

**UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**TESIS PARA OBTENER
EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTADO
NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES, INSTITUCIÓN
EDUCATIVA PÚBLICA, RIOJA, 2022**

Autor: Bach. Jessica Melendez Tuesta

Asesora: Ms. Sonia Celedonia Huyhua Gutierrez

Registro: (.....)

CHACHAPOYAS – PERÚ

2023

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-H

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM

1. Datos de autor 1

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): Melendez Tuesta, Jessica
DNI N°: 75728745
Correo electrónico: 757287457@untrm.edu.pe
Facultad: Ciencias de la Salud
Escuela Profesional: Enfermería

Datos de autor 2

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): _____
DNI N°: _____
Correo electrónico: _____
Facultad: _____
Escuela Profesional: _____

2. Título de la tesis para obtener el Título Profesional

Inteligencia Emocional y estado Nutricional en adolescentes, Institución Educativa Pública, Rioja, 2022.

3. Datos de asesor 1

Apellidos y nombres: Huyhua Gutierrez Sonia Celedonia
DNI, Pasaporte, C.E N°: 40623694
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>) (<https://orcid.org/0000-0003-4823-2778>)

Datos de asesor 2

Apellidos y nombres: _____
DNI, Pasaporte, C.E N°: _____
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>)

4. Campo del conocimiento según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos- OCDE (ejemplo: Ciencias médicas, Ciencias de la Salud-Medicina básica-Inmunología)

https://catalogos.concytec.gob.pe/vocabulario/ocde_ford.html 3-03.00 Ciencias de la Salud-3.03.04 Nutrición, Dietética.

5. Originalidad del Trabajo

Con la presentación de esta ficha, el(la) autor(a) o autores(as) señalan expresamente que la obra es original, ya que sus contenidos son producto de su directa contribución intelectual. Se reconoce también que todos los datos y las referencias a materiales ya publicados están debidamente identificados con su respectivo crédito e incluidos en las notas bibliográficas en las citas que se destacan como tal.

6. Autorización de publicación

El(los) titular(es) de los derechos de autor otorga a la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas (UNTRM), la autorización para la publicación del documento indicado en el punto 2, bajo la *Licencia creative commons* de tipo BY-NC: Licencia que permite distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial por lo que la Universidad deberá publicar la obra poniéndola en acceso libre en el repositorio institucional de la UNTRM y a su vez en el Registro Nacional de Trabajos de Investigación-RENATI, dejando constancia que el archivo digital que se está entregando, contiene la versión final del documento sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador.

Chachapoyas, 24./.....Mayo...../.....2023



[Firma]
Firma del autor 1

Firma del autor 2

[Firma]
Firma del Asesor 1

Firma del Asesor 2

DEDICATORIA

A mis padres y hermanos quienes siempre me demostraron su apoyo incondicional para culminar mi carrera profesional.

AGRADECIMIENTO

A los padres de familia, quienes autorizaron a sus menores hijos a ser partícipes de la investigación, entendiéndolo que la presente investigación es con la finalidad de aportar conocimiento a la salud pública peruana.

Al profesor Ubil De La Cruz Dávila, director de la Institución Educativa N.º -00654 - Lucila Portocarrero, como también a sus docentes por la autorización y las facilidades para recolectar la información del estudio.

Para mis maestros por sus aportes al conocimiento y formación académica de la escuela profesional de enfermería, Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza.

A la Ms. Sonia Celedonia Huyhua Gutierrez, por su asesoramiento y su aporte de conocimiento como asesora de esta tesis.

**AUTORIDADES UNIVERSITARIAS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRIGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**

Ph. D. Jorge Luis Maicelo Quintana

Rector

Dr. Oscar Andrés Gamarra Torres

Vicerrector Académico

Dra. María Nelly Luján Espinoza

Vicerrectora de Investigación

Dr. Yshoner Antonio Silva Diaz

Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud

VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-L

VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM (X)/Profesional externo (), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada _____
Inteligencia emocional y estado nutricional en adolescentes,
Institución Educativa Pública, Rioja, 2022.
del egresado Bach. Jessica Melendez Tuesta
de la Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de Enfermería
de esta Casa Superior de Estudios.

El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.

Chachapoyas, 10 de Marzo de 2023




Firma y nombre completo del Asesor
Ms. Sonia Celodonia Huylca Gutierrez.

JURADO EVALUADOR DE LA TESIS

(Resolución de Decanato N°162-2022-UNTRM-VRAC/FACISA)



Dra. Sonia Tejada Muñoz

PRESIDENTA



Lic. María Esther Saavedra Chinchayán

SECRETARIA



Dr. Rainer Marco López Lapa

VOCAL

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS



ANEXO 3-Q

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

Los suscritos, miembros del Jurado Evaluador de la Tesis titulada:

Inteligencia emocional y estado nutricional en adolescentes,
institución educativa pública, Ríca, 2022.

presentada por el estudiante ()/egresado (x) Jessica, Meléndez Tuasta
de la Escuela Profesional de Ingeniería

con correo electrónico institucional 7572074571@untrm.edu.pe

después de revisar con el software Turnitin el contenido de la citada Tesis, acordamos:

- a) La citada Tesis tiene 22 % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es menor (X) / igual () al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM.
- b) La citada Tesis tiene _____ % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es mayor al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM, por lo que el aspirante debe revisar su Tesis para corregir la redacción de acuerdo al Informe Turnitin que se adjunta a la presente. Debe presentar al Presidente del Jurado Evaluador su Tesis corregida para nueva revisión con el software Turnitin.



Chachapoyas, 24 de abril del 2023

[Signature]
SECRETARIO

[Signature]
PRESIDENTE

[Signature]
VOCAL

OBSERVACIONES:

.....
.....

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-S

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 9 de MAYO del año 2023, siendo las 11:00 horas, el aspirante: JESSICA MELÉNDEZ TUESTA, asesorado por Ms. SONIA CELEDONIA HUYNHA GUTIÉRREZ defiende en sesión pública presencial () / a distancia () la Tesis titulada: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTADO NUTRICIONAL EN ADOLESCENTES, INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, RIOTA, 2022, para obtener el Título Profesional de LICENCIADA EN ENFERMERÍA, a ser otorgado por la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:

Presidente: Dra. SONIA TESTADA MUÑOZ

Secretario: Lic. ENF. MARÍA ESTER SANCONA CHINCHAYAN

Vocal: Mg. RAINER MARCO LÓPEZ

Procedió el aspirante a hacer la exposición de la Introducción, Material y métodos, Resultados, Discusión y Conclusiones, haciendo especial mención de sus aportaciones originales. Terminada la defensa de la Tesis presentada, los miembros del Jurado Evaluador pasaron a exponer su opinión sobre la misma, formulando cuantas cuestiones y objeciones consideraron oportunas, las cuales fueron contestadas por el aspirante.



