



Nelkuali
Centro de Evaluación Educativa
y de Competencias Profesionales
de Hidalgo CEECPH.S.C.

MUCIN

JUNIO - OCTUBRE 2024 | Edición X
ISSN: 2954-4416

HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 4TO GRADO DE SECUNDARIA

EATING HABITS AND ACADEMIC PERFORMANCE IN 4TH GRADE HIGH SCHOOL STUDENTS

Resumen

El presente informe de investigación está centrado en la alimentación inadecuada de alumnos de cuarto de secundaria, la que influye en su desarrollo, lo que repercute en el proceso de aprendizaje consecuentemente su salud y bienestar es de suma importancia y se enlaza con los objetivos del desarrollo sostenible. El trabajo tuvo como objetivo general: evaluar el impacto de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico en el área de matemática de los estudiantes de cuarto grado de educación básica regular de Trujillo durante el año 2024. El tipo de investigación fue aplicada con un enfoque cuantitativo y no experimental, la muestra se seleccionó entre escolares de las secciones de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de Trujillo, el instrumento utilizado fue una encuesta y análisis documental. Se evaluó el resultado de estudios y las costumbres alimentarias entre la relación de variables, como resultados se encontró que la correlación entre las dos variables es débil en el nivel de influencia de los estudios cursados en matemática y existe una correlación significativa bilateral. La baja presencia en los niveles de "Con Dificultad" y "En Proceso" sugiere que las estrategias de enseñanza implementadas tienen un impacto positivo en el resultado durante el periodo 2024.

Palabras Clave: Rendimiento escolar, hábitos alimentarios, Estudiante.

Abstract

This research report is focused on the inadequate nutrition of fourth-year high school students, which influences their development, which impacts the learning process, consequently their health and well-being is of utmost importance and is linked to the objectives of sustainable development. The general objective of the work was to evaluate the impact of eating habits on academic performance in the area of mathematics of

Dra. Guicela Giovanna Cabrejo Paredes
CEPRECYT, Perú
gisela.cabrejo@hotmail.com
ORCID.ORG/0000-0002-1903-5321
Trujillo -Perú

Sugerencia como citar:

Cabrejo, G. (2024). Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes de 4to grado de secundaria. Revista: Mundo Científico Internacional. Volumen 10. pág. 55-68 <https://mucin.nelkuali.com/>

Recibido: 08/11/2024

Aprobado: 23/11/2024

Publicado: 09 /12/2024

fourth-grade students of regular basic education in Trujillo during the year 2024. The type of research was applied with a quantitative and non-experimental approach, the sample was selected from schoolchildren in the fourth-grade sections of secondary school of an educational institution in Trujillo, the instrument used was a survey and documentary analysis. The result of studies and eating habits were evaluated between the relationship of variables, as a result it was found that the correlation between the two variables is weak at the level of influence of the studies taken in mathematics and there is a significant bilateral correlation. The low presence in the levels of "With Difficulty" and "In Progress" suggests that the teaching strategies implemented have a positive impact on the outcome during the 2024.

Keywords: School performance, eating habits, Student.

Introducción

La presente investigación surgió de la creciente preocupación por la salud y el bienestar integral de los estudiantes en edad escolar, en especial del cuarto grado de secundaria, así como de la necesidad de comprender mejor los factores que podían influir en su aprendizaje. Los hábitos alimenticios de los jóvenes de quince años y su relación con su desempeño en los estudios fueron temas de interés en el campo de la educación y la salud pública durante años. Sin embargo, existía una falta de estudios específicos que abordan esta relación en el contexto de los estudiantes de cuarto grado de secundaria en una institución educativa de Trujillo.

Es importante ante esta situación comprender ¿cómo influyeron los hábitos alimenticios de los estudiantes de cuarto grado en el rendimiento académico de una institución educativa Trujillo. Perú en el año 2024? La investigación buscó explorar esta relación, investigando cómo los hábitos alimenticios de estos estudiantes pudieron haber afectado su desempeño académico.

