

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



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

**TESIS PARA OBTENER  
EL TÍTULO PROFESIONAL DE PSICÓLOGA**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ACTITUDES  
ALIMENTARIAS EN LA INSTITUCION EDUCATIVA  
VIRGEN ASUNTA, CHACHAPOYAS - 2023**

**Autora: Bach. Lesli Elvith Caro Rodriguez**

**Asesores: Mg. Wilfredo Amaro Cáceres.**

**Lic. Ps. Julio Roger Salazar Maslucan**

**Registro: (\_\_\_\_\_)**

**CHACHAPOYAS – PERÚ**

**2024**

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



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): CARO RODRIGUEZ LESLY ELVITH  
DNI N°: 31930407  
Correo electrónico: 319304072@UNTRM.EDU.PE  
Facultad: CIENCIAS DE LA SALUD  
Escuela Profesional: PSICOLOGÍA

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 ACTITUDES ALIMENTARIAS EN LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA VIRGEN ASUNTA, CHACHAPOYAS - 2023

3. Datos de asesor 1

Apellidos y nombres: AMARO CÁCERES WILFREDO  
DNI, Pasaporte, C.E N°: 41983973  
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>): 0000-0001-6601-1836

Datos de asesor 2

Apellidos y nombres: SALAZAR HASIVCAN JULIO ROGER  
DNI, Pasaporte, C.E N°: 44883691  
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>): 0009-0007-7680-5680

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

[https://catalogos.concytec.gob.pe/vocabulario/ocde\\_ford.html](https://catalogos.concytec.gob.pe/vocabulario/ocde_ford.html) 5.01.00 psicología

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 y 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, 01 / FEBRERO ..... / 2024

  
Firma del autor 1  
  
Firma del Asesor 1

\_\_\_\_\_  
Firma del autor 2  
  
Firma del Asesor 2

## **DEDICATORIA**

A Dios, mi guía constante y fuente de fortaleza en cada momento de este viaje. Su presencia ha sido mi faro en el camino del conocimiento, proporcionándome la serenidad y el coraje para superar cada desafío.

A mi amada familia, y en particular a mis queridos padres, cuyo amor y apoyo inquebrantable han sido los pilares fundamentales de mi crecimiento tanto personal como profesional. Su incansable motivación y fe en mis capacidades me han impulsado a alcanzar estas metas y a soñar aún más alto. Este logro es tanto suyo como mío.

## **AGRADECIMIENTO**

Extiendo mi más profundo agradecimiento a las estudiantes de la institución educativa, cuya participación voluntaria y entusiasta ha sido fundamental para el éxito de esta investigación. Su colaboración no solo enriqueció el estudio, sino que también lo llevó a un fructífero término.

Mi gratitud se extiende igualmente a los profesionales que dedicaron su tiempo, conocimientos y experiencia a este proyecto. Su invaluable aporte, a través de recomendaciones expertas y orientación constante, ha sido vital en el desarrollo y culminación de esta investigación. Cada uno de ustedes ha jugado un papel crucial en el logro de este importante hito académico

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ  
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 Díaz

**Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud**

# VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS



## 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 ACTITUDES ALIMENTARIAS EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA VIRGEN ASUNTA, CHACHAPOYAS - 2023; del egresado LESIA ELVITA CAHU RODRIGUEZ de la Facultad de CIENCIAS DE LA SALUD Escuela Profesional de PSICOLOGÍA 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, 27 de NOVIEMBRE de 2023

A handwritten signature in black ink is written over a horizontal line. The signature appears to be 'Wilfredo Amaro Cañari'.

Firma y nombre completo del Asesor

Wilfredo Amaro Cañari  
41983923



ANEXO 3-L

VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM ( )/Profesional externo (X), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada INTELIGENCIA EMOCIONAL y ACTITUDES ALIMENTARIAS EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA VIRGEN ASUNTA, CHACHAPOYAS - 2023 del egresado LESIT ELVETH CARO RODRIGUEZ de la Facultad de CIENCIAS DE LA SALUD Escuela Profesional de PSICOLOGÍA 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, 22 de DICIEMBRE de 2023

Firma y nombre completo del Asesor

JULIO ROGER SALAZAR Mpslucan

**JURADO EVALUADOR DE LA TESIS**  
**(Resolución de decanato N° 513-2022-UNTRM-VRAC/FACISA)**



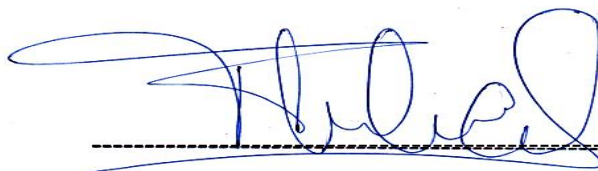
---

Dr. Migdonio Epiquien Chancahuana  
**Presidente**



---

Mg. Oscar Joel Oc Carrasco  
**Secretario**



---

Dra. Yázmin de Fátima Cucho Hidalgo  
**Vocal**



# CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS



**UNTRM**

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

## 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 actitudes alimentarias en  
en la institución educativa Virgen Santa Chachapoyas, 2023,  
presentada por el estudiante ( ) / egresado (X) Ferli Edith Carr Rodríguez  
de la Escuela Profesional de Psicología  
con correo electrónico institucional 7193040772@untrm.edu.pe

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

- a) La citada Tesis tiene 19 % 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, 16 de enero del 2024

SECRETARIO

PRESIDENTE

VOCAL

OBSERVACIONES:

# ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS



## ANEXO 3-5

### ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 29 de enero del año 2024, siendo las 12:00 horas, el aspirante: Bach. Caro Rodríguez Leslie Elvith, asesorado por Mg. Wilfredo Amaro Cáceres defiende en sesión pública presencial () La distancia () la Tesis titulada: Inteligencia emocional y actitudes alimentarias en la Institución Educativa Virgen Purísima Chachapoyas - 2023. para obtener el Título Profesional de Psicóloga a ser otorgado por la Universidad



Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:

Presidente: Dr. Migdanto Epigiano Chancahuano  
Secretario: Mg. Oscar Joel De Carrasco  
Vocal: Dra. Yásmín de Fatima Cleche Hidalgo.

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 15:00 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.

[Signature]  
SECRETARIO

[Signature]  
VOCAL

[Signature]  
PRESIDENTE

OBSERVACIONES:

## INDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD.....	v
VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS.....	vi
JURADO EVALUADOR DE LA TESIS.....	viii
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS.....	ix
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS.....	x
INDICE GENERAL.....	xi
INDICE DE TABLAS.....	xii
INDICE DE ANEXOS.....	xiii
RESUMEN.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
I. INTRODUCCIÓN.....	16
II. MATERIAL Y MÉTODOS.....	19
2.1. Tipo de investigación.....	19
2.2. Diseño de investigación.....	19
2.3. Enfoque de investigación.....	20
2.4. Población, muestra y muestreo.....	20
2.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	21
2.6. Procedimiento para la recolección de datos.....	22
2.7. Análisis de datos.....	23
III. RESULTADOS.....	24
IV. DISCUSIÓN.....	29
V. CONCLUSIONES.....	33
VI. RECOMENDACIONES.....	34
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	35
ANEXOS.....	39

## INDICE DE TABLAS

	Pg.
<b>Tabla 01</b> Relación de inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación de las estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa Virgen Asunta Chachapoyas 2023.	24
<b>Tabla 02</b> La inteligencia emocional y las actitudes ante la alimentación referente a la dieta de en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.	25
<b>Tabla 03</b> La inteligencia emocional y la preocupación por la comida en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.	26
<b>Tabla 04</b> La inteligencia emocional y el control oral referente a la comida en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.	27
<b>Tabla 05</b> Prueba de hipótesis y correlación.	28

