



**ESCUELA DE POSGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**“Hábitos alimenticios y rendimiento académico en los  
estudiantes de la Escuela de Educación Superior  
Técnico Profesional Policial de la Región Moquegua,  
2018”**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
MAESTRA EN ADMINISTRACION DE LA EDUCACION**

**AUTORA:**

**Br. Erika Yuri Taira Flor**

**ASESOR:**

**Dr. Berrospi Zambrano, Edgar Román**

**SECCIÓN:**

**Educación e Idiomas**

**LINEA DE INVESTIGACION:**

**Gestión y Calidad Educativa**

**PERU - 2018**

## **DEDICATORIA**

A Dios, por haber guiado mi camino, y me ha conducido en todo momento, con las personas correctas, cuando le he orado, el señor todopoderoso me ha escuchado y me ha seguido guiando de la mano, el pensar en EL las palabras me quedan cortas.

A mis seres queridos abuelos y padres por ser ellos mis principales motivadores de mis objetivos y metas, y por acompañarme desde el cielo y mis padres por su amor y apoyo incondicional.

La Autora.

## **AGRADECIMIENTO**

A mis maestros de la Universidad Privada Cesar Vallejo, por haber compartido conmigo sus conocimientos y experiencias profesionales porque ello ha contribuido a cristalizar este sueño.

A la Dra. Ynés Ydalia Córdova Coayla, quien con su conocimiento y experiencia, ha apoyado en todo momento para construir este tema.

La autora.

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

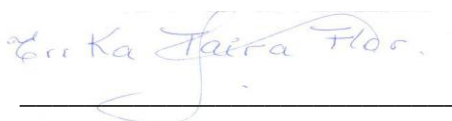
La suscrita Erika Yuri Taira Flor con DNI N° 09915607; estudiante de la Maestría en Administración de la Educación de la Escuela de Pos grado de la Universidad Cesar Vallejo, con la tesis titulada; “Hábitos alimenticios y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial de la Región Moquegua”, 2018”.

Declaro bajo juramento lo siguiente:

- 1) La tesis es de mi autoría.
- 2) Se ha 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 auto plagiada; 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 el fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (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 nuestra acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Cesar Vallejo.

Trujillo, 27 de Abril del 2018.



Erika Yuri TAIRA FLOR  
DNI N° 09915607

## **PRESENTACIÓN**

Señores Miembros del JURADO:

Presento ante Ustedes la Tesis Titulada “Hábitos Alimenticios y Rendimiento académico en los Estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua, 2018. Con el propósito de establecer la relación entre Hábitos Alimenticios y Rendimiento Académico en los Estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua, 2018, Según lo establecido en el reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Cesar Vallejo para obtener el Grado Académico de Maestra en Administración de la Educación. Esperando reunir las exigencias de aprobación.

La autora.

# ÍNDICE

	Pág.
CARÁTULA	i
Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimientos	iv
Declaración jurada	v
Presentación	vi
Índice	vii
Índice de tablas	ix
Índice de Figuras	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	
1.1. Realidad problemática	13
1.2. Trabajos previos	14
1.3. Teorías relacionadas al tema	20
1.4. Formulación del problema	45
1.5. Justificación del estudio	46
1.6. Hipótesis	47
1.7. Objetivos	48
<b>II. METODO</b>	
2.1. Diseño de Investigación	49
2.2. Variables, operacionalización	49
2.3. Población y muestra	51
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	52
2.5. Método de análisis de datos	53
2.6. Aspectos éticos	53
<b>III. RESULTADOS</b>	54
<b>IV. DISCUSIÓN</b>	71

## **V. CONCLUSIONES**

## **VI. RECOMENDACIONES**

## **VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS**

## **ANEXOS**

- Instrumentos
- Validez de los instrumentos
- Matriz de consistencia
- Constancia emitida por la institución que acredite la realización del estudio
- Otras evidencias
- Artículo científico

## ÍNDICE DE TABLAS

	Págs.
Tabla N° 01: Niveles de Hábitos alimenticios	45
Tabla N° 02: Niveles de Forma de consumo	46
Tabla N° 03: Niveles de Tipo de alimentos	47
Tabla N° 04: Niveles de Lugar y/o ambiente	48
Tabla N° 05: Niveles de Frecuencia de consumo	49
Tabla N° 06: Niveles de Rendimiento académico	50
Tabla N° 07: Relación Hábitos alimenticios y rendimiento académico	53
Tabla N° 08: Relación Forma de consumo y rendimiento académico	55
Tabla N° 09: Relación tipo de alimentos y rendimiento académico	59
Tabla N° 10: Relación lugar y/o ambiente y rendimiento académico	61
Tabla N° 11: Relación frecuencia de consumo y rendimiento académico	63



## ÍNDICE DE FIGURAS

	Págs.
Figura N° 01: Niveles de Hábitos alimenticios	46
Figura N° 02: Niveles de forma de consumo	47
Figura N° 03: Niveles de tipo de alimentos	48
Figura N° 04: Niveles de lugar y/o ambiente	49
Figura N° 05: Niveles de Frecuencia de consumo	50
Figura N° 06: Niveles rendimiento académico	51
Figura N° 07: Relación Hábitos alimenticios y rendimiento académico	53
Figura N° 08: Relación forma de consumo y rendimiento académico	55
Figura N° 09: Relación tipo de alimentos y rendimiento académico	57
Figura N° 10: Relación lugar y/o ambiente y rendimiento académico	59
Figura N° 11: Relación frecuencia de consumo y rendimiento académico	61

## RESUMEN

El presente estudio titulado “Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Moquegua”, tuvo como propósito determinar la relación entre hábitos alimenticios y el rendimiento académico en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua 2018”.

La Investigación es un estudio descriptivo, del nivel relacional, la población estuvo constituida por 155 estudiantes que cursan el primer semestre en la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial - Región Moquegua, 2018, correspondiente a la Promoción “Honestidad” y “Espartanos”, que a su vez constituyen la muestra, se empleó la técnica de la Encuesta y la técnica documental. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de hábitos alimenticios y la ficha de recolección de información de las actas de notas de los cursos del primer ciclo de formación. Los datos fueron analizados en Excel y SPSS 21, se utilizó el estadístico de prueba de chi cuadrado.

Los resultados muestran que con la prueba de chi cuadrado de 2,532a y un valor de  $P = ,282$  ó 2,8% Menor a 0.05, entonces existe relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua, 2018.

**Palabras claves:** Hábitos Alimenticios, Rendimiento Académico.

## ABSTRACT

The purpose of this study, entitled "Dietary Habits and Academic Performance of Students of the Moquegua Police Professional Technical Higher Education School", was to determine the relationship between the eating habits and the academic performance of students of the School of Higher Technical Professional Education Police Moquegua Region 2018 ".

Research is a descriptive study, of the relational level, the population was constituted by 155 students of the first cycle of formation of the School of Higher Education Police Professional-Moquegua Region, 2018, corresponding to the Promotion "Honesty" and " Spartans ", which in turn constitute the sample under study, used the technique of the Survey for the Variable Food Habits, as well as the documentary technique for the variable Academic Performance. The instruments used were the food habits questionnaire and the information collection form for student averages in the courses of the first cycle of training. The data were analyzed in Excel and SPSS 21, the chi-square test statistic was used for the hypothesis test.

The results show that with the chi-squared test of, 2,532<sup>a</sup> and a value of P =, 282 or 2,8 % less than 0.05, then there is no relationship between eating habits and academic performance in students of the School of Higher Education Professional Police Technician Moquegua Region, 2018.

Keywords: Alimentary Habits, Academic Performance.

## **I. INTRODUCCIÓN**

### **1.1. Realidad Problemática:**

La alimentación saludable, se constituye en el factor protector de un adecuado estado nutricional y de salud en los individuos, existen numerosos estudios que muestran los efectos negativos o positivos de la alimentación entre los estudiantes del nivel superior universitario o de superior no universitario, habida cuenta que en el periodo de estudios superiores los factores sociales, personales, socioeconómicos y ambientales influyen en los hábitos alimenticios, y los estilos de vida, determinando la conducta alimentaria actual.

Es durante la Adolescencia y en la juventud temprana, en la que se adquieren hábitos que se consolidan para mantenerse en la adultez, constituyéndose en factores de riesgo o factores protectores para una vida saludable, en la actualidad observamos que los estudiantes del nivel superior, han desarrollado hábitos alimenticios inadecuados debido a la ingesta de preparaciones con gran cantidad de carbohidratos simples, grasas saturadas. Sal y bebidas gasificadas, los mismos que afectan negativamente el estado de salud de los estudiantes y por ende el desempeño laboral.

La alimentación no saludable y los estilos de vida inadecuados, son los principales factores de riesgo para desarrollar enfermedades crónicas como; Hipertensión arterial, Diabetes mellitus tipo 2, dislipidemias, enfermedades cardiovasculares y diferentes tipos de cánceres.

La Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua, fue inaugurada en el mes de enero del año 2012, albergando, a 105 estudiantes PNP, cuyas edades oscilaban entre 18 a 24 años de edad.

Por ser una institución de primer nivel, castrense y formativa, los estudiantes PNP que ingresan, se encuentran internados, siendo el tiempo de permanencia en la EESTP PNP de Tres años (03 años)

de, acuerdo a la Ley N° 1318, Ley de Régimen Educativo de la PNP del 12DIC2016, asimismo por ser una institución en donde se imparte conocimientos técnicos – formativos se regula en la Ley N° 30912, Ley de Institutos Técnicos Superiores, llevando de esta manera asignaturas que fortalezcan las competencias profesionales en el ámbito policial.

Los estudiantes, al encontrarse internados en esta institución castrense cuentan con un comedor y los alimentos preparados en el desayuno, almuerzo y cena, no son preparados con la supervisión del profesional Nutricionista, ya que no cuentan con este profesional desde su apertura como centro de formación de estudios en el año 2012 y se puede apreciar en los estudiantes, malnutrición por exceso y por defecto en la alimentación diaria.

Por otra parte, los jóvenes al sentirse bien de salud, como es propio en esta edad, no valoran la importancia de consumir alimentos que contribuyan y fortalezcan la salud física y psicológica. Así como desarrollan conductas inapropiadas para el cuidado de la salud en el largo plazo.

La Escuela, cuenta actualmente con 155 estudiantes que oscilan entre 18 a 25 años de edad, los mismos que se encuentran en la modalidad regular, ingieren desayuno, almuerzo y cena en el comedor institucional, preparados por personal que conoce empíricamente la preparación de diversos platos, sin competencias técnicas para elaborar el menú semanal nutritivo y saludable de acuerdo al esfuerzo cognitivo, físico y psicológico. Al no contar desde su inicio hasta la fecha con una especialista en nutrición, se puede apreciar estudiantes con exceso de peso, presencia de acné en los rostros, cansancio físico, Tuberculosis, agotamiento físico en las horas de estudio, sueño, desgano y desmotivación.

En la población objeto de estudio se desconoce el patrón alimentario y el estilo de vida de los estudiantes en formación, estos presentan incomodidades y quejas por la carencia o ausencia de alimentos dañinos para la salud; es importante mencionar que los hábitos alimenticios que presentan los estudiantes tendrían relación

con el rendimiento académico debido a que la capacidad de atención y concentración durante las horas de clase no es adecuada, generando apatía, desgano, somnolencia, por tanto su rendimiento individual es insatisfactorio, generando en algunos casos separación de la institución formadora por rendimiento académico insuficiente.

## **1.2. Trabajos previos**

### **Antecedentes internacionales:**

(Ramirez de Peña, 2014) Realizaron un estudio que “estableció la relación del estado nutricional y el rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria. Fue descriptivo correlacional de corte transversal. Se realizaron mediciones antropométricas y las notas de los cursos de matemáticas y lenguaje, los puntajes de la prueba saber. Concluyeron que en ambos colegios los estudiantes tienen hábitos alimentarios inadecuados, el consumo alimentario es alto para carbohidratos simples y complejos, así como las grasas. Por otro lado tienen bajo consumo de menestras”.

(Nava, et.al., 2011) En la investigación “determinaron” la relación entre estado nutricional, hábitos alimentarios y nivel de actividad física en una población de 173 niños. El estado nutricional fue establecido a partir de indicadores antropométricos, crearon y aplicaron un instrumento para conocer los hábitos alimentarios y la actividad física. Concluyeron que el patrón de consumo de verduras, frutas y grasas es bajo, mientras que para el grupo de cereales, carnes y lácteos es alto, asimismo encontraron relación entre los hábitos alimentarios y actividad física”

(Coronel, 2011) Entre las conclusiones del estudio se expone que “existe un aumento sustancial en el consumo de comida rápida en adultos y niños. Existe desconocimiento en el

valor nutritivo de los alimentos en el hogar especialmente en el grupo de las menestras, existe deficiencia en el consumo de hierro que ocasiona bajos niveles de hemoglobina que es causante de un deficiente rendimiento académico, afectando la vida escolar”.

(Macedo.et.al., 2008) En el estudio, concluyeron que: “Los adolescentes muestran adecuados hábitos alimentarios respecto al consumo de cereales, lácteos, carnes, huevo, pescado y mariscos, panes, papas fritas y bebidas alcohólicas, por otro lado presentan un consumo inadecuado de Frutas y verduras, menestras, agua, quesos, embutidos, hamburguesas/pizzas, dulces, chocolates y café, concluyeron que no existen diferencias significativas en el consumo de alimentos por sexo. Las mujeres consumen mayor cantidad de dulces y chocolates. Respecto a la frecuencia de consumo, la mayoría no hace tres comidas mínimas por día”.

(Rivera, 2006) En el estudio concluyó que: “Los estudiantes consumían preparaciones a base de maíz, carnes y pescado, pollo, etc. sin embargo mostraron déficit en el grupo de verduras y frutas. Este patrón alimentario denotaría inadecuados estilos de vida y afectación del estado nutricional”.

(Lozano, 2003) En la memoria doctoral mencionan en sus conclusiones “el valor calórico total de las dietas es inadecuado debido a que el mayor aporte energético está constituido por grasas y proteínas soslayando el aporte de los carbohidratos. Asimismo los escolares consumen grasas como fuente energética por encima de los valores recomendados. Las provincias en su totalidad presentan hábitos alimentarios con elevado consumo de proteínas y aporte bajo de carbohidratos. Tienen un consumo deficiente de cereales, frutas y verduras por debajo de las recomendaciones nutricionales, constituyéndose en la causa principal de la deficiencia de micronutrientes en la población”.

(Ramirez, 1998) Concluyeron que:” los hábitos alimenticios influyen el rendimiento individual, la población fue 160 alumnos de educación secundaria, fueron 125 estudiantes de sexo masculino, los cuales cuentan en su mayoría con buenos hábitos alimenticios, algunos otros por hábitos regulares y con un mínimo porcentaje los malos hábitos; en relación a las 35 mujeres estudiantes, presentan igual proporción de hábitos alimenticios que los varones”.

### **Antecedentes a nivel nacional**

(Aguilar, 2015) Las conclusiones muestran que: “Los cereales andinos tienen relación significativa con el rendimiento académico. Los estudiantes que consumen productos procesados tienen niveles regular y bajo en el rendimiento académico. Asimismo mostraron que existe relación significativa entre el consumo mayoritario de cereales andinos y los niveles de rendimiento. Por otro lado no existe relación significativa entre el consumo de productos procesados y el rendimiento de los estudiantes”.

(Arevalo,et.al, 2011) Concluyeron “El 42.9% de estudiantes con bajo peso presentaron un rendimiento académico regular en todos los cursos a excepción del curso de arte”. Los estudiantes con estado nutricional normal y sobrepeso y obesidad tuvieron un rendimiento académico regular. Finalmente expresaron que no existe relación significativa entre el estado nutricional y rendimiento académico”.

(Alvarez, 2011) Menciona “La mayoría de estudiantes presenta hábitos regulares, el resto de estudiantes presenta malos hábitos alimenticios y un grupo reducido de estudiantes tiene buenos hábitos alimenticios. Por otro lado al relacionar el estado nutricional con los hábitos alimenticios. En la población estudiada



no existe relación entre el estado nutricional y los hábitos alimenticios”.

(Monge di Natale, 2007) muestran que;” La mayoría de estudiantes de enfermería tiene hábitos alimenticios inadecuados (58%) y con hábitos alimenticios adecuados(41%), asimismo la mayoría presenta estado nutricional normal (84%) el 12% sobrepeso y un 2% con bajo peso. Concluye que no existe relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional”.

### **1.3. Teorías relacionadas al tema**

#### **Hábitos Alimenticios**

La familia es el espacio en el que los hábitos alimenticios se consolidan, en la convivencia del día a día, la escuela es el lugar del refuerzo de las mismas y se expresan en la comunidad en la interacción con los amigos y el medio social. Están influenciadas por el marketing y la publicidad de la industria de alimentos. Autores como Maslow, definen a la Alimentación como la necesidad fisiológica de la que depende la vida, la alimentación tiene un importante componente social y cultural. (Helizalde, 2006)

Alimentarse está dirigido a saciar nuestra hambre, para aportar energía al organismo y cubrir las necesidades nutricionales del mismo, también puede generar placer. En el acto de llevarse los alimentos a nuestro organismo se utilizan sentidos como la visión, olfato, gusto, tacto y oído al recibir mensajes de la industria alimentaria.

El cambio de los hábitos alimenticios en la población se ha producido por factores económicos, sociales, culturales entre los que podemos mencionar; el cambio de una economía familiar de seguridad alimentaria a una economía de gran escala, la inserción de la mujer en los sectores productivos y los cambios en el funcionamiento familiar.

Algunos cambios en la sociedad es la migración del campo a la ciudad con la finalidad acceder a los servicios de salud, educación, los patrones alimentarios de los pobladores del norte, del sur, de la selva, de la sierra de nuestro país, son distintos a las poblaciones en las que se asientan generando la discriminación y marginación así como la adopción de patrones de alimentación propios de la cultura dominante, por otro lado contribuyen al enriquecimiento cultural de las comunidades de acogida. Los mitos, los símbolos y la tradición, son los factores determinantes de la alimentación diaria en la que influyen las preferencias y aversiones de las personas.

Actualmente, la industria alimentaria se ha unido a la tradición gastronómica del país en la que el marketing utiliza la publicidad para introducir los productos y preparaciones de consumo rápido con la finalidad de influir en la adquisición y consumo de alimentos no saludables.

### **Definición de hábitos alimenticios:**

La (OMS, 2015) Menciona que:

“Son una serie de conductas y actitudes que tiene una persona al momento de alimentarse, los cuales deberían tener los requerimientos mínimos de nutrientes que aporten al cuerpo la energía suficiente para el desarrollo de las actividades diarias, abordando desde la manera en el que el hombre acostumbra a seleccionar sus alimentos hasta la forma en que la almacena, prepara, distribuye y consume”

Por otro lado (Meraz, 2014) manifiesta:

“Los hábitos alimenticios se transmiten de padres a hijos y están influidos por factores como el lugar geográfico, el clima, la vegetación, la disponibilidad de la región, costumbres y experiencias, pero también tienen que ver la capacidad de

adquisición, la forma de selección y preparación de los alimentos y la manera de consumirlos”

### **Características de los hábitos alimenticios**

Para este estudio se han caracterizado diferentes conceptos para señalar las partes constitutivas de los hábitos alimenticios, según las referencias bibliográficas:

### **Frecuencia de consumo de alimentos**

Según la fundación (EROSKI, 2012) señala que:

“ Para un buen hábito alimenticio se tiene en cuenta lo siguiente; el consumo habitual de comidas que se recomienda de 4 a 5 comidas al día considerada la más importante el desayuno la cual debe tener un lácteo, cereales integrales o refinados, que puede ir o no acompañado de una fruta o zumo, para la media mañana y media tarde se recomienda la ingesta de alimentos cocinados en el hogar, frutas y lácteos, para el almuerzo se recomienda el consumo de: arroz, legumbres, ensaladas, carne o pescado, huevos, también debe ir acompañado de sopa y el postre debe incluir una fruta o productos lácteos, la cena debe ser más ligera que la comida.”

