



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN
MADRES Y ACTITUD HACIA LA
INGESTA EN SUS HIJOS DE 5TO Y 6TO
DE PRIMARIA

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA


BRENDA VALERIA ESPINAR VICHARRA

LIMA – PERÚ


2023

Feedback Studio - Google Chrome
 ev.turmitin.com/app/carta/es/?ro=103&cs=3&co=2174450665&lang=es&u=1136618989

feedback studio Brenda Valeria Espinar Vicharra AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN MADRES Y ACTITUD HACIA LA INGESTA EN SUS HIJOS DE 5TO Y 6TO DE PRIMARIA 1 de 35



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA
 FACULTAD DE PSICOLOGIA


 Mg. Mayte L. Casaña Meza

AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN MADRES Y ACTITUD HACIA LA INGESTA EN SUS HIJOS DE 5TO Y 6TO DE PRIMARIA

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
 LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

Resumen de coincidencias

25 %

1	repositorio.ucv.edu.pe	2 %
2	repositorio.upch.edu.pe	2 %
3	hdl.handle.net	2 %
4	www.researchgate.net	2 %
5	repositorio.unfv.edu.pe	2 %
6	Entregado a Universidad...	1 %
7	www.td.csl	1 %
8	repositorio.ulima.edu.pe	1 %
9	www.saberes.unam.mx	1 %
10	revistas.espoch.edu.ec	1 %
11	doi.org	1 %
12	es.acribd.com	1 %
13	scopus.net	1 %

Página: 1 de 138 Número de palabras: 23113 Versión solo texto del informe Alta resolución Activado

AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN MADRES Y ACTITUD HACIA LA INGESTA EN SUS HIJOS DE 5TO Y 6TO DE PRIMARIA

por Brenda Valeria Espinar Vicharra

AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN MADRES Y ACTITUD HACIA LA INGESTA EN SUS HIJOS DE 5TO Y 6TO DE PRIMARIA

INFORME DE ORIGINALIDAD


Mg. Mayte L. Casaña Meza



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.ucv.edu.pe <small>Fuente de Internet</small>	2%
2	repositorio.upch.edu.pe <small>Fuente de Internet</small>	2%
3	hdl.handle.net <small>Fuente de Internet</small>	2%
4	www.researchgate.net <small>Fuente de Internet</small>	2%
5	repositorio.unfv.edu.pe <small>Fuente de Internet</small>	2%
6	Submitted to Universidad Peruana Cayetano	1%

Fecha de entrega: 23-sep-2023 07:24a.m. (UTC-0500)
 Identificador de la entrega: 2174450665
 Nombre del archivo: Tesis_-_Espinar_Vicharra_08-09-23.docx (5.61M)
 Total de palabras: 25113
 Total de caracteres: 135778


 Mg. Mayte L. Casaña Meza

MIEMBROS DEL JURADO

Mg. CAROLINA JESUSA MAYORCA CASTILLO

Presidente

Mg. DANITSA ALARCÓN PARCO

Vocal

Mg. SUSANA ELIZABETH MAMANI GUERRA

Secretaria

ASESOR DE TESIS

Mg. MAYTE LUZMILA CASAÑO MEZA

DEDICATORIA

A la memoria de mi abuelito Hermógenes Vicharra que
con su ejemplo me inculcó que la vida es lucha.

A mi madre, a mi tía Luisa y a mi hermano por su amor
incondicional.

AGRADECIMIENTOS

A mi madre Evelyn por brindarme fortaleza a lo largo de mi vida universitaria, a mi hermano Roberto por alegrar mis días, a mis tíos: Luisa, Silvia, Teresa, Lucho y Miguel quienes me motivan a trabajar por mis sueños, y a mi abuelito Rodolfo por enseñarme el bello hábito de la lectura.

Al Programa Beca 18 por brindarme la base y el soporte para seguir una carrera profesional.

A los docentes de la Universidad Peruana Cayetano Heredia por inculcarme la ética, y por su calidad de enseñanza que aportaron a mi formación como profesional y ser humano.

A mi asesora, Mayte Casaño, por su acompañamiento y motivación en todo momento.

De igual manera, agradezco a los docentes que me apoyaron a lo largo de esta investigación: Ricardo Arévalo, quien me ayudó a delimitar el tema; Giuliana Salazar y Víctor Ucedo, quienes me ayudaron en el análisis estadístico; y Susana Mamani, quien me apoyó en la estructuración del marco teórico.

Finalmente, expresar mi estima y agradecimiento al Dr. Vlady y al Señor Noé, quienes confiaron en mí y me aconsejaron.

TABLA DE CONTENIDOS

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	1
1.1 IDENTIFICACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
1.2 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL PROBLEMA	5
1.3 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	6
1.4 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	6
1.4.1 OBJETIVO GENERAL.....	6
1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	7
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	8
2.1 ASPECTOS CONCEPTUALES PERTINENTES	8
2.1.1 AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS.....	8
2.1.2. ACTITUD HACIA LA INGESTA.....	15
2.1.3 NIÑEZ INTERMEDIA	21
2.1.4 APROXIMACIÓN TEÓRICA SOBRE EL AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN LAS MADRES Y LA ACTITUD HACIA LA INGESTA EN SUS HIJOS	22
2.2 INVESTIGACIONES EN TORNO AL PROBLEMA INVESTIGADO	29
2.2.1 INVESTIGACIONES NACIONALES	29
2.2.2 INVESTIGACIONES INTERNACIONALES.....	32
2.3 DEFINICIONES CONCEPTUALES Y OPERACIONALES DE	

VARIABLES.....	36
2.3.1 DEFINICIONES CONCEPTUALES.....	36
2.3.2 DEFINICIONES OPERACIONALES	36
2.4 HIPÓTESIS.....	40
2.4.1 HIPÓTESIS GENERAL.....	40
2.4.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	40
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	42
3.1 NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN	42
3.2 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	42
3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	43
3.3.1 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN.....	43
3.3.3 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN.....	44
3.4 INSTRUMENTOS	44
3.5 CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	48
3.6 PROCEDIMIENTO.....	49
3.7. PLAN DE ANÁLISIS	50
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	53
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN.....	73
CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES.....	83
RECOMENDACIONES	85
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	86
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de operacionalización de las variables	38
Tabla 2. Características sociodemográficas de los estudiantes del 5to y 6to de primaria de un colegio público de Lurigancho – Chosica, Lima.....	44
Tabla 3. Baremos clasificados en percentiles según el sexo de los participantes para las puntuaciones obtenidas del Inventario COPE.....	46
Tabla 4. Criterios para determinar la fuerza de la relación entre variables.....	52
Tabla 5. Estadísticos descriptivos para la variable afrontamiento al estrés en las madres de los escolares de 5to y 6to de primaria	53
Tabla 6. Estadísticos descriptivos para la variable actitud hacia la ingesta de los escolares de 5to y 6to de primaria	55
Tabla 7. Test de Shapiro-Wilk para los resultados de los estudiantes del 5to y 6to de primaria de un colegio público de Lurigancho – Chosica, Lima.....	55
Tabla 8. Correlación entre las dimensiones del Afrontamiento al Estrés y las dimensiones de Actitud Hacia la Ingesta	57
Tabla 9. Validez de coherencia de ítems.....	58
Tabla 10. Validez lingüística de los ítems mediante la prueba binomial.....	59
Tabla 11. Validez semántica de los ítems mediante la prueba binomial	60
Tabla 12. Análisis del tamaño muestral para el análisis factorial de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI)	63

Tabla 13. Índices de ajuste del Análisis Factorial Confirmatorio mediante SEM de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI).....	64
Tabla 14. Índice de ajuste global del Análisis Factorial Confirmatorio mediante SEM de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI).....	65
Tabla 15. Distribución de ítems de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta según el Análisis Factorial Confirmatorio por SEM.....	67
Tabla 16. Estimación de la homogeneidad de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta	68
Tabla 17. Baremos para las dimensiones de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI)	68
Tabla 18. Correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y las dimensiones Evasión Emocional y Premiación de la Actitud Hacia la Ingesta	70
Tabla 19. Estadísticos de prueba en la actitud hacia la ingesta según la variable grado en los alumnos de 5to y 6to de primaria	71
Tabla 20. Estadísticos de prueba en la actitud hacia la ingesta según la variable género en los alumnos de 5to y 6to de primaria	72

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Modelo de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta adaptado a población escolar (niños de 5to y 6to de primaria).....	66
--	----

RESUMEN

La presente investigación busca determinar la relación entre afrontamiento al estrés en madres y actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, así mismo, es de nivel básico, de tipo no experimental y diseño descriptivo correlacional. En la muestra participaron 95 estudiantes de 5to y 6to de primaria de un colegio público y sus respectivas madres, siendo evaluados por: El Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE) y la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI). Los resultados evidencian que: existe una relación inversa y de intensidad muy débil entre el afrontamiento al estrés en las madres y la actitud hacia la ingesta en sus hijos; la EAHI posee adecuada validez y confiabilidad (Alfa de Cronbach de .783); una relación muy débil e inversa entre el Afrontamiento Centrado en el Problema en las madres y las dimensiones: Evasión Emocional ($r = -.033$) y Premiación ($r = -.123$) en sus hijos; una relación muy débil e inversa entre el Afrontamiento Centrado en la Emoción en las madres y las dimensiones: Evasión Emocional ($r = -.010$) y Premiación ($r = -.120$) en sus hijos; y que la Evasión Emocional difiere en cuanto al género ($p < .05$).

Palabras Clave

Afrontamiento, estrés, ingesta, madres, hijos.

ABSTRACT

This research seeks to determine the relationship between coping with stress in mothers and attitude towards eating in their children in 5th and 6th grade, likewise, it is basic level, non-experimental and descriptive correlational design. 95 5th and 6th grade students from a public school and their respective mothers participated in the sample, being evaluated by: The Stress Coping Styles Questionnaire (COPE) and the Eating Attitude Scale (EAHI). The results show that: there is an inverse and very weak intensity relationship between the coping with stress in mothers and the attitude towards eating in their children; the EAHI has adequate validity and reliability (Cronbach's Alpha of .783); a very weak and inverse relationship between Problem-Focused Coping in mothers and the dimensions: Emotional Avoidance ($r = -.033$) and Rewarding ($r = -.123$) in their children; a very weak and inverse relationship between Emotion-Focused Coping in mothers and the dimensions: Emotional Avoidance ($r = -.010$) and Rewarding ($r = -.120$) in their children; and that Emotional Avoidance differs in terms of gender ($p < .05$).

Keywords

Coping, stress, intake, mothers, children

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

En un reporte del Centro Nacional de Alimentación y nutrición (CENAN, 2018) se evidencia que, en los últimos diez años, el sobrepeso y la obesidad han ido en aumento en los niños 5 a 9 años en el Perú, pasando del 7,7% en 2008 al 19,3% en el 2018. A pesar de los esfuerzos realizados para contrarrestar dicha problemática, no se han obtenido resultados alentadores, pues, el sobrepeso y la obesidad en niños deben ser vistos desde una perspectiva global, considerándose además factores parentales y/o emocionales.

En ese sentido, los periodos de estrés suelen emerger emociones negativas que conllevan a la búsqueda de alimentos o a la disminución de los mismos (Palomino, 2020), así mismo, García, Rivas, Hernández, García y Braqbien (2016) refieren que muchas veces la comida puede generar confort y/o distracción ante eventos negativos, es por ello que se habla de la actitud hacia la ingesta, que Balsa (2014) define como aquella alimentación basada en las emociones, dicha conducta también puede ser denominada como alimentación por ansiedad o alimentación emocional, lo cual puede conllevar a enfermedades como el sobrepeso y obesidad, por ende, es necesario conocer qué estilos de afrontamiento al estrés practican las madres, y en qué nivel, ya que, ello será adquirido por sus hijos desde edades tempranas (Antunes, 2020), de igual manera, la actitud hacia la ingesta que ellos presenten, a partir de esta información se podrán elaborar las debidas estrategias para abordar dichas enfermedades en los niños, es decir, no basta con solo dar a conocer el valor nutricional de los alimentos para desarrollar

una alimentación saludable, también es crucial brindar herramientas que fortalezcan el control emocional frente a dichos alimentos.

A partir de este panorama, la presente tesis tiene como finalidad determinar la relación entre el afrontamiento al estrés en madres y actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.

1.1 IDENTIFICACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La alimentación es un proceso voluntario que comprende las siguientes etapas: selección, preparación e ingestión del alimento (Palencia, 2004), en el proceso de selección influyen tres componentes individuales que de acuerdo a Peña y Reidl (2015) son: cognitivo, conductual y afectivo, en lo que respecta al componente afectivo, los estados emocionales y de ánimo pueden influir en la conducta alimentaria, a su vez la alimentación puede modificar dichos estados, partiendo de esta idea, se puede hablar de una actitud hacia la ingesta (Balsa, 2014), la cual se presenta desde edades tempranas y se va consolidando como hábito; según Palomino (2020) es una conducta aprendida caracterizada por el inadecuado manejo del estrés que conlleva al consumo de alimentos altos en azúcares y grasas, que a su vez desencadena enfermedades como la obesidad y sobrepeso.

En ese sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016) encontró que un aproximado de 41 millones de preescolares y más de 340 millones de escolares entre 5 y 19 años padecían de obesidad y sobrepeso, además, se halló que ambas enfermedades han ido incrementándose en países de bajo y mediano estrato económico, específicamente en los grupos urbanos, también, se encontró la prevalencia en dicha

población ha ido incrementándose significativamente, pasando de un 4% en 1975 a un 18% en el 2016.

Con respecto a América Latina y el Caribe, 3 de cada 10 niñas, niños y adolescentes, de 5 a 19 años presentan sobrepeso, además, 13 países de la región tienen prevalencias de sobrepeso que superan al 30%, siendo Argentina, Bahamas, Chile y México los países con porcentajes más altos de sobrepeso entre su población de 5 a 12 años, dicho problema está asociado con el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) y mayor riesgo de mortalidad (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2021).

En el caso del Perú, según las estadísticas del 2015, se viene incrementando la cantidad de niños y adolescentes con obesidad en determinadas regiones del país, pasando de un 3% a un 19% en los últimos treinta años, además, Tacna, Moquegua y Lima Metropolitana son las ciudades donde se ha encontrado una mayor incidencia de obesidad en dicho grupo a causa de la alimentación desordenada y la poca actividad física (Instituto Nacional de Salud del Niño [INSN], 2020).

El afán por establecer las posibles soluciones de la obesidad, dada su alta prevalencia, cronicidad y gravedad en el desarrollo de las ENT, ha llevado a diversos investigadores a profundizar en los aspectos psicosociales que la patología trae consigo (Palomino, 2020).

Preston, Ariana, Penny, Frost y Plugge (2015, como se citó en Villena, 2017) al evaluar una cohorte conformada por 1737 niños entre 7 y 8 años, en su mayoría de la zona costera y de zonas urbanas con un bajo estrato socioeconómico, encontraron que el 27,8% presentó sobrepeso y el 8,6% obesidad, además, que los factores

relacionados al sobrepeso y obesidad fueron: ser varón, tener una madre con obesidad o sobrepeso, ser hijo único o tener solo un hermano, pertenecer a las dos categorías superiores de riqueza y vivir en Lima Metropolitana. En otro estudio realizado por Montoro (2017) dentro de un colegio público del distrito de Lurigancho-Chosica se halló que de 703 escolares de primaria entre edades de 6 y 12 años (51% mujeres y 49% varones), el 14.4% presentaba obesidad (8,1% varones y 6.3% mujeres).

Para el INSN (2020), el entorno familiar y social guardan relación con los estados de estrés del menor, que a su vez conlleva a estados de ansiedad, depresión y a un alto consumo de alimentos, en ese sentido, cabe resaltar del entorno familiar que los estilos de crianza, el tipo de apego, estados emocionales y afrontamiento al estrés de los progenitores (Antunes, 2020) estarían vinculadas con la aparición de determinadas conductas en sus hijos, sobre todo, aquellas ligadas al ámbito alimentario y emocional, sin embargo, en el Perú se evidencian pocos estudios referidos al afrontamiento al estrés de los padres con respecto al comportamiento alimentario o actitud hacia la ingesta de sus hijos preescolares o escolares, ya sean conductas positivas o negativas (Delgado y Liria, 2016), por tal motivo, se sugiere que para el abordaje de la obesidad y sobrepeso se indaguen los estilos de afrontamiento al estrés en los progenitores, sobre todo las madres, quienes suelen ser las cuidadoras principales, para que a futuro se elaboren estrategias que busquen el cambio de los patrones conductuales, el manejo de los pensamientos disfuncionales, el control de estímulos, así como el fomento de estilos de vida saludable a fin de frenar la obesidad y sobrepeso desde edades tempranas.

De acuerdo a lo descrito anteriormente, se propone la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué relación existe entre afrontamiento al estrés en madres y actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria?

1.2 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL PROBLEMA

Los factores emocionales y parentales están vinculados con el desarrollo de la obesidad y el sobrepeso en niños, quienes son más propensos a perdurar con dichas enfermedades hasta la edad adulta y a su vez presentar comorbilidades como diabetes, presión arterial alta, etc. (OMS, 2016), por ende, la presente investigación brindará un aporte crucial en el marco de la salud física y mental del país tanto en madres como en sus hijos.

La investigación aporta valor teórico porque hasta la actualidad, dentro del contexto nacional e internacional se han realizado escasos estudios con respecto al afrontamiento al estrés en madres y la actitud hacia la ingesta en sus hijos, en este sentido, el presente estudio será un antecedente para futuras investigaciones.

Por otro lado, la investigación posee relevancia práctica porque los resultados servirán de indicador al personal directivo de la institución educativa para la gestión de programas que velen por la salud de sus estudiantes y madres de familia.

Con respecto a la relevancia social, de manera general, dicha información supone una base para la construcción de políticas públicas que promocionen los estilos de vida saludable a nivel familiar, también que contribuyan en la prevención de la obesidad y sobrepeso a partir de talleres psicoeducativos sobre el manejo el estrés en madres, que por su misma labor suelen experimentar situaciones desencadenantes de

estrés, y en el caso de los hijos, el conocimiento sobre la actitud hacia la ingesta y el manejo emocional dentro de ella.

En relación a la utilidad metodológica, en el Perú existen pocos instrumentos psicológicos que evalúan actitud hacia la ingesta en niños, tal es el caso de la Escala de Hambre Emocional (EES) validada y adaptada por Charun y Cipiran (2022) en niños y adolescentes limeños, por tal motivo, la validación de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta en el presente estudio sirve de referente para futuras investigaciones psicométricas que evalúen el constructo en mención.

1.3 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

La principal limitación se relaciona con la generalización de los resultados, pues, corresponde a un estudio censal, el cual implicó evaluar a todos los alumnos de 5to y 6to de primaria que asisten a la institución educativa seleccionada y a sus respectivas madres.

Otra limitación presentada fue la carencia de estudios que evalúen la relación de las dos variables abordadas, por lo que se tomó de referente a investigaciones que indagaron variables similares sobre todo en población escolar y en padres de familia.

1.4 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

- Determinar la relación entre afrontamiento al estrés en madres y actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.

1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar la validez y la confiabilidad de la Escala de Actitud hacia la Ingesta (EAHI: Balsa, 2014) dirigida a niños de 5to y 6to de primaria.
- Identificar la relación entre afrontamiento al estrés centrado en el problema en madres y la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.
- Identificar la relación entre afrontamiento al estrés centrado en el problema en madres y la dimensión premiación de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.
- Identificar la relación entre afrontamiento al estrés centrado en la emoción en madres y la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.
- Identificar la relación entre afrontamiento al estrés centrado en la emoción en madres y la dimensión premiación de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.
- Comparar los puntajes obtenidos en la actitud hacia la ingesta según la variable grado en alumnos de 5to y 6to de primaria.
- Comparar los puntajes obtenidos en la actitud hacia la ingesta según la variable género en alumnos de 5to y 6to de primaria.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 ASPECTOS CONCEPTUALES PERTINENTES

2.1.1 AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

Wolff (como se citó en González, 2014) fue uno de los primeros autores en criticar la idea de percibir al estrés como una psicopatología, en cambio la definió como un estado dinámico que precisa una estrategia adaptativa frente a las diferentes demandas, luego, Moscoso (como se citó en González, 2014) redefinió al estrés como aquella situación que genera un desequilibrio entre las necesidades internas/externas, los recursos (incrementa el grado de activación tanto fisiológica como cognitiva y conductual) y las características personales percibidas para hacer frente una situación, dicho autor abarcó diversos aspectos que influyen para que una persona experimente el estrés, entre ellas, las demandas externas que son inevitables, por ejemplo, las madres de familia poseen una mayor demanda externa debido a su rol como cuidadoras, es por ello que pueden experimentar diferentes situaciones estresantes, pero sus estrategias y/o habilidades les ayudarán a afrontar dichas situaciones.

La propuesta teórica de Lazarus y Folkman (como se citó en Fernández, 2009) considera que los factores psicológicos, sobre todo los cognitivos ejercen una influencia entre los estímulos estresores y las respuestas ante ellos, concibiéndose a este como una consecuencia de la evaluación que hace el individuo sobre todo lo que le rodea, es decir, el agente estresor no define el estrés, sino la percepción de la persona con respecto a una determinada situación. Asimismo, los autores establecen tres tipos de evaluación:

- a) primaria, donde se le otorga importancia al significado de lo que viene pasando, ya sea considerándolo como algo irrelevante, estresante o beneficiosa,
- b) secundaria, donde la persona valora las propias herramientas, las cuales pueden ser sus habilidades de afrontamiento, el apoyo social y material para enfrentar la situación.
- c) reevaluación, que implica la producción de correcciones sobre valoraciones previas del afrontamiento partiendo de la nueva información recibida del ambiente.

Para Asencio (2015) el afrontamiento es aquel esfuerzo cognitivo y comportamental que surge para adaptarse o asimilar un problema manifestándose el momento que la persona debe responder a las demandas del ambiente, para ello, optará por emplear un estilo de afrontamiento, el cual es un proceso donde la persona debe empezar a esforzarse para planificar en cómo enfrentar esa situación y luego accionar.

Estudiar el afrontamiento al estrés en madres implica considerar las siguientes causas de estrés con respecto al vínculo entre padre e hijo: las características generales de los hijos (edad, sexo y conducta), las características de cada madre (edad, satisfacción marital o familiar, estrategias de afrontamiento, sentimiento de las competencias parentales) y las características sociodemográficas tales el nivel socioeconómico, la monoparentalidad y la falta de apoyo social (Abidin, 1992, como se citó en Ayala et al., 2014).

