud y el rendimiento académico de los adolescentes(25).

En términos generales, se recomienda que los adolescentes realicen tres comidas principales al día (desayuno, almuerzo y cena), complementadas con uno o dos refrigerios. Asimismo, la distribución energética diaria debe estar compuesta aproximadamente por un 20%

en el desayuno, 40% en el almuerzo y 30% en la cena, incluyendo un porcentaje adicional para colaciones (Instituto Nacional de Salud) (26). Por ello, esta dimensión fue clasificada en adecuada e inadecuada según la regularidad de la alimentación reportada por los participantes.

2.3.5. FACTORES VINCULADOS

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en su informe sobre nutrición en la adolescencia), los hábitos alimenticios están determinados por una interacción compleja de diversos factores que se vinculan en las decisiones de consumo de alimentos. Entre estos factores se encuentran los aspectos individuales, como preferencias y conocimientos; los factores familiares, como los hábitos del hogar y los factores sociales y culturales, que incluyen costumbres y tradiciones (27).

Por tanto, en el caso de los adolescentes, el entorno escolar, la influencia de los pares y la exposición a medios de comunicación, desempeñan un papel importante en la formación de sus hábitos alimenticios. Estos factores pueden favorecer o limitar la adopción de prácticas alimentarias saludables. En la presente investigación, esta dimensión fue clasificada en favorable y desfavorable según la influencia positiva o negativa de dichos factores sobre la alimentación de los adolescentes.

2.4. VARIABLES

2.4.1. VARIABLE PRINCIPAL

Hábitos alimenticios

2.4.2. DIMENSIONES

- ✓ Consumo de alimentos saludables
- ✓ Consumo de alimentos no saludables
- ✓ Frecuencia de alimentación
- ✓ Factores vinculados

2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Título: “Hábitos alimenticios en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024”

Variable	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valores (Baremo)	Tipo de variable	Escala de medición	Instrumento de medición
Hábitos alimenticios	Son conductas que han adquirido los estudiantes a través de las enseñanzas familiares, y que ponen en práctica en el hogar y centro educativo.	Consumo de alimentos saludables	Consumo de frutas	1	Siempre =3 A veces =2 Nunca =1	Categorico	Ordinal	Cuestionario de hábitos alimenticios (Anexo 2)
			Consumo de verduras	2				
			Consumo de agua	3				
		Consumo de alimentos no saludables	Consumo de comida rápida	4	Puntaje mínimo: 3 Puntaje máximo: 9 No saludable 3 – 6 Saludable 7 – 9			
			Consumo de bebidas azucaradas	5				
			Consumo de snacks	6				
		Frecuencia de alimentación	Numero de comidas al día	7	1-2 / 3 / 4 o más			
			Consumo de desayuno	8				

Características Demográficas	Conjunto de información sobre el ámbito demográfico de los estudiantes del colegio Ramiro Priale Priale.	Factores vinculados	Horario	9	Regular / Irregular	12→0	Ordinal / Dicotómico	Cuestionario de Características Demográficas (Anexo 1)
			s de alimentación	10		24→0 (No saludable)		
			Vínculo familiar	11	Sí / No	25→1 (Saludable)		
			Vínculo de amigos	12				
			Vínculo de redes					
		Variable de caracterización						
		Datos Demográficos	Edad	1	En años	Numérico	De razón / discreta	
			Género	2	Masculino Femenino		Nominal / Dicotómica	
			Grado	3	1ro secundaria 2do secundaria 3ro secundaria 4to secundaria 5to secundaria		Ordinal / Politémica	

CAPITULO III METODOLOGÍA

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Según la intervención del investigador, es de tipo observacional, porque no existe intervención alguna, solo se observará a la variable de acuerdo a los hechos.

Según el tiempo de ocurrencia de los hechos y registros de la información, el estudio fue de tipo prospectivo, porque la medición de la variable fue luego de iniciado el estudio.

Según el período y secuencia del estudio fue transversal porque, se estudió la variable en un solo momento.

Según el número de variable, es de tipo descriptivo porque consta de una variable; hábitos alimenticios en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco

3.1.1. ENFOQUE

Es de un enfoque cuantitativo, ya que se basa en la lógica y aplicación de la recolección de datos, así como el uso de herramientas estadísticas para la obtención de datos descriptivos.

3.1.2. ALCANCE O NIVEL

El nivel es descriptivo, ya que se busca conocer la frecuencia del problema, en este nivel aparece la estadística como una herramienta para alcanzar los objetivos.

3.1.3. DISEÑO

El tipo de diseño es no experimental, de tipo descriptivo simple, método cuantitativo y la técnica de encuesta e instrumento de cuestionario, en la variable “Hábitos alimenticios” consta de 12 preguntas; todo estimado en un tiempo máximo de 15 min por persona. Se busca describir la frecuencia de la variable, ayudando a un gran cambio en las condiciones que existen mediante la participación de los estudiantes de la institución, así formando parte del grupo para lograr la transformación.

$$M \longrightarrow O$$

Donde:

M(muestra) = Estudiantes de la institución educativa RPP.

O(observación/medición) = Variable hábitos alimenticios.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. POBLACIÓN

La población estará conformada por 179 estudiantes del nivel secundario (de 1° a 5°) del colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado huancachupa, para delimitar con precisión el tamaño se tendrá en cuenta los siguientes criterios de selección.

3.2.1.1. CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Todos los adolescentes de ambos sexos que estudie en el colegio Ramiro Prialé Prialé.

Los que aceptaron ser partícipes del estudio (que acepten el consentimiento y asentamiento informado)

3.2.1.2. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

Los que no aceptaron ser partícipes del estudio (que no acepten el consentimiento y asentamiento informado).

Estudiantes que no residen en el centro poblado de estudio.

3.2.1.3. UBICACIÓN ESPACIO

El centro poblado de Huancachupa está ubicado en el distrito de Cayran, provincia, departamento de Huánuco.

3.2.1.4. UBICACIÓN TIEMPO

El tiempo estimado para la investigación es de setiembre (2023), a julio del 2024.

3.2.2. MUESTRA

Estuvo constituido por la totalidad de la población, es decir, 179 estudiantes, por lo que se trabajó con un censo poblacional.

Unidad de análisis: Estudiantes de la institución.

Unidad muestral: Institución educativa Ramiro Priale Priale

Marco muestral: Es la relación de los estudiantes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco.

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.3.1. TÉCNICA

La técnica que se utilizó es la encuesta, debido a que permite obtener información directa de los adolescentes sobre sus hábitos alimenticios.

3.3.2. INSTRUMENTO

Los instrumentos responden a las técnicas planteadas.

Cuestionario de características sociodemográficas de la población (Anexo 03). Donde consta de 4 ítems, de los cuales se establecieron datos como: Edad, genero, religión y grado secundario.

Así, para la variable hábitos alimenticios (Anexo 03), se utilizó la encuesta mediante un cuestionario que consta de 12 ítems, dividido en cuatro dimensiones con alternativas para marcar con escala de Likert: Nunca-1, A veces-2 y Siempre-3.

3.3.3. VALIDACIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA

En este estudio, para el cuestionario sobre hábitos alimenticios se realizó la medición de la validez por juicio de 5 expertos y/o especialistas según el tema de investigación donde el resultado fue aceptable y la medición de la confiabilidad por prueba piloto.

- ✓ Dr. Andrea Ch. Rojas García
- ✓ Lic. Graciela M. Ponciano Reyes
- ✓ Lic. Alicia M. Carnero Tineo
- ✓ Dr. Henry G. Diaz Meza
- ✓ Dr. Gladys L. Rodríguez de Lombardi

Se realizó la aplicación de una prueba piloto a 20 estudiantes, ajenos a la muestra en estudio, para así estimar la confiabilidad mediante

la prueba alfa de Cronbach, donde se obtuvo un valor de 0,61 por lo que el instrumento se consideró confiable.

El coeficiente alfa de Cronbach es una medida de consistencia interna que se utiliza combinada en estadísticas para evaluar la confiabilidad de una escala o un conjunto de ítems en una prueba o cuestionario (28).

3.4. TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

3.4.1. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Para la realización del estudio, se solicitó autorización al director de la institución educativa y se informó a los docentes de cada salón sobre el objetivo de la investigación, con el fin de obtener su colaboración respecto a los estudiantes. Además, se aplicará el consentimiento informado a los padres para obtener su participación. Los datos son recolectados mediante los instrumentos correspondientes y posteriormente vaciados en la base de datos SPSS v. 27 para su análisis y la elaboración de tablas. Finalmente, se procedió a la elaboración del informe final del estudio.

3.4.2. TÉCNICAS PARA EL ANÁLISIS DE INFORMACIÓN

Este análisis puede estructurarse en varias fases, cada una de las cuales desempeña un papel vital en la calidad y relevancia de los resultados obtenidos. Se planteará las siguientes fases:

La primera fase del análisis de información es la revisión de los datos.

Esto implica verificar que los datos estén libres de errores o inconsistencias, lo que puede incluir la identificación y eliminación de registros duplicados o la validación de respuestas. Esta revisión inicial no solo proporciona una base sólida para el análisis posterior, sino que también permite a los investigadores familiarizarse con el contenido, lo que facilita la identificación de patrones y tendencias relevantes. En esta fase, es fundamental utilizar métodos de control de calidad, como la

triangulación de datos, para reforzar la confiabilidad de la información (29).

