

# **UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

## **ESCUELA DE POST GRADO**

### **TESIS**

**“HÁBITOS ALIMENTARIOS EN LAS LONCHERAS Y EL ESTADO NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICO DE LOS ESTUDIANTES DE CINCO AÑOS –INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N°357– SAN MARTÍN DE PORRES- 2013”**

**PARA OBTENER EL GRADO DE:**

**MAGISTER EN EDUCACIÓN**

**CON MENCIÓN EN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA**

#### **AUTORAS:**

Br. MARITZA MARGARITA ALARCÓN CORDERO

Br. TEODOLINDA BERROSPI BALTAZAR

Br. VIVIANA MARIELA MONTALVO CALLIRGOS

#### **ASESORA:**

Dra. FRANCIS IBARGUEN CUEVA

**LIMA- PERÚ**

**2014**

## **DEDICATORIA**

A Dios que nos permitió seguir el camino, a nuestra familia por ser la fuente de inspiración y fortaleza para el logro de nuestras metas

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios, que nos dio la vida, a nuestra asesora Dra. Francis Ibarguen Cueva por sus conocimientos, motivación constante y darnos la oportunidad de culminar nuestro más grande anhelo obtener el grado de magister.

## **PRESENTACIÓN**

Sr. Presidente.

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento a las normas del reglamento de elaboración y sustentación de Tesis de la Escuela de Postgrado de la Universidad “César Vallejo”, presentamos a vuestra consideración el trabajo de investigación titulada: “Hábitos alimentarios en las loncheras y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años –Institución Educativa Inicial N°357– San Martín de Porres- 2013”.

La investigación tiene como objetivo fundamental determinar la relación que existe entre los hábitos alimentarios de las loncheras y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años - Institución Educativa Inicial N° 357 – San Martín de Porres- 2013.

La presente investigación está dividida en cuatro capítulos: En el Capítulo I se expone el planteamiento del problema: incluye la formulación del problema, los objetivos, la justificación, las limitaciones y los antecedentes. El Capítulo II: contiene el Marco teórico sobre el tema a investigar los hábitos alimentarios y el estado nutricional antropométrico. En el Capítulo III: se desarrolla el trabajo de campo y el proceso de la contrastación de hipótesis; las variables de estudio, diseño, población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de datos y los métodos de análisis. Finalmente el Capítulo IV muestra a la interpretación de los resultados; que comprende la descripción y discusión del trabajo de estudio.

Señores miembros del jurado esperamos que esta investigación sea evaluada y merezca su aprobación.

Las Autoras.

## ÍNDICE

	Página
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de figuras	vi
Índice tablas	vii
Resumen	ix
Abstract	x
Introducción	xi

### **CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

1.1. Planteamiento del problema	15
1.2. Formulación del problema	19
1.2.1. Problema general	19
1.2.2. Problemas específicos	19
1.3. Justificación	20
1.4. Limitaciones	23
1.5. Antecedentes	23
1.5.1. Antecedentes Nacionales	23
1.5.2. Antecedentes Internacionales	24
1.6. Objetivos	27
1.6.1. Objetivo general	27
1.6.2. Objetivos específicos	28

### **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

2.1. Alimentación	30
2.1.1. Concepto de alimentación	30
2.1.1.1 Diferencias entre alimentación y nutrición	31
2.1.2. Hábitos de alimentación	34
2.1.2.1 Definición	34
2.1.2.2 Importancia de los hábitos alimentarios	35

2.1.3. Dimensiones de los Hábitos Alimentarios en las loncheras	37
2.1.4 Enfoque teórico	40
2.2. Estado Nutricional Antropométrico	41
2.2.1. Concepto de Estado Nutricional	42
2.2.2. Concepto de Antropometría	43
2.2.3. Dimensiones del Estado Nutricional Antropométrico	43
2.3. Definición de términos básicos	45
<b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO.</b>	49
3.1. Hipótesis	50
3.1.1. Hipótesis general	50
3.1.2. Hipótesis específicas	50
3.2. Variables de investigación	51
3.2.1. Definición conceptual	50
3.2.2. Definición operacional	51
3.2.2.1. Tabla de Operacionalización de variables	51
3.3. Metodología	52
3.3.1. Tipo de investigación	52
3.3.2. Diseño de investigación	53
3.4. Población y muestra	54
3.4.1. Población	54
3.4.2. Muestra	55
3.5. Método de investigación	55
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	56
3.6.1. Validez y confiabilidad	57
3.7. Métodos de análisis de datos	59
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS</b>	
4.1. Descripción de resultados	62
4.2 Prueba de hipótesis General	67
4.3 Discusión de los resultados	73
<b>CONCLUSIONES</b>	76
<b>SUGERENCIAS</b>	77
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	78

