



UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



UAC

“ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LAS
ALUMNAS DEL 5TO DE SECUNDARIA, DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA URIEL GARCIA CUSCO,
2018”

Presentado por la Bachiller

Horta Quispe Brigith

Para optar al Título Profesional de
Licenciada en Enfermería

Asesora:

Mgt: Flor Itala Espitia Sosa

CUSCO – PERÚ

2018



Título : Estilo de vida y estado nutricional de las alumnas del 5to de secundaria, de la Institución Educativa Uriel Garcia Cusco, 2018.

Autor : - Brigith Horta Quispe

Fecha : 22-06-2018

Resumen

El presente estudio intitulado “Estilo de vida y Estado nutricional de las alumnas del 5to de secundaria de la Institución Educativa Uriel García Cusco, 2018”; se realizó con el objetivo de Identificar el estilo de vida y estado nutricional de las alumnas del 5to de secundaria de la Institución Educativa Uriel García Cusco, 2018. El tipo de estudio fue descriptivo y transversal. La población muestral estuvo conformada por 112 alumnas del 5to de secundaria de las secciones A, B, C y D, para lo cuál se utilizó como instrumentos, el tallímetro de 3 cuerpos, balanza digital y la encuesta. Los resultados obtenidos fueron: El 58,9% de las alumnas encuestadas tienen 16 años, en relación de lugar de residencia 38,9% residen en San Sebastián, el 63,2% vive con sus padres. El 82,1% de las alumnas tiene un estilo de vida saludable: el 56,8% siempre consume el desayuno durante la semana. 82,1% consumen diariamente su almuerzo en la semana. 50,5% consume su cena diariamente en la semana. 62,1% duerme menos de 8 horas. 70,5% a veces realiza actividades físicas al día. En las relaciones sociales: 38,9% tiene una regular relación con sus padres. 43,2% tiene una regular relación con sus compañeras. 28,4% tiene una regular relación con sus grupos sociales y 38,9% tiene una regular relación con sus docentes. El 1,1% consume bebidas alcohólicas. 1,1% consume tabaco. En relación al estado nutricional de acuerdo al Índice de masa Corporal para la edad, el 81,1% de las alumnas tienen un estado nutricional normal, el 2,1% esta con delgadez y el 2,1% con obesidad. A la evaluación del estado nutricional según Talla/Edad el 92,6% de las alumnas tienen Talla normal, el 7,4% tienen Talla baja.

PALABRAS CLAVES: Estilo de vida, Estado nutricional y estudiantes.



Abstract

The present study entitled "Lifestyle and Nutritional Status of the students from the 5th secondary School of Uriel Garcia Cusco Educational Institute, 2018"; was carried out with the objective of identifying the lifestyle and nutritional status of the said. The type of study was descriptive and transversal. The sample population consisted of 112 students from the 5th grade from Secondary A, B, C and D, the tallimeter of 3 bodies, digital scale and survey were considered as instruments. The results obtained were: 58,9% of the students surveyed are 16 years old. In relation to place of residence; 38,9% reside in San Sebastian. 63,2% live with their parents. 82,1% of the students have a Healthy Lifestyle: in the biological dimension; 56,8% always consume breakfast by during the week. 82,1% consume their lunch every week. 50,5% consume your dinner daily in the week. 62,1% sleep less than 8 hours. 70,5% sometimes perform physical activities a day. In social relations: 38.9% have a regular relationship with their parents. 43,2% have a regular relationship with their peers. 28,4% have a regular relationship with their social groups and 38,9% have a regular relationship with their parents teachers. 1,1% consume alcoholic beverages. 1,1% consume tabaco. In relation to the nutritional status and according to the Body Mass Index for age, 81,1% of the students have a normal nutritional status; 2,1% are thin and 2,1% are obese. In the evaluation of the nutritional status according to height / Age, 92.6% of the students have normal height; 7,4% have low height.

KEY WORDS: Lifestyle, nutritional status and students.