La segunda fase es la codificación de los datos, un proceso esencial que convierte información cualitativa en un formato cuantitativo que es más fácil de manejar y analizar. La codificación puede ser manual o asistida por software, y es especialmente importante en investigaciones cualitativas, donde la interpretación de significados y patrones es clave. Esta técnica no solo facilita el análisis estadístico, sino que también permite una mejor comprensión de las relaciones subyacentes entre variables (30).

El procesamiento de los datos es la tercera fase, donde se aplican técnicas estadísticas y algoritmos para transformar los datos codificados en resultados significativos, pueden utilizar herramientas informáticas y software especializados, como SPSS, que ayudan a realizar cálculos, elaborar gráficos y generar informes. La elección de las técnicas de análisis adecuadas depende de la naturaleza de los datos y los objetivos de la investigación, lo que incluye el uso de análisis descriptivo para resúmenes generales o análisis inferencial para hacer predicciones y generalizaciones sobre la población en estudio (31).

En la cuarta fase, se desarrolla un plan de tabulación de datos. Esta etapa implica la organización de los datos en tablas y gráficos que facilitan la visualización y comprensión de la información. Una tabulación bien diseñada permite identificar tendencias, comparar variables y resaltar patrones relevantes, siendo esencial para la presentación de los hallazgos. Es importante que las tablas sean claras y concisas, utilizando un diseño que maximice la facilidad de lectura y comprensión. Esto no solo mejora la accesibilidad de la información, sino que también permite a los interesados interpretar los resultados de manera más efectiva (32).

Finalmente, la presentación de los datos es la etapa donde se comunican los resultados al público objetivo. Esta fase incluye la elaboración de informes detallados, presentaciones orales o artículos científicos. La claridad y accesibilidad son fundamentales en esta etapa, y se deben emplear visualizaciones efectivas, como gráficos y diagramas, para resaltar los hallazgos más significativos. Además, es

crucial contextualizar los resultados dentro del marco teórico de la investigación, discutiendo sus implicaciones y ofreciendo recomendaciones basadas en los hallazgos. Una buena presentación no solo comunica resultados, sino que también narra la historia detrás de los datos y su relevancia para el campo de estudio (33).

Concluido la recolección de datos, se realizó un análisis descriptivo de los datos obtenidos de acuerdo a la necesidad del estudio; los métodos cuantitativos se centran en recopilar datos que sean numéricos y medibles. Incluye métodos como encuestas, una buena recolección permite obtener información relevante sobre los usuarios para analizarla, tomar decisiones estratégicas y son ideales cuando quieres obtener información precisa (34).

Posteriormente, serán trasladados al estadístico SPSS en su versión 27 para su procesamiento descriptivo. De este procesamiento estadístico, se obtendrán tablas con los porcentajes y frecuencias de distribución.

3.5. CONSIDERACIONES ÉTICAS

El estudio sobre hábitos alimenticios en la institución ubicada en el centro poblado de Huancachupa se fundamenta en principios éticos esenciales. Desde la perspectiva de **beneficencia**, se busca que los resultados beneficien a todos los estudiantes al establecer la importancia de los hábitos alimenticios y su impacto en la salud. En cuanto a la **no maleficencia**, se garantiza que el estudio no afecte la salud física y mental de los participantes, ya que la información se recolecta únicamente a través de cuestionarios, asegurando la confidencialidad de los datos y la identidad de los encuestados. El principio de **justicia** se aplicó al identificar casos de discriminación y asegurar que todos los participantes reciban un trato equitativo, sin prejuicios, incluso hacia aquellos que eligen no participar. Finalmente, se respeta la **autonomía** de los individuos, permitiéndoles decidir libremente sobre su participación y reconociendo su capacidad para asumir la responsabilidad de sus actos.

Este enfoque ético es fundamental para garantizar la integridad del estudio y el bienestar de todos los involucrados.

CAPITULO IV RESULTADOS

4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS

Tabla 1. Características sociodemográficas de los adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa-Huánuco, 2024.

Características sociodemográficas	n = 179	
	fi	%
Grupo de edad		
11-12 años	48	26.8
13-14 años	63	35.2
15-16 años	49	27.4
17-18 años	19	10.6
Genero		
Masculino	93	52.0
Femenino	86	48.0
Grado de nivel secundario		
Primero de secundaria	48	26.8
Segundo de secundaria	27	15.1
Tercero de secundaria	36	20.1
Cuarto de secundaria	34	19.0
Quinto de secundaria	34	19.0

Fuente: Cuestionario de características socio – demográficas de los adolescentes (Anexo 03)

Analizar e interpretar

En la Tabla 1 se observa que el grupo de edad predominante fue de 13 a 14 años con un 35.2%, seguido del grupo de 15 a 16 años con 27.4%, mientras que el menor porcentaje corresponde a los adolescentes de 17 a 18 años con 10.6%. En cuanto al género, el 52.0% corresponde al sexo masculino y el 48.0% al sexo femenino.

Respecto al grado de nivel secundario, predominó el primer grado con 26.8%, seguido del tercer grado con 20.1%, mientras que el segundo grado presentó el menor porcentaje con 15.1%.

Tabla 2. Hábitos alimenticios de los adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa-Huánuco, 2024

Hábitos alimenticios	n = 179	
	fi	%
No saludable	122	68.2
Saludable	57	31.8

Fuente: Cuestionario de hábitos alimenticios (Anexo 03)

Analizar e interpretar

En la Tabla 2 se evidencia que el 68.2% de los adolescentes presenta hábitos alimenticios no saludables, mientras que el 31.8% presenta hábitos saludables. Estos resultados indican un predominio de prácticas alimentarias inadecuadas en la población estudiada.

Asimismo, al observar que más del 50% de los estudiantes presenta hábitos no saludables, se puede inferir que existe una tendencia hacia prácticas alimentarias poco saludables, caracterizadas por bajo consumo de alimentos nutritivos, consumo frecuente de alimentos no saludables y una frecuencia alimentaria irregular.

Tabla 3. Dimensión - Consumo de alimentos saludables en adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa-Huánuco, 2024

Dimensión – Consumo de alimentos saludables	n = 179	
	fi	%
No saludable	110	61.5
Saludable	69	38.5

Fuente: Cuestionario de hábitos alimenticios (Anexo 03)

Analizar e interpretar

En la Tabla 3 se observa que el 61.5% de los adolescentes presenta un consumo no saludable, mientras que el 38.5% presenta un consumo saludable. Estos resultados evidencian una baja ingesta de alimentos nutritivos en la mayoría de los adolescentes, lo cual podría afectar el desarrollo y estado nutricional de los adolescentes.

Tabla 4. Dimensión - Consumo de alimentos no saludables en adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa-Huánuco, 2024

Dimensión – Consumo de alimentos no saludables	n = 179	
	fi	%
No saludable	106	59.2
Saludable	73	40.8

Fuente: Cuestionario de hábitos alimenticios (Anexo 03)

Analizar e interpretar

En la Tabla 4 se evidencia que el 59.2% de los adolescentes presenta un consumo no saludable, mientras que el 40.8% presenta un consumo saludable.

Estos resultados indican que una proporción considerable de estudiantes consume de manera frecuente alimentos ultraprocesados, como bebidas azucaradas, snacks y comida rápida, lo que refleja la presencia de conductas alimentarias que pueden representar un riesgo para la salud, especialmente si se mantienen a largo plazo.

Tabla 5. Dimensión - Frecuencia de alimentación en adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa-Huánuco, 2024

Dimensión – Frecuencia de alimentación	n = 179	
	fi	%
Inadecuada	115	64.2
Adecuada	64	35.8

Fuente: Cuestionario de hábitos alimenticios (Anexo 03)

Analizar e interpretar

En la Tabla 5 se observa que el 64.2% de los adolescentes presenta una frecuencia de alimentación inadecuada, mientras que el 35.8% presenta una frecuencia adecuada. Estos resultados evidencian de un porcentaje significativo sugiere la omisión de comidas importantes o la irregularidad en los horarios de alimentación, lo cual puede afectar el rendimiento académico y el estado de salud.

Tabla 6. Dimensión - Factores vinculados en adolescentes del colegio Ramiro Priale Priale del centro poblado Huancachupa- Huánuco, 2024

Dimensión – Factores vinculados	n = 179	
	fi	%
Desfavorable	86	48.0
Favorable	93	52.0

Fuente: Cuestionario de hábitos alimenticios (Anexo 03)

Analizar e interpretar

En la Tabla 6 se evidencia que el 52.0% de los adolescentes presenta condiciones favorables, mientras que el 48.0% presenta condiciones desfavorables. Esto indica que, aunque existe una ligera predominancia de condiciones favorables, aún persiste una proporción considerable de factores que pueden intervenir negativamente en los hábitos alimenticios. Este hallazgo sugiere que los hábitos alimenticios no dependen únicamente de decisiones individuales, sino que una cantidad considerable están condicionados por elementos externos como familiar, las redes sociales y la disponibilidad de alimentos.

CAPITULO V

DISCUSION DE RESULTADOS

5.1. CONTRASTACIÓN DE RESULTADOS

En la tabla 1: En relación con las características sociodemográficas, se evidenció que predominó el grupo de edad de 13 a 14 años (35.2%), seguido de los adolescentes de 15 a 16 años (27.4%), lo que indica que la mayoría de los participantes se encuentra en una etapa media de la adolescencia, caracterizada por cambios físicos, emocionales y conductuales que pueden influir en la adopción de hábitos alimenticios. Asimismo, se observó una ligera predominancia del sexo masculino (52.0%) sobre el femenino (48.0%). En cuanto al grado de instrucción, predominó el primer año de secundaria (26.8%), lo cual sugiere una mayor representación de adolescentes en etapas iniciales de formación escolar. Estos resultados son relevantes, ya que diversos estudios señalan que la edad, el género y el nivel educativo influyen en los comportamientos alimentarios, debido a factores como la autonomía en la elección de alimentos, la influencia del entorno social y los hábitos adquiridos en el hogar.