## INDICE DE ANEXOS

	Pg.
<b>Anexo 01</b> Matriz de consistencia	40
<b>Anexo 02</b> Operacionalización de la variable.	42
<b>Anexo 03</b> Consentimiento informado para participar en una investigación científica	46
<b>Anexo 04</b> Ficha técnica actitudes ante la alimentación.	47
<b>Anexo 05</b> Cuestionario de actitudes ante la alimentación (eat-26)	48
<b>Anexo 06</b> Ficha técnica inteligencia emocional baron ice.	50
<b>Anexo 07</b> Inventario de inteligencia emocional baron ice. Na abreviada	51
<b>Anexo 08</b> Autorización para ejecución del proyecto de tesis	53

## RESUMEN

El objetivo de este estudio fue establecer la relación entre la inteligencia emocional y las actitudes alimentarias de las estudiantes en la Institución Educativa Virgen Asunta, Chachapoyas, durante el año 2023. La muestra incluyó la participación de 210 estudiantes y se aplicó un enfoque cuantitativo no experimental con alcance correlacional. Se utilizó un muestreo no probabilístico para la recolección de datos, empleando el Inventario de Inteligencia Emocional de Baron y el cuestionario EAT-26; los hallazgos revelaron una correlación inversa moderada ( $r = -0.442$ ) entre la inteligencia emocional y las actitudes ante la alimentación. Se identificó una diversidad en los niveles de inteligencia emocional, con un 29.84% de estudiantes en nivel bajo, un 19.37% que necesitaba mejorar, un 28.27% con un desarrollo adecuado y un 22.51% muy bien desarrollado, en relación a la actitud ante la alimentación, se observó que el 37.17% de los estudiantes presentaban un alto riesgo, el 36.65% un riesgo medio, y el 26.18% un bajo riesgo. La investigación evidenció una relación inversa significativa entre la inteligencia emocional y las actitudes ante la alimentación en las estudiantes. Estos resultados resaltan la importancia de abordar la inteligencia emocional como parte integral de las estrategias destinadas a mejorar las actitudes alimentarias en la población estudiantil.

**Palabras clave:** Inteligencia emocional, actitud, estudiantes, riesgos.

## ABSTRACT

The aim of this study was to establish the relationship between emotional intelligence and the dietary attitudes of students at the Virgen Asunta Educational Institution in Chachapoyas during the year 2023. The sample included the participation of 210 students, and a non-experimental quantitative approach with correlational scope was applied. Non-probabilistic sampling was used for data collection, utilizing Baron's Emotional Intelligence Inventory and the EAT-26 questionnaire. The findings revealed a moderate inverse correlation ( $r = -0.442$ ) between emotional intelligence and dietary attitudes. A diversity in emotional intelligence levels was identified, with 29.84% of students at a low level, 19.37% needing improvement, 28.27% well-developed, and 22.51% very well-developed. Regarding dietary attitudes, it was observed that 37.17% of students presented a high risk, 36.65% a medium risk, and 26.18% a low risk. The research demonstrated a significant inverse relationship between emotional intelligence and attitudes towards food among students. These results underscore the importance of addressing emotional intelligence as an integral part of strategies aimed at improving dietary attitudes in the student population.

Keywords: Emotional intelligence, attitude, students, risks.

## **I. INTRODUCCIÓN**

Hoy en día, la sociedad se ve inmersa en un torbellino de circunstancias que inciden directamente en la esfera personal, académica, social, cultural y profesional donde la gestión deficiente de estos desafíos puede desencadenar respuestas adversas, tales como irritabilidad, estrés, depresión y ansiedad, lo que a su vez incrementa la vulnerabilidad a padecimientos físicos y mentales; dado este panorama, la inteligencia emocional emerge como un pilar clave en la educación de los jóvenes. Su adecuado desarrollo no solo impulsa la motivación y el autocontrol en los adolescentes, sino que también mejora la regulación emocional y potencia competencias sociales cruciales como la empatía y la capacidad para manejar la frustración, aspectos fundamentales (Hernández, M., et al. (2020).

Entender y manejar nuestras emociones es vital para comprender el comportamiento humano donde la inteligencia emocional, que abarca el reconocimiento, la comprensión, la regulación y el manejo adecuado de nuestras emociones, entrelaza el sentir y el pensar para optimizar nuestras decisiones cotidianas. Sin embargo, un manejo emocional ineficaz no solo compromete la salud emocional, sino que también puede tener consecuencias negativas prolongadas en nuestro bienestar general (Villanes, 2020).

La vida emocional implica habilidades como la toma de conciencia de las propias emociones. La evidencia sugiere que aquellos que gestionan adecuadamente sus sentimientos y comprenden los de los demás tienden a tener más éxito en diferentes áreas de sus vidas (Cofre y Rivadeneira 2022.).

Al mismo tiempo, es crucial abordar las actitudes hacia la alimentación, especialmente entre los adolescentes, ya que se considera una de las principales influencias en los problemas de conducta alimentaria. La modificación de los estándares alimenticios ha llevado a la adopción de hábitos alimenticios inadecuados, lo que aumenta los factores de riesgo asociados (Lelkes 2020).



Melguizo et al. (2022) en España menciona el vínculo entre la inteligencia emocional y la alimentación se ha explorado este estudio reveló una relación entre el índice de inteligencia emocional y el tipo de dieta de los participantes, destacando la importancia de comprender cómo las emociones pueden influir en las elecciones alimentarias. Se encontró que un 86% de los participantes practicaban actividad física más de 3 horas, el 57% tenía una dieta que necesitaba mejorar y el 55% de los alumnos tenían una buena inteligencia emocional, estableciendo una conexión entre estas variables.

Asimismo, investigaciones en lugares como Lima Lelkes, (2020) busco la relación entre el coeficiente emocional y las conductas de riesgo. Se encontró una relación negativa entre el coeficiente emocional y conductas de riesgo como el consumo de alcohol y alimentación en más del 50% de evaluados. Además, se observó una relación inversa entre el coeficiente emocional y conductas de riesgo como el consumo de cigarrillos e inicios de actividad sexual, concluyendo que un buen desarrollo del coeficiente emocional puede ayudar a evitar conductas de riesgo.

En Amazonas, Campos (2019) investigó el grado de inteligencia emocional de los evaluados y encontró que el 74% y el 26% presentaban un nivel adecuado y alto en inteligencia emocional, respectivamente. Este estudio sugiere que un porcentaje significativo de participantes tenía un nivel apropiado de inteligencia emocional.

Desde una perspectiva teórica, esta investigación busca aportar conocimientos sobre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación en estudiantes, estableciendo conexiones entre estas variables para promover la salud física y emocional. Metodológicamente, se pretende sentar un precedente para futuras investigaciones al describir los métodos y procedimientos utilizados. Socialmente, se busca generar programas de salud mental y prevención de factores de riesgo, destacando la importancia de la intervención tanto a nivel profesional como en la sociedad en constante cambio.

En este contexto, esta investigación se propone como objetivo general establecer la relación entre la inteligencia emocional y las actitudes ante la alimentación en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria en la Institución Educativa Virgen Asunta, Chachapoyas, en 2023 y como objetivos específicos incluye:

- a) Identificar la relación existente entre inteligencia emocional y la dimensión dieta de las actitudes ante la alimentación.
- b) Explicar la relación existente entre inteligencia emocional y la dimensión preocupación por la comida de las actitudes ante la alimentación.
- c) Describir la relación existente entre la inteligencia emocional y la dimensión control oral de las actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas- 2023. Las hipótesis planteadas son Ha: Existe relación significativa entre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023. Ho: No existe relación entre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.

## II. MATERIAL Y MÉTODOS

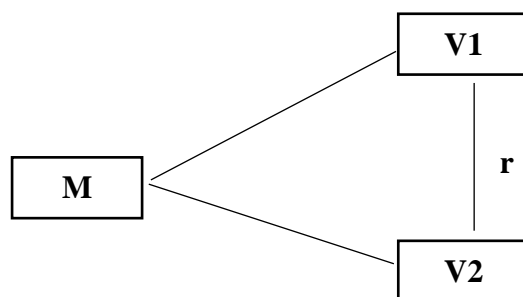
### 2.1. Tipo de investigación

La investigación descrita se define como una investigación básica, lo que implica que su principal objetivo es generar conocimiento teórico y comprensión fundamental, en lugar de buscar aplicaciones prácticas directas.