La alimentación de los jóvenes en etapa escolar influye directamente en su rendimiento académico y es una preocupación creciente, en muchos países, la mala alimentación afecta tanto la salud como el desarrollo de los estudiantes. La organización de las Naciones Unidas ONU (2023), menciona que, en naciones caracterizadas por altos índices de pobreza y desigualdad, En lugares con altos niveles de pobreza, asegurar comida nutritiva es un gran desafío. Esto provoca problemas como desnutrición en niños y jóvenes, anemia y dificultades que impactan el crecimiento y aprendizaje de los adolescentes de 15 años que cursan una etapa escolar en educación básica regular. Una buena alimentación no sólo mejora la salud, sino también el desempeño en la escuela y las oportunidades futuras. Padula et al., (2021, p. 84), afirmaron que "La alimentación tiene un impacto significativo, ya que constituye la base para el bienestar y el desarrollo físico e intelectual de las poblaciones humanas".

Se ha probado científicamente que una dieta diversa y balanceada ayuda a potenciar el rendimiento académico, pues la ingesta de nutrientes de calidad, como vitaminas y minerales, mejora la concentración, la memoria y las funciones cognitivas. Por lo tanto, contribuye al mejoramiento del desempeño estudiantil en todas sus etapas (González, 2021). Los nutrientes se definen como compuestos químicos presentes en los alimentos que todo organismo desordena, modifica y emplea para obtener energía y desarrollar masa, facilitando el desempeño de las células mediante sus funciones (Ramírez, et al, 2024, p.411).

La problemática determinada tomó como base el objetivo de desarrollo sostenible tres que busca garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas, y la Agenda 2030 que refleja la complejidad y la interconexión de ambos. Este enfoque destaca la importancia de garantizar la salud como un componente fundamental para alcanzar un desarrollo sostenible.

Es cierto que una dieta equilibrada y adecuada para cada fase del crecimiento de los jóvenes contribuye a mejorar su desempeño académico y los prepara para ser individuos más eficientes Mendoza Medina, (2021), existía una necesidad urgente de investigar esta relación específicamente en el contexto de la institución educativa secundaria en Trujillo en el año 2024.

Esta investigación también tuvo implicaciones prácticas significativas, ya que los resultados podrán utilizarse para informar políticas y programas dirigidos a mejorar la nutrición y el rendimiento académico de los estudiantes en instituciones educativas similares en Trujillo y en otras partes del país.

El objetivo general fue evaluar la relación de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de una institución educativa Trujillo durante el año 2024. Para ello, se llevó a cabo un análisis exhaustivo que permitió comprender cómo los hábitos alimenticios podrían influir en el desempeño escolar de estos estudiantes. Con este propósito, se plantearon los siguientes objetivos específicos determinando los hábitos alimenticios predominantes entre los estudiantes de cuarto grado en una institución educativa de Trujillo, durante el año 2024. Además, se llevó a cabo un análisis del rendimiento académico de los estudiantes en el área de matemática. También se determinó la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en estudiantes de 15 años de cuarto de secundaria de una institución de Trujillo.

La relación entre la alimentación y el rendimiento académico fue un tema de interés creciente en la investigación educativa en las últimas décadas. Numerosos artículos e investigaciones, como el de Cushquicushma et al. (2023), exploraron la conexión entre los hábitos alimenticios de niños y adolescentes y un estilo de vida saludable que abarcaba varios aspectos relevantes. En este caso particular, se observó una correlación directa y significativa entre las puntuaciones del coeficiente intelectual y el tamaño del cerebro de los estudiantes.

Otro estudio significativo se realizó en estudiantes universitarios en Ecuador, según Nauñay Manjarres (2023), quienes tendían a consumir alimentos poco nutritivos y ricos en grasas saturadas. Este hábito afectaba su rendimiento académico, causando problemas de concentración, dificultades de memoria y fatiga física. La relación entre los hábitos alimenticios de una persona y la energía que poseía estaba condicionada por el tipo de alimentación.

Los estudiantes jóvenes están influenciados por factores que los llevan a adoptar estilos de vida menos saludables, como no seguir patrones de consumo adecuados para mantener un buen estado nutricional y de salud. Se observa que tienden a comer menos de tres veces al día, a menudo omiten el desayuno y suelen consumir comidas rápidas poco saludables o excederse en alimentos con grasas trans y bebidas gaseosas. (Hernández-Gallardo et al.2020) lo que se relaciona directamente con la investigación.

