

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE SALUD

Escuela Profesional de Nutrición Humana



**Adaptar y validar un Cuestionario corto de Autoeficacia alimentaria
(Weight Efficacy Lifestyle Questionnaire: WEL -SF) en estudiantes
universitarios peruanos de una universidad privada, 2023**

Tesis para obtener el Título Profesional de Nutrición Humana

Autores:

Giancarlo Mesias Laura Calderon
Jessica Yanett Ñahui Ramos

Asesora:

Mg. Raquel Chilón Llico

Lima, Junio del 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Raquel Chilón Llico, docente de la Facultad de Salud, Escuela Profesional de Nutrición Humana, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Adaptar y validar un Cuestionario corto de Autoeficacia alimentaria (Weight Efficacy Lifestyle Questionnaire: WEL -SF) en estudiantes universitarios peruanos de una universidad privada, 2023”** de los autores es Giancarlo Mesias Laura Calderon y Jessica Yanett Ñahui Ramos tiene un índice de similitud de 7% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 14 días del mes de Junio del año 2024.



Raquel Chilón Llico

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Ñaña 20 días del mes de mayo del año 2024 siendo las 15.00 pm horas se reunieron los miembros del Jurado en la Universidad Peruana Unión, bajo la dirección del (de la) **Presidente(a): Mg. Mery Rodríguez Vásquez, Secretario: Mg. Bertha Chanducas Lozano, Vocal: Mg. María Miranda Flores y Mg. Yaquelin Eveling Callzaya Milla** y el(la) **Asesor(a): Mg Raquel Chillón Llco** con el propósito de administrar el acto académico de sustentación del trabajo de Investigación titulado: "Adaptar y validar un Cuestionario corto de Autoeficacia alimentaria (Weight Efficacy Lifestyle Questionnaire: WEL-SF) en estudiantes universitarios peruanos de una universidad privada, 2023". De la (los) egresada (os): a) **Bach. Jessica Yanett Nahul Ramos** b) **Glan Carlo Mesías Laura Calderón**, conducente a la obtención de título profesional de licenciada en Nutrición Humana.

La presidenta inició el acto académico de sustentación invitando a los candidatos hacer uso del tiempo determinado para su exposición, concluida la exposición el presidente invito a los demás miembros del Jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por los candidatos. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del Jurado.

Posteriormente, el Jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

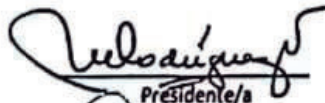
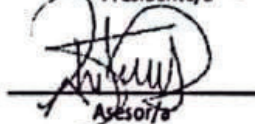
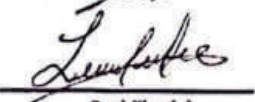
Candidato/(a): **Bach. Jessica Yanett Nahul Ramos**

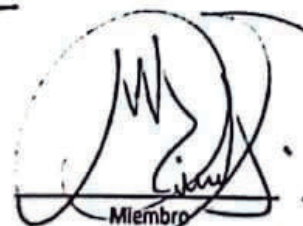
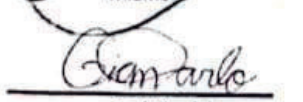
CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	17	B+	Con nominación de muy bueno	Sobresaliente

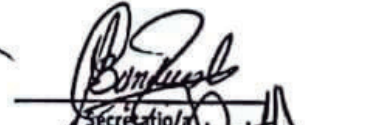

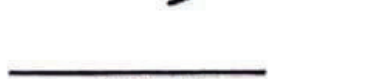
Candidato/(a): **Bach. Glan Carlo Mesías Laura Calderón**

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	15	B-	Con nominación de bueno	Muy bueno

Finalmente, la presidenta del Jurado invitó a los candidatos para recibir la evaluación final y concluir el acto de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.


