

CONSUMO ALIMENTARIO DURANTE EL RECESO DE CLASES EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTÍSIMA TRINIDAD EN EL 2024

Food consumption during the class break at the Santísima Trinidad educational institution in 2024

Autoras:

Ashly Samaniego Inga
Liz Alegría Bejarano Vargas

Docente asesor:

Mg. Ditmar E. Vicharra Lindo

I.E. Santísima Trinidad – Yauyos
Segundo grado de secundaria

RESUMEN

El objetivo del estudio fue conocer el consumo alimentario de los estudiantes durante la hora de recreo en la institución educativa Santísima Trinidad en el 2024. La población estuvo conformada por 35 estudiantes de dicha institución. La técnica empleada fue la entrevista y el instrumento una ficha de registro. Entre principales resultados estadísticos se obtuvieron que los productos de mayor consumo son la comida y galletas (35.3%), el 47.0% de estudiantes perciben consumir productos saludables y el gasto de consumo promedio por estudiante es de S/. 3.27 al día. Finalmente, el estudio concluye que no es adecuado el consumo de los estudiantes de secundaria durante el receso de clases, en la I.E Santísima Trinidad en el 2024.

Palabras claves: Consumo, alimentos, estudiantes y recreo.

Samaniego, A. y Bejarano, L. (2025). Consumo alimentario durante la hora de receso en la institución educativa Santísima Trinidad en el 2024. *Kuskanchaq*, 3(1), 9 - 22

ABSTRACT

The objective of the study was to know the food consumption of students during recess time at the Santísima Trinidad educational institution in 2024. The population consisted of 35 students from said institution. The technique used was the interview and the instrument a registration form. Among the main statistical results, it was obtained that the most consumed products are food and cookies (35.3%), 47.0% of students perceive consuming healthy products and the average consumption expenditure per student is S/. 3.27 per day. Finally, the study concludes that the consumption of high school students during recess is not adequate, at the I.E Santísima Trinidad in 2024.

Keywords: Consumption, food, students and recreation.

INTRODUCCIÓN

Primeramente, es necesario diferenciar entre la alimentación y la nutrición; mientras la alimentación es la acción de consumir alimentos, la nutrición es el proceso biológico de utilizar y aprovechar esos alimentos para mantener la salud y el funcionamiento del cuerpo.

Por ejemplo, mientras la alimentación es el consumir una hamburguesa y la nutrición sería como el cuerpo utiliza los carbohidratos, proteínas y grasas de la hamburguesa para producir energía, construir y reparar tejidos.

Alimentación saludable

La alimentación saludable es un patrón de consumo de una variedad de alimentos que proporciona los nutrientes necesarios para mantener la salud óptima, prevenir enfermedades crónicas y promover el bienestar físico y mental.

Para ello, se requiere cambios graduales y sostenidos en los hábitos alimenticios, en relación a lo siguiente: (a) Incluir diariamente alimentos que proporcionen al organismo los nutrientes esenciales, (b) comer de 3 a 5 comidas al día, (c) beber bastante agua (2 litros aproximadamente) y (d) masticar lentamente los alimentos.

Consumo

El consumo se refiere a la acción de adquirir, utilizar o disfrutar de productos, servicios o recursos para satisfacer necesidades o deseos. En el caso de los alimentos se hace referencia al aprovechamiento de nutrientes, diversidad de la dieta y la inocuidad.

Las dimensiones del consumo alimenticio son la el tipo de producto, calidad del producto y gasto de consumo.

Objetivo del estudio

Objetivo general:

Conocer el consumo de los estudiantes de secundaria durante el receso de clases, en la I.E Santísima Trinidad en el 2024.

Objetivos específicos:

O1: Determinar la frecuencia de los productos consumidos por los estudiantes de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024.

O2: Determinar la calidad de los productos consumidos por los estudiantes de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024.

O3: Determinar el gasto de consumo de los estudiantes de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024.

Hipótesis del estudio

Hipótesis general:

Es adecuado el consumo de los estudiantes de secundaria durante el receso de clases, en la I.E Santísima Trinidad en el 2024.

Hipótesis específicas:

H1: El producto más consumido por los estudiantes de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024 es la comida.

