



ESCUELA DE POSTGRADO

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO
ESCUELA DE POSTGRADO

TESIS

**“LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y SU RELACIÓN CON LA
OBESIDAD EN LOS ESTUDIANTES DEL VII CICLO DE
EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA I.E. LA DIVINA
PROVIDENCIA – SURQUILLO”**

**PARA OPTAR EL GRADO DE:
MAGISTER EN EDUCACIÓN
CON MENCIÓN EN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA**

AUTORA:

Br. ILIANA PILAR POMA MANSILLA

ASESORA:

Mg. ORIANA RIVERA LOZADA

LIMA – PERÚ

2014

DEDICATORIA

A Dios por darme la sabiduría y la inteligencia para guiar mis pasos y a mis queridos padres por todo lo que me brindan, a mi familia por su apoyo para lograr mis objetivos.

AGRADECIMIENTO

Agradezco muy sinceramente a la Dra. Oriana RIVERA LOZADA, quien con mucha paciencia y vocación de maestro me ayudo al desarrollo del presente trabajo.

Del mismo modo hago llegar mi agradecimiento al Lic. Máximo POMA ROMANI por su valioso apoyo y orientaciones para lograr la culminación de la tesis.

A mis familiares por brindarme comprensión y fe para lograr la culminación de mi meta trazada y por ende lograr mejorar la calidad educativa de nuestro país.

A mis queridas alumnas, por ser la motivación para el desarrollo y perfeccionamiento profesional, lo que conlleva ser en el futuro profesionales emprendedores y capacitados para lograr enfrentar los retos que se nos presenta en este mundo globalizado.

A todas las personas que de una u otra forma facilitaron la elaboración de este trabajo, entre ellos mi familia y de manera muy especial a mi hermana Rocio por su colaboración y apoyo incondicional en todo sentido.

PRESENTACION

Presenta la tesis titulada “La educación alimentaria y su relación con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo de educación secundaria de la Institución Educativa la Divina Providencia – Surquillo”, con la finalidad de determinar la relación entre la educación alimentaria y la obesidad en los estudiantes del Institución Educativa La Divina Providencia año 2011, en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Cesar Vallejo para obtener el grado de magister en educación con mención en docencia y gestión educativa.

El documento consta de cuatro capítulos.

La Autora

INDICE

	Página
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
PRESENTACION	iv
INDICE	v
INDICE DE TABLAS	vii
INDICE DE FIGURAS	viii
RESUMEN	ix
ABSTRAC	x
INTRODUCCIÓN	xi
CAPITULO I	
1.1 Planteamiento del Problema.	14
1.2 Formulación del Problema	15
1.3 Justificación	15
1.4. Limitaciones	18
1.5. Antecedentes	19
1.6. Objetivos	28
1.6.1. Objetivo General	28
1.6.2. Objetivos Específicos	29
CAPITULO II	
MARCO TEÓRICO	
2.1 Educación Alimentaria	31
2.1.1. Dimensiones de Educación Alimentaria	33
2.2 Obesidad	44
2.2.1. Dimensiones de Obesidad	53
2.3. Definición de términos	58
2.3.1 Educación	58
2.3.2 Educación alimentaria	58
2.3.3 Alimentación balanceada	59

2.3.4 Hábito	59
2.3.5 Hábito alimentario	59
2.3.6 Costumbre alimenticia	59
2.3.7 Mito alimentario	59
2.3.8 Salud	59
2.3.9 Nutriente	60
2.3.10 Obesidad	60
2.3.11 Sobrepeso	60
2.3.12 Indicadores Antropométricos	60
CAPITULO III	
MARCO METODOLOGICO	
3.1. Hipótesis	62
3.2. Variables	62
3.2.1 Definición conceptual	62
3.2.2. Definición Operacional	63
3.3 Metodología.	65
3.3.1. Tipo de estudio.	65
3.3.2. Diseño de investigación	65
3.4. Población y muestra	66
3.5. Método de Investigación	66
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.	66
3.7. Métodos de análisis de datos	71
CAPITULO IV	
RESULTADO	
4.1. Descripción	73
4.2 Discusión	82
CONCLUSIONES	88
Referencias Bibliográficas	92
Anexo 01:MATRIZ DE CONSISTENCIA	97
Anexo 02 VALIDACION DE INSTRUMENTO	98
Anexo 03 CONSOLIDACION DE VALIDACION DE EXPERTOS.	101
Anexo 04 CONSENTIMIENTO INFORMADO	102
Anexo 05 ENCUESTA	103
Anexo 06 BASE DE DATOS	105