Considerando esto, era razonable suponer que los hábitos alimenticios de los estudiantes de secundaria podrían tener un efecto similar en su rendimiento académico. Por lo tanto, se planteó la hipótesis de que los estudiantes de secundaria que tenían una dieta poco nutritiva y hábitos alimenticios poco saludables mostrarían un rendimiento académico inferior en comparación con aquellos que mantenían una alimentación más equilibrada y saludable.

Por su parte Figueroa y Gómez (2024) mencionaron que se derivan tres tipos de estudiantes según Covington. Es por ello que Márquez (2020) hizo mención sobre la existencia de tres tipos de estudiantes: aquellos que tenían éxito escolar, se consideraban capaces, mostraban alta motivación de logro y confianza en sí mismos; los que aceptaban el fracaso, caracterizados por ser derrotistas y tener una imagen propia deteriorada, manifestando un sentimiento de desesperanza aprendida, es decir, habían aprendido que el control sobre el ambiente era sumamente difícil o imposible, por lo que renuncian al esfuerzo; y los que evitaban el fracaso, quienes carecían de un firme sentido de aptitud y autoestima, y ponen poco esfuerzo en su desempeño para proteger su imagen frente a un

posible fracaso, recurriendo a estrategias como participación mínima en el salón de clases, retraso en la realización de tareas o trampas en los exámenes. Por otro lado, cuando se invertía mucho esfuerzo, no se percibía el verdadero nivel de habilidad, lo cual no amenazaba la estima o el valor como estudiante. En tales casos, el sentimiento de orgullo y satisfacción era significativo.

UNESCO (2023), varios países interpretan la palabra "calidad" de manera diferente. Actores y organizaciones educativas tienen definiciones diferentes. En el análisis que se hace para evaluar se consideran entre uno de los indicadores la aplicación de Likert que considera entre algunas características del aprendizaje las habilidades, la resiliencia y la voluntad de los estudiantes para asistir a la escuela. Dentro de este contexto: Incluye recursos públicos asignados a educación, apoyo de los padres, requisitos priorizados por el país y el mercado laboral, valores sociales y religiosos, influencia de los pares, tiempo dedicado a la escuela, a las tareas domésticas. Además, está la metodología pedagógica, calidad de preparación del docente e infraestructura de estudio.

Metodología

La investigación se caracterizó por ser de tipo aplicada, centrada en abordar un problema específico y práctico: el impacto de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico. Este enfoque es cuantitativo y diseño no experimental de corte transversal. Las variables de estudio fueron el rendimiento académico y los hábitos alimenticios. El rendimiento académico se entendió como la autoevaluación del progreso, reconocimiento de habilidades de los estudiantes en el ámbito escolar y el logro académico en Arte, mientras que los hábitos alimenticios abarcaban las prácticas y elecciones relacionadas con la alimentación de los jóvenes.

Moreno (2022), entiende al rendimiento académico como la evaluación del progreso y los logros de un estudiante en el ámbito escolar, especialmente en términos de sus resultados en exámenes y trabajos escolares. Además, abarca la capacidad del estudiante para cumplir con los requisitos y expectativas educativas, reflejando así la adquisición de conocimientos, habilidades y competencias académicas. El rendimiento académico se define como el cumplimiento de las metas, logros u objetivos establecidos en el área. Tacilla, et al (2020).

Rojas (2023) al referirse a los hábitos alimenticios, en estudiantes comprenden las prácticas y elecciones relacionadas con la alimentación que los jóvenes adoptan en su

día a día. Esto abarca desde los tipos de alimentos que consumen hasta la frecuencia y el contexto en que realizan sus comidas. Estos hábitos son influenciados por una variedad de factores, como el entorno familiar, la disponibilidad de alimentos, las preferencias personales y la cultura alimentaria. Plaza, et al (2022) al referirse a este mismo tema refiere que son las prácticas y costumbres que una persona desarrolla en referencia a la alimentación, incluyendo qué alimentos elige consumir, cuándo y cómo los consume. Estos hábitos están moldeados por una combinación de factores como la cultura, el entorno familiar, las preferencias personales y el acceso a alimentos, y pueden tener un impacto significativo en la salud y el bienestar general de un individuo.