Tras la intervención de los miembros del Jurado Evaluador y las oportunas respuestas del aspirante, el Presidente abre un turno de intervenciones para los presentes en el acto de sustentación, para que formulen las cuestiones u objeciones que consideren pertinentes.

Seguidamente, a puerta cerrada, el Jurado Evaluador determinó la calificación global concedida a la sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional, en términos de:

Aprobado () por Unanimidad () / Mayoría () Desaprobado ()

Otorgada la calificación, el Secretario del Jurado Evaluador lee la presente Acta en esta misma sesión pública. A continuación se levanta la sesión.

Siendo las 12.00 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.

[Firma]
SECRETARIO

[Firma]
PRESIDENTE

[Firma]
VOCAL

OBSERVACIONES:

SE SUGIERE REVISAR LA PARTE ESTADÍSTICA, ADJUNTA EN EL PROCEDIMIENTO EN EL ANEXO Y MEJORAR EL INFORME.

ÍNDICE O CONTENIDO GENERAL

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS.....	v
VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS	vi
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS	viii
ACTAS DE SUSTENTACION DE LA TESIS.....	ix
ÍNDICE O CONTENIDO GENERAL	x
ÍNDICE DE TABLAS	xi
ÍNDICE DE ANEXOS.....	xii
RESUMEN	xiii
ABSTRACT	xiv
I. INTRODUCCIÓN	15
II. MATERIAL Y MÉTODOS	17
III. RESULTADOS	22
IV. DISCUSIÓN.....	25
V. CONCLUSIONES.....	29
VI. RECOMENDACIONES.....	30
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	32
ANEXOS.....	37

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Nivel de inteligencia emocional y el estado nutricional en adolescentes de la I.E. Pública N°00654, Lucila Portocarrero, Rioja ,2022.	22
Tabla 2. Nivel inteligencia emocional, según sexo en adolescentes I.E. Pública N°00654, Lucía Portocarrero, Rioja, 2022.	23
Tabla 3. Estado nutricional según edad en adolescentes de la I.E. Pública N°00654, Lucía Portocarrero, Rioja, 2022.	24

ÍNDICE DE ANEXOS

	Pág.
ANEXO 1. Consentimiento informado.....	38
ANEXO 2. Asentimiento informado	39
ANEXO 3. Inventario de inteligencia emocional de baron	40
ANEXO 4. Ficha de registro antropométrico.....	43
ANEXO 5. Nivel de Inteligencia emocional según dimensiones	44

RESUMEN

La presente investigación fue de enfoque cuantitativo, relacional cuyo objetivo fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estado nutricional de los estudiantes en la Institución Educativa N° 00654 – Lucila Portocarrero, ubicada en la provincia de Rioja, región San Martín, 2022. Se tuvo como muestra 175 adolescentes de los últimos grados de nivel primario elegidos mediante el muestreo aleatorio estratificado; los instrumentos utilizados fueron la tabla de valoración nutricional antropométrica según índice de masa corporal (IMC) de 5 a 17 años del Ministerio de Salud y el Test de Baron adaptado por Ugarriza y Pajares en el 2015, cuya confiabilidad es entre 0.77 y 0.88 mediante test - retest. Resultados: el mayor porcentaje de los adolescentes (25.7%) presentaron estado nutricional normal y nivel de inteligencia bien desarrollada ($p=0.748$); además, tanto el sexo femenino como el masculino presentaron una inteligencia emocional bien desarrollada (26.8% y 24.5%, respectivamente); además, del total de la población adolescente entre las edades de diez a trece años el 45.1% tuvieron un diagnóstico nutricional normal según IMC. Conclusión: No se encontró relación entre la inteligencia emocional y el estado nutricional en los adolescentes.

Palabras clave: inteligencia emocional, estado nutricional, adolescentes.

ABSTRACT

The present investigation was of a quantitative, relational approach whose objective was to determine the relationship between emotional intelligence and the nutritional status of students in Educational Institution No. 00654 - Lucila Portocarrero, located in the province of Rioja, San Martín region, 2022. The sample was 175 adolescents from the last grades of primary level chosen by stratified random sampling; The instruments used were the table of anthropometric nutritional assessment according to the body mass index (IMC) from 5 to 17 years of the Ministry of Health and the Baron Test adapted by Ugarriza and Pajares in 2015, whose reliability is between 0.77 and 0.88 through test - retest. Results: the highest percentage of adolescents (25.7%) presented normal nutritional status and a well-developed level of intelligence ($p=0.748$); In addition, both the female and male sex presented a well-developed emotional intelligence (26.8% and 24.5%, respectively); In addition, of the total adolescent population between the ages of ten and thirteen, 45.1% had a normal nutritional diagnosis according to IMC. Conclusion: No relationship was found between emotional intelligence and nutritional status in adolescents.

Keywords: emotional intelligence, nutritional status, adolescents.

I. INTRODUCCIÓN

Se ha estimado que alrededor del 10 al 20% de los adolescentes en todo el mundo han presentado problemas de inteligencia emocional, siendo la malnutrición (sobrepeso y obesidad) uno de los factores de riesgo en el aspecto de inteligencia emocional, porque existe un vacío de conocimiento sobre el estado nutricional y su relación con la inteligencia emocional (Soraya et al., 2021). En un estudio se encontró una relación indirecta entre la inteligencia emocional y el estado nutricional, el que puede caracterizarse por la tendencia a comer en exceso, lo que conlleva al desarrollo de emociones negativas (Serin, 2018), ya que se conoce que las personas usan la comida para expresar sus emociones (Rodríguez, 2021).

La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de responder adecuadamente a diversas actividades de manera asertiva evitando comportamientos de riesgo (Ahumada, 2019), lo cual ayuda para controlar los sentimientos y emociones del propio individuo como del resto, así como diferenciar entre estos y utilizar dicha información para el pensamiento propio y la acción (Meyer y Matlala, 2018).

En el Perú, la obesidad y el sobrepeso son problemas que afectan directamente a los adolescentes entre 12 y 17 años, y se presentan en un 17.5% y 6.7% de los casos respectivamente (Ministerio de Salud [MINSAL], 2019). Así mismo, se ha implementado un Sistema de Información del Estado Nutricional en Establecimientos de Salud desde 2003 y está basado en un proceso continuo y sistemático que registra, procesa, reporta y analiza la información del estado nutricional de niños que acuden a los establecimientos de salud públicos en el país (Instituto Nacional de Salud, 2023).