Pérez *et al.* (2010) desarrollaron una investigación en España, donde también encontraron que la principal variable que influye en el estrés parental es el rol familiar que este desempeña y a su vez influye en su desenvolvimiento como progenitor. Sin embargo, los estresores en sí mismos no tienen por qué provocar mayor estrés. Todo

depende de las estrategias de afrontamiento del progenitor o de su análisis con respecto al evento estresor, ya que, ello determinará la aparición o no de una respuesta estresora. Es decir, una percepción positiva del rol de padre podría propiciar una respuesta adaptativa ante el estrés.

2.1.1.1 TEORÍAS EXPLICATIVAS DEL AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS.

- Teoría de afrontamiento al estrés de Carver (1989)

Carver (1989) elaboró su teoría a partir de los aportes de Scheier y Weintraub, quienes a su vez partieron del modelo teórico de afrontamiento al estrés que plantearon Lazarus y Folkman en 1986, pues, consideraban que el afrontamiento era un proceso donde imperaban aspectos cognitivos y conductuales dinámicos cruciales que controlaban las exigencias externas o situaciones amenazantes que desbordarían los recursos individuales, por ende, un adecuado afrontamiento a las diferentes problemáticas conlleva a la adaptación.

Scheier y Weintraub (como se citó en Morán, Landero y González, 2009) plantearon dos estilos de afrontamiento: centrado en el problema y el otro centrado en la emoción, cada uno poseía un grupo determinado de estrategias de afrontamiento al estrés, y las personas podían combinarlas según la situación y su relación con su entorno, a su vez, crearon el Ways of Coping (WOC), instrumento psicométrico que pretendía medir el afrontamiento.

Luego, Carver (como se citó en Ascencio, 2015) propuso el COPE (Cuestionario de estilos de afrontamiento) como alternativa del instrumento Ways of

Coping, aportando así un inventario multidimensional que evalúa variadas formas de responder al estrés, en el cual se incrementó el afrontamiento centrado a otros estilos, quedando el siguiente modelo teórico:

a) **Afrontamiento centrado en el problema:** Implica transformar una situación con el fin de disminuir la cognición de amenaza, por ende, el sujeto utilizará estrategias para redefinir y solucionar el problema, así como la reevaluación del mismo, lo cual le ayudará a manejar la situación. Dicho estilo de afrontamiento comprende estas estrategias:

- **Afrontamiento activo:** Se ejecutan acciones directas, incrementando los esfuerzos para apartar, esquivar o disminuir las consecuencias negativas de la situación estresora.
- **Planificación:** Significa pensar en la forma en que debe desenvolverse con respecto al estresor, por lo que se organizan estrategias de acción, así como el procedimiento a seguir y estableciendo cuál será la opción más eficaz para el manejo de la problemática.
- **La supresión de actividades competentes:** Implica ignorar o incluso pasar por alto otros proyectos o actividades con el fin de evadir al estresor.
- **La postergación de afrontamiento:** Se espera el momento oportuno para responder al problema, por lo que se evita hacer algo anticipado y poco preparado.
- **La búsqueda de apoyo social por causas instrumentales:** El individuo recurre a los consejos con el fin de sentirse apoyado por otros para poder solucionar la situación problemática.

b) Afrontamiento centrado en la emoción: Este busca modificar la reacción emocional originada por una situación estresante, es decir, los esfuerzos tienen el fin de aminorar el malestar que se experimenta por el evento estresor y por mejorar la expresión de sus emociones a otro individuo. Dicho estilo comprende estas estrategias:

- Búsqueda de apoyo social por causas emocionales: Se encarga de buscar el apoyo moral, a la empatía y a la comprensión por parte de su círculo social para alivianar las emociones generadas por el evento estresor.
- Reinterpretación positiva y crecimiento: Implica examinar la problemática con optimismo dándole una importante connotación a la experiencia en sí misma y en algunos casos aceptándola como una experiencia para aprender.
- Aceptación: Incluye dos pasos a lo largo del proceso de afrontamiento. El primero comprende una etapa de evaluación primaria, que implica la aceptación de la situación como tal en su vida, y el segundo comprende una evaluación secundaria, aceptando la realidad como un suceso con el que se debe convivir y que posiblemente no cambie.
- Negación: La persona se limita a creer que el evento estresante está presente en su vida.
- Acudir a la religión: Implica buscar a la religión cuando se presenten situaciones conflictivas con el objetivo de alivianar la emoción incómoda.

c) Afrontamiento centrado en otros estilos: Comprende las estrategias que por lo general se ven como inadecuadas para el manejo del estrés (Carver, 1989, como se citó en Ascencio, 2015):

- Enfocar y liberar emociones: La persona se centra en lo que el evento estresor le hace sentir a nivel emocional, de manera que expresa abiertamente las emociones.
- Desentendimiento conductual: Implica disminuir el esfuerzo que se dirige al estresor, rindiéndose, sin intentar alcanzar los objetivos, ya que, el estresor interfiere.
- Desentendimiento mental: El individuo recurre a variadas actividades que lo despejen de su evaluación en cuanto al aspecto conductual referido al problema.
- Teoría de la autorregulación de Carver y Scheier (1981):

Los autores plantearon un modelo de autorregulación tomando como referencia la teoría de la autoconciencia de Duval y Wicklund y la del sistema cibernético de autorregulación de Powers (Jiménez, 2005). El modelo tiene como concepto central al bucle de retroalimentación, que implica la valoración del sujeto con respecto a las diferencias ligadas al estándar o referencia y cualquier estímulo percibido.

Detectar una discrepancia supone realizar conductas para eliminarla, en caso tenga probabilidades altas de reducirla, el sujeto continuará eliminándola, de lo contrario, abandonará el bucle de retroalimentación y sus metas, y desatenderá los sistemas de reflexión sobre su comportamiento (Jiménez, 2005).

Las personas continuamente se establecen metas y estándares que usan como puntos de referencia para guiar y ajustar sus conductas manteniendo su regulación emocional que muchas veces puede verse influenciada por problemas de carácter ambiental o conflictos entre puntos de referencia, por tal motivo, se considera a la

alteración afectiva como la conciencia que se tiene de que existe un conflicto, desencadenando así la ansiedad, la cual brinda una señal al sujeto para que evalúe a posibilidad de un cambio en sus prioridades conductuales. Sin embargo, los autores consideran que la expectativa que tenga el sujeto con respecto a su manera de afrontar la situación lo llevará a incrementar sus esfuerzos o a reducir la persistencia y el rendimiento (Jiménez, 2005).

Este modelo considera tres niveles o dimensiones que estructuran al autoconcepto frente al evento estresor (Jiménez, 2005):

- a) Nivel experiencial. Cuando una persona es consciente de su estado de ánimo y de la activación elevada por la que está pasando puede fortalecer la relación entre el afecto y su conducta llevando su atención a responder a las provocaciones o a evitar los estímulos temibles.
- b) Nivel conductual. En este caso, el individuo no se distrae a nivel psicológico, pues, la autoevaluación para dar una respuesta se basa en los estándares o valores comportamentales respectivos. Dichos estándares se toman como referencia para saber qué conductas llevar a cabo o no. La valoración de sí mismo incluirá una evaluación de la habilidad para realizar la conducta adecuada.
- c) Global-evaluativo. Este nivel se centra en la valoración que tiene el sujeto de sí mismo con respecto a la manera de afrontar una situación estresante cuando se vuelva a presentar. Por ende, los cambios de conducta no se darán para alivianar la situación en sí, sino para fortalecer la manera de ser con el fin de lograr una valoración ideal con respecto a sí mismo. Las reacciones a esta valoración

reflejan una autoestima adecuada, por lo tanto, quienes constantemente busquen la perfección encontrarán aversivo este estado a comparación de los que aceptan su realidad y la de los demás.

2.1.2. ACTITUD HACIA LA INGESTA

A lo largo del tiempo ha sido estudiado el comportamiento alimentario desadaptativo originado por el precario manejo de las emociones y/o estrés, el cual puede ser denominado como ansiedad por la comida, alimentación emocional o actitud hacia la ingesta, siendo este último término propuesto por Balsa (2014), quien además creó la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI) para conocer los factores psicológicos presentes en una alimentación poco ordenada en adolescentes, jóvenes y adultos de México.

La actitud hacia la ingesta es definida por Balsa (2014) como la preferencia para ingerir alimentos durante diferentes sucesos emotivos o afectivos, lo cual se aprende a lo largo de la vida recibiendo influencia del círculo sociocultural significativo.

Para Herrera (2019) la ansiedad es una experiencia subjetiva ligada a cambios de estados psicológicos y conductuales que puede conllevar a un comportamiento alimentario desadaptativo, por ello, es necesario que los especialistas definan la frecuencia en que se presenta el comportamiento para descartar acciones ligadas a un atracón o a un trastorno de conducta alimentaria.

Para Lafay, Thomas, Mannen, Charles y Eschwege (como se citó en Herrera, 2019) la sensación o el deseo ansioso por la comida debería aparecer por los menos

una vez a la semana a lo largo de los últimos seis meses para catalogarse a una persona como “comedor emocional”, mientras que otros consideran que debería presentarse de manera interdiaria para denominársele así a una persona.

Cabe resaltar que el comedor emocional tiene dificultad para identificar la emociones que experimenta, también las sensaciones de hambre, y posee menor capacidad de expresar sus sentimientos o pensamientos (Rojas y Méndez, 2016).

Para González (2019) muchas personas concentran su energía en controlar sus señales biológicas, es decir, consumen alimentos cuando experimentan el estrés, buscando productos con alto contenido graso y de azúcar, perdiendo el control, ignorando o malinterpretando las señales de lucha o huida, descuidando así sus recursos para afrontar los problemas de manera eficiente, así mismo, el autor refiere que el IMC (Índice de Masa Corporal) es superior en individuos que comen en situaciones de estrés, siendo más propensos a consumir alimentos hipercalóricos.

En una revisión científica de 56 artículos realizada por Díaz (2014) en Colombia, se concluyó que existen diferencias en el comportamiento alimentario en cuanto al género del menor, pues, ante el consumo de alimentos, el género femenino se basa en criterios de sabor, apariencia de los alimentos y las implicancias de los mismos para la salud. En el caso del género masculino, sus decisiones están en función al sabor y al placer incluso por encima de qué tan saludable son.

Baños *et al.* (como se citó en López *et al.*, 2023) realizaron un estudio psicométrico que buscaba validar el Cuestionario Holandés de Comportamiento Alimentario (DEBQ-C) dirigido a niños españoles con el fin de evaluar tres conductas ligadas a la ingesta: comer emocional, que se refiere al acto de comer debido a

emociones negativas, ya que, reduce el estrés en cierta medida, sin embargo, no se consideran las señales fisiológicas de hambre y saciedad; por otro lado, se tiene al comer restrictivo, que se caracteriza por suprimir a nivel cognitivo las señales internas de hambre para perder o mantener un peso particular; y comer externo, que se refiere a comer en respuesta a señales externas como vistas u olores. El DEBQ-C se aplicó a 473 alumnos (240 varones y 233 mujeres), entre edades de 10 y 14 años. En la muestra se incluyó un grupo clínico (COG) de 81 menores que presentaba sobrepeso, donde algunos de ellos recibían tratamiento para reducir su peso; un grupo de 31 niños no clínico (NCOG) con sobrepeso con tratamiento, y un grupo de 280 menores con peso normal (NWG). Se halló que dicho cuestionario presentaba una coherencia interna de Alfa de Cronbach de 0.89. De igual manera, la estabilidad temporal es aceptable con respecto a las escalas “comer externo” y “comer restrictivo”. Asimismo, el análisis factorial confirmatorio permitió conocer que la variable se organizó en tres factores presentando aceptables índices de ajustabilidad. En caso de los que tenían sobrepeso clínico calificaban superior en las escalas “comer externo” y “comer restrictivo” a diferencia de los que tenían un peso normal, por ende, pudo demostrarse que el instrumento permite investigar el comportamiento alimentario en niños.

Por otro lado, la UNICEF (2019) sustenta que existe una tendencia hacia el desarrollo de conductas poco saludables ligadas a la nutrición en adolescentes, debido a que van dándole mayor importancia a la imagen corporal, por lo que pueden realizar dietas, o inclusive mostrarse irritables o deprimidos por no alcanzar un estándar de belleza, lo cual puede conllevarlos al desarrollo de desórdenes alimenticios.

2.1.2.1 TEORÍAS EXPLICATIVAS DE LA ACTITUD HACIA LA INGESTA.

- Teoría de actitud hacia la ingesta de Balsa (2014):

Los individuos van adquiriendo un simbolismo emocional con respecto a los alimentos mediante el modelamiento, hábitos y creencias por parte de la familia, sociedad y cultura a nivel global, por ende, la ingesta alimentaria no solo es producida por una necesidad biológica de nutrición. Cabe resaltar que, un estado emocional perturbador puede conllevar a las personas a un deseo irrefrenable por obtener experiencias gratificantes focalizadas en los alimentos, sin evaluar de manera objetiva las causas de la frustración por la que pasa, lo cual conlleva a permanecer en un estado mental denominado “indefensión aprendida” que implica además convencerse que no puede cambiar la condición que enfrenta, por ello, las personas que consumen alimentos motivadas por emociones, que por lo general provienen de situaciones cotidianas, muestran una respuesta poco adaptativa frente al manejo de sus emociones o estados de estrés (Balsa, 2014).

Balsa (2014) elaboró una escala de Actitud Hacia la Ingesta que mide las siguientes dimensiones:

- Evasión emocional. La persona recurre al acto de comer para evadir el afrontamiento de emociones que le generan sensaciones o sentimientos desagradables, debido a que tiene dificultad para manejar dichas emociones (tristeza, enojo, etc.).
- Premiación. Se le da un valor simbólico al alimento, ya sea como un auto reconocimiento y gratificación, es decir, se usa la comida para reforzar de manera

positiva un esfuerzo realizado durante el día o debido al cumplimiento de una determinada tarea.

- Impulsividad. Es una conducta causada por un impulso. Esta se manifiesta mediante la falta de control de la persona al estar frente a un alimento, lo cual sobrepasa a la capacidad de análisis y de espera. Esto puede reflejarse cuando se va por la calle y al percibir el estímulo de un alimento se busca la forma de consumirlo al instante.
- Autoindulgencia. La persona tiene una postura de pesimismo ante el esfuerzo que demanda un plan alimentario. Esta conducta tiene su base en la creencia de que no vale la pena para restringir o controlarse de consumir ciertos alimentos, por lo que existe permiso o condescendencia hacia el impulso de ingesta.
- Baja tolerancia a la frustración. La persona muestra poca capacidad para soportar que objetivo o expectativa no sea alcanzado en un corto plazo o con inmediatez, así como por la restricción del placer vinculado a determinados alimentos, por ejemplo, los hidratos de carbono.
- Autocompasión. La persona percibe al alimento como un consuelo o una forma de compensarse luego de haber pasado por un sufrimiento o haberse esforzado en algo determinado. Asimismo, se diferencia de la premiación, pues, en éste subyace un sentimiento compasivo con respecto a uno mismo y no busca el reconocimiento.
- Teoría psicósomática de Kaplan y Kaplan (1957):

Esta teoría plantea que un individuo recurre a la ingesta alimentaria porque la considera como una estrategia que le permitirá afrontar las emociones desagradables, por lo que es de carácter disfuncional, además, las personas suelen recurrir a alimentos

que interfieren a nivel de sistema de recompensa neurobiológico generando placer ante la exposición de la emoción negativa. Cabe resaltar que los alimentos asociados al placer y a la satisfacción poseen contienen grasas, azúcares y calorías en altas cantidades, por lo tanto, el comedor emocional es aquel que consume alimentos del tipo reconfortante para manejar sus emociones negativas y que dicha conducta lo conllevaría a una sobrealimentación (Palomino, 2020).

- Teoría interno-externo de Schachter (1968):

En esta teoría se considera que los signos físicos del miedo y la ansiedad provocan una disminución en el consumo de la comida en personas con peso normal, mientras que las personas con obesidad no poseen dicha respuesta porque tienen una insensibilidad a los estímulos internos, es decir, no son sensibles a su hambre y saciedad. Estas personas poseen una actitud de comer externo, pues, tienen la percepción de comer solo cuando están en el mismo ambiente con la comida y lo hacen de manera excesiva porque les impresionan las características de los alimentos como el olor o la apariencia (Schachter, 1968, como se citó en Serin y Şanlıer, 2018).

- Teoría de los sistemas homeostáticos y hedónicos de Saper, Chou y Elmquist (2002):

Los sistemas alimentarios están regulados por sistemas homeostasis y sistemas hedónicos, y todas las personas estarían en su peso ideal si la nutrición es netamente regulada por los sistemas homeostáticos, sin embargo, la alimentación hedónica se muestra cuando una persona tiene un fuerte deseo de consumir alimentos que le generen placer al comer, siendo una respuesta originada por las papilas gustativas.

Asimismo, en personas con disminución de dopamina, el consumo excesivo de alimentos sabrosos es una vía metabólica alternativa al aumento biológico de la activación dopaminérgica (Serin y Şanlıer, 2018).

2.1.3 NIÑEZ INTERMEDIA

La niñez intermedia o también llamada la “segunda infancia” que se extiende de los 6 a 11 años, caracterizándose por un mayor conocimiento del mundo externo y por la rápida adquisición de habilidades que les permiten interactuar (Mansilla, 2000).

En cuanto a las características físicas de esta etapa, los niños crecen aproximadamente cinco y siete centímetros y medio y a la par duplican su peso, cabe resaltar, que las niñas acumulan mayor tejido graso que los niños, por ello, los nutriólogos recomiendan que los escolares deben consumir en promedio 2400 calorías al día para sostener su continuo esfuerzo y crecimiento (Papalia y Martoreli, 2021).

El desarrollo motor en esta etapa depende de la madurez física global, sobre todo del desarrollo esquelético y neuromuscular, pues, la habilidad motora se incrementa de manera gradual en paralelo al crecimiento corporal, ya que, el crecimiento muscular mejora la coordinación, permitiendo así correr, bailar, brincar y saltar de forma ágil. Asimismo, hay un mayor dominio de la motricidad fina, pues, la mayor parte de los niños con edad de 8 y 9 suelen aprender actividades más complejas como el martillar, aserrar, emplear herramientas de jardinería, también realizan actividades como el coser, tejer, escribir, estampar o cortar uñas. Claro está que hay diferencias en cuanto al género poco consistentes con respecto al desarrollo motor, ya que, las niñas a nivel físico maduran más que los niños de la misma edad, y los de

mayor edad realizan menos actividad que los de menor edad (Papalia y Martoreli, 2021).

En cuanto al desarrollo psicosocial, se observa que al niño le interesa estar con amigos y buscar una compañía especial, por tal motivo, los padres suelen mostrar preocupación por conocer a las amistades de sus hijos. Algunos padres pueden ser sobreprotectores impidiendo que sus hijos formen amistades o realicen nuevas actividades de grupo, en cambio, otros esperan demasiado de sus hijos, es decir, los presionan o son muy críticos cuando no logran algo, dichas actitudes socavan la autoconfianza de sus hijos generando que los menores empiecen a temer al rechazo, fracaso, ridículo o críticas, evitando así la socialización (Papalia y Martoreli, 2021).

Finalmente, en cuanto al desarrollo cognoscitivo, Jean Piaget afirma que en la niñez intermedia el niño pertenece a la tercera etapa cognoscitiva (Operaciones concretas), lo cual implica una mayor capacidad de razonamiento lógico acercándose al nivel concreto, permitiendo que el niño sea capaz de agrupar las cosas por categorías y de utilizar inferencias que les ayude a establecer suposiciones, predicciones o generalizar a partir de lo conocido lo desconocido (Papalia y Martoreli, 2021).

2.1.4 APROXIMACIÓN TEÓRICA SOBRE EL AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN LAS MADRES Y LA ACTITUD HACIA LA INGESTA EN SUS HIJOS

- Teoría del apego propuesta por John Bowlby (1969)

Esta teoría considera al apego como un vínculo socioafectivo que entabla un individuo en relación a otro, caracterizándose por la búsqueda continua de un acercamiento, una interacción íntima, alguna base de referencia y establecer una

relación de apoyo con su mundo físico y social que lo rodea, por lo tanto, el apego es la relación afectiva del niño con un número reducido de personas, de manera que es impulsado a estar en contacto con cada una de ellas a lo largo del tiempo (Moreno, 2010).

Esta relación de apego tiene funciones como brindar y manejar la cantidad y la calidad de estimulación, apoyar en el cuidado de la salud física y mental, impactar en el desarrollo social y convertirse en una actividad de goce que permite el logro de aprendizaje del desarrollo en general (Moreno, 2010).

Con respecto a las emociones más comunes de acuerdo al estilo de apego, el apego seguro ejerce una influencia para el manejo emocional del menor optimizando la expresión, la modulación y la flexibilidad de las mismas, ya que, acude de manera eficaz a otros cuando sus propias capacidades fallan, en cambio, los niños con un apego inseguro evitativo recurren a estrategias poco adaptativas frente a situaciones estresantes y durante el manejo de sus emociones negativas, por lo que se muestran resistentes cuando reciben ayuda. Cabe resaltar que los estilos de apego sufren una modificación conforme pasan los años y también por las representaciones internas partiendo de las experiencias vividas (Moreno, 2010).

En cuanto al apego en relación al hábito alimentario, Garza (2019) refiere que el hijo rechaza a la madre cuando observa que esta no lo percibe en su subjetividad o cuando se muestra insistente con la comida que el hijo no desea, y la madre para responder a dicha situación actúa de manera negligente permitiendo que el menor consuma lo que quiera y sin limitarse, lo cual indica la presencia de un apego ansioso ambivalente, por ello, las intervenciones deberían enfocarse en brindar un repertorio

conductual adaptativo a las madres, al producirse la parálisis de respuesta con respecto a la frustración y previamente al no hacer valer la autonomía del hijo, aumentando así la autoconciencia de los significados emocionales de este para la madre, la autoconfianza en su rol, brindar estrategias que manejen el estrés y responder a las necesidades del menor añadiendo respuestas sensibles, y preparar de manera adecuada el contexto del menor.

Garza (2019) añade con respecto al desacoplamiento de las madres y la dificultad de percibir el hambre y saciedad del hijo, que las madres suelen otorgar alimentos sin conocer antes si su hijo tiene hambre, es decir, insisten en darles la comida incluso cuando el hijo intenta hacer dieta, lo cual muestra a una madre ansiosa y contradictoria, favoreciendo la inseguridad del apego y la ambivalencia, por ende, ella genera una situación ambivalente para el niño, sin establecer límites claros ni organizar la experiencia en función a la alimentación, vulnerando así la sensibilidad del mismo con respecto al hambre y la saciedad, correspondiendo ello con un apego inseguro-ambivalente en el menor, así como la dificultad de la madre de brindar herramientas de organización que establezcan una coherencia entre la experiencia interna de hambre y la saciedad de su hijo. Además, el contexto de este fenómeno indica que las madres valoran de manera positiva la idea del hijo gordo, así como el análisis del rol materno con respecto a la alimentación, la poca comprensión de la crianza como sintonía con el niño(a) y la percepción de incapacidad del niño de manejar sus propias funciones. El accionar de la madre se orientan a otorgar comida al hijo(a) sin antes reconocer si tiene hambre, por lo que también se le entiende como un maltrato

asociado a la comida, ya que, obliga al menor a comer, aunque se encuentre en tratamiento de pérdida de peso y le entrega alimentos como refuerzos.

Esta teoría permitiría explicar cómo el afrontamiento al estrés de los padres podría influir en la actitud de la ingesta de sus hijos, ya que, el establecimiento de un determinado estilo de apego ayudará o privará de la satisfacción de necesidades afectivas que requerirá el menor. Un niño con apego inseguro podría desarrollar conductas poco saludables para manejar las emociones que experimenta, por ejemplo, recurriendo al consumo de alimentos de manera desproporcional para obtener un alivio momentáneo, lo cual se convertirá en un hábito y lo conllevará a padecer de obesidad y sobrepeso.

- Teoría del aprendizaje observacional de Bandura (1988):

Este paradigma se configuró bajo la idea del proceso de aprendizaje observacional, enfatizándose en conocer la manera en que se lleva a cabo la mediación y la transformación de percepciones simples en modelos que se pueden imitar, centrándose en las funciones del modelo adulto durante la transmisión social, considerando que el modelado además de ser un vehículo para compartir ideas, valores y estilos conductuales dentro de una sociedad, además, ejerce una influencia en los cambios transculturales.

Bandura (como se citó en Villarreal, 2009) plantea que existen tres sistemas que participan en el manejo conductual: el primero, tiene que ver con los sucesos o estímulos del exterior que influyen en la conducta debido a procesos de condicionamiento clásico; el segundo se refiere a los resultados de llevar a cabo una conducta como refuerzos externos, los cuales son influyentes debido al proceso de

condicionamiento operante o instrumental; y el tercero, hace referencia a las funciones cognitivas de cada individuo, es decir, se decide a qué estímulos se les presta atención para recibir influencia de estos, con el fin de ejercer una conducta futura, por lo tanto, esta teoría engloba los factores ligados al aprendizaje (condicionamiento clásico, operante y vicario), los procesos cognitivos, y el rol del contexto social donde vive y se desenvuelve el individuo.

La propuesta teórica de Bandura se centra en explicar la manera en que un niño o adolescente imita a sus progenitores, ya que, estos al no presentar recursos para afrontar adecuadamente el estrés originado por su rol de padres o por otras variables sociodemográficas pueden actuar de una determinada forma ante sus hijos, quienes por aprendizaje observacional tienden a imitarlos para enfrentar cualquier situación que le produzca estrés o emociones negativas, recurriendo muchas veces a conductas evitativas como la ingesta o sobrealimentación, relacionándose a esta conducta con un estilo de afrontamiento ligado al plano emocional, el cual ha sido relacionado con enfermedades metabólicas como la obesidad, por consiguiente, la resistencia a la insulina y el síndrome metabólico (López, 2018).

Para Nazar *et al.* (2020) es complicado determinar si las prácticas alimentarias de los padres son una respuesta ante al estado nutricional de sus hijos o si éstas conllevan a un cierto estilo de ingesta y estado nutricional, debido a que son muy precarios los estudios de corte longitudinal, sin embargo, en los pocos que se han encontrado se indica que las prácticas parentales parecen ser una consecuencia de la conducta alimentaria del menor y su estado nutricional, y en otros se ha hallado que la

conducta parental se presenta de forma bidireccional, es decir, responde al estado nutricional del niño pero influyendo y prediciendo al mismo.

Los padres al premiar a sus hijos con comida generan en ellos un esquema donde se le atribuye a la comida un valor de solución para un problema, por lo tanto, el menor aprenderá que el acto comer puede aliviarle cualquier malestar anímico, pues, el menor observa el cambio de estado de ánimo del padre/madre. Cuando una madre tiene dificultad para afrontar el estrés y recurre a la comida para calmarse, también, le transmite dicha conducta al niño, quien observará que su madre come en exceso para sentirse bien (ríe, conversa, ya no se acuerda de los problemas).

Por su parte, García y Ortega (2022) realizaron una investigación cualitativa en Camagüey, Cuba en escolares obesos y sus familiares, derivados del Servicio de Pediatría del CIMEQ, ellos fueron evaluados de manera multidisciplinaria, luego, alrededor de 6 meses se les brindó un programa de intervención psicológica, lo cual se dio durante el primer semestre de 2019. En la muestra participaron 13 niños obesos (entre 7 y 11 años) y 21 familiares. Los instrumentos empleados fueron: El dibujo libre, el dibujo temático de la familia, la entrevista y las Siete figuras de Collins. Asimismo, se encontró una predominancia de hábitos de alimentación y de actividad física poco saludables, así como la poca adecuación con respecto a la cantidad y la frecuencia de la ingesta de alimentos, así como la presencia de horarios irregulares para el consumo de los alimentos, también, el empleo de algunos rituales poco adecuados relacionados a la alimentación con el fin de canalizar las emociones, la presencia de ingesta compulsiva de los alimentos, además, imperó la inadecuación en las relaciones afectivas familiares compensatorias, padres muy permisivos, conflictos con respecto a

la crianza del niño e inconsistencia en las actitudes familiares. Todo ello, permitió diseñar un programa de intervención que aborde tanto los aspectos psicológicos individuales como familiares que influyen en el desarrollo de la obesidad infantil.

En Perú, Gago *et al.* (como se citó en Olivos y Rojas, 2020) realizaron un estudio en 529 escolares de primaria en cuatro colegios públicos de Villa El Salvador demostrando que una intervención a nivel multisectorial en educación alimentario-nutricional trae resultados positivos en la prevención del sobrepeso y la obesidad escolar. Para la obtención de resultados, primero se estimaron los puntajes Z para cada participante de acuerdo a la talla de referencia según la edad (T/E), además, fue necesario obtener el IMC previamente y al culminar la intervención para separar a los niños que presentaban sobrepeso u obesidad. También, se compararon las medias de variables cuantitativas de los grupos de estudio (grupo control y grupo experimental) empleándose la prueba t de Student para muestras independientes. En cuanto a la estadística multivariada pudo conocerse el riesgo relativo ajustado (RR), gracias al modelo lineal generalizado con distribución binomial y función de enlace logaritmo que controla variables posiblemente confusoras (sexo y edad) de los participantes. Asimismo, hubo un nivel de confianza de 95%. Entre los resultados se visualizó que cierta cantidad de estudiantes con sobrepeso y obesidad en el grupo experimental decreció cuando culminó la intervención, pasando de un 28,4% y 24,4% a 18,9% y 20,9% de manera respectiva, mientras que en el grupo control aumentaron los índices de obesidad de 20,7% a 26,8% y decreció el sobrepeso de 24,1% a 22,9%. Los investigadores concluyeron que la poca participación de los padres impidió un cambio

significativo en la alimentación de los niños, por lo tanto, recomendaron ahondar en las características personales de los cuidadores de los niños.

2.2 INVESTIGACIONES EN TORNO AL PROBLEMA INVESTIGADO

2.2.1 INVESTIGACIONES NACIONALES

Ortega (2019) realizó una investigación que pretendía indagar la relación entre el nivel de conocimiento de las madres, la alimentación escolar y el cuidado nutricional en niños de un colegio público. Su enfoque fue cuantitativo y el diseño no experimental, transversal y correlacional. Participaron 127 alumnos de del 1ero al 6to grado de primaria y sus madres. Se aplicó el Instrumento que evalúa el nivel de conocimientos de las cuidadoras en cuanto a la alimentación del escolar (NICMAES), y se determinó el sexo, peso y talla de los niños para la obtención del IMC. Así mismo, se recurrió a la prueba de correlación de Chi – Cuadrado para analizar los datos, hallándose una relación entre las variables analizadas ($r=.53$). Con respecto al estado nutricional de los alumnos evaluados se obtuvo que el 7,9% ($n=10$) del total registró un peso por debajo de lo normal, el 36,2% ($n=46$) registró un peso normal, el 23,6% ($n=30$) presentó sobrepeso y el 32,3% ($n=41$) obesidad. En conclusión, el autor refiere que la psicoeducación alimentaria impartida a las cuidadoras primarias generaría cambios en los patrones alimentarios de sus hijos, ya que existe estrecha relación entre el conocimiento y la práctica.

Así, también, Hilario (2020) indagó sobre la relación entre los hábitos alimentarios de los padres y el sobrepeso en sus hijos en un colegio público de Lima. Su enfoque fue cuantitativo de tipo descriptivo correlacional y el diseño fue no

experimental, transversal. La muestra se consideraron 53 niños del 5to grado de primaria entre edades de 10 a 12 años y sus padres. Durante la evaluación se emplearon estos instrumentos: Cuestionario de hábitos alimentarios para los progenitores y el registro de medidas necesarias para calcular el IMC (peso y talla). Con respecto al procesamiento estadístico se recurrió a la prueba estadística "chi2 " estableciéndose un rango de confianza del 95%, obteniéndose que no existe relación significativa entre las variables estudiadas ($p = .236$), por otro lado, de la totalidad de padres con hábitos alimentarios poco saludables, el 72% se ubicó dentro del peso normal. El autor concluyó que es necesario evaluar la influencia de otras variables en el desarrollo de sobrepeso y obesidad en los niños, tales como el sedentarismo, los factores conductuales y la influencia del colegio, ya que, los niños tienden a actuar diferente cuando no están siendo vigilados ante los padres, sobre todo al momento de comer.

Por otro lado, Tairo (2021) buscó determinar la relación entre los estilos de crianza e inteligencia emocional en adolescentes de primer al quinto grado de secundaria de un colegio ubicado en Lima Metropolitana. La investigación tuvo un alcance descriptivo correlacional, para ello, encuestó a 201 adolescentes entre 12 a 17 años con los siguientes instrumentos: Escala de Estilos de Crianza de Steinberg y el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn. Entre los resultados se evidenció la existencia de correlaciones positivas bajas y estadísticamente significativas en dos componentes del estilo de crianza parental (compromiso, $r = .140$ y $p = .047$; y autonomía, $r = .162$ y $p = .022$) con la inteligencia emocional. Así mismo, se halló la inexistencia de diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones de

inteligencia emocional por sexo ($t = 1.18$, $p = .239$). El autor concluyó que el estilo de crianza de los padres es determinante para el desarrollo social y emocional de sus hijos.

En la misma, Quiñones, Arhuis, Pérez, Coronado y Cjuno (2021) elaboraron una investigación referente a los síntomas de ansiedad, conductas agresivas y trastornos alimentarios en adolescentes de Chimbote, cuyo objetivo fue determinar qué relación existe entre dichas variables, para ello, siguió un método transversal, así mismo, encuestó a 916 adolescentes de 4to y 5to de secundaria y universitarios del primer ciclo, empleando los instrumentos: el Cuestionario de prueba de diagnóstico de problemas conductuales o emocionales, Cuestionario de Agresividad de Buss y Perry, y el General Anxiety Disorder-7 (GAD-7). Entre los resultados se evidenció que los adolescentes del sexo femenino presentaban mayor tendencia a padecer trastornos de conducta alimentaria (OR: Odd ratios = .66), seguido de los que tenían síntomas de ansiedad (OR =1.67, y conductas agresivas (OR =1.72), por ello, el autor sugiere prestar mayor atención a la salud mental de los adolescentes, a fin de evitar el desarrollo de patologías mentales o de conductas de alto riesgo.

Charun y Cipiran (2022) investigaron con respecto al hambre emocional en niños y adolescentes limeños, cuyo objetivo fue evaluar las propiedades psicométricas de la Escala de Hambre Emocional (EES), para ello, se requirió de la participación de 331 niños y adolescentes entre edades de 6 a 18 años. La metodología que siguió fue de tipo psicométrica y contó con un diseño instrumental. Primero se realizó la validez de contenido mediante el juicio de expertos, que permitió obtener una V de Aiken con valores mayores a .90, posterior a ello se analizaron los ítems y se obtuvieron índices adecuados de homogeneidad, discriminación y comunalidad, después, se evaluaron los

índices de bondad de ajuste para realizar el análisis factorial (CFI= .99, TLI= .99, RMSEA= .04, SRMR= .06) que permitió obtener tres factores, así también, se realizó el análisis de la confiabilidad mediante el coeficiente de Omega, obteniéndose lo siguiente: ira/frustración .91, ansiedad .86 y depresión .82, lo que denota adecuada confiabilidad. El autor concluyó que el hambre emocional impacta de manera negativa en la salud física y mental.

2.2.2 INVESTIGACIONES INTERNACIONALES

Por su parte, Reyes, Mieles y Hernández (2021) realizaron un estudio en Colombia buscando hallar una relación con respecto a la percepción de las estrategias de afrontamiento familiar y la percepción de bienestar familiar e infantil en familias con vulnerabilidad. Asimismo, tuvo un enfoque cuantitativo de tipo analítico transversal. Para la evaluación, se estimó una muestra de 182 progenitores (76 padres y 106 madres) y 113 hijos, los cuales tenían edades entre 9 a 18 años. En la evaluación se recurrió a los siguientes instrumentos: Ficha de caracterización familiar, el Índice de Bienestar de los Miembros de la Familia (FMWB); el Inventario de Bienestar Infantil (IBI); y el Índice de Afrontamiento Familiar (FAMCI). En cuanto al análisis estadístico se recurrió a los análisis bivariados con índices de correlación de Spearman. Los hallazgos demostraron que la mayoría de los hijos registraban un nivel medio moderado con respecto al bienestar familiar, seguido de los padres y madres. Acerca del afrontamiento familiar, las madres presentaron un nivel promedio superior a los demás, seguido de los padres y los hijos. Asimismo, las correlaciones bivariadas mostraron una relación de carácter significativo entre el bienestar infantil, el afrontamiento

familiar y el bienestar general percibido ($r=.44$). El autor concluyó que el tipo de familia (nuclear o monoparental) influye en las estrategias de afrontamiento al estrés que esta asuma, por ello, se requiere trabajar en ellas para asegurar el bienestar del sistema familiar.

En otra investigación, realizada en México, Avalos (2020) analizó la relación entre los hábitos y actitudes de adolescentes con los indicadores antropométricos según la variable sexo. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo de tipo transversal y analítico. Se estimó una muestra de 673 alumnos del nivel secundario de cuatro escuelas públicas donde la edad promedio fue de 13.41 año. En cuanto a los instrumentos empleados, se seleccionaron: una ficha sociodemográfica, el Cuestionario de Sobreingesta Alimentaria (OQ), y una balanza digital para obtener el peso que permita determinar el IMC. Para analizar los datos fue necesario emplear la prueba de correlación bivariada r de Pearson. Los hallazgos determinaron que las mujeres y los varones con $IMC > 29.9$ presentaron ciclos de subingesta alimentaria, racionalizan su peso y muestran interés para bajar de peso, es decir, el peso por encima de lo normal y la obesidad genera en la población adolescente la búsqueda continua perder de peso, por lo que recurren a métodos hipocalóricos, además, se halló que al estar frente a un alimento suelen tener una ingesta descontrolada, por lo que el autor sugiere estrategias psicoeducativas para contrarrestar dichos hábitos.

Por otro lado, Antunes (2020) realizó un estudio con respecto a la transmisión intergeneracional de los estilos parentales, apego y tolerancia a la frustración, cuyo objetivo fue evaluar la transmisión intergeneracional (G1: abuelos/as, G2: padres/madres y G3: hijos/as), así mismo el estudio siguió una metodología

cuantitativa bajo un diseño exploratorio post retrospectivo y transversal, para ello, participaron 148 familias (145 madres, 119 padres y 148 niños entre 6-12 años), a quienes se les suministraron los siguientes instrumentos: pruebas de estilos parentales (EMBU-M, EMBU-P Y EMBU-C), de apego (EVA y KSS), de Tolerancia a la Frustración (Test de Tolerancia a la Frustración de Rosenzweig para Adultos y para Niños) y una Prueba de Deseabilidad Social (EDS- 20, dirigida a los padres/ madres). Los resultados sugieren que hay una tendencia de transmisión de todas las variables, aunque la transmisión sea más fuerte entre G1 y G2, pues, los padres y madres de G2 ven a sus padres y madres (abuelos/as, G1) y a ellos mismos como más cálidos y sus hijos también los sienten de la misma manera, así mismo, se hallaron correlaciones moderadas entre las madres (G2) y los hijos/as (G3): correlaciones positivas entre PFT_OD madre (Predominancia del obstáculo) y PFT_General hijo/a y PFT_NP (Persistencia de la Necesidad) madre y PFT_OD (Predominancia del obstáculo) hijo/a, lo cual indica que la capacidad de la madre de focalizar el problema se correlaciona con el valor general de tolerancia a la frustración del hijo/a, en este sentido, el autor concluye que si ante un problema la madre no percibe solución, dicha imagen servirá de modelo para su hijo, por ende, él tenderá a una tolerancia a la frustración exagerada, es decir, desarrollará conductas conformistas.

En la misma línea, Abril, Hinojosa y Andrade (2022) indagaron sobre la conducta alimentaria y la frecuencia del consumo de alimentos en escolares ecuatorianos, cuyo objetivo fue determinar la relación entre dichas variables en escolares beneficiarios del proyecto Compassion Internacional Guaranda. El estudio se caracterizó por ser descriptivo no experimental de corte transversal y de eje analítico,

así mismo, se encuestó a 109 progenitores de niños de 6 a 9 años mediante los instrumentos: Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ), y la encuesta de frecuencia de consumo de frutas y grasas. El estudio halló que en la dimensión antiingesta, se evidencia la lentitud para comer de manera frecuente, donde los niños son exigentes en las comidas y comen menos cuando están enojados, cansados o tristes de manera frecuente y algunas veces la respuesta a la saciedad es adecuada. El autor concluyó que existe una relación entre la conducta alimentaria y la frecuencia de elección de alimentos, sin embargo, esta relación depende de la capacidad de manejar emociones por parte de la población infantil y el tipo y modo de crianza familiar.

Finalmente, Muñagorri (2019) realizó un estudio que buscaba determinar la relación entre el estrés, afrontamiento y resiliencia en niños de entre 10 y 12 años en dos colegios de España. El enfoque fue cuantitativo de tipo no experimental y transversal. Participaron 68 escolares de un colegio público y un colegio privado. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Afrontamiento para Niños (EAN), el Instrumento de Estrés Cotidiano Infantil (ICEI) y la Escala de medición de resiliencia, así como de virtudes humanas. Se encontró un mayor afrontamiento productivo en el colegio público que en el colegio privado, también, se halló una relación directa entre el afrontamiento productivo y la resiliencia, así como una relación inversa entre el afrontamiento improductivo y la resiliencia. Por último, no se encontraron diferencias con respecto al género, pero sí en cuanto a la edad, ya que conforme los niños crecen van empleando más estrategias de afrontamiento, sobre todo de tipo productivo o enfocado en el problema.

2.3 DEFINICIONES CONCEPTUALES Y OPERACIONALES DE VARIABLES

2.3.1 DEFINICIONES CONCEPTUALES

- **Afrontamiento al estrés:** Para Polanco (2019) es entendido como aquel grupo de esfuerzos cognitivos y conductuales que varían continuamente buscando ejercer un control sobre las demandas de tipo externo o interno, las cuales son consideradas como excedentes ante los recursos que posee cada individuo.
- **Actitud hacia la ingesta:** Balsa (2014) la define como aquella tendencia a ingerir alimentos debido a determinadas situaciones emotivas o afectivas que se han aprendido mediante experiencias propias o adquiridas en el círculo sociocultural significativo.

2.3.2 DEFINICIONES OPERACIONALES

- **Afrontamiento al estrés:** Puntuaciones que se obtienen tras la aplicación del Estimated Coping Inventory (COPE), instrumento elaborado por Carver (1989) adaptado en Perú por Polanco (2019), quien considera dos dimensiones: afrontamiento centrado en la emoción y afrontamiento centrado en el problema. Para dar respuesta a los objetivos inferenciales se consideran las puntuaciones de las dimensiones del afrontamiento al estrés, en ese sentido, la escala de medición de la variable se considera cuantitativa de intervalo, así también, al describir los niveles de cada dimensión se considera la variable en su escala de medición cualitativa ordinal.

- **Actitud hacia la ingesta:** Puntuaciones que se obtienen tras la aplicación de la Escala de Actitud hacia la Ingesta (EAHI), elaborada por Balsa (2014), quien considera seis dimensiones: evasión emocional, premiación, impulsividad, autoindulgencia, baja tolerancia y autocompasión. Para dar respuesta a los objetivos inferenciales se consideran las puntuaciones de las dimensiones de la actitud hacia la ingesta al estrés, en ese sentido, la escala de medición de la variable se considera cuantitativa de intervalo, así también, al describir los niveles de cada dimensión se considera la variable en su escala de medición cualitativa ordinal.

Tabla 1
Matriz de operacionalización de las variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Afrontamiento al estrés	Afrontamiento centrado en la emoción	Búsqueda de apoyo social por razones emocionales, reinterpretación positiva y crecimiento, aceptación, negación, acudir a la religión, enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual, desentendimiento mental, humor, consumo de alcohol o drogas.	03, 06, 09, 10, 12, 13, 16, 17, 22, 24, 26, 27, 31, 34, 35, 36, 37, 40, 46, 51, 53, 57	Cuantitativa de intervalo
	Afrontamiento centrado en el problema	Afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades competentes, postergación de afrontamiento, y la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales	01, 04, 05, 14, 19, 23, 25, 29, 30, 32, 33, 38, 39, 41, 42, 44, 45, 47, 52, 56, 58, 59	
Actitud hacia la ingesta	Evasión emocional	Evadir mediante la comida	3, 5, 11, 14, 17	Cuantitativa de intervalo
	Premiación		13, 15, 18, 19	

	La comida como refuerzo positivo	
Impulsividad	Descontrol por consumir alimentos.	8, 9, 10
Autoindulgencia	Desagrado ante un régimen alimentario.	12, 20, 21.
Baja tolerancia a la frustración	Búsqueda persistente de alimentos	6, 7, 16.
Autocompasión	<u>Compensación del sufrimiento mediante la comida</u>	1, 2, 4.

