



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**Hábitos alimenticios y rendimiento académico de los  
estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa  
14787 Sullana, 2021**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

Licenciada en Educación Primaria

**AUTORA:**

Paiva Valle, Karin Linderman (ORCID: [0000-0001-9288-9019](https://orcid.org/0000-0001-9288-9019))

**ASESOR:**

Dr. Rojas Ríos, Víctor Michael (ORCID: [0000-0003-1125-4519](https://orcid.org/0000-0003-1125-4519))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención integral del infante, niño y adolescente

TRUJILLO - PERÚ

2021

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo a mis hijos Linder y Lander son la fortaleza para seguir luchando día a día y a mi Herma karolay a pesar que ya no estás conmigo, está en mis pensamientos y en mi corazón. No sabes la falta que me haces, siempre has sido la persona al igual que mis demás hermanos que me inspiran para conseguir lo que quiero.

## **Agradecimiento**

A mis padres: Edumilia y Linder mi padre es el ejemplo de constancia, dedicación y perseverancia y mi madre es mi fortaleza e inspiración diaria. Es por ustedes que he llegado tan alto. Les agradezco por los consejos que me han dado. Son los pilares de mi vida.

## Índice de contenidos

Carátula.....	i
<b>Dedicatoria .....</b>	<b>ii</b>
<b>Agradecimiento.....</b>	<b>iii</b>
<b>Índice de tablas.....</b>	<b>v</b>
<b>Resumen .....</b>	<b>vi</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>vii</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>II. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>4</b>
<b>III. METODOLOGÍA .....</b>	<b>10</b>
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	10
3.2. Variables y operacionalización.....	10
3.3. Población, muestra y muestreo.....	11
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	12
3.5. Procedimientos.....	13
3.6. Métodos de análisis de datos .....	14
3.7. Aspectos éticos .....	14
<b>IV. RESULTADOS.....</b>	<b>15</b>
<b>V. DISCUSIÓN.....</b>	<b>29</b>
<b>VI. CONCLUSIONES.....</b>	<b>33</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES .....</b>	<b>34</b>
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>35</b>
<b>ANEXOS</b>	

## Índice de tablas

Tabla 1 .....	11
Tabla 2 .....	12
Tabla 3 .....	15
Tabla 4 .....	16
Tabla 5 .....	17
Tabla 6 .....	18
Tabla 7 .....	19
Tabla 8 .....	20
Tabla 9 .....	21
Tabla 10 .....	22
Tabla 11 .....	23
Tabla 12 .....	24
Tabla 13 .....	25
Tabla 14 .....	26
Tabla 15 .....	27
Tabla 16 .....	28

## Resumen

En la presente investigación Hábitos alimenticios y rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa 14787 Sullana, el objetivo fundamental ha sido determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes. El trabajo de investigación está basado en la teoría del aprendizaje social fundamentada por Albert Bandura en 1977. Los métodos están orientados a la investigación correlacional. La población determinada fue de 743 estudiantes de nivel primario, la muestra tratada de 33 estudiantes de la I.E “Víctor Raúl Haya de la Torre”. La técnica ha sido el cuestionario mediante la escala de Likert con opciones de pregunta. Los resultados demuestran que existe relación significativa inversa entre hábitos alimenticios y rendimiento académico; por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna de la investigación y se rechaza la hipótesis nula la cual es que, no existe relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico. Siendo probable que los estudiantes que tienen mejores hábitos alimenticios tendrán también mejores resultados en su rendimiento académico.

**Palabras claves:** hábitos alimenticios, rendimiento académico, saludable

## **Abstract**

In this research, Eating habits and academic performance of fourth-grade students from the Educational Institution 14787 Sullana, the main objective has been to determine the relationship between eating habits and students' academic performance. The research work is based on the theory of social learning founded by Albert Bandura in 1977. The methods are oriented to correlational research. The determined population was 743 primary-level students, the sample being 33 students from the "V́ctor Raúl Haya de la Torre" I.E. The technique has been the questionnaire using the Likert scale with question options. The results show that there is a significant inverse relationship between eating habits and academic performance; Therefore, the alternative hypothesis of the research is accepted and the null hypothesis is rejected, which is that there is no significant relationship between eating habits and academic performance. It is likely that students who have better eating habits will also have better results in their academic performance.

Keywords: habits, eating, performance academic, healthy.

## I. INTRODUCCIÓN

Hacer referencia a la vinculación entre hábitos alimenticios y el rendimiento académico es reconocer las falencias de un desarrollo integral en los estudiantes. Los hábitos en la alimentación apropiados son esenciales considerando el progreso de una vida sana. Empezando por el ámbito internacional, en todo el mundo se evidencia una baja cultura de costumbres alimenticias saludables; siendo el consumo de comida rápida, 17% en toda Europa, 36% en el continente de Asia Pacífico y 47% en las Américas. (Mallma, 2016)

Además, la mala alimentación constituye una amenaza que interviene en el progreso de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT). En la actualidad, estas enfermedades están creciendo en la población de forma impresionante mundialmente, de este modo cada año las ENT originan 30 millones de decesos, 75% son producidos en países subdesarrollados. (OMS, 2018)

A nivel nacional, en Perú, el Instituto Nacional de Estadísticas e Informática (INEI), dio a conocer que 33,8% de los peruanos mayores de 15 años tienen sobrepeso, y 18,3% son obesos en el año 2013. De esta forma el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición del Perú hizo un estudio en el año 2010, y determinó la frecuencia del consumo de comida chatarra en el Perú, siendo esta incidencia del 66% en Lima Metropolitana. (Instituto nacional de estadística e informática, 2016)

El sobrepeso y la obesidad son problemas los cuales se han elevado en número en el Perú durante estos años. Según la Encuesta Demografía y de Salud Familiar 2018, Piura es la región con el segundo lugar de mayor cantidad de sobrepeso, en primer lugar, figura Tacna. (Hora, 2019)

“Considerando esta realidad, en el Perú se han aprobado diversas leyes con el propósito de responder, salvaguardar y promover la buena alimentación, dándoles preferencia tanto a niños como adolescentes», como lo refirió la Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública del Minsa” (INEI, 2019)

En la I.E. 14787 Sullana, en 4to de primaria el 70% de los alumnos consumen comidas insalubres y demuestran tener malos hábitos alimenticios lo cual lo evidencian en las loncheras y en lo que consumen a la hora de recreo, algunos de ellos llegan sin desayunar y manifiestan no haber almorzado a tiempo.

Los hábitos alimenticios deben favorecer el desarrollo integral de los niños y niñas de tal manera que se constituya una costumbre saludable en su vida cotidiana

buscando beneficiar de esta manera el rendimiento académico para esto es necesario reconocer de qué forma están vinculadas ambas variables (hábitos alimenticios y rendimiento académico). La investigación se ha basado en un tipo correlacional lo cual nos ayuda a conocer la relación que existe entre las variables, de tal forma que se enuncia el siