



ESCUELA DE POSTGRADO

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Hábitos de consumo de alimentos y el rendimiento académico de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I.E. “EE.UU” 2011

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAGÍSTER EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN
DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA**

AUTOR:

Br. María Elvira Tena Jacinto

ASESOR:

Mgtr. Felipe Guizado Oscco

SECCIÓN:

Educación e Idiomas

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovaciones pedagógicas

PERÚ-2015

Página del jurado

Mgtr. Estrella Esquiagola Aranda
Presidente

Mgtr. Mercedes Nagamine Miyashiro
Secretario

Mgtr. Jacinto Joaquín Vértiz Osores
Vocal

Dedicatoria

A Dios por iluminarme. En memoria de mis padres por ser mi fortaleza. A esposo e hijos, Angélica y Ángelo por ser mi inspiración para seguir superándome y gracias por existir, los amo.

Agradecimiento

A Dios por ser mi guía y fortaleza.

Especialmente a todos los docentes de la Escuela Internacional de Post Grado Maestría en Educación de la Universidad César Vallejo.

A mis familiares, quienes con su abnegada comprensión, esfuerzo y entrega desinteresada e incondicional hicieron posible el logro de los objetivos trazados, los cuales servirán de mucha ayuda en el porvenir de los estudiantes.

A los estudiantes del primer año del nivel secundaria de la I.E. "Estados Unidos", 2011 Comas, porque sin la colaboración de ellos no hubiese sido posible culminar esta investigación.

Declaración jurada de autenticidad

Yo, María Elvira Tena Jacinto, identificado con DNI N° 09477753, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad de Ciencias de la Educación, Escuela de Postgrado, me presento con la tesis titulada “Hábitos de consumo de alimentos y rendimiento académico de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I.E. EE. UU-2011”

Declaro bajo juramento que:

La tesis es de mi autoría y que toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

Así mismo declaro también, bajo juramento, que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Los Olivos 17 de junio del 2015.

.....

María Elvira Tena Jacinto
DNI N° 09477753

Presentación

Señores miembros del Jurado

Dando cumplimiento a las normas del Reglamento para la Elaboración de Tesis de la Facultad de Educación, sección de Postgrado de la Universidad “César Vallejo”, para elaborar la tesis de Maestría en Educación con mención en Docencia y Gestión Educativa, presento el trabajo de investigación descriptivo correlacional denominado: “Hábitos de consumo de alimentos y rendimiento académico de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I.E. EE. UU-2011”

En el trabajo mencionado se describe la relación que existe entre las dos variables: hábitos de consumo de alimentos y rendimiento académico, según los resultados obtenidos de la investigación se muestran en el Capítulo III. Se pretende además aportar con sugerencias y recomendaciones para mejorar el rendimiento académico.

El documento consta de siete capítulos: Capítulo I: Introducción, Capítulo II: Marco metodológico, Capítulo III: Resultados, Capítulo IV: Discusión, Capítulo V: Conclusiones, Capítulo VI: Recomendaciones y Capítulo VII: Referencias bibliográficas y anexos.

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

Índice de contenido

	Pág.
Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaración jurada de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice de contenido	vii
Lista de tablas	x
Lista de figuras	xi
Resumen	xii
Abstract	xiii
CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN	
1.1 Introducción	15
1.2 Antecedentes	17
1.2.1 Antecedentes internacionales	17
1.2.2 Antecedentes Nacionales	19
1.3 Fundamentación científica, técnica o humanística	20
1.3.1. Bases teóricas de la variable hábitos de consumo de alimentos	20
1.3.2 Bases teóricas del variable rendimiento académico	36
1.4 Justificación	43
1.4.1. Justificación teórica	44
1.4.2. Justificación práctica	44
1.4.3. Justificación metodológica	44
1.5 Problema de investigación	44
1.5.1. Problema general	44
1.5.2. Problemas específicos	44
1.6 Hipótesis	45
1.6.1 Hipótesis general	45
1.6.2 Hipótesis específicas	45
1.7. Objetivos	46
1.7.1 Objetivo general	46

1.7.2	Objetivos específicos	46
1.8	Marco Conceptual	46
CAPÍTULO II MARCO METODOLÓGICO		
2.1.	Variables	49
2.1.1	Definición conceptual de las variables	49
2.1.2	Definición operacional de las variables	49
2.1.3	Operacionalización de las variables	50
2.2	Metodología	51
2.2.1	Tipo de estudio	51
2.2.2	Diseño de investigación	51
2.3.	Población, muestra y muestreo	53
2.3.1	Población	53
2.3.2	Muestra	53
2.3.3	Muestreo	54
2.4.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	54
2.4.1	Instrumentos	55
2.4.2	Validez	57
2.4.3	Confiabilidad	57
2.5.	Método de análisis de datos	58
2.6.	Aspectos éticos	59
CAPÍTULO III RESULTADOS		
3.1.	Resultados descriptivos	61
3.1.1.	Hábitos de consumo de alimentos	61
3.1.2.	Dimensiones de Hábitos de consumo de alimentos	62
3.1.3.	Rendimiento académico	63
3.2.	Resultados correlacionales	64
3.2.1.	Hábitos de consumo de alimentos y rendimiento académico	64
3.2.2.	Hábitos de consumo de alimentos energéticos-constructores y rendimiento académico	66
3.2.3.	Hábitos de consumo de alimentos protectores y rendimiento académico	67
3.2.4.	Hábitos de consumo de alimentos chatarras y rendimiento académico	68

