



Efectos de un Programa educativo en las prácticas  
alimentarias de madres de familia del Comedor El Arca  
de Noé- 5<sup>ta</sup> Zona de Collique- Comas, 2014

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

Magister en educación con mención en docencia y  
Gestión educativa

**AUTOR:**

Br. Maria Angelica De La Cruz Ruiz

**ASESOR:**

Dr. Miguel Angel Giraldo Quispe

**SECCIÓN**

Educación e Idiomas

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Innovación Pedagógica

**PERÚ - 2015**

Página del Jurado

---

**Presidente**  
Dr. Ángel Salvia tierra Melgar

---

**Secretario**  
Mgtr. Oriana Rivera Lozada

---

**Vocal**  
Dr. Miguel Ángel Giraldo Quispe

## **Dedicatoria**

*A Dios por darme fortaleza y sabiduría para poder realizar mi tesis con éxito. A mi madre, por su gran amor y dedicación hacia mí. A mi esposo Gustavo a mis hijos Jeffrey y Rodrigo, a mis queridos hermanos Mónica y Daniel que sin su aliento no sería posible terminar mi sueño, a Giovanni Ocupa por su apoyo incondicional.....gracias*

## **Agradecimiento**

- *A la Escuela de pos grado de la Universidad César Vallejo, quienes aportaron sus conocimientos y experiencias a lo largo de*
- *A mi Asesor Dr. Miguel Angel Giraldo Quispe por su dedicación, paciencia y orientación tan acertada, que hizo posible culminar con éxito este trabajo.*
- *A la Sra. Vilma Bautista presidente del comedor El Arca de Noé y a todas las mamitas que me ayudaron en este gran experiencia y contribuyeron con éxito al desarrollo de mi trabajo.*

## DECLARACIÓN JURADA

Yo, Maria Angelica De La Cruz Ruiz, estudiante del Programa de Maestría en Educación con Mención en docencia y gestión educativa de la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, identificado(a) con DNI 09971042, con la tesis titulada “Efectos de un Programa educativo en las prácticas alimentarias de madres de familia del Comedor El Arca de Noé- 5<sup>ta</sup> Zona de Collique- Comas, 2014”

Declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi autoría
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido autoplagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Lugar y fecha .....

Firma.....

Nombres y apellidos: Maria Angelica De La Cruz Ruiz

DNI: 09971042

## **Presentación**

### **Señores miembros del jurado:**

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo presento ante usted la Tesis titulada Efectos de un Programa educativo en las prácticas alimentarias de madres de familia del Comedor El Arca de Noé- 5<sup>ta</sup> Zona de Collique- Comas, 2014, la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el título Profesional de Magister en Educación con mención en docencia y gestión administrativa.

Maria Angelica De La Cruz Ruiz

## ÍNDICE

	Página
PÁGINAS PRELIMINARES	
Página del Jurado	li
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de jurado	v
Presentación	vi
Índice	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	x
I. INTRODUCCIÓN	11
1.1 Antecedentes	12
1.2 Marco Teórico	18
1.3 Justificación	28
1.4 Problema	29
1.4.1 Realidad Problemática	29
1.4.2 Formulación del problema	31
1.5 Hipótesis	32
1.6 Objetivos	33
II MARCO METODOLÓGICO	34
2.1 Variables	35
2.2 Metodología	37
2.3 Tipo de estudio	37
2.4 Diseño de investigación	37
2.5 Población, muestra y muestreo	38
2.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	39
2.7 Método de análisis de datos	40
2.8 Consideraciones éticas	41
III RESULTADOS	42
IV DISCUSIÓN	48
V CONCLUSIONES	54
VI RECOMENDACIONES	57
VII REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.	59
ANEXOS	

## Lista de tablas

		<b>Página</b>
Tabla 1	Operacionalización de la variable programa educativo	36
Tabla 2	Operacionalización de la variable practicas alimentarias	36
Tabla 3	Validación de juicios de expertos	40
Tabla 4	Prueba de normalidad de los datos	43
Tabla 5	<i>Prueba de homogeneidad de varianza de los datos</i>	43
Tabla 6	Efectos de un programa educativo en las prácticas alimentarias de madres de familia del comedor el Arca de Noé- 5 <sup>ta</sup> zona de Collique- comas. 2014	44
Tabla 7	Efectos de las prácticas alimentarias en el pre test en el grupo experimental y en el grupo control en madres de familia del comedor El Arca de Noé 5 <sup>ta</sup> Zona de Collique- Comas.	45
Tabla 8	Efectos de las practicas alimentarias en el post test en el grupo experimental y en el grupo control en madres de familia del comedor El Arca de Noé 5 <sup>ta</sup> Zona de Collique- Comas	46
Tabla 9	Comparar las prácticas alimentarias en el grupo experimental con el grupo control según las dimensiones selección, conservación e higiene y manipulación de alimentos en madres de familia del comedor El Arca de Noé 5 <sup>ta</sup> Zona de Collique- Comas.	47

## RESUMEN

El objetivo Determinar los efectos de un programa educativo en las prácticas alimentarias de madres de familia en 2 grupos experimental y control. Diseño de estudio cuasi experimental en una población total de 30 madres, se aplicó un cuestionario para el pre test y post test en ambos grupos, Análisis de los datos fueron tabulados por el paquete estadístico SPSS v20; Resultados, El puntaje promedio de prácticas, antes del programa educativo en el grupo control fue 15,73 mientras que después del programa educativo disminuyo en 12,47. En cuanto al grupo experimental fue 15,13 mientras que después del programa educativo aumento a 18,13 siendo la media 5,66 entonces se puede deducir que existe un efecto significativo en el grupo experimental, por ello se acepta la hipótesis general de estudio.

En la prueba t student la significancia es ,867 entonces se acepta la  $H_0$  por lo tanto hay igualdad en ambos grupos. Concluyendo que no existe diferencia significativa en las prácticas alimentarias entre el grupo control y el grupo experimental.

Palabras Claves: Programa Educativo, practicas Alimentarias, Madres de familia de comedor popular.

## **ABSTRACT**

The aim To determine the effects of an educational program in the family mothers' food practices in 2 groups experimentally and control. Design of study cuasi experimental in a total population of 30 mothers, a questionnaire applied to itself for the pre test and post test in both groups, Analyses of the information were tabulated by the statistical package SPSS v20; Results, The average puntaje of practices, before the educational program in the group control was 15,73 whereas after the educational program I diminish in 12.47. As for the experimental group it was 15,13 whereas after the educational program I increase 18,13, being the average 5,66 at the time it is possible to deduce that a significant effect exists in the experimental group, by it the general hypothesis of study is accepted. In the test t student the significancia is, 867 then the Ho is accepted therefore there is equality in both groups. Concluding that significant difference does not exist in the food practices between the group control and the experimental group.

Keywords: Educational Program, Food practices, Mothers popular family dining.