2.4 HIPÓTESIS

2.4.1 HIPÓTESIS GENERAL

- Existe relación entre afrontamiento al estrés en madres y actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.

2.4.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

- Existe una adecuada validez y confiabilidad en la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI: Balsa, 2014) dirigida a niños de 5to y 6to grado de primaria.
- Existe relación entre afrontamiento al estrés centrado en el problema en madres y la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.
- Existe relación entre afrontamiento al estrés centrado en el problema en madres y la dimensión premiación de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.
- Existe relación entre afrontamiento al estrés centrado en la emoción en las madres y la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.
- Existe relación entre afrontamiento al estrés centrado en la emoción en las madres y la dimensión premiación de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria.
- Existen diferencias en la actitud hacia la ingesta según la variable grado en alumnos de 5to y 6to de primaria.

- Existen diferencias en la actitud hacia la ingesta según la variable género en alumnos de 5to y 6to de primaria.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN

El estudio pertenece al nivel básico porque se centra en generar aportes en función a una posible relación entre determinadas variables sin alterar la realidad (Cohen y Gómez, 2019). Asimismo, es de tipo descriptivo porque mide y recolecta información de las variables que también pueden evaluarse de manera independiente. En el mismo sentido, es de tipo no experimental por lo que no se manipularon las variables (Bernardo et al., 2019). Con respecto al tiempo, es de tipo transversal, es decir, la información se recolectó en un solo momento, ya que, solo se describe cómo se comportan las variables y cómo la interrelación entre ellas repercute en un determinado momento (Cohen y Gómez, 2019).

3.2 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Esta investigación presenta un diseño descriptivo correlacional, pues, se centra en la identificación de una posible relación entre las variables propuestas: estilos de afrontamiento al estrés en madres y la actitud hacia la ingesta en sus hijos, lo cual permite detallar cómo se comportan dichas variables y cuáles son sus propiedades (Bernardo et al., 2019).

3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN

La población de estudio estuvo compuesta por todos los alumnos de nivel primario (492 alumnos matriculados durante el periodo 2022) pertenecientes a un colegio público del distrito de Lurigancho Chosica, y sus respectivas madres.

Dicha institución cuenta con dos turnos de estudio (turno mañana y turno tarde), y cada grado presenta cinco secciones (A, B, C, D y E).

Según los criterios de inclusión, se consideraron los alumnos de 5to y 6to grado de primaria quienes pertenecen a una etapa de desarrollo denominada niñez intermedia, que se caracteriza por un mayor desarrollo cognitivo y también por la aparición de conductas alimentarias poco saludables.

Los alumnos matriculados en estos grados y en las diferentes secciones fueron 120, de los cuales participaron 95 de ellos y sus respectivas madres; en ese sentido, la recolección de datos fue censal, respetando el principio de autonomía de los participantes, así como los criterios de inclusión y exclusión.

En la Tabla 2 puede percibirse cómo se agrupan los estudiantes del 5to y 6to de primaria de un colegio público de Lurigancho – Chosica, Lima. La mayoría corresponde al sexo femenino (55,79%). Así mismo, la mayor parte pertenece al 6to grado de primaria (62,1 %).

Tabla 2

Características sociodemográficas de los estudiantes del 5to y 6to de primaria de un colegio público de Lurigancho – Chosica, Lima

Variable		f	%
Sexo	Masculino	42	44,21
	Femenino	53	55,79
Escolaridad	5to de primaria	36	37,89
	6to de primaria	60	62,1
	Total	95	100

Nota: f: frecuencia, %: Porcentaje.

3.3.3 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN

Se consideraron los siguientes criterios de inclusión:

- Los alumnos del 5to y 6to de primaria con edades de 10 y 11 años, y sus respectivas madres.

Por otro lado, se consideraron los siguientes criterios de exclusión:

- Alumnos con trastornos de la conducta alimentaria.
- Alumnos con diagnóstico de sobrepeso y obesidad.
- Madres que sigan un tratamiento clínico de salud mental.

3.4 INSTRUMENTOS

- Ficha sociodemográfica dirigida a las madres: La elaboración de esta ficha es de autoría propia. El objetivo es recopilar información de las madres con respecto a sus hijos, pertenecientes al 5to y 6to grado de primaria, tales como la edad y el sexo. La aplicación de la ficha sociodemográfica tuvo una duración promedio de 2 minutos.
- Ficha sociodemográfica dirigida a los estudiantes: La elaboración de esta ficha es de autoría propia. El objetivo es recopilar información básica (edad, sexo, grado y

sección) de la muestra a evaluar. La aplicación esta ficha tuvo una duración de 5 minutos aproximadamente.

- Afrontamiento al estrés: El Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE) lo elaboraron Carver, Scheier y Weintraub (1989) en Estados Unidos. Posee 52 ítems, y tiene por objetivo identificar la manera en que los individuos enfrentan situaciones de estrés, además, pretende evaluar las estrategias de afrontamiento al estrés que se agrupan en tres estilos: enfocado en el problema, enfocado en la emoción y enfocado en otros estilos de afrontamiento.

Polanco (2019) a partir de una muestra de 612 personas pertenecientes a la población económicamente activa de Lima Metropolitana pudo realizar tres análisis factoriales en la estructura del COPE, en el último análisis factorial optó por eliminar algunos ítems que se identificaron previamente, pues, no cumplían con los criterios establecidos, obteniendo un KMO de .91 y el test de esfericidad de Barlett con un valor de $X^2 [946, N = 612] = 10239.7, p < .001$), de esta manera, se obtuvo una estructura factorial final conformada por 44 ítems y 2 factores (afrontamiento centrado en el problema y afrontamiento centrado en la emoción) que explicaron el 40.20% de la varianza compartida, obteniéndose en el primer factor una varianza de 20,99% y en el segundo factor una de 19,21%. Con respecto al nivel de confiabilidad, se obtuvo un coeficiente de consistencia interna (Coeficiente Omega) de .96, lo cual indica una excelente confiabilidad. Luego de obtenerse las evidencias de validez y confiabilidad de la prueba, el autor elaboró los baremos de la variable sexo. Con respecto a las puntuaciones obtenidas por los ítems comprendidos en el Factor 1 del Inventario COPE arrojaron resultados significativos según la estadística, obligando a la elaboración de

baremos diferenciados (Ver Tabla 1). Sin embargo, lo hallado discrepa con los resultados del Factor 2, ya que, no se encontraron diferencias significativas estadísticamente. En cuanto a la calificación debe considerarse lo siguiente: el puntaje de cada área se suma y se multiplica por la constante de 0.25, lo cual después permitirá identificar el puntaje en el perfil.

Tabla 3

Baremos clasificados en percentiles según el sexo de los participantes para las puntuaciones obtenidas del Inventario COPE

Percentil	Factor 1		Factor 2
	Femenino (n=277)	Masculino (n=335)	Total (n=612)
99	2.78	3.23	3.90
95	2.41	2.84	3.68
90	2.27	2.65	3.55
85	2.14	2.50	3.41
80	2.05	2.32	3.32
75	1.95	2.23	3.23
70	1.91	2.09	3.18
65	1.86	2.00	3.09
60	1.82	1.95	3.05
55	1.73	1.86	3.00
50	1.73	1.82	2.95
45	1.68	1.77	2.86
40	1.64	1.68	2.82
35	1.59	1.64	2.77
30	1.55	1.59	2.68
25	1.50	1.55	2.60
20	1.41	1.45	2.55
15	1.36	1.41	2.45
10	1.31	1.32	2.36
5	1.18	1.23	2.12

Nota: N = 612. Fuente: Polanco, 2019.

- Actitud hacia la ingesta:

La Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI) fue creada por Balsa (2014) en México, teniendo por objetivo conocer los diversos factores psicológicos que

intervienen en una alimentación desordenada, siendo administrada de manera individual o colectiva a personas entre 16 a 62 años. La escala cuenta con 28 ítems agrupados en seis dimensiones: Evasión Emocional (EF), Premiación (P), Impulsividad (I), Autoindulgencia (AI), Baja Tolerancia a la Frustración (BTF) y Autocompasión (AC). En dicha versión de la EAHI las cargas factoriales de sus reactivos se encuentran por encima de 0.50 (validez de constructo) y los índices de consistencia interna (confiabilidad) fluctúan entre 0.91 y 0.60.

Se consideró prudente desarrollar la validez de contenido y la validez de constructo la Escala de Actitud Hacia la Ingesta para fines del presente estudio, para ello, se realizó una prueba piloto con 137 alumnos de 5to y 6to de primaria. Tras el análisis factorial, se mantuvieron las seis dimensiones, sin embargo, algunos ítems fueron eliminados, así mismo, la confiabilidad de consistencia interna de la escala pudo ser hallada mediante del coeficiente Alpha de Cronbach, el cual fue de 0.783, lo cual representa una excelente confiabilidad.

Con respecto a la calificación, la máxima puntuación de cada ítem es de 4 puntos y la mínima es de 1 punto. Entre mayor sea la suma de los ítems de un determinado factor mayor será el valor de este.

En cuanto a los baremos, se categorizaron las puntuaciones para cada dimensión, pues, la creadora de la escala de Actitud Hacia la Ingesta lo dispuso de esa manera, es decir, no señala un puntaje total para el constructo, en este sentido, se construyeron los baremos para los niños de 5to y 6to de primaria bajo esa base.

Los rangos de calificación se designan para cada dimensión, para evasión emocional son: muy alto (16-20), alto (15), moderado alto (12-14), medio (10-11),

moderado bajo (8-9), bajo (6) y muy bajo (5); premiación: muy alto (15-16), alto (14), moderado alto (12-13), medio (10-11), moderado bajo (8-9), bajo (6-7) y muy bajo (5); impulsividad: muy alto (12), alto (11), moderado alto (9-10), medio (8), moderado bajo (6-7), bajo (5) y muy bajo (4); autoindulgencia: muy alto (10-12), alto (9), moderado alto (7-8), medio (6), moderado bajo (4-5), bajo (0) y muy bajo (0); baja tolerancia a la frustración: muy alto (10-11), alto (9), moderado alto (8), medio (6-7), moderado bajo (4-5), bajo (0) y muy bajo (0); autocompasión: muy alto (11-12), alto (10), moderado alto (9), medio (7-8), moderado bajo (6), bajo (5) y muy bajo (0).

3.5 CONSIDERACIONES ÉTICAS

La presente investigación se ha realizado considerando en todo momento los principios bioéticos en la población a estudiar.

Se otorgó de manera presencial los consentimientos y asentimientos informados a las madres y a sus respectivos hijos, quienes fueron alumnos de 5to y 6to de primaria. En dichos documentos se detalló la investigación y se les solicitó su autorización para formar parte o no de dicho estudio y/o retirarse cuando lo crean conveniente.

Se brindó la misma información a cada participante y se respondieron las dudas que tuvieron, garantizando así que todos reciban los mismos beneficios.

Luego que los estudiantes respondieran a los cuestionarios se les brindó una charla informativa acerca de la actitud hacia la ingesta, y a las madres se les brindó una charla sobre las estrategias de afrontamiento al estrés, además, se otorgaron folletos sobre dichos temas.

Cabe resaltar que, se contó con un licenciado en psicología que acompañó durante la resolución del cuestionario para salvaguardar cualquier situación de desborde emocional.

3.6 PROCEDIMIENTO

En primera instancia, el Comité Institucional de Ética brindó la carta de aprobación de proyecto de tesis resaltando el permiso necesario para su ejecución. Luego, se procedió a coordinar con un colegio público de Lima, Chosica para entregar la carta de presentación otorgada por la Universidad Peruana Cayetano Heredia que abalaba estudio y así obtener la autorización del director de la institución con el fin de desarrollar la prueba piloto para validar la “Escala de Actitud Hacia la Ingesta”, por lo que se invitó a una reunión con las madres de familia de los 180 niños matriculados en el 5to y 6to del nivel primario para darles a conocer sobre la importancia de que sus hijos participen a lo largo de la investigación; respetando el principio de autonomía, participaron un total de 137 alumnos.

Se realizó otra reunión con los niños que cuentan con el consentimiento informado aprobado por sus madres, otorgándoseles el asentimiento informado para que puedan participar de la prueba piloto para validar la “Escala de Actitud Hacia la Ingesta”. Al finalizar dicha actividad, se les otorgó dípticos y una charla informativa sobre el rol de las emociones en la alimentación.

Luego, se realizó un procedimiento estadístico para hallar la validez de contenido con la participación de 10 jueces y la validez de constructo del instrumento mediante el análisis factorial confirmatorio obteniéndose así una escala modificada.

Después, se procedió a coordinar con otra institución pública de Chosica para llevar a cabo la investigación propiamente. Por lo que primero se realizó una Escuela para Padres informativa con las madres de los niños del 5to y 6to de primaria, donde se les detalló sobre la investigación, asimismo, se entregó consentimientos informados y se les pidió que respondieran al COPE. También, se solicitó a dichas madres su consentimiento para la participación de sus hijos.

Finalmente, se procedió a aplicar la Escala de Actitud Hacia la Ingesta a los niños que contaban con el consentimiento de sus madres y con el asentimiento firmado por ellos, y se les brindó una charla informativa al culminar con la aplicación de la escala.

Cabe resaltar que la información levantada se registró en una base de datos a la que sola la investigadora tiene acceso.

3.7. PLAN DE ANÁLISIS

Para realizar el presente estudio se partió de la validez de contenido por criterio de jueces del instrumento “Escala de Actitud Hacia la Ingesta”. Luego se aplicó dicho instrumento en una prueba piloto conformada por 137 niños de 5to y 6to de primaria de una institución pública de Lurigancho – Chosica, Lima.

Los datos se procedieron a almacenar en una base de datos y se desarrolló la validez de constructo aplicando el análisis de la cantidad muestral para el Análisis Factorial (AFE), utilizando la prueba de KMO y Bartlett, así como el método de extracción de máxima verosimilitud que permitió conocer las cargas factoriales de cada ítem con respecto a las dimensiones de la escala, de esta manera se conoció qué ítems

permanecerían en la escala, así mismo, se obtuvo la validez y confiabilidad del instrumento adaptado.

Para responder al objetivo general y a los objetivos específicos relacionales primero se recurrió a la prueba de Shapiro Wilks, ya que, según Pedrosa, Juarros, Robles, Basteiro y García (2015), así como Polanco (2019), esta prueba es una de las más consolidadas y con mayor potencia estadística muy independiente a la muestra que evalúe. Así mismo, se obtuvo que los datos no presentaban una distribución normal, además, dada su naturaleza cuantitativa se empleó el coeficiente de correlación Rho de Spearman, prueba no paramétrica que permite verificar la existencia o no de una relación entre dos variables numéricas. Por otro lado, para interpretar los valores de correlación se utilizaron los criterios de Hernández y Mendoza (2018), los cuales se muestran en la Tabla 4.

Con respecto al primer objetivo específico que pretende validar uno de los instrumentos, el cual es la Escala de Actitud Hacia la Ingesta, se optó por el análisis factorial confirmatorio mediante los Modelos de Ecuaciones Estructurales o Structural Equation Modeling (SEM), obteniéndose un índice de Alfa de Cronbach basado en elementos estandarizados.

Finalmente, para responder al sexto y séptimo objetivo específico se empleó el estadístico U de Mann Whitney, el cual nos permitirá realizar las comparaciones.

Tabla 4*Criterios para determinar la fuerza de la relación entre variables*

Relación	Interpretación
-0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.75	Correlación negativa considerable
-0.50	Correlación negativa media
-0.25	Correlación negativa débil
-0.10	Correlación negativa muy débil
0.00	No existe correlación alguna entre las variables
0.10	Correlación positiva muy débil
0.25	Correlación positiva débil
0.50	Correlación positiva media
0.75	Correlación positiva considerable
0.90	Correlación positiva muy fuerte
1.00	Correlación positiva perfecta

Nota: La correlación negativa también puede ser denominada como correlación inversa. Fuente: Hernández y Mendoza (2018).

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

Antes de detallar lo encontrado con respecto al cumplimiento del objetivo general y de los objetivos específicos, se realizaron las tablas de frecuencias para cada variable.

Con respecto a la Tabla 5, se observan las frecuencias para la variable afrontamiento al estrés, medida por el instrumento COPE, y según cada dimensión en 95 madres de estudiantes del 5to y 6to de primaria de un colegio público de Lurigancho - Chosica, Lima. Se evidencia que en la dimensión afrontamiento centrado en el problema, la mayoría de las madres presentó un nivel alto (95,79%) lo que evidenciaría una fuerte tendencia a realizar conductas dirigidas a cambiar una situación o evento estresor, mientras que, en la dimensión afrontamiento centrado en la emoción, la mayoría de las madres presentó un nivel bajo (90,53%) lo que denota que la mayoría de las madres presenta una carencia de control para afrontar el evento estresor, desesperanza en que este sea modificado, y no suelen buscar apoyo a su entorno más cercano.

Tabla 5
Estadísticos descriptivos para la variable afrontamiento al estrés en las madres de los escolares de 5to y 6to de primaria

	D1		D2	
	f	%	f	%
Alto	91	95,79	1	1,05
Medio	4	4,21	8	8,42
Bajo			86	90,53

Nota: D1: Afrontamiento centrado en el problema, D2: Afrontamiento centrado en la emoción.

En la Tabla 6 se observan las frecuencias para la variable actitud hacia la ingesta, medida por el instrumento EAHI, y según cada dimensión en 95 escolares del 5to y 6to de primaria de un colegio público de Lurigancho - Chosica, Lima. Se observa el predominio del nivel medio en las dimensiones: evasión emocional (42,11%) que indica una tendencia a consumir alimentos ante situaciones estresantes igual que el promedio de la población, premiación (37,89%) lo que evidencia una tendencia a ver al alimento como un reforzador positivo igual que el promedio de la población, baja tolerancia a la frustración (50,53%) que indica cierta impaciencia ante la restricción del placer asociado a algún alimento igual que el promedio de la población, y autocompasión (43,16%) que indica usar la comida como auto consuelo igual que el promedio de la población, por otro lado, se evidencia predominio del nivel moderado bajo en la dimensión impulsividad (36,84%) lo cual indica un buen manejo de las emociones u antojos al estar frente a determinados alimentos, así también, predominio de nivel moderado alto en la dimensión autoindulgencia (33,68%) que indica una tendencia a la desesperanza con respecto al funcionamiento de una dieta, lo cual necesita ser evaluado por un especialista.

Tabla 6

Estadísticos descriptivos para la variable actitud hacia la ingesta de los escolares de 5to y 6to de primaria

	D1		D2		D3		D4		D5		D6	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Nivel												
Muy bajo	5	5,26	8	8,42	7	7,37	-	-	-	-	7	7,37
Bajo	3	3,16	6	6,32	11	11,58	8	8,42	10	10,53	8	8,42
Moderado	16	16,84	18	18,95	35	36,84	21	22,11	22	23,16	8	8,42
bajo												
Medio	40	42,11	36	37,89	29	30,53	29	30,53	48	50,53	41	43,16
Moderado	24	25,26	23	24,21	11	11,58	32	33,68	10	10,53	19	20
alto												
Alto	3	3,16	3	3,16	1	1,05	4	4,21	3	3,16	7	7,37
Muy alto	4	4,21	1	1,05	1	7,37	1	1,05	2	2,11	5	5,26

Nota: D1: Evasión emocional, D2: Premiación, D3: Impulsividad, D4: Autoindulgencia, D5: Baja tolerancia a la frustración, D6: Autocompasión.

Respecto a la normalidad, con el uso del Test de Shapiro-Wilk se encontró que las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés presenta distribución normal, no obstante, las dimensiones de la actitud hacia la ingesta no presentan distribución normal, lo cual se visualiza en la Tabla 7, por ende, para el análisis se emplearía una estadística no paramétrica.

Tabla 7

Test de Shapiro-Wilk para los resultados de los estudiantes del 5to y 6to de primaria de un colegio público de Lurigancho – Chosica, Lima

	EE	P	I	AI	BTF	AUC	TAP	TAE
N	95	95	95	95	95	95	95	95
Missing	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean	10.06	9.89	7.04	6.05	5.98	7.55	55.4	51.5
Median	11	10	7	6	6	8	55	51
Standard deviation	2.54	2.64	1.75	1.59	1.60	1.91	7.63	6.50
Minimum	5	4	3	3	3	3	38	37
Maximun	18	16	12	11	10	11	74	73
Shapiro Wilk W	.962	.931	.944	.946	.942	.950	.987	.987
Shapiro Wilk p	0.008	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	0.466	0.457

Se debe considerar que, los instrumentos utilizados (COPE y EAHÍ) no arrojan un puntaje total sino puntajes por cada escala o dimensión, por tal motivo, se procedió a analizar las correlaciones de las dimensiones de ambas variables.

Para responder a los objetivos relacionales se consideraron los criterios de relación establecidos por Hernández y Mendoza (2018).

En respuesta al objetivo general, el cual busca identificar la relación entre el afrontamiento al estrés en las madres y la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, se observa en la Tabla 8 que la mayoría de las correlaciones entre las dimensiones de cada variable presentan correlación inversa, de intensidad muy débil y estadísticamente no significativa. En ese sentido, tenemos que, ante la predominancia del afrontamiento centrado en el problema de las madres, disminuyen las dimensiones de la actitud hacia la ingesta de sus hijos; sin embargo, se observa correlación positiva entre el afrontamiento centrado en el problema y la dimensión autocompasión, siendo la intensidad muy débil, es decir, ante la predominancia del afrontamiento centrado en el problema de la madre, aumentará la búsqueda de recompensas alimentarias tras eventos desagradables experimentados por sus hijos.

También, ante el incremento del afrontamiento centrado en la emoción de las madres, disminuyen las dimensiones de la actitud hacia la ingesta de sus hijos, siendo la intensidad de esta relación muy débil. A partir de lo señalado se puede inferir que la relación entre la variable de afrontamiento al estrés de las madres y actitud hacia la ingesta de sus hijos de 5to y 6to de primaria es inversa y de intensidad muy débil.