Respecto al número de veces que se debe consumir los alimentos, según la fundación (EROSKI, 2012) es:

“ La leche y los derivados se recomienda de dos vasos de leche al día o equivalente al día, carnes y derivados se recomienda menos de 6 veces a la semana, vísceras (hígado, vaso) una ración cada 15 días, el pescado 4 veces por semana en reemplazo de las carnes rojas, huevos al menos 3 veces por semana, cereales integrales o refinados

diariamente, legumbres más de 2 veces por semana, verduras cocidas o frescas en cada comida, frutas frescas 2 a 3 por día, preparados a base de frituras consumo esporádico. También se tiene al consumo de agua, y actividad física”

### **Forma de consumo de los alimentos**

La alimentación está influenciada por patrones sociales, económicos, educativos y culturales, por tanto la forma de consumo de alimentos inciden directamente en la adopción de hábitos alimenticios adecuados, debido a que las guías alimentarias internacionales y nacionales, insisten en la adecuada forma de consumo de los alimentos, limitando las preparaciones como las frituras, comida chatarra, refrigerios con alto contenido calórico, preparaciones industriales como gaseosas, jugos hipercalóricos, embutidos, salsa de alto contenido graso, sal y azúcar.

Por otro lado se debe incorporar a la alimentación diaria preparaciones saludables realizadas en el hogar en la que se privilegien a los guisos, al horno, a la plancha, ensaladas crudas o cocidas, y se utilicen frutas como postre, es decir la técnica culinaria debe permitir la preparación de guisos simples, combinaciones adecuadas de los alimentos en las que se tome en cuenta el índice glucémico de los alimentos y la carga glicémica de las preparaciones.

### **Tipo de alimentos consumidos**

La alimentación saludable a decir de (Cordova, 2006) “menciona que una de las características de los hábitos alimenticios adecuados, debe incorporar alimentos de los diferentes grupos en la alimentación diaria, en las porciones adecuadas y de acuerdo a la edad, estado de salud, actividad física del individuo y tomar en cuenta las necesidades nutricionales particulares”

El ser humano requiere alrededor de 50 nutrientes diarios para mantener el organismo en adecuado estado de balance energético, proteico, hídrico y el suficiente aporte de vitaminas y minerales, dichos requerimientos deben ser cubiertos a partir de la alimentación diaria, incluyendo alimentos de cada grupo en la alimentación diaria, con la finalidad organismo cuente con el material correspondiente para dotar de los nutrientes y micronutrientes y elaborar las sustancias necesarias a partir de ellos.

Los alimentos cumplen diversas funciones entre las que podemos destacar; La función energética de los alimentos, al metabolizarse van a producir calorías a partir de los sustratos consumidos, por otro lado la función plástica que permite la construcción, reconstrucción y/o mantenimiento del organismo es cumplida por las proteínas de origen animal u origen vegetal presentes en carnes, leche, huevos, menestras y cereales.

Asimismo la función de defensa de los alimentos está constituida por las Vitaminas y minerales, entre los que podemos señalar, Vitaminas hidrosolubles y liposolubles, son las responsables de mantener el equilibrio del organismo, conjuntamente con los minerales entre los que podemos destacar el Hierro, calcio, Fosforo, Cobre, Sodio, potasio, Cloro, Yodo, Cobre, Zinc, Magnesio, etc.

### **Lugar y/ o ambiente de consumo de los alimentos:**

Este patrón cultural es determinante para establecer hábitos alimenticios adecuados en la población en general.

Al respecto (Córdova, 2017) en el curso de Alimentación saludable, dirigido a fomentar adecuados estilos de vida en el personal sanitario del ámbito local, menciona que:

“ El lugar o ambiente de consumo de alimentos, se constituye en el factor de riesgo de una alimentación inadecuada no saludable, debido al cambio de conductas alimentarias de consumo

de alimentos en el hogar, al consumo masivo en restaurantes, pensiones, Supermercados, mercados o ferias, en las que se sustituye las preparaciones habituales diarias por preparaciones como frituras, en grandes porciones con exceso de condimentos potenciadores del sabor, que se constituyen en la causa de malnutrición por exceso en la población”

Por lo señalado líneas arriba, es menester mencionar que las características de los hábitos alimenticios, son los indicadores de los hábitos alimenticios adecuados o inadecuados de la población.

### **Los factores socioeconómicos, familiares, educativos en los hábitos alimenticios**

Según la (OPS, 2007, ) respecto a la misma señala:

“Los factores culturales - familiares, económicos, sociales, educativos y la predisposición, tienen que ver con el hábito alimenticio, ya que el factor cultural de una población marca las costumbres y se ve netamente arraigado a las tradiciones, creencias; es decir, si ciertas personas tienen el hábito de consumir en su mayoría nutrientes energéticos; pues, conllevará a un hábito alimenticio inadecuado”

Por otro lado respecto a los factores socioeconómicos, reitera:

“La falta de medios económicos predisponen a una inadecuada alimentación, restringiendo tanto la seguridad alimentaria como el acceso a una alimentación saludable pese aun cuando las personas tengan claro el concepto de alimentación saludable el cual se evidencia en nuestro país y en muchos de los países en vías de desarrollo”

Asimismo señala respecto a la influencia de los factores educativos y motivacionales al insistir que:

“Los patrones alimentarios se ven influenciados por el nivel educativo, existen diferencias sustanciales entre los individuos de acuerdo al nivel educativo; mientras que la predisposición tiene que ver con la voluntad, el cual se evidencia que muchos de los individuos pese a que cuentan con un buen nivel económico y conocimiento optan por consumir comida chatarra.”

### **Los factores culturales en los hábitos alimenticios**

Autores como (Natalven, 2018) Menciona la enorme importancia que tienen los factores culturales y señala:

“Hoy en día, los hábitos alimenticios son la expresión de los factores culturales, tiene suma importancia el ambiente en el que nos desarrollamos, la interacción con los pares y el círculo social y el grupo de amigos, también ejercen presión los mensajes de los medios de comunicación y el entorno social, así como las habilidades sociales para contrarrestarlas especialmente en la adolescencia, en la que asumen conductas alimentarias inadecuadas.

Al respecto podemos señalar una gran cantidad de ejemplos;

Evitar tomar desayuno, saltarse comidas, como forma de mantener el peso, disminuyendo el aporte calórico y por tanto tienen un menor rendimiento académico por dificultades en la atención y concentración en el aula.

Diseñar dietas restrictivas permanentemente como medida para controlar el peso.

Consumir sustancias psicoactivas, abundante cantidad de alimentos chatarra en la alimentación diaria, incorporando estilos de vida inadecuados.

Nula o escasa gasto energético por actividad discrecional o recreacional.

Consumo frecuente de comida hipercalórico y con gran cantidad de grasas saturadas.

Disminución del consumo de lácteos en la alimentación diaria.

Práctica cotidiana de dietas hipocalóricas, vegetarianas o veganas estrictas que llevan a estados carenciales de desnutrición calórico proteica.

## **Tipos de hábitos alimenticios**

### **Los hábitos inadecuados, según (Galarza, 2018)**

“Son aquellas prácticas alimentarias que generan malnutrición por exceso o defecto en la alimentación, generando la aparición de enfermedades que afectan la salud del individuo. Es posible la modificación de los mismos mediante la voluntad del individuo.”

Los hábitos alimenticios se forman en la primera infancia, se consolidan en la adolescencia y perduran en la adultez, el hogar se constituye en el lugar del aprendizaje de adecuados hábitos alimenticios a partir de la alimentación diaria, durante las tres comidas del día, es decir se aprende a comer por influjo de los padres en el hogar, de forma frecuente, haciendo repeticiones, por tanto el cambio de hábitos nocivos se corrigen aprendiendo a comer alimentos saludables, sustituyendo los hábitos inadecuados por otros que contribuyan a mejorar la salud del individuo. Asimismo debe constituirse en política pública el expendio de comida saludable en la alimentación institucional con la finalidad de



lograr el cambio de hábitos inapropiados por hábitos saludables de manera permanente.

Entre los hábitos alimenticios inadecuados, encontramos:

- a) El consumo alimentario diario, en base a almidones, grasas saturadas y azúcares simples, y sodio ( Tortas, queques, pasteles, empanadas, pizzas, snack, etc. )
- b) Dieta diaria monótona.( solo arroz, solo pastas, solo papas)
- c) Técnica culinaria inapropiada como comidas frías, frituras, etc.
- d) Comida carente en proteínas de origen animal, verduras y frutas.
- e) Consumo exagerado de ciertos tipos de alimentos atribuyéndole valores mágicos.
- f) Consumo alimentario en grandes cantidades (parrillada de 500 gr carne, ½ pollo a la brasa, 1 pizza personal, gaseosas de ½ litro, salchipapas, pollo broster)
- g) Consumo de gaseosas, bebidas rehidratantes, jugos envasados.

De lo señalado podemos colegir que los hábitos alimenticios inadecuados se pueden instaurar fácilmente en la infancia temprana, acentuarse en la adolescencia y quedarse para siempre en nuestra vida adulta generando enfermedades crónicas no transmisibles a temprana edad

### **Los Hábitos adecuados, Para (Galarza, 2018)**

“Son patrones alimentarios saludables, equilibrados y beneficiosos para el cuerpo. Las personas deben ingerir alimentos de todos los grupos, no obstante también consideramos al consumo de agua y actividad física si se realiza adecuadamente como un buen hábito alimenticio”

Según la fundación (NESTLE, 2018) menciona que:

“Los hábitos alimentarios adecuados permiten la selección de alimentos que contengan diferentes nutrientes con la finalidad de cubrir las necesidades nutricionales del organismo, al inicio requieren de diferentes factores luego que están instaurados, son practicados cotidianamente, excluyendo alimentos y preparaciones que causan daño como; alimentos con exceso de sal, azúcar, grasas trans, preservantes, colorantes, estabilizantes, etc.

Por otro lado realizan algunas recomendaciones alimentarias entre las que destaca:

“El consumo de agua fresca a diario, frutas y verduras frescas de diferentes texturas y colores, con la finalidad de obtener suficiente cantidad de fibra dietaria. Recomiendan formar hábitos saludables desde que los niños aprenden a comer a través de la estimulación alimentaria, compartiendo la mesa familiar, mostrando al niño, las conductas alimentarias de los adultos cotidianamente”

## **Rendimiento Académico**

### **Definición de Rendimiento Académico:**

El sistema educativo tiene como propósito la función formativa, la finalidad es que los estudiantes desarrollen las capacidades necesarias para enfrentarse al desarrollo de su proyecto de vida, de la comunidad y del país, por tanto requiere que el estudiante adquiera el conocimiento, maneje información y desarrolle las capacidades, actitudes y valores con la finalidad de crear nuevo conocimiento, renovarlo, innovarlo, etc.

En este orden de ideas, el sistema educativo tiene imperativos que cumplir respecto a la calidad educativa como expresión del sistema educativo, por ello, es la prueba objetiva más veraz, tangible, mensurable, como resultado final del proceso de enseñanza aprendizaje, el rendimiento académico

puede ser insatisfactorio ó satisfactorio, de acuerdo a la medición de la misma, al número de aprobados, al fracaso, repitencia, etc. que conllevaría a definir el rendimiento en diferentes niveles de logro como: Muy bajo, bajo, bueno, muy bueno. Por lo señalado hasta ahora, es menester indagar e identificar el rendimiento escolar.

El Diccionario de Psicología, (Howard, 2006) menciona la definición acerca del rendimiento académico que servirá para contrastarla con otros autores.

“Aprovechamiento en la ejecución, medido generalmente por una tarea o prueba estandarizada. Hecho de alcanzar un fin o conseguir un propósito.”

Por otro lado, (Alves, 1963) afirma que:

“El rendimiento escolar consiste en la suma de transformaciones que se operan: en el pensamiento, en el lenguaje técnico, en la manera de obrar, y en las bases actitudinales del comportamiento de los alumnos en relación con las situaciones y problemas de la materia que enseñamos.”

Asimismo (Garcia, 1983) afirma:

“Es la expresión de capacidades del estudiante, desarrolladas y actualizadas a través del proceso de enseñanza – aprendizaje que le posibilita obtener un nivel de funcionamiento y logro académico a lo largo de un período o año escolar”.

Por ello, nos aunamos al enfoque científico respecto al rendimiento académico que señala (Garcia, 1983) “Es el proceso que exterioriza información, actitudes, destrezas y habilidades adquiridas en el aula”

Por lo manifestado el rendimiento académico según la (UNESCO, 2014) “el rendimiento representa el grado alcanzado

por los estudiantes respecto a los contenidos de los aprendizajes desarrollados en el proceso escolar, que es susceptible de ser medido a través de pruebas estándar. Mediante las evaluaciones se establecen niveles —alto, medio o bajo— de rendimiento, originando una escala que permite hacer comparaciones.”

El rendimiento académico está influenciado por factores culturales, sociales, económicos y psicológicos entre los que podemos mencionar el ambiente escolar, la influencia de los padres, los docentes y los estudiantes.

El factor más influyente lo constituye el propio estudiante, debido a que sin la motivación intrínseca del estudiante en el desarrollo del aprendizaje como parte de su proyecto de vida, es realmente muy pobre el rendimiento académico en el sistema educativo.

### **Tipos de Rendimiento Académico:**

#### **Rendimiento Académico individual**

Concordamos que es la expresión final de los saberes en el estudiante adquiridos del contexto educativo, en determinado tiempo y en la realidad social cultural y tecnológica concreta. Es el resultado alcanzado en todas las esferas del aprendizaje, abarca los aspectos cognoscitivo, afectivo, psicológico es decir los factores que permiten que el estudiante desarrolle capacidades, actitudes y destrezas con la finalidad de convertirse en un aprendiz autónomo.

El proceso de medición del rendimiento, está dirigido por el profesor, se utilizan instrumentos como las pruebas orales, pruebas escritas, trabajos aplicativos, trabajos en grupo, proyectos de investigación, etc. con la finalidad de evidenciar el nivel de logro del estudiante respecto a los conocimientos adquiridos en determinada materia, habilidades, experiencias, hábitos de estudio, actitudes y aspiraciones.

Los logros alcanzados en aula se constituyen en información valiosa con la finalidad de tomar adecuadas decisiones respecto al estudiante, la enseñanza en el aula, el desempeño docente y la calidad del sistema educativo.

Respecto al estudiante permite tomar decisiones informadas respecto a los factores influyentes en el rendimiento individual y realizar las correcciones en aula respecto al proceso de enseñanza aprendizaje, logrando aminorar o incrementar los contenidos del mismo respecto a los cursos impartidos y la graduación de los mismos.

En este orden de ideas, finalmente podemos mencionar que el rendimiento individual es la expresión numérica del nivel de logro, utilizando instrumentos de evaluación educativa acordes a la materia.

### **Rendimiento Académico Social.**

Es el resultado final de la acción del alumno en el contexto educativo, en determinado tiempo y en un ámbito social concreto.

Como manifiesta (Paredes, 2004) “el rendimiento académico social permite no sólo al docente, sino también a las autoridades una institución educativa y a los funcionarios del sector educación de una sociedad comparar los resultados obtenidos en función de indicadores de grupos relativamente grandes, como el género, las secciones, los grados, las instituciones educativas, distritos, etc., con la finalidad de introducir las modificaciones pertinentes que mejoren el proceso enseñanza – aprendizaje”

El rendimiento académico social es resultado del grado de socialización del estudiante, la participación activa y solidaria en la comunidad, la vocación de servicio y la participación activa en aula superior no universitaria o universitaria que redundara en la formación del ciudadano como ser integral, dotado de valores y principios que regirán su vida presente y futura.

En el proceso educativo, el rendimiento social se constituye en el eslabón más importante e influyente es uno de los eslabones del proceso educativo, es indicador clave de eficacia escolar en el aula.

Permite al docente aminorar, aumentar o graduar los contenidos de acuerdo a las competencias a lograr por el estudiante, innove la metodología de enseñanza, asimismo se diversifiquen los procedimientos para lograr las competencias en el estudiante, por tanto los procedimientos e instrumentos de evaluación sean los más adecuados e idóneos y permitan medir efectivamente los aprendizajes de los estudiantes.

Por ello el rendimiento académico social, permite a los docentes, directivos y funcionarios del sector educación, a evaluar el rendimiento, comparar los resultados en función de indicadores de grupos relativamente grandes y hacer distinciones respecto al género de los estudiantes, edad, grado de estudio, materias, tipo de escuelas, nivel educativo, distritos o regiones del país.

## **Dimensiones del Rendimiento Académico**

### **Dimensión Cognitiva**

Respecto a la misma, autores como (Paredes, 2004) menciona que “El rendimiento académico valora los conocimientos impartidos en el proceso educativo, acorde a los objetivos o competencias planteados en el currículo. Por ello es utilizado como expresión del nivel de logro alcanzado por el aprendiz.”

A decir del autor la dimensión cognitiva del rendimiento académico, está determinada por el conjunto de contenidos que ha alcanzado el estudiante respecto a los objetivos del proceso educativo y permite identificar el rendimiento individual obtenido en el sistema de evaluación al inicio, durante el proceso o al final.

Los contenidos de una materia están interrelacionados con la malla curricular de determinado grado de estudios, materia o carrera en ella se establecen el contenido informativo, la gestión de los datos, la información cuantitativa y cualitativa que forman parte de un área del conocimiento o área científica.

En este tipo de contenidos se distinguen informaciones, datos, cifras, etc., que constituyen la parte medular de un área o disciplina científica. En ese mismo orden de ideas, es menester señalar que el rendimiento académico no solo hace referencia al proceso educativo al que ha sido sometido el estudiante, sino más bien debería tomar en cuenta los saberes previos del estudiante, la interacción con el medio social, cultural, psicológico y espiritual que conforman el contexto de la realidad del estudiante, debido a que existen evidencias científicas que sostienen la influencia directa e indirecta en el rendimiento.

### **Dimensión Procedimental**

Las teorías del aprendizaje, nos señalan que en el contexto educativo, el aprendiz debe adquirir competencias, destrezas, habilidades y permitan un acercamiento al aprendizaje de una manera activa, participativa, secuencial, investigativa, crítica, solidaria, responsable, es decir que las experiencias de aprendizaje deben incidir en que el estudiante como aprendiz autónomo logre un nivel de aprendizaje para la vida.

Por tanto en concordancia con las teorías del aprendizaje, las experiencias en el aula deben estar dirigidas a la participación activa del estudiante, con resultados duraderos, significativos, repetibles, etc., es decir deben ser la expresión del logro alcanzado por el estudiante en el dominio materias o profesión, según el perfil profesional del estudiante.

En nuestro caso en las escuelas de formación técnico profesional policial, el aprendizaje de los estudiantes conlleva cursar materias propias del campo policial, con el desarrollo de

competencias instrumentales como: manejo de armas, investigación criminal, orden público, investigación tecnológica, conllevan el aprendizaje de procedimientos recogidos en el manual de procedimientos operativos policiales.

Como señala el reglamento de formación, el rendimiento académico tiene un gran componente procedimental señalado en cada materia en cada ciclo de estudio y permite diagnosticar el desempeño individual del estudiante respecto al proceso de formación policial.

### **Dimensión Actitudinal y Valorativa**

El proceso educativo requiere de prácticas actitudinales y valorativas en determinada materia o área del conocimiento, por tanto en las evaluaciones del rendimiento se deben establecer parámetros de medición de las mismas para entender las variaciones en la actitud del estudiante al finalizar el proceso de enseñanza aprendizaje,

Por cierto las competencias actitudinales y valorativas permiten formar un estudiante de manera integral, con gran sentido de responsabilidad, solidaridad, respeto hacia la persona humana, sociedad y medio ambiente, asimismo tomar en cuenta los principios éticos, valores morales, códigos de ética profesional del quehacer policial.

Señalamos que los criterios de evaluación individual deben permitir medir el rendimiento individual en la dimensión actitudinal, por ello el reglamento de evaluación de las Escuelas de Educación Superior Técnico Profesional Policial, inserta un acápite de evaluación denominada conducta.

En este orden de ideas, la educación superior en nuestro país ha incorporado en el sistema de evaluación los aspectos conductuales y valorativos con la finalidad de formar un estudiante de manera integral con valores y principios acordes a la situación social e histórica que permiten un adecuado desarrollo del



individuo, la comunidad y el país, con ciudadanos libres, alcanzando el desarrollo socioeconómico, con paz y viviendo en un medio ambiente sano.

Por ello estamos ante los cambios imperativos del actual sistema educativo peruano en la que se desarrollen competencias en el estudiante que le permitan ser un aprendiz autónomo, cuyo resultado sea un aprendizaje significativo para el desarrollo futuro del estudiante en concordancia con su proyecto de vida.

Debemos enfatizar que esta dimensión tiene importancia capital en la formación de los futuros policías por cuanto serán los guardianes de la legalidad, el orden público, la seguridad interna del país y desarrollaran sus acciones con los ciudadanos, con irrestricto respeto por la ley y los derechos fundamentales de la persona humana.

### **Elementos del Rendimiento Académico**

Algunos autores señalan que estimular el rendimiento académico requiere de variables individuales, algunos otros se refieren a las variables grupales, otros señalan a la familia, el docente y el medio ambiente escolar, etc.

Al respecto (Avalos, 1995) señala una clasificación bastante didáctica al referirse al tema entre las que señala;

“Motivar la voluntad del individuo por el estudio”

“Los esfuerzos serán valorados más que las calificaciones”

“Estimular el proceso de aprender”

”Mejorar el proceso de atención, concentración.”

Entonces el rendimiento académico, reposa en las condiciones individuales del estudiante, debido a que se requiere la voluntad del mismo, es decir el amor al estudio, al conocimiento, el docente se convierte en el conductor. El estudiante hará la diferencia por la voluntad del mismo, debido a que en determinadas

circunstancias y materias el estudiante pondrá a prueba su persistencia, tenacidad por el estudio que la inteligencia.

En este mismo orden de ideas quien desarrollo gusta por aprender a aprender consecuentemente tendrá una valoración mayor por el esfuerzo y sacrificio en la aventura de aprender más que el resultado final traducido en una nota, los docentes con experiencia podemos señalar la diferencia entre el aprendiz autónomo que valora el esfuerzo y los estudiantes que acumulan notas aprobatorias excelentes sin esfuerzo, utilizando una serie de argucias para obtenerlas, etc.

Ciertamente el mejor camino para el aprendizaje significativo es aquel que se construye paso a paso y se consolida de manera permanente en el tiempo, utilizando diversos métodos y estrategias de aprendizaje tanto en el aula, como en el hogar y el medio social, el estudiante autónomo desarrolla competencias para aprender a aprender durante toda la vida.

Finalmente es imperativo señalar que el estudiante que ha desarrollado capacidades cognitivas como la atención concentración y memoria, es un aprendiz autónomo, que he hace del conocimiento de manera participativa, activa, con conciencia social e imbuido de valores y principios morales acordes a su desarrollo físico, psicológico, social y espiritual.

## **Evaluación del Rendimiento Académico**

### **Medición y evaluación del Rendimiento Académico**

(Baird, 1992) afirma que “El proceso de cuantificar nuestra experiencia del mundo exterior es la medición.” Asimismo menciona que la ciencia tiene su fundamento en la medición, debido a que el conocimiento científico para ser considerado tal tiene que ser medido, cuantificado expresado en números.

El proceso de medición supone la cuantificación del aprendizaje y posteriormente compararla con alguna cantidad de referencia. Por ello, (Tapia, 1993) asegura respecto a la medición

es la “acción de estimar una magnitud comparándola con otra de su especie tomada como unidad”.

El patrón de referencia para la medición se establece de manera oficial, toma en cuenta las valoraciones y el nivel de logro que se debe alcanzar en cada materia, por lo que tiene alcance local, regional, nacional y/o internacional. Respecto a las materias que conforman las ciencias naturales la medición toma en cuenta estándares internacionales. En la pedagogía, en nuestro país se han asumido criterios de medición contextualizados a nuestra realidad

La medición en el contexto educativo es la “descripción cuantitativa de una o más características del comportamiento de acuerdo al tipo de aprendizaje del estudiante” (Gil, 1990).

Entonces el objetivo de la medición será una o varias características relevantes del comportamiento o de la personalidad del estudiante exteriorizadas y evidentes. Por ello la medición en el proceso educativo no mide al alumno, sino los conocimientos adquiridos, los saberes previos, las actitudes, las competencias, habilidades, destrezas etc.

La medición en el proceso de enseñanza aprendizaje puede referirse a características físicas o psicológicas del estudiante, las características de naturaleza física son objetivas y utilizan instrumentos de medición de alta precisión, por otro lado las características psicológicas son subjetivas, su medición depende de los constructos que se desarrollen para la medición, del sujeto que mide, los instrumentos utilizados tienen baja fiabilidad.

La evaluación a diferencia de la medición consiste en emitir un juicio de valor acerca de un dato obtenido por medición en función de un criterio normativo, la evaluación incluye la medición debido a que incluye tanto aspectos cuantitativos como cualitativos en algunos casos se puede realizar ambas formas de evaluación.

Los datos emitidos por la medición son utilizados en la evaluación para emitir juicios de valor y tomar decisiones con evidencias

### **Propósito de la evaluación del rendimiento Académico.**

Algunos autores han diferido en los aspectos específicos del propósito de la evaluación del rendimiento académico, sin embargo han consensuado en el propósito general del mismo.

(Pérez, 1997) sostiene:

“La evaluación del aprendizaje tiene como propósito tomar decisiones sobre el desarrollo de las actividades en el aula, realizando juicios de valor, reforzando los contenidos de la materia, corregirlos, incorporar nuevos conceptos o finalizar el curso con los resultados de la evaluación parcial o final.”

El autor señala, que la evaluación permite tomar decisiones acerca del proceso educativo acerca de actividades propias del aprendizaje con la finalidad de reforzar los conocimientos, mejorar las experiencias de aprendizaje, reformularlas y corregirlas, mejorarlas, modificarlas o concluir las etapas del proceso enseñanza – aprendizaje.

Por ello la evaluación del aprendizaje tiene como objetivo retroalimentar el proceso de enseñanza – aprendizaje. Al respecto, el Plan Nacional de Capacitación Docente, en 1999, afirma que:

“Los datos obtenidos de la evaluación servirán de insumo directo a los docentes y aprendices para mejorar las deficiencias del proceso educativo, insertando mejorar en la calidad educativa y elevando el rendimiento escolar.”

Los docentes pueden conocer directamente las modificaciones de la conducta de los estudiantes como resultado de la planificación educativa. Por otro lado emite información acerca del nivel de logro del docente en su interacción con el estudiante.

En el aula se suscitan una serie continua e interrelacionada de decisiones por parte del docente acerca de las actividades escolares, tiene como objetivo mejorar la calidad educativa respecto al trabajo en el aula. Permite conocer el logro de los alumnos, de acuerdo a capacidades, habilidades y destrezas, con la finalidad de diseñar sesiones de aprendizaje para lograr aprendizajes duraderos y significativos, con la finalidad de establecer aprendizajes adecuados para los estudiantes con niveles altos de logro alto y mejorar el aprendizaje de los estudiantes con bajos niveles de logro, considerando los objetivos de cada materia.

### **Los procedimientos e instrumentos de evaluación:**

Los procedimientos de evaluación son el conjunto de pasos ordenados para evaluar determinados aspectos del aprendizaje de los estudiantes, permite encauzar los propósitos del docente respecto a los estudiantes, debido a que su finalidad es la medición del rendimiento académico, por ello los instrumentos que se utilizan deben ser preparados para medir las actividades de enseñanza de determinada materia.

En el sistema educativo, los procedimientos evaluativos permiten verificar los alcances y logros de actividades de enseñanza y la estrategia didáctica, los autores identifican diferentes técnicas de evaluación, entre ellos (Tapia, 2000) identifica como las más utilizadas las siguientes:

- “La observación”
- “La entrevista”
- “La autoevaluación”
- “El examen”

Asimismo en documentos oficiales no se identifican como técnicas, sino como procedimientos de evaluación. En el (PLANCAD 1999). Se presentan los siguientes:

- “Reconocimiento general”
- “Observación sistemática”
- “Análisis de productos”
- “Comprobación de logros, los que pueden ser orales, gráficos o escritos”
- “Demostraciones”
- “Entrevistas”
- “Autoevaluación”
- “Coevaluación”
- “Heteroevaluación”
- “Metaevaluación”

Asumiendo lo señalado por autores como (Tapia, 2000) mencionaremos las condiciones en que se efectúan cada uno de estos procedimientos;

#### A) La observación

Según (Tapia, 2000) “La observación consiste en el examen atento, concentrado y consciente de un objeto, hecho o fenómeno para conocerlo mejor”, que se consigue si cumple las siguientes condiciones:

- “Que se sujete a un objetivo.”
- “Que sea planificada sistemáticamente” .
- “Que esté sujeta a control de validez y confiabilidad”.
- “Que sea objetiva y susceptible de repetición”.

En ese orden de ideas la observación, permite captar aquellos hechos que proceden del estudiante, estos tienen coherencia con los objetivos de evaluación que fueron establecidos en el sílabo por competencias en las que se señala la evaluación de los conocimientos, los aspectos procedimentales así como los valorativos, ello implica la

utilización de diferentes instrumentos de evaluación acordes a la materia y modalidad.

Por otro lado la observación como procedimiento de evaluación está asociado a estrategias didácticas que incluyen las acciones físicas, comportamientos esperados y evidentes así como las actitudes del estudiante.

#### B) La entrevista

La entrevista es una técnica de investigación social que ha encontrado creciente aplicación en el ámbito de la pedagogía. Permite obtener datos que serán utilizados para orientar, informar, motivar, educar, reorientar, reencausar, de acuerdo a la materia o el objetivo de la misma.

Permite que el docente identifique en los estudiantes, los intereses, las motivaciones, los antecedentes educativos así como indagar, explorar y conocer los aspectos subjetivos del mismo, conocido como el currículo oculto, entre los que se encuentran los factores motivacionales tanto extrínsecos como los intrínsecos, los valores, las actitudes así como su aceptación o rechazo en relación al proceso de enseñanza - aprendizaje

#### C) La autoevaluación

(PLANCAD, 1999) " Es un procedimiento en el que el evaluador es, a su vez, evaluado. En este sentido, refiere un proceso interno, subjetivo e introspectivo, mediante el cual el evaluador enjuicia sus avances, estancamientos, dificultades, aciertos y desaciertos de su participación en el proceso de enseñanza – aprendizaje."

Permite que el estudiante sea consciente respecto a su aprendizaje y tome decisiones personales con la finalidad de mejorar, reajustar, auto motivarse y generar su propio aprendizaje por convicción, con agrado y alto nivel de logro.

(Tapia, 2000) sostiene;” Es la reflexión consciente, deliberada o dirigida, del alumno o del grupo escolar acerca de su rendimiento en el aula, basado en los objetivos planteados”

Asimismo la autoevaluación es un referente para el estudiante respecto al rendimiento académico individual desde el propio estudiante, debido a que es consciente del nivel de logro alcanzado, de las dificultades encontradas así como de los procesos que deberá reorientar para alcanzar sus logros académicos.

(Tapia, 2000) “Su uso está asociado a las estrategias didácticas que requieren un compromiso de parte del estudiante para evidenciar con sinceridad sus logros”.

#### D) El examen o ficha de evaluación

Instrumento de evaluación, para evaluar a estudiantes, consiste en formular preguntas que pueden ser escritas, verbales o de procesos, propuestas con la finalidad de diagnosticar y valorar el rendimiento individual del estudiante de acuerdo a las competencias establecidas en el sílabo de la materia.

Las modalidades como; exámenes orales, exámenes escritos, exámenes gráficos y exámenes de ejecución, tienen en común las preguntas dirigidas a indagar los contenidos impartidos en las actividades en el aula. Su uso está ampliamente extendido en todo el sistema educativo y en todas las materias cursadas por el estudiante, tanto aquellas que son netamente teóricas como las que requieren el dominio de técnicas y procedimientos. Sin embargo no son fiables cuando se trata de evaluar actitudes.

### 1.4. Formulación del problema

#### **Problema General:**

¿Cómo se relacionan los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial. Región Moquegua.2018?



### **Problemas específicos:**

¿Cómo son los hábitos alimenticios en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018 ?

¿Cómo es el Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018?

¿Qué grado de relación existe relación entre la forma de preparación y Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018?

¿Qué grado de relación existe entre el tipo de alimentos y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua. 2018?

¿Qué grado de relación existe entre el lugar o ambiente de consumo y Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua. 2018?

¿Qué grado de relación existe entre la frecuencia de consumo y Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua. 2018?

### **1.5. Justificación**

Alimentación saludable es uno de los pilares fundamentales trascendentales en el cuidado de la salud del individuo, la alimentación provee al organismo de los macronutrientes (proteínas, carbohidratos y grasas) así como los micronutrientes como las vitaminas y minerales que permiten que el organismo cumpla las funciones vitales en cada una de las etapas de vida del ser humano.

Una adecuada alimentación provee al organismo de los elementos necesarios para la subsistencia, así como la energía suficiente para desarrollar diversas actividades desde las actividades ocupacionales y las

actividades recreacionales y/o discrecionales y cumplir el proyecto de vida de cada individuo. Sin embargo observamos que las personas en general especialmente los jóvenes han adquirido hábitos alimenticios “modernos” en los que se han sustituido las formas de preparación habitual caseras por las industriales, el hogar por el consumo callejero, etc. Todos estos cambios tienen repercusión en el estado de salud de los estudiantes. Por otro lado los problemas de malnutrición tienen un efecto negativo en el nivel de logro del estudiante.

Conocer la relación de hábitos alimenticios y rendimiento académico en una entidad educativa policial, es justificable por la **relevancia práctica**, los resultados de la investigación, permitirán mejorar el servicio educativo.

Los hábitos alimenticios en una entidad educativa de formación policial tienen relevancia actual y social por la implicancia en la salud de los futuros policías constituyéndose en la **relevancia social del estudio**.

**Es un estudio original**, aborda un tema, no estudiado en nuestra región, para ello se utilizaran variables en estudio, señaladas por organismos internacionales y nacionales como factores de riesgo modificables para mejorar la salud de la población.

**Es un estudio de relevancia actual**, que aborda aspectos del proceso educativo policial en concordancia con la política de modernización de la Policía Nacional de Perú, que requiere la formación de Policías de manera integral que comprenda los aspectos educativos y de bienestar del estudiante.

**El estudio es factible y viable**, existe disponibilidad de recursos materiales, humanos y logísticos, con suficiente metodológica y estadística para realizar la indagación científica de acuerdo al propósito investigativo.

## 1.6. Hipótesis

### **Hipótesis general:**

Existe relación entre los Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

### **Hipótesis específicas:**

Existe relación entre la forma de preparación y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

Existe relación entre el tipo de alimentos y el rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

Existe relación entre el lugar o ambiente de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

Existe relación entre la frecuencia de consumo y el rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

### **1.7. Objetivos:**

#### **Objetivo general**

Determinar la relación entre los Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

#### **Objetivos específicos**

Determinar los Hábitos alimenticios en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

Analizar el Rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

Establecer el grado de relación entre forma de preparación y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

Establecer el grado de relación entre tipo de alimentos y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

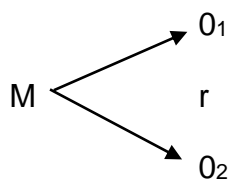
Establecer el grado de relación entre lugar y/o ambiente de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

Establecer el grado de relación entre frecuencia de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

## II. METODO

### 2.1. Diseño de la investigación:

El estudio corresponde al diseño descriptivo- correlacional, cuyo nivel de investigación es el relacional, es observacional de corte transversal, debido a que las unidades de estudio serán medidas en una sola ocasión con fines de la indagación empírica.



**Dónde:**

M: Muestra

O<sub>1</sub>: Observación de la variable Hábitos alimenticios

O<sub>2</sub>: Observación de la variable Rendimiento académico

R: Coeficiente de correlación

### 2.2. Variables, operacionalización

**Definición conceptual:**

**Variable 1:** Hábitos alimenticios

“Es el patrón alimentario del comportamiento del hombre en relación con los alimentos. Abarca la selección, almacenamiento, preparación, distribución y consumo” (Hinostroza H. (1992).

**Variable 2:** Rendimiento Académico:

“Es el resultado final del proceso educativo, mediante la medición de conocimientos, experiencias, hábitos, destrezas, habilidades, actitudes, aspiraciones adquiridos en el aula, permite reformular, mejorar, reforzar los aprendizajes, en un tiempo determinado, con decisiones técnico pedagógicas. (Linares Huaco, 1992)

**Operacionalización de las variables:**

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
	Es el patrón alimentario relacionado al consumo de alimentos de acuerdo a la forma de preparación, tipo, frecuencia de uso y lugar de consumo de las preparaciones. (Córdova,2018 )	Es la medición de los hábitos alimenticios a través de la forma de preparación de los alimentos, tipos de alimentos, el lugar o ambiente y la frecuencia	Forma de Preparación	1.Preparacion de guisos, sancochado, al horno, a la plancha	Ordinal
Tipos de Alimentos			1. tipo de bebidas consumidas en el desayuno 2. tipo de alimentos ingeridos en el desayuno 3. tipo de alimentos ingeridos entre comidas 4. tipo de carnes consumidas en el almuerzo 5. tipos de menestras o cereales consumidos en el almuerzo 6. Consumo de verduras frescas en el almuerzo 7. Consumo de frutas después del almuerzo 8. líquidos consumidos en el almuerzo 9. Consumo de postre después del almuerzo 10. Tipo de cena consumida		
Lugar y/o ambiente de consumo			1.Lugar consumo desayuno 2.Lugar consumo de almuerzo 3. Lugar consumo de cena 4.Tiempo de ingesta de alimentos		
Frecuencia de Consumo			1. Frecuencia de ingesta de desayuno 2. Frecuencia de ingesta de almuerzo 3. Frecuencia de ingesta de cena 4. Ingesta de alimentos entre comidas. 5.Frecuencia consumo de vísceras y/o mariscos a la semana 6.Frecuencia consumo de carnes blancas a la semana 7.Frecuencia de consumo de carnes rojas a la semana		

				8.Frecuencia de consumo de fruta o postres a la semana 9. Frecuencia consumo de verduras a la semana 10.Frecuencia de ingestión de Menestras 11.Frecuencia de ingestión de productos lácteos 12. Frecuencia de ingesta de cereales integrales, refinados. 13.Frecuencia de ingesta de gaseosas 14. Frecuencia de ingesta de jugos de frutas naturales. 15. frecuencia de consumo de agua	
Variable 2: Rendimiento Académico	Resultado final del aprendizaje adquirido por el estudiante durante el ciclo académico, evaluados vigesimalmente.	Es la medición del rendimiento académico del estudiante PNP a través de las notas obtenidas en los cursos de formación en el primer ciclo de estudios		Promedio final de Actas de notas de cursos del I ciclo de EESTPP	Ordinal

Fuente: Elaboración propia

### 2.3. Población, Muestra y Muestreo

#### Población:

Constituido por 155 estudiantes que cursan el I Semestre 2018, en la Escuela Superior Técnico Profesional Policial. Región Moquegua.2018

#### Muestra:

Lo conforman los 155 estudiantes matriculados en el primer semestre 2018, en la Escuela Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018

PROMOCION	Nº	%
Honestidad	77	49,0
Espartanos	78	51,0
Total	155	100,0

Fuente: Unidad Académica de Pregrado PNP Moquegua

**Muestreo:**

Muestra censal.

**Criterios de Selección:**

Se aplicó un criterio de selección homogénea debido a la naturaleza de las unidades de estudio

**2.4. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos****Técnica:**

Utilizada en la investigación es la encuesta y el instrumento es el cuestionario sobre hábitos Alimenticios, asimismo la técnica documental y su instrumento Ficha de recolección de información de promedios de las actas de evaluación de los cursos del I ciclo de formación policial 2018-II

**Instrumentos**

En el presente trabajo se utilizó el cuestionario de encuesta cuyos datos fueron recogidos mediante la aplicación del cuestionario de manera individual y confidencial para obtener la medición de las variables en estudio y de las dimensiones que la conforman.

**Validación y confiabilidad del instrumento**

Respecto a la confiabilidad de la Encuesta de Hábitos alimenticios, estos se obtuvieron por el método de Alfa de Cronbach, cuyos resultados tienen un valor de 0,801, por tanto tiene una alta confiabilidad.

La variable Rendimiento académico, por haber sido recogida de fuentes secundarias, no requiere ser sometida a análisis de fiabilidad, sin embargo se realizó una prueba piloto con los datos obtenidos de las actas de evaluación correspondientes a las materias cursadas por los estudiantes durante el I Ciclo de formación, que permitieron contrastar los resultados finales.

Los instrumentos fueron validados mediante juicio por expertos entre los que podemos mencionar, un Doctor en Educación, Un

Metodólogo con especialidad en estadística e Investigación y un experto en Lingüística.

## **2.5. Método de análisis de datos:**

Con la finalidad de realizar el análisis estadístico de las encuestas y de las fichas de recolección de información, se vaciaron los datos en una hoja Excel, luego fueron transportados al SPSS versión 21, con la finalidad de extraer las tablas de frecuencias y las pruebas de hipótesis utilizando el estadístico de Chi cuadrado.

