



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES  
PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN ACADÉMICA**

Hábitos alimenticios en niños de cinco años de la institución educativa 1189,  
Cochapata, Lamas, 2019

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
Licenciado en Educación Inicial**

**AUTORA:**

Br. Jesús Vásquez Rengifo (ORCID: 0000-0003-3600-388X)

**ASESORA:**

Dra. Contreras Julián Rosa Mabel (ORCID: 0000-3332-0196-1351)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención integral del infante, niño y adolescente

**LIMA – PERÚ**

**2020**

## **Dedicatoria**

Con mucho amor y cariño a mis seres queridos, mi padre Julián Vásquez Ríos, mi madre Lucía Rengifo Daza, a mis hermanos César, Carmen y Leonardo, mi esposo George López Saavedra y a mis hijas Keisy Mylene y Ashlie Lucía y a mi hijo Renato, que son mi fuente de motivación para seguir superándome a nivel personal y profesional.

## **Agradecimiento**

El agradecimiento especial a los docentes de la Universidad César Vallejo, filial Tarapoto por su apoyo para lograr mis metas.

A los niños, al personal docente y administrativo y a la Dirección de la Institución Educativa 1189 de la comunidad de Cochapata, distrito de Lamas, provincia de Lamas, por brindarme facilidades para aplicar mis instrumentos de investigación.

En especial, a mi asesora la Dra. Rosa Mabel Contreras Julián por su apoyo para terminar esta investigación.

## Página del Jurado

## Declaratoria de Autenticidad

## Índice

Descripción	Pág.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Página del jurado	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Índice	vi
Lista de tablas	viii
Lista de figuras	ix
Resumen	x
<b>ABSTRACT</b>	xi
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	1
<b>II. MÉTODO</b>	22
2.1 Enfoque	22
2.2 Tipo de estudio	22
2.3 Nivel	22
2.4 Diseño	22
2.5 Corte	22
2.6 Variables y operacionalización	23
2.7 Población, muestra y muestreo	24

2.8 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	24
2.9 Procedimientos	26
2.10 Método de análisis de datos	26
2.11 Aspectos éticos	26
<b>III. RESULTADOS</b>	27
<b>IV. DISCUSIÓN</b>	30
<b>V. CONCLUSIONES</b>	33
<b>VI. RECOMENDACIONES</b>	34
<b>REFERENCIAS</b>	35
<b>ANEXOS</b>	37
Matriz de consistencia	38
Instrumentos	40
Constancia de autorización donde se ejecutó la investigación.	45
Bases de datos estadísticos	46
Autorización de publicación de tesis al repositorio	47
Acta de aprobación de originalidad	48
Informe de originalidad	49
Autorización final del trabajo de investigación	50

## Lista de tablas

<b>n.º</b>	<b>Descripción</b>	<b>Pág.</b>
Tabla 1	<i>Operacionalización de la variable</i>	23
Tabla 2	<i>Distribución de la Población</i>	24
Tabla 3	<i>Validación por juicio de expertos</i>	25
Tabla 4	<i>Confiabilidad de la ficha de cuestionario sobre hábitos alimenticios</i>	25
Tabla 5	<i>Nivel de hábitos alimenticios que presentan los niños de cinco años de edad de la Institución Educativa 1189 de Cochapata, 2019</i>	27
Tabla 6	<i>Tipos de alimentos que consumen lo niños de cinco años de la institución educativa 1189, Cochapata, 2019</i>	28
Tabla 7	<i>Comportamiento alimenticio que poseen los niños de la institución educativa 1189, Cochapata, 2019</i>	29

## Lista de figuras

<b>n.º</b>	<b>Descripción</b>	<b>Pág.</b>
<i>Figura 1</i>	Nivel de hábitos alimenticios que presentan los niños de cinco años de la institución educativa 1189, Cochapata, 2019	29
<i>Figura 2</i>	Tipo de alimentos que consumen los niños de cinco años de la institución educativa 1189, Cochapata, 2019	30
<i>Figura 3</i>	Comportamiento alimenticio que poseen los niños de cinco años de la institución educativa 1189, Cochapata, 2019	31

## **RESUMEN**

El trabajo de investigación, tuvo como objetivo general, determinar los “Hábitos alimenticios en niños de cinco años de la institución educativa 1189, Cochapata, Lamas, 2019”. Dicha investigación se encuadra dentro de la investigación cuantitativa y se hizo uso del diseño descriptivo simple trabajándose con una muestra de 30 niños que fueron seleccionados a través del muestreo no probabilístico intencionado y para el recojo de información se hizo uso de la encuesta dirigida. Los resultados obtenidos fueron sistematizados y procesados a través de la estadística descriptiva, lo que permitió concluir que los niños de cinco años de la institución educativa 1189, Cochapata, Lamas, 2019, el 83.33% presentan inadecuados hábitos alimenticios, evidenciado en el consumo de golosinas y carbohidratos en su alimentación, descuidando las vitaminas y minerales que por falta de costumbre no lo hacen.

Palabras Claves: Hábito, alimentación, nutrición.

## **ABSTRACT**

The research work, had as a general objective, to determine the “Eating habits in five-year-old children of the 1189 educational institution, Cochapata, Lamas, 2019”. This research is part of the quantitative research and the simple descriptive design was used by working with a sample of 30 children who were selected through intentional non-probabilistic sampling and for the collection of information, the directed survey was used. The results obtained were systematized and processed through descriptive statistics, which allowed us to conclude that five-year-old children from the 1189 educational institution, Cochapata, Lamas, 2019, 83.33% have inadequate eating habits, evidenced in the consumption of sweets and carbohydrates in their diet, neglecting the vitamins and minerals that for lack of habit do not.

Keywords: Habit, food, nutrition