Tabla 8

Correlación entre las dimensiones del Afrontamiento al Estrés y las dimensiones de Actitud Hacia la Ingesta

Variables		Correlaciones (n=95)	
		Afrontamiento al estrés	
Actitud hacia la ingesta		AP	AE
EE	r	-.033	-.010
	p	.75	.92
P	r	-.12	-.120
	p	.24	.25
I	r	-.13	-.163
	p	.22	.11
AI	r	-.01	-.061
	p	.95	.56
BTF	r	-.13	-.014
	p	.23	.89
AUC	r	.061	-.074
	p	.56	.48

Nota: EE: Evasión emocional, P: Premiación, I: Impulsividad, AI: Autoindulgencia, BTF: Baja tolerancia a la frustración, AUC: Autocompasión, AP: Afrontamiento Centrado en el Problema, AE: Afrontamiento Centrado en la Emoción.

En cuanto al primer objetivo específico, que se enfoca en identificar la validez y la confiabilidad de la Escala de Actitud hacia la Ingesta (EAHI: Balsa, 2014) en niños de 5to y 6to de primaria, se realizó la validez de contenido y la validez de constructo.

En la validez de contenido se empleó el método de jueces, lo cual permitió la participación de 10 personas. A partir de los hallazgos, se pudo realizar la adaptación del lenguaje de algunos ítems para el entendimiento de la población escolar.

En la Tabla 9, se comprueba que, mediante el estadístico V de Aiken, los ítems de la Escala de Actitud hacia la Ingesta presentan niveles entre moderado y alto con respecto a la validez de coherencia de ítems.

Tabla 9*Validez de coherencia de ítems*

Ítems	V	Nivel	p
1	.9	Alto	.001
2	.86	Alto	.049
3	.66	Moderado	—
4	.53	Moderado	—
5	.76	Alto	.035
6	.80	Alto	.049
7	.76	Alto	—
8	.83	Alto	.049
9	.63	Moderado	—
10	.76	Alto	—
11	.83	Alto	.049
12	.76	Moderado	—
13	.9	Alto	.001
14	.76	Alto	—
15	.83	Alto	.049
16	.73	Alto	—
17	.83	Alto	.049
18	.8	Alto	.049
19	.63	Moderado	—
20	.73	Alto	—
21	.86	Alto	0.49
22	.73	Alto	—
23	.9	Alto	.001
24	.8	Alto	.049
25	.53	Moderado	—
26	.63	Moderado	—
27	.9	Alto	.001
28	.86	Alto	—

En la Tabla 10, se puede observar la validez lingüística donde se presenta el resultado de los 10 jueces, quienes evaluaron la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI). Se observa que los ítems 5, 16, 17, 22, 24, 25 y 26 deben mejorarse, por lo que se procedió a realizar el cambio respectivo.

Tabla 10*Validez lingüística de los ítems mediante la prueba binomial*

Ítems	N° de jueces	Significación exacta (bilateral)	Decisión
1		.0009	Se acepta
2		.009	Se acepta
3		.0009	Se acepta
4		.009	Se acepta
5		.117	Mejorar
6		.009	Se acepta
7		.043	Se acepta
8		.009	Se acepta
9		.009	Se acepta
10		.009	Se acepta
11		.009	Se acepta
12		.009	Se acepta
13		.0009	Se acepta
14		.009	Se acepta
15		.043	Se acepta
16		.117	Mejorar
17	10	.117	Mejorar
18		.043	Se acepta
19		.043	Se acepta
20		.043	Se acepta
21		.009	Se acepta
22		.117	Mejorar
23		.043	Se acepta
24		.117	Mejorar
25		.117	Mejorar
26		.117	Mejorar
27		.043	Se acepta
28		.043	Se acepta

En la Tabla 11, se puede observar la validez semántica donde se presenta el resultado de los 10 jueces, quienes evaluaron la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI). Lo cual conlleva a evaluar los ítems 5, 17, 22 y 25 para mejorarlos.

Tabla 11*Validez semántica de los ítems mediante la prueba binomial*

Ítems	N° de jueces	Significación exacta (bilateral)	Decisión
1		.0009	Se acepta
2		.205	Mejorar
3		.0009	Se acepta
4		.009	Se acepta
5		.205	Mejorar
6		.0009	Se acepta
7		.009	Se acepta
8		.009	Se acepta
9		.009	Se acepta
10		.009	Se acepta
11		.043	Se acepta
12		.009	Se acepta
13		.009	Se acepta
14		.009	Se acepta
15		.043	Se acepta
16		.009	Se acepta
17	10	.205	Mejorar
18		.043	Se acepta
19		.043	Se acepta
20		.043	Se acepta
21		.009	Se acepta
22		.117	Mejorar
23		.043	Se acepta
24		.043	Se acepta
25		.117	Mejorar
26		.043	Se acepta
27		.043	Se acepta
28		.043	Se acepta

Se tomaron en cuenta las puntuaciones obtenidas en cada ítem, así como las sugerencias de cada juez, por lo que algunos ítems fueron cambiados de la siguiente manera:

- El ítem 2 “Me animo tomando o comiendo algo, si me siento triste” fue cambiado por: “Si me siento triste me animo tomando o comiendo algo”.

- El ítem 3 “La comida suele acompañar mis momentos de ocio” fue cambiado de la por: “La comida suele acompañar mis momentos de soledad”.
- El ítem 4 “La comida existe para disfrutarla en cualquier momento”, fue cambiado por: “La comida existe para disfrutarla en cualquier momento del día”.
- El ítem 5 “Las penas con pan son menos”, fue cambiado por: “Las penas son menos cuando como algo que me gusta”.
- El ítem 7 “Si no como pan o pastas, es como si no comiera”, fue cambiado por: “Si no como pan en el desayuno es como si no comiera”.
- El ítem 8 “Una dieta tiene que funcionar en la primera semana”, fue cambiado por: “Una dieta tiene que dar resultados en la primera semana”.
- El ítem 17 “Como, si tengo un mal momento”, fue cambiado por: “Luego de tener un mal día quiero comer”.
- El ítem 18 “Cuando me siento solo o triste, la comida es una buena opción”, fue cambiado por: “La comida siempre es una buena opción para no sentirme solo o triste”.
- El ítem 22 “Estar solo (a) me hace comer más”, fue cambiado por: “Cuando estoy solo (a) suelo comer más”.
- El ítem 24 “El fastidio me hace buscar algo de comer”, fue cambiado por: “El enojo me hace buscar algo de comer”.
- El ítem 25 “Los antojos de algunos alimentos saltan a mi mente”, fue cambiado por: “Los antojos de algunos alimentos vienen a mi mente luego de realizar varias actividades durante el día”.

- El ítem 26 “Para consentirme planeo cosas ricas de comer”, fue cambiado por: “Luego de un día agotador me consiento comprando o preparando cosas ricas para comer”.

Luego, se realizó una prueba piloto aplicando la escala modificada a 137 alumnos del 5to y 6to grado de primaria de un colegio público del distrito de Lurigancho – Chosica, donde los resultados obtenidos permitieron realizar una validez de constructo basada en el Análisis Factorial confirmatorio empleando los Modelos de Ecuaciones Estructurales o Structural Equation Modeling (SEM). Se analizó la cantidad muestral mediante índice Kaiser-Myer-Olkin (KMO) y la Prueba de esfericidad de Barlett.

En la Tabla 12, se observa que el índice del KMO es de .766, por ende, la muestra se adecúa de manera apropiada para la realización de un análisis factorial, ya que, Montoya (2007) afirma que los valores entre .5 y 1 determinan la factibilidad para su aplicación. Con respecto a la Prueba de Esfericidad de Barlett se obtuvo un nivel crítico (sig.) de .000 que es menor a .05, y según Montoya (2007) ello significaría el rechazo de la hipótesis nula que afirma que las variables no se correlacionan, por ende, el modelo factorial sí es el apropiado para la explicación del comportamiento de los datos.

Tabla 12

Análisis del tamaño muestral para el análisis factorial de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI)

Prueba de KMO y Bartlett			
Medida de adecuación de muestreo	Kaiser-Meyer-Olkin	de	.766
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado		1016,398
	gl		378
	Sig.....		.000

Se recurrió a los Modelos de Ecuaciones Estructurales (SEM) para la realización del análisis factorial confirmatorio, dichos modelos pertenecen al grupo de herramientas más fuertes para estudiar las relaciones causales en datos de tipo no experimental, ya que, combinan el análisis factorial y la regresión múltiple y tienen como componentes al modelo de medida y al modelo estructural, donde el primero da a conocer la relación que existe entre un grupo de variables observables; mientras que en el modelo estructural se resaltan las relaciones hipotetizadas entre las variables, ya que, se procede a describir las relaciones entre dichas variables permanentes gracias a las flechas. Entre las ventajas de este modelo, se encuentra la posibilidad de estudiar cómo concuerdan los datos que se estimaron por dicho modelo con los datos que se observan al usar los índices de ajuste, poniendo en práctica el modelo causal postulado (Medrano y Muñoz, 2017).

Para fines de esta investigación se realizaron los pasos de Evaluación y Re-especificación del modelo, por lo que primero se determinó si las relaciones entre las variables del modelo estimado permitían discernir óptimamente las relaciones que se observan en los datos, además, se utilizaron los estadísticos de bondad de ajuste recomendados por Jackson et. al (2009, como se citó en Medrano y Muñoz, 2007):

Índice de Ajuste Absoluto (chi cuadrado), Índice de Ajuste Comparado (CFI), el Índice de Ajuste No Normado (TLI), y la Raíz Cuadrada Media del Error de Aproximación (RMSEA).

Hu y Bentler (1999, como se citó en Medrano y Muñoz, 2007) sugieren valores mayores a .95 para los índices CFI y TLI, lo cual significa un ajuste adecuado, y superiores a .90 significan un ajuste que se acepta, el cual es el caso del presente estudio.

En la Tabla 13, se observan los estadísticos de bondad de ajuste, donde el índice del CFI es .915 y el TLI es .897, por ende, el ajuste es adecuado, en cuanto al índice RMSEA se considera un ajuste óptimo a los valores inferiores a .06, con respecto al presente estudio se obtuvo un valor de .0371, el cual es inferior a .06, por ende, posee un ajuste óptimo.

Tabla 13

Índices de ajuste del Análisis Factorial Confirmatorio mediante SEM de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI)

CFI	TLI	SRMR	RMSEA	RMSEA 90% CI	
				Lower	Upper
.915	.897	.0636	.0371	.00612	.0553

Nota. CFI: Índice de ajuste comparado, TLI: Índice de ajuste no normado, SRMR: Residual cuadrático medio estandarizado, RMSEA: Raíz Cuadrada Media del Error de Aproximación.

En el caso de la tabla 14 se evidencia el índice de Chi cuadrado (χ^2) que es la valoración del ajuste global del modelo, que permitió obtener una puntuación de .045,

valor menor a .05, lo cual indica un rechazo de la hipótesis nula de igualdad entre matrices de covarianza observada y reproducida. A la par de este procedimiento se realizó el paso de re-especificación del modelo que implica eliminar ciertos ítems para que se logró el ajuste del modelo, sin alterar los factores en sí, pues, se pretende aprobar el modelo.

Tabla 14

Índice de ajuste global del Análisis Factorial Confirmatorio mediante SEM de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI)

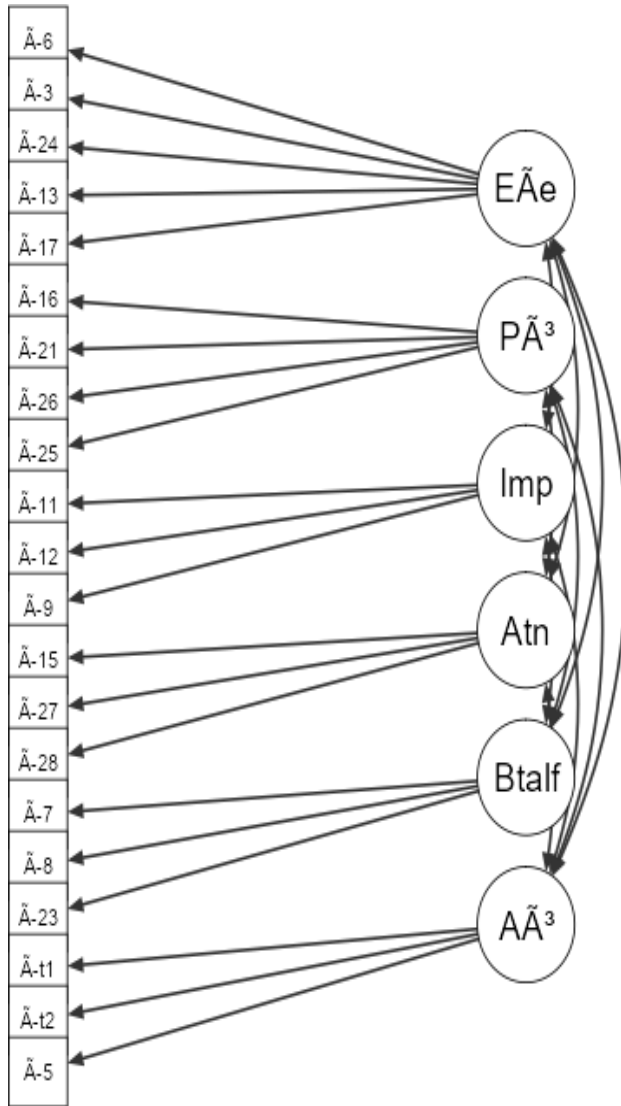
χ^2	df	p
207	174	.045

Nota. χ^2 : Chi cuadrado

Al realizar este procedimiento se eliminaron siete ítems de diferentes factores mediante la reespecificación del modelo. En la dimensión Evasión Emocional se eliminaron los ítems 13, 14, 18, 19 y 22; y en la dimensión Premiación se eliminaron los ítems 4 y 20; en la dimensión Impulsividad se eliminó el ítem 10. En la figura 1 se observa el modelo obtenido por el Análisis Factorial Confirmatorio mediante SEM, contando con 21 ítems en total. Lo mismo sucede con la Tabla 15.

Figura 1

Modelo de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta adaptado a población escolar (niños de 5to y 6to de primaria)



Nota. EAe: Evasión emocional, PA³: Premiación, Imp: Impulsividad, Atn: Autoindulgencia, Btalf: Baja tolerancia a la frustración, AA³: Autocompasión

Tabla 15

Distribución de ítems de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta según el Análisis Factorial Confirmatorio por SEM

Factor	Indicador	Estimador	SE	Z	P
Evasión emocional	ítem 6	.571	.0962	5.94	<.001
	ítem 3	.385	.0959	4.01	<.001
	ítem 24	.419	.0785	5.34	<.001
	ítem 13	.572	.0919	6.22	<.001
	ítem 17	.634	.0970	6.53	<.001
Premiación	ítem 16	.574	.0978	5.86	<.001
	ítem 21	.627	.0982	6.39	<.001
	ítem 26	.771	.0949	8.12	<.001
	ítem 25	.424	.1046	4.06	<.001
Impulsividad	ítem 11	.535	.1273	4.20	<.001
	ítem 12	.406	.1158	3.51	<.001
	ítem 9	.267	.1379	1.94	0.052
Autoindulgencia	ítem 15	.768	.1336	5.75	<.001
	ítem 27	.496	.1075	4.62	<.001
	ítem 28	.356	.1116	3.19	0.001
Baja tolerancia a la frustración	ítem 7	.320	.1171	2.74	0.006
	ítem 8	.489	.1172	4.18	<.001
	ítem 23	.548	.1086	5.05	<.001
Autocompasión	ítem 1	.335	.1097	3.06	0.002
	ítem 2	.697	.1141	6.11	<.001
	ítem 5	.457	.0992	4.61	<.001

En la Tabla 16 se evidencia la confiabilidad de consistencia interna de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI), para lo cual se empleó el coeficiente Alpha de Cronbach, que puntuó .783, lo cual representa una excelente confiabilidad según Contreras y Novoa (2018), por ende, el instrumento mide lo que dice medir, mostrando consistencia a lo largo del tiempo.

Tabla 16*Estimación de la homogeneidad de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta*

Alfa de Cronbach	N de elementos
.783	21

En la Tabla 17 pueden observarse las las normas de baremación para cada dimensión de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI). Cabe resaltar que no existe una puntuación global. De acuerdo a lo descrito, se concluye que esta escala es confiable y válida para evaluar a la población estudiada.

Tabla 17*Baremos para las dimensiones de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI)*

Rango	EE	P	I	AI	BTF	AUC
Muy alto	16-20	15-16	12	10-12	10-11	11-12
Alto	15	14	11	9	9	10
Moderado alto	12-14	12-13	9-10	7-8	8	9
Medio	10-11	10-11	8	6	6-7	7-8
Moderado bajo	8-9	8-9	6-7	4-5	4-5	6
Bajo	6-7	6-7	5	_____	_____	5
Muy bajo	5	5	4	_____	_____	_____

Previo a la presentación de los objetivos específicos correlacionales, se precisa que se tomarán en consideración las dimensiones Evasión Emocional y Premiación de la variable Actitud hacia la Ingesta en niños, ya que, a partir de la literatura revisada estas características serían adquiridas del modelo más próximo, sus progenitores, además, podrían predecir el desarrollo de una conducta alimentaria basada en sus estados emocionales.

Para responder al segundo objetivo específico, que busca identificar la relación entre el afrontamiento al estrés centrado en el problema de las madres y la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, se halló un $r = -.033$ (Ver la Tabla 18), lo cual indica que a mayor predominio de estrategias para redefinir, solucionar y reevaluar un problema en las madres, menor será la tendencia de su hijo a la ingesta de alimentos para afrontar emociones desagradables; siendo la intensidad de esta relación muy débil.

Con respecto al tercer objetivo específico, que busca identificar la relación entre el afrontamiento al estrés centrado en el problema de las madres y la dimensión premiación de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, se halló un $r = -.123$ (Ver la Tabla 18), lo cual indica que a mayor predominio de estrategias para redefinir, solucionar y reevaluar un problema en las madres, menor será la tendencia de sus hijos a usar la comida como reforzador positivo luego de realizar una determinada actividad; siendo la intensidad de esta relación muy débil.

En cuanto al cuarto objetivo específico, que busca identificar la relación entre el afrontamiento al estrés centrado en la emoción de las madres y la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, se halló un $r = -.010$ (Ver la Tabla 18), lo cual indica que a mayor predominio de estrategias ligadas a aminorar el malestar por un evento estresor en las madres, menor será la tendencia de su hijo a la ingesta alimentos para afrontar emociones desagradables; siendo la intensidad de esta relación muy débil.

En lo que refiere al quinto objetivo específico, que busca identificar la relación entre el afrontamiento al estrés centrado en la emoción de las madres y la dimensión

premiación de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, se halló un $r = -.120$ (Ver la Tabla 18), lo cual indica que a mayor predominio de estrategias ligadas a aminorar el malestar por el evento estresor en las madres, menor será la tendencia de su hijo a usar la comida como reforzador positivo luego de realizar una determinada actividad; siendo la intensidad de esta relación muy débil.

Tabla 18

Correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y las dimensiones Evasión Emocional y Premiación de la Actitud Hacia la Ingesta

Variables		Correlaciones (n=95)	
		Afrontamiento al estrés	
Actitud hacia la ingesta		AP	AE
EE	r	-.033	-.010
	p	.75	.92
P	r	-.12	-.120
	p	.24	.25

Nota: AP: Afrontamiento centrado en el problema, AE: Afrontamiento centrado en la emoción, EE: Evasión emocional, P: Premiación.

Por otro lado, en cuanto al sexto objetivo específico que busca comparar los puntajes obtenidos en la actitud hacia la ingesta según la variable grado en alumnos de 5to y 6to de primaria, se optó por utilizar el estadístico U de Mann Whitney, obteniéndose un p valor $> .05$ en todas las dimensiones de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta (Ver Tabla 19): evasión emocional ($p=.944$), premiación ($p=.095$), impulsividad ($p=.580$), autoindulgencia ($p=.621$), baja tolerancia a la frustración ($p=.774$), y autocompasión ($p=.078$), por ende, no existen diferencias en la actitud hacia

la ingesta según la variable grado, es decir, el consumo de alimentos ante sucesos emotivos o afectivos de los alumnos no varía en función al grado.

Tabla 19

Estadísticos de prueba en la actitud hacia la ingesta según la variable grado en los alumnos de 5to y 6to de primaria

		Statistic	p
D1	Mann-Whitney U	1053	.944
D2	Mann-Whitney U	847	.095
D3	Mann-Whitney U	991	.580
D4	Mann-Whitney U	999	.621
D5	Mann-Whitney U	1025	.774
D6	Mann-Whitney U	835	.078

Nota. D1: Evasión emocional, D2: Premiación, D3: Impulsividad, D4: Autoindulgencia, D5: Baja tolerancia a la frustración, D6: Autocompasión.

Finalmente, con respecto al séptimo objetivo específico, que busca comparar los puntajes obtenidos en la actitud hacia la ingesta según la variable género en alumnos de 5to y 6to de primaria, se obtuvo un p valor $> .05$ en las dimensiones: premiación ($p=.166$), impulsividad ($p=0.594$), autoindulgencia ($p=.887$), baja tolerancia a la frustración ($p=.252$) y autocompasión ($p=.052$), sin embargo, se obtuvo un p valor $< .05$ en la dimensión evasión emocional ($p=.006$), lo cual indica que existen diferencias en la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta según la variable género (Ver Tabla 20), determinándose así que las niñas presentan mayor evasión emocional a comparación de los varones, pues, en ellas existe mayor predominancia de la media, es decir, las niñas tienen mayor tendencia a refugiarse en la comida para no afrontar las sensaciones desagradables de ciertas emociones.