## **2.6. Aspectos Éticos**

Para la aplicación de las encuestas, se solicitó la autorización del Director de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua, la misma que se gestionó oportunamente.

La información fue manejada con la máxima confidencialidad y privacidad, garantizando la protección de los datos y la identidad personal de las unidades de estudio.

# **III. RESULTADOS**

## **3.1. Descripción:**

El trabajo de investigación fue desarrollado en las instalaciones de la entidad educativa de formación policial, situado en el Distrito de Samegua, Provincia de Mariscal Nieto, Región Moquegua, Para aplicar las encuestas, se obtuvo la autorización de la Dirección de la EESTPP Moquegua, para acceder a las aulas del I ciclo de formación Policial y aplicar los instrumentos de investigación que consistió en encuestar a los estudiantes de la Promoción “Honestidad” y “Espartanos”

Previo a la aplicación se realizaron charlas con el personal



profesional de Oficiales PNP, a cargo de las secciones de estudiantes con la finalidad de informar acerca del trabajo de investigación, posteriormente en aula se informó a los estudiantes de la Escuela, acerca de la encuesta y el tiempo destinado a esta tarea. La aplicación de las encuestas se realizó en 2 semanas.

En este acápite se exponen los resultados de los instrumentos de medición así como las pruebas de hipótesis establecidas con la finalidad de responder al propósito de a investigación.

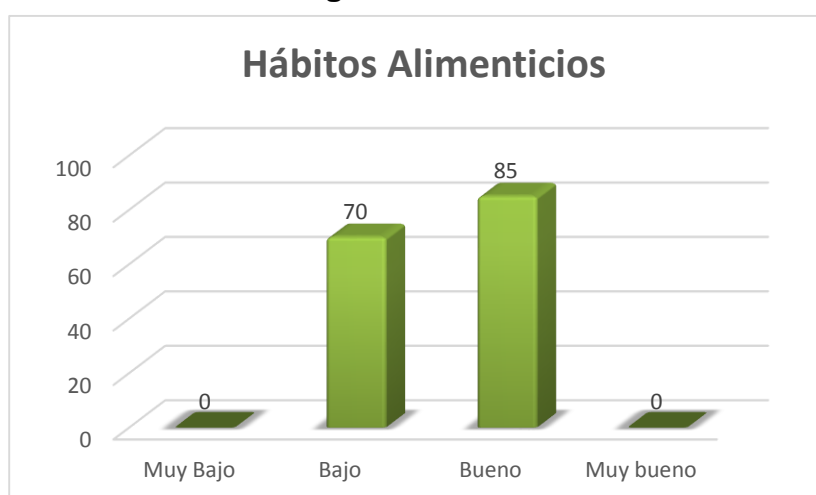
### Resultados de la Variable Hábitos alimenticios y sus dimensiones

**Tabla N° 1 Niveles de la Variable 1:Hábitos Alimenticios**

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	0	0,0
Bajo	70	45,2
Bueno	85	54,8
Muy bueno	0	0,0
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Base de datos

**Figura N° 01**



Fuente:Tabla N°1

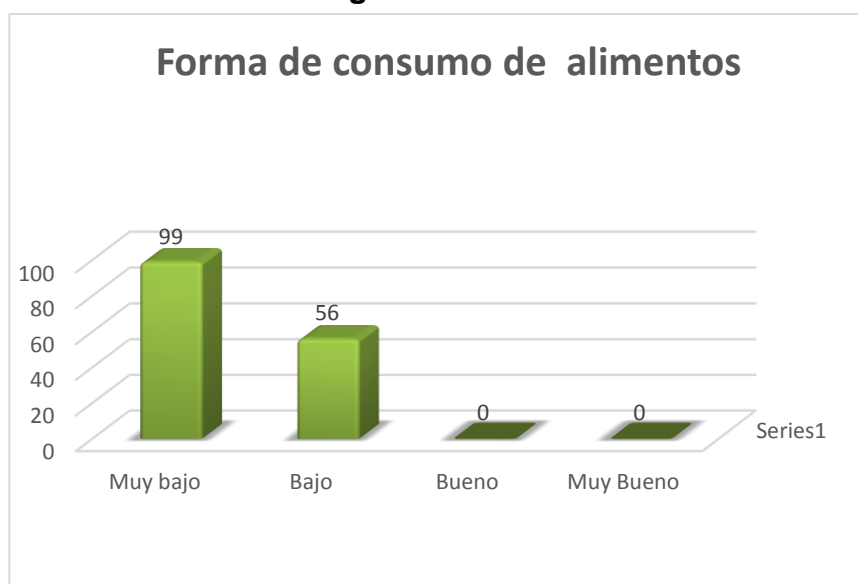
Conforme a la “Tabla N° 01” y la “Figura N° 01” podrá visualizar resultados de los “Hábitos Alimenticios”, de los 155 estudiantes de la Entidad educativa de formación Profesional Policial, 85 estudiantes que representa el (54.80%) perciben que tienen buenos hábitos alimenticios, asimismo 70 estudiantes que representan el (45.2%) tienen bajos niveles de hábitos alimenticios, en las demás categorías no se obtuvo ninguna respuesta.

**Tabla N° 2 Niveles de la dimensión 1: Forma de consumo**

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Muy Bajo	99	63,9
Bajo	56	36,0
Bueno	0	0,0
Muy bueno	0	0,0
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Base de datos

**Figura N°2**



Fuente: Tabla N° 2

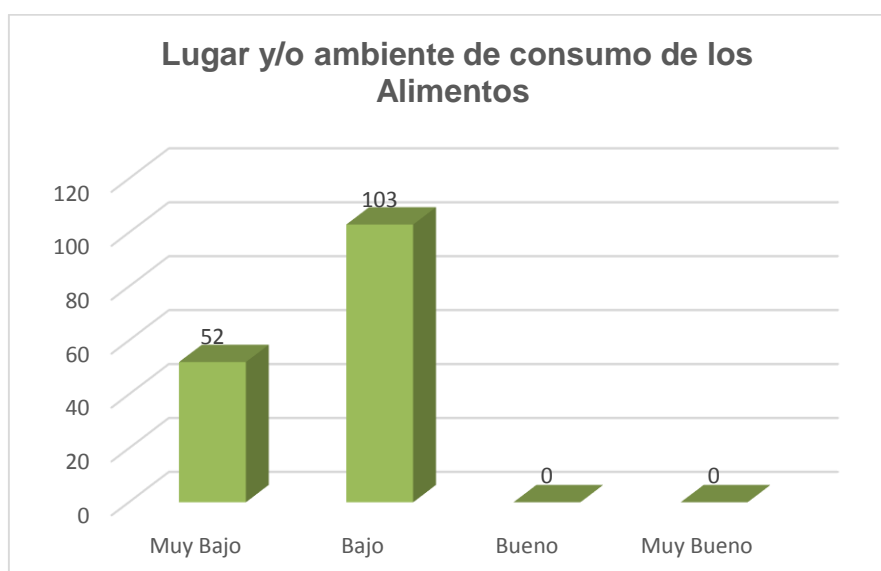
Conforme a la “Tabla N° 02” y “Figura N° 02” podrá visualizar diferentes resultados “ Forma de consumo de los alimentos de la variable N° 1. En la que 99 estudiantes que representa el (69.3%) tienen un nivel bajo de consumo apropiado para una alimentación saludable, luego 56 estudiantes que representan el (39.6%) perciben que la forma de consumo de los alimentos tiene el nivel bajo y ninguna respuesta se tuvo en las demás opciones.

**Tabla N° 3 Niveles de la dimensión 2: Lugar y/o ambiente de consumo de alimentos**

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Muy Bajo	52	33,5
Bajo	103	66,5
Bueno	0	0,0
Muy bueno	0	0,0
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Bases de datos

**Figura N° 3**



Fuente: Tabla N° 3

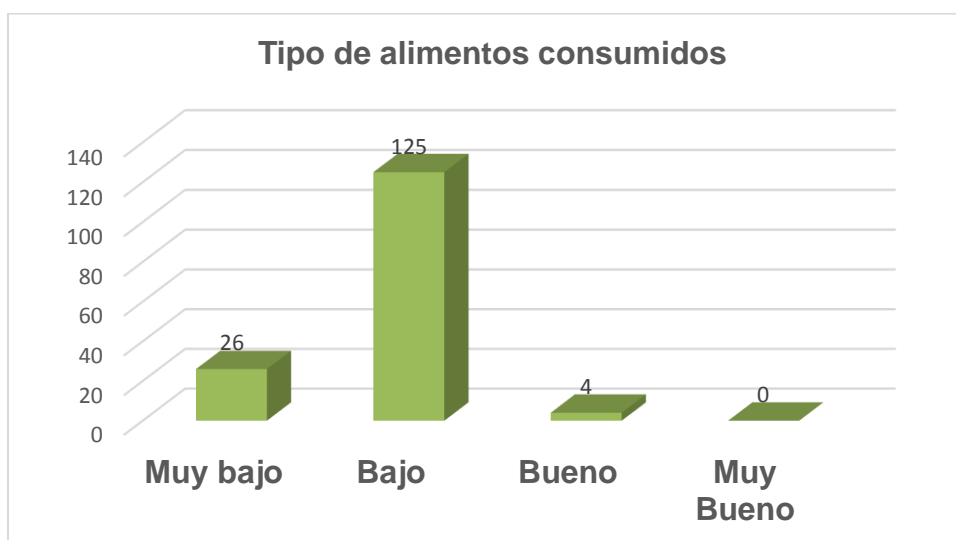
Conforme a la “Tabla N° 03” y “Figura N° 03” podrá visualizar diferentes resultados de “Lugar y/o ambiente de consumo de los alimentos de la variable N° 1. En la que 103 estudiantes que representa el (66,6%) tienen un nivel bajo respecto al lugar y/o ambiente de consumo de los alimentos, por otro lado 52 estudiantes que representan el (33,5%) perciben que el lugar y/o ambiente de consumo de los alimentos tiene el nivel bajo y ninguna respuesta se tuvo en las demás opciones.

**Tabla N° 4 Niveles de la dimensión 3: Tipo de alimentos consumidos**

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	26	16,8
Bajo	125	80,6
Bueno	4	2,6
Muy bueno	0	0,0
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Base de datos

**Figura N° 4**



Fuente: Tabla N°4

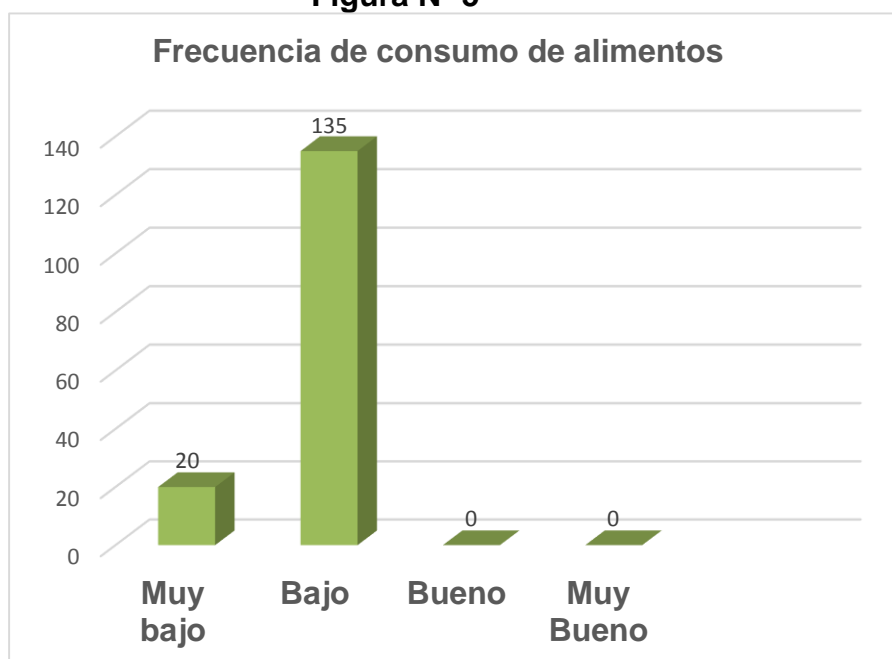
Conforme a la “Tabla N° 04” y “Figura N° 04” podrá visualizar diferentes resultados de “Tipo de alimentos consumidos de la variable N° 1. En la que 125 estudiantes que representa el (80,6%) tienen un nivel bajo respecto al tipo de alimentos consumidos,asimismo 26 estudiantes que representan el (16,8%) perciben que el tipo de alimentos consumidos tiene el nivel Muy bajo; por otro lado 4 estudiantes perciben que tienen un nivel bueno respecto al tipo de alimento consumido y ninguna respuesta en el nivel muy bueno.

**Tabla N° 5 Niveles de la dimensión 4: Frecuencia de consumo de los alimentos**

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	20	12,9
Bajo	135	87,1
Bueno	0	0,0
Muy bueno	0	0,0
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Bases de datos

**Figura N° 5**



Fuente: Tabla N°5

Conforme a la “Tabla N° 05” y “Figura N° 05” podrá visualizar diferentes resultados de “Frecuencia de alimentos consumidos de la variable N° 1. En la que 135 estudiantes que representa el (87,1%) tienen un nivel bajo en la frecuencia de consumo de alimentos, asimismo 20 estudiantes que representan el (12,9%) perciben que la frecuencia de consumo de alimentos tiene un nivel Muy bajo; en las otras dimensiones no se obtuvieron respuestas.

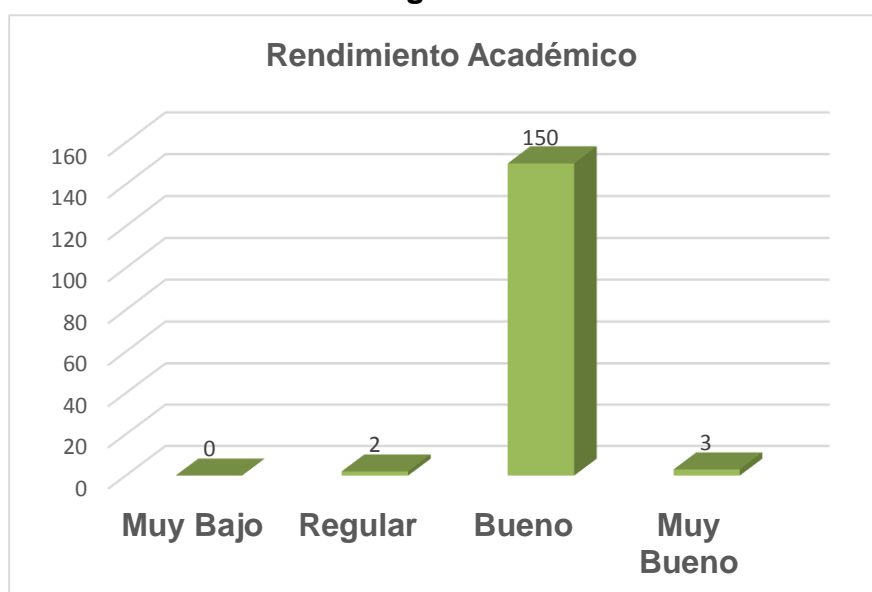
### Resultados de la Variable: Rendimiento académico

**Tabla N° 6 Niveles de la Variable 1: Rendimiento académico**

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	0	0,0
Regular	2	1,3
Bueno	150	96,8
Muy bueno	3	1,9
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Base de datos

**Figura N° 6**



Fuente: Tabla N° 6

Conforme a la “Tabla N° 06” y la “Figura N° 06” podrá visualizar resultados de la variable Nro. 2 denominada “Rendimiento Academico”, en 155 estudiantes del primer ciclo de la Entidad educativa de formación Profesional Policial Región Moquegua; 150 estudiantes tienen un rendimiento académico bueno que representan el (96.8%), asimismo 3 estudiantes que representan el (1,9%) tienen rendimiento académico muy bueno. Solo 2 estudiantes tienen rendimiento académico regular que representa el (1,3%), en la otra dimension no se obtuvieron respuestas.

### 3.2. Contrastación de hipótesis:

#### Contrastación de la Hipótesis general:

##### 1. Planteamiento de Hipótesis:

**Hipótesis nula (Ho):** No Existe relación entre los Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

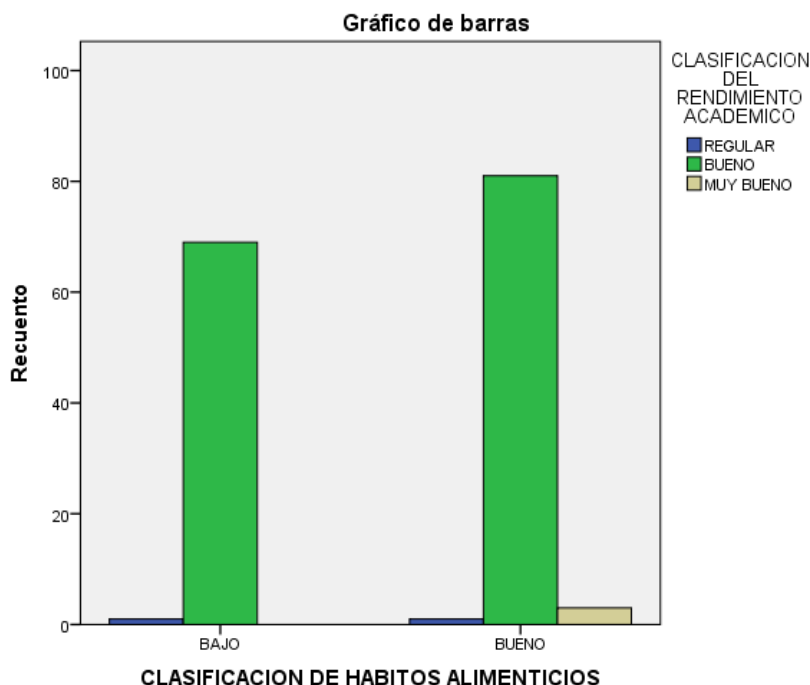
**Hipótesis alterna (Hi):** Existe relación entre los hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

**Tabla N° 7: Relación entre Hábitos alimenticios y Rendimiento académico**

		RENDIMIENTO ACADEMICO							
		REGULAR				MUY BUENO			
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
HABITOS ALIMENTICIOS	BAJO	1	0,6	69	44,5	0	0	70	45,2
	BUENO	1	0,6	81	52,3	3	1,9	85	54,8
		2	1,3	150	96,8	3	1,9	155	100,0
<b>TOTAL</b>									

Fuente: Base de datos.

**Figura N° 7: Relación entre Hábitos alimenticios y Rendimiento académico**



Fuente: Tabla N° 7

2. Nivel de significancia: (alfa)  $\alpha = 5\%$
3. Estadístico de Prueba: Chi cuadrado
4. Valor de P= ,282 ó 2,8%

Con una probabilidad del 2,8% existe relación entre los hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

5. Toma de decisiones:

Existe relación entre los hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

6. Conclusión:

Con el estadístico de prueba chi cuadrado de 2,532<sup>a</sup> y un valor de P= ,282 ó 2,8% Menor a 0.05, entonces Si existe relación entre los



Hábitos alimenticios y Rendimiento académico en estudiantes.  
Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial.  
Región Moquegua 2018.