En la tabla 2: Tuvo como objetivo determinar los hábitos alimenticios en adolescentes del Colegio Ramiro Prialé Prialé del Centro Poblado Huancachupa – Huánuco, 2024. Los hallazgos evidenciaron que el 68.2% de los adolescentes presenta hábitos alimenticios no saludables, mientras que solo el 31.8% evidencia hábitos saludables. Estos resultados reflejan un predominio de conductas alimentarias inadecuadas en la población estudiada. Este hallazgo coincide con lo reportado por Laguna y Requejo (17), quienes identificaron deficiencias en los hábitos alimenticios y bajo consumo de alimentos nutritivos en adolescentes, evidenciando la necesidad de fortalecer la educación nutricional en este grupo etario. Asimismo, Lara y Rojas (14) señalan que, aunque los adolescentes pueden poseer conocimientos aceptables sobre alimentación, sus prácticas no son adecuadas, lo cual se relaciona con los resultados obtenidos. Esta situación podría explicarse por factores propios de la adolescencia, como la preferencia por alimentos de fácil

acceso, la influencia del entorno social y la limitada orientación nutricional, lo que conlleva a la adopción de hábitos poco saludables.

En la tabla 3: Respecto a la dimensión consumo de alimentos saludables, se encontró que el 61.5% de los adolescentes presenta un nivel no saludable, mientras que el 38.5% presenta un nivel saludable. Este resultado evidencia una baja ingesta de alimentos nutritivos como frutas y verduras. Dicho hallazgo es concordante con lo señalado por Vilugrón et al (15), reporta que quienes consumían inadecuadamente frutas tenían una peor percepción de su bienestar físico y autonomía. Esta situación puede atribuirse a factores como la disponibilidad de alimentos en el hogar, preferencias alimentarias y falta de educación nutricional, lo que limita la adopción de prácticas alimentarias adecuadas.

En la tabla 4: En la dimensión consumo de alimentos no saludables, se evidenció que el 59.2% de los adolescentes presenta un consumo no saludable, lo que indica una elevada ingesta de productos ultraprocesados, mientras que el 40.8% presenta un consumo saludable. Este resultado guarda relación con lo planteado por estudios que evidencian que los adolescentes tienden a consumir alimentos con alto contenido de grasas, azúcares y sodio, lo cual repercute negativamente en su salud. En ese sentido, Laguna y Requejo (17), señalan que predominaron los hábitos inadecuados. Este comportamiento puede estar influenciado por la publicidad, la accesibilidad de alimentos poco saludables y los cambios en los estilos de vida.

En la tabla 5: En cuanto a la dimensión frecuencia de alimentación, se observó que el 64.2% de los adolescentes presenta una frecuencia inadecuada, mientras que el 35.8% presenta una frecuencia adecuada. Este resultado evidencia irregularidad en los horarios de alimentación y posible omisión de comidas principales. Este hallazgo se relaciona con lo reportado por Rivas et al (19), que indican que los adolescentes suelen presentar patrones alimentarios desordenados, así mismo, deben ser el foco de programas de intervención nutricional integrados. La inadecuada frecuencia alimentaria puede afectar el metabolismo y el estado nutricional, generando consecuencias a corto y largo plazo.

En la tabla 6: Respecto a la dimensión factores vinculados, se encontró que el 52.0% de los adolescentes presenta condiciones favorables, mientras que el 48.0% presenta condiciones desfavorables. Si bien existe una ligera predominancia de condiciones favorables, el porcentaje de factores desfavorables sigue siendo considerable. Este resultado se relaciona con lo señalado por Marques et al. (16), destaca la importancia del entorno familiar, especialmente la frecuencia de comidas en familia, como un factor protector para una alimentación adecuada. En este contexto, la presencia de factores desfavorables podría estar limitando la adopción de hábitos saludables en los adolescentes estudiados.

En conjunto, los resultados evidencian que los hábitos alimenticios en los adolescentes son predominantemente no saludables, influenciadas por deficiencias en el consumo de alimentos nutritivos, alta ingesta de productos no saludables, frecuencia alimentaria inadecuada y la presencia de factores vinculados.

CONCLUSIONES

Tomando en cuenta los objetivos planteados, se concluyó:

1. Se concluye que la población de estudio estuvo conformada principalmente por adolescentes de 13 a 14 años, con ligera predominancia del sexo masculino y mayor representación de estudiantes del primer grado de secundaria, lo que indica que la muestra se encuentra en una etapa intermedia de la adolescencia, caracterizada por cambios que pueden influir en la adopción de hábitos alimenticios.

2. Se determinó que los hábitos alimenticios en adolescentes del Colegio Ramiro Priale Priale del Centro Poblado Huancachupa – Huánuco, 2024, son predominantemente no saludables, evidenciado en un 68.2% de los participantes, lo que refleja una tendencia hacia prácticas alimentarias inadecuadas en la población estudiada. Este hallazgo aporta información actual sobre la situación alimentaria de adolescentes escolares en el contexto local, constituyendo una base útil para futuras intervenciones en salud escolar.

3. Se identificó que el consumo de alimentos saludables es mayoritariamente no saludable en el 61.5% de los adolescentes, evidenciando una baja ingesta de alimentos nutritivos, lo cual constituye un riesgo para el adecuado desarrollo y estado nutricional. Este resultado reafirma la necesidad de fortalecer estrategias educativas orientadas a promover elecciones alimentarias saludables desde edades tempranas

4. Se evidenció que el 59.2% de los adolescentes presenta un consumo no saludable de alimentos, lo que indica una elevada ingesta de productos ultraprocesados, ricos en grasas, azúcares y sodio, afectando negativamente su salud, lo que representa un riesgo potencial para el desarrollo de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles.

5. Se determinó que el 64.2% de los adolescentes presenta una frecuencia de alimentación inadecuada, lo que evidencia irregularidad en los horarios y número de comidas diarias, pudiendo repercutir en su estado nutricional. Estas prácticas podrían repercutir negativamente en el

rendimiento académico, la concentración y el bienestar físico, por lo que se requiere fomentar rutinas alimentarias ordenadas.

6. Se encontró que el 52.0% de los adolescentes presenta condiciones favorables, mientras que el 48.0% presenta condiciones desfavorables, lo que indica que, aunque existen factores protectores, aún persiste una proporción considerable de elementos que influyen negativamente en los hábitos alimenticios. Esto demuestra que la alimentación no depende únicamente de decisiones individuales, sino también del contexto donde se desarrolla el estudiante.

La presente investigación permitió describir de manera clara los hábitos alimenticios en adolescentes de una institución educativa específica, aportando información relevante a nivel local. Sin embargo, al tratarse de un estudio descriptivo y de una sola institución, los resultados no pueden generalizarse a toda la población adolescente.

Desde un enfoque reflexivo, los resultados evidencian que los hábitos alimenticios en adolescentes constituyen un problema de salud pública que requiere atención prioritaria. En este sentido, se plantea la necesidad de desarrollar estrategias educativas sostenibles, involucrando a la familia, la escuela y el entorno social, con el fin de promover estilos de vida saludables y mejorar la calidad de vida de los adolescentes.

RECOMENDACIONES

1. A nivel institucional (autoridades educativas y políticas públicas)

Se recomienda que la institución educativa desarrolle estrategias y programas de orientación nutricional dirigidos a los estudiantes, con el propósito de fomentar prácticas de alimentación saludable, considerando que el 68.2% evidencia hábitos alimentarios inadecuados.

De igual manera, se propone integrar actividades o sesiones educativas en espacios de tutoría o dentro del plan curricular, destinadas a fortalecer el conocimiento sobre la importancia de mantener una alimentación equilibrada, resaltando especialmente el consumo de frutas y verduras, debido a que en esta dimensión predomina una conducta de consumo poco saludable.

2. A nivel de profesionales de salud

Se recomienda que el personal del establecimiento de salud más cercano implemente acciones preventivas y educativas dirigidas a la población adolescente, con la finalidad de disminuir el consumo de alimentos poco saludables, debido al elevado porcentaje evidenciado en el estudio.

Asimismo, se plantea desarrollar campañas de concientización relacionadas con la importancia de mantener hábitos adecuados en la frecuencia de alimentación, promoviendo horarios regulares de comida y evitando omitir tiempos alimentarios.

3. A nivel familiar

Se recomienda a los padres de familia fomentar hábitos alimenticios saludables en el hogar, promoviendo el consumo de alimentos nutritivos y

limitando la disponibilidad de productos ultraprocesados, considerando el vínculo en la alimentación de los adolescentes.

Asimismo, se sugiere fortalecer la supervisión y acompañamiento durante las comidas, incentivando la práctica de compartir alimentos en familia, lo cual favorece la adopción de hábitos adecuados

4. A nivel de los adolescentes

Se recomienda a los adolescentes adoptar una actitud responsable frente a su alimentación, priorizando el consumo de alimentos saludables y reduciendo la ingesta de productos no nutritivos. Asimismo, se propone que desarrollen hábitos de alimentación organizados, evitando la omisión de comidas como el desayuno.

5. Proyección para futuras investigaciones

Se recomienda a futuros investigadores profundizar en el estudio de los factores que influyen en los hábitos alimenticios en adolescentes, incorporando variables como nivel socioeconómico, estado nutricional y estilos de vida.

Asimismo, se sugiere ampliar la población de estudio o realizar investigaciones comparativas en diferentes instituciones educativas, con el fin de obtener una visión más amplia del problema.

Estas recomendaciones están diseñadas para fortalecer las acciones y políticas dirigidas hacia la promoción de hábitos alimenticios saludables en el contexto educativo, contribuyendo así al bienestar general de los estudiantes y a la prevención de problemas de salud a largo plazo.

BIBLIOGRAFIA

1. Maza Francisco CMVA. Scielo. [Online].; 2022 [cited 2023 mayo 14. Available from:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372022000100110.
2. Unicef. Cada niña, niño y adolescente recibe una buena alimentación. [Online].; 2020 [cited 2023 mayo 20. Available from:
<https://www.unicef.org/mexico/cada-ni%C3%B1a-ni%C3%B1o-y-adolescente-recibe-una-buena-alimentaci%C3%B3n>.
3. Springer Nature Link. Estrategias para cambiar los hábitos alimentarios. [Online].; 2021 [cited 2023 mayo 20. Available from:
https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-80526-5_8?fromPaywallRec=false#citeas.
4. Organizacion mundial de la salud. Una de cada 8 personas tiene obesidad. [Online].; 2024 [cited 2024 abril 12. Available from:
<https://www.who.int/es/news/item/01-03-2024-one-in-eight-people-are-now-living-with-obesity>.
5. CEPLAN. Incremento del sobrepeso y la obesidad. [Online].; 2020 [cited 2023 setiembre 10. Available from:
<https://observatorio.ceplan.gob.pe/ficha/t14>.
6. INEI. Enfermedades no transmisibles y transmisibles, 2021. [Online].; 2021 [cited 2023 Setiembre 12. Available from:
https://encuestas.inei.gob.pe/endes/2021/departamentales_en/Endes10/pdf/Huanuco.pdf.
7. Muños Patricia AMJMMI. Hábito y calidad del desayuno; su efecto en el rendimiento académico de estudiantes de técnico de nivel superior en enfermería. [Online].; 2020 [cited 2023 Setiembre 14. Available from:
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74592020000300405.
8. Organizacion Panamericana de la Salud. Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: ventas, fuentes, perfiles de nutrientes e implicaciones. [Online].; 2019 [cited 2023 Setiembre 16. Available from: <https://doi.org/10.37774/9789275320327>.
9. National Alliance. ¿Los trastornos alimentarios son genéticos? [Online].; 2024 [cited 2024 Abril 15. Available from:
<https://www.allianceforeatingdisorders.com/are-eating-disorders-genetic/>.
10. Mayo Clinic. Trastorno dismórfico corporal. [Online].; 2022 [cited 2023 Setiembre 19. Available from: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases->

conditions/body-dysmorphic-disorder/symptoms-causes/syc-20353938.

- 11 Organizacion mundial de la salud. Malnutrición. [Online].; 2024 [cited 2024 Abril 21. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>.
- 12 TOPDOCTORS. Trastornos Alimenticios en Adolescentes: causas y tratamiento. [Online].; 2022 [cited 2023 Setiembre 24. Available from: <https://www.topdoctors.mx/articulos-medicos/trastornos-alimenticios-en-adolescentes-causas-y-tratamiento/>.
- 13 Arija Victoria CJ. Prevención de los trastornos de la conducta alimentaria en educación primaria. [Online].; 2022 [cited 2023 Setiembre 26. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112022000500012.
- 14 Lara EL y Rojas LC. Hábitos y conocimientos alimentarios en adolescentes. [Online].; 2022 [cited 2023 Setiembre 26. Available from: <https://www.medigraphic.com/pdfs/salcietec/sct-2022/sct221ay.pdf>.
- 15 Vilugron Fabiola MTGMFS. Hábitos alimentarios, obesidad y calidad de vida relacionados con la salud en adolescentes chilenos. [Online].; 2020 [cited 2023 Setiembre 26. Available from: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872020000700921.
- 16 Marques Adilson NABCGM. Comportamientos alimentarios de los adolescentes y su relación con las comidas familiares, el índice de masa corporal y la percepción del peso corporal. [Online].; 2018 [cited 2023 Setiembre 26. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112018000300550.
- 17 Laguna Cristina RA. Hábitos alimentarios y calidad de sueño en adolescentes de una institución pública de Puente Piedra, Perú - 2023. [Online].; 2023 [cited 2024 Marzo 10. Available from: <https://repositorio.upn.edu.pe/item/50ff17d0-59a3-483b-bc82-287728e446a2>.
- 18 Arcos Nicolas CV. Relación entre los hábitos alimentarios y estrés académico en estudiantes adolescentes de un colegio privado de Lima-Perú. enero - julio 2022. [Online].; 2023 [cited 2023 Setiembre 26. Available from: <https://repositorio.upn.edu.pe/item/675d5092-c840-4dc8-b9ea-2fc361582a06>.
- 19 Rivas et al. Se. Conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes peruanos: un estudio transversal. [Online].; 2021 [cited 2023 Setiembre 27. Available

from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452021000100087.

- 20 Dueñas Yolanda FN. Factores que influyen en los hábitos alimenticios en gestantes adolescentes del Centro de Salud “Perú Corea” Huánuco – 2023. [Online].; 2024 [cited 2024 Marzo 12. Available from: <https://repositorio.unheval.edu.pe/item/f4ec6fa4-b07d-4608-bd1f-f13dfe742436>.
- 21 Diario Independiente de Contenido Enfermero. El autocuidado en Enfermería del paciente según Dorothea Orem. [Online].; 2023 [cited 2024 Marzo 17. Available from: <https://www.enfermeria21.com/diario-dicen/la-importancia-de-la-enfermeria-en-el-autocuidado-del-paciente-ddimport-034972/>.
- 22 Enfermeria Virtual. Nola Pender: modelo de promoción de la salud. [Online].; 2022 [cited 2024 Marzo 17. Available from: <https://enfermeriavirtual.com/nola-pender-modelo-de-promocion-de-la-salud/>.
- 23 Organización Mundial de la Salud. Alimentación Saludable. [Online].; 2019 [cited 2024 Marzo 20. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/alimentacion-saludable>.
- 24 Organización Panamericana de la Salud. Nutrición. [Online]. [cited 2024 Marzo 22. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/nutricion>.
- 25 MINSA. Un buen desayuno evita el sobrepeso y potencia el aprendizaje en los niños durante sus clases virtuales. [Online].; 2020 [cited 2024 Marzo 25. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/ins/noticias/545457-un-buen-desayuno-evita-el-sobrepeso-y-potencia-el-aprendizaje-en-los-ninos-durante-sus-clases-virtuales>.
- 26 Instituto Nacional de Salud. Adolescentes de 12 a 14 años. [Online]. [cited 2024 Marzo 30. Available from: <https://alimentacionsaludable.ins.gob.pe/adolescentes/porciones-recomendadas/adolescentes-de-12-14-anos-0>.
- 27 UNICEF. La nutrición en la infancia media y la adolescencia. [Online]. [cited 2024 Abril 10. Available from: <https://www.unicef.org/es/nutricion-infancia-media-adolescencia>.
- 28 QuestionPro. Alfa de Cronbach: Qué es y cuál es su importancia. [Online]. [cited 2024 Abril 13. Available from: <https://www.questionpro.com/blog/es/alfa-de-cronbach/>.

- 29 Bismart. Los 6 pasos de un proceso de un análisis de datos: Una guía completa. [Online].; 2023 [cited 2024 Abril 16. Available from: <https://blog.bismart.com/6-pasos-proceso-analisis-de-datos-ejemplos>.
- 30 Comision Economica para America Latina (CEPAL). SISTEMA DE CODIFICACION AUTOMOTIZADA. [Online]. [cited 2024 Abril 17. Available from: <https://www.cepal.org/sites/default/files/presentations/sistema-codificacion-automatizada.pdf>.
- 31 SCRIBD. Importancia de procesar la informacion. [Online]. [cited 2024 Abril 20. Available from: <https://es.scribd.com/document/519469478/IMPORTANCIA-DE-PROCESAR-LA-INFORMACION>.
- 32 SCRIBD. Plan de Tabulación y Análisis de Datos. [Online]. [cited 2024 Abril 20. Available from: <https://es.scribd.com/document/172637186/Plan-de-Tabulacion-y-Analisis>.
- 33 VISME. Cómo crear una presentación de investigación poderosa. [Online].; 2023 [cited 2024 Abril 30. Available from: <https://visme.co/blog/es/presentacion-de-investigacion/>.
- 34 SCRIBD. Análisis e Interpretación de Datos. [Online]. [cited 2024 Abril 30. Available from: <https://es.scribd.com/document/535549968/Tema-4-ANALISIS-E-INTERPRETACION-DE-LOS-DATOS-2>.

COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACION

Salazar L. Hábitos alimenticios en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024 [Internet] Huánuco: Universidad de Huánuco; 2026 [Consultado]. Disponible en: <http://...>

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título del estudio. “HÁBITOS ALIMENTICIOS EN ADOLESCENTES DEL COLEGIO RAMIRO PRIALÉ DEL CENTRO POBLADO HUANCACHUPA - HUÁNUCO, 2024”					
Problema general	Objetivo general	Variable e indicadores Variable – Hábitos Alimenticios			
¿Cuáles son los hábitos alimenticios en los adolescentes del Colegio Ramiro Prialé del Centro Poblado Huancachupa, Huánuco – 2024?	Determinar los hábitos alimenticios en los adolescentes del Colegio Ramiro Prialé del Centro Poblado Huancachupa, Huánuco – 2024.	Dimensiones	indicadores	tem s	Escala de medición
		Consumo de alimentos saludables	Consumo de frutas Consumo de verduras Consumo de agua Consumo de comida rápida		
Problemas específicos	Objetivos específicos	Consumo de alimentos no saludables	Consumo de bebidas azucaradas Consumo de snacks		
¿Cuál es la frecuencia de consumo de alimentos saludables en los adolescentes?	Identificar la frecuencia de consumo de alimentos saludables en los adolescentes.				
¿Cuál es la frecuencia de consumo de alimentos no saludables?	Identificar la frecuencia de consumo de alimentos no saludables.				
¿Cómo son los horarios de alimentación de los adolescentes?	Describir los horarios de alimentación de los adolescentes.	Frecuencia de alimentación	Consumo de desayuno Horarios de alimentación		
¿Qué factores influyen en los hábitos alimenticios?	Analizar los factores que influyen en los hábitos alimenticios.	Factores vinculados	Vínculo familiar Vínculo de amigos	0 1	

Tipo de estudio	Población y muestra	Técnicas e instrumentos	Aspectos éticos
Según el tiempo de estudio: prospectivo Según participación del investigador: observacional Según la cantidad de medición de las variables: transversal Según la cantidad de variables: descriptivo Nivel del estudio Descriptivo Diseño del estudio No experimental M → O	La población estará conformada por la cantidad de estudiantes de la institución educativa Ramiro Priale Priale, haciendo un total de 179. La muestra estará constituida por la totalidad de la población, por lo que se trabajará con un censo poblacional.	1. H ÁBITOS ALIMENTICIOS TECNICA: Encuesta INSTRUMENTO: Cuestionario	Beneficencia No maleficencia Justicia Autonomía

Donde:
M(muestra) =
Estudiantes de la institución educativa RPP.
O(observación/medición)
= Variable hábitos alimenticios.

ANEXO 2
FORMATO DE CONSENTIMIENTO/ASENTAMIENTO
INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, [Nombre del Padre/Madre/Tutor]: _____, doy mi
consentimiento para que mi
hijo/a [Nombre del Niño/a]: _____, con DNI [del Niño/a]:
_____, participe en el
estudio de investigación titulado "[Hábitos alimenticios e Índice de masa corporal en adolescentes, 2024]".
Donde su menor hijo/a participara con un grupo de salud, experto en el tema indicado:

- ✓ Conocer sus hábitos alimenticios.
- ✓ Medir su peso y talla.
- ✓ Confidencial.

Firma del Padre/Madre/Tutor:

ANEXO 3

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Código

Fecha: ____/____/____

CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: “Hábitos alimenticios en adolescentes del colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024”

INSTRUCCIONES: Estimado(a) estudiante, se dirige a usted Layssa Berenise Salazar Ramos estudiante de la Universidad de Huánuco, tenga usted un buen día, por favor lea con atención cada una de las preguntas, no olvide que la veracidad de sus respuestas depende el éxito de este estudio, debe ser respondida voluntaria y anónima, le garantizamos su estricta confidencialidad; marcar con una (x) la respuesta que usted considere conveniente.

Gracias por su apoyo.

I. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS:

1. ¿Cuántos años de edad tiene usted?

2. ¿Cuál es su género?:

Masculino. ()

Femenino. ()

3. ¿Qué religión profesa?

Católico. ()

Evangélico. ()

Otros. ()

4. ¿Qué grado cursa usted?

Primero de secundaria. ()

Segundo de secundaria. ()

Tercero de secundaria. ()

Cuarto de secundaria. ()

Quinto de secundaria. ()

CUESTIONARIO DE HÁBITOS ALIMENTICIOS

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: “Hábitos alimenticios en adolescentes del colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024”

INSTRUCCIONES: Estimado(a) estudiante, se dirige a usted Layssa Berenise Salazar Ramos estudiante de la Universidad de Huánuco, tenga usted un buen día, por favor lea con atención cada una de las preguntas, no olvide que la veracidad de sus respuestas depende el éxito de este estudio, debe ser respondida voluntaria y anónima, le garantizamos su estricta confidencialidad; marcar con una (x) la respuesta que usted considere conveniente.

Gracias por su apoyo.

I. DIMENSIÓN CONSUMO DE ALIMENTOS SALUDABLES

1. ¿Con que frecuencia consumes fruta?
✓ Mango, manzana, pacay, naranja, etc.
 - a) Siempre ()
 - b) A veces ()
 - c) Nunca ()
2. ¿Con que frecuencia consumes verduras?
✓ verduras o ensalada de verduras, etc.
 - a) Siempre ()
 - b) A veces ()
 - c) Nunca ()
3. ¿Con que frecuencia bebes agua durante el día?
 - a) Siempre ()
 - b) A veces ()
 - c) Nunca ()

II. DIMENSIÓN CONSUMO DE ALIMENTOS NO SALUDABLES

4. ¿Con qué frecuencia consumes comida rápida?

✓ hamburguesas, papas fritas, cuellitos, patitas, etc.

a) Siempre ()

b) A veces ()

c) Nunca ()

5. ¿Con qué frecuencia consumes bebidas azucarada?

✓ gaseosas, jugos envasados, energizantes, etc.

a) Siempre ()

b) A veces ()

c) Nunca ()

6. ¿Con qué frecuencia consumes snacks?

✓ galletas, dulces, frituras, etc.

a) Siempre ()

b) A veces ()

c) Nunca ()

III.DIMENSIÓN FRECUENCIA DE ALIMENTACION

7. ¿Cuántas comidas realizas al día?

a) 1 a 2 ()

b) 3 ()

c) 4 a más ()

8. ¿Desayunas antes de ir al colegio?

a) Siempre ()

b) A veces ()

c) Nunca ()

9. ¿Tus horarios de comida son?

a) Regulares ()

b) Irregulares ()

IV.DIMENSIÓN FACTORES VINCULADOS

10. ¿Tu familia se vincula en tu alimentación?

a) Si ()

b) No ()

11. ¿Tus amigos se vinculan en tu alimentación?

a) Si ()

b) No ()

12. ¿Las redes sociales se vinculan en tu alimentación?

a) Si ()

b) No ()

ANEXO 4

CONSTANCIAS DE VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Alicia Mercedes Carrero Tineo

De profesión L. Enfermería, actualmente ejerciendo el cargo de Docente UDH, Asistencial Hospital H.U.H. por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por Salazar Ramos, Layssa Berenise, con DNI 72131565, aspirante al título de Bachiller de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado “**Hábitos alimenticios e Índice de masa corporal en adolescentes del colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024**”.

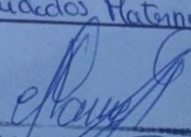
OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

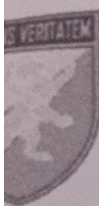
Instrumento 1 HABITOS ALIMENTICIOS	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable
Instrumento 2 INDICE DE MASA CORPORAL	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
Carrero Tineo, Alicia Mercedes.

DNI: 22465192

Especialidad del validador: Cuidados Materno Infantil - Neonatología.


Firma/sello



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Dr. Andrea Ch. Rojas García

De profesión Médico, actualmente ejerciendo el cargo de

_____ por medio del presente

hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por Salazar Ramos, Layssa Berenise, con DNI 72131565, aspirante al título de Bachiller de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado "**Hábitos alimenticios e Índice de masa corporal en adolescentes del colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024**".

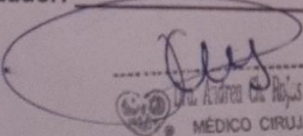
OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 HABITOS ALIMENTICIOS	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable
Instrumento 2 INDICE DE MASA CORPORAL	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:

DNI: 73964156

Especialidad del validador: _____


MÉDICO CIRUJANO
CMP. 102711

Firma/sello



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Graciela Maritza Ponciano Reyes

De profesión Enfermera, actualmente ejerciendo el cargo de Docente y Coordinadora EVAM MRA por medio del presente

hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por Salazar Ramos, Layssa Berenise, con DNI 72131565, aspirante al título de Bachiller de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado "Hábitos alimenticios e Índice de masa corporal en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 HABITOS ALIMENTICIOS	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable
Instrumento 2 INDICE DE MASA CORPORAL	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:

Ponciano Reyes Graciela Maritza

DNI: 22435288

Especialidad del validador: Salud Pública

Graciela M. Ponciano Reyes
Firma/sello
LIC. EN ENFERMERIA
CEP 23828

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, HENRY GILMAN DIAZ MEZA

De profesión LICENCIADO EN EXPERIENCIA, actualmente ejerciendo el cargo de DOCENTE UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por Salazar Ramos, Layssa Berenise, con DNI 72131565, aspirante al título de Bachiller de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado "Hábitos alimenticios e Índice de masa corporal en adolescentes del colegio Ramiro Prialè Prialè del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

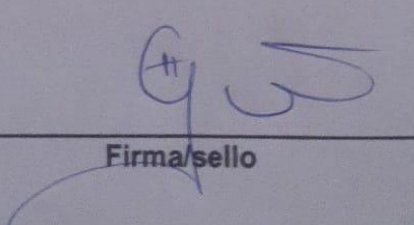
Instrumento 1 HABITOS ALIMENTICIOS	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable
Instrumento 2 INDICE DE MASA CORPORAL	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:

DIAZ MEZA HENRY GILMAN

DNI: 20905886

Especialidad del validador: DOCTOR CIENCIAS DE LO SALVO


Firma/sello

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Gladys Liliana Rodríguez de Lombardi

De profesión Nutricionista, actualmente ejerciendo el cargo de Nutricionista Clínica por medio del presente

hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por Salazar Ramos, Layssa Berenise, con DNI 72131565, aspirante al título de Bachiller de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado "Hábitos alimenticios e Índice de masa corporal en adolescentes del colegio Ramiro Prialé Prialé del centro poblado Huancachupa - Huánuco, 2024".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 HABITOS ALIMENTICIOS	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable
Instrumento 2 INDICE DE MASA CORPORAL	☐ Aplicable después de corregir ☒ Aplicable ☐ No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:

Rodríguez de Lombardi Gladys Liliana

DNI: 22404125

Especialidad del validador: Nutrición Clínica

REGIONAL HUÁNUCO
 Dirección Regional de Salud
 Hospital "Hermilio Valdizan Medrano"
 Dr. Gladys Rodríguez de Lombardi
 FIRMA/SELLO
 DNI 022

ANEXO 5

DOCUMENTO DE AUTORIZACIÓN DE LA EJECUCIÓN DEL ESTUDIO

	PERU	Ministerio de Educación	Dirección Regional de Educación Huánuco	Unidad de Gestión Educativa Local Hco	IEI 229 "Ramiro Prialé Prialé"	
---	------	-------------------------	---	---------------------------------------	--------------------------------	---

"Año del Bicentenario de La Consolidación de Nuestra Independencia y de La Conmemoración de las Heroicas Batallas de Junín y Ayacucho"

IE 229 "RAMIRO PRIALÉ PRIALÉ HUANCACHUPA- SAN FCO DE CAYRAN- HUÁNUCO

AUTORIZACIÓN

El director de la IEI 229 "Ramiro Prialé Prialé" de la localidad de Rosario de Huancachupa, distrito de San Francisco de Cayrán, provincia y Región de Huánuco; que al final suscribe,

AUTORIZA

Que, la srta **LAYSSA BERANISE SALAZAR RAMOS**, realice la encuesta a estudiantes del 1° al 5° año de secundaria de nuestra IE. sobre el trabajo de investigación denominado "**Hábitos alimenticios e índice de masa corporal en adolescentes**" a realizarse los días 16 y 17 de mayo de 2024.

Se expide la presente a solicitud verbal de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

Huancachupa, 15 de mayo de 2024



Mg. Gregorio Goñi Aguirre
DIRECTOR

"vive como si fueses a morir mañana, aprende como si fueses a vivir para siempre"

IEI 229 "Ramiro Prialé Prialé HUANCACHUPA - HUÁNUCO
CELULAR 923467556

ANEXO 6

BASE DE DATOS

ID	Edad	Sexo	Nivel Secundario	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 1 0	P 1 1	P 1 2	Grupo edad	D1	D1 $\bar{CS}$	D2	D2 $\overline{CN} S$	D3	D3 $\bar{FA}$	D4	DA $\bar{FV}$	HA	HA total
1	13	2	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	1	2	2	8.0 0	1	8.0 0	0	7.0 0	1	5.0 0	0	28.0 0	1
2	16	1	5	3	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	3	5.0 0	0	8.0 0	0	3.0 0	0	3.0 0	1	19.0 0	0
3	13	1	1	2	3	1	2	3	3	1	1	1	2	2	2	2	6.0 0	0	8.0 0	0	3.0 0	0	6.0 0	0	23.0 0	0
4	11	1	1	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	4.0 0	0	8.0 0	0	7.0 0	1	6.0 0	0	25.0 0	1

5	13	1	2	3	2	3	3	1	1	3	3	2	1	1	1	2	8.0 0	1	5.0 0	1	8.0 0	1	3.0 0	1	24.0 0	0
6	17	1	5	1	1	2	2	3	1	1	2	1	2	2	1	4	4.0 0	0	6.0 0	1	4.0 0	0	5.0 0	0	19.0 0	0
7	13	1	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	9.0 0	1	8.0 0	0	6.0 0	0	4.0 0	1	27.0 0	1
8	11	2	1	2	2	3	2	1	3	1	1	1	2	2	2	1	7.0 0	1	6.0 0	1	3.0 0	0	6.0 0	0	22.0 0	0
9	17	1	5	2	1	1	3	3	2	1	2	1	1	1	2	4	4.0 0	0	8.0 0	0	4.0 0	0	4.0 0	1	20.0 0	0
10	12	1	2	1	1	1	3	1	1	2	3	2	1	2	2	1	3.0 0	0	5.0 0	1	7.0 0	1	5.0 0	0	20.0 0	0
11	16	1	5	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1	1	3	8.0 0	1	8.0 0	0	8.0 0	1	4.0 0	1	28.0 0	1

12	16	1	5		1	2	3	3	3	1	2	3	2	1	2	1	3	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{24.0}{0}$	0
13	15	2	5		1	1	2	2	3	3	1	1	1	2	2	1	3	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{20.0}{0}$	0
14	14	1	4		2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{17.0}{0}$	0
15	12	2	2		1	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	1	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{23.0}{0}$	0
16	12	2	1		1	1	3	1	3	1	2	2	2	1	1	2	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{20.0}{0}$	0
17	14	2	2		3	2	1	2	2	1	3	3	2	1	1	2	2	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	1	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{23.0}{0}$	0
18	14	2	4		3	1	1	2	3	3	3	3	2	1	2	2	2	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{26.0}{0}$	1

19	14	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	1	2	8.0 0	1	8.0 0	0	6.0 0	0	4.0 0	1	26.0 0	1
20	13	1	2	3	2	3	3	3	3	1	2	1	1	2	1	2	8.0 0	1	9.0 0	0	4.0 0	0	4.0 0	1	25.0 0	1
21	15	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	1	1	3	9.0 0	1	8.0 0	0	7.0 0	1	4.0 0	1	28.0 0	1
22	16	2	5	3	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	3	7.0 0	1	5.0 0	1	3.0 0	0	5.0 0	0	20.0 0	0
23	13	1	1	3	3	3	1	3	3	1	2	1	2	2	2	2	9.0 0	1	7.0 0	0	4.0 0	0	6.0 0	0	26.0 0	1
24	15	2	3	3	2	2	1	1	3	1	1	1	1	1	2	3	7.0 0	1	5.0 0	1	3.0 0	0	4.0 0	1	19.0 0	0
25	13	2	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	1	2	1	2	4.0 0	0	6.0 0	1	4.0 0	0	4.0 0	1	18.0 0	0

26	18	2	5	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	4	5.0 0	0	3.0 0	1	6.0 0	0	3.0 0	1	17.0 0	0
27	18	2	5	1	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	1	4	7.0 0	1	6.0 0	1	3.0 0	0	5.0 0	0	21.0 0	0
28	13	1	3	3	3	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	9.0 0	1	5.0 0	1	4.0 0	0	3.0 0	1	21.0 0	0
29	13	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	7.0 0	1	7.0 0	0	6.0 0	0	6.0 0	0	26.0 0	1
30	16	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	5.0 0	0	7.0 0	0	6.0 0	0	6.0 0	0	24.0 0	0
31	15	1	5	1	2	1	1	1	3	3	3	2	1	1	1	3	4.0 0	0	5.0 0	1	8.0 0	1	3.0 0	1	20.0 0	0
32	13	1	3	1	2	1	2	1	3	1	1	1	2	2	2	2	4.0 0	0	6.0 0	1	3.0 0	0	6.0 0	0	19.0 0	0

33	14	2	3		2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	5.0 0	0	4.0 0	1	5.0 0	0	5.0 0	0	19.0 0	0
34	13	2	3		3	2	3	3	3	1	3	3	2	2	1	1	2	8.0 0	1	7.0 0	0	8.0 0	1	4.0 0	1	27.0 0	1
35	11	1	1		3	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	6.0 0	0	5.0 0	1	5.0 0	0	5.0 0	0	21.0 0	0
36	16	2	4		3	3	1	2	3	3	2	3	2	1	1	1	3	7.0 0	1	8.0 0	0	7.0 0	1	3.0 0	1	25.0 0	1
37	16	1	4		2	1	1	1	3	1	2	2	1	2	1	1	3	4.0 0	0	5.0 0	1	5.0 0	0	4.0 0	1	18.0 0	0
38	18	1	5		2	3	3	2	3	3	2	2	1	2	1	2	4	8.0 0	1	8.0 0	0	5.0 0	0	5.0 0	0	26.0 0	1
39	14	2	4		1	2	1	3	3	2	3	3	2	2	1	2	2	4.0 0	0	8.0 0	0	8.0 0	1	5.0 0	0	25.0 0	1

40	15	1	3		1	3	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3	5.0 0	0	5.0 0	1	7.0 0	1	6.0 0	0	23.0 0	0
41	16	2	5		3	3	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	8.0 0	1	6.0 0	1	5.0 0	0	4.0 0	1	23.0 0	0
42	15	1	5		1	1	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4.0 0	0	8.0 0	0	8.0 0	1	6.0 0	0	26.0 0	1
43	18	2	5		2	1	3	1	1	1	2	2	1	2	1	1	4	6.0 0	0	3.0 0	1	5.0 0	0	4.0 0	1	18.0 0	0
44	12	2	2		2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	1	1	1	8.0 0	1	8.0 0	0	8.0 0	1	4.0 0	1	28.0 0	1
45	14	2	3		1	3	2	3	1	1	2	3	2	1	2	1	2	6.0 0	0	5.0 0	1	7.0 0	1	4.0 0	1	22.0 0	0
46	13	1	1		3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	8.0 0	1	7.0 0	0	7.0 0	1	6.0 0	0	28.0 0	1