### 2.2. Diseño de investigación

Su diseño es no experimental, lo que significa que no manipula activamente las variables, sino que observa y analiza las relaciones existentes entre ellas en condiciones naturales. Además, se caracteriza por ser correlacional se centra en evaluar las relaciones entre las variables y transversal, se caracterizó por la recolección de datos en un único momento en el tiempo y en lugar.

El esquema metodológico se presenta de la siguiente manera:



Donde:

**M** = Muestra (210 alumnas)

**V1** = Inteligencia emocional.

**V2** = Actitud ante la alimentación.

**r** = relación de variables.

Este diseño permitió evaluar la relación entre la inteligencia emocional (V1) y las actitudes ante la alimentación (V2) en una muestra de 210 alumnas. El análisis estadístico de la relación de variables (r) proporcionó información valiosa sobre los patrones de comportamiento asociados a estos constructos.

### 2.3. Enfoque de investigación

Este enfoque cuantitativo utiliza métodos estadísticos para analizar datos numéricos, que es fundamental para recoger información de forma sistemática y rigurosa, lo que permite una interpretación objetiva y precisa de los resultados.

### 2.4. Población, muestra y muestreo

El estudio fue conformado por 210 alumnas matriculadas en la institución educativa Virgen Asunta de Chachapoyas en Amazonas 2023 según la base de datos de Dirección administrativa.

La muestra fue constituida por toda la población de estudio, las que son 210 alumnas matriculadas en cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta 2023 que corresponde a la población muestral.

**Cuadro1:** *Estudiantes Matriculados del 4° Y 5° grado secundaria en el año académico 2023*

<b>Grado</b>	<b>Sección</b>	<b>Número de estudiantes</b>
Cuarto	A	26
	B	25
	C	25
	D	25
Quinto	A	26
	B	28
	C	27
	D	28
<b>TOTAL</b>		<b>210</b>

Nota: *Proporcionado por la dirección administrativa de I.E Virgen Asunta.*

Se utilizó un muestreo no probabilístico deliberado o intencional a criterio de la investigadora según los objetivos planteados indicando que unidades constituirán la muestra de acuerdo a su percepción.

## **Criterios de selección para la muestra**

Criterios de inclusión:

- Todas las estudiantes matriculadas que estén cursando el 4° y 5° grado del nivel secundario en la institución educativa 2023.
- Estudiantes que tengan el asentimiento informado debidamente firmado por el padre o apoderado y deseen participar libremente en dicho estudio.

Criterios de exclusión:

- Se excluye a las estudiantes del 1° hasta el 3° grado de educación del nivel secundario y todo el nivel primario.
- Estudiantes que se encuentren con permisos y/o inasistencia durante el día de aplicación de los instrumentos.
- Alumnas que no acepten ser parte de la investigación aun teniendo el asentimiento firmado.
- Estudiantes que presentan alguna discapacidad motora y/o intelectuales que impida responder los instrumentos.

### **2.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Variable 1: Inteligencia emocional.

Técnica: Encuesta

Instrumento: Inventario de inteligencia emocional BarOn

Su escala de evaluación está conformada por:

**Cuadro 2:** V1. Inteligencia emocional. Test BarOn.

<b>Escala de evaluación ICE</b>	
Desarrollo bajo	30-69
Necesita mejorarse	70-89
Bien desarrollada	90-109
Muy bien desarrollada	110-120

*Nota: inventario de inteligencia emocional test Baron.*

Variable 2: Actitudes ante la alimentación.

Técnica: Encuesta

Instrumento: cuestionario de actitudes ante la alimentación EAT-26.

**Cuadro 3:** V2. Actitudes ante la alimentación. Cuestionario EAT- 26.

<b>Escala de evaluación según dimensiones</b>		
Dieta	Con riesgo	16 a 39
	Sin riesgo	0 a 15
Preocupación por la comida	Con riesgo	7 a 18
	Sin riesgo	0 a 6
Control oral	Con riesgo	10 a 21
	Sin riesgo	0 a 9

Nota: cuestionario EAT-26.

**Cuadro 4:** V2. Actitudes ante la alimentación- nivel de riesgo.

<b>Riesgo de Actitudes ante la alimentación</b>	
ALTO	20 a más
MEDIO	9 a 19
BAJO	0 a 8

Nota: cuestionario EAT-26.

## 2.6. Procedimiento para la recolección de datos.

La recolección de datos se llevó a cabo en la institución educativa Virgen Asunta durante los horarios regulares de clases de las estudiantes, utilizando los instrumentos designados y respetando los tiempos de aplicación.

El proceso se inició con la obtención de la lista de estudiantes por sección, quienes serían sometidos a las pruebas psicométricas. Posteriormente, se procedió a la entrega del asentimiento informado a los padres de familia y/o apoderados, ya sea de forma virtual o presencial, siendo este un paso esencial para asegurar la participación informada de los estudiantes en la investigación. Luego, se llevó a cabo la coordinación con los tutores de las aulas, estableciendo conjuntamente la fecha y el horario más adecuado para la aplicación de los instrumentos. En la fecha acordada, se administraron los instrumentos de medición de manera presencial a las estudiantes, asegurando así un entorno propicio para la recopilación de datos. Finalmente, se procedió a la recolección de las pruebas aplicadas. Estas fueron organizadas por grados académicos, facilitando el proceso de calificación y análisis.

## **2.7. Análisis de datos**

La información recopilada se sometió a un riguroso proceso de análisis utilizando herramientas como Microsoft Excel y el software estadístico SPSS. Se elaboró una base de datos que incluyó la revisión, codificación y tabulación de la información obtenida.

Para realizar un análisis exhaustivo, se llevó a cabo el análisis descriptivo y análisis inferencia, el análisis Descriptivo: Se calcularon estadísticas descriptivas para cada una de las variables de interés. Esto abarcó la estimación de la media, mediana y desviación estándar, lo que ofreció una perspectiva amplia sobre la distribución central y la variabilidad de los datos. Adicionalmente, se determinaron las frecuencias absolutas y porcentuales, lo que contribuyó a una caracterización más rica de las variables en el contexto de los objetivos planteados en el estudio. En el análisis Inferencial: Se aplicaron técnicas de estadística inferencial para discernir la relación entre las variables en cuestión. Se optó por el coeficiente de correlación de Spearman debido a su capacidad para medir la asociación entre dos variables de manera robusta, sin la necesidad de suponer normalidad en la distribución de los datos. Este análisis es clave para desentrañar las interrelaciones potenciales entre la inteligencia emocional y las actitudes relacionadas con la alimentación.

La adopción de este marco metodológico comprensivo garantiza la obtención de resultados fiables y coherentes, indispensables para afirmar la validez de las conclusiones y su relevancia dentro del ámbito investigativo.

### III. RESULTADOS

**Tabla 1:**

*Relación de inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación de las estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa Virgen Asunta Chachapoyas 2023.*

<i>INTELIGENCIA EMOCIONAL</i>		<i>ACTITUDES ANTE LA ALIMENTACION</i>			
		<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>	<b>Total</b>
Desarrollo bajo	fi	5	16	36	57
	%	2,6	8,4	18,8	29,8
Necesita mejorar	Fi	12	8	17	37
	%	6,3	4,2	8,9	19,4
Bien desarrollada	Fi	7	35	12	54
	%	3,7	18,3	6,3	28,3
Muy bien desarrollada	Fi	26	11	6	43
	%	13,6	5,8	3,1	22,5
<b>Total</b>	<b>Fi</b>	<b>50</b>	<b>70</b>	<b>71</b>	<b>191</b>
	<b>%</b>	<b>26,2</b>	<b>36,6</b>	<b>37,2</b>	<b>100,0</b>

Nota: Elaboración propia basado en los datos obtenidos por SPSS

En la tabla 1 se aprecia que, del 100% (191) de las estudiantes, el 2.6% (5) tienen un nivel de inteligencia bajo con bajo riesgo con sus actitudes ante la alimentación, el 8.4% (16) con nivel de riesgo medio y el 18.8% (36) con alto riesgo en actitudes ante la alimentación; el 6.3 % (12) tienen un nivel de inteligencia que necesita mejorar con bajo riesgo con sus actitudes ante la alimentación, el 4.2% (8) con nivel de riesgo medio y el 8.9% (17) con alto riesgo en actitudes ante la alimentación.