### Contrastación de la Primera Hipótesis Específica:

#### 1. Planteamiento de Hipótesis:

**Hipótesis nula (Ho):** No Existe relación entre forma de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

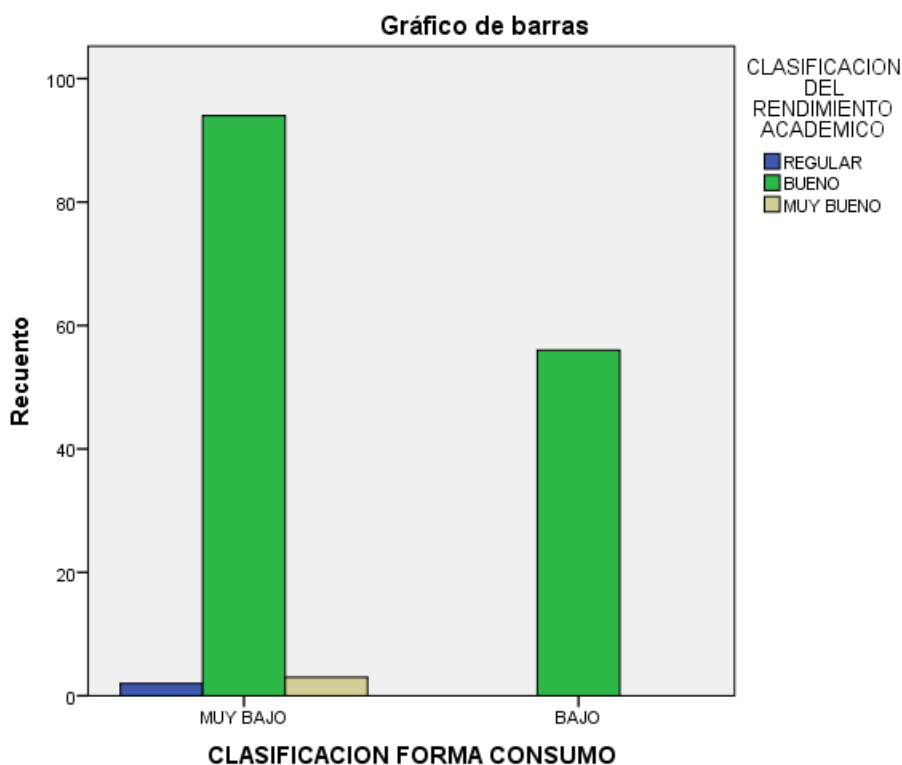
**Hipótesis alterna (Hi):** Existe relación entre forma de consumo y el rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

**Tabla N° 8 Relación entre forma de consumo y rendimiento académico**

		RENDIMIENTO ACADEMICO							
		REGULAR		BUENO		MUY BUENO		TOTAL	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
FORMA DE CONSUMO	MUY BAJO	2	1,3	94	60,6	3	1,9	99	63,9
	BAJO	0	0	56	36,1	0	0,0	56	36,1
	TOTAL	2	1,3	150	96,8	3	1,9	155	100,0

Fuente: Base de datos

**Figura N° 8: Relación entre forma de consumo y rendimiento académico**



Fuente: Tabla N° 9

2. Nivel de significancia: (alfa)  $\alpha = 5\%$
3. Estadístico de Prueba: Chi Cuadrado
4. Valor de P=,232 o 2,32%

Con una probabilidad del 2,32% existe relación entre forma de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

5. Toma de decisiones:

Existe relación entre forma de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

## 6. Conclusión:

El valor de prueba chi cuadrado de 2,923<sup>a</sup> y un valor de  $p = ,232$  ó 2,32 % menor a 0,05 entonces Si existe relación entre forma de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

### Contrastación de la segunda Hipótesis Específica:

#### 1. Planteamiento de Hipótesis:

**Hipótesis Nula (Ho):** No Existe relación entre tipo de alimentos consumidos y el rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

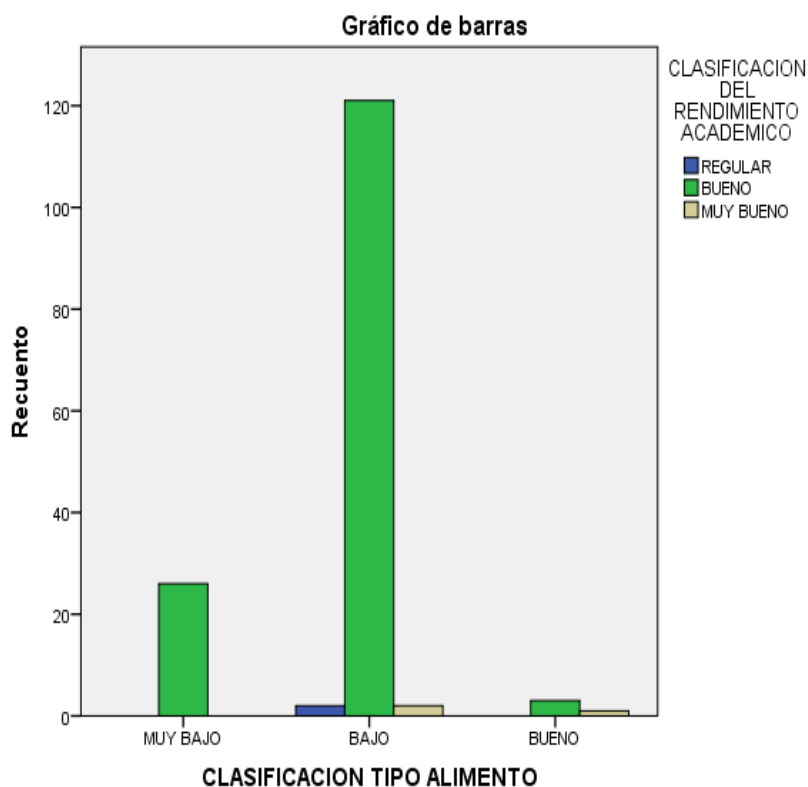
**Hipótesis alterna (Hi):** Existe relación entre tipo de alimentos y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

**Tabla Nº 9 Relación entre Tipo de alimentos y Rendimiento académico**

		RENDIMIENTO ACADEMICO							
		REGULAR		BUENO		MUY BUENO		TOTAL	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
TIPO DE ALIMENTOS	MUY BAJO	0	0,0	26	16,8	0	0,0	26	16,8
	BAJO	2	1,3	121	78,1	2	1,3	125	80,6
	BUENO	0	0	3	1,9	1	0,6	4	2,6
	TOTAL	2	1,3	150	96,8	3	1,9	155	100,0

Fuente: Base de datos

**Figura N° 9: Relación entre Tipo de alimentos y Rendimiento Académico**



Fuente: Tabla N° 10

2. Nivel de significancia: Nivel de Significancia (alfa)  $\alpha = 5\%$
3. Prueba de Hipótesis: Chi cuadrado
4. Valor de  $P = ,015$  ó  $0,15\%$

Con una probabilidad del  $0,15\%$  existe relación entre el tipo de alimentos y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

5. Toma de decisiones:

Existe relación entre tipo de alimentos y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

## 6. Conclusión:

Con el estadístico chi cuadrado de 12,274<sup>a</sup> y un valor de  $P = ,015$  ó 0,15% Menor a 0.05, entonces Si existe relación entre el tipo de alimentos y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

## Contrastación de la Tercera Hipótesis Específica

### 1. Planteamiento de Hipótesis:

**Hipótesis nula (Ho):** No Existe relación entre lugar y/o ambiente y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial. Región Moquegua.2018

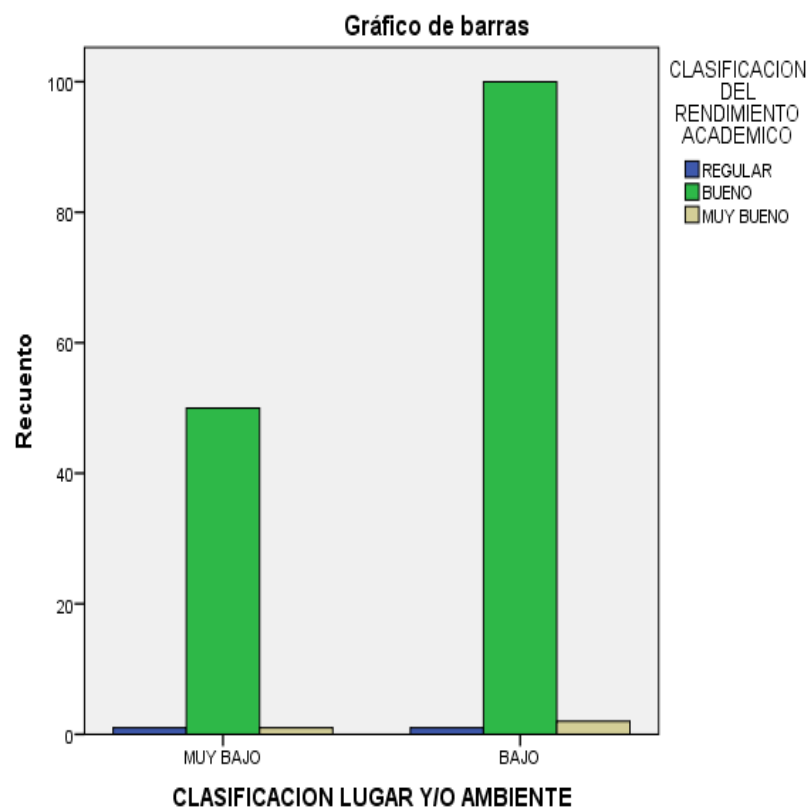
**Hipótesis alterna (Hi):** Existe relación entre lugar y/o ambiente y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial. Región Moquegua.2018

**Tabla N°10: Relación entre Lugar y/o ambiente y rendimiento académico**

		RENDIMIENTO ACADEMICO							
		REGULAR		BUENO		MUY BUENO		TOTAL	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
LUGAR Y/O AMBIENTE DE CONSUMO	MUY BAJO	1	0,6	50	32,3	1	0,6	52	33,5
	BAJO	1	0,6	100	64,5	2	1,3	103	66,5
	TOTAL	2	1,3	150	96,8	3	1,9	155	100,0

Fuente: Base de datos SPSS

**Figura N° 10: Lugar y/o ambiente de consumo y Rendimiento académico**



Fuente: Tabla N° 12

2. Nivel de significancia: (alfa)  $\alpha = 5\%$
3. Estadístico de Prueba: Chi cuadrado
4. Valor de P= ,884 ó 8,84%

Con una probabilidad del 8,84% existe relación entre lugar y/o ambiente y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018.

5. Toma de decisiones:

Existe relación entre lugar y/o ambiente y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018.

## 6. Conclusiones:

Con el estadístico chi cuadrado de ,246<sup>a</sup> y el valor de  $p= ,884$  ó 8,84% Mayor a 0,05 entonces No existe relación entre lugar y/o ambiente y el rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018.

## Contrastación de la Cuarta Hipótesis Específica

### 1. Planteamiento de Hipótesis:

**Hipótesis nula (Ho):** No existe relación entre frecuencia de consumo y el rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Técnico Superior Profesional Policial Región Moquegua.2018.

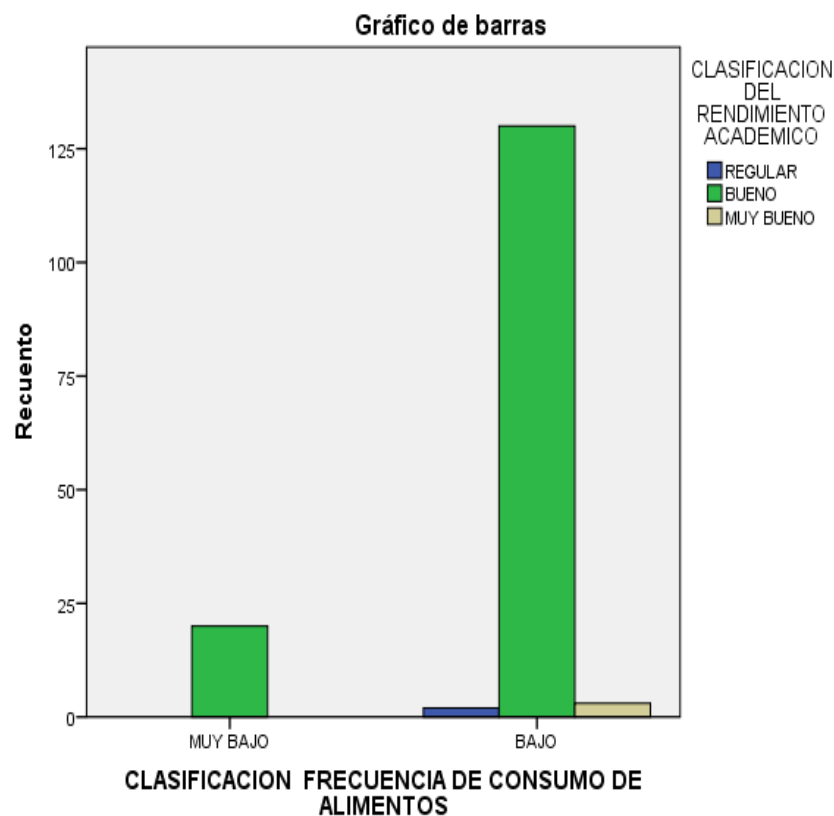
**Hipótesis alterna (Hi):** Existe relación entre frecuencia de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018.

**Tabla N° 11 : Relación entre Frecuencia de consumo y Rendimiento académico**

		RENDIMIENTO ACADEMICO							
		REGULAR				MUY BUENO			
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
FRECUENCIA DE CONSUMO	MUY BAJO	0	0	20	12,9	0	0,0	20	12,9
	BAJO	2	1,3	130	83,9	3	1,9	135	87,1
	TOTAL	2	1,3	150	96,8	3	1,9	155	100,0

Fuente: Base de datos

**Figura N° 11: Relación entre Frecuencia de consumo y Rendimiento académico**



Fuente: Tabla N° 14

2. Nivel de significancia: (alfa)  $\alpha = 5\%$
3. Estadístico de prueba: Chi cuadrado
4. Valor de P= ,682 ó 6,82%

Con una probabilidad del 6,82 % existe relación entre frecuencia de consumo de los alimentos y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018.

5. Toma de decisiones:

Existe relación entre frecuencia de consumo y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018.



## 6. Conclusiones:

Con el estadístico Chi cuadrado de ,765<sup>a</sup> y un valor de  $p= ,682$  ó 6,8% Mayor a 0.05, entonces no existe relación entre frecuencia de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018.

## IV. DISCUSION

El objetivo del estudio fue establecer la relación entre Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de formación Profesional Policial Región Moquegua.2018. Con dicha finalidad se aplicaron instrumentos para medir los Hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes, los resultados se muestran a continuación:

Respecto a la variable Hábitos alimenticios en la tabla y gráfico N° 1, se muestran los valores finales de la variable hábitos alimenticios, el 54,8% de los estudiantes perciben que tienen buenos hábitos alimenticios, solo el 45,2% tienen niveles bajos de hábitos alimenticios.

Algunos autores encontraron resultados similares a nuestros hallazgos referente a la variable hábitos alimenticios. Fernández (2014) menciona que: “El 58.3% de los estudiantes universitarios tienen hábitos alimenticios inadecuados, no cumplen con las comidas mínimas por día, consumen productos de pastelería a base de harinas, grasas saturadas, azúcares simples y sal, platos pre cocidos, reutilización del aceite, con patrones inadecuados de alimentación y el 41.7% tienen hábitos alimenticios adecuados.

(Monge di Natale, 2007). Menciona “del 100% (30) de internos de enfermería, el 58% tiene hábitos alimenticios inadecuados y 42% adecuados.

( Huisacayna,et.al, 2017) Concluye “El 46.1% presenta hábitos alimentarios poco adecuados, el 28,6% hábitos adecuados y el 25,3%

hábitos inadecuados, menciona que los hábitos alimentarios poco adecuados tendrían relación con el estado nutricional”

( Huisacayna,et.al, 2017) Menciona en su estudio que; “ El 59,09%(130 de los estudiantes de enfermería) presentan hábitos alimenticios eficientes y 40,91%(90 estudiantes) presentan hábitos alimenticios deficientes del 100% (220).”

La medición de la variable hábitos alimenticios se realizó a través de las dimensiones que la conforman respecto a la forma de consumo, lugar y/o ambiente, tipo de alimentos y frecuencia de consumo de alimentos, que son constituyentes de una alimentación saludable, adecuada y apropiada.

Respecto a la dimensión Forma de consumo de los alimentos, en la alimentación saludable se debe enfatizar el consumo bajo la forma de sancochados, guisos, al horno, a la plancha, con la finalidad de desalentar el uso de aceite en frituras por el efecto en la salud cardiovascular. Los resultados muestran que en la forma de consumo, el 63% tiene un nivel bajo de consumo apropiado para una alimentación saludable, mientras que el nivel bajo está constituido por el 39%

La dimensión Lugar y/ o ambiente en el que se consumen los alimentos tienen un efecto en la salud del individuo debido a que la transición de consumo de alimentos en el hogar se ha tornado a la alimentación institucional en restaurantes conllevando a hábitos no apropiados en la alimentación. Asimismo los resultados de Lugar y/o ambiente de consumo de los alimentos el 66.6% tiene un nivel bajo de lugar de consumo de los alimentos, mientras que el nivel Muy bajo está constituido por el 33,5%

Por otro lado (Torres Mallma, et.al., 2016) menciona que: respecto al lugar de consumo, comen en casa; los de primer año el 57.8% y los de sexto año (50,0%). El 11,5% que cursan el primer año consumían tres o más comidas al día y 30,1% en sexto año ( $p < 0,001$ ). Los hábitos alimentarios respecto al consumo de comida rápida y gaseosas al menos tres veces por semana el 13,3% de primer año y 18,7% de sexto año.

La alimentación saludable tiene como característica primordial el uso diario de los diferentes grupos de alimentos con la finalidad de lograr el aporte nutricional en cantidad, calidad que cubra los requerimientos de energía, proteínas, grasas, vitaminas y minerales de los individuos de acuerdo a su edad, estado de salud y el requerimiento energético y proteico compatible con un adecuado estado de salud. En la tabla y figura N° 4, se muestra el tipo de consumo, el 80,6% tiene un nivel bajo respecto al tipo consumo de los alimentos, mientras que el nivel Muy bajo está constituido por el 16,8% un valor de 2,6% Bueno.

Al respecto (Torres Mallma, et.al., 2016) encontró que la mayoría de los alumnos de primero y sexto año, consumía comida rápida el 28,9% y 37,8% consumía gaseosa.

La dimensión frecuencia de consumo de alimentos es prioritaria debido a que la ingesta de alimentos debe mantener una frecuencia apropiada de los mismos con la finalidad de cubrir los requerimientos nutricionales del individuo. Respecto a la frecuencia de consumo, el 87,1% tiene un nivel bajo respecto a la frecuencia de consumo de los alimentos, mientras que el nivel bajo está constituido por el 12,9%

Por otro lado (Torres Mallma, et.al., 2016) menciona que” respecto a frecuencia de comidas, un porcentaje mayoritario consumen las tres comidas del día.

La segunda variable en estudio lo constituye el rendimiento académico de los estudiantes en nuestro caso se ha constituido como variable fija. Los resultados de la misma se muestran que el 96,8% tiene rendimiento académico calificado como bueno, mientras que el nivel Muy Bueno está constituido por 1,9% estos resultados muestran el esfuerzo de los estudiantes de la escuela tanto en el ámbito académico como la valoración de la conducta individual, asimismo debe hacerse hincapié que el estudiante en formación policial ciñe su permanencia en la escuela por el rendimiento académico satisfactorio, los estudiantes con rendimiento deficiente son separados definitivamente de la escuela de formación.

En el estudio se plantearon hipótesis que permitirán conocer la relación entre las variables en estudio.

La hipótesis general señala que; existe relación entre hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018. Los resultados muestran que con la prueba de chi cuadrado de 2,532<sup>a</sup> y un valor de P= ,282 o 2,8% Menor a 0.05, entonces existe relación entre hábitos alimenticios y Rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018.

La hipótesis específica señala que” existe relación entre forma de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Profesional Policial Región Moquegua.2018

La forma de consumo de alimentos tendría un efecto sustancial debido al impacto de las costumbres alimentarias que promueven el consumo de comida rápida o comida chatarra de forma continua o esporádica en el rendimiento de los estudiantes debido principalmente al efecto termo génico de los alimentos los alimentos consumidos bajo la forma de frituras o con exceso de azúcares simples como jugos concentrados, tortas queques, pasteles tiene su expresión en los niveles elevados de triglicéridos, colesterol en los estudiantes que podría tener una repercusión indirecta en el estado de salud del estudiantes por tanto provocar bajas en el rendimiento individual, debido a la fatiga, adormecimiento y falta de concentración en aula, posterior al consumo de comidas copiosas.

Con el estadístico chi cuadrado de 2,923<sup>a</sup> y valor de p = ,232 ó 2,32 % Menor a 0.05, entonces existe relación entre la forma de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

El tipo de alimentos consumidos resume los principios fundamentales de la alimentación balanceada debido al impacto de los mismos en el estado nutricional y por ende en la salud física del individuo, en el entender que con los tipos de alimentos consumidos en forma diaria

deben contener los principios nutricionales entre macronutrientes y micronutrientes que requiere el organismo de forma diaria y permitan el adecuado desarrollo del individuo, una alimentación equilibrada permite que el organismo tenga la materia prima necesaria para las funciones de construcción, mantenimiento, metabolismo celular, etc.) por ello consideramos que una dieta de calidad de nutrientes guardan relación con el rendimiento individual de estudiantes en la escuela de formación policial, sabido es que los estudiantes en formación policial tienen como eje fundamental de su formación la preparación física del cuerpo con la finalidad de conseguir un elemento policial eficaz y eficiente, por ello la alimentación es la base fundamental de su formación con la finalidad de hacer frente a la exigencia académica en cuanto a preparación física.