 Presidente/a

 Asesor/a

 Bachiller (a)


 Miembro

 Bachiller (a)


 Secretario/a

 Miembro

 Bachiller (a)

INDICE:

1. Resumen
2. Introducción
3. Métodos
 - 3.1 Diseño y Participantes
 - 3.2 Instrumentos
 - 3.3 Procedimiento
 - 3.4 Análisis de datos
4. Resultados
 - 4.1 Estadísticos descriptivos de los ítems
 - 4.2 Análisis Factorial Confirmatorio y Confiabilidad
 - 4.3 Invarianza
5. Discusión
6. Implicancias
7. Limitaciones
8. Conclusión
9. Referencias Bibliográficas
10. Figuras y Tablas
11. Anexos

Adaptar y validar un Cuestionario corto de Autoeficacia alimentaria (Weight Efficacy Lifestyle Questionnaire: WEL -SF) en estudiantes universitarios peruanos de una universidad privada, 2023

Adapt and validate a short Food Self-Efficacy Questionnaire (Weight Efficacy Lifestyle Questionnaire: WEL -SF) in Peruvian university students from a private university, 2023

Resumen

Antecedentes: La autoeficacia, definida como la creencia en la capacidad para ejecutar comportamientos necesarios en contextos desafiantes, es un predictor clave del comportamiento humano, especialmente en la alimentación saludable. En Perú, la relevancia de este constructo se acentúa debido a la epidemia de sobrepeso y obesidad, exacerbada por la pandemia de COVID-19. Las herramientas psicométricas como la Eating Self-Efficacy Scale (ESES) y sus derivados han sido fundamentales para evaluar la autoeficacia alimentaria. Sin embargo, la necesidad de instrumentos adaptados cultural y lingüísticamente en el contexto peruano es imperativa. **Objetivo:** Traducir y validar la escala corta Weight Efficacy Lifestyle Questionnaire (WEL-SF) para su uso entre estudiantes universitarios en Perú. **Métodos:** Se reclutó una muestra de 409 estudiantes universitarios con edades entre los 18 y 32 años ($M=20.22$, $DS=2.6$). La adaptación del WEL-SF al español siguió un método establecido de adaptación cultural, culminando en una versión final en español denominada WEL-SFS. Se emplearon el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) y pruebas de invarianza para evaluar la estructura factorial y la consistencia interna de la escala. **Resultados:** El AFC indicó un excelente ajuste del modelo unidimensional propuesto para la WEL-SFS. La invarianza de medida entre géneros demostró un buen ajuste en la configuración y métrica. Los coeficientes de fiabilidad, incluidos el alfa de Cronbach y el omega de McDonald, fueron robustos (0.87), indicando alta confiabilidad. **Conclusiones:** La WEL-SFS es una herramienta válida y confiable para evaluar la autoeficacia alimentaria en estudiantes universitarios e invariante entre géneros. La escala es adecuada para comparaciones de autoeficacia alimentaria.

Abstract

Background: Self-efficacy, defined as the belief in one's ability to execute behaviors necessary in challenging contexts, is a key predictor of human behavior, particularly in healthy eating. In Peru, the relevance of this construct is heightened due to the overweight and obesity epidemic, exacerbated by the COVID-19 pandemic. Psychometric tools such as the Eating Self-Efficacy Scale (ESES) and its derivatives have been crucial for assessing food self-efficacy. Nevertheless, there is an imperative need for instruments that are culturally and linguistically adapted to the Peruvian context. **Objective:** To translate and validate the short form of the Weight Efficacy Lifestyle Questionnaire (WEL-SF) for use among university students in Peru. **Methods:** A sample of 409 university students aged between 18 and 32 years ($M=20.22$, $SD=2.6$) was recruited. The adaptation of the WEL-SF to Spanish followed an established method of cultural adaptation, resulting in a final Spanish version named WEL-SFS. Confirmatory Factor Analysis (CFA) and invariance tests were used to assess the factor structure and internal consistency of the scale. **Results:** The CFA indicated an excellent fit of the proposed unidimensional model for the WEL-SFS. Measurement invariance across genders showed good fit in configuration and metric. Reliability coefficients, including Cronbach's alpha and McDonald's omega, were robust (0.87), indicating high reliability. **Conclusions:** The WEL-SFS is a valid and reliable tool for assessing food self-efficacy among university students and invariant across genders, making the scale suitable for comparisons of food self-efficacy.

Palabras clave: Alimentación, Autoeficacia, Universidad, Estudiantes, Alimentación, Comportamiento.

Keywords: Food, Self-Efficacy, University, Students, Eating, Behavior.