El proceso del desarrollo del ser humano es importante, puesto que, se dan cambios trascendentales en el nivel psicológico como físico, esto sucede sobre todo en la adolescencia (Melguizo, 2022). Existen algunos estudios donde encontraron una alta relación entre alta inteligencia emocional y el índice de masa corporal (Melguizo, 2022), así como el sexo femenino mantiene un mejor manejo de emociones a comparación del sexo masculino (Rojas, 2021). Sin embargo, la afección de la cuarentena por la Covid-19 generó un uso inadecuado de las emociones (Cárdenas, 2021).

También Masco (2019), en Arequipa encontró en su investigación que mientras más bajos son los niveles de inteligencia emocional, mayores son los niveles de ansia por comer, llevando a tener sobrepeso u obesidad. Así también, Gastón (2019), en Lima, concluyó que la inteligencia emocional está relacionada con la invulnerabilidad, por otro lado, Arapa (2018), en su estudio en Cusco, concluyó que se debe fortalecer la inteligencia emocional en los escolares, no obstante Alcalá (2017), en Lima, encontró que se necesitan fortalecer en los alumnos los componentes y adaptabilidad con programas de intervención para mejorar la inteligencia emocional.

Se destaca la importancia del tema en cuanto las revisiones bibliográficas dan cuenta de que tanto la nutrición y la salud mental componen la salud integral del individuo.

Es por lo anteriormente descrito que se planteó como pregunta de investigación: ¿Existe relación entre la Inteligencia Emocional y el Estado Nutricional entre los adolescentes de la Institución Educativa N°00654, Lucila Portocarrero, Rioja, 2022?. Para ello, se planteó como objetivo general determinar la relación entre el nivel de inteligencia emocional y el nivel de estado nutricional; además como objetivos específicos; determinar el nivel de inteligencia emocional, según sexo en adolescentes de la institución educativa pública N°00654, Lucila Portocarrero, Rioja, 2022; identificar el estado nutricional según edad en adolescentes de la institución educativa pública N°00654, Lucila Portocarrero, Rioja, 2022. Finalmente, se planteó como hipótesis alterna: Existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa pública N°00654, Lucila Portocarrero, Rioja, 2022 y como hipótesis nula: No existe relación entre la inteligencia emocional y el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa pública N°00654, Lucila Portocarrero, Rioja, 2022.

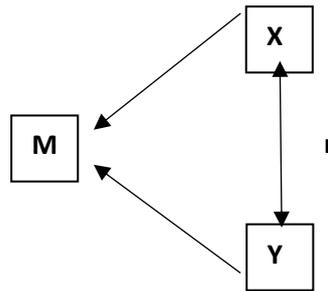
II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1 Tipo de diseño de investigación

El trabajo de investigación fue de enfoque cuantitativo, con datos de tipo transversal y un nivel correlacional (Montenegro, 2021).

Diseño de investigación:

El diagrama de estudio fue:



Donde

M = Adolescentes de la Institución Educativa Pública N°00654.

X = Inteligencia emocionales.

Y = Estado nutricional.

r = Relación entre las variables

2.2 Población, muestra y muestreo

Población:

La población de la investigación estuvo conformada por los adolescentes de la I.E. N° 000654 Lucila Portocarrero. En concreto los estudiantes del cuarto al sexto grado de la institución educativa N° 000654 Lucila Portocarrero, siendo un total de 320 tal como se detalla a continuación:

Grado	Población escolar
Cuarto	121
Quinto	107
Sexto	92
Total	660

Fuente: Patrón nominal de la institución educativa pública N°00564 Lucila Portocarrero, 2022.

Criterios de inclusión:

- Adolescentes de 10 a 19 años que estuvieron matriculados en el periodo escolar 2022.
- Adolescentes que presentaron el consentimiento informado firmado por sus padres.

Criterio de exclusión:

- Adolescentes que no aceptaron participar en el estudio.
- Adolescentes de la institución educativa que no acudieron de manera regular a sus clases.

Muestra:

Estuvo constituida por 175 adolescentes, de acuerdo a la siguiente fórmula de muestreo:

$$n = \frac{Z^2 pq N}{E^2(N - 1) + Z^2 pq}$$

Donde:

$$N = 320$$

$$Z = 1.96 \text{ (Nivel de confianza 95\% bilateral).}$$

$$p = 0.5$$

$$q = 0.5$$

$$E = 5\% = 0.05$$

Reemplazando tenemos:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5)(320)}{(0.05)^2(320-1) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = \frac{(3.8416)(0.5)(0.5)(320)}{(0.0025)(319) + (3.8416)(0.25)}$$

$$n = \frac{307.328}{0.7975 + 0.9604}$$

$$n = 174.8$$

$$n = 175$$

Muestreo:

Para seleccionar las unidades muestrales se utilizó el muestreo probabilístico de tipo aleatorio estratificado; las unidades muestrales fueron seleccionadas por rifas entre las secciones de los grados con el que se trabajó, cuarto, quinto y sexto grado de nivel primario. (Hernández, 2014). Los resultados del muestreo se resumen a continuación:

Grado	Población	Muestra 0.55 x cada uno de los grados
Cuarto	121	67
Quinto	107	59
Sexto	92	49
TOTAL	320	175

Fuente: Patrón nominal de la institución educativa pública N°00564 Lucila Portocarrero, 2022.

Variable de estudio

V₁: Inteligencia emocional: Es la capacidad para dirigir los sentimientos y las emociones del propio individuo como del resto, así como diferenciar entre estos y utilizar dicha información para el pensamiento propio y la acción (Mayer y Salovey, 2017).

V₂: Estado nutricional: Es el estado de salud del ser humano consecuencia de manera de vida, condición social, alimentación y condiciones de salud de la persona (MINSA, 2015).

Operacionalización de las variables (Anexo 01).

2.3 Técnica e instrumentos de recolección de datos

- **Técnica de recolección de datos**

Según Sampieri (2014), se utilizó la encuesta aplicada para recoger los datos.

- **Instrumentos**

Variable 1: Inteligencia emocional

Inventario emocional Baron, versión reducida por Ugarriza y Pajares (2005) actualmente cuenta con 60 ítems dividido en 6 escalas el cual se puede aplicar en niños desde los siete años y adolescentes hasta los dieciocho de forma personal o grupal, con una duración de quince a veinte minutos. Respecto a la validación al cuestionario esta validado según normativa peruana, tuvo varias aplicaciones cuantitativas en estudios en alumnos de Lima Metropolitana de siete a dieciocho años en femenino y masculino, se aplicó la confiabilidad del test-retest, por el cual se concluyó estabilidad en el cuestionario con un puntaje en los coeficientes entre 0.77 y 0.88 proporcionándole de esta manera validez al contenido.

Para cada situación se presenta una escala tipo Likert y se puntúa como se detalla a continuación: 1= Muy rara vez, 2= Rara vez, 3= A menudo, y 4= Muy a menudo.