Respecto a la segunda hipótesis específica señala que” Existe relación entre tipo de alimentos y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018”

La prueba chi cuadrado con un valor  $12,274^a$  y  $P= ,015$  ó  $0,15\%$  Menor a  $0.05$ , entonces Existe relación entre el tipo de alimentos y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.

El lugar y/ o ambiente en el que se consume la alimentación diaria, sea individual o institucionalizada tiene un efecto directo en el estado de salud del individuo y se expresa en el estado nutricional, debido a que la alimentación en el hogar es una alimentación equilibrada en sus principios nutricionales sin embargo la alimentación en lugares de consumo rápido como snack o restaurantes o quioscos ambulantes tiene su efecto en el estado de salud del individuo, debido al riesgo de consumir preparaciones muy hidrocarbonadas, con exceso de grasas y proteínas de origen animal

La tercera hipótesis específica menciona que”: existe relación entre lugar y/ o ambiente y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018. Con la prueba chi cuadrado de  $,246^a$  y un valor de  $p= ,884$  ó  $8,84\%$  Menor

a 0.05, entonces Existe relación entre lugar y/o ambiente y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

La alimentación saludable considera como uno de sus principios la adecuada ingesta de alimentos, balanceada, equilibrada y asegurar que el organismo reciba los nutrientes que requiere de forma diaria y de acuerdo a la etapa de vida

La cuarta hipótesis específica señala que “existe relación entre la frecuencia de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018”. Con el coeficiente chi cuadrado de ,765<sup>a</sup> y valor de  $p= ,682$  ó 6,8% Mayor a 0.05, entonces existe relación entre la frecuencia de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

## V. CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Con la prueba de chi cuadrado de 2,532<sup>a</sup> y valor de P= ,282 ó 2,8% Menor a 0.05, entonces existe relación entre Hábitos alimenticios y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial. Región Moquegua 2018.

**SEGUNDA:** El factor de riesgo modificable para obtener salud, lo constituyen los alimentos preparados saludablemente. Los estudiantes con buen estado de salud tendrán un buen rendimiento académico. Con el valor chi cuadrado de 2,923<sup>a</sup> y valor p = ,232 ó 2,32 % Menor a 0,05 entonces existe relación entre forma de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial. Región Moquegua.2018

**TERCERA:** La alimentación del ser humano, requiere cumplir los requisitos de calidad, cantidad, armonía y adecuación a la etapa de vida del individuo, la calidad de la alimentación está definida por el tipo de alimentos consumidos, estos deben procurar cubrir las necesidades nutricionales de los estudiantes en términos de macronutrientes y micronutrientes con la finalidad de asegurar un adecuado balance de energía para desarrollar las actividades académicas en una escuela de formación policial. Respecto a la relación entre tipo de alimentos y rendimiento académico. Con chi cuadrado de 12,274<sup>a</sup> y valor P= ,015 ó 0,15% Menor a 0.05, entonces existe relación entre tipo de alimentos y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

**CUARTA:** Para establecer hábitos alimenticios adecuados saludables se debe incorporar a las prácticas alimentarias diarias, el consumo de alimentos en el hogar o en establecimientos acreditados con prácticas saludables y prevenir la aparición de enfermedades crónicas. Los estudiantes que consumen alimentos en lugares no adecuados pueden afectar el rendimiento académico individual. Con chi cuadrado de ,246<sup>a</sup> y valor  $p=,884$  ó 8,84% Mayor a 0,05 entonces no existe relación entre el lugar y/o ambiente de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018.

**QUINTA:** Los hábitos alimenticios adecuados fomentan una vida saludable para los individuos, entre sus características se encuentra la frecuencia de consumo de alimentos en cantidad y calidad adecuada al gasto energético del individuo, probablemente se relacionaría con el rendimiento individual en el aula. Con chi cuadrado de ,765<sup>a</sup> y valor  $p=,682$  ó 6,8% Mayor a 0.05, entonces no existe relación entre la frecuencia de consumo y rendimiento académico en estudiantes. Escuela Técnico Superior Profesional Policial Región Moquegua.2018.



## **VI. RECOMENDACIONES**

**PRIMERA:** Al Director de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial para diseñar el Plan Escuela Saludable en la que se desarrollen acciones de información, educación y comunicación acerca de conductas y estilos de vida saludable.

**SEGUNDA:** Al Director de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua con la finalidad de establecer lineamientos para la implementación de la unidad de soporte nutricional al estudiante en formación que se encargue del diagnóstico y planificación de la alimentación institucional.

**TERCERA:** Al Gerente de la GERESA MOQUEGUA, a fin de establecer acciones de fortalecimiento en temas sanitarios en la entidad educativa policial, respecto a acciones de promoción de estilos de vida saludable en los estudiantes y personal profesional y técnico.

**CUARTA:** Al Jefe de la Unidad Académica de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial para incentivar y diseñar acciones de fortalecimiento de la práctica de actividad física en los estudiantes.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aguilar, G. (2015) *“Incidencia de los hábitos alimenticios en los niveles de rendimiento académico escolar en las instituciones educativas secundarias urbano marginales de Juliaca”*. (Tesis de Maestría Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez. Juliaca, Perú)
- Álvarez & Bendezú R. (2011) *“Estado nutricional y su relación con los hábitos alimenticios de los internos de la EAP de Enfermería de la Universidad Wiener, 2011”* (Tesis de Licenciatura. Universidad Wiener. Lima, Perú).
- Alves de Mattos, Luis. (1963) *“Compendio de Didáctica General”*. Buenos Aires, Kapelusz, 1963.
- Arévalo J. & Castillo J. (2011). *“Relación entre el estado nutricional y el rendimiento académico en los escolares de la institución educativa n° 0655 “José Enrique Celis bardales. Mayo – diciembre. 2011”*. (Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de San Martín. Amazonas, Perú)
- Ávalos, E. (1995) *“Correlación entre la motivación de logro y rendimiento académico”* (Trabajo de investigación. Universidad Nacional de Trujillo. La Libertad, Perú).
- Baird, D.C. Experimentación. México: Prentice Hall Hispanoamericana, 1992.
- Cervera, F. (2014) *“Hábitos Alimentarios en estudiantes universitarios. Universidad de Castilla - La Mancha.”* (Tesis doctoral Universidad a Distancia de Túnez. España).
- Clifford Margaret. Enciclopedia práctica de la Pedagogía. Barcelona, Océano. 1987.
- Córdova, Y (2006) *“Estrategia Metodológica AASAI y Rendimiento Académico en estudiantes de Obstetricia”* (Tesis de Maestría. Universidad Privada de Tacna. Tacna, Perú).
- Córdova, Y. (2017) *Curso “Alimentación saludable”*. Hospital Regional de Moquegua.

- Córdova, Y. (2018) Curso “Alimentación Saludable”. Gerencia Regional de Salud Moquegua, Red de Salud Ilo.
- Coronel, L & Villalva, V. (2011) “*Alimentación sana como factor importante en el rendimiento escolar de los estudiantes*”. (Proyecto de Título Profesional, Universidad Estatal de Milagro, Ecuador).
- Del Alcázar, G. & Puma, A. (2014) “*Educación en hábitos de vida saludable y el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios*”. (Tesis de Licenciatura. Madre de dios, Perú).
- EROSKI. (2012). *Programa educativo en Alimentacion y nutricion Saludable*. Fundacion EROSKI. España.
- Fernández, T. (2014). “*Hábitos alimenticios de los estudiantes de la Facultad de Enfermería*”. (Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Chachapoyas, Perú)
- García, G. (1983) “*Ansiedad debilitadora y rendimiento escolar*” en Psicología, Año 1, Vol. I. PUCP, 1983. Pág. 61 – 65.
- Galarza,V.(2018).*Habitos Alimenticios Saludables*. Obtenido de [www.cecu.es/publicaciones Hábitos alimenticios Saludables/pdf](http://www.cecu.es/publicaciones_Habitos_alimenticios_Saludables/pdf). Recuperado el 13/07/2018
- Greppi, G. (2012) “*Hábitos alimentarios en escolares adolescentes*” (Tesis de Licenciatura en Nutrición. Universidad Abierta Interamericana. Argentina).
- Gil Malca, Guillermo. “*Tecnología de la enseñanza – aprendizaje*” Trujillo: INDDEP. 1990.
- Helizalde, H. A. (2006). Una revision ciritica del debate sobre las necesidades humanas desde el enfoque centrado en la persona. *POLIS Revista de la Universidad Bolivariana*, 14-18.
- Hinostroza Hilda. (1992) Alimentación y Nutrición básica. Perú.

- Howard C., Warren. *Diccionario de Psicología*. México, Fondo de Cultura Económica. 1991.
- Huisacayna et.al (2017) “*Hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga de Ica”*. Setiembre 2016 - Agosto 2017”. Artículo publicado en Revista de Enfermería de vanguardia, 2017; 5(2) 77-86
- Linares Huaco Víctor Hugo (1992) Evaluación Educativa. UNSA. Arequipa.
- Lozano, M. (2003). “*Condicionantes socioeconómicos de los hábitos alimentarios e ingesta de energía y nutrientes en escolares de la población española.*” (Tesis doctoral. Universidad Complutense de Madrid. España)
- Macedo.et.al. (2008). Hábitos alimentarios en Adolescentes de la zona urbana de Guadalajara, Mexico. *Antropo*, 29-41.
- Meraz, L. C. ( 2014). “*Hábitos alimenticios: Los saludables y los que debes evitar.*” Obtenido de <http://www2.esmas.com/salud/nutricion/662441/habitos-alimenticios/> el 21/07/18
- Monge Di Natale, J. (2007) “*Hábitos alimenticios y su relación con el índice de masa corporal de los internos de enfermería de la U.N.M.S.M.*” (Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima. Perú)
- Natalven, J. ( 2018). *Dieta y Nutricion en diferentes etapas de vida*. Obtenido de Malos hábitos de alimentación en adolescentes: [www.webconsultas.com/dietas-y-nutricion-en-diferentes-etapas-de-vida/nutricion-en-adolescentes/Malos hábitos.06/07/18](http://www.webconsultas.com/dietas-y-nutricion-en-diferentes-etapas-de-vida/nutricion-en-adolescentes/Malos-habitos.06/07/18)
- Nava B. Mariné et. al. (2011) “*Hábitos alimentarios, actividad física y su relación con el estado nutricional-antropométrico de preescolares*” Artículo de la Revista Chilena de Nutrición Vol. 38, N°3, Septiembre 2011.
- NESTLE. (2018) *Alimentación Saludable*. Obtenido de [www.nestle/alimentacion-saludable/habitos alimenticios.02.04.18](http://www.nestle/alimentacion-saludable/habitos-alimenticios.02.04.18)

- Oscuivilca et. al. (2016) "*Hábitos alimentarios y estado nutricional de los estudiantes de las universidades de la Región Lima – 2015*". Artículo publicado en *Bing Bang Faustiano* 2016; 5(3): 18 – 22
- OMS. (2015). *Nota descriptiva sobre alimentación sana N° 394*. Roma: Organización Mundial de la Salud.
- OPS. (2007 )" *Factores sociales en las conductas alimentarias de estudiantes universitarios*". *Revista Chilena de Nutrición, Chile, Vol.36(4)*, 109
- Paredes Vargas Oscar (2004)." *Influencia que ejerce el carácter en el rendimiento académico de los estudiantes de Ingeniería.*" (Tesis de Maestría. Universidad Privada de Tacna. Tacna, Perú).
- PLANCAD Secundaria 1999." *Manual para Docentes de Educación Secundaria*". Ministerio de Educación.
- Pérez Loredo Laura. La evaluación dentro del proceso enseñanza – aprendizaje, en *La Academia*. Setiembre – octubre de 1997.
- Ramírez, M. (1998) "*Como influyen los hábitos alimenticios en los estudiantes de educación media superior en su rendimiento escolar*". (Tesis de Maestría Universidad Autónoma de Nuevo León. México).
- Ramírez de Peña, D. (2014) "*Estado nutricional y rendimiento académico en estudiantes de educación media de los colegios IPARM*". (Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de Colombia-sede Bogotá. Colombia).
- Ramos, L. (2007). "*Hábitos comportamientos y actitudes de los adolescentes inmigrantes acerca de Nutrición*". (Tesis Doctoral. Universidad de Granada. España).
- Riba y Sicart, M. (2002)" *Estudio de los hábitos alimentarios en población universitaria y sus condicionantes*". Tesis doctoral. Universidad Autónoma de Barcelona. España).
- Rivera M. (2014) *Hábitos alimentarios en estudiantes de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco*. Disponible en: [http://www.bvs.sld.cu/revistas/spu/vol32\\_3\\_06/spu05306.htm](http://www.bvs.sld.cu/revistas/spu/vol32_3_06/spu05306.htm). Acceso: 20/04/2018

- Sebastián Reyes Rosa Esther (2015).” *Influencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico de los estudiantes de trabajo social*”. (Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de Trujillo. La Libertad, Perú)
- Stalein et.al. (2014) “*Hábitos y costumbres alimentarias de los estudiantes de la carrera de nutrición y gastronomía de la Universidad LE CORDON BLEU PERU*”.
- Tapia, Arestegui Isaac. Evaluación Educativa. Arequipa: Ediciones ITARE, 1993
- Tapia Arestegui Isaac. Tecnología del aprender y el aprendizaje. Arequipa: ITARE, 2000.
- Torres-Mallma et.al. (2016) “*Hábitos alimentarios en estudiantes de medicina de primer y sexto año de una Universidad Privada de Lima, Perú.*” Artículo publicado en la Revista Chilena de Nutrición, Vol. 43. Nº 2. 2016
- UNESCO. (2014). *El rendimiento academico en el contexto educativo actual*.  
Barcelona.

**ANEXOS**

**ANEXO 01: INSTRUMENTOS**  
**CUESTIONARIO DE HABITOS ALIMENTICIOS**

<b>PROMOCION:</b>		<b>SECCION:</b>		<b>FECHA:</b>	
<b>SEXO:</b>		<b>PROCEDENCIA</b>		<b>CICLO:</b>	
<b>EDAD:</b>					

**INSTRUCCIONES:** Marcar con un aspa, la alternativa escogida que Ud. considere conveniente.

**Indicación:** Señor Estudiante, solicitamos su colaboración, para que realice el análisis de los ítems del: “**CUESTIONARIO DE ENCUESTA DE HABITOS ALIMENTICIOS**” que le mostramos, marque con un aspa el casillero que cree conveniente de acuerdo a su criterio, la información recabada será utilizada con absoluta confidencialidad, con fines académicos.

1. Nunca.	2. Casi nunca.	3. A veces.	4. Casi siempre.	5. Siempre
-----------	----------------	-------------	------------------	------------

Nº	ÍTEMS	PUNTAJE				
		1	2	3	4	5
<b>Dimensión N° 01: FORMA DE CONSUMO DE ALIMENTOS</b>						
1	¿Consumes frituras antes que guisos o sancochados en la alimentación diaria?					
<b>Dimensión N° 02: TIPO DE ALIMENTOS CONSUMIDOS</b>		1	2	3	4	5
2	¿Las infusiones y los mates son consumidas en el desayuno?					
3	¿El desayuno consta de Pan, Cereales, queso, palta o huevo?					
4	¿Los alimentos ingeridos entre comidas son golosinas, postres o gaseosas?					
5	¿Las carnes de pollo, pavita, pescado son consumidas en el almuerzo?					
6	¿Las menestras o cereales son consumidas en el almuerzo?					
7	¿Las verduras frescas son consumidas diariamente en el almuerzo?					
8	¿Las frutas son consumidas a diario después del almuerzo?					
9	¿Los líquidos como agua fresca o infusiones son consumidas en el almuerzo?					
10	¿Ocasionalmente consumes postres después del almuerzo?					
11	¿La cena que ingieres es similar al almuerzo?					
<b>Dimensión N° 03: LUGAR Y/O AMBIENTE DE CONSUMO</b>		1	2	3	4	5
12	¿Desayunas a diario en el Hogar?					
13	¿Almuerzas a diario, fuera del hogar?					
14	¿Frecuentemente eliges cenar fuera del hogar?					
15	¿Dedicas más de 30 minutos a la ingesta de los alimentos?					
<b>Dimensión N° 4: FRECUENCIA DE CONSUMO</b>						



16	¿Consumes desayuno todos los días?					
17	¿Consumes Almuerzo todos los días?					
18	¿Consumes Cena todos los días?					
19	¿Consumes alimentos entre comidas todos los días?					
20	¿La frecuencia de consumo de vísceras y/o mariscos es 3 veces a la semana?					
21	¿La frecuencia de consumo de carnes blancas (pollo, pavita, pescado) es 3 a 4 veces a la semana?					
22	¿La frecuencia de consumo de carnes rojas (res, cordero, cerdo) es menos de 2 veces a la semana?					
23	¿La frecuencia de consumo de frutas es a diario?					
24	¿La frecuencia de consumo de verduras es a diario?					
25	¿La frecuencia de consumo de menestras es 2 veces por semana?					
26	¿La frecuencia de consumo de leche es a diario?					
27	¿La frecuencia de consumo de cereales (pan, trigo, quinua) es a diario?					
28	¿La frecuencia de consumo de gaseosas, es a diario?					
29	¿La frecuencia de consumo de jugos de frutas naturales es a diario?					
30	¿El consumo promedio diario de líquidos es de 2 a 3 litros?					

**Sres. Estudiantes agradecida con su colaboración.**



## **ANEXO Nº 2 MATRIZ DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS**





	Frecuencia consumo de verduras a la semana	7. ¿La frecuencia de consumo de carnes rojas (res, cordero, cerdo es menos de 2 veces a la semana?																		
	Frecuencia de consumo de Menestras	8. ¿La frecuencia de consumo de frutas es a diario?																		
	Frecuencia de consumo de leche y derivados	9. ¿La frecuencia de consumo de verduras es a diario?																		
	Frecuencia de consumo de cereales	10. ¿La frecuencia de consumo de menestras es 2 veces por semana?																		
	Frecuencia de consumo de gaseosas	11. ¿La frecuencia de consumo de leche es a diario?																		
	Frecuencia de consumo de jugos de frutas naturales.	12. ¿La frecuencia de consumo de cereales (pan, trigo, quinua) es a diario?																		
	Consumo promedio diario de líquidos	13. ¿La frecuencia de consumo de gaseosas, es a diario?																		
		14. ¿La frecuencia de consumo de jugos de frutas naturales es a diario?																		
15. ¿El consumo promedio diario de líquidos es de 2 a 3 litros?																				

---

FIRMA DEL EVALUADOR



<p>¿Qué grado de relación existe entre el tipo de alimentos y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018</p> <p>¿Qué grado de relación existe entre el lugar o ambiente de consumo de alimentos y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018?</p> <p>¿Qué grado de relación existe entre la frecuencia de consumo de los alimentos y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018?</p>	<p>Policial – Región Moquegua.2018</p> <p>Establecer el grado de relación entre el tipo de alimentos y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018</p> <p>Establecer el grado de relación entre el lugar o ambiente de consumo de alimentos y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018</p> <p>Establecer el grado de relación entre la frecuencia de consumo de los alimentos y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018</p>	<p>Antecedentes nacionales: Aguilar (2015) “Incidencia de los hábitos alimenticios en los niveles de rendimiento académico instituciones educativas secundarias urbano marginales de Juliaca”</p> <p>Arévalo y Castillo (2011) “Relación entre el estado nutricional y el rendimiento académico en los escolares.</p> <p>Álvarez y Bendezú (2011) “Estado nutricional y su relación con los hábitos alimenticios de los internos de la EAP de Enfermería de la Universidad Wiener.”</p> <p>Monge Di Natale (2007) “Hábitos alimenticios y su relación con el índice de masa corporal de los internos de enfermería de la U.N.M.S.M</p>	<p>el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018</p> <p>Existe relación entre la frecuencia de consumo de los alimentos y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018</p>	<p>Encuesta: - Cuestionario de Hábitos Alimenticios.</p> <p>Documental: Ficha de recolección de datos</p> <p><b>Técnicas de procesamiento de datos:</b> distribución de frecuencias, estadístico de prueba: Chi Cuadrado,</p>
--	---	--	---	---



**ANEXO N° 4: CONSTANCIA EMITIDA POR LA ESCUELA DE EDUCACION SUPERIOR TECNICO PROFESIONAL DE LA  
POLICIA NACIONAL DEL PERU – MOQUEGUA, QUE ACREDITA LA REALIZACION DEL ESTUDIO  
(AUTORIZACION PARA REALIZAR LA INVESTIGACION)**



PERÚ

Ministerio  
del Interior

Policía  
Nacional del Perú

Dirección Ejecutiva de  
Educación y Doctrina

EESTP PNP  
Moquegua

“AÑO DEL DIALOGO Y LA RECONCILIACION NACIONAL”

Moquegua, 22 de mayo del 2018

**OFICIO N° 180 -2018-ENFP- PNP /EESTP MOQUEGUA-DEPEDU. ASES. ACAD.**

SEÑOR : ANGEL NESTOR TITO CALIZAYA  
COORDINADOR DE LA UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO  
FILIAL - MOQUEGUA.

