



**ESCUELA DE POSGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**“Importancia del valor nutritivo del alimento de la  
quinua para un adecuado desarrollo físico y mental de  
los estudiantes del primer grado de educación  
secundaria del distrito de Acora-2014”**

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

Maestra en psicología Educativa

**AUTORA:**

Bach. LUZ MARY VARGAS CASTILLO

**ASESOR:**

Dr. FOTUNATO NUÑEZ RODRIGUEZ

**SECCIÓN:**

MAESTRÍA EN PSICOLOGIA EDUCATIVA

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

CUALITATIVO

**TRUJILLO - PERÚ  
2018**

**PÁGINA DEL JURADO**

## **DEDICATORIA.**

A mis recordados padres Ana y Rosendo que E.P.D, a mi esposo Juan y mis queridos hijos John, Ximena Y Edson, quienes siempre me han alentado día a día con su apoyo en todo momento . Es por ello son fuente de mi inspiración y superación profesional.

**LUZ MARY VARGAS**

## **AGRADECIMIENTO.**

Brindo mis sinceros agradecimientos a la Escuela de Post Grado de la Universidad Cesar Vallejo por darme la oportunidad de poder llenarme de Conocimientos y Superación Profesional, así como al profesorado por su valiosa y oportuna participación en la ejecución del presente informe de Investigación.

**LUZ MARY VARGAS**

## **DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD**

## PRESENTACIÓN

DISTINGUIDOS MIEMBROS DEL JURADO CALIFICADOR, de conformidad con los lineamientos y técnicas establecidas en el reglamento de grados y títulos de la Escuela de postgrado de la Universidad César Vallejo, de jama su disposición la revisión y evaluación del presente trabajo de tesis titulado: “Importancia del valor nutritivo del alimento de la quinua para un adecuado desarrollo físico y mental de los estudiantes del primer grado de educación secundaria del distrito de acora-2014”.

Realizada para obtener el Grado de Magister en Psicología Educativa el cual esperamos sea un referente para otro que conlleve a su posterior aprobación.

Esta investigación consiste en toma de encuestas a los estudiantes para recabar la información sobre las actitudes hacia el conocimiento del consumo y valor nutritivo del alimento de la quinua y los beneficios para el desarrollo físico y mental, los cuales se comprobará con el planteamiento de la hipótesis sobre el tema en investigación, donde se verá que actitud tiene el estudiante frente al consumo, valor nutritivo y los beneficios para el desarrollo físico y mental.

El deseo es que el beneficio de este trabajo pueda brindar a quienes quieran considerarlo o busquen información para sustento de trabajos similares, será el mejor recompensado del esfuerzo realizado.

LA AUTORA

## ÍNDICE

|                                    |      |
|------------------------------------|------|
| Página del jurado.....             | ii   |
| Dedicatoria .....                  | iii  |
| Agradecimiento .....               | iv   |
| Declaratoria de autenticidad ..... | v    |
| Presentación. ....                 | vi   |
| Indice.....                        | vii  |
| RESUMEN .....                      | viii |
| ABSTRACT .....                     | ix   |

### CAPÍTULO I

|                      |    |
|----------------------|----|
| I. INTRODUCCIÓN..... | 10 |
|----------------------|----|

### CAPÍTULO II

#### II. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

|   |    |
|---|----|
| 2.1. Aproximación temática .....                    | 32 |
| 2.2. Formulación del problema de investigación..... | 33 |
| 2.3. Justificación.....                             | 35 |
| 2.4. Relevancia .....                               | 36 |
| 2.5. Contribución.....                              | 36 |
| 2.6. Objetivos                                      |    |
| 2.6.1. Objetivo General .....                       | 37 |
| 2.6.2. Objetivos Específicos .....                  | 37 |
| 2.7. Hipótesis .....                                | 37 |