H2: La calidad de los productos consumidos por los estudiantes de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024 es adecuada.

H3: Los estudiantes de secundaria de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024 poseen un gasto de consumo bajo.

MÉTODO

Población y muestra

Conformada por 35 estudiantes de educación secundaria de la I. E. Santísima trinidad, 2024. Mientras que la muestra de 34 estudiantes debida a la inasistencia continua de una estudiante de cuarto de secundaria. La muestra se distribuyó según la tabla 1.

Tabla 1

Distribución de la muestra

Grados	1°	2°	3°	4°	5°	Total
Cantidad	5	9	5	12	3	34
%	14,7%	26,5%	14,7%	35,3%	8,8%	100%

Variable en estudio

El estudio analizo la variable Consumo de alimentos. En la tabla 2, se especifican sus dimensiones y tipo.

Tabla 2

Estructura de la variable

Variable	Dimensiones	Tipo
Consumo de alimentos	a) Tipo de producto	Cualitativa
	b) Calidad de producto	Cualitativa
	c) Gasto de consumo	Cuantitativa

Técnica e instrumento de recolección de datos

La técnica de recolección de datos empleada en el trabajo fue la entrevista que consiste en que el investigador pregunta verbalmente y registra las respuestas de los sujetos de la población en estudio

El instrumento empleado fue una guía de entrevista donde se tenia las preguntas y una ficha de registro donde se escribía las respuestas de los participantes.

En la tabla 3, se especifican las preguntas, acorde a su respectiva dimensión.

Tabla 3

Operacionalización de las variables

Variable	Dimensiones	Preguntas / respuestas
Consumo de alimentos	D1: Tipo de producto	¿Qué productos compras frecuentemente? a) Comida (segundo/entrada) b) Galletas, chocolates y pastel. c) Yogurt, cereales y pecanas. d) Gaseosa e) Agua
	D2: Calidad del producto	¿Consideras que es saludable lo que estas consumiendo? a) Si es saludable b) No es saludable
	D3: Gasto de consumo	¿Cuántos dinero gastas al día para tu refrigerio?
Sexo		Eres: (F) o (M)
Grado de estudio		¿De qué grado eres?
Procedencia		¿De dónde eres? a) Tomas b) Huancachi c) Tinco

Protocolo de intervención y recolección de datos

- i. Primero: Se conforma el equipo de trabajo y se designó al delegado.
- ii. Segundo: El delegado distribuyo la responsabilidad de entrevistador y registrador.
- iii. Tercero: Se aplico la entrevista durante el recreo y tiempo libre.
- iv. Cuarto: Se consolido la información de todos los equipos.

RESULTADOS

Análisis de las variables intervinientes

Tabla 4*Distribución de estudiantes según sexo*

i	Categoría	Frecuencia absoluta (fi)	Frecuencia relativa (hi%)
1	Femenino	18	53,0%
2	Masculino	16	47,0%
	Total	34	100,0%

En la tabla 4, se observa que el 53.0% de estudiantes son del sexo femenino; mientras, el 47.0% de estudiantes son del sexo masculino.

Tabla 5*Distribución de estudiantes según procedencia*

i	Categoría	Frecuencia absoluta (fi)	Frecuencia relativa (hi%)
1	Tomas	22	64,8%
2	Huancachi	9	24,4%
3	Tinco	3	8,8%
	Total	34	100,0%

En la tabla 5, se observa que 64,8% de estudiantes procede de Tomas; mientras, el 24,4% de estudiantes es Huancachi y el 8,8% de estudiantes es de Tinco.

Tabla 6*Distribución de estudiantes según grado de estudios*

i	Categoría	Frecuencia absoluta (fi)	Frecuencia relativa (hi%)
1	Primero de secundaria	5	14,8%
2	Segundo de secundaria	9	26,4%
3	Tercero de secundaria	5	14,8%
4	Cuarto de secundaria	12	35,2%
5	Quinto de secundaria	3	8,8%
	Total	34	100,0%

En la tabla 6, se observa que 14,8% de estudiantes se encuentra en primero de secundaria, el 26,4% de estudiantes se encuentra en segundo de secundaria, el 14,8% de estudiantes se encuentra en tercero de secundaria, el 35,2% de estudiantes se encuentra en cuarto de secundaria y el 8,8% de estudiantes se encuentra en quinto de secundaria.