Por otro lado, el 3.7 (7) tienen un nivel de inteligencia bien desarrollada con bajo riesgo con sus actitudes ante la alimentación, el 18.3% (35) con nivel de riesgo medio y el 6.3% (12) con alto riesgo en actitudes ante la alimentación; y finalmente el 13.6% (26) presenta un nivel de inteligencia bien desarrollada con bajo riesgo con sus actitudes ante la alimentación, el 5.8% (70) con nivel de riesgo medio y el 3.1% (6) con alto riesgo en actitudes ante la alimentación.



La hipótesis se contrastó mediante la prueba no paramétrica del coeficiente de Spearman, que resultó en un valor de -0.442. Este coeficiente indica una relación inversa y moderada entre la inteligencia emocional y las actitudes ante la alimentación en las estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta en 2023.

**Tabla 2:**

*La inteligencia emocional y las actitudes ante la alimentación referente a la dieta en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.*

<i>Inteligencia Emocional</i>	<i>Dimensión dieta</i>					
	<i>Sin riesgo</i>		<i>Con riesgo</i>		<i>Total</i>	
	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
Desarrollo bajo	41	72	16	28	57	100
Necesita mejorar	32	86	5	14	37	100
Bien desarrollada	52	96	2	4	54	100
Muy bien desarrollada	40	93	3	7	43	100
<b>Total</b>	<b>165</b>	<b>86</b>	<b>26</b>	<b>14</b>	<b>191</b>	<b>100</b>

Nota: Elaboración propia basado en los datos obtenidos por SPSS

La tabla 02 se muestra una interrelación entre el nivel de inteligencia emocional y la dimensión dieta de actitudes ante la alimentación, específicamente el riesgo asociado a la dieta, de estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas en el año 2023. Se observa que, de un total de 191 estudiantes, aquellos con un desarrollo bajo de inteligencia emocional presentan un mayor porcentaje de riesgo en su actitud ante la alimentación (28%), comparativamente más bajo en aquellos con niveles de inteligencia emocional que necesitan mejorar (14%), y aún más reducido en estudiantes con inteligencia emocional bien desarrollada (4%) y muy bien desarrollada (7%). De manera acumulativa, el 86% de los estudiantes (n=165) no presentan riesgo en su actitud ante la alimentación, frente a un 14% (n=26) que sí lo hacen.

**Tabla 03:**

*La inteligencia emocional y la preocupación por la comida en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas - 2023*

Inteligencia Emocional	Dimensión Preocupación por la comida					
	Sin riesgo		Con riesgo		Total	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Desarrollo bajo	42	74	15	26	57	100
Necesita mejorar	32	86	5	14	37	100
Bien desarrollada	52	96	2	4	54	100
Muy bien desarrollada	40	93	3	7	43	100
Total	166	87	25	13	191	100

Nota: Elaboración propia basado en los datos obtenidos por SPSS

La tabla 03 Se centran en la relación entre el nivel de inteligencia emocional y la preocupación por la comida en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas en el año 2023. De los 191 estudiantes examinados, aquellos con un desarrollo bajo de inteligencia emocional muestran una mayor incidencia de riesgo relacionado con la comida (26%), mientras que los estudiantes con niveles de inteligencia emocional que necesitan mejorar presentan un riesgo del 14%. Los estudiantes con inteligencia emocional bien desarrollada y muy bien desarrollada exhiben un riesgo significativamente menor, del 4% y 7% respectivamente.

El análisis acumulativo revela que el 87% (n=166) de los estudiantes no presentan riesgo, en contraste con el 13% (n=25) que sí evidencian preocupación por la comida. Estos datos destacan una tendencia general en la cual una inteligencia emocional más desarrollada se asocia con menores niveles de preocupación por la alimentación.

La visualización gráfica complementa y clarifica estos hallazgos, representando la proporción de estudiantes sin y con riesgo en relación con su nivel de inteligencia emocional. Los resultados señalan la importancia de fomentar la inteligencia emocional como estrategia potencial para mitigar las preocupaciones alimentarias en la población.

**Tabla 04:**

*La inteligencia emocional y el control oral referente a la comida en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas - 2023*

<i>Inteligencia Emocional</i>	<i>Dimensión de Control Oral</i>					
	<i>Sin riesgo</i>		<i>Con riesgo</i>		<i>Total</i>	
	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
Desarrollo bajo	41	72	16	28	57	100
Necesita mejorar	35	95	2	5	37	100
Bien desarrollada	51	94	3	6	54	100
Muy bien desarrollada	41	95	2	5	43	100
<b>Total</b>	<b>168</b>	<b>88</b>	<b>23</b>	<b>12</b>	<b>191</b>	<b>100</b>

Nota: Elaboración propia basado en los datos obtenidos por SPSS

El conjunto de datos presentado en la tabla 04 y la figura 03 se ilustra la relación entre el nivel de inteligencia emocional y la dimensión de control oral en estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas - 2023. Según la muestra de 191 estudiantes, se observa que el riesgo relacionado con el control oral disminuye a medida que aumenta el nivel de inteligencia emocional.

De los estudiantes con un desarrollo bajo de inteligencia emocional, el 28% (n=16) presenta riesgo en la dimensión de control oral. En contraste, sólo un 5% (n=2) de los estudiantes que necesitan mejorar su inteligencia emocional y un 5% (n=2) de aquellos con un nivel muy bien desarrollado muestran riesgo. Los estudiantes con un nivel bien desarrollado de inteligencia emocional exhiben un leve incremento en el riesgo (6%, n=3).

En general, el 88% (n=168) de los estudiantes evaluados no presentan riesgo en la dimensión de control oral, mientras que un 12% (n=23) sí lo hacen. Estos datos sugieren una fuerte asociación entre la inteligencia emocional y el manejo del control oral, indicando que una mayor inteligencia emocional puede estar vinculada a una mejor regulación en los comportamientos relacionados con la alimentación.

### **Prueba de hipótesis y correlación:**

Ha: Existe relación significativa entre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.

Ho: No existe relación entre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.

### **Tabla 05:**

*Prueba de hipótesis y correlación*

<b>Medidas simétricas</b>	
Coefficiente de correlación de Rho de Spearman	-,442**
Sig. (bilateral)	,000
N	191

Nota: Elaboración propia basado en los datos obtenidos por SPSS

Después de utilizar el estadístico Rho Spearman se observa que hay un p valor calculado es de  $p=0,000$ , que es menor al  $0.05$  ( $0,000 < 0.05$ ), un significado de relación  $-,442$  por lo que se rechaza la hipótesis nula (No existe relación entre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.) y se acepta la hipótesis alterna. (Existe relación significativa entre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.)

#### IV. DISCUSIÓN

La adolescencia, es el período que oscila entre los 12 a 17 años, lapso en el que una persona afronta cambios biológicos, emocionales y sociales que al ser influenciada y no desarrollar un nivel de inteligencia adecuada pueden conllevar a la vulnerabilidad del adolescente hacia problemas mentales, entre ellos, aquellos relacionados con conductas alimentarias.