Variable 2: Estado nutricional

Para determinar el estado nutricional se realizó a través de mediciones antropométricas, con el cual se derivó a los indicadores de IMC, (kg/cm²). De acuerdo a estos valores: peso (Kg.), talla (cm.)

Para el indicador de índice de masa corporal para la edad de la muestra se presenta a continuación:

Clasificación	Puntos de corte (DE)
Obesidad	>2
Sobrepeso	> 1 a 2
Normal	1 a -2
Delgadez	< -2 a -3
Delgadez severa	<-3

Fuente: Guía para la valoración nutricional antropométrica del adolescente (MINSa, 2015).

Procedimiento de recolección de los datos:

- ✓ **Primero:** Se tuvo el acompañamiento con un psicólogo en la aplicación del cuestionario, toda vez que la muestra estudiada corresponde con población adolescente. Esto con el fin de no causar ningún tipo de estrago físico o mental sobre dicho grupo.
- ✓ **Segundo:** Se solicitó la autorización de la directora de la institución educativa pública; seguidamente se coordinó con el personal de psicología de la institución para su apoyo y supervisión en el desarrollo del inventario.
- ✓ **Tercero:** Se solicitó permiso de los padres de familia a través del consentimiento informado, para lo cual se les entregó a los adolescentes dicho documento, explicándoles que sus padres deben autorizar para que participen en el estudio. De los niños que sus padres aceptaron que participen en el estudio se les entregó el asentimiento informado.
- ✓ **Cuarto:** Posteriormente se aplicó las encuestas de manera individual y presencial, seguidamente se realizó las medidas antropométricas a los estudiantes manteniendo todos los protocolos de bioseguridad para la prevención de la Covid-19.
- ✓ **Quinto:** Finalmente se verificó las encuestas y se realizó su procesamiento respectivo.

2.4 Análisis de datos

El procesamiento de datos se llevó a cabo utilizando el software Excel 2013 y el software estadístico IBM SPSS 23.

- ✓ Para el objetivo general con el fin de determinar la relación de las variables, se utilizó la estadística no paramétrica de Chi-cuadrado de Pearson.
- ✓ Para el primer y segundo objetivo específico, se utilizó la estadística descriptiva, donde los resultados se representaron en tablas simples.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de inteligencia emocional y el estado nutricional en adolescentes de la I.E. Pública N°00654, Lucila Portocarrero, Rioja, 2022.

Inteligencia emocional	Estado Nutricional						Total	
	Normal		Sobrepeso		Obesidad		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%		
Necesita mejorarse	3	1.7	3	1.7	2	1.1	8	4.6
Promedio	11	6.3	7	4.0	10	5.7	28	16.0
Bien desarrollado	45	25.7	24	13.7	21	12.0	90	51.3
Muy bien desarrollado	18	10.3	17	9.7	11	6.3	46	26.3
Excelentemente desarrollado	2	1.1	1	0.7	0	0.0	3	1.8
Total	79	45.1	52	29.8	44	25.1	175	100

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	5,086 ^a	8	,748
Razón de verosimilitud	5,627	8	,689
Asociación lineal por lineal	,522	1	,470
N de casos válidos	175		

a. 6 casillas (40.0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es .75.

De la tabla 1, se evidencia que el 25.7% de los adolescentes mantienen una inteligencia emocional bien desarrollada y estado nutricional normal, el 13.7% una inteligencia emocional bien desarrollada y un estado nutricional de sobrepeso, el 12% una inteligencia emocional bien desarrollada y un estado nutricional de obesidad, el 10.3% una inteligencia emocional muy bien desarrollada y un estado nutricional normal, el 9.7% una inteligencia emocional muy bien desarrollada y un estado nutricional de sobrepeso, el 6.3% una inteligencia emocional promedio y un estado nutricional normal, el 6.3% una inteligencia emocional muy bien desarrollada y un estado nutricional de obesidad.

Se evidencia que el estadístico Chi cuadrado de Pearson corresponde con un p-valor de 0.748 mayor a 0.05, con ello se rechaza la hipótesis alterna, evidenciando que no existe relación entre Inteligencia Emocional y Estado Nutricional.

Tabla 2

Nivel de inteligencia emocional, según sexo en adolescentes de la institución educativa pública N^o 00654, Lucila Portocarrero, Rioja, 2022.

Inteligencia emocional	Sexo				Total	
	Masculino		Femenino		fi	%
	fi	%	fi	%		
Necesita mejorarse	3	1.8	5	2.8	8	4.6
Promedio	10	5.8	18	10.4	28	16.2
Bien desarrollado	47	26.8	43	24.6	90	51.4
Muy bien desarrollado	22	12.5	24	13.7	46	26.2
Excelente desarrollado	1	0.5	2	1.1	3	1.6
Total	83	47.4	92	52.6	175	100

De la tabla 2, se puede observar que los adolescentes de sexo masculino el 26.8% tiene un nivel bien desarrollado de inteligencia emocional, el 12.5% un nivel muy bien desarrollado, el 5.8% en promedio, con respecto a sexo femenino se puede observar que el 24.6% de las adolescentes tienen un nivel de inteligencia emocional muy desarrollado, el 13.7% un nivel muy bien desarrollado y el 10.4% presenta un nivel de inteligencia emocional promedio.

Tabla 3

Estado nutricional según edad en adolescentes de la I.E. N°00654, Lucía Portocarrero, Rioja, 2022.

Estado Nutricional (IMC)	Edad (años)								Total	
	10		11		12		13		fi	%
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%		
Delgadez severa	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Delgadez	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Normal	38	21.7	31	17.7	8	4.6	2	1.1	79	45.1
Sobre peso	26	14.9	20	11.4	6	3.5	0	0.00	52	29.8
Obeso	29	16.5	13	7.5	2	1.1	0	0.00	44	25.1
Total	93	53.1	64	36.6	16	9.2	2	1.1	175	100

De la tabla 3, los adolescentes que tienen diez años de edad se observan que el 21.7% se encuentran con un estado nutricional normal, un 16.5% en un nivel de estado nutricional de obesidad; el 14.9 % en un estado nutricional de sobrepeso, en los adolescentes de 11 años de edad 17.7% presenta un estado nutricional normal, el 11.4% un estado nutricional de sobrepeso, un 7.5% presenta un estado nutricional de obesidad. Se puede observar en los adolescentes de 12 años de edad que 4.6% se encuentra en un estado nutricional normal, 3.5% en un estado nutricional de obesidad, 1.1% un estado nutricional de obesidad, finalmente se observa que los adolescentes con 13 años de edad el 1.1% se encuentra en un estado nutricional normal.