ASUNTO : Sobre facilidades brindadas a la estudiante del III – Ciclo de  
la Maestría en Administración de la Educación. Por motivo  
que se indica.

REF. : Oficio N° 095-2018-UCV-CM/MOQ.


Es particularmente grato dirigirme a Usted., haciéndole llegar mi cordial saludo a nombre de la Corporación de Jefes, Oficiales, Suboficiales y Estudiantes PNP de esta Casa Superior de Estudios y a la vez hacerle conocer que de conformidad a lo solicitado en el documento de la referencia, la Licenciada Asistente Social Erika Yuri, TAIRA FLOR estudiante de la Maestría en Administración de la Educación de la Institución Universitaria que Usted., representa se encuentra recibiendo todas las facilidades necesarias para que desarrolle el trabajo de investigación del Curso de Proyecto de Tesis denominado: “ HABITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ACADEMICO EN LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA DE EDUCACION SUPERIOR TECNICO PROFESIONAL DE LA POLICIA NACIONAL DEL PERU – REGION MOQUEGUA”, habiéndose programado la aplicación de instrumentos de evaluación el día martes 22 de mayo a las 08:00 horas

Aprovecho la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración y alta estima personal.

RANG/FFF.

Atentamente



  
Ca. 223064  
Ricardo Asinto NEIRA GUTIERREZ  
COMANDANTE PNP  
DIRECTOR DE LA ESCUELA DE EDUCACION  
SUPERIOR TECNICO PROFESIONAL  
MOQUEGUA

Av. Miguel Zevallos Málaga G-10 Samegua-Moquegua

TELEFONO: 964596231

EMAIL: ets\_moquegua@hotmail.com



2	3	4	4	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	3	67	BAJO	MUY BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
1	3	4	3	1	3	1	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	72	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	2	4	4	3	3	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	75	BUENO	BAJO	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO
3	2	4	3	1	1	3	3	4	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	79	BUENO	BAJO MUY BAJO MUY	BAJO MUY BAJO	BAJO MUY BAJO	BAJO MUY BAJO	BAJO MUY BAJO
2	1	1	1	1	1	2	3	3	2	4	2	2	2	1	3	3	3	2	1	1	2	3	2	2	2	1	3	1	2	59	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	3	3	4	2	3	2	3	4	2	1	2	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	74	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
1	3	4	4	1	3	1	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	1	1	3	3	1	3	2	2	3	1	2	2	72	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	3	4	1	2	3	1	3	4	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	72	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	3	4	1	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	74	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	2	4	1	1	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	73	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	3	4	4	2	3	3	3	1	2	4	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	81	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	3	2	4	1	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	3	3	3	1	1	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	73	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO
1	3	1	4	1	3	1	2	3	2	2	1	1	1	3	3	3	3	1	1	3	2	3	3	3	3	2	3	1	2	65	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
1	2	4	4	2	1	1	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	71	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO
3	3	4	4	1	3	1	3	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	78	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	3	4	4	1	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	77	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO
1	3	4	1	2	3	2	3	3	3	2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	1	2	2	71	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO
3	3	4	4	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	74	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO
3	3	4	1	1	3	2	2	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	1	2	2	74	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	3	4	4	2	1	3	3	4	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	80	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	2	4	4	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	75	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO
3	3	4	4	1	1	3	1	3	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	2	2	4	1	2	2	3	1	2	4	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	68	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO
2	2	4	3	1	3	2	1	3	2	4	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	66	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO



1	1	1	4	2	1	1	1	2	2	2	3	3	2	1	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	61	BAJO	MUY BAJO MUY	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
2	1	1	4	2	3	2	2	3	2	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	1	72	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
3	3	4	4	1	3	3	1	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	78	BUENO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
1	1	1	1	1	2	2	1	3	2	1	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	55	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
3	1	4	4	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	1	1	3	2	1	70	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
3	1	1	4	2	1	2	1	3	2	4	2	2	2	1	3	3	3	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	66	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
2	1	3	4	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	1	1	62	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
1	3	1	4	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	63	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	1	4	4	1	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	1	66	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
2	1	1	4	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	1	63	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
1	1	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	59	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
1	3	4	4	2	3	1	1	3	2	4	2	2	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	73	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
1	1	4	4	3	3	2	1	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	67	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
3	3	1	4	2	3	2	1	4	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	78	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
3	1	3	4	4	1	1	1	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	2	1	3	1	1	69	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
2	1	1	1	4	1	1	1	3	2	4	2	3	3	1	3	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	3	1	1	59	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
2	1	1	2	2	1	2	1	3	2	4	3	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	3	1	1	51	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
2	3	4	4	1	1	1	3	1	1	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	1	71	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
2	2	1	2	1	3	1	1	4	2	4	3	3	3	1	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	68	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
2	2	4	4	1	3	1	1	1	2	2	3	3	3	1	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	70	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
2	1	4	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	3	1	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	1	61	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
2	1	1	2	1	3	2	1	1	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	1	2	2	2	1	2	1	2	3	2	1	57	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
3	3	2	4	2	3	1	2	1	3	4	3	3	3	2	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	78	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	3	4	4	1	2	3	1	3	2	4	3	3	2	1	3	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	71	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	



3	3	4	4	2	3	1	3	1	2	2	3	2	3	1	3	3	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	68	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	2	2	4	4	2	1	3	4	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	72	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	3	4	4	1	2	1	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	1	76	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
3	2	4	4	2	3	1	1	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	78	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	
3	3	4	4	4	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	79	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO
1	3	4	4	1	4	1	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	1	75	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	
2	3	4	4	1	3	2	1	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	74	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	
2	3	4	4	1	2	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	76	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	
1	2	2	4	1	2	2	3	4	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	
2	3	4	4	1	3	2	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	77	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	
2	3	4	3	2	1	2	1	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	74	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	
2	3	3	4	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	76	BUENO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
1	1	1	4	3	1	1	1	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	3	60	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	
2	4	4	1	1	3	2	1	3	3	4	2	2	3	1	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	1	1	71	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO	
3	1	4	4	2	3	3	1	3	3	4	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	72	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO
2	3	3	4	2	3	3	2	4	3	4	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	76	BUENO	BAJO MUY	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO	
1	3	3	4	1	3	2	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	1	71	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
3	2	1	4	3	2	2	2	3	3	4	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	1	1	58	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY
3	3	3	3	1	3	1	1	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	73	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
3	1	1	3	2	1	1	1	2	3	4	2	2	2	1	1	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	58	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY
3	3	3	4	2	3	3	1	4	3	2	3	3	3	1	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	77	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	
2	3	1	3	1	3	1	3	3	3	1	3	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	65	BAJO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY
2	3	3	4	1	3	2	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	76	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY
2	3	4	4	1	3	3	3	4	2	1	3	3	3	1	3	3	3	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	72	BUENO	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO MUY	



1	2	4	4	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	75	BUENO	MUY BAJO	BAJO	MUY BAJO	BAJO	BAJO
1	1	4	4	1	3	1	3	1	1	4	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	71	BUENO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	3	4	4	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	3	67	BAJO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
1	3	4	3	1	3	1	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	72	BUENO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	2	4	4	3	3	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	75	BUENO	MUY BAJO	BUENO	BAJO	BAJO	BAJO
3	2	4	3	1	1	3	3	4	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	79	BUENO	MUY BAJO	BAJO MUY	BAJO MUY	BAJO	BAJO MUY
2	1	1	1	1	1	2	3	3	2	4	2	2	2	1	3	3	3	2	1	1	2	3	2	2	2	1	3	1	2	59	BAJO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	3	3	4	2	3	2	3	4	2	1	2	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	74	BUENO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
1	3	4	4	1	3	1	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	1	1	3	3	1	3	2	2	3	1	2	2	72	BUENO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	3	4	1	2	3	1	3	4	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	72	BUENO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	3	4	1	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	74	BUENO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
2	2	4	1	1	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	73	BUENO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	3	4	4	2	3	3	3	1	2	4	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	81	BUENO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO
3	3	2	4	1	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	3	3	3	1	1	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	73	BUENO	MUY BAJO	BAJO	MUY BAJO	BAJO	BAJO
1	3	1	4	1	3	1	2	3	2	2	1	1	1	3	3	3	3	1	1	3	2	3	3	3	3	2	3	1	2	65	BAJO	MUY BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO

### BASE DE DATOS RENDIMIENTO ACADEMICO

14	13	17	16	15	15	16	16	14	16	15	15,18	17,5	15,84	BUENO
15	14	17	16	16	17	16	16	14	17	16	15,82	17,2	16,21	BUENO
14	14	17	17	14	14	16	16	15	17	17	15,55	18,6	16,42	BUENO
15	15	18	16	16	17	16	17	19	17	17	16,64	18,2	17,08	BUENO
14	13	17	18	15	17	16	17	18	17	16	16,18	17,4	16,53	BUENO
14	14	17	17	15	17	16	16	15	17	16	15,82	19,8	16,96	BUENO
14	14	18	17	17	18	16	17	17	18	16	16,55	19,5	17,39	BUENO
13	13	17	17	15	16	15	17	13	17	16	15,36	19,5	16,55	BUENO
14	13	18	17	16	15	16	16	14	16	16	15,55	17,9	16,22	BUENO
15	13	16	15	16	16	14	18	14	17	16	15,45	19,3	16,55	BUENO
16	15	18	17	17	17	16	17	15	18	17	16,64	19,1	17,34	BUENO
15	13	18	16	17	16	16	17	17	17	17	16,27	19	17,05	BUENO
14	14	18	17	16	17	17	17	16	18	15	16,27	18,1	16,79	BUENO
14	15	18	17	15	18	15	16	16	16	15	15,91	19,2	16,85	BUENO
14	14	17	17	17	17	17	18	18	16	17	16,55	19,3	17,33	BUENO
16	15	17	17	16	18	16	18	16	17	18	16,73	19,4	17,49	BUENO
15	14	18	17	16	17	16	17	16	17	17	16,36	18,9	17,09	BUENO
18	15	18	18	18	18	18	17	20	16	18	17,64	20	18,31	EXCELENTE
16	14	17	17	17	16	16	18	19	17	17	16,73	16,8	16,75	BUENO
14	14	17	17	14	16	16	17	17	16	17	15,91	18,6	16,68	BUENO
15	15	17	18	16	17	16	17	17	17	18	16,64	18,9	17,28	BUENO
17	14	19	18	17	18	18	17	20	17	17	17,45	18,7	17,81	BUENO
16	14	18	16	16	17	15	17	15	17	16	16,09	19,4	17,04	BUENO
15	14	19	17	17	16	16	17	16	18	16	16,45	19,6	17,35	BUENO
15	14	19	16	16	17	15	18	16	18	17	16,45	20	17,47	BUENO

14	14	19	17	15	19	16	17	16	17	16	16,36	20	17,4	BUENO
13	14	16	17	15	15	16	16	15	18	16	15,55	18,1	16,28	BUENO
14	12	17	17	13	13	16	13	13	17	14	14,45	16,3	14,98	REGULAR
13	13	16	16	15	13	15	17	16	17	16	15,18	19,3	16,36	BUENO
13	14	19	18	14	14	16	17	13	16	15	15,36	20	16,69	BUENO
16	14	17	18	15	13	16	17	15	16	16	15,73	18,8	16,61	BUENO
17	14	16	19	17	16	18	17	15	17	16	16,55	19,9	17,5	BUENO
15	14	18	18	16	16	17	17	14	16	15	16	20	17,14	BUENO
17	14	19	18	16	17	16	16	16	17	15	16,45	18,9	17,15	BUENO
17	14	16	17	16	13	17	17	15	17	15	15,82	19,7	16,93	BUENO
15	13	17	17	16	16	15	17	15	17	15	15,73	19,5	16,81	BUENO
17	15	17	16	16	16	17	17	18	17	17	16,64	19,5	17,45	BUENO
15	15	17	17	17	15	18	17	15	16	16	16,18	16,6	16,3	BUENO
17	13	18	18	18	13	17	17	17	17	18	16,64	20	17,6	BUENO
16	15	18	18	17	15	17	17	14	18	16	16,45	19,6	17,35	BUENO
16	15	19	18	16	15	15	18	14	16	16	16,18	19,7	17,19	BUENO
16	14	17	17	17	14	16	18	17	17	17	16,36	18	16,83	BUENO
14	13	18	17	15	16	15	18	13	17	15	15,55	20	16,82	BUENO
16	14	17	17	16	16	16	17	14	16	15	15,82	18	16,44	BUENO
14	13	19	17	16	13	15	16	15	18	14	15,45	13,4	14,87	REGULAR
16	15	19	17	17	17	16	18	16	17	16	16,73	19,8	17,61	BUENO
15	13	20	17	16	17	16	17	16	15	15	16,09	19,2	16,98	BUENO
14	13	16	16	18	14	16	16	16	17	16	15,64	19,1	16,63	BUENO
16	14	18	19	16	16	16	17	15	18	17	16,55	19,7	17,45	BUENO
15	13	18	17	16	17	17	16	19	18	16	16,55	18,3	17,05	BUENO
16	15	18	18	18	17	16	18	16	16	17	16,82	19,7	17,64	BUENO
17	14	18	17	16	16	15	18	15	19	17	16,55	20	17,53	BUENO
18	16	18	19	18	19	19	18	17	17	17	17,82	19,3	18,24	EXCELENTE

17	14	18	17	17	13	15	18	16	17	15	16,09	18,2	16,69	BUENO
18	15	17	17	16	14	13	17	14	16	15	15,64	19,2	16,65	BUENO
15	14	18	16	16	15	14	16	13	16	15	15,27	17,9	16,02	BUENO
17	15	18	17	17	17	16	17	17	18	16	16,82	19,1	17,47	BUENO
15	15	17	17	16	14	16	17	16	17	15	15,91	17,8	16,45	BUENO
15	15	17	17	16	14	13	18	13	17	15	15,45	19,6	16,64	BUENO
15	15	19	17	18	16	16	17	16	17	14	16,36	17	16,55	BUENO
17	15	17	16	16	17	15	17	16	17	16	16,27	19,7	17,25	BUENO
15	14	18	17	17	17	15	16	16	17	17	16,27	19	17,05	BUENO
18	14	18	18	16	18	17	17	17	18	17	17,09	18	17,35	BUENO
14	15	19	16	16	13	13	17	14	17	15	15,36	18,9	16,37	BUENO
16	15	18	17	17	18	16	18	16	18	16	16,82	19,1	17,47	BUENO
15	14	18	17	16	14	16	17	15	17	15	15,82	17,8	16,38	BUENO
15	13	16	15	15	14	13	16	14	17	14	14,73	17,2	15,43	BUENO
15	14	18	17	16	15	13	18	14	17	14	15,55	19,2	16,59	BUENO
16	15	16	17	16	15	14	17	13	16	15	15,45	19	16,47	BUENO
13	15	19	16	16	14	14	17	17	17	15	15,73	18,5	16,52	BUENO
15	15	17	17	15	14	15	17	17	17	15	15,82	17,5	16,3	BUENO
14	14	17	15	15	13	13	17	13	17	13	14,64	17,4	15,43	BUENO
16	15	17	17	16	17	16	17	16	16	16	16,27	19,3	17,14	BUENO
17	16	18	18	17	15	17	17	16	18	15	16,73	19,1	17,41	BUENO
16	15	18	17	16	15	15	17	14	17	16	16	18,4	16,69	BUENO
17	16	18	17	16	19	15	18	17	17	17	17	20	17,86	BUENO
13	14	19	18	16	14	14	16	14	17	15	15,45	18,1	16,21	BUENO
17	15	18	17	16	19	17	17	17	17	17	17	19,3	17,66	BUENO
14	13	15	16	15	13	14	16	15	17	14	14,73	18,8	15,89	BUENO
14	13	17	16	15	15	16	16	14	16	15	15,18	19,8	16,5	BUENO
15	14	17	16	16	17	16	16	14	17	16	15,82	17,5	16,3	BUENO

14	14	17	17	14	14	16	16	15	17	17	15,55	17,2	16,02	BUENO
15	15	18	16	16	17	16	17	19	17	17	16,64	18,6	17,2	BUENO
14	13	17	18	15	17	16	17	18	17	16	16,18	18,2	16,76	BUENO
14	14	17	17	15	17	16	16	15	17	16	15,82	17,4	16,27	BUENO
14	14	18	17	17	18	16	17	17	18	16	16,55	19,8	17,48	BUENO
13	13	17	17	15	16	15	17	13	17	16	15,36	19,5	16,55	BUENO
14	13	18	17	16	15	16	16	14	16	16	15,55	19,5	16,68	BUENO
15	13	16	15	16	16	14	18	14	17	16	15,45	17,9	16,15	BUENO
16	15	18	17	17	17	16	17	15	18	17	16,64	19,3	17,4	BUENO
15	13	18	16	17	16	16	17	17	17	17	16,27	19,1	17,08	BUENO
14	14	18	17	16	17	17	17	16	18	15	16,27	19	17,05	BUENO
14	15	18	17	15	18	15	16	16	16	15	15,91	18,1	16,54	BUENO
14	14	17	17	17	17	17	18	18	16	17	16,55	19,2	17,3	BUENO
16	15	17	17	16	18	16	18	16	17	18	16,73	19,3	17,46	BUENO
15	14	18	17	16	17	16	17	16	17	17	16,36	19,4	17,23	BUENO
18	15	18	18	18	18	18	17	20	16	18	17,64	18,9	18	BUENO
16	14	17	17	17	16	16	18	19	17	17	16,73	20	17,66	BUENO
14	14	17	17	14	16	16	17	17	16	17	15,91	16,8	16,16	BUENO
15	15	17	18	16	17	16	17	17	17	18	16,64	18,6	17,2	BUENO
17	14	19	18	17	18	18	17	20	17	17	17,45	18,9	17,87	BUENO
16	14	18	16	16	17	15	17	15	17	16	16,09	18,7	16,84	BUENO
15	14	19	17	17	16	16	17	16	18	16	16,45	19,4	17,3	BUENO
15	14	19	16	16	17	15	18	16	18	17	16,45	19,6	17,35	BUENO
14	14	19	17	15	19	16	17	16	17	16	16,36	20	17,4	BUENO
13	14	16	17	15	15	16	16	15	18	16	15,55	20	16,82	BUENO
14	12	17	17	13	13	16	13	13	17	14	14,45	18,1	15,5	BUENO
13	13	16	16	15	13	15	17	16	17	16	15,18	16,3	15,5	BUENO
13	14	19	18	14	14	16	17	13	16	15	15,36	19,3	16,49	BUENO