Las dimensiones de estudio abordaron diversos aspectos relacionados con los hábitos alimenticios sanos, y los hábitos alimenticios generales. La muestra se seleccionó entre estudiantes de las tres secciones de cuarto grado de secundaria de educación básica regular de Trujillo, con criterios de inclusión y exclusión establecidos para garantizar la homogeneidad del grupo de estudio.

La población de estudio comprendió a todos los estudiantes del cuarto grado de secundaria del Colegio distribuidos en tres secciones de 30 estudiantes cada una dando un total de 90 alumnos. Los criterios de inclusión consideraron estudiantes de ambos géneros, con edades entre 15 y 17 años pertenecientes al cuarto grado de secundaria.

La muestra se determinó mediante muestreo probabilístico estratificado por asignación igual, calculando 23 alumnos por estrato haciendo un total de 69. La unidad de análisis fueron los estudiantes de una institución educativa de Trujillo. Para la recolección de datos, se utilizó una encuesta como técnica y análisis documental. El instrumento utilizado fue el cuestionario y registro de notas, permitiendo obtener información detallada sobre hábitos alimenticios y rendimiento académico. Se empleó un formulario impreso con preguntas cerradas, utilizando una escala Likert que variaba de 1 a 5, reflejando las opciones de respuesta: Nunca, Casi nunca, A veces, Casi siempre y Siempre.

El cuestionario abarcó tres dimensiones relacionadas con hábitos alimenticios: saludables, no saludables y generales. Asimismo, se estructuró en tres dimensiones relacionadas con el rendimiento académico: Autoevaluación del logro académico, calidad de estudio y capacidad de esfuerzo y para el análisis documental se obtuvieron las notas de los alumnos del primer bimestre

La validez del contenido del instrumento se realizó por juicio de expertos, con un análisis detallado de los ítems y opciones de respuesta. Obteniéndose una validez de

contenido de 1 para ambos instrumentos mediante pruebas de razón con el coeficiente de V de Aiken. En el contexto de esta investigación cuantitativa y correlacional se llevaron a cabo análisis descriptivos, correlacionales e inferenciales para obtener resultados significativos.

Para el análisis descriptivo, se emplearon medidas de tendencia central como la media, la mediana y la moda, junto con medidas de dispersión como la desviación estándar y el rango. Estas técnicas permitieron describir la distribución de las puntuaciones tanto en los hábitos alimenticios como en el rendimiento académico de los estudiantes participantes, se utilizó baremos para el análisis descriptivo.

En cuanto al análisis inferencial se usó la correlación de datos, también se utilizó el coeficiente de Pearson para determinar la fuerza y la dirección de la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico. Este análisis ayudó a identificar si existía una asociación significativa entre estas variables y a comprender la naturaleza de dicha asociación con pruebas de normalidad y correlaciones.

En esta investigación, se prioriza el respeto a tanto la privacidad como la confidencialidad de todos los que participaron. Para asegurar esto, se obtuvo el consentimiento informado las autoridades de la institución. Este procedimiento se llevó a cabo conforme a los estándares éticos definidos por el Código de Ética de Investigación y otras regulaciones pertinentes.

Resultados

Evaluar el impacto de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de secundaria en la institución La Merced de Trujillo durante el año 2024.

Tabla 1

Autoevaluación del Logro académico en matemática

D1	f	%
MALO	6	9
REGULAR	60	87
BUENO	3	4
TOTAL	69	100

Fuente: Datos procesados en SPSS

La tabla 01 muestra la autoevaluación del logro académico de 69 estudiantes. La mayoría (87%, 60 estudiantes) se considera con un rendimiento académico regular, cumpliendo con los requisitos, pero reconociendo áreas de mejora. Un 9% (6 estudiantes)

se autoevalúa con un rendimiento malo, indicando dificultades significativas. Solo un 4% (3 estudiantes) se considera con un rendimiento bueno, demostrando satisfacción y un sólido dominio de los conocimientos y habilidades requeridas.