<b>ANEXOS</b>	81
Anexo 1 Matriz de consistencia	82
Anexo 2 Operacionalización de la variable	84
Anexo 3 Instrumento para medir la variable : Lista de cotejo	84
Anexo 4 Tabla de valoración antropométrica	87
Anexo 5 Certificado de Validez de contenido de juicio de expertos	90
Anexo 6 Confiabilidad	98
Anexo 7 Base de datos de la variable hábitos alimentarios en las loncheras	99
Anexo 8 Baremos de la variable estado nutricional antropométrico	102
Anexo 9 Base de datos de la variable estado nutricional antropométrico	111
Anexo 10 Oficio de autorización para aplicar instrumentos.	114
Anexo 11 Lista de alimentos saludables recomendados para su expendio	115
Anexo 12 Tabla de interpretación de Rho de Spearman	117
Anexo 13 Evidencias	118

## LISTA DE TABLAS

Tabla 1.	Operacionalización de variable 1	51
Tabla 2.	Operacionalización de la variable 2	52
Tabla 3.	Distribución de la población	54
Tabla 4.	Distribución de la muestra	55
Tabla 5.	Validez de la lista de cotejo, según el Coeficiente de V. de Aiken	57
Tabla 6.	Confiabilidad del instrumento hábitos alimentarios en las loncheras.	58
Tabla 7.	Presentación de los varemos de las variables de estudio	59
Tabla 8	Prueba de normalidad	60
Tabla 9	Descripción de los niveles de la dimensión tipos de alimentos en los niños del nivel inicial	62
Tabla 10	Descripción de los niveles de la dimensión medidas higiénicas en los niños del nivel inicial	63
Tabla 11	Descripción de los niveles de la dimensión hábitos en el consumo de alimentos en los niños del nivel inicial	64
Tabla 12	Descripción de los niveles de los hábitos alimentarios en las loncheras de los niños del nivel inicial	65
Tabla 13	Descripción de los niveles del estado nutricional antropométrico de los niños del nivel inicial	66
Tabla 14	Hábitos alimenticios en las loncheras y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años	67
Tabla 15	Tipos de alimentos y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años	69
Tabla 16	Medidas higiénicas y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años	70
Tabla 17	Hábitos en el consumo de alimentos y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años	72



## LISTA DE FIGURAS

Figura 1.	Diagrama del diseño de correlación	54
Figura 2.	Niveles de la dimensión tipos de alimentos en los niños del nivel inicial	62
Figura 3.	Niveles de la dimensión medidas higiénicas en los niños del nivel inicial	63
Figura 4.	Descripción de los niveles de la dimensión hábitos en el consumo de alimentos en los niños del nivel inicial	64
Figura 5.	Niveles de los hábitos alimentarios en las loncheras de los niños del nivel inicial	65
Figura 6.	Niveles del estado nutricional antropométrico de los niños del nivel inicial	66
Figura 7.	Hábitos alimenticios en las loncheras y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años	68
Figura 8.	Tipos de alimentos y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años	69
Figura 9	Medidas higiénicas y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años	71
Figura 10	Hábitos en el consumo de alimentos y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años	73

## RESUMEN

El problema de la presente investigación fue: ¿Cuál es la relación que existe entre los hábitos alimentarios en las loncheras y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años - Institución Educativa Inicial N° 357– San Martín de Porres- 2013?, cuyo objetivo fue determinar la relación que existe entre los hábitos alimentarios de las loncheras y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años –de la institución antes mencionada.

Metodológicamente, el estudio fue de tipo básica de nivel descriptivo correlacional, debido a que se describirá la relación entre las variables en un tiempo determinado. La muestra estuvo representada por 72 participantes, y para la recolección de datos se utilizó la técnica de la observación, cuyo instrumento fue una lista de cotejo para la variable hábitos alimentarios en las loncheras y una tabla de valor antropométrico para la variable estado nutricional antropométrico.

El resultado más importante obtenido en la confección de este trabajo es que existe una relación directa y altamente significativa entre los hábitos alimenticios en las loncheras y el estado nutricional antropométrico de los estudiantes de cinco años de la Institución Educativa Inicial N° 357 – San Martín de Porres – 2013, con un nivel de significancia de  $.05$ ,  $p = .000 < .05$  y Rho de Spearman =  $.65$

Palabras claves: hábitos alimentarios, estado nutricional, cinco años

## ABSTRACT

The problem of this investigation was What is the relationship between eating habits in lunchboxes and anthropometric nutritional status of students five years - Initial Educational Institution No. 357 - San Martin de Porres , 2013 , whose objective was determine the relationship between food habits lunchboxes and anthropometric nutritional status of students of five - of the aforementioned institution.

Methodologically, the study was correlational type of basic descriptive level , because the relationship between the variables in a given time is described. The sample was represented by 72 participants, and data collection technique of observation , the instrument was a checklist for the variable eating habits in lunch boxes and a table of anthropometric value for the variable anthropometric nutritional status was used.

The most important result obtained in the preparation of this work is that there is a direct and highly significant relationship between dietary habits in lunchboxes and anthropometric nutritional status of students five years of the Initial Educational Institution No. 357 - San Martin de Porres - 2013 , with a significance level of .05 ,  $p = .000 < .05$  and Spearman Rho = .65

Keywords: School food habits, nutritional status, five years