El presente estudio se desarrolló en adolescentes de la Institución Educativa “Virgen Asunta” en Chachapoyas, en los que se determinó que del 100% de participantes (191), En la tabla 01 se aprecia que, del 100% (191) de las estudiantes, el 2.6% (5) tienen un nivel de inteligencia bajo con bajo riesgo con sus actitudes ante la alimentación, el 8.4% (16) con nivel de riesgo medio y el 18.8% (36) con alto riesgo en actitudes ante la alimentación; el 6.3 % (12) tienen un nivel de inteligencia que necesita mejorar con bajo riesgo con sus actitudes ante la alimentación, el 4.2% (8) con nivel de riesgo medio y el 8.9% (17) con alto riesgo en actitudes ante la alimentación. Por otro lado, el 3.7 (7) tienen un nivel de inteligencia bien desarrollada con bajo riesgo con sus actitudes ante la alimentación, el 18.3% (35) con nivel de riesgo medio y el 6.3% (12) con alto riesgo en actitudes ante la alimentación; y finalmente el 13.6% (26) presenta un nivel de inteligencia bien desarrollada con bajo riesgo con sus actitudes ante la alimentación, el 5.8% (70) con nivel de riesgo medio y el 3.1% (6) con alto riesgo en actitudes ante la alimentación. En este sentido se aprobó la hipótesis alterna que menciona la existencia de relación significativa entre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación con un valor de  $p=0,000$ , al aplicar la prueba no paramétrica el coeficiente Spearman es de -0,442, lo que indica que la relación entre variables es inversa y su grado es moderada.

Los resultados obtenidos en este estudio están en concordancia con los de Urbón (2021), quien, en su investigación con 115 alumnos de la Universidad de Zaragoza, España, identificó una significativa correlación de 0.03 entre la inteligencia emocional y las actitudes hacia la alimentación. De manera similar, se observó una mayor prevalencia de un alto nivel de inteligencia emocional y un bajo riesgo en las actitudes ante la alimentación, abarcando un 74% de la muestra. En contraste, solo el 11.8% presentó un nivel estable, reflejando una tendencia entre los estudiantes a gestionar eficazmente sus emociones y la resolución de problemas. Específicamente, en el grupo de mujeres, se registraron puntuaciones significativas ( $t$ =valor  $t$  de Student) en la regulación emocional

en la dimensión interpersonal ( $p= 0.04$ ) y en la resolución de problemas ( $p= 0.003$ ). Urbón concluye que hay una relación inversamente proporcional entre la inteligencia emocional y el riesgo en la actitud hacia la alimentación, sugiriendo que un nivel bajo de inteligencia emocional incrementa la probabilidad de un riesgo ante la alimentación. Por otro lado, Melguizo et al. (2022) también abordaron la relación entre el índice de inteligencia emocional y el tipo de dieta en un estudio cuantitativo, correlacional y transversal con 293 participantes en España. Sus hallazgos indicaron que el 86% de los sujetos realizaban más de tres horas de actividad física semanal, el 57% seguían dietas mejorables y el 55% de los estudiantes exhibían una buena inteligencia emocional. Estos investigadores concluyeron que existe una relación palpable entre las variables estudiadas, demostrando la influencia de la inteligencia emocional en los hábitos ante la alimentación.

A diferencia de los hallazgos presentados en este estudio, Toasa (2021) comentan que no existe relación alguna entre ambas variables, concluyen que cada una de ellas opera de manera autónoma, es decir que no precisamente los alumnos con alta o baja inteligencia emocional generará niveles de riesgo en las actitudes ante la alimentación, sino que tienen que ver con otro factor: el entorno familiar, la publicidad, el nivel de autoestima.

May (2021) menciona que los factores que influyen en el contexto del entorno familiar, las conversaciones abiertas sobre emociones pueden ser fundamentales. Por ejemplo, cuando las familias fomentan un diálogo saludable sobre la alimentación y las emociones asociadas, los adolescentes pueden desarrollar una mayor conciencia emocional. Casos de familias que han adoptado prácticas alimentarias saludables y han promovido una relación positiva con la comida podrían respaldar la idea de que el entorno familiar influye en las actitudes ante la alimentación a través del desarrollo de habilidades de inteligencia emocional. En cuanto a la publicidad y Medios de Comunicación tomemos el ejemplo de campañas publicitarias que han perpetuado estándares poco realistas de belleza. Aquí, se podría argumentar que la inteligencia emocional actúa como un escudo contra los efectos negativos de tales mensajes. Estudios que demuestren cómo las habilidades de inteligencia emocional han ayudado a los adolescentes a discernir y gestionar emociones en respuesta a mensajes mediáticos negativos podrían respaldar esta afirmación. La conexión entre autoestima y decisiones alimentarias puede ilustrarse mediante casos concretos. Por ejemplo, relatos de individuos que experimentaron mejoras en su autoestima y cómo esto condujo a decisiones alimentarias más saludables.

Explorar cómo la autoestima influye en la percepción de las emociones relacionadas con la alimentación y cómo la inteligencia emocional puede intervenir para mejorar esa percepción podría ser fundamental. En este sentido, es necesario mencionar que la persona se guía por sus creencias, cogniciones y acciones conectadas con su entorno en el que se desenvuelven y mucho más en la etapa de la adolescencia.

Según Cofre y Rivadeneira (2022), Históricamente, se han registrado situaciones donde la inteligencia emocional ha actuado como un mediador efectivo. Casos en los que la educación en inteligencia emocional ha llevado a una toma de decisiones alimentarias más informada y equilibrada proporcionan ejemplos tangibles de cómo estas habilidades pueden influir en la relación entre el entorno familiar, la exposición a los medios y las actitudes ante la alimentación.

Según Gallardo (2022) cultivar la inteligencia emocional es fundamental para establecer y mantener una relación saludable y equilibrada con la comida. La inteligencia emocional es un componente esencial en la gestión de nuestras emociones y comportamientos, especialmente en relación con la alimentación. Esta habilidad psicológica nos dota de la capacidad para discernir y comprender nuestras emociones en el contexto de nuestras elecciones alimentarias, permitiéndonos descifrar las verdaderas razones detrás de nuestras preferencias y decisiones culinarias. Con una inteligencia emocional bien desarrollada, somos más aptos para reconocer las señales internas de hambre y saciedad, y cómo estas pueden estar influenciadas por estados emocionales específicos. Además, la inteligencia emocional es crucial en el desarrollo del autocontrol, proporcionándonos la facultad de elegir conscientemente qué comer y cuándo hacerlo, en lugar de ser impulsados por emociones transitorias o hábitos inconscientes.

En la Tabla 1 se desglosa la distribución de niveles de inteligencia emocional en una muestra completa de 191 estudiantes, revelando que el 29.84% (57 estudiantes) se clasificaron con un desarrollo bajo en inteligencia emocional, el 19.37% (37 estudiantes) con necesidad de mejora, el 28.27% (54 estudiantes) mostraron un nivel bien desarrollado y el 22.51% (43 estudiantes) alcanzaron un nivel muy bien desarrollado de inteligencia emocional.

Estos hallazgos son consistentes con la investigación realizada por Vargas (2021) en la región de Amazonas, donde se estudió una muestra de 31 alumnos y se descubrió que la mayoría, 25 de ellos, exhibieron una inteligencia emocional promedio, mientras que 2 y 4 alumnos se situaron en los rangos de inteligencia alta y baja, respectivamente. Vargas concluyó que la mayor parte de la muestra poseía una capacidad emocional adecuada. Paralelamente, Campos (2019) investigó la inteligencia emocional en un grupo de 50 sujetos mediante la aplicación del cuestionario de BarOn, encontrando que el 74% de los participantes presentaban un nivel de inteligencia emocional adecuado y el 26% un nivel alto. Este estudio también concluyó que la mayoría de los individuos mostraban un nivel satisfactorio de inteligencia emocional, un resultado que encuentra eco en los descubrimientos de la presente investigación.

La Tabla 1 presenta la clasificación del nivel de riesgo en actitudes ante la alimentación de una muestra de 191 estudiantes. De ellas, un 26.18% (50 estudiantes) mostraron un nivel de riesgo bajo, un 36.65% (70 estudiantes) un nivel medio, y un 37.17% (71 estudiantes) un nivel alto de riesgo en esta dimensión.