INDICE DE TABLAS

	Página
Tabla 01. Clasificación del sobrepeso y obesidad de acuerdo al índice de masa corporal (IMC)	54
Tabla 02. Operacionalización de las variables	64
Tabla 03. Confiabilidad del instrumento educación alimentaria	69
Tabla 04. Distribución de frecuencias entre la educación alimentaria la obesidad en las estudiantes del VII ciclo I.E. Divina Providencia Surquillo 2011	73
Tabla 05. Grado de correlación y nivel de significación entre la educación alimentaria y la obesidad en los estudiantes del VII	75
Tabla 06. Distribución de frecuencias entre la educación alimentaria de la dimensión cognitiva con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo I.E. “La Divina Providencia”. Surquillo	76
Tabla 07. Grado de correlación y nivel de significación entre la educación alimentaria de la dimensión cognitiva con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo I.E. “La Divina Providencia”- Surquillo	77
Tabla 08. Distribución de frecuencias entre la educación alimentaria de la dimensión actitudinal con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo I.E. “La Divina Providencia”. Surquillo	78
Tabla 09. Grado de correlación y nivel de significación entre la educación alimentaria de la dimensión actitudinal con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo La Divina Providencia” Surquillo.	79
Tabla 10. Distribución de frecuencias entre la educación alimentaria de la dimensión procedimental con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo I.E. “La Divina Providencia”- Surquillo	80
Tabla 11. Grado de correlación y nivel de significación entre la educación alimentaria de la dimensión procedimental con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo I.E. “La Divina Providencia”- Surquillo	81

INDICE DE FIGURAS

	Página
Figura 01 Niveles entre la educación alimentaria y la obesidad en los estudiantes del VII ciclo de Educ. Secundaria de la I.E. “La Divina Providencia” - Surquillo	74
Figura 02 Grado de correlación y nivel de significación entre la educación alimentaria y la obesidad en los estudiantes del VII de Educación Secundaria de la I.E “La Divina Providencia”.	75
Figura 03 Niveles entre la educación alimentaria de la dimensión cognitiva con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo I.E. “La Divina Providencia”-. Surquillo	76
Figura 04 Niveles entre la educación alimentaria de la dimensión actitudinal con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo “La Divina Providencia”- Surquillo	78
Figura 05 Niveles entre la educación alimentaria de la dimensión procedimental con la obesidad en los estudiantes del VII ciclo I.E. “La Divina Providencia”- Surquillo	80

RESUMEN

La presente investigación es de tipo correlacional titulado: "La Educación Alimentaria y su relación con la obesidad en las estudiantes del VII ciclo de educación secundaria de la I.E. "La Divina Providencia" del Distrito de Surquillo-Lima" tiene como objetivo determinar si existe relación significativa entre la educación alimentaria y la obesidad.

El estudio se realizó en la I.E. "La Divina Providencia" del Distrito de Surquillo tomando como muestra a 59 estudiantes; se utilizó como instrumento la encuesta para medir la educación alimentaria y la obesidad. Los resultados demuestran que existe correlación entre las variables de $p = -0,403$ por lo que podemos decir que existe una moderada relación inversa entre la educación alimentaria y la obesidad.

Existe una correlación alta entre la educación alimentaria y la obesidad teniendo en cuenta sus dimensiones cognitiva (10,2%), actitudinal (6.8%) procedimental (5.1%) y la vez con la correlación R Spearman es inversa moderada en sus dimensiones. También se tiene como resultado en la variable de obesidad que las estudiantes que presentaron fueron el 11.9% de obesidad y el 33.9% de la población estudiada tiene sobrepeso por lo que en la educación alimentaria se debe difundir el consumo de una dieta de alimentos no refinados, promocionando el consumo de cereales integrales, legumbres, frutas, verduras frescas, mezclas alimenticias a base de cultivos andinos.

Con los resultados obtenidos en el presente trabajo se hace evidente que la educación alimentaria es muy importante para evitar la obesidad y otras enfermedades, por lo que es importante realizar convenios con el sector salud para la determinación del estado nutricional de las estudiantes para así realizar un proyecto de implementación de educación alimentaria y nutrición; lográndose así una mejor calidad de vida.

ABSTRAC

This research is correlational entitled "Food Education and its relationship with obesity in students of lower secondary VII El Divine Providence District Surquillo-Lima "aims to determine whether there is significant relationship between nutrition education and obesity

The study was conducted in I.E. "Divine Providence District Surquillo taking as sample to 59 students; was used as the survey instrument to measure nutrition education and obesity. The results demonstrate

A correlation between the variables $p = -0.403$ so we can say that there is a moderate inverse relationship between nutrition education and obesity.

There is a high correlation between nutrition education and obesity considering its cognitive dimensions (10.2%), attitudinal (6.8%) procedural (5.1%) and once with the Spearman correlation R is reverse moderate in size. It also results in variable obesity than students who took 11.9% were obese and 33.9% of the study population is overweight so in food education should be disseminated consuming a diet of unrefined foods , promoting the consumption of whole grains, legumes, fruits, fresh vegetables, food based on Andean crops mixtures.

With the results obtained in this work is evident that food education is very important to prevent obesity and other diseases, so it is important to make agreements with the health sector for determining the nutritional status of students to perform well draft implementing food and nutrition education; thus achieving a better quality of life.