Tabla 02

Calidad de estudio

D1	f	%
MALO	2	3
REGULAR	55	80
BUENO	12	17
TOTAL	69	100

Fuente: Datos procesados en SPSS

La tabla 02 muestra que el 80% (55 estudiantes) se considera con una calidad de estudio regular, planificando su tiempo de manera aceptable, pero con áreas de mejora en perseverancia y apoyo familiar. El 17% (12 estudiantes) se autoevalúa con una calidad de estudio buena, recibiendo apoyo adecuado y beneficiándose del entorno educativo. Sólo el 3% (2 estudiantes) se considera con una calidad de estudio mala, enfrentando desafíos significativos en la planificación del estudio y apoyo extracurricular. **Tabla 3**

Capacidad de esfuerzo

D3	f	%
MALO	4	6
REGULAR	46	67
BUENO	19	28
TOTAL	69	100

Fuente: Datos procesados en SPSS

La tabla 03 muestra la capacidad de esfuerzo de 69 estudiantes. El 67% (46 estudiantes) se considera con un esfuerzo regular, esforzándose por aprender, pero a veces desanimados y temerosos de participar en clase. El 28% (19 estudiantes) se autoevalúa con un esfuerzo bueno, mostrando perseverancia y concentración. Un 6% (4 estudiantes) se evalúa con un esfuerzo malo, enfrentando serias dificultades en concentración y participación.

Tabla 4

Resultado total de Rendimiento académico

R.A TOTAL	f	%
MALO	0	0
REGULAR	64	93
BUENO	5	7
TOTAL	69	100

Fuente: Datos procesados en SPSS

La tabla 04 muestra que, de 69 estudiantes, ninguno se autoevalúa con un rendimiento malo (0%). La mayoría, el 93% (64 estudiantes), se considera con un rendimiento regular, cumpliendo aceptablemente con los estándares académicos. Mientras que un 7% (5 estudiantes) se autoevalúa con un rendimiento bueno, mostrando satisfacción y dominio de conocimientos.

Tabla 5

Consumo de alimentos saludables

D1	f	%
BAJO	8	12
MEDIO	28	41
ALTO	33	48
TOTAL	69	100

Fuente: Datos procesados en SPSS

La tabla 05 muestra el nivel de consumo de alimentos saludables de 69 participantes. Un 48% (33 estudiantes) reportaron un nivel alto de consumo, incluyendo frutas, verduras y cereales integrales en su dieta diaria. Un 41% (28 estudiantes) indicaron un nivel medio, con algunas prácticas saludables, pero con margen de mejora. Un 12% (8 estudiantes) reportaron un nivel bajo, con dificultades para incorporar alimentos saludables en su dieta.

Tabla 6

Consumo de alimentos no saludables

<	f	%
BAJO	18	26
MEDIO	39	57
ALTO	12	17
TOTAL	69	100

Fuente: Datos procesados en SPSS

La tabla 06 muestra el consumo de alimentos no saludables de 69 participantes. Un 57% (39 estudiantes) reportaron un consumo medio, incluyendo refrescos, comida rápida y golosinas regularmente. Un 26% (18 estudiantes) indicaron un consumo bajo, limitando estos productos en su dieta. Un 17% (12 estudiantes) reportaron un consumo alto, consumiendo estos alimentos con frecuencia.

Tabla 7

Hábitos Alimenticios Generales

D3	f	%
BAJO	15	22
MEDIO	43	62
ALTO	11	16

TOTAL	69	100
-------	----	-----

Fuente: Datos procesados en SPSS

La tabla 07 analiza los hábitos alimenticios generales de 69 participantes. Un 62% (43 estudiantes) reportaron un nivel medio, incluyendo hábitos como desayunar diariamente, preferir agua sobre bebidas azucaradas y leer etiquetas nutricionales. Un 22% (15 estudiantes) indicaron un nivel bajo, omitiendo desayunos, consumiendo bebidas azucaradas y sin mucha atención a etiquetas nutricionales. Un 16% (11 estudiantes) reportaron un nivel alto, con rutinas saludables como desayunar diariamente, elegir agua y leer cuidadosamente etiquetas.