Tabla 20

Estadísticos de prueba en la actitud hacia la ingesta según la variable género en los alumnos de 5to y 6to de primaria

		Statistic	p
D1	Mann-Whitney U	754	.006
D2	Mann-Whitney U	930	.166
D3	Mann-Whitney U	1043	.594
D4	Mann-Whitney U	1094	.887
D5	Mann-Whitney U	964	.252
D6	Mann-Whitney U	858	.052

Nota: D1: Evasión emocional, D2: Premiación, D3: Impulsividad, D4: Autoindulgencia, D5: Baja tolerancia a la frustración, D6: Autocompasión

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN

En respuesta al objetivo general del presente estudio, que buscaba determinar la relación entre el afrontamiento al estrés en madres y actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, se encontró que existe una correlación inversa, de intensidad muy débil y no significativa entre las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés en madres y las de la actitud hacia la ingesta en sus hijos, pues, una limitación de los instrumentos es que no arrojan un puntaje global del constructo, sino por cada dimensión, pues, en los modelos teóricos propuestos por los creadores de los instrumentos se considera crucial el papel de cada dimensión en la conducta del individuo, ya que, en el caso del afrontamiento al estrés, no puede estimarse que una persona tenga un alto, medio o bajo afrontamiento al estrés en general, pues, dicho afrontamiento se caracteriza por estilos que pueden estar presentes simultáneamente, sin embargo, un estilo de afrontamiento puede predominar más que el otro, por ello, Polanco (2019), quien hizo la adaptación de dicho instrumento a población peruana, refiere que el puntaje global de la escala no permitiría conocer en que estilo de afrontamiento debería trabajarse más, de igual forma sucede con la Escala de Actitud Hacia la Ingesta, elaborada por Balsa (2014), quien refiere que las dimensiones del constructo son aspectos que deben considerarse por separado a fin de brindar un abordaje oportuno en caso el individuo posea sobrepeso u obesidad.

A pesar que no se han realizado investigaciones donde se estudien ambas variables, sobre todo en madres e hijos, se optó por considerar estudios que se aproximen a evaluar variables similares, en este sentido, los resultados obtenidos

guardan similitud con los hallazgos de Hilario (2020), quien encontró que no existe relación significativa ($p = .236$) entre los hábitos alimentarios de los progenitores y el exceso de peso en sus hijos, también, halló que la mayoría de los padres y sus hijos poseían un IMC normal, que para *López et al.* (2023), dicho índice es un indicador que el individuo no tiene una alimentación basada en emociones, ya que, afirma que un IMC dentro de un rango de sobrepeso se relaciona directamente con actitudes de comedor emocional, por otro lado, en dicho estudio se encontró que más de la mitad de los padres mantenía hábitos alimentarios poco saludables, en este sentido, Gonzales (2019) sostiene que los hábitos alimenticios normales pueden verse perjudicados por un mal manejo del estrés, provocando que los individuos busquen alimentos altos en grasas y azúcar. Por su parte, el autor menciona que también es necesario indagar la influencia de variables como el sedentarismo o los hábitos alimentarios de dichos niños dentro del colegio.

En esa misma línea, Tairo (2021) halló correlaciones positivas bajas y significativas en dos componentes del estilo de crianza parental (compromiso, $r = .140$ y $p = .047$; y autonomía, $r = .162$ y $p = .022$) con la inteligencia emocional de adolescentes, sosteniendo la idea que el rol de los padres es determinante para el desarrollo emocional de sus hijos, lo cual también es defendido por Bowlby (1969) en su teoría del apego, refiriendo que una persona con un apego inseguro evitativo recurrirá a estrategias poco adaptativas al momento de hacer frente a situaciones estresantes. No obstante, dicha investigación discrepa de la presente en cuanto a la significatividad de la relación, ello podría deberse a que ambas variables fueron evaluadas en los hijos, más no a sus padres. Otro factor sería la edad de los

participantes, quienes se encuentran en un rango de 12 a 17 años, es decir, son adolescentes, que, de acuerdo a Quiñones, Arhuis, Pérez, Coronado y Cjuno (2021) en esta población se empiezan a consolidar los trastornos de conducta alimentaria.

Por otro lado, Ortega (2019) encontró una relación moderada ($r= .53$) con respecto al conocimiento de las madres sobre alimentación escolar y el estado nutricional de sus hijos, escolares de 6 a 11 años, en este sentido, dicha investigación difiere de la nuestra porque allí se evaluaron a niños de todo el nivel primario, además, también se evaluó el IMC, el cual permitió identificar a un gran grupo de niños con sobrepeso y obesidad.

De la misma forma, Reyes, *et al.* (2021) encontraron una relación moderada entre el bienestar infantil, el afrontamiento familiar y el bienestar general percibido ($r= .44$), donde el afrontamiento familiar implica utilizar los recursos de la familia para hacer frente a los eventos estresantes buscando cuidar la dinámica de la misma, por ende, dichas estrategias no solo son empleadas por los padres, sino también por sus hijos, ya que, son parte de un sistema, de igual manera, Antunes (2020) en su estudio intergeneracional, encontró que la tolerancia a la frustración es transmitida de madres a hijos, es decir, si ante un problema la madre no percibe solución, dicha imagen servirá de modelo para su hijo, por ende, él tenderá a una tolerancia a la frustración exagerada (conformista), esta conducta puede explicarse mediante la teoría del aprendizaje observacional de Bandura (1988) y por la teoría de Carver y Scheier (1981), quienes refieren que la expectativa que tenga el sujeto en cuanto a su forma de afrontar una situación lo llevará a incrementar sus esfuerzos o a reducir la persistencia y el

rendimiento. Cabe resaltar que en ambos estudios se evaluaron tanto a las madres como a los padres, a diferencia de estudio que se limitó a evaluar solo a madres.

Es necesario que en futuras investigaciones se considere si los niños presentan obesidad o sobrepeso, ya que de acuerdo a la Teoría de Schater (como se citó en Serin y Snlier, 2018) las personas con estas enfermedades presentan una insensibilidad a los estímulos internos, es decir, no son sensibles al hambre ni a la saciedad, inclusive dicha teoría revela que su alimentación por lo general responde a los sistemas hedónicos más no homeostáticos, es decir, el consumo excesivo de alimentos puede generar una activación dopaminérgica lo cual se interpreta en un estado aparente de bienestar, sin embargo, el desarrollo de la obesidad y sobrepeso surgiría a partir del aprendizaje observacional que establece Bandura (1988) en su teoría, explicando que los niños repiten los patrones conductuales de sus padres, es por ello que muchos programas de intervención abordan tanto a los niños obesos como a sus padres, tal es el caso del programa elaborado por García y Ortega (2022), donde se trabajó con niños obesos y a su familiares, ya que, además de los malos hábitos alimentarios se encontraron conflictos alrededor de la crianza del niño e inconsistencia como actitudes familiares que de alguna manera influirían en la aparición de la obesidad, de igual forma Gago *et al.* (como se citó en Olivos y Rojas, 2020), quienes abordaron la autorregulación emocional tanto de niños obesos y sus familias, lográndose cambios significativos, lo cual quiere decir que la familia es determinante para el desarrollo de un control emocional frente a los alimentos.

Por otro lado, se propuso como primer objetivo específico identificar la validez y la confiabilidad de la Escala de Actitud hacia la Ingesta (EAHI: Balsa, 2014) en niños

de 5to y 6to grado de primaria, demostrándose que es un instrumento válido y confiable (Alfa de Cronbach de .783) para evaluar el manejo emocional vinculado a la alimentación en los niños, dichos resultados guardan similitud con los de la investigación psicométrica realizada por Charun y Cipiran (2022), quienes evaluaron las propiedades psicométricas de la Escala de Hambre Emocional (EES) en una muestra de niños y adolescentes peruanos entre 6 y 18 años, además, tras el análisis factorial, se obtuvieron las siguientes dimensiones con sus respectivos coeficientes de omega: ira/frustración .91, ansiedad .86 y depresión .82, lo cual indica una excelente confiabilidad, ello permitió concluir al autor que el hambre emocional perjudica la salud física y mental.

En la misma línea, Baños *et al.* (2011, como se citó en López *et al.*, 2023) realizaron un estudio que buscaba validar el Cuestionario Holandés de Comportamiento Alimentario (DEBQ-C) que fue creado para aplicarlo en padres con el fin de evaluar la conducta alimentaria de sus hijos (de 7 a 17 años), así mismo tras el análisis factorial, encontraron un ajuste de tres factores: el comer emocional, comer restrictivo, y comer externo, así como una consistencia interna por medio de Alfa de Cronbach de .89, lo cual es elevado. Sin embargo, existe cierto sesgo, pues, los padres pueden responder de acuerdo a su sentir o pensar, además que ellos no ven ni perciben el comportamiento alimentario de sus hijos en el colegio, por lo que en la presente investigación se considera fundamental conocer la percepción del niño sobre su alimentación.

Con respecto al segundo objetivo específico, se halló una correlación muy débil e inversa entre el afrontamiento al estrés centrado en el problema en madres y la

dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, esto podría deberse a que las madres con una predominancia en el afrontamiento al estrés centrado en el problema suelen enfocarse en buscar estrategias para solucionar un determinado problema (Polanco, 2019), por ende, sus hijos optarán por imitar los comportamientos de ellas, es decir, ante un evento estresor no suelen evadir al estresor, sino lo enfrentan, lo cual puede explicarse mediante la teoría del aprendizaje observacional propuesta por Bandura (1988), así mismo, ellos se encuentran en la etapa de niñez intermedia, donde surge gran preocupación por la imagen corporal y dan gran relevancia a sus amigos (Papalia y Martoreli, 2021), de manera que pueden copiar o imitar sus estilos de vida saludable, como el cuidar su alimentación, practicar deportes o mantenerse informados sobre la prevención de enfermedades, de lo contrario pueden seguir dietas restrictivas, o mostrar despreocupación por su imagen y salud recurriendo al sedentarismo.

En cuanto al tercer objetivo específico, se halló una correlación muy débil e inversa entre el afrontamiento al estrés centrado en el problema en madres y la dimensión premiación de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, esto podría deberse a que las madres con una predominancia en el afrontamiento al estrés centrado en el problema se enfocan en buscar estrategias para solucionar un determinado problema (Polanco, 2019), de igual forma, sus hijos optarán por imitar dicho comportamiento, de manera que su reforzador ante la resolución de un problema no será la comida, sino el mismo hecho de haber resuelto el problema. Por otro lado, la premiación no es mala en sí, sino que el problema radica en que el tipo de premio sea la comida, y que ello se presente de manera frecuente, pues, como afirma Garza (2019)

las madres suelen valorar de manera positiva la idea del hijo gordo o que come mucho, es decir, dentro del hogar se le da un valor simbólico significativo a la comida, muy al margen de conocer si es saludable o no, o para reforzar alguna actividad positiva que haya realizado el niño.

En lo que refiere al cuarto objetivo específico, se halló una correlación muy débil e inversa entre el afrontamiento al estrés centrado en la emoción en madres y la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, esto podría deberse a que las madres con una predominancia en el afrontamiento al estrés centrado en la emoción emplean estrategias para controlar la expresión de sus emociones ante un problema o evento estresor (Polanco, 2019), de igual manera, sus hijos imitarán ese patrón de conducta, de manera que ante un problema, ellos manejarán sus reacciones emocionales de manera adecuada, ya sea buscando apoyo social o mediante la aceptación, de manera que no recurren a la evasión emocional mediante la comida.

En lo que concierne al quinto objetivo específico, se halló una correlación muy débil e inversa entre el afrontamiento al estrés centrado en la emoción en madres y la dimensión premiación de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, esto podría deberse a que las madres con una predominancia en el afrontamiento al estrés centrado en la emoción emplean estrategias para aminorar las reacciones emocionales por un evento estresor y expresar de manera adecuada sus emociones (Polanco, 2019), es así que sus hijos imitarán dicho patrón de conducta, de manera que el menor aprende a ver el problema como una experiencia de aprendizaje y que la

satisfacción viene del adecuado manejo de sus emociones más no de tener a la comida como premio por haber realizado algo determinado.

En cuanto al sexto objetivo específico que buscaba comparar los puntajes obtenidos en la actitud hacia la ingesta según la variable grado en alumnos de 5to y 6to de primaria, no se evidenciaron diferencias, lo cual puede deberse a que la comparativa se ha realizado en escolares con uno o dos años de diferencia, por lo que sería necesario establecer una comparativa con jóvenes que ya se encuentren en nivel secundario o en un nivel superior universitario, pues, la Unicef (2019) afirma que existe una tendencia hacia conductas poco saludables conforme avanza la edad de los escolares del nivel secundario, además, que suelen ir dándole mayor importancia a la imagen corporal, por lo que pueden mostrarse irritados o deprimidos al no alcanzar un estándar de belleza.

Dichos resultados se contradicen con los de Muñagorri (2019) quien sí encontró diferencias respecto al estrés, afrontamiento y resiliencia en niños de entre 10 y 12 años, viendo que a medida que los niños crecen van empleando más estrategias de afrontamiento, sobre todo de tipo productivo o enfocado en el problema, sin embargo, es necesario el desarrollo paralelo de un afrontamiento centrado en la emoción para que el menor aprenda a manejar sus emociones sin recurrir a conductas evasivas poco saludables.

Se tuvo como séptimo objetivo específico comparar los puntajes obtenidos en la actitud hacia la ingesta según la variable género en alumnos de 5to y 6to de primaria. Se pudieron hallar diferencias con respecto a la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta ($p = .006$), determinándose que las niñas presentan mayor evasión emocional a comparación de los varones, pues, en ellas existe mayor

predominancia de la media, estos resultados coinciden con los de Quiñones, Arhuis, Pérez, Coronado y Cjuno (2021), quienes hallaron que los adolescentes del sexo femenino presentaban mayor tendencia a padecer trastornos de conducta alimentaria (OR: Odd ratios = .66), sin embargo, ello guarda contradicción con los hallazgos de Abril, Hinojosa y Andrade (2022), quienes encontraron que los niños varones de 6 a 9 años tienden a ser más exigentes en las comidas y comen menos cuando están enojados, cansados o tristes, sin embargo, esta discrepancia puede deberse a que no se evaluaron a los niños directamente sino a sus progenitores.

Por otro lado, Tairo (2021) no encontró diferencias con respecto a la inteligencia emocional según género en adolescentes ($t = 1.18$, $p = .239$), pues, la inteligencia emocional sería un indicador de un adecuado manejo emocional ante variadas situaciones, sobre todo en las concernientes al ámbito alimentario, ya que como plantea Kaplan y Kaplan (como se citó en Palomino, 2020) la ingesta alimentaria para el afronte de emociones desagradables es una estrategia disfuncional para el manejo de emociones. De igual forma, Avalos (2020) halló que tanto mujeres como varones adolescentes con $IMC > 29.9$ (sobrepeso) presentaron ciclos de subingesta o sobreingesta alimentaria, racionalizan su peso y muestran interés para bajar de peso. Los hallazgos de ambas investigaciones discrepan del presente estudio, sin embargo, ello puede deberse a que abordaron a población adolescente, quienes empiezan a tener mayor preocupación por su imagen, lo cual puede generarles frustración u otros cambios emocionales.

Por su parte, Nazar *et al.* (2020) refiere que no puede establecerse si el afrontamiento al estrés de las madres junto a sus prácticas alimentarias son una

consecuencia del estado nutricional de sus hijos o si éstas conllevan a un estilo específico de ingesta y estado nutricional, pues, por lo general los estudios son de corte transversal, por ende, son necesarios estudios longitudinales donde se evalúe la dinámica del fenómeno alimentario.

CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES

A partir de los resultados obtenidos se concluye que:

Existe una relación inversa y de intensidad muy débil entre el afrontamiento al estrés en las madres y la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, en este sentido, resulta difícil identificar la relación entre ambas variables.

Se evidencia que la Escala de Actitud hacia la Ingesta (EAHI: Balsa, 2014) dirigida a niños de 5to y 6to de primaria es válida y confiable.

Existe una relación inversa de intensidad muy débil entre el afrontamiento al estrés centrado en el problema en las madres y la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, por ende, resulta difícil identificar dicha relación.

Existe una relación inversa de intensidad muy débil entre el afrontamiento al estrés centrado en el problema en las madres y la dimensión premiación de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, por tal motivo, resulta difícil identificar dicha relación.

Existe una relación inversa de intensidad muy débil entre el afrontamiento al estrés centrado en la emoción en las madres y la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, así mismo, resulta difícil identificar dicha relación.

Existe una relación inversa de intensidad muy débil entre el afrontamiento al estrés centrado en la emoción en las madres y la dimensión premiación de la actitud

hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria, en este sentido, resulta difícil identificar dicha relación.

No existen diferencias en la actitud hacia la ingesta según la variable grado en los alumnos de 5to y 6to de primaria.

Existen diferencias en la dimensión evasión emocional de la actitud hacia la ingesta según la variable género en los alumnos de 5to y 6to de primaria.

RECOMENDACIONES

- Realizar investigaciones considerando tanto a los padres como a las figuras de apego, para conocer la predominancia de los estilos de afrontamiento al estrés según los factores sociodemográficos tales como el grado de instrucción, el nivel socioeconómico, el número de hijos, la edad de los progenitores, también por los estilos de crianza, la relación de pareja y la relación como familia.
- Impulsar estudios donde se evalúe la influencia de los amigos y los medios de comunicación para el desarrollo de una actitud hacia la ingesta, ya que, los niños evaluados se encuentran en una etapa de autodescubrimiento y de cambios corporales, por lo que, muchas veces se comparan y dirigen sus acciones para recibir validación de los otros.
- Promover investigaciones de tipo experimental donde se evalúe la eficacia de los talleres psicoeducativos o campañas que fomenten el manejo de las emociones para un adecuado afrontamiento al estrés en madres, así como en sus hijos.
- Implementar programas preventivo promocionales de alimentación y estilos de vida saludables partiendo por el manejo del estrés en el contexto familiar.
- Desarrollar instrumentos psicológicos que evalúen la actitud hacia la ingesta en los cuidadores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abril, D., Hinojosa, E. y Andrade, C. (2022). Conducta alimentaria y frecuencia del consumo de alimentos en escolares beneficiarios del proyecto Compassion Internacional Guaranda. *Revista la Ciencia al Servicio de la Salud y la Nutrición*, 13(2), 62-70.

<http://revistas.esPOCH.edu.ec/index.php/cssn/article/view/776/773>

Antunes, R. (2020). *Estilos parentales, apego y tolerancia a la frustración: transmisión intergeneracional abuelos-padres-nietos* [Tesis de doctorado, Universitat Ramon Llull].

https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/668744/Tesi_Rita_Antunes.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Ascencio, A. (2015). *Resiliencia y estilos de afrontamiento en mujeres con cáncer de mama de un hospital estatal de Chiclayo* [Tesis de Pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo].

http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/336/1/TL_Ascencio_Puicon_AnaisJackelin.pdf

Avalos, M. (2020). Relación entre hábitos y actitudes hacia la alimentación con indicadores antropométricos por sexo en adolescentes de secundaria. *Acta Universitaria*, 30(5), 67-82.

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-62662020000100136

- Ayala, L., Lemos, I. y Nunes, C. (2014). Predictores del estrés parental en madres de familias en riesgo psicosocial. *Universitas Psychologica*, 13(2).
<http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v13n2/v13n2a11.pdf>
- Badii, M., Castillo, K., Cortez, A., Wong, A., y Villalpando, P. (2007). Análisis de correlación canónica (ACC) e investigación científica. *Innovaciones de negocios*, 4(2), 405-422. <http://eprints.uanl.mx/12486/1/A9%20%281%29.pdf>
- Balsa, M. (2014). Actitud hacia la ingesta y peso corporal. *Acta Médica Grupo Ángeles*, 12(4), 181-188.
<http://www.medigraphic.com/pdfs/actmed/am-2014/am144b.pdf>
- Balsa, M. (2014). *Actitud hacia la Ingesta, peso corporal y funcionamiento familiar* [Tesis de doctorado, Universidad de las Américas, México] Disertación doctoral no publicada.
- Baños, R., Cebolla, A., Etchemendy, E., Felipe, S., Rasal, P. y Botella, C. (2011). Validación del Cuestionario Holandés de Comportamiento Alimentario (DEBQ-C) para su uso en niños españoles. *Revista Nutrición Hospitalaria*, 26(4) 890 -898. https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v26n4/32_original_27.pdf
- Bernardo, C., Carbajal, Y. y Contreras, V. (2019). Metodología de la investigación. Universidad San Martín de Porres.
<https://www.usmp.edu.pe/iced/instituto/organizacion/contenido-web/mi1-metodologia-de-la-evaluacion.pdf>
- Carver, Ch. (1989). Evaluación de estilos de afrontamiento: un enfoque teórico. *Revista de Personalidad y Psicología social*, 6(24), 73-76.