IV. DISCUSIÓN

En el estudio se encontró que ambas variables son independientes, esto es corroborado por Soraya, *et al.* (2021) quienes señalan que existe una brecha de conocimiento en la relación entre inteligencia emocional y el estado nutricional.

A nivel general, considerando la inteligencia emocional y el estado nutricional, los resultados se muestran en sentido opuesto a los hallazgos de Serin (2018), Kemp y Grier (2013), Melguizo (2022) quienes señalan que el nivel de inteligencia emocional se relaciona directamente con el nivel del estado nutricional, siendo influenciado por diversos factores que alteran el estado emocional de la persona que causa un mal estado nutricional y nivel de inteligencia emocional.

En cuanto a la variable inteligencia emocional se puede observar, que la mayoría de los adolescentes con un 51.4% presenta un nivel bien desarrollado, similar a lo encontrado en las investigaciones realizadas por Rodríguez (2021), Gastón (2019) y Arapa (2018); sin embargo, difieren de los resultados de Cepero (2017) y Cárdenas (2021), quienes encontraron niveles bajos de inteligencia emocional, lo que se agudiza en las zonas rurales de Colombia. En muchos casos, dichos resultados se reflejan en que los jóvenes presentan un uso inadecuado de sus emociones frente a diversas situaciones.

En relación a la inteligencia emocional según sexo de los adolescentes se evidencia que existe una ligera diferencia entre los niveles de inteligencia emocional la misma que coincide con la investigación realizada por Salazar-Nieto, D. A. (2022). Evidenció que no existe una diferencia significativa entre el sexo masculino y femenino en los niveles de inteligencia emocional.

En la teoría del desarrollo humano de Erik Erikson, la adolescencia es la etapa de "Identidad versus Confusión de roles". Durante este periodo, los adolescentes enfrentan el desafío de establecer una identidad coherente y estable para sí mismos, lo que puede generar confusión y ansiedad. Para superar este desafío, los adolescentes necesitan explorar diferentes opciones y experiencias, mientras desarrollan una comprensión coherente y sólida de su identidad. Si no logran este equilibrio, pueden experimentar confusión de roles y tener dificultades para establecer relaciones satisfactorias en su vida adulta (Moyano-Días y Mendoza-Llanos, 2019). Acerca de la dimensión intrapersonal en la inteligencia emocional,

se encontró el 36% de los adolescentes presenta un nivel promedio (Anexo 5), este resultado es consecuente con lo encontrado por Alcalá (2017), donde la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional se refiere a la capacidad de una persona para reconocer, comprender y regular sus propias emociones y estados internos (Parra, 2010)

Respecto a la dimensión de manejo del estrés en la inteligencia emocional, se encontró que el 37.1% de los adolescentes presentó un nivel promedio (anexo 5). Tal resultado es concordante con Gastón (2019) quien manifiesta que existe un bajo nivel en el manejo del estrés; por lo que se debe fortalecer esta dimensión ya que el manejo del estrés resulta clave para el desarrollo intelectual y emocional de los adolescentes, teniendo en cuenta que es una etapa de cambios drásticos a nivel físico, emocional y social. Por lo que se debe de incluir actividades curriculares donde los adolescentes puedan distraerse y disminuir el nivel de estrés.

Sobre la dimensión ánimo general el 36.6% de los encuestados de la presente investigación presentaron un nivel muy bien desarrollado (anexo 5) lo cual es concordante con los resultados de Arapa (2018). El ánimo general o estado de ánimo es un concepto relacionado con la inteligencia emocional que se refiere al estado emocional predominante que una persona experimenta en un momento dado y se ve influido por diversos factores, como la genética, el ambiente, las experiencias pasadas, la salud física y emocional, y la forma en que una persona maneja sus emociones (Vaquero-Solis et al, 2020). El seno familiar tiene un papel muy importante en el acompañamiento, el apoyo y las conductas prosocial que brindan a los adolescentes en la ola de cambios propiamente dicho de su edad.

En cuanto a la dimensión adaptabilidad, el 31.4% de los adolescentes reveló un nivel muy bien desarrollado (Anexo 5); tal hallazgo es similar a lo encontrado por Rojas (2021), donde se hace énfasis en la adaptabilidad porque es un componente clave de la inteligencia emocional ya que se refiere a la capacidad de ajustarse a nuevas situaciones, cambios y desafíos.

Según la teoría del desarrollo humano de Jean Piaget, la adolescencia se sitúa en la etapa de operaciones formales, en la que los adolescentes desarrollan la capacidad de pensar de manera abstracta y lógica, y de razonar hipotéticamente. Durante este proceso, también pueden reflexionar y cuestionar sus creencias y valores previos,

lo que puede generar cierta confusión y ansiedad. Superar este desafío es fundamental para el desarrollo cognitivo de los adolescentes y su capacidad para comprender y cuestionar el mundo que les rodea (Ramírez-Trejo, 2021). La dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional presenta un nivel muy bien desarrollado en el 61.7% de los adolescentes (Anexo 5). Tal hallazgo es similar al de Rodríguez (2021), Melguizo (2022), Gastón (2019) y Arapa (2018). Esto implica que los niveles positivos de la inteligencia emocional, no se encuentran a ámbitos geográficos o sociales. Los niveles altos de inteligencia emocional, indicarían que los adolescentes son capaces de reconocer y gestionar sus sentimientos y pensamientos a favor de sí mismos, en el contexto estudiado.

Sobre la variable de estado nutricional se puede observar que el 45.1% de los adolescentes entre las edades de 10 a 13 años de edad presenta un nivel de estado nutricional normal, este resultado es similar al estudio realizado por Ñuflo (2020), en el cual muestra que el 52,5% de los adolescentes tienen un estado nutricional normal, también se encuentra que los adolescentes presentan un nivel de estado nutricional de sobrepeso con el 29.8% seguido con un 25.1% con estado nutricional de obesidad en los adolescentes, similar descrito por Ñuflo (2020), estado nutricional de sobrepeso 33,5%; y los que tienen un estado nutricional de obesidad 10%. El estado nutricional alterado medido a través índice de masa corporal; este resultado es similar con lo descrito por Melguizo (2022), en el que encuentra un porcentaje del 60.3% de alumnos de primaria con anomalías en el nivel del estado nutricional. También Masco (2019), en los que se detallan que casi la mitad de adolescentes (45.3%) presenta elevadas ansias por comer, hecho que los conduce al sobrepeso u obesidad.

Los individuos tienen el derecho de gozar una buena salud, tal como lo señala Arapa y Carhuana (2013), es por ello que, los alarmantes niveles de alteraciones en el estado nutricional de los adolescentes deben ser objeto de políticas públicas que afecten de manera contundente a la población.