### CAPÍTULO III

#### III. MARCO METODOLÓGICO

|  |    |
|--|----|
| 3.1. Metodología.....                                      | 39 |
| 3.1.1. Tipo de estudio .....                               | 39 |
| 3.1.2. Diseño.....   | 39 |
| 3.2 Escenario de estudio.....                              | 39 |
| 3.3. Caracterización de sujetos .....                      | 39 |
| 3.4. Trayectoria metodológica.....                         | 39 |
| 3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos ..... | 40 |
| 3.6. Tratamiento de la información.....                    | 41 |
| 3.7. Mapeamiento.....                                      | 41 |
| 3.8. Rigor Científico.....                                 | 41 |

### CAPÍTULO IV

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| IV. RESULTADOS.....            | 43 |
| 4.1. Descripción de resultados |    |

### CAPÍTULO V

|   |    |
|---|----|
| V. Discusión.....                         | 63 |
| VI. Conclusiones .....                    | 65 |
| VII Recomendaciones .....                 | 65 |
| VIII Recomendaciones Bibliográficas ..... | 66 |

### CAPÍTULO VI

|             |    |
|-------------|----|
| ANEXOS..... | 68 |
|-------------|----|

## RESUMEN

El presente informe de investigación es del tipo Descriptivo - Cualitativo, y tiene por finalidad conocer la influencia del consumo de la quinua en el desarrollo físico y mental de los estudiantes del primer grado de educación secundaria del distrito de Acora-2014”

No debemos olvidar que cada uno de los estudiantes presenta un potencial educativo de aprendizaje, que debe ir acompañado por un adecuado desarrollo físico y mental que está relacionado con el adecuado consumo de productos ricos en nutrientes como lo es la quinua.

En tal sentido uno de los propósitos fue establecer, mediante, la descripción; cual es el tipo de alimentación que consumen los estudiantes del distrito de Acora y como este contribuye en el aspecto nutritivo.

La investigación se realizó tomando en cuenta a 90 estudiantes de los cuales 30 fueron de la I.E.S. San Juan - Cucho Esqueña, 30 de la I.E.S. Bolivariano de las Américas – Ccapalla y 30 de la I.E.S. Thunco todos estos del ámbito rural del distrito en mención, quienes manifestaron tener una actitud POSITIVA (SI) frente al consumo, conocimiento del valor nutritivo y la importancia de este alimento para el beneficio en el desarrollo físico y mental.

Los resultados obtenidos permitirán afirmar en términos generales, que es imprescindible una adecuada alimentación que permita el adecuado desarrollo físico y mental de los alumnos del nivel secundario, que conllevará a un adecuado rendimiento escolar , permitiendo la adecuada formación de futuros profesionales que contribuyan al desarrollo de la sociedad mejorando de este modo el nivel educativo del distrito de Acora.

Palabras clave: valor nutritivo, quinua, desarrollo físico y mental



## ABSTRACT

This research report is of the Descriptive - Quantitative type, and its purpose is to know the influence of the consumption of quinoa on the physical and mental development of the students of the first grade of secondary education of the Acora-2014 district”

We must not forget that each of the students has an educational potential for learning, which must be accompanied by an adequate physical and mental development that is related to the adequate consumption of nutrient-rich products such as quinoa.

In this sense one of the purposes was to establish, by means of, the description; what is the type of food consumed by the students of the Acora district and how it contributes in the nutritive aspect.

The research was carried out taking into account the students of the, 90 students, of whom 30 were of I.E.S. San Juan - CuchoEsqueña, 30 of the Bolivarian ies of the Americas - Ccapalla and 30 of the I.E.S.Thunco all these rural district in mention, who demonstrated to have a positive attitude towards the consumption of knowledge of the nutritional value and the importance of this food for the development in physical of mind .

The results obtained will allow to affirm in general terms, that an adequate diet is indispensable that allows the adequate physical and mental development of the students of the secondary level, which will lead to an adequate school performance, allowing the adequate formation of future professionals that contribute to the development of the society thus improving the educational level of the Acora district.

Keywords: nutritional value, quinoa, physical and mental development