Los hallazgos son respaldados por la investigadora Sailema, (2020) quien encontró en un estudio realizado en España que el 84% de la población evaluada no presentaba riesgo de trastornos de conducta alimentaria, contrastando con el 16% que sí mostraba signos y factores de riesgo de padecer tales trastornos, considerando dimensiones como dieta, bulimia, preocupación por la comida y control oral. En este segmento, se identificaron 8 hombres y 39 mujeres con rasgos de riesgo.

Por su parte, Meléndez (2019) exploró los estilos de vida de adolescentes en la institución educativa Miguel Rubio de Chachapoyas, Amazonas, a través de un estudio cuantitativo utilizando la herramienta "El fantástico". De los 120 estudiantes participantes, se determinó que 110 llevaban un estilo de vida saludable y 10 no, abarcando dimensiones psicológicas, reconocimiento y manejo de emociones, dimensiones físicas y alimentarias, adopción de conductas de alimentación adecuadas y nutrición, y dimensiones sociales. La conclusión fue que la mayoría de los adolescentes mostraban un estilo de vida positivo y saludable.



## V. CONCLUSIONES

Se identificó que existe una correlación inversa significativa entre la inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación con un Rho de Spearman de -0.442 con un valor de  $p = .000$  en los estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de la institución educativa Virgen Asunta. Este hallazgo sugiere que niveles más altos de inteligencia emocional están asociados con actitudes más saludables hacia la alimentación.

El análisis del nivel de inteligencia emocional en la población estudiantil revela una distribución variada: un 29.84% se categoriza con un nivel bajo, un 19.37% necesita mejorar, un 28.27% muestra un nivel bien desarrollado, y un 22.51% presenta una inteligencia emocional muy bien desarrollada. Estos resultados indican una diversidad significativa en las capacidades emocionales dentro del grupo estudiado.

En cuanto a la actitud ante la alimentación, se observa que el 37.17% de los estudiantes presenta un alto riesgo, el 36.65% un riesgo medio, y el 26.18% un bajo riesgo. Esta distribución señala una prevalencia considerable de actitudes de riesgo hacia la alimentación en la muestra estudiada.

Al analizar se detectó una mayor prevalencia de actitud de alto riesgo hacia la alimentación en las estudiantes con niveles bajos de inteligencia emocional. Este hallazgo sugiere una tendencia preocupante que merece una atención especial en futuras investigaciones y en la implementación de estrategias de intervención.

## **VI. RECOMENDACIONES**

La Institución educativa Virgen Asunta debe planificar programas preventivos y promocionales con la finalidad de dar a conocer la importancia de la salud mental a nivel individual en las estudiantes.

Capacitar a los docentes en el manejo de temas relacionados a la inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación para que puedan identificar conductas de riesgo dentro de sus aulas.

Se sugiere formar un equipo de salud mental, de esta forma generar un repertorio e identificar casos para brindar el apoyo profesional en caso se requiera.

Gestionar la obtención y aplicación de pruebas psicológicas para tener un panorama más exacto de los problemas de salud mental que frecuentan los estudiantes.

Considerando que el comportamiento humano y los procesos cognitivos son importantes; fomentar charlas vivenciales relacionadas a la inteligencia emocional y actitudes que ponen en riesgo la salud mental con la finalidad de erradicar actitudes ante la alimentación dañinas y conductas insanas.

Fomentar la asistencia al área de psicopedagogía para fortalecer sus capacidades de afrontamiento ante las diversas situaciones que intenten dañar su bienestar emocional y mental.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ames, A. (2022). *Autoestima y desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes y adultos jóvenes*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad de Lima]. Lima: Universidad de Lima. Recuperado de <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/15830>
- Campos, G. (2019). *Tipos de inteligencia emocional de los docentes de la Institución Educativa San Juan de la Libertad, Chachapoyas - 2019*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza]. Amazonas: Repositorio UNTRM. Recuperado de <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/2043>
- Cofre, D. & Rivadeneira G. (2022). *La inteligencia emocional como estrategia de afrontamiento en adolescentes con problemas de ansiedad en centros de atención primaria durante la pandemia*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicología de la Universidad Politécnica Salesiana]. Ecuador: Repositorio Institucional de la Universidad Politécnica Salesiana / Tesis / Grado. Recuperado de <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/22060>
- Creswell, J. W. (2014). Research Design: "Técnicas de Investigación: Diseños Cualitativos, Cuantitativos y Mixtos" *cademy of Management Review*, 14(4), 532-550.
- Fernández, M. (2022). *Inteligencia emocional en adolescentes en tiempos de pandemia*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad de Jaén]. Jaén-Perú: Repositorio de Trabajos Académicos de la Universidad de Jaén. Recuperado de <https://tauja.ujaen.es/handle/10953.1/17156>
- Gallardo, C. (2022). *Inteligencia emocional según género en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Trujillo*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad

- Privada del Norte]. Trujillo: Repositorio de la Universidad Privada del Norte. Recuperado de <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30631>
- Hernández, M., et al. (2020). *La inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Docente de la Universidad de la Costa CUC]. Barranquilla. Recuperado de <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/7897>
- Hernández, R., et al. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ta ed.). México: Interamericana Editores, S.A. Recuperado de [https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_-\\_roberto\\_hernandez\\_sampieri.pdf](https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf)
- Jara, B. (2020). *Propiedades Psicométricas del Cuestionario Actitudes ante la Alimentación*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad Privada Antenor Orrego]. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego. Recuperado de [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6419/1/re\\_psicol\\_b\\_rigitte.jara\\_propiedades.psicometricas.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6419/1/re_psicol_b_rigitte.jara_propiedades.psicometricas.pdf)
- Jordana, O. (2022). *¿Cómo podemos prevenir problemas de imagen corporal y alimentación en adolescentes? Eficacia de un programa*. [Tesis de Postgrado para obtener el título doctor de Psicólogo clínico y de la salud de la Universidad Autónoma de Barcelona]. España: Universidad Autónoma de Barcelona. Recuperado de <https://www.tdx.cat/handle/10803/675901>
- Lelkes, K. (2020). *Relación entre la inteligencia emocional y conductas de riesgo en adolescentes de dos escuelas públicas de Lima Metropolitana*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad de Lima]. Lima - Perú: Universidad de Lima. Recuperado de <http://doi.org/10.26439/ulima.tesis/10603>
- May, M (2021) *El placer de comer bien: una guía práctica para transformar su relación con la comida, superar la alimentación emocional y lograr resultados duradero*. Libro california – EE.UU Lybrary app.

- MeléndeZ, M. (2019). *Estilos de vida en los adolescentes de la institución educativa Miguel Rubio Chachapoyas 2019*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza]. Amazonas: Repositorio UNTRM. Recuperado de <https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14077/2079/Meleendez%20Cubas%20Mariela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Melguizo, E., et al. (2022). *Niveles de adherencia a la dieta mediterránea e inteligencia emocional en estudiantes del tercer ciclo de educación primaria de la provincia de Granada*. Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física, [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Docente de la Universidad de Granada]. España. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/82997/62626>
- Ruiz, A. (2020). *Prevención de trastornos alimentarios en jóvenes basada en factores de riesgo y protección*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad Autónoma del Estado de México]. México: Recuperado de <http://148.215.1.182/bitstream/handle/20.500.11799/108955/PrevencionTrastornosAlimentarios.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sailema A. (2020). *La Inteligencia Emocional y los Trastornos Alimenticios*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad Técnica de Ambato]. Ecuador. Recuperado de <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/31588>
- Toasa, C. (2021). *La Inteligencia Emocional y actitudes alimentarias en los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía de la facultad de ciencias humanas y la educación de la Universidad Técnica de Abanto*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad Técnica de Abanto Autónoma del Estado de México]. Ecuador. Recuperado de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/32842/1/ok%20Tesis%20Cristina%20Toasa-convertido-signed.pdf>

- Urbón, E. (2020). *Inteligencia emocional y comportamientos alimentarios en estudiantes de la facultad de educación de la Universidad de Zaragoza*. España: Universidad de Zaragoza. Recuperado de [https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/14121/1/0214-9877\\_2021\\_2\\_2\\_71.pdf](https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/14121/1/0214-9877_2021_2_2_71.pdf)
- Vargas, L. (2021). *Inteligencia emocional en escolares con problemas de aprendizaje, Institución Educativa Primaria Luis German Mendoza, Pizarro, Lamud 2021*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza]. Amazonas: Repositorio UNTRM. Recuperado de <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/2868>
- Villanes, I. (2020). *Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de un colegio estatal en Lima Metropolitana*. [Tesis de Pregrado para obtener el título profesional de Psicólogo de la Universidad Ricardo Palma]. Lima: [https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/2659/T030\\_72839920\\_T%20%20%20IDA%20PIERINA%20VILLANES%20ARIAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/2659/T030_72839920_T%20%20%20IDA%20PIERINA%20VILLANES%20ARIAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

# **ANEXOS**

**ANEXO 1.**

**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

Inteligencia emocional y actitudes alimentarias en la institución educativa Virgen Asunta, Chachapoyas – 2023.