- Carver, S., Scheier, F., y Weintraub, K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(2), 267-283.
- Centro Nacional de Alimentación y nutrición. (2018). *Informe Anual de Alimentación y Nutrición en el Perú*. Lima, Perú.
- Charun, G. y Cipiran, A. (2022). *Adaptación y Validación de la Escala de Hambre Emocional en niños y adolescentes de Lima Metropolitana, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/94911/Charun_GLA-Cipiran_MAM-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Cohen, N., y Gómez, G. (2019). Metodología de la investigación, ¿Para qué?: la producción de los datos y los diseños. Recuperado de:
http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20190823024606/Metodologia_para_que.pdf
- Contreras, S. y Novoa, F. (2018). Ventajas del alfa ordinal respecto al alfa de Cronbach ilustradas con la encuesta AUDIT-OMS. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 42(65), 1–6.
<https://doi.org/10.26633/RPSP.2018.65>
- Delgado, D. y Liria, R. (2016). Estrategias usadas para alimentar a niños preescolares por madres de una zona urbano marginal de Lima, Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 33(3), 507-512.
https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S172646342016000300507&script=sci_arttext&tlng=pt

- Díaz, M. (2014). Factores influyentes en el comportamiento alimentario infantil. *Revista de Medicina de la Complutense Universidad Javeriana*, 62(2), 237-245. <http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v62n2/v62n2a10.pdf>
- Dias, D. y Enríquez, D. (2007). Obesidad Infantil, Ansiedad y Familia. *Boletín Clínico Hospital Infantil del Estado de Sonora*, 24(1), 22-26. <http://www.medigraphic.com/pdfs/bolclinhosinfson/bis-2007/bis071e.pdf>
- Domínguez, P., Olivares, S. y Santos, J. (2008). Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. *Archivos latinoamericanos de nutrición*, 58(3), 249-255. <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/123925>
- Fernández, E. (2009). *Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional* [Tesis de doctorado, Universidad de León, España]. <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%C3%81NDEZ%20MART%C3%8DA%20ELENA.pdf?sequence=1>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2019). *Niños, alimentación y nutrición: Crecer bien en un mundo de transformación*. <https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *El sobrepeso en la niñez. Un llamado para la prevención en América Latina y el Caribe*. <https://www.unicef.org/lac/media/36976/file/El-sobrepeso-en-la-ninez-reporte-010922.pdf>

- Gago, J., Rosas, O., Huayna, M., Jiménez, D., Córdova, F., Navarro, A., Sequieros, F. y Ramos, W. (2014). Efectividad de una intervención multisectorial en educación alimentaria nutricional para prevenir y controlar el sobrepeso y la obesidad en escolares de cuatro instituciones educativas públicas del distrito de Villa El Salvador. *Revista Perú epidemiología*, 18(3), 1-7.
<file:///C:/Users/AMD/Downloads/Efectividadintervencionalimentarianutricionalenescolares.pdf>
- García, R., Rivas, V., Hernández, J., García, H. y Braqbien, C. (2016). Ansiedad, depresión y hábitos alimentarios y actividad en niños con sobrepeso y obesidad. *Horizonte sanitario*, 15(2), 91-97.
http://revistas.ujat.mx/index.php/horizonte/article/view/1107/pdf_11
- Garza, X. (2019). *Ingesta emocional y las prácticas parentales de alimentación en niños escolares* [Tesis de doctorado, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México].
http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/bitstream/handle/DGB_UMICH/4380/FP-D-2019-0057.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- González, R. (2014). *Conocer el estrés: repercusión del estrés en la infancia* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Cantabria].
<https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/5098>
- González, M. (2019). Efectos del estrés agudo en la ingesta de alimentos en estudiantes universitarios emocionalmente sanos. *Revista Ansiedad y Estrés*, 27(2021), 160-171.
<https://www.ansiedadyestres.es/sites/default/files/rev/2021/anyes2021a21.pdf>

- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw Hill Interamericana Education.
- Herrera, D. (2019). *Ansiedad por la comida, regulación emocional y afectividad en universitarios* [Tesis de Pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14716/HE RRERA_KALINCAUSKY_ANSIEDAD_POR_LA_COMIDA_REGULACION_EMOCIONAL_Y_AFECTIVIDAD_EN_UNIVERSITARIOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hilario, Y. (2020). *Relación entre hábitos alimentarios de padres con el desarrollo de exceso de peso en sus hijos, Institución Educativa Estatal de El Agustino* [Tesis de Pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/12265/Hilario_my.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Instituto de Salud Pública de Chile (2016). Nutrición y situación alimentaria actual. *Boletín de laboratorio y vigilancia al día*, 6(3), 56-90. <http://www.ispch.cl/sites/default/files/documento/2017/01/BoletinNutricion.pdf>
- Jiménez, J. (2005). Autoconciencia. *Revista Escritos de Psicología*, 12(7), 44-58. http://www.esritosdepsicologia.es/descargas/revistas/num7/escritospsicologia7_revision2.pdf
- Mansilla, M. (2000). Etapas del desarrollo humano. *Revista de investigación en Psicología*, 3(2), 105-116. file:///C:/Users/TEMP.DESKTOP-2SLLIRC.002/Downloads/Etapas_del_desarrollo_humano.pdf

- Mazur, E. (2006). Biased appraisals of parenting daily hassles among mothers of young children: Predictors of parenting adjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 30(2), 45-72.
- Medrano, L. y Muñoz, R. (2017). Aproximación conceptual y práctica a los Modelos de Ecuaciones Estructurales. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 11(1), 219-239. <https://dx.doi.org/10.19083/ridu.1>
- Montoro, M. (2017). *Comparación entre estrategias maternas empleadas en alimentación y actividad física para hijos obesos y normopesos en una Institución Educativa Chosica 2015* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/6422/Montoro_mm.pdf?sequence=1
- Montoya, O. (2007). Aplicación del análisis factorial a la investigación de mercados. Caso de estudio. *Scientia et Technica* 4(35), 281-286. <https://revistas.utp.edu.co/index.php/revistaciencia/article/view/5443/2855>
- Morán, C., Landero, R., y González, M. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672009000200020
- Moreno, R. (2010). *Estilos de apego en el profesorado y percepción de sus relaciones con el alumnado* [Tesis de doctorado, Universidad Complutense de Madrid]. <https://eprints.ucm.es/11580/1/T32256.pdf>

- Municipalidad de Villa El Salvador (2014). Memoria Institucional basada en Resultados.
<http://www.munives.gob.pe/WebSite/munives2013/MEMORIAINSTITUCIONAL2014MVES.pdf>
- Muñagorri, S. (2018). Estrés infantil, estilo de afrontamiento y resiliencia (edades comprendidas entre los 10 y 12 años) [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Comillas].
<https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/433367/retrieve>
- Muñoz, S., Vega, Z., Berra, E., Nava, C., y Gómez, G. (2015). Asociación entre estrés, afrontamiento, emociones e IMC en adolescentes. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(1), 11-29.
<https://www.redalyc.org/pdf/802/80242935002.pdf>
- Nazar, G., Petermann, F., Martínez, M., Leiva, A., Labraña, A., Ramírez, K., Martorell, M., Ulloa, N., Lasserre, N., Troncoso, C., Parra, S., Celis, C. (2020). Actitudes y prácticas parentales de alimentación infantil: Una revisión de la literatura. *Revista chilena de nutrición*, 47(4), 669-676.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000400669
- Lévano, J. (2003). *El patrón de conducta tipo A y tipo B y los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra de personal militar* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos].
https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/Tesis/Salud/Levano_MJ/T_completo.pdf

López, G., Baños, R., Botella, C., Oliver, E., Castillo, E., Durón, R. y González, J. (2023). Evaluación de un programa multimedia para promover estilos de vida saludables y reducir el riesgo de obesidad infantil en escuelas de Ciudad de México. *Psicología y Salud*, 33(1), 57-68.

<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2772/4631>

López, P. y Fachelli, S. (2015). *Metodología de la investigación social cuantitativa*. Barcelona, España: Bellaterra.

https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2015/131469/metinvsocuan_cap3-6a2015.pdf

López, J. (2018). Análisis del comportamiento alimentario y sus factores psicológicos en población universitaria no obesa. *Análisis de Psicología*, 34(1), 1-6.

<http://scielo.isciii.es/pdf/ap/v34n1/0212-9728-ap-34-01-00001.pdf>

López, M. (2018). *Funciones inhibitorias e interacción madre-hijo en niños de 7 a 11 años de una institución educativa privada de Lima Perú* [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia].

<http://190.116.48.43/handle/upch/4366>

Olivos, S. y Rojas, J. (2020). Eficacia de los programas educativos para reducir el sobrepeso y obesidad en niños. *Revista Médica Herediana*, 31(2), 132-133.

<http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v31n2/1729-214X-rmh-31-02-132.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (2016). *Informe de la Comisión para acabar con la obesidad infantil*.

http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/206450/9789243510064_spa.pdf;jsessionid=BADEB88F60A49C0BA4BCCA8477BDB5DE?sequence=1

- Organización Mundial de la Salud. (2016). *Enfoques poblacionales de la prevención de la obesidad infantil*.
<http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250751/9789243504780-spa.pdf?sequence=1>
- Organización Mundial de la Salud. (2016). *Enfermedades crónicas*.
http://www.who.int/topics/chronic_diseases/es/
- Ortega, C. (2019). *Relación entre el nivel de conocimiento de las madres sobre la alimentación escolar y el estado nutricional en niños de una institución educativa primaria, San Juan Lurigancho – 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Norbert Wiener]
<http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3109/TESIS%20Ortega%20Carmen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pamies, L., Quiles, Y. y Quiles, J. (2012). Diferencias de género y edad en los hábitos alimentarios y sobrepeso de los adolescentes españoles. *Revista Española Nutricional Comunitaria*, 18(1), 19-26.
https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/Nutr_1-2012_art%203.pdf
- Palencia, Y. (2004). *Alimentación y salud claves para una buena alimentación*. Córdoba, España: Mednaturista.
http://www.unizar.es/med_naturista/Alimentacion%20y%20Salud.pdf
- Palomino, A. (2020). Rol de la emoción en la conducta alimentaria. *Revista chilena de nutrición*, 47(2), 286-291.
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071775182020000200286

- Papalia, D. y Martoreli, G. (2021, 14 Ed.). *Desarrollo humano*. Ciudad de México, México: Mc Graw Hill.
- Pedrosa, I., Juarros, J., Robles, A., Basteiro, J. y García, E. (2015). Pruebas de bondad de ajuste en distribuciones simétricas, ¿qué estadístico utilizar? *Universitas Psychologica*, 14(1), 245-254. <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy13-5.pbad>
- Pérez, M. (2016). *Factores de estrés cotidiano entre alumnos de quinto de primaria y alumnos de sexto de primaria que egresen de la Escuela Kemna'Oj* [Tesis de Pregrado, Universidad Rafael Landívar]. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Perez-Maria.pdf>
- Pérez, J., Lorence, B. y Menéndez, S. (2010). Estrés y competencia parental: un estudio con madres y padres trabajadores. *Suma Psicológica*, 17(1), 47-57. <http://publicaciones.konradlorenz.edu.co/index.php/sumapsi/article/view/444>
- Peña, E. y Reidl, L. (2015). Las emociones y la conducta alimentaria. *Revista Elsevier*, 5(3), 2182-2193. <https://www.elsevier.es/es-revista-acta-investigacion-psicologica-psychological-111-articulo-las-emociones-conducta-alimentaria-S2007471916300084>
- Polanco, J. (2019). *Adaptación del inventario de afrontamiento COPE en adultos pertenecientes a la población económicamente activa de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad de Lima]. Recuperado de <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/9994>
- Pillaca, J. y Aparco, J. (2014). Asociación entre el exceso de peso materno y exceso de peso en niños de 5 a 11 años de edad, Perú 2011. *Revista peruana de*

https://www.researchgate.net/profile/Juan_Aparco_Balboa2/publication/272021924_Asociacion_entre_el_exceso_de_peso_materno_y_exceso_de_peso_en_ninos_de_5_a_11_anos_de_edad_Peru_2011/links/54d8d9240cf2970e4e79e530/Asociacion-entre-el-exceso-de-peso-materno-y-exceso-de-peso-en-ninos-de-5-a-11-anos-de-edad-Peru-2011.pdf

Quiñones, M., Arhuis, W. Pérez, G., Coronado, J. y Cjuno, J. (2022). Síntomas de ansiedad, conductas agresivas y trastornos alimentarios en adolescentes del norte de Perú. *Revista de Investigación Apuntes universitarios*, 12(1), 92-107.
<https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/917/851>

Reyes, M., Mieles, M. y Hernández, B. (2021). Afrontamiento familiar y su relación con el bienestar infantil y familiar: Estudio en familias en condición de vulnerabilidad. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 12(1), 50-75.
<https://www.redalyc.org/journal/4978/497866589002/html/>

Rodríguez, S., Mata, J. y Moreno, S. (2007). Psicofisiología del ansia por la comida y la bulimia nerviosa. *Clínica y Salud*, 18(1), 99-118.
<http://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v18n1/v18n1a07.pdf>

Rodríguez, D. (2017). *Alimentación y Emociones. Una sinergia fundamental para nuestro bienestar* [Tesis de Maestría, Universidad de Barcelona].
<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/118538/7/TFP%20Daniel%20Rodriguez.pdf>

- Rojas, A. y Méndez, M. (2017). Construcción de una escala de alimentación emocional. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 3(45), 85-95. <https://www.aidep.org/sites/default/files/2017-10/RIDEP45.3.07.pdf>
- Romero, R., Torres, F. y Ciriaco, M. (2019). La epidemia de obesidad infantil en el Perú. *Salud con lupa*. <https://saludconlupa.com/series/la-salud-en-la-mesa-del-poder/el-boom-de-la-obesidad-infantil-en-el-peru/>
- Salas, I., Gattas, V., Ceballos, X. y Burrows, R. (2010). Tratamiento integral de la obesidad infantil: Efecto de una intervención psicológica. *Revista médica de Chile*, 138(10), 1217-1225. Recuperado de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S003498872010001100002&script=sci_arttext
- Serin, Y. y Şanlıer, N. (2018). Emotional eating, the factors that affect food intake, and basic approaches to nursing care of patients with eating disorders. *Journal of Psychiatric Nursing* 9(2), 135-146. <https://www.journalagent.com/phd/pdfs/PHD-23600-REVIEW-SERIN%5BA%5D.pdf>
- Tairo, K. (2021). *Estilos de crianza e inteligencia emocional en adolescentes del nivel secundaria de un centro educativo nacional de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. <https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/5483/UNFV-%20TAIRO%20OSCCO%20KEVIN%20TITULO%20PROFESIONAL%202021.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Villareal, M. (2009). *Un modelo estructural del consumo de drogas y conducta violenta en adolescentes escolarizados* [Tesis de Doctorado, Universidad Autónoma de Nuevo León]. <http://eprints.uanl.mx/2080/1/1080186692.pdf>

Villena Chávez, J. (2017). Prevalencia de sobrepeso y obesidad en el Perú. *Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia* 63(4). 593-598.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/rgo/v63n4/a12v63n4.pdf>

ANEXOS

Anexo 1. Cronograma

Actividades	2019	2020	2021	2022
Realización del proyecto de investigación	X			
Solicitud para la aprobación del proyecto de investigación dirigido al Comité de Ética de la Universidad Peruana Cayetano Heredia	X			
Aprobación del proyecto de investigación por parte del Comité de Ética de la Universidad Peruana Cayetano Heredia	X			
Entrega de protocolos de valoración de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta a los 10 jueces.	X			
Realización de la validez de contenido		X		
Solicitud de permiso a las instituciones educativas de Chosica: I.E.E. “Emilio Del Solar” e I.E.P. “La Richi” para realizar la prueba piloto que pretende validar la Escala de Actitud Hacia la Ingesta		X		
Aplicación de la Escala a los estudiantes de 5to y 6to de primaria de la I.E.E. “Emilio Del Solar” e I.E.P. “La Richi”		X		
Se analizan los datos en un programa estadístico.			X	
Solicitud de permiso a la I.E.E. “Felipe Huamán Poma de Ayala” de Chosica, para realizar la investigación propiamente.			X	
Evaluación de las madres de los niños de 5to de primaria mediante el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento y realización de la Escuela para padres (consideración ética).				X
Evaluación de las madres de los niños de 6to de primaria mediante el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento y realización de la Escuela para padres (Consideración ética).				X
Análisis de los datos a través de un programa estadístico.				X
Realización del informe final.				X

Anexo 2. Presupuesto

Producto	Cantidad	Costo x unidad	Precio
Equipo y software, y consumo de energía eléctrica	1	S/. 3000	S/. 3000
Copias del protocolo para la valoración de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta, dirigida a los jueces	10 juegos de 5 hojas	S/. 0.10	S/. 5
Sobres manila para la entrega del protocolo a los jueces	10	S/. 0.50	S/. 5
Copias del consentimiento informado para la evaluación de los niños en la prueba piloto.	140 juegos de 3 hojas cada uno	S/. 0.10	S/. 42
Copias del asentimiento informado para la evaluación de los niños en la prueba piloto.	140 juegos de 2 hojas cada uno	S/. 0.10	S/. 28
Copias de la Escala de Actitud Hacia la Ingesta en la prueba piloto	140 juegos de 2 hojas cada uno	S/. 0.10	S/. 28
Díptico informativo sobre “La alimentación y las emociones” dirigido a los niños	140	S/. 0.20	S/. 28
Material bibliográfico	6	S/. 30	S/. 180
Pasajes y movilidad	-		S/. 50
TOTAL			S/. 3338

Anexo 4. Instrumentos

Ficha socio-demográfica dirigida a las madres

Instrucciones: Complete la información básica que se le solicita referente a su hijo(a)

- Sexo: Masculino () Femenino ()
- Edad (años): _____

Ficha sociodemográfica dirigida a los estudiantes

Instrucciones: Complete la información básica que se le solicita

- Sexo: Masculino () Femenino ()
- Edad (años): _____
- ¿Cuál es tu grado y sección? _____

Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI)

(Versión oficial elaborada por Balsa, 2014 en México)

INSTRUCCIONES: En la siguiente escala encontrarás afirmaciones con respecto a tus costumbres al comer, por favor, marque su grado de acuerdo para cada una de ellas en un rango que va del 4 al 1, donde el 4 indica su total acuerdo y el 1 su total desacuerdo. Sus respuestas son muy importantes, por tal motivo, deberá responder de manera sincera sabiendo que no existen respuestas buenas ni malas y que la información que comparta se mantendrá de manera CONFIDENCIAL. Por favor, responda todos los enunciados, no deje ninguno sin marcar. En caso tenga alguna duda, pregunte con total confianza.

Afirmaciones	4	3	2	1
1. Algo sabroso compensa un día agotador.				
2. Me animo tomando o comiendo algo, si me siento triste.				
3. La comida suele acompañar mis momentos de ocio				
4. Como sin límite si algo me gusta.				
5. Prefiero no pesarme y comer libremente.				
6. La comida existe para disfrutarla en cualquier momento.				
7. Las penas con pan, son menos.				
8. Comer me quita el aburrimiento.				
9. Una comida sin postre, no es completa				
10. Si no como pan o pastas, es como si no comiera.				
11. Una dieta tiene que funcionar en la primera semana.				
12. Como algo mientras veo T.V. o estoy en la computadora.				
13. Al estar frente a la comida, olvido lo que debo o no comer.				
14. Sufro si no puedo comer algo que me gusta.				

15. Si voy por la calle, compro algo de comer o beber.				
16. Comer me hace olvidar mis problemas				
17. Si estoy aburrido(a), busco algo que comer.				
18. Bajar de peso es un verdadero pesar.				
19. La comida es uno de mis mayores placeres en la vida.				
20. Como, si tengo un mal momento.				
21. Cuando me siento solo o triste, la comida es una buena opción.				
22. Si no encuentro qué hacer, busco algo de comer.				
23. Si hago ejercicio puedo comer todo lo que quiera.				
24. Cuando termino mi día, merezco comer algo de lo que más me gusta.				
25. Estar solo(a) me hace comer más.				
26. Si no hay respuesta rápida en bajar de peso, la dieta no sirve.				
27. El fastidio me hace buscar algo de comer.				
28. Los antojos de algunos alimentos saltan a mi mente.				
29. Una buena comida debe ser abundante.				
30. Para consentirme planeo cosas ricas de comer.				
31. Aunque limite lo que como, no bajo de peso.				
32. Una vez que no sigues la dieta, mejor darse por vencido.				

Escala de Actitud Hacia la Ingesta (EAHI)

(Versión validada en Perú por Espinar Vicharra Brenda)

Dirigido a los alumnos

INSTRUCCIONES: A continuación, encontrarás oraciones acerca de tus costumbres al comer, por favor, marca el número según sea tu respuesta:

4: Totalmente de acuerdo

3: De acuerdo

2: En desacuerdo

1: Totalmente en desacuerdo

Tus respuestas son muy importantes por lo que te pedimos responder con total sinceridad. Las respuestas no son buenas ni malas.

Afirmaciones	4	3	2	1
1. Algo sabroso compensa un día agotador.				
2. Si me siento triste me animo tomando o comiendo algo.				
3. La comida suele acompañar mis momentos de soledad.				
4. Las penas son menos cuando como algo que me gusta.				
5. Comer me quita el aburrimiento.				
6. Si no como pan en el desayuno es como si no comiera.				
7. Una dieta tiene que dar resultados en la primera semana.				
8. Como algo mientras veo T.V. o estoy en la computadora.				
9. Sufro si no puedo comer algo que me gusta.				
10. Si voy por la calle, compro algo de comer o beber.				
11. Comer me hace olvidar mis problemas				

12. Bajar de peso es un verdadero pesar.				
13. La comida es uno de mis mayores placeres en la vida.				
14. Luego de tener un mal día quiero comer.				
15. Cuando termino mi día, merezco comer algo de lo que más me gusta.				
16. Si no hay respuesta rápida en bajar de peso, la dieta no sirve.				
17. El enojo me hace buscar algo de comer.				
18. Los antojos de algunos alimentos vienen a mi mente luego de realizar varias actividades durante el día.				
19. Luego de un día agotador me consiento comprando o preparando cosas ricas para comer.				
20. Aunque limite lo que como, no bajo de peso.				
21. Una vez que no sigues la dieta, mejor darse por vencido.				

Versión final del Inventario COPE en Español

(adaptado por Polanco, 2019)

Estamos interesados en conocer la manera en que las personas responden cuando se encuentran ante situaciones difíciles o estresantes que se presentan a diario. Existen muchas maneras de intentar manejar el estrés. Por tal motivo, el siguiente cuestionario le pide que indique lo que usted hace y siente la mayoría de veces cuando experimenta una situación estresante. Claro está que situaciones diferentes provocarán respuestas en cierta medida diferentes, pero piense acerca de lo que suele hacer cuando está sintiendo un estrés intenso. Por ende, deberá responder a cada enunciado marcando el número de su preferencia empleando las opciones de respuesta que se presentan abajo. Escoja sus respuestas de manera cuidadosa, y sobre todo con total sinceridad. No deje ningún ítem sin responder. Recuerde que no existen respuestas correctas o incorrectas. Marque lo que usted hace la mayoría de veces cuando está frente a un evento estresante.

1 = No suelo hacer esto en absoluto

2 = Suelo hacer esto un poco

3= Suelo hacer esto moderadamente

4= Suelo hacer esto mucho

	1	2	3	4
1. Intento desarrollarme como persona a partir del resultado de la experiencia.				
3. Me altero manifestando mis emociones.				

4. Intento conseguir consejo de alguien sobre qué hacer en situaciones estresantes.				
5. Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de la situación estresante.				
6. Me digo a mí mismo: "Esto no es real".				
9. Admito que no puedo con ello y dejo de intentarlo.				
10. Me convengo a mí mismo de no hacer algo con demasiada rapidez.				
12. Para sentirme mejor consumo alcohol y/o drogas.				
13. Me acostumbro a la idea de que sucedió un evento estresante.				
14. Hablo con alguien para saber más acerca de la situación.				
16. Sueño despierto con otras cosas diferentes.				
17. Me altero, siendo realmente consciente de ello.				
19. Hago un plan de acción.				
22. Me tomo un tiempo en tomar acción sobre el tema hasta que la situación lo permita				
23. Intento conseguir apoyo emocional de amigos y/o familiares.				
24. Simplemente dejo de intentar lograr mi objetivo.				
25. Tomo medidas adicionales para intentar librarme del problema.				
26. Intento distraerme un rato consumiendo alcohol y/o drogas.				
27. Me niego a creer que haya sucedido.				
29. Intento ver el suceso estresante de una forma diferente, para que parezca más positivo.				