47	13	2	1		2	2	3	2	3	3	1	2	1	1	1	1	2	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	1	$\frac{22.0}{0}$	0
48	17	1	5		2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	4	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	1	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{24.0}{0}$	0
49	12	1	1		1	3	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	1	$\frac{18.0}{0}$	0
50	16	2	4		3	3	3	2	3	2	3	2	2	1	1	1	3	$\frac{9.0}{0}$	1	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{3.0}{0}$	1	$\frac{26.0}{0}$	1
51	14	1	2		1	1	1	3	3	3	1	2	2	2	1	2	2	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{9.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{22.0}{0}$	0
52	14	1	2		3	1	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{9.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{28.0}{0}$	1
53	14	2	3		2	1	1	3	3	2	2	3	2	1	1	2	2	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{23.0}{0}$	0

54	14	1	2	2	1	1	3	3	2	1	1	1	2	2	2	2	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{21.0}{0}$	0
55	12	2	1	3	2	1	2	2	3	1	1	1	2	2	2	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{22.0}{0}$	0
56	12	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	2	1	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{9.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{27.0}{0}$	1
57	18	2	5	1	3	2	3	3	3	3	3	2	1	1	2	4	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{9.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{27.0}{0}$	1
58	18	1	5	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	2	4	$\frac{9.0}{0}$	1	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{24.0}{0}$	0
59	12	2	1	2	3	2	3	2	3	1	1	1	2	2	2	1	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{24.0}{0}$	0
60	14	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{29.0}{0}$	1

61	13	2	1		3	1	1	3	2	2	1	1	1	1	1	2	2	5.0 0	0	7.0 0	0	3.0 0	0	4.0 0	1	19.0 0	0
62	13	1	2		2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	6.0 0	0	6.0 0	1	3.0 0	0	4.0 0	1	19.0 0	0
63	16	1	4		1	3	1	1	1	1	3	3	2	1	1	2	3	5.0 0	0	3.0 0	1	8.0 0	1	4.0 0	1	20.0 0	0
64	15	2	4		3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	3	9.0 0	1	9.0 0	0	6.0 0	0	6.0 0	0	30.0 0	1
65	16	2	4		2	3	1	2	3	3	1	1	1	2	1	2	3	6.0 0	0	8.0 0	0	3.0 0	0	5.0 0	0	22.0 0	0
66	11	1	1		2	2	1	2	2	3	1	1	1	2	1	2	1	5.0 0	0	7.0 0	0	3.0 0	0	5.0 0	0	20.0 0	0
67	15	1	4		2	2	1	3	2	2	3	3	2	1	2	1	3	5.0 0	0	7.0 0	0	8.0 0	1	4.0 0	1	24.0 0	0

68	14	2	3	1	2	3	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	6.0 0	0	6.0 0	1	8.0 0	1	6.0 0	0	26.0 0	1
69	12	2	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	1	1	6.0 0	0	8.0 0	0	6.0 0	0	4.0 0	1	24.0 0	0
70	17	2	5	2	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	2	4	4.0 0	0	8.0 0	0	3.0 0	0	4.0 0	1	19.0 0	0
71	12	1	2	1	2	1	1	3	3	3	3	2	1	1	2	1	4.0 0	0	7.0 0	0	8.0 0	1	4.0 0	1	23.0 0	0
72	14	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	9.0 0	1	8.0 0	0	6.0 0	0	6.0 0	0	29.0 0	1
73	13	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	4.0 0	0	4.0 0	1	3.0 0	0	4.0 0	1	15.0 0	0
74	12	2	1	2	2	1	3	3	2	1	1	1	1	2	1	1	5.0 0	0	8.0 0	0	3.0 0	0	4.0 0	1	20.0 0	0

75	13	1	1	2	2	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	2	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	1	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{18.0}{0}$	0
76	13	1	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{26.0}{0}$	1
77	12	2	2	2	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{24.0}{0}$	0
78	11	1	1	3	3	3	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	$\frac{9.0}{0}$	1	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{24.0}{0}$	0
79	13	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	$\frac{9.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	1	$\frac{24.0}{0}$	0
80	18	2	5	3	2	2	2	3	1	2	2	2	1	1	1	4	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	1	$\frac{22.0}{0}$	0
81	16	2	5	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{9.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{29.0}{0}$	1

82	16	1	5	2	1	1	2	3	3	1	2	1	2	1	1	3	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{20.0}{0}$	0
83	11	2	1	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	1	1	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	1	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{24.0}{0}$	0
84	13	1	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{29.0}{0}$	1
85	12	2	1	1	1	1	1	1	3	2	3	2	2	2	1	1	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	1	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{20.0}{0}$	0
86	15	2	4	2	1	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	3	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{22.0}{0}$	0
87	14	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{14.0}{0}$	0
88	12	2	1	3	2	1	3	1	3	3	3	2	2	2	1	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{26.0}{0}$	1

89	13	2	2		2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	1	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{14.0}{0}$	0
90	14	2	4		1	1	1	3	3	3	1	1	1	2	1	2	2	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{9.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{20.0}{0}$	0
91	13	2	3		2	2	2	1	1	3	2	2	2	1	2	2	2	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{22.0}{0}$	0
92	14	2	3		2	2	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{9.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{28.0}{0}$	1
93	18	2	5		3	1	2	1	3	3	1	1	1	1	2	2	4	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{21.0}{0}$	0
94	16	2	4		1	3	2	3	1	1	3	3	2	2	1	1	3	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	1	$\frac{8.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{23.0}{0}$	0
95	15	2	3		1	1	2	2	3	3	1	1	1	1	2	1	3	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{19.0}{0}$	0

96	14	2	4		3	2	3	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	8.0 0	1	7.0 0	0	8.0 0	1	6.0 0	0	29.0 0	1
97	16	2	4		3	3	3	3	3	1	3	3	2	1	1	2	3	9.0 0	1	7.0 0	0	8.0 0	1	4.0 0	1	28.0 0	1
98	12	1	1		1	3	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	1	7.0 0	1	8.0 0	0	7.0 0	1	5.0 0	0	27.0 0	1
99	15	1	4		3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	7.0 0	1	8.0 0	0	7.0 0	1	6.0 0	0	28.0 0	1
10 0	13	2	3		1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	2	1	2	4.0 0	0	5.0 0	1	3.0 0	0	4.0 0	1	16.0 0	0
10 1	12	1	1		3	1	1	3	3	2	3	2	2	2	1	2	1	5.0 0	0	8.0 0	0	7.0 0	1	5.0 0	0	25.0 0	1
10 2	15	1	4		2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	2	3	8.0 0	1	9.0 0	0	7.0 0	1	4.0 0	1	28.0 0	1

10 3	12	1	1		2	3	2	3	1	3	3	2	2	1	2	2	1	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{26.0}{0}$	1
10 4	14	2	3		3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	$\frac{9.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{23.0}{0}$	0
10 5	15	1	3		3	2	2	2	3	3	1	1	1	2	1	2	3	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{23.0}{0}$	0
10 6	13	1	1		1	2	1	2	3	3	1	1	1	1	1	2	2	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{8.0}{0}$	0	$\frac{3.0}{0}$	0	$\frac{4.0}{0}$	1	$\frac{19.0}{0}$	0
10 7	13	1	1		3	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	1	2	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	0	$\frac{24.0}{0}$	0
10 8	16	2	4		2	3	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{9.0}{0}$	0	$\frac{7.0}{0}$	1	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{28.0}{0}$	1
10 9	15	1	3		1	1	2	1	3	1	1	2	1	2	2	2	3	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{5.0}{0}$	1	$\frac{4.0}{0}$	0	$\frac{6.0}{0}$	0	$\frac{19.0}{0}$	0

11 0	13	1	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	6.0 0	0	7.0 0	0	6.0 0	0	4.0 0	1	23.0 0	0
11 1	18	2	5	1	1	3	2	1	3	1	2	1	1	2	1	4	5.0 0	0	6.0 0	1	4.0 0	0	4.0 0	1	19.0 0	0
11 2	14	1	4	1	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	2	2	7.0 0	1	8.0 0	0	3.0 0	0	4.0 0	1	22.0 0	0
11 3	13	2	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4.0 0	0	8.0 0	0	7.0 0	1	6.0 0	0	25.0 0	1
11 4	14	1	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	6.0 0	0	8.0 0	0	6.0 0	0	5.0 0	0	25.0 0	1
11 5	15	1	4	2	2	3	3	1	3	2	3	2	2	2	2	3	7.0 0	1	7.0 0	0	7.0 0	1	6.0 0	0	27.0 0	1
11 6	15	2	5	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	1	3	7.0 0	1	8.0 0	0	7.0 0	1	4.0 0	1	26.0 0	1

11 7	15	1	4		1	2	2	1	2	3	2	2	2	1	1	2	3	5.0 0	0	6.0 0	1	6.0 0	0	4.0 0	1	21.0 0	0
11 8	12	1	1		2	3	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	8.0 0	1	3.0 0	1	3.0 0	0	6.0 0	0	20.0 0	0
11 9	18	2	5		1	1	2	1	3	2	1	1	1	1	1	2	4	4.0 0	0	6.0 0	1	3.0 0	0	4.0 0	1	17.0 0	0
12 0	16	2	5		2	3	2	2	3	3	1	1	1	2	2	2	3	7.0 0	1	8.0 0	0	3.0 0	0	6.0 0	0	24.0 0	0
12 1	12	2	1		3	1	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	1	6.0 0	0	6.0 0	1	6.0 0	0	5.0 0	0	23.0 0	0
12 2	14	1	4		3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	9.0 0	1	7.0 0	0	7.0 0	1	5.0 0	0	28.0 0	1
12 3	13	1	1		3	1	3	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	7.0 0	1	4.0 0	1	6.0 0	0	3.0 0	1	20.0 0	0