<b>Problema</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variables</b>	<b>Marco metodológico</b>
<p><b>Problema principal</b> ¿Cuál es la relación entre la Inteligencia Emocional y las actitudes alimentarias en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas - 2023?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Establecer la relación existente entre la Inteligencia Emocional y las actitudes alimentarias en estudiantes del cuarto y quinto grado en secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta, Chachapoyas 2023.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar la relación entre inteligencia emocional y la dimensión dieta de las actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la</li> </ul>	<p><b>Ha:</b> Existe relación significativa entre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto quinto secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.</p> <p><b>Ho:</b> No existe relación entre inteligencia emocional y actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y</p>	<p><b>Variable 1.</b> Inteligencia emocional</p> <p><b>Variable 2.</b> Actitudes ante la alimentación.</p>	<p><b>Tipo de estudio</b> La presente investigación es de enfoque cuantitativo, el diseño es no experimental, transversal y del nivel correlacional.</p> <p><b>Muestra</b> La muestra será constituida por 210 alumnas matriculadas en cuarto y quinto grado de nivel secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta 2023.</p>



	<p>Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas- 2023</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar la relación entre inteligencia emocional y la dimensión preocupación por la comida de las actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas- 2023</li> <li>• Identificar la relación entre inteligencia emocional y la dimensión control oral de las actitudes ante la alimentación en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas- 2023</li> </ul>	<p>quinto secundaria de la Institución Educativa Virgen Asunta de Chachapoyas – 2023.</p>		<p><b>Instrumento</b></p> <p><b>Variable 1.</b> Test de Bar-On ICE: NA abreviada.</p> <p><b>Variable 2.</b> Cuestionario de Actitudes ante la alimentación (EAT-26)</p> <p><b>Análisis de los datos</b> La información final será procesada en el SPSS y Excel.</p>
--	--	---	--	---

**ANEXO 2.**

**OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE.**

Inteligencia emocional y actitudes alimentarias en la institución educativa Virgen Asunta, Chachapoyas – 2023

<b>Variable</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Índices</b>	<b>Valores</b>	<b>Escala</b>
<b>INTELIGENCIA EMOCIONAL.</b> Ruiz (2020) Menciona que la inteligencia emocional es innata y se desarrolla de diferentes maneras en cada persona, por las capacidades independientes y las diferentes aptitudes que posee cada individuo. Teniendo la capacidad para actuar con un propósito determinado, pensar en forma racional, el cual ayudará a resolver las dificultades de forma	Inventario emocional de BarOn ICE:NA	<b>Intrapersonal.</b> Este componente considera una evaluación del interior de cada persona.	- Comprensión emocional de sí mismo. - Asertividad - Autoconcepto - Autorrealización - Independencia	2, 6, 12, 14, 21 y 26	Desarrollo bajo.  Necesita mejorar.	30- 69  70-89	Medición Ordinal
		<b>Interpersonal</b> Abraca habilidades para la interacción recíproca y el buen desempeño a nivel de socialización.	- Empatía - Relaciones interpersonales - Responsabilidad social	1, 4, 18, 23, 28 y 30	Bien desarrollada	90-109	
		<b>Manejo del estrés</b> Generalmente se muestran con las	- Tolerancia al estrés - Control de los impulsos	5, 8, 9, 17, 27 y 29	Muy bien desarrollada	110- 120	

pacífica, eficaz y por lo tanto proporcionará un bienestar en la persona.	siguientes actitudes: son calmadas y bajo presión su rendimiento es bueno, rara vez se muestran impulsivas y responden sin estallidos emocionales frente a eventos estresantes.					
	<b>Adaptabilidad</b> capacidad que posee la persona de adecuarse y apreciar las exigencias que le plantea su propio entorno evaluando de manera eficaz situaciones de conflicto.	- Solución de problemas. - Prueba de la realidad. - Flexibilidad	10, 13, 16, 19, 22 y 24			
	<b>Impresión positiva.</b> Es el intento que	- Ego sobrevalorado	3, 7, 11, 15, 20 y			

		realiza una persona por querer impresionar de manera positiva y exagerada de sí mismas.		25			
<b>ACTITUDES ALIMENTARIAS</b> Ruiz (2020) Menciona que las Actitudes relacionadas al consumo de alimentos como la inhibición o el deseo intenso por consumir un determinado alimento. Este deseo irresistible es tan intenso y prolongado que la persona puede perder el control sobre su conducta alimentaria, haciendo modificaciones en su alimentación que ponen	Cuestionario de Actitudes ante la alimentación (EAT-26)	<b>Dieta.</b> Rechazo a continuar con su propio peso corporal, miedo intenso a subir de peso. Es de tipo restrictivo.		1,6,7,10, 11,12,14, 16,17,22, 23,24 y 25.	Total: Alto Medio Bajo	20 a más 9 a 19 0 a 8	Medición Ordinal
		<b>Preocupación por la comida.</b> Cuadros de reiterativos de ingesta inmoderada de comida acompañada por una excesiva preocupación por controlar el peso corporal.		3,4,9,18, 21, Y 26.	Dieta: Con riesgo Sin riesgo  Preocupación por la comida:	16 a 39 0 a 15	

en riesgo su salud.		<p><b>Control oral.</b> se manifiesta a nivel conductual y aspectos internos. Es la percepción del temor a engordar y por conservar el peso autoexigido en función a un prototipo de belleza establecido.</p>		2,5,8,13, 15,19 Y 20.	<p>Con riesgo Sin riesgo Control oral: Con riesgo Sin riesgo</p>	<p>7 a 18 0 a 6 10 a 21 0 a 9</p>	
---------------------	--	---	--	-----------------------	--	---	--



### ANEXO 3.

#### ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UNA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA



Yo.....identificado(a)  
con DNI N°....., representando a mi menor hija  
..... declaro haber sido informado(a) por Lesli  
Elvith Caro Rodríguez, estudiante de psicología de la Universidad Nacional Toribio  
Rodríguez de Mendoza de Amazonas, quien está realizando un trabajo de  
investigación titulado “Inteligencia Emocional y Actitudes Alimentarias en  
estudiantes de secundaria, Institución Educativa Virgen Asunta, Chachapoyas 2023”  
el cual tienen como objetivo principal: Establecer la relación entre la Inteligencia  
Emocional y las actitudes alimentarias en estudiantes del cuarto y quinto grado en  
nivel secundario de la Institución Educativa Virgen Asunta, es por eso que:

Consiento libre y voluntariamente que la investigadora Lesli Elvith Caro Rodríguez,  
aplique el test titulado “Test de Bar-On” y “Actitudes ante la alimentación (EAT-26)”  
asimismo que utilice la información que le otorgue mi menor hija para sus fines  
pertinentes.

---

Firma

## **ANEXO 4.**

### **ACTITUDES ANTE LA ALIMENTACIÓN.**

#### **FICHA TÉCNICA**

Nombre: Escala de Actitudes ante la Alimentación (EAT – 26)

Autores: Garner y Garfinkel

Adaptación española: Nelly Urquiza (2005)

#### **DESCRIPCIÓN**

Tipo de instrumento: Cuestionario

Objetivos: Detecta personas con riesgo de padecer un trastorno alimentario

Población: Jóvenes y adolescentes de ambos sexos

Número de ítems: 26

Subescalas: Dieta, preocupación por la comida y control oral.