Es importante destacar como el clima familiar puede influir en el desarrollo de las competencias emocionales sea de manera positiva o negativa tal como lo afirman Ruiz & Carranza (2018), teniendo los valores del estadístico Chi-cuadrado muestran que se acepta la hipótesis nula en consecuencia se puede afirmar que

ambas variables son independientes, una de las razones por la que no se encuentra relación entre variables se podría decir que se debe a un clima familiar de los adolescentes, sumando a esto el nivel económico mediano alto de sus progenitores, el cual les permite tener los medios necesarios para que sus menores hijos tengan sus actividades extracurriculares, otro punto que se podría considerar es la frecuencia con la cual llevan a sus menores hijos a los establecimientos de salud o clínicas para que puedan tener sus chequeos oportunos y ponen en práctica la promoción de la salud, consecuencia de ello se puede observar que más de la mitad de los adolescentes del se encuentran con el nivel de estado nutricional normal. El Modelo de la Promoción de la Salud (MPS) de Nola Pender ofrece elementos teóricos adecuados para implementar y evaluar acciones y comportamientos de promoción de la salud (Díaz. R-Sánchez, 2021).

Por lo anteriormente analizado se difiere que es necesario ampliar los estudios respecto a la relación entre las variables estado nutricional e inteligencia emocional para poder tener una mayor comprensión del tema, debido a la poca bibliografía disponible. Esto posibilitará, además, esta comprensión del tema en cuestión aporta al desarrollo saludable e integral de los adolescentes.

Se sugiere por lo anteriormente descrito, que se realicen investigaciones exploratorias sobre el tema en mención para poder analizar cuáles son las bases y fenómenos que explican y moldean dichas variables, inteligencia emocional y estado nutricional.

Finalmente, un estudio de enfoque cualitativo podría brindar mayores aportes desde un enfoque más personal de los adolescentes. Para saber cómo se sienten y qué piensan respecto al tema estudiado.

V. CONCLUSIONES

- Se encontró que no existe relación entre la inteligencia emocional y el estado nutricional en los adolescentes de la I.E. N° 00654, Lucila Portocarrero, Rioja, 2022.
- Los adolescentes de la Institución Educativa según sexo masculino y femenino presentaron en su mayoría un nivel bien desarrollado de inteligencia emocional.
- La mayoría de adolescentes de la Institución Educativa presentó nivel de estado nutricional normal.

VI. RECOMENDACIONES

A los adolescentes

- Buscar fuentes de información fiables a la hora de autoevaluarse bajo estándares como inteligentes con sobrepeso y obesidad. Deben tener en cuenta, que actualmente la información abunda, pero en mayor medida lo hace la desinformación.
- Acudir ante sus profesores y tutores frente a cualquier duda que presenten respecto a la percepción de su estado físico o emocional.

A los padres de familia

- Priorizar el desarrollo de la inteligencia emocional en sus hijos adolescentes compartiendo momentos con ellos en sus hobbies, saliendo a pasear, jugar en las zonas verdes, desconectándose de la tecnología de lo cotidiano.
- Fomentar una alimentación saludable para los adolescentes a través de un menú balanceado en casa, entre proteínas, carbohidratos, vegetales, fibra, evitando las comidas chatarras y rápidas.

A la institución educativa

- Realizar convenios con el área de salud mental de la provincia para trabajar con los alumnos de la institución educativa de manera activa y de esa manera promover y fortalecer la inteligencia emocional de los adolescentes
- Trabajar de manera articulada con el centro de salud Nueva Rioja para de esa manera el personal capacitado pueda promocionar sobre alimentación saludable entre los alumnos, brindándoles opciones de alimentos saludables en el quiosco escolar y educar a los estudiantes sobre la importancia de comer una dieta equilibrada.
- Incluir programas de educación emocional en el plan de estudios para fomentar habilidades de inteligencia emocional. Estos programas pueden incluir talleres, charlas, grupos de discusión, actividades de arte y música, y ejercicios prácticos que promuevan la comprensión y la gestión de las emociones.

- Proporcionar tiempo y espacio para la actividad física y deportes. El ejercicio regular puede mejorar el estado de ánimo y reducir el estrés, lo que a su vez puede tener un impacto positivo en el bienestar emocional de los estudiantes.

A la escuela profesional de enfermería

- Analizar la evolución de estas variables en el tiempo mediante estudios longitudinales, con el fin de revelar si existen mejorías o es necesario crear nuevas políticas o reformular aquellas existentes en favor del desarrollo de los adolescentes del Perú.
- Realizar investigaciones en niños y adolescentes relacionado a inteligencia emocional y estado nutricional para determinar su estado y tomar medidas de promoción de la salud ante casos de riesgos.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahumada, F. (2019). La relación entre inteligencia emocional y salud mental [III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología VIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires]. Obtenido de: <https://www.aacademica.org/000-052/275.pdf>
- Alcala, E. (2018). Inteligencia emocional en los estudiantes de quinto grado de la institucion educativa estatal del distrito de Barranco. [Tesis de Grado, Universidad Inca Garcilazo de la Vega]. Obtenido de: <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2484/TRAB.SUF.PROF.Emily%20Rosario%20Mendoza%20Alcal%C3%A1.pdf?sequence=2&isAllowed>
- Arapa O. (2018). La inteligencia emocional y el aprendizaje significativo en los niños y niñas del 5º grado de la institucion educativa primaria N°56107 de Yanaona - Canas - Cusco. 2018. [Tesis de Grado, Universidad Nacional San Antonio de Abad del Cusco]. Obtenido de <https://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/4340>
- Cañazaca, P (2019). Inteligencia emocional en los estudiantes del sexto grado de la institucion educativa primaria N°70614 San Martin de Porres de Ilave-2019. [Tesis de Grado, Universidad Nacional del Altiplano – Puno]. Obtenido de: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/13453>
- Cepero, L. (2017). Inteligencia emocional en niños colombianos de educación primaria. Análisis por contexto y género. *Universitas Psychologica*, 16(3), 1–10. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-3.eips>
- Cherniss, C. y Goleman, D. (2003). *El lugar de trabajo emocionalmente inteligente: cómo seleccionar, medir y mejorar la inteligencia emocional en individuos, grupos y organizaciones*. Editorial John Wiley & Sons.
- Díaz .R-Sánchez, D. A.-T. (2021). Efectividad de intervención de enfermería en hábitos de vida. *Rev Esp Nutr Comunitaria*, 28(2). Obtenido de https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0020_ORIGINAL.pdf.

