



Universidad Femenina del Sagrado Corazón

Escuela de Posgrado

Programa Académico de Maestría en Nutrición Y Dietética

ÍNDICE DE MASA CORPORAL, CONSUMO DE ALIMENTOS Y
ACTIVIDAD FÍSICA EN RELACIÓN CON EL ESTRÉS EN
ADOLESCENTES DE UN CENTRO EDUCATIVO PÚBLICO

Tesis presentada por:

LESLIE MELISSA HEREDIA DE LA CRUZ

Para optar el Grado Académico de

MAESTRO EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

con mención en Ciencias de la Nutrición y Alimentación Humana

Asesora
Roxana Fernández Condori

Lima - Perú
2018

RESUMEN

Los objetivos del estudio fueron determinar la relación entre el índice de masa corporal (IMC), consumo de alimentos y actividad física en relación con el estrés en adolescentes de un centro educativo público, El Agustino, Lima-Perú, 2016. El nivel de la investigación es descriptivo, exploratorio, de tipo básica y de diseño no experimental, correlacional y transversal. El estudio fue llevado a cabo en adolescentes de nivel secundarios de 11 a 18 años, de ambos sexos. Para la determinación de los participantes se llevó a cabo un muestreo probabilístico de tipo aleatorio estratificado, siendo constituida por 86 alumnos. Participaron los alumnos que entregaron consentimiento firmado. Se evaluó antropométricamente y se les aplicaron los cuestionarios de consumo de alimentos, actividad física y de estrés. En cuanto a los resultados, se encontró una asociación significativa entre las variables de estrés y consumo de alimentos, se observó que los adolescentes con mayor estrés presentan un consumo inadecuado de alimentos. Sin embargo, no se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre el estrés y las variables de índice de masa corporal y actividad física.