Tabla 8

Resultado Total de los Hábitos Alimenticios

TOTAL H.A	f	%
BAJO	0	0
MEDIO	58	84
ALTO	11	16
TOTAL	69	100

Fuente: Datos procesados en SPSS

La tabla 08 resume los hábitos alimenticios de 69 participantes. Ninguno se autoevalúa con un nivel bajo (0%). La mayoría, el 84% (58 estudiantes), reportaron un nivel medio de hábitos alimenticios, indicando áreas de mejora para promover la salud y bienestar. Un 16% (11 estudiantes) se autoevalúa con un nivel alto, mostrando prácticas consistentes y saludables en su dieta diaria. Como el valor de Sig de la Prueba de normalidad Kolmogorov Sminov se utilizó por ser el número de alumnos es mayos que 50 es menor que 0.05, teniendo una distribución no paramétrica, por lo tantos las pruebas de correlación se harán con la Rho de Spearman. En ella la Rho de Coeficiente de correlación (0.091) indica una correlación muy débil y positiva entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico, porque el Valor de significancia (0.457) Esto indica que no hay suficiente evidencia para afirmar que existe una relación significativa entre los Hábitos alimenticios y el Rendimiento académico.

Como resultado se encontró el Rho de coeficiente de correlación (0.095), que indica una correlación débil entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en matemática. el Valor de significancia (0.435): Este valor es mayor que 0.05, lo que indica que no hay evidencia suficiente para afirmar que existe una relación estadísticamente significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en matemática en esta muestra

En el año 2024, el rendimiento académico muestra una variada distribución entre sus estudiantes. La mayoría, un 48%, ha alcanzado un nivel satisfactorio de logro académico del área de matemática (A). Cerca de una cuarta parte de los estudiantes, un 25%, ha destacado por su excelencia académica (AD). Un 26% se encuentra en proceso (B), en camino hacia mejoras en su desempeño, mientras que solo un pequeño 1% enfrenta dificultades significativas (C) en sus estudios.

Conclusiones

De acuerdo al objetivo general, al evaluar la relación de los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de educación básica regular 2024 se encontró que los hábitos alimentarios predominantes, tienen una correlación en el nivel medio, no existiendo una predominancia entre los hábitos no saludables y hábitos saludables en los estudiantes de 4to. Grado 2024.

Con relación a los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de 4to. Grado de la institución, se encontró una correlación débil, existe una correspondencia significativa bilateral, eso quiere decir que no hay dependencia entre variables, en la muestra la correspondencia es baja, pero en la población no habría ya que el coeficiente es ($\rho = 0.091$) en la muestra de estudiantes ($p < .005$; sig. = ,000). Medimos otro objetivo específico analizando el rendimiento académico de los estudiantes en un área curricular específica como matemática, lo cual indica que la relación entre el logro académico y la alimentación no guardan relación pues el consumo de alimentos saludables aumentó en gran medida y en la experiencia curricular no tuvo un cambio considerable el alcance de aprendizaje a nivel destacado se mantuvo en 25% y lo previsto por los docentes en 48% en estas dos medidas el alimento es saludable sin existir diferencia en gran medida.

Dado que el coeficiente de correlación es muy cercano a cero y el valor de p es significativa mayor al umbral común de 0.05 (en este caso, 0.435), no hay evidencia estadística significativa para afirmar que existe una relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en matemática en la muestra analizada. Los resultados sugieren que no hay una correlación sustancial entre cómo se alimentan los estudiantes y su desempeño académico en el área de matemática.

El análisis de experiencia curricular determinó la alta proporción de estudiantes en los niveles de "Logro" y "Logro Destacado" indica que la mayoría de los estudiantes de 4to. Grado tiene un buen desempeño académico en matemática. La baja presencia en

los niveles de "Con Dificultad" y "En Proceso" sugiere que las estrategias de enseñanza implementadas tienen un impacto positivo en el rendimiento académico de los estudiantes en el 2024.

Referencias

Allca, E. (2019). Confiabilidad y validez del cuestionario para la evaluación de metas académicas en universitarios de Lima. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49428/Allca_SEM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Avila, F. J. M., Caneda-Bermejo, M. C., & Vivas-Castillo, A. C. (2022). Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura. *Psicogente*, 25(47), 1–31. <https://doi.org/10.17081/psico.25.47.4861>

Barriguete et al. (2017). Hábitos alimentarios, actividad física y estilos de vida en adolescentes escolarizados de la Ciudad de México y del Estado de Michoacán. *Rev Esp Nutr Comunitaria*, Volumen (23). https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2017_1_06.Vega_y_Leon_S.CONDUCTAS_ALIMENTARIAS_EN_ADOLESCENTES_DE_MICHOACAN.pdf