- Gastón, J. (2019). Inteligencia emocional y resiliencia en niños de 10 y 11 años de dos instituciones educativas estatales de Lima. [Tesis de Grado, Universidad de Lima]. Obtenido de https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/8800/Pedraglio_de_Cossio_Chiera_In%C3%A9s.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Gimeno, E. (2020). Medidas empleadas para evaluar el estado nutricional. *Offarm*, 22(3). Obtenido de: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-medidas-empleadas-evaluar-el-estado-13044456>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Editorial Kairós.
- Gómez, S. (2010). La Inteligencia intrapersonal. *Padres y Maestros*, 2010(332). Recuperado de <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/1227>
- Hernandez, R. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill Education.
- Instituto Nacional de Salud. (2023). Vigilancia del Sistema de Información del Estado Nutricional en EEES. Obtenido de: <https://web.ins.gob.pe/es/alimentacion-y-nutricion/vigilancia-alimentaria-y-nutricional/vigilancia-del-sistema-de-informacion-del-estado-nutricional-en-%20EEES>
- Kemp, E., Bui, M. y Grier, S. (2003). When food is more than nutrition: understanding emotionaleating and overconsumption. *J Consumer Behav*, 12(2003), pp. 204-13.
- Masco, K. (2019). Relacion de inteligencia emocional y ansia por la comida con el estado nutricional de adolescentes que assiten a I.e Gran unidad escolar mariano melgar valadesio Arequipa - 2018. [Tesis de Grado, Universidad Nacional San Agustín]. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10363/NHpamakm.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Matlala, M., Maponya, M., Chigome, A. y Meyer, J. (2018). Overview of mental health: A public health priority. *SA Pharm J*, 85(6), pp. 46 – 53.
- Melguizo, G. (2022). Adherencia a la dieta Mediterranea, índice de masa corporal e inteligencia emocional en estuadiantes de educacion primaria. *Children*, 9(6), 872. doi: <https://doi.org/10.3390/children9060872>
- Ministerio de Salud del Perú. (2015) Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente. Recuperado de <https://repositorio.ins.gob.pe/bitstream/handle/INS/214/CENAN0056.pdf;jsessionid=2385F496B74DB7496C09F29927FFB0D8?sequence>

- Ministerio de Salud. (2015). *Guía Técnica para la valoración antropométrica del adolescente*. Lima, Peru. Obtenido de <https://repositorio.ins.gob.pe/xmlui/bitstream/handle/INS/214/CENAN-0056.pdf;jsessionid=CF0B56BBB0FF1622DC9E4F9BA464AE4B?sequence=1>
- Ministerio de Salud. (2019). Estado nutricional de los adolescentes de 12 a 17 años y adultos mayores de 60 años a más, vianev, 2017, 2018. Obtenido de: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/van/sala_nutricional/sala_3/informe_estado_nutricional_adolescentes_12_17_adultos_mayores_mayores_60_anos.pdf
- Montenegro, J. (2021). *Metodología, tipos y diseños de investigación*. SlideShare. <https://es.slideshare.net/juanmontenegro2000/jmo-2022-tipo-de-investigacin>
- Moyano-Díaz, E., y Mendoza-Llanos, R. (2019). Toma de decisiones y consecuencias emocionales según etapas del desarrollo: un análisis empírico. [VII Congreso Internacional de Investigación, Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de La Plata]. Obtenido de: <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/139543>
- Mujica-Stach, A., Carter-Thuillier, B. y Casanova, O. (2021). Efectos del confinamiento en las emociones de los niños inmigrantes: análisis desde la inteligencia emocional. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 17(2), 331-356. <https://doi.org/10.18004/riics.2021.diciembre.331>
- Ñuflo-Malpartida, M. M. (2020). *“Estrés y estado nutricional en adolescentes de un distrito de la Región Callao. 2020”*. . [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo_Lima]. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60687/%c3%91ufllo MMM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Portillo-Peñuelas, A. (2018). La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico. *Educare*, 22(3). doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-3.11>
- Salazar-Nieto, D. A. (2022). La inteligencia emocional y su relacion con toma de decisiones en adolescentes. . [Tesis de grado, Universidad Tecnica de Abanto–Ecuador] Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/34792/1/Salazar%20Nieto%20Daniel%20Andr%c3%a9s%20-%20Repositorio.pdf>

- Ramírez-Trejo, D. (2021). Teoría del Desarrollo Cognitivo. *Uno Sapiens Boletín Científico de la Escuela Preparatoria No. 1*, 4(7), pp. 18-20.
- Richburg, M., y Fletcher, T. (2002). Emotional intelligence: Directing a child's emotional education. *Child Study Journal*, 32(1), pp. 31-38. https://www.academia.edu/download/91657040/the_20key_20to_20our_20emotions_20article.pdf
- Rivera, E., Rosario-Hernández, E., y Ortiz, N. (2008). Traducción y adaptación para la población puertorriqueña del Inventario Bar-On de Cociente Emocional (Bar-On EQ-i): análisis de propiedades psicométricas. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 19(2008), pp. 148-182. Obtenido de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1946-20262008000100007#:~:text=Bar%2DOn%20\(1997\)%20define,nuestro%20pensamiento%20y%20nuestras%20acciones.](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1946-20262008000100007#:~:text=Bar%2DOn%20(1997)%20define,nuestro%20pensamiento%20y%20nuestras%20acciones.)
- Rivera, Y. (2020). Freud y su obra. Génesis y constitución de la Teoría Psicoanalítica. Éndoxa.
- Riveros, D. (2019). Inteligencia interpersonal: propuesta didáctica para fortalecer la convivencia escolar de los estudiantes del Colegio San Francisco de Asís IED de Bogotá [Tesis de grado, Universidad Nacional de Colombia]. Recuperado de: <https://repository.unimilitar.edu.co/handle/10654/32141>
- Rodríguez, V. (2021). La inteligencia emocional en alumnos de educación escolar básica de la ciudad de Pilar, en desarrollo de sus habilidades en contexto educativo. *Ciencia latina*, 5(6), pp. 15008-15023. doi: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i6.1452
- Rojas, I. (2021). Entre la razón y la emoción. Estudio sobre inteligencia emocional en escuelas públicas de Temuco-Chile. [Tesis doctoral, Universidad de Sevilla]. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=301895>
- Ruiz, P., & Carranza, R. F. (2018). Emotional intelligence, gender and family environment in Peruvian adolescents. *Acta Colombiana de Psicología*, 21(2), 188–199. Obtenido de <https://doi.org/10.14718/ACP.2018.21.2.9>.
- Serin, Y. y Anlier, N. (2018). Emotional eating, the factors that affect food intake, and basic approaches to nursing care of patients with eating disorders. *J Psy Nurs*, 9(2), pp. 135-46.
- Soraya et al. (2021). Inteligencia emocional. *Multiciencias*. 2021;9(3):289-295 obtenido de : <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=90412325008>.