16	14	17	18	15	13	16	17	15	16	16	15,73	20	16,95	BUENO
17	14	16	19	17	16	18	17	15	17	16	16,55	18,8	17,19	BUENO
15	14	18	18	16	16	17	17	14	16	15	16	19,9	17,11	BUENO
17	14	19	18	16	17	16	16	16	17	15	16,45	20	17,47	BUENO
17	14	16	17	16	13	17	17	15	17	15	15,82	18,9	16,7	BUENO
15	13	17	17	16	16	15	17	15	17	15	15,73	19,7	16,86	BUENO
17	15	17	16	16	16	17	17	18	17	17	16,64	19,5	17,45	BUENO
15	15	17	17	17	15	18	17	15	16	16	16,18	19,5	17,13	BUENO
17	13	18	18	18	13	17	17	17	17	18	16,64	16,6	16,63	BUENO
16	15	18	18	17	15	17	17	14	18	16	16,45	20	17,47	BUENO
16	15	19	18	16	15	15	18	14	16	16	16,18	19,6	17,16	BUENO
16	14	17	17	17	14	16	18	17	17	17	16,36	19,7	17,32	BUENO
14	13	18	17	15	16	15	18	13	17	15	15,55	18	16,25	BUENO
16	14	17	17	16	16	16	17	14	16	15	15,82	20	17,01	BUENO
14	13	19	17	16	13	15	16	15	18	14	15,45	18	16,18	BUENO
16	15	19	17	17	17	16	18	16	17	16	16,73	13,4	15,78	BUENO
15	13	20	17	16	17	16	17	16	15	15	16,09	19,8	17,15	BUENO
14	13	16	16	18	14	16	16	16	17	16	15,64	19,2	16,65	BUENO
16	14	18	19	16	16	16	17	15	18	17	16,55	19,1	17,28	BUENO
15	13	18	17	16	17	17	16	19	18	16	16,55	19,7	17,45	BUENO
16	15	18	18	18	17	16	18	16	16	17	16,82	18,3	17,24	BUENO
17	14	18	17	16	16	15	18	15	19	17	16,55	19,7	17,45	BUENO
18	16	18	19	18	19	19	18	17	17	17	17,82	20	18,44	EXCELENTE
17	14	18	17	17	13	15	18	16	17	15	16,09	19,3	17,01	BUENO
18	15	17	17	16	14	13	17	14	16	15	15,64	18,2	16,37	BUENO
15	14	18	16	16	15	14	16	13	16	15	15,27	19,2	16,39	BUENO
17	15	18	17	17	17	16	17	17	18	16	16,82	17,9	17,13	BUENO
15	15	17	17	16	14	16	17	16	17	15	15,91	19,1	16,82	BUENO

15	15	17	17	16	14	13	18	13	17	15	15,45	17,8	16,12	BUENO
15	15	19	17	18	16	16	17	16	17	14	16,36	19,6	17,29	BUENO
17	15	17	16	16	17	15	17	16	17	16	16,27	17	16,48	BUENO
15	14	18	17	17	17	15	16	16	17	17	16,27	19,7	17,25	BUENO
18	14	18	18	16	18	17	17	17	18	17	17,09	19	17,64	BUENO
14	15	19	16	16	13	13	17	14	17	15	15,36	18	16,12	BUENO
16	15	18	17	17	18	16	18	16	18	16	16,82	18,9	17,41	BUENO
15	14	18	17	16	14	16	17	15	17	15	15,82	19,1	16,76	BUENO
15	13	16	15	15	14	13	16	14	17	14	14,73	17,8	15,61	BUENO
15	14	18	17	16	15	13	18	14	17	14	15,55	17,2	16,02	BUENO
16	15	16	17	16	15	14	17	13	16	15	15,45	19,2	16,52	BUENO
13	15	19	16	16	14	14	17	17	17	15	15,73	19	16,66	BUENO
15	15	17	17	15	14	15	17	17	17	15	15,82	18,5	16,58	BUENO
14	14	17	15	15	13	13	17	13	17	13	14,64	17,5	15,45	BUENO
16	15	17	17	16	17	16	17	16	16	16	16,27	17,4	16,59	BUENO
17	16	18	18	17	15	17	17	16	18	15	16,73	19,3	17,46	BUENO
16	15	18	17	16	15	15	17	14	17	16	16	19,1	16,89	BUENO
17	16	18	17	16	19	15	18	17	17	17	17	18,4	17,4	BUENO

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





## ARTICULO CIENTIFICO

### “Hábitos alimenticios y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial de la Región Moquegua, 2018”

Br. Erika Yuri Taira Flor.

[erikayuri38@hotmail.com](mailto:erikayuri38@hotmail.com)

Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Moquegua

#### RESUMEN:

El presente estudio titulado “Hábitos Alimenticios y Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Moquegua”, tuvo como propósito determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua 2018”.

Para tal fin, se llevó a cabo un estudio descriptivo de nivel correlacional, de corte transversal. La investigación fue básica, y se empleó la técnica de la encuesta y como instrumentos el cuestionario de encuesta y la ficha documental, para determinar los niveles de relación entre las variables de estudio. Los resultados fueron analizados en el programa estadístico SPSS 21. Como resultado de esta investigación se encontró que. Los resultados de la prueba de hipótesis muestran que con la prueba de chi cuadrado de 2,532a y un valor de  $P = ,282$  ó 2,82% Menor a 0.05, entonces Existe relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Superior Técnica de Formación Profesional Policial. Región Moquegua 2018.

**Palabras claves:** Hábitos Alimenticios, Rendimiento Académico.

#### ABSTRACT

The purpose of this study, entitled "Dietary Habits and Academic Performance of Students of the Moquegua Police Professional Technical Higher Education School", was to determine the relationship between the eating habits and the academic performance of students of the School of Higher Technical Professional Education Police Moquegua Region 2018 ".

The results show that with the chi-squared test of, 2,532a and a value of  $P = ,282$  or 2,82% less than 0.05, then there is relationship between eating habits and academic performance in students of the School of Higher Education Professional Police Technician Moquegua Region, 2018.

Keywords: Alimentary Habits, Academic Performance.

## **INTRODUCCIÓN:**

Los hábitos de alimentación saludable, se constituyen en el factor protector de un adecuado estado nutricional y de salud en los individuos, en el periodo de estudios superiores los factores sociales, personales, socioeconómicos y ambientales influyen en los hábitos alimenticios y los estilos de vida, determinando la conducta alimentaria. Es durante la Adolescencia y en la juventud temprana, en la que se adquieren hábitos que se consolidan para mantenerse en la adultez, constituyéndose en factores de riesgo o factores protectores para una vida saludable. Los hábitos alimenticios inadecuados, son el principal factor de riesgo para desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles.

A nivel internacional: (Ramírez de Peña, 2014) concluyó “Los hábitos alimentarios son inadecuados para ambos colegios con un consumo bajo de leguminosas y alto en cereales, azúcares y grasas.” (Lozano Esteban, 2003) “Los hábitos alimentarios son muy similares en todas las provincias estudiadas, todos estos factores son la causa de la deficiencia en diversos micronutrientes, esenciales para el mantenimiento de la salud.” (Ramírez Gonzales, 1998) “Los resultados muestran la influencia de los hábitos alimenticios en los estudiantes de educación media superior en relación al rendimiento escolar”

A nivel nacional, (Aguilar Roque, 2015) “Los cereales andinos inciden significativamente en los niveles de rendimiento”. (Arévalo, 2011) “El estado nutricional no tiene una relación significativa con el rendimiento académico”.

Hábitos Alimenticios, La (OMS, 2015) “Son una serie de conductas y actitudes que tiene una persona al momento de alimentarse, los cuales deberían tener los requerimientos mínimos de nutrientes que aporten al cuerpo la energía suficiente para el desarrollo de las actividades diarias, abordando desde la manera en el que el hombre acostumbra a seleccionar sus alimentos hasta la forma en que la almacena, prepara, distribuye y consume” , las características de los hábitos alimenticios son: Frecuencia de consumo de alimentos, Según la fundación (EROSKI, 2012) “Es la cantidad de veces que se repite un determinado valor de cualquier fenómeno”, forma de consumo de los alimentos, inciden directamente en la adopción de hábitos alimenticios adecuados”. Tipo de alimentos consumidos, (Córdova, 2018) “Se debe incorporar todos los grupos de alimentos en la alimentación diaria, en las porciones adecuadas y de acuerdo a la etapa de vida del individuo y tomar en cuenta las necesidades nutricionales particulares”. Lugar y/ o ambiente de consumo de los alimentos, (Córdova, 2017) “Se constituye en el factor de riesgo de una alimentación inadecuada no saludable, debido al cambio de conductas alimentarias de consumo de alimentos en el hogar, al consumo masivo en lugares fuera del hogar”.

Rendimiento Académico, (Alves, 1963) afirma que: “El rendimiento escolar consiste en la suma de transformaciones que se operan: en el pensamiento, en el lenguaje técnico, en la manera de obrar, y en las bases actitudinales del comportamiento de los alumnos en relación con las situaciones y problemas de la materia que enseñamos.” Rendimiento Académico individual, es la expresión final del proceso de enseñanza aprendizaje del estudiante en el contexto educativo, en un tiempo determinado y en la realidad social cultural y tecnológica concreta.

El Problema General planteado es: ¿Cómo se relacionan los hábitos alimenticios con el Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial.2018?, la Hipótesis general señala: Existe relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018. El objetivo general es determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018.

## **II. METODOLOGIA**

**Diseño de la investigación:**El estudio corresponde al diseño descriptivo- correlacional, cuyo nivel de investigación es relacional, observacional de corte transversal.

**Población, Muestra y Muestreo:** Conformando por estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial – Región Moquegua.2018 constituido por 155 estudiantes. El muestreo utilizado fue el censal.

### **Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**

La técnica utilizada fue la encuesta, y el instrumento el cuestionario sobre hábitos Alimenticios, asimismo la técnica documental y su instrumento Ficha de recolección de información del rendimiento académico. Respecto a la confiabilidad del instrumento Encuesta de Hábitos alimenticios, estos se obtuvieron por el método de Alfa de Cronbach, con un valor de 0,801, de alta confiabilidad. Los instrumentos fueron validados por juicio de expertos.

**Método de análisis de datos:** Con la finalidad de realizar el tratamiento estadístico de los datos de las encuestas y de las fichas de recolección de información, se vaciaron los datos en una hoja Excel, luego fueron transportados al SPSS versión 21, se obtuvieron las tablas de frecuencias, Las pruebas de hipótesis utilizando el estadístico de Chi cuadrado.

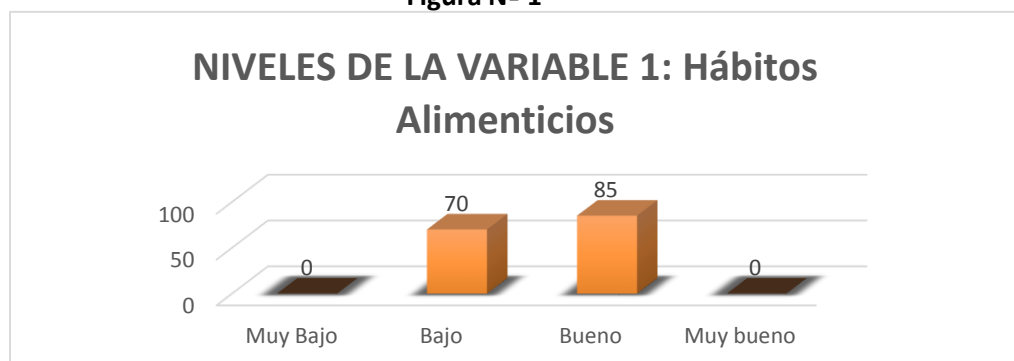
## II. RESULTADOS:

**Tabla N° 1 Niveles de la Variable 1: Hábitos Alimenticios**

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	0	0,0
Bajo	70	45,2
Bueno	85	54,8
Muy bueno	0	0,0
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Bases de datos

**Figura N° 1**



Fuente:Tabla1

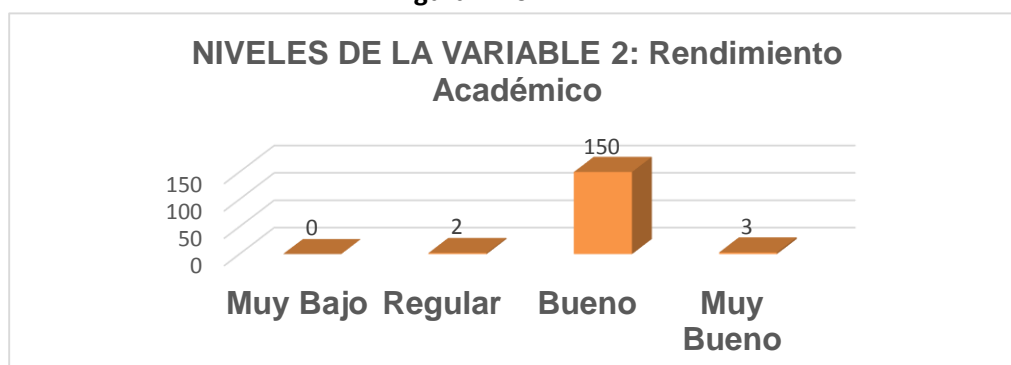
Conforme a la “Tabla N° 01” y la “Figura N° 01” se muestran los niveles de la variable Nro. 1, denominada “Habitos Alimenticios”, de los 155 estudiantes de la Escuela Superior tecnica de formacion profesional, 85 estudiantes que representa el (54.80%) perciben que tienen buenos habitos alimenticios, asimismo 70 estudiantes que representan el (45.2%) tienen bajos niveles de habitos alimenticios, en las demas categorias no se obtuvo ninguna respuesta.

**Tabla N° 6 Niveles de la Variable 2: Rendimiento Académico**

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	0	0,0
Regular	2	1,3
Bueno	150	96,8
Muy Bueno	3	1,9
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Bases de datos

**Figura N° 6**



Fuente: Tabla N° 6

Conforme a la “Tabla N° 06” y la “Figura N° 06” podrá visualizar los diferentes niveles de la variable Nro. 2 denominada “Rendimiento Académico”, de los 155 estudiantes del primer ciclo de formación profesional policial de la Región Policial Moquegua; 150 estudiantes tienen un rendimiento académico bueno que representan el (96.8%), asimismo 3 estudiantes que representan el (1,9%) tienen rendimiento académico muy bueno. Solo 2 estudiantes tienen rendimiento académico Regular que representa el (1,3%), en el otro nivel, no se obtuvieron respuestas.

### Contrastación de la Hipótesis general:

#### 1. Planteamiento de Hipótesis:

**Hipótesis nula (Ho):** No Existe relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

**Hipótesis alterna (Hi):** Existe relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

#### 1. Nivel de significancia: (alfa) $\alpha = 5\%$

#### 2. Estadístico de Prueba: Chi cuadrado

Tabla N°7 Prueba chi cuadrado Relación entre Hábitos alimenticios y Rendimiento académico

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	2,532 <sup>a</sup>	2	,282
Razón de verosimilitudes	3,666	2	,160
Asociación lineal por lineal	1,693	1	,193
N de casos válidos	155		

Fuente: Base de datos SPSS

#### 4. Valor de P= ,282 ó 2,82%

Con una probabilidad del 2,82% existe relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

#### 5. Toma de decisiones:

Existe relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018

Conclusión: Con la prueba de chi cuadrado de 2,532a y un valor de  $P= ,282$  ó 2,82% Menor a 0.05, entonces Existe relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela de Educacion Superior Técnico Profesional Policial. Región Moquegua 2018.

#### **IV. DISCUSION**

El estudio, tuvo como objetivo general determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educacion Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018. Los resultados de la variable Hábitos alimenticios en la tabla y figura Nº 1, muestran el 54,8% de los estudiantes tienen buenos hábitos alimenticios, solo el 45,2% tienen niveles bajos de hábitos alimenticios. Algunos autores muestran resultados similares. Fernández (2014) menciona que: “El 58.3% de los estudiantes universitarios tienen hábitos alimenticios inadecuados, y el 41.7% tienen hábitos alimenticios adecuados. Monje, Y. (2007) “el 58% tiene hábitos alimenticios inadecuados y 42% adecuados”. Oscuvilca (2016) “El 46.1% tiene hábitos alimentarios poco adecuados, el 28,6% hábitos adecuados y el 25,3% hábitos inadecuados”.

La segunda variable en estudio lo constituye el rendimiento académico los resultados se muestran en la tabla y figura Nº 6, el 96,8% de los estudiantes tiene un nivel bueno de rendimiento académico, mientras que el nivel Muy bueno, está constituido por 1,9% estos resultados muestran el esfuerzo de los estudiantes de la escuela tanto en el ámbito académico como la valoración de la conducta individual.

La hipótesis general señala que; Existe relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educacion Superior Técnico Profesional Policial Región Moquegua.2018. Los resultados de la prueba de hipótesis muestran que con la prueba de chi cuadrado de 2,532a y un valor de  $P= ,282$  ó 2,82% Menor a 0.05, entonces Existe relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educacion Superior Técnico Profesional Policial. Región Moquegua 2018.

#### **V. CONCLUSIONES:**

1. Respecto a los Hábitos alimenticios, el 54,8% de los estudiantes perciben que tienen buenos hábitos alimenticios, solo el 45,2% tienen niveles bajos de hábitos alimenticios, no se obtuvieron respuestas en los otros niveles.

2. El rendimiento académico de los estudiantes muestra, el 96,8% de los estudiantes tiene un nivel bueno de rendimiento académico, mientras que el nivel Muy bueno, está constituido por 1,9%
3. Con la prueba de chi cuadrado de 2,532a y un valor de  $P=,282$  ó 2,82% Menor a 0.05, entonces Existe relación entre los hábitos alimenticios y el Rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educacion Superior Técnico Profesional Policial. Región Moquegua 2018.

#### **Referencias bibliográficas:**

- Aguilar Roque Gaylee Yemira (2015) *"Incidencia de los hábitos alimenticios en los niveles de rendimiento académico escolar en las instituciones educativas secundarias urbano marginales de Juliaca"*. Tesis para optar el grado académico de Magíster en Educación con mención en Investigación y Docencia Superior. Juliaca-Perú.2015
- Alves de Mattos, Luis. (1963) *"Compendio de Didáctica General"*. Buenos Aires, Kapeluz, 1963.
- Córdova Coayla Ynés (2017) *Curso "Alimentacion saludable"*. Hospital Regional de Moquegua.
- Córdova Coayla Ynés (2018) *Curso "Alimentación Saludable"*. Gerencia Regional de Salud Moquegua, Red de Salud Ilo.
- EROSKI. (2012). *Programa educativo en Alimentacion y nutricion Saludable*. Fundacion EROSKI. España.
- Lozano Esteban María del Carmen (2003). *"Condicionantes socioeconómicos de los hábitos alimentarios e ingesta de energía y nutrientes en escolares de la población española."* Departamento de Nutrición y Bromatología I (Nutrición) Facultad de farmacia. Universidad Complutense de Madrid.
- OMS. (2015). *Nota descriptiva sobre alimentacion sana N° 394*. Roma: Organizacion Mundial de la Salud.
- OPS. (2007 )" *Factores sociales en las conductas alimentarias de estudiantes universitarios"*. Revista Chilena de Nutricion,Chile, Vol.36(4), 109
- Ramírez González María Margarita (1998) *"Como influyen los hábitos alimenticios en los estudiantes de educación media superior en su rendimiento escolar*. Tesis de Maestría en Trabajo Social. Universidad Autónoma de Nuevo León. México
- Ramírez de Peña Doris Amanda (2014) *"Estado nutricional y rendimiento académico en estudiantes de educación media de los colegios IPARM (Universidad Nacional de Colombia-sede Bogotá) y Pío XII (Municipio de Guatavita)"*
- Torres-Mallma et.al. (2016) *"Hábitos alimentarios en estudiantes de medicina de primer y sexto año de una Universidad Privada de Lima, Perú."* Artículo publicado en la Revista Chilena de Nutrición, Vol. 43. N° 2. 2016

**DECLARACIÓN JURADA**

**(DEBE SER CONSIDERADO CONJUNTAMENTE CON EL ARTICULO CIENTIFICO)**

**DECLARACION JURADA DE AUTORÍA Y AUTORIZACIÓN  
PARA LA PUBLICACIÓN DEL ARTICULO CIENTÍFICO**

Yo, Erika Yuri Taira Flor, egresado, del programa de maestría en administración de la educación de la escuela de postgrado de la Universidad Cesar Vallejo, identificado con DNI. N° 09915607, con el artículo titulado **“Relación entre los Hábitos Alimenticios y Rendimiento Académico en los Estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial de la Región Moquegua, 2018”**

Declaro bajo juramento que:

- 1) El artículo pertenece a mi autoría.
- 2) El artículo no ha sido plagiado ni total ni parcialmente.
- 3) El artículo no ha sido auto plagiado; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para alguna revista.
- 4) De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (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 Cesar Vallejo.
- 5) Si, el artículo fuese aprobado para su publicación en la revista u otro documento de difusión, cedo mis derechos patrimoniales y autorizo a la escuela de postgrado, de la universidad cesar vallejo, la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga la universidad.

Moquegua, 08 de setiembre de 2018.

---

Erika Yuri Taira Flor  
DNI. N° 09915607