Benavides et al. (2024). El bajo rendimiento académico por falta de una alimentación saludable de los alumnos del nivel medio de la Unidad Educativa Provincia De Los Ríos, en la Ciudad de Guayaquil. *Dialnet*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9282014>

Bravo-Osorio, F., León, O., Castiblanco, A., Castañeda, H., Centeno, B., Merino, C., Rojas, E., Lobos, J. P., Abello, D., Gutiérrez y Restrepo, E., Villanueva, A., Rocha, R., (2018). Fenómeno de Bajo Rendimiento Académico. Proyecto ACACIA. <https://acacia.red/wp-content/uploads/2019/07/Fen%C3%B3meno-de-Bajo-Rendimiento-Acad%C3%A9mico.pdf>

Cushquicushma, Valdez, J. Lema Castelo, K y Armijos Briones, F. (2023). Relación entre la calidad de dieta y rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de odontología. <https://revgacetaestudiantil.sld.cu/index.php/gme/article/view/158>

Garbanzo, G. M. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44031103.pdf>

González, N. (2021). Estado nutricional y su influencia en el rendimiento académico. Editorial Inclusión https://books.google.com.pe/books?id=D7g-EAAAQBAJ&q=rendimiento+acad%C3%A9mico&source=gbs_word_cloud_r&cad=1#v=snippet&q=desempe%C3%B1o%20acad%C3%A9mico%20&f=false

Manjarres, T. (2023). Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes universitarios.

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/38727/1/Manjarres%20Nau%20c3%b1ay%20Thalisa%20Isabel.pdf>

Maricela, L. L. L. (2023, de junio 8). Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes universitarios. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/38727>

Mendoza Medina, A. Y. (2021). Fundamentos teóricos que sustentan el desarrollo de un protocolo de investigación dirigido al favorecimiento de una buena nutrición y su impacto en el rendimiento escolar de los alumnos del 2do grado de la escuela primaria Ignacio Ramírez de Cocula, Guerrero. Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S200778902021000100010

Núñez , A. (2019). Rendimiento académico en estudiantes universitarios de República Dominicana durante la pandemia del COVID-19: Análisis temporal. Revista Innovaciones Educativas , Volumen(25), 49 – 61. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/rie/v25n39/2215-4132-rie-25-39-49.pdf>

ONU: 131 millones de personas en América Latina y el Caribe no pueden acceder a una dieta saludable. (n.d.). OPS/OMS | Organización Panamericana De La Salud. <https://www.paho.org/es/noticias/19-1-2023-informe-onu-131-millones-personas-america-latina-caribe-no-pueden-acceder-dieta>

Padula, G. (2020). Análisis de los efectos sobre el material genético de nutrientes importantes para el crecimiento y desarrollo de la población infantil. Dialnet. ISSN-e 1851-9628, Vol. 42, N°. 2, 2021, págs. 83-97 págs. 83-97. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8087212#:~:text=El%20objetivo%20de%20este%20trabajo%20es%20presentar%20los,normal%20crecimiento%20y%20desarrollo%20de%20la%20poblaci%C3%B3n%20infantil>

Padula, G., Gambaro, R., Mantella, y Seoane, A. (2021). Análisis de los efectos sobre el material genético de nutrientes importantes para el crecimiento y desarrollo de la población infantil. Runa, 84. <http://www.scielo.org.ar/pdf/runa/v42n2/1851-9628-run-42-02-83.pdf>

Parra, A. (2021). Relación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico en estudiantes de universidades públicas y privadas de la localidad de Chapinero, Bogotá. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/nutricion/article/view/347414>

Peña et al. (2023). Relación entre hábitos alimenticios y el rendimiento académico de niños y adolescentes en América Latina. journalusco.edu.co. <https://doi.org/10.25054/01240307.3711>

Ramírez, M. et al. (2023). El bajo rendimiento académico por falta de una alimentación saludable de los alumnos del nivel medio de la Unidad Educativa Provincia De Los Ríos, en la Ciudad de Guayaquil. Revista Dialnet. (Pág 410- 420).

Tacilla Cardenas, I., Vásquez Villanueva, S., Verde Avalos., E y Colque Díaz, E. (2020) . Rendimiento académico: universo muy complejo para el quehacer pedagógico.