- Supo, J. (2014). *Seminarios de investigación Científica*. Bioestadístico. Obtenido de <https://pdfcookie.com/documents/libro-seminario-investigacion-cientifica-dr-suppo-trad-mlxz30mrok27>
- Ugarriza, N. y Pajares, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Persona*, 8(2005), pp. 11-58. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001.pdf>
- Vaquero-Solís, M., Alonso, D., Sánchez-Oliva, D., Sánchez-Miguel, P., e Iglesias-Gallego, D. (2020). Inteligencia emocional en la adolescencia: motivación y actividad física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 20(77), pp. 119-131.
- Zamora, C. (2018). El papel del ejercicio compulsivo y la inteligencia emocional en los síntomas de trastorno de la alimentación durante la preadolescencia y adolescencia. [Tesis doctoral, Universidad de Castilla – La Mancha]. Obtenido de: <https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/22159/TESIS%20Cuest%20Zamora.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Salazar Nieto, D. A. (2022). La inteligencia emocional y su relación con toma de decisiones en adolescentes. . [Tesis de grado, Universidad Técnica de Abanto–Ecuador] Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/34792/1/Salazar%20Nieto%20Daniel%20Andr%c3%a9s%20-%20Repositorio.pdf>.

ANEXOS



ANEXO 1.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____
_____ declaro que he sido informado para que mi menor hijo participe en una investigación Inteligencia emocional y estado nutricional en adolescentes institución educativa pública, Rioja,2022. Entiendo que este estudio Determinar la relación entre el nivel de inteligencia emocional y el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa pública N°00654, Lucila Portocarrero, Rioja 2022 y sé que la participación de mi menor hijo(a) se llevará a cabo en (institución educativa), en el horario de jornada escolar y consistirá en responder una encuesta que demorará alrededor de 20 minutos. Me han explicado que la información registrada será confidencial, y que los nombres de los participantes serán asociados a un número de serie, esto significa que las respuestas no podrán ser conocidas por otras personas ni tampoco ser identificadas en la fase de publicación de resultados. Estoy en conocimiento que los datos no me serán entregados y que no habrá retribución por la participación en este estudio, Acepto voluntariamente que mi menor hijo (a) participe en este estudio.

Firma del Padre/madre o apoderado

DNI N°:



ANEXO 2.

ASENTIMIENTO INFORMADO

Hola, mi nombre es Jessica Melendez Tuesta, interna de la carrera profesional de enfermería, en esta oportunidad quiero invitarte a participar en una investigación titulada Inteligencia emocional y estado nutricional en adolescentes institución educativa pública, Rioja 2022. La investigación tiene como objetivo en determinar la relación entre el nivel de inteligencia emocional y el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa publica N°00654, Lucila Portocarrero, Rioja, 2022. Para ello necesito que me ayudes completando el cuestionario de Baron, adaptado por *Ugarriza Chávez, N. & Pajares Del Águila, L. (2005)* respondiendo las preguntas, con tu participación podre indicar el nivel de inteligencia emocional, y el estado nutricional está ayuda te pedimos es voluntaria. Toda información que nos entregues será confidencial, por lo que nadie conocer tus respuestas, solo los miembros de la investigación las conocerán y no se las entregará a nadie. Entonces ¿deseas participar? Sí la respuesta es un si debes de marcar con un “X” donde dice si y escribir tu nombre.

.....SI Nombre: -----



ANEXO 3.

INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE BARON

(Adaptado por *Ugarriza Chávez, N. & Pajares Del Águila, L. (2005)*)

Datos generales:

Grado: _____ Edad: _____ Sexo: _____ Fecha: _____

Instrucciones:

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

1. Muy rara vez 2. Rara vez 3. A menudo 4. Muy a menudo

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es “Rara vez”, haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

ITEMS	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
Me gusta divertirme.	1	2	3	4
Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	1	2	3	4
Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	1	2	3	4
Soy feliz.	1	2	3	4
Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
ITEMS	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4

Me gustan todas las personas que conozco	1	2	3	4
Me siento seguro (a) de mí mismo (a).	1	2	3	4
Sé cómo se sienten las personas.	1	2	3	4
Sé cómo mantenerme tranquilo (a).	1	2	3	4
Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	1	2	3	4
Pienso que las cosas que hago salen bien.	1	2	3	4
Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	1	2	3	4
Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos	1	2	3	4
Pienso bien de todas las personas	1	2	3	4
Espero lo mejor	1	2	3	4
Tener amigos es importante	1	2	3	4
Peleo con la gente.	1	2	3	4
Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
Me agrada sonreír.	1	2	3	4
Intento no herir los sentimientos de las personas.	1	2	3	4
No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	1	2	3	4
Tengo mal genio.	1	2	3	4
Nada me molesta.	1	2	3	4
Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
Sé que las cosas saldrán bien.	1	2	3	4
ITEMS	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
Sé cómo divertirme.	1	2	3	4
Debo decir siempre la verdad	1	2	3	4
Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero	1	2	3	4
Me molesto fácilmente.	1		3	4
Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4

No me siento muy feliz.	1	2	3	4
Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas	1	2	3	4
Demoro en molestarme	1	2	3	4
Me siento bien conmigo mismo (a).	1	2	3	4
Hago amigos fácilmente.	1	2	3	4
Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
Para mí es fácil decirles a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones	1	2	3	4
Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	1	2	3	4
Me siento feliz con la clase de persona que soy.	1	2	3	4
Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
Para mí es difícil esperar mi turno.	1	2	3	4
Me divierte las cosas que hago.	1	2	3	4
Me agradan mis amigos.	1	2	3	4
No tengo días malos	1	2	3	4
Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
Me fastidio fácilmente.	1	2	3	4
Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
Me gusta mi cuerpo.	1	2	3	4
ITEMS	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada	1	2	3	4
Me gusta la forma como me veo.	1	2	3	4



ANEXO 5.

NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL SEGÚN DIMENSIONES EN ADOLESCENTE DE LA I.E. N°00654, LUCIA PORTOCARRERO, RIOJA, 2022.

Nivel	Intrapersonal		Interpersonal		Manejo del estrés		Adaptabilidad		Ánimo general		Impresión positiva	
	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%
Necesita mejorar considerablement e	13	7.4	3	1.7	15	8.6	1	0.6	3	1.7	2	1.1
Necesita mejorarse	31	17.7	6	3.4	65	37.1	5	2.9	8	4.6	7	4.0
Promedio	63	36.0	25	14.3	64	36.6	27	15.4	13	7.4	40	22.9
Bien desarrollado	42	24.0	40	22.9	30	17.1	39	22.3	28	16.0	108	61.7
Muy bien desarrollado	22	12.6	67	38.3	1	0.6	55	31.4	64	36.6	6	3.4
Excelentemente desarrollado	4	2.3	34	19.4	0	0.0	48	27.4	59	33.7	12	6.9
Total	175	100.0	175	100.0	175	100.0	175	100.0	175	100.0	175	100.0