Análisis de las dimensiones del consumo alimenticio

Tabla 7*Distribución de estudiantes según tipo de producto*

i	Categoría	Frecuencia absoluta (fi)	Frecuencia relativa (hi%)
1	Comida	12	35,3%
2	Galleta	12	35,3%
3	Cereales	2	5,9%
4	Yogurt	2	5,9%
5	Gaseosa	2	5,9%
6	Chocolate	1	2,9%
7	Agua	1	2,9%
8	No consume	2	5,9%
	Total	34	100,0%

En la tabla 7, se observa que 35.3% de estudiantes prefiere consumir comida durante el recreo, el 35.3% de estudiantes consume galleta, el 5.9% de estudiantes consume cereales, el 5.9% de estudiantes consume yogurt, el 5.9% de estudiantes consume gaseosa, el 2.9% de estudiantes consume agua y el 2.9% de estudiantes no consume alimentos en el recreo.

Tabla 8

Distribución de la percepción sobre la calidad de producto

i	Categoría	Frecuencia absoluta (fi)	Frecuencia relativa (hi%)
1	Saludables	16	47,1%
2	No saludables	16	47,1%
3	No consume	2	5.8%
Total		34	100,0%

En la tabla 8, se observa que 47,1% de estudiantes percibe que consume productos saludables; mientras, el 47,1% percibe que consume productos no saludables y el 5.8% no consume productos en el recreo.

Tabla 9

Tendencia central respecto al gasto de consumo

Categoría	Gasto de consumo
Moda	S/. 3.00 (12 casos)
Mediana	S/. 3.00
Media	S/. 3.27

En la tabla 9, se observa que el gasto de consumo más usual (moda) es de S/. 3.00. Asimismo (mediana), se observa que el 50% de estudiantes poseen un gasto de consumo igual o menor a S/. 3.00. Además, el gasto de consumo promedio por estudiantes es de S/. 3.27 al día.

Análisis de datos cruzados

Análisis del gasto promedio según dimensiones del consumo

Tabla 10

Promedio del gasto del consumo según tipo de producto

i	Tipo de producto	Promedio de Gasto de consumo
1	Comida	S/. 4.41
2	Galleta y chocolate	S/. 2.84
3	Yogurt y cereales	S/. 2.75
4	Gaseosa	S/. 4.50
5	Agua	S/. 1.00

En la tabla 10, se observa que los estudiantes que consumen frecuentemente comida que poseen un gasto de consumo promedio de S/. 4.41, mientras los que consumen frecuentemente galleta y chocolate que poseen un gasto de consumo promedio de S/. 2.84, los que consumen frecuentemente yogurt y cereales que poseen un gasto de consumo promedio de S/. 2.75, los que consumen frecuentemente gaseosa que poseen un gasto de consumo promedio de S/. 4.50, y los que consumen frecuentemente agua que poseen un gasto de consumo promedio de S/. 1.00.

Tabla 11

Promedio del gasto de consumo según tipo de producto

i	Calidad de producto	Promedio de Gasto de consumo
1	Saludables	S/. 3.00
2	No saludables	S/. 3.50

En la tabla 11, se observa que los estudiantes que consideran como saludables los productos que ingieren poseen un gasto de consumo promedio de S/. 3.00, mientras que consideran no saludables los productos poseen un gasto de consumo promedio de S/. 3.50.

Análisis del gasto promedio según variables sociodemográficas**Tabla 12***Gasto de consumo según sexo*

i	Sexo	Promedio de Gasto de consumo
1	Masculino	S/. 9.40
2	Femenino	S/. 3.70
Media del total de la muestra		S/. 3.27

En la tabla 12, se observa que el gasto promedio de consumo de los estudiantes masculinos es de S/. 9.40; mientras el gasto promedio de los estudiantes femeninos es S/. 3.70. En contraste con el gasto promedio del total de la muestra es de S/.3.27.