CAPÍTULO IV DISCUSIÓN	
Discusión	70
CAPÍTULO V CONCLUSIONES	
Conclusiones	75
CAPÍTULO VI RECOMENDACIONES	
Recomendaciones	77
CAPÍTULO VII REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA	
Referencias bibliográficas	79
ANEXOS	
Anexo 1. Matriz de consistencia	84
Anexo 2. Operacionalización de las variables	87
Anexo 3. Cuestionario	89
Anexo 4. Estudio del mercado	91
Anexo 5. Analisis de fiabilidad	95
Anexo 6. Base de datos	96
Anexo 7. Validación de cuestionarios: juicio de experstos	100

Lista de tablas

	Pág.
Tabla 1. Deficiencia de vitaminas	31
Tabla 2. Variable: Hábitos de consumo de alimentos.	50
Tabla 3. Variable rendimiento académico.	51
Tabla 4. Distribución de la muestra	53
Tabla 5. Expertos validadores del instrumento	57
Tabla 6. Estadísticos de fiabilidad de las variables.	58
Tabla 7. Interpretación de Rho de Spearman.	59
Tabla 8. Distribución de los niveles de los hábitos de consumo de alimentos de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I. E. "EE. UU".Comas, 2011.	61
Tabla 9. Distribución conjunta de los niveles de los hábitos de consumo de alimentos de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I. E. "EE. UU".Comas, 2011.	62
Tabla 10. Distribución de los niveles del rendimiento académico de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I. E. "EE. UU".Comas, 2011.	63
Tabla 11. Nivel de correlación y significación de los hábitos de consumo de alimentos y el rendimiento académico.	65
Tabla 12. Nivel de correlación y significación de los hábitos de consumo de alimentos Energéticos constructores y el rendimiento académico.	66
Tabla 13. Nivel de correlación y significación de los hábitos de consumo de alimentos protectores y el rendimiento académico.	67
Tabla 14. Nivel de correlación y significación de hábitos de consumo de alimentos chatarras y el rendimiento académico.	68

Lista de figuras

	Pág.
Figura 1. Diseño de investigación	52
Figura 2. Niveles de los hábitos de consumo de alimentos de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I. E. "EE. UU".Comas, 2011	61
Figura 3. Niveles de los habilidades de consumo de alimentos por dimensiones de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I. E. "EE. UU".Comas, 2011	63
Figura 4. Niveles del rendimiento académico de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I. E. "EE. UU".Comas, 201.	64

Resumen

La presente investigación titulada “hábitos de consumo de alimentos y el rendimiento académico de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I. E. “EE. UU”. Tuvo como objetivo establecer la relación que existe entre hábitos de consumo de alimentos y el rendimiento académico de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I. E. “EE. UU. Esto como respuesta al problema: ¿Qué relación existe entre hábitos de consumo de alimentos y el rendimiento académico de los alumnos del primer año del nivel secundario de la I. E. “Estados Unidos” - Comas, 2011?

La presente investigación fue de carácter descriptivo, se empleó el diseño no experimental transaccional correlacional porque no intervino manipulación el fenómeno solo se observó, midió la relación entre variables de hábitos de consumo de alimentos y el rendimiento académico y de corte transversal por que las variable se midieron en un solo momento y se procedió a su análisis. La muestra estuvo conformado por 111 alumnos de 1° año del nivel de secundaria I. E. “EE. UU.” cuyas edades fluctúan entre 12 y 13 años de edad de ambos sexos. Las técnicas e instrumentos para la recolección de datos fueron; encuestas, observación directa, evaluación de conocimientos.

Los resultados indican que: Existe una correlación baja y significativa entre los Hábitos de consumo de alimentos y el rendimiento académico en los estudiantes del primer año del nivel secundario de la I.E. “Estados Unidos” Comas, 2011, con un nivel de significancia de .05, Rho de Spearman = .344 y $p = .000 < .05$.

Palabras clave: hábitos de consumo de alimentos, nutrientes, alimentación saludable, rendimiento académico

Abstract

This research entitled "food consumption habits and academic performance of students in the first year of the secondary level of IE "Estados Unidos" It aimed to establish the relationship between food habits and academic performance of students in the first year of the secondary level of the IE "Estados Unidos". This response to the problem: What is the relationship between food habits and academic performance of students in the first year of the secondary level of the IE "Estados Unidos" -Comas, 2011?

This research was descriptive, correlational transactional non-experimental design was used because it was not involved manipulating the phenomenon was only observed, measured the relationship between variables in consumer habits food and academic performance and cross cutting the variable they measured at a single point and proceeded to analysis. The sample simple random sampling technique was applied, which consisted of 111 students of 1st year of secondary level IE "EE. UU" Whose ages range between 12 and 13 years old of both sexes. The techniques and instruments for data collection were; surveys, direct observation, evaluation of knowledge.

The results indicate that there is a relationship between food habits and academic performance. There is a low and significant correlation between food habits and academic performance in students the first year of secondary level of IE "United States" Comas, 2011, with a significance level of .05, Spearman rho = .344 and

$p = .000 < .05$.

Keywords: food consumption habits, nutrients, healthy eating, academic performance