12 4	16	2	4		2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	3		6.0 0	0	6.0 0	1	3.0 0	0	3.0 0	1	18.0 0	0
12 5	13	1	3		2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2		5.0 0	0	8.0 0	0	6.0 0	0	5.0 0	0	24.0 0	0
12 6	15	1	4		2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3		6.0 0	0	7.0 0	0	6.0 0	0	6.0 0	0	25.0 0	1
12 7	16	1	4		3	1	1	3	3	1	1	1	1	2	2	2	3		5.0 0	0	7.0 0	0	3.0 0	0	6.0 0	0	21.0 0	0
12 8	15	1	3		2	1	1	3	3	2	2	2	2	1	1	1	3		4.0 0	0	8.0 0	0	6.0 0	0	3.0 0	1	21.0 0	0
12 9	15	1	3		3	3	2	2	3	3	2	2	1	1	1	1	3		8.0 0	1	8.0 0	0	5.0 0	0	3.0 0	1	24.0 0	0
13 0	11	1	1		1	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1		6.0 0	0	4.0 0	1	3.0 0	0	6.0 0	0	19.0 0	0

13 1	11	1	1	2	1	3	3	3	3	2	1	1	1	2	1	1	6.0 0	0	9.0 0	0	4.0 0	0	4.0 0	1	23.0 0	0
13 2	15	1	3	2	3	1	3	3	1	2	2	1	2	2	2	3	6.0 0	0	7.0 0	0	5.0 0	0	6.0 0	0	24.0 0	0
13 3	12	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	1	2	1	9.0 0	1	8.0 0	0	8.0 0	1	4.0 0	1	29.0 0	1
13 4	13	1	3	1	1	1	1	3	2	1	2	1	2	2	2	2	3.0 0	0	6.0 0	1	4.0 0	0	6.0 0	0	19.0 0	0
13 5	12	2	1	1	2	3	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	6.0 0	0	5.0 0	1	4.0 0	0	4.0 0	1	19.0 0	0
13 6	11	1	1	2	1	3	1	3	3	2	3	2	2	2	2	1	6.0 0	0	7.0 0	0	7.0 0	1	6.0 0	0	26.0 0	1
13 7	11	1	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	8.0 0	1	8.0 0	0	8.0 0	1	6.0 0	0	30.0 0	1

13 8	12	1	1		1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	5.0 0	0	3.0 0	1	4.0 0	0	4.0 0	1	16.0 0	0
13 9	18	1	5		3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	4	7.0 0	1	7.0 0	0	7.0 0	1	6.0 0	0	27.0 0	1
14 0	14	1	3		1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	4.0 0	0	3.0 0	1	5.0 0	0	5.0 0	0	17.0 0	0
14 1	14	2	4		2	3	2	1	3	1	3	2	2	1	1	1	2	7.0 0	1	5.0 0	1	7.0 0	1	3.0 0	1	22.0 0	0
14 2	12	2	1		1	1	1	3	3	3	3	2	2	1	1	1	1	3.0 0	0	9.0 0	0	7.0 0	1	3.0 0	1	22.0 0	0
14 3	17	2	5		2	1	2	3	2	2	1	1	1	2	1	2	4	5.0 0	0	7.0 0	0	3.0 0	0	5.0 0	0	20.0 0	0
14 4	12	1	1		1	2	3	3	3	3	1	1	1	1	2	2	1	6.0 0	0	9.0 0	0	3.0 0	0	5.0 0	0	23.0 0	0

14 5	14	2	3		3	2	2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	7.0 0	1	7.0 0	0	5.0 0	0	4.0 0	1	23.0 0	0
14 6	12	1	1		3	2	3	3	2	3	1	1	1	1	2	1	1	8.0 0	1	8.0 0	0	3.0 0	0	4.0 0	1	23.0 0	0
14 7	12	2	1		1	1	3	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	5.0 0	0	4.0 0	1	5.0 0	0	5.0 0	0	19.0 0	0
14 8	13	1	2		2	2	3	3	3	3	2	3	1	2	1	1	2	7.0 0	1	9.0 0	0	6.0 0	0	4.0 0	1	26.0 0	1
14 9	13	2	3		2	2	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	5.0 0	0	5.0 0	1	6.0 0	0	6.0 0	0	22.0 0	0
15 0	12	1	1		1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	4.0 0	0	5.0 0	1	3.0 0	0	3.0 0	1	15.0 0	0
15 1	11	1	1		3	2	1	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	6.0 0	0	6.0 0	1	3.0 0	0	5.0 0	0	20.0 0	0

15 2	14	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	3.0 0	0	4.0 0	1	4.0 0	0	4.0 0	1	15.0 0	0
15 3	16	2	4	2	2	2	1	1	2	3	3	2	2	2	2	3	6.0 0	0	4.0 0	1	8.0 0	1	6.0 0	0	24.0 0	0
15 4	14	2	4	1	1	3	2	3	3	1	2	1	1	1	1	2	5.0 0	0	8.0 0	0	4.0 0	0	3.0 0	1	20.0 0	0
15 5	17	1	5	3	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	4	6.0 0	0	3.0 0	1	6.0 0	0	3.0 0	1	18.0 0	0
15 6	12	2	2	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	6.0 0	0	4.0 0	1	3.0 0	0	6.0 0	0	19.0 0	0
15 7	15	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	9.0 0	1	7.0 0	0	7.0 0	1	6.0 0	0	29.0 0	1
15 8	12	1	2	1	2	1	3	2	1	1	2	2	1	2	1	1	4.0 0	0	6.0 0	1	5.0 0	0	4.0 0	1	19.0 0	0

15 9	15	2	5	2	1	1	2	2	3	1	1	1	1	2	1	3	4.0 0	0	7.0 0	0	3.0 0	0	4.0 0	1	18.0 0	0
16 0	12	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	1	8.0 0	1	7.0 0	0	7.0 0	1	5.0 0	0	27.0 0	1
16 1	12	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	1	1	1	1	5.0 0	0	6.0 0	1	6.0 0	0	3.0 0	1	20.0 0	0
16 2	11	2	1	3	3	3	2	3	2	2	2	1	1	1	2	1	9.0 0	1	7.0 0	0	5.0 0	0	4.0 0	1	25.0 0	1
16 3	15	1	5	3	2	2	3	2	3	1	1	1	2	2	2	3	7.0 0	1	8.0 0	0	3.0 0	0	6.0 0	0	24.0 0	0
16 4	13	1	1	2	3	3	1	3	2	2	2	2	1	1	1	2	8.0 0	1	6.0 0	1	6.0 0	0	3.0 0	1	23.0 0	0
16 5	11	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	3.0 0	0	4.0 0	1	4.0 0	0	6.0 0	0	17.0 0	0

16 6	12	1	2		2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	7.0 0	1	9.0 0	0	8.0 0	1	5.0 0	0	29.0 0	1
16 7	11	1	1		3	1	3	2	3	3	1	2	2	1	2	1	1	7.0 0	1	8.0 0	0	5.0 0	0	4.0 0	1	24.0 0	0
16 8	12	2	1		1	2	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	4.0 0	0	6.0 0	1	3.0 0	0	3.0 0	1	16.0 0	0
16 9	15	2	3		2	3	3	1	1	1	3	3	2	2	1	2	3	8.0 0	1	3.0 0	1	8.0 0	1	5.0 0	0	24.0 0	0
17 0	14	1	4		1	2	1	3	2	1	2	2	2	1	1	1	2	4.0 0	0	6.0 0	1	6.0 0	0	3.0 0	1	19.0 0	0
17 1	16	2	5		3	2	2	3	1	1	1	2	1	1	2	2	3	7.0 0	1	5.0 0	1	4.0 0	0	5.0 0	0	21.0 0	0
17 2	12	1	1		2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	1	2	1	8.0 0	1	8.0 0	0	8.0 0	1	5.0 0	0	29.0 0	1

17 3	16	1	4	1	3	2	3	3	3	3	3	2	1	1	1	3	6.0 0	0	9.0 0	0	8.0 0	1	3.0 0	1	26.0 0	1
17 4	17	1	5	1	1	3	2	3	3	1	2	1	1	1	1	4	5.0 0	0	8.0 0	0	4.0 0	0	3.0 0	1	20.0 0	0
17 5	17	1	5	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	1	4	8.0 0	1	8.0 0	0	7.0 0	1	5.0 0	0	28.0 0	1
17 6	13	1	3	3	2	1	1	1	3	3	3	2	1	1	2	2	6.0 0	0	5.0 0	1	8.0 0	1	4.0 0	1	23.0 0	0
17 7	16	1	4	3	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	8.0 0	1	8.0 0	0	5.0 0	0	6.0 0	0	27.0 0	1
17 8	16	1	4	3	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	3	7.0 0	1	5.0 0	1	3.0 0	0	4.0 0	1	19.0 0	0
17 9	13	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	4.0 0	0	6.0 0	1	6.0 0	0	4.0 0	1	20.0 0	0

ANEXO 7
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