30. Hablo con alguien que pudiera hacer algo concreto acerca del problema.				
31. Duermo más de lo habitual.				
32. Intento encontrar una estrategia de qué hacer frente a acontecimiento estresante.				
33. Me concentro en el manejo del problema, apartando otros temas un poco, en caso sea necesario.				
34. Consigo la compasión y comprensión de alguien.				
35. Para pensar menos en ello consumo drogas y/o alcohol.				
36. Evito tomar la situación con tanta seriedad, incluso hago chistes.				
37. Renuncio a intentar lograr lo que quiero.				
38. Busco algo positivo a partir de lo que está sucediendo.				
39. Pienso acerca de cómo podría manejar mejor el problema.				
40. Actúo como si realmente no hubiera sucedido.				
41. Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar demasiado pronto.				
42. Intento evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos de manejar la situación estresante.				
44. Acepto la realidad del hecho que ha sucedido.				
45. Pregunto a personas que han tenido experiencias similares qué hicieron.				
46. Siento un gran malestar emocional y expreso estos sentimientos en gran medida.				
47. Llevo a cabo una acción directa en torno al problema.				
51. Reduzco la cantidad de esfuerzo que dedico a resolver el problema.				
52. Hablo con alguien acerca de cómo me siento frente a la situación estresante.				

53. Consumo alcohol y/o drogas para ayudarme a superarlo.				
56. Pienso profundamente acerca de qué pasos tomar.				
57. Actúo como si nunca hubiera ocurrido.				
58. Hago lo que hay que hacer, paso a paso.				
59. Aprendo algo de la experiencia.				

Anexo 5. Asentimiento informado para participar en el estudio - menores

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Menores de 12 años)	
Título del estudio :	“Relación entre el afrontamiento al estrés de las madres y la alimentación emocional en sus hijos de 5to y 6to de primaria de un colegio particular de lima”
Investigador (a) :	Brenda Espinar Vicharra
Institución :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Propósito del Estudio:

Hola _____ mi nombre es *Brenda Espinar Vicharra*, estoy realizando un estudio para conocer si te alimentas cuando te sientes triste o molesto.

En la alimentación los estados de ánimo juegan un rol importante, ya que, es posible que muchos de nosotros busquemos alimentos cuando nos sentimos tristes o preocupados y no necesariamente por tener hambre, esto se llama “alimentación emocional”, y esto puede generarnos a lo largo del tiempo una obesidad o sobrepeso, lo cual es negativo para nuestra salud.

Por otro lado, los niños de tu edad son cuidados por un adulto en la casa, como la madre, y ella muchas veces se siente estresada o cansada debido a las actividades que realiza, y su manera de afrontar dicho cansancio podría ser imitado por los hijos, quienes para calmar su tristeza o impaciencia pueden refugiarse en la comida. Por eso, este estudio tiene como meta identificar como las madres superan su cansancio y si los niños se alimentan muchas veces para calmar su propio estado de ánimo.

Si decides participar en este estudio te haremos algunas preguntas sobre tu edad, tu grado escolar y con quienes vives. Además te brindaremos una escala de actitud hacia la ingesta o de alimentación emocional, la cual deberás responder de acuerdo a las indicaciones que se te dará.

No deberás pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirás dinero. Sin embargo, te informaremos sobre cómo puede verse influenciada tu alimentación por tus estados de ánimo.

El beneficio que obtendrás es que se te brindará un taller informativo sobre la alimentación emocional y cómo debes evitarla para tener una buena salud.

No tienes que colaborar con nosotros si no quieres. Si no lo haces está bien.

Si deseas hablar con alguien acerca de este estudio puedes llamar a: *Brenda Espinar Vicharra* al teléfono: [REDACTED] También puedes llamar a la Dra. Frine Samalvides Cuba, presidenta del Comité Institucional de Ética en Investigación, al teléfono 01-319 0000 anexo 201355.

¿Tienes alguna pregunta?

¿Deseas Colaborar con nosotros?

Si ()

No ()

Nombres y Apellidos
Investigador

Fecha y Hora



APROBADO

F. APROBACION: 11/04/19

Anexo 6. Consentimiento informado para participar en el estudio – padres

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Padres)

Título del estudio :	“Relación entre el afrontamiento al estrés de las madres y la alimentación emocional en sus hijos de 5to y 6to de primaria de un colegio particular de lima”
Investigador (a) :	Brenda Espinar Vicharra
Institución :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Propósito del estudio:

Estamos invitando a su hijo(a) a participar en un estudio donde se evaluará la manera de afrontar el estrés en las madres, y alimentación emocional en sus hijos. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la facultad de psicología de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

La alimentación muchas veces es influenciada por los estados de ánimos, por lo tanto, existen personas que para calmar su tristeza o enojo suelen comer y no necesariamente tienen hambre, esto va a originar en un futuro enfermedades como obesidad y sobrepeso, por lo tanto, diversos programas de salud en el Perú y el mundo intervienen en los niños, pues, ellos son la población más vulnerable, además, ellos se encuentran recibiendo el cuidado de personas adultas como las madres, por lo tanto, reciben influencias de estas, ello quiere decir que si el adulto hace frente a su estrés o cansancio de una determinada manera, el niño podría afrontar una situación de estrés de la misma manera o refugiándose en los alimentos para lograr sentirse más tranquilo.

Procedimientos:

Si usted acepta que su hijo(a) participe y su hijo(a) decide participar en este estudio se le realizará lo siguiente:

1. Se le preguntarán datos generales como su edad, el grado en que se encuentra y con quiénes vive.
2. Se le brindará un cuestionario para evaluar la alimentación emocional o alimentación por ansiedad.
3. Solamente si usted lo desea, le entregaremos los resultados personalmente y de manera estrictamente confidencial, entre los 3-5 días después de realizar el cuestionario.

Las preguntas deberán ser leídas solo por el niño (a) y solo respondidas por él de acuerdo a las indicaciones que se le presentarán al inicio. Todo el cuestionario tomará alrededor de 15 minutos.

Riesgos:

Su participación en el estudio no implica riesgos, más que la incomodidad por responder algunas preguntas personales relacionadas a su alimentación. La persona encargada de realizar la encuesta es entrenada para recabar la información de la manera más cómoda posible. Estas preguntas son parte importante del estudio y serán analizadas por profesionales de la salud. De resultar lo contrario, y solo si usted lo desea, coordinaremos su referencia con el servicio de psicología del centro educativo para la consulta de alguna inquietud.

Beneficios:

La información que su hijo(a) nos brinde, en su conjunto, podría beneficiar a su comunidad al permitir que el



APROBADO
F. APROBACION: 11/02/19

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Padres)

Título del estudio :	“Relación entre el afrontamiento al estrés de las madres y la alimentación emocional en sus hijos de 5to y 6to de primaria de un colegio particular de lima”
Investigador (a) :	Brenda Espinar Vicharra
Institución :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

centro educativo o el centro de salud y/o otras autoridades locales usen la información para tomar acciones de prevención secundaria en su comunidad a la alimentación y los estados de ánimo. Asimismo, su hijo(a) podría beneficiarse con los conocimientos que se le impartirá en una charla informativa sobre la alimentación emocional, lo cual, puede evitar problemas de salud a futuro.

Costos y compensación

Usted no deberá pagar nada por participar del estudio y tampoco recibirá ningún incentivo económico por su participación.

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos la información de su hijo(a) con códigos y no con nombres. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su hijo(a) o de otros participantes del estudio.

Autorizo responder un cuestionario sobre alimentación emocional a mi hijo(a) SI () NO ()

Derechos del participante:

Si usted decide que su hijo(a) participe en el estudio, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o llame a *Brenda Espinar Vicharra* al teléfono [REDACTED]

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo(a) ha sido tratado injustamente puede contactar a la Dra. Frine Samalvides Cuba, presidenta del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: duict.cieh@oficinas-upch.pe

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente que mi hijo(a) participe en este estudio, comprendo de las actividades en las que participará si ingresa al estudio, también entiendo que mi hijo(a) puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento.



APROBADO

F. APROBACIÓN: 11/04/19

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Padres)

Título del estudio : “Relación entre el afrontamiento al estrés de las madres y la alimentación emocional en sus hijos de 5to y 6to de primaria de un colegio particular de lima”

Investigador (a) : Brenda Espinar Vicharra

Institución : Universidad Peruana Cayetano Heredia

Nombres y Apellidos
Participante

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos
Testigo (si el participante es
analfabeto)

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos
Investigador

Fecha y Hora



APROBADO

F. APROBACIÓN: 11/04/19

Anexo 7. Consentimiento informado para participar en el estudio – adultos

ID de encuesta:

--	--	--

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Adultos)

Título del estudio :	“Relación entre el afrontamiento al estrés de las madres y la alimentación emocional en sus hijos de 5to y 6to de primaria de un colegio particular de lima”
Investigador (a) :	Brenda Espinar Vicharra
Institución :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Propósito del estudio:

Somos investigadores de la Universidad Peruana Cayetano Heredia y queremos invitarlo a participar en un estudio que busca conocer el afrontamiento de estrés en las madres y la alimentación emocional en sus hijos.

La alimentación muchas veces es influenciada por los estados de ánimos, por lo tanto, existen personas que para calmar su tristeza o enojo suelen comer y no necesariamente tienen hambre, esto va a originar en un futuro enfermedades como obesidad y sobrepeso, por lo tanto, diversos programas de salud en el Perú y el mundo intervienen en lo niños, pues, ellos son la población más vulnerable, además, ellos se encuentran recibiendo el cuidado de personas adultas como las madres, por lo tanto, reciben influencias de estas, ello quiere decir que si el adulto hace frente a su estrés o cansancio de una determinada manera, el niño podría afrontar una situación de estrés de la misma manera o refugiándose en los alimentos para lograr sentirse más tranquilo.

Procedimientos:

Si decide participar en este estudio se realizará lo siguiente:

1. Se le preguntará su edad, y número de hijos que estudia en la institución que visita, así como sus edades.
2. Se le brindará un cuestionario para conocer sus maneras de afrontar el estrés de su vida cotidiana.
3. Solamente si usted lo desea, le entregaremos sus resultados personalmente y de manera estrictamente confidencial, entre los 3-5 días después de realizar el cuestionario.

Las preguntas deberán ser leídas solo por usted y respondidas de acuerdo a las indicaciones que se le presentarán al inicio. Todo el cuestionario tomará alrededor de 15 minutos. Cabe resaltar que los resultados que se encuentren no indican ningún problema de salud mental, solo confirma su manera manejar el estrés cotidiano.

Riesgos:

Su participación en el estudio no implica riesgos, más que la incomodidad por responder algunas preguntas personales que algunas personas pueden sentir. La persona encargada de realizar la evaluación es entrenada para recabar la información de la manera más cómoda posible. Estas preguntas son parte importante del estudio y serán analizadas por profesionales de la salud. De resultar lo contrario, y solo si usted lo desea, coordinaremos su referencia con el servicio de psicología del centro educativo o de cualquier otro centro de salud.

Beneficios:

La información que usted nos brinde, en su conjunto, podría beneficiar a su comunidad al permitir que el centro educativo o el centro de salud y/o otras autoridades locales usen la información para tomar acciones



APROBADO
F. APROBACIÓN: 11 04 19

ID de encuesta:

--	--	--

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Adultos)

Título del estudio :	“Relación entre el afrontamiento al estrés de las madres y la alimentación emocional en sus hijos de 5to y 6to de primaria de un colegio particular de lima”
Investigador (a) :	Brenda Espinar Vicharra
Institución :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

de prevención secundaria en su comunidad en cuanto la alimentación y los estados de ánimo. Asimismo, usted podría beneficiarse con los conocimientos que se le impartirá en un taller informativo sobre el estrés en padres y su relación con la alimentación emocional de sus hijos, lo cual, puede evitar problemas de salud a futuro.

Costos y compensación:

Usted no deberá pagar nada por participar del estudio y tampoco recibirá ningún incentivo económico por su participación.

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos su información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron en este estudio. Los datos pueden ser publicados en revistas especializadas o compartidos con otros individuos durante conferencias científicas; sin embargo, nadie podrá identificarlo a usted. Asimismo, solo si usted lo desea, le alcanzaremos personalmente los resultados del cuestionario de manera estrictamente confidencial y previa coordinación con usted.

Autorizo me entreguen personalmente los resultados del cuestionario: Sí () NO ()

Derechos del participante:

Si usted decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin problema alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o llame a *Brenda Espinar Vicharra al teléfono* [REDACTED]

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar a la Dra. Frine Samalvides Cuba, presidenta del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: duict.cieh@oficinas-upch.pe

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo de las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.



APROBADO

F. APROBACIÓN: 11/09/19

ID de encuesta:

--	--	--

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Adultos)

Título del estudio :	“Relación entre el afrontamiento al estrés de las madres y la alimentación emocional en sus hijos de 5to y 6to de primaria de un colegio particular de lima”
Investigador (a) :	Brenda Espinar Vicharra
Institución :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Anotar:

Domicilio del participante: _____

Teléfono del participante: _____

Nombres y Apellidos
Participante

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos
Testigo (si el participante es
analfabeto)

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos del voluntario
que realizó la encuesta

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos Investigador

Fecha y Hora



APROBADO
F. APROBACION: 11/09/19

Anexo 8. Carta de aprobación del Comité de Ética Institucional



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

CONSTANCIA 234-09-19

El Presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la Universidad Peruana Cayetano Heredia hace constar que el proyecto de investigación señalado a continuación fue **APROBADO** por el Comité de Ética.

Título del Proyecto : "Relación entre el afrontamiento al estrés de las madres y la alimentación emocional en sus hijos de 5to y 6to de primaria de un colegio particular de Lima".

Código de inscripción : 103460

Investigador principal : Espinar Vicharra, Brenda Valeria

La aprobación incluyó los documentos finales descritos a continuación:

1. **Protocolo de investigación**, versión recibida en fecha 10 de abril del 2019.
2. **Consentimiento informado**, versión recibida en fecha 21 de marzo del 2019.
3. **Asentimiento informado (menores de 12 años)**, versión recibida en fecha 21 de marzo del 2019.
4. **Consentimiento informado (padres)**, versión recibida en fecha 21 de marzo del 2019.

La **APROBACIÓN** considera el cumplimiento de los estándares de la Universidad, los lineamientos Científicos y éticos, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo investigador y la Confidencialidad de los datos, entre otros.

Cualquier enmienda, desviaciones, eventualidad deberá ser reportada de acuerdo a los plazos y normas establecidas. El investigador reportará cada seis meses el progreso del estudio y alcanzará un informe al término de éste. La aprobación tiene vigencia desde la emisión del presente documento hasta el **10 de abril del 2020**.

Si aplica, los trámites para su renovación deberán iniciarse por lo menos 30 días previos a su vencimiento.

Lima, 11 de abril del 2019.



Dra. Frine Samalvides Cuba
Presidenta

Comité Institucional de Ética en Investigación



Anexo 9. Constancia de aprobación de enmienda



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

CONSTANCIA-CIEI-E-222-37-23

El Presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la Universidad Peruana Cayetano Heredia hace constar que el comité institucional de ética en investigación aprobó de manera expedita la **ENMIENDA/MODIFICACIÓN** del proyecto de investigación señalado a continuación.

Título del Protocolo : **“Afrontamiento al estrés en madres y actitud hacia la ingesta en sus hijos de 5to y 6to de primaria”**

Código SIDISI : **103460**

Investigador(a) principal(es) : **Espinar Vicharra, Brenda Valeria**

La **enmienda/modificación** corresponde a los siguientes documentos:

1. **Protocolo de investigación**, versión 4.0 de fecha 15 de setiembre del 2023.

Lima, 18 de setiembre del 2023.



Dr. Manuel Raúl Pérez Martinot
Presidente
Comité Institucional de Ética en Investigación

/rr

Av. Honorio Delgado 430
San Martín de Porres
Apartado Postal 4314
319 0000 Anexo 201355
orvei.ciei@oficinas-upch.pe
cayetano.edu.pe

**Comité Institucional de
Ética en Investigación**

Anexo 10. Carta de autorización de la Institución Educativa



Institución Educativa N° 1190

"Felipe Huamán Poma de Ayala"

UGEL N° 06- La Molina



"Año del fortalecimiento de la soberanía nacional"

EL QUE SUSCRIBE: EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 1190
"FELIPE HUAMAN POMA DE AYALA" PERTENECIENTE A LA UGEL N° 06.

AUTORIZACIÓN

Se autoriza a la Srta. BRENDA VALERIA ESPINAR VICHARRA identificada con DNI N° [REDACTED] egresada de la carrera profesional de PSICOLOGIA de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, para la recolección de datos de su proyecto de tesis titulado "Relación entre el afrontamiento de estrés en madres y la alimentación emocional en sus hijos de 5to y 6to de primaria".

Se expide la presente autorización para la recolección de datos de su proyecto de tesis.

Moyopampa, 22 de setiembre del 2022.



[REDACTED]
Lic. Luis Megdol Parpa Oscanoa
DIRECTOR (e)

Anexo 11. Programación de charlas dirigidas a las madres y a los niños

Grupos de trabajo	Día de aplicación	Duración	Actividades desarrolladas
Escuela para madres del 5to de primaria.	13/07/2022	2 horas	INICIO - Resumen de la investigación a realizar. - Entrega de consentimientos y asentimientos. - Entrega de cuestionario COPE. DESARROLLO - Presentación del tema “Afrontamiento al estrés” mediante diapositivas, resaltando los estilos de afrontamiento, las estrategias y consecuencias. - Realización de role playing en grupos de 5. CIERRE - Retroalimentación sobre lo explicado.
Escuela para madres del 6to de primaria.	20/07/2022	2 horas	
Charla dirigida a los niños de 5to de primaria de las secciones A, B y C (turno mañana).	10/08/2022	Sección A: 1 hora Sección B: 1 hora Sección C: 1 hora Total: 3 horas	Las actividades programadas se realizaron en el horario del curso de Tutoría. INICIO - Resumen de la investigación a realizar. - Entrega de asentimientos. DESARROLLO - Presentación del tema “Mi alimentación y las emociones” mediante diapositivas. - Exposición sobre casos de niños con Actitud Hacia la Ingesta o Alimentación Emocional. CIERRE - Entrega de dípticos informativos y explicación de cada punto.
Charla dirigida los niños de 6to de primaria de las secciones A, B y C (turno mañana).	13/08/2022	Sección A: 1 hora Sección B: 1 hora Sección C: 1 hora Total: 3 horas	
Charla dirigida a los niños de 5to de primaria de las secciones D y E (turno tarde).	14/08/2022	Sección D: 1 hora Sección E: 1 hora Total: 2 horas	
Charla dirigida a los niños de 6to de primaria de las secciones D y E (turno tarde).	20/08/2022	Sección D: 1 hora Sección E: 1 hora Total: 2 horas	

Anexo 12. Díptico informativo sobre la alimentación y las emociones dirigido a los niños

¿Cuáles son estas emociones?

MIEDO:
Anticipación de una amenaza o peligro (real o imaginario), que produce ansiedad, incertidumbre e inseguridad.



SORPRESA:
Sobresalto, asombro, desconcierto. Es muy transitoria y nos invita a conocer qué pasa.



ASCO:
Disgusto o asco hacia aquello que tenemos delante.



IRA:
Irritación porque las cosas no salen como queremos o nos sentimos amenazados por algo o alguien.



ALEGRÍA:
Sensación de bienestar y de seguridad que sentimos cuando conseguimos algún deseo.



TRISTEZA:
Pena, soledad, pesimismo ante la pérdida de algo importante.



Entonces, las emociones están presentes cuando pensamos o cuando actuamos, y es importante controlarlas cuando se acercan al 5.



“MIS EMOCIONES Y MI ALIMENTACIÓN”

Elaborado por: Brenda Valeria Espinar Vicharra

COMER SIN HAMBRE:
Cuando El **APETITO** Es **EMOCIONAL**



Primero comprendamos las emociones

Las emociones pueden ser positivas y negativas en función de su contribución al bienestar o al malestar, pero todas ellas, cumplen funciones importantes para vivir, por ejemplo, el tener miedo nos puede ayudar a evitar los lugares peligrosos y a no confiar en desconocidos, la función de la tristeza es la de pedir ayuda sobre alguna preocupación, y la ira nos puede ayudar a resolver injusticias pero con respeto, sin llegar a la violencia.

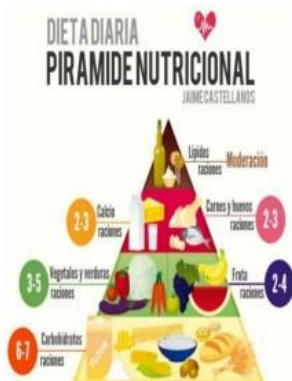
Además, debemos considerar que las emociones pueden tener diferente intensidad, y cada uno puede decir del 1 al 5 qué tan feliz, triste, enojado, sorprendido, con miedo o con asco se siente.



¿Y la alimentación?

Es el conjunto de acciones mediante las cuales se proporcionan alimentos al organismo. Abarca la selección de alimentos, su cocinado y su ingestión. Depende de las necesidades individuales, disponibilidad de alimentos, cultura, religión, situación socioeconómica, aspectos psicológicos, publicidad, moda, etc.

Los alimentos aportan sustancias que denominamos nutrientes, que necesitamos para el mantenimiento de la salud y la prevención de enfermedades.



¿Cuál es la relación entre las emociones y la alimentación?

Como se explicó anteriormente, la alimentación se ve influenciada por muchos aspectos, uno de ellos son las emociones. De manera que algunas personas cuando se sienten tristes o enojadas suelen calmar su tristeza consumiendo alimentos que muchas veces son grasas o dulces.

Cabe resaltar que no todos pasan por ello, pues, otros frente a la tristeza pueden dejar de comer, o simplemente realizan otras actividades para cambiar de ánimo.

¿Cuáles son las consecuencias de una alimentación emocional?

El sobrepeso y la obesidad son las consecuencias más comunes, en el caso que se aumente la ingesta de alimentos con el fin de calmar nuestras emociones. A su vez, estos problemas desencadenan otros problemas como la diabetes (aumento de azúcar en la sangre), o la acumulación de grasas en las arterias lo cual puede producir infartos.

Es por ello que, es necesario conocer nuestras emociones, aceptarlas y conversar sobre estas si llegan a un nivel 5, de esta manera evitamos comer por la emoción mas no por el hambre.



Recomendaciones:



- Evitar ingerir alimentos cuando nos encontramos enojados o tristes.
- Al momento de alimentarnos saborear el alimento y solo concentrarnos en este, además, respetar los horarios de alimento.
- Realizar actividades que nos gusten y relajen, como: leer, conversar, pintar, estudiar, escuchar música o hacer deportes.
- Buscar mayor información sobre este tema, teniendo en cuenta las opiniones de profesionales en salud.