Confiabilidad: Buena coeficientes de alfa de Cronbach es de 0.86

Validez: Buena Alfa de Cronbach de 0.89

APLICACIÓN: Tiempo de administración: 10 – 15 minutos

Normas de aplicación: La persona debe calificar las afirmaciones que contienen los ítems en una escala de frecuencia con cinco alternativas que van de “nunca” a “siempre”

Corrección e interpretación: La puntuación total del EAT-26 es la suma de los 26 ítems. Puntúan 3, 2, 1, 0, 0 en la dirección positiva (“Siempre” = 3, “Casi Siempre” = 2, “A veces” = 1, “Casi nunca” = 0, “nunca” = 0). Únicamente el ítem 25 se puntúa de una manera opuesta, puntuando 0, 0, 1, 2, 3 (“nunca” = 3, “Casi nunca” = 2, “A veces” = 1, “Casi siempre” = 0, “Siempre” = 0). Los puntajes de clasificación son: bajo riesgo 0 a 8; mediano riesgo 9 a 19; alto riesgo 20 a más.

Dieta: 1, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 22, 23, 24, 25.

Preocupación por la comida: 3, 4, 9, 18, 21, 26.

Control oral: 2, 5, 8, 13, 15, 19, 20



**ANEXO 5.**

**CUESTIONARIO DE ACTITUDES ANTE LA ALIMENTACIÓN**

**(EAT-26)**

(Jara Brigitte 2020)

Nombre (iniciales): \_\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_\_ Sección \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES:** A continuación, se le presenta 26 ítems, lea pausadamente y según la escala de valoración marque con una (X) la que más se acomoda a Ud. Considere que dicha actitud sea hace 3 meses hasta la fecha.

S	CS	AV	CN	N
Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca

N°	ACTITUD	S	CS	AV	CN	N
1	Me angustia la idea de estar demasiado gordo/a					
2	Procuro no comer cuando tengo hambre.					
3	La comida es para mí una preocupación habitual.					
4	He sufrido crisis de atracones en las que tenía la sensación de no poder parar de comer.					
5	Corto mis alimentos en trozos pequeños.					
6	Conozco la cantidad de calorías de los alimentos que como.					
7	Procuro no comer alimentos que contengan muchos carbohidratos (pan, arroz, papas, etc.)					
8	Tengo la impresión de que a los demás les gustaría verme comer más.					
9	Vomito después de comer.					
10	Me siento muy culpable después de comer.					
11	Me obsesiona el deseo de estar más delgada.					
12	Cuando hago deporte pienso sobre todo en quemar calorías.					



13	Los demás piensan que estoy demasiado delgada.					
14	Me preocupa la idea de tener zonas gordas en el cuerpo y/o de celulitis.					
15	Tardo más tiempo que los demás en comer.					
16	Procuro no comer alimentos que tengan azúcar.					
17	Como alimentos dietéticos.					
18	Tengo la impresión de que mi vida gira alrededor de la comida.					
19	Tengo un buen autocontrol en lo que se refiere a la comida.					
20	Tengo la sensación de que los demás me presionan para que coma más.					
21	Paso demasiado tiempo pensando en comida.					
22	No me siento bien después de haber comido dulces.					
23	Estoy haciendo dieta.					
24	Me gusta tener el estómago vacío.					
25	Me gusta probar platos nuevos, platos sabrosos y ricos en calorías.					
26	Después de las comidas tengo el impulso de vomitar.					

## ***ANEXO 6***

### ***INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE BARON ICE - NA***

#### **FICHA TÉCNICA**

Nombre original: Eqi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory

Significación: Evaluación de las habilidades emocionales y sociales

Autor: Reuven Bar-On

Procedencia: Toronto- Canadá

Adaptación Peruana: Nelly Ugarriza Chávez

Tipificación: Baremos peruanos

Aplicación: Niños y adolescentes entre 7 y 18 años.

Duración: Sin límite de tiempo (Forma abreviada entre 10 a 15 minutos)

Confiabilidad: Buena coeficientes de alfa de Cronbach es de 0.87

Validez: Buena Alfa de Cronbach de 0.88

Descripción de la prueba

El inventario cuenta con 30 ítems, cuyas alternativas de respuesta son: (1) Muy rara vez (2) Rara vez (3) A menudo (4) Muy a menudo, utilizando una escala tipo Likert de cuatro puntos. Así mismo cuenta también con componentes: Intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés, inteligencia emocional total e impresión positiva. A continuación, se presenta de manera detallada.

**Intrapersonal:** Este componente considera una evaluación del interior de cada persona.

**Interpersonal:** Abraca habilidades para la interacción recíproca y el buen desempeño a nivel de socialización.

**Adaptabilidad:** capacidad que posee la persona de adecuarse y apreciar las exigencias que le plantea su propio entorno evaluando de manera eficaz situaciones de conflicto.

**Manejo del estrés:** son calmadas y bajo presión su rendimiento es bueno, rara vez se muestran impulsivas.

**Impresión positiva:** Es el intento que realiza una persona por querer impresionar de manera positiva y exagerada de sí mismas.



## ANEXO 7.

### INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL BARON ICE. NA ABREVIADA

(Nelly Urquiza 2005)

Nombre(iniciales): \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_

Sección \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ fecha: \_\_\_\_\_ Procedencia \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES:** A continuación, se te muestran 30 afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. Ten en cuenta que no existen respuestas acertadas ni erradas.

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

N°	Afirmaciones	1	2	3	4
1	Me importa lo que les sucede a las personas.				
2	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.				
3	Me gustan todas las personas que conozco.				
4	Soy capaz de respetar a los demás.				
5	Me molesto demasiado de cualquier cosa.				
6	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.				
7	Pienso bien de todas las personas.				
8	Peleo con la gente.				
9	Tengo mal genio.				
10	Puedo comprender preguntas difíciles.				
11	Nada me molesta.				
12	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.				
13	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.				
14	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.				
15	Debo decir siempre la verdad.				
16	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.				
17	Me molesto fácilmente.				

18	Me agrada hacer cosas para los demás.				
19	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.				
20	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.				
21	Para mí es fácil decirles a las personas cómo me siento.				
22	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.				
23	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.				
24	Soy bueno (a) resolviendo problemas.				
25	No tengo días malos.				
26	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.				
27	Me fastidio fácilmente.				
28	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.				
29	Cuando me molesto actúo sin pensar.				
30	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.				

## ANEXO 8.

### AUTORIZACIÓN PARA EJECUCIÓN DEL PROYECTO DE TESIS



#### Facultad de Ciencias de la Salud

#### RESOLUCIÓN DE DECANATO N°046-2023-UNTRM-VRAC/FACISA

Que, con Resolución de Asamblea Universitaria N° 006-2022-UNTRM/AU, de fecha 30 de Setiembre del 2022, reconocen al **Dr. Yshoner Antonio Silva Díaz**, como Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, por el período del 23 de septiembre de 2022 hasta el 22 de septiembre de 2026, acorde al literal b del artículo 21 del Estatuto Institucional;

Que, estando a las consideraciones expuestas y las atribuciones conferidas al Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas;

#### SE RESUELVE:

**ARTÍCULO PRIMERO.** - **APROBAR** por unanimidad el proyecto de tesis titulado: "**Inteligencia emocional y actitudes alimentarias en la Institución Educativa Virgen Asunta, Chachapoyas - 2023**", presentado por la tesista de Psicología **CARO RODRIGUEZ LESLI ELVITH**.

**ARTÍCULO SEGUNDO.** - **NOTIFICAR** la presente Resolución, a los estamentos internos de la Facultad e interesados, de forma y modo de Ley para conocimiento y fines.



REGISTRO FACISA  
Ejecución  
Inicio  
Fin  
Observaciones  
Firma  
Fecha