Tabla 13*Gasto de consumo según procedencia*

i	Procedencia	Promedio de Gasto de consumo
1	Tomas	S/. 3.30
2	Huancachi	S/. 3.40
3	Tinco	S/. 1.30
Media del total de la muestra		S/. 3.27

En la tabla 13, se observa que el gasto promedio de consumo de los estudiantes que proceden de Tomas es de S/. 3.30; mientras el gasto promedio de los estudiantes de Huancachi es S/. 3.40, y el gasto promedio de los estudiantes de Tinco es S/. 1.30. En contraste con el gasto promedio de la muestra es de S/.3.27.

Tabla 14

Gasto de consumo según grado de estudios

i	Grado de estudios	Promedio de Gasto de consumo
1	Primero de secundaria	S/. 2.80
2	Segundo de secundaria	S/. 2.40
3	Tercero de secundaria	S/. 2.40
4	Cuarto de secundaria	S/. 4.10
5	Quinto de secundaria	S/. 2.30
Media del total de la muestra		S/. 3.27

En la tabla 14, se observa que el gasto promedio de consumo de los estudiantes de primero de secundaria es de S/. 2.80, mientras el gasto promedio de los estudiantes de segundo de secundaria es de S/.2.40, el de los estudiantes de tercero de secundaria es de S/.2.40, el de los estudiantes de cuarto de secundaria es de S/.4.10 y el de los estudiantes de quinto de secundaria es de S/.2.30. En contraste con el gasto promedio de la muestra es de S/.3.27.

Contraste de la hipótesis

Para realizar el contraste de las hipótesis, primero se organizó la información de contraste y la información proveniente del análisis estadístico (dato calculado).

Tabla 15

Organización de la información

Hipótesis a contrastar	Dato calculado	Dato de contraste
H1: El producto más consumido por los estudiantes de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024 es la comida.	35.2% (comida)	35.2% (galleta)
H2: La calidad de productos consumidos por los estudiantes de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024 es adecuada	47.0% (Adecuada)	47.0% (No adecuada)
H3: Los estudiantes de secundaria de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024 poseen un gasto de consumo bajo (Igual o menos de S/. 3.00).	S/. 3.27	S/. 3.00

Luego de ello, es necesario evaluar las hipótesis de forma lógica en base a los datos calculados y de contraste.

Tabla 16

Contraste de las hipótesis y toma de decisión

Hipótesis a contrastar	Dato calculado	Operador	Dato de contraste	Condición	Decisión
<i>H1:</i>	35.2%	\geq	35.2%	Verdadera	Aceptar
<i>H2:</i>	47.0%	$>$	47.0%	Falso	Rechazar
<i>H3:</i>	S/. 3.27	\leq	S/. 3.00	Falso	Rechazar

De la tabla 16, se observa que la condición de las hipótesis específicas 1, 2 y 3 son falsas por ende se las rechaza.

CONCLUSIONES

A continuación, se concluye el estudio en base a las hipótesis planteadas al inicio:

Conclusión general: consideramos que la hipótesis general es falsa; por ende, no es adecuado el consumo de los estudiantes de secundaria durante el receso de clases, en la I.E. Santísima Trinidad en el 2024. Ya que, al ser la comida, yogurt, cereales y agua los productos considerados como saludables, su consumo es del 50% y un gasto promedio de S/. 3.00.

Conclusión 1: Se acepta la hipótesis específica 1; por ende, el producto más consumido por los estudiantes de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024 si es la comida. Ya que, el porcentaje de consumo de comida del 35,2% es igual al porcentaje de consumo de galletas del 35,2%, siendo estos dos los productos más consumidos.

KUSKANCHAQ

Conclusión 2: Se rechaza la hipótesis específica 2; por ende, la calidad de los productos consumidos por los estudiantes de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024 NO es adecuada. Ya que, el porcentaje de estudiantes que consideran como saludable los productos consumidos es del 47.0%, no mayor al porcentaje de estudiantes que la consideran como no saludable.

Conclusión 3: Se rechaza la hipótesis específica 3; por ende, los estudiantes de secundaria de la I.E. Santísima Trinidad en el 2024 no poseen un gasto de consumo bajo. Ya que, el promedio de consumo es de S/. 3.27 no menor a S/. 3.00.

REFERENCIAS

La base de referencia sobre los alimentación, nutrición y consumo descrita en la introducción del artículo fue creada tomando como base los reportes de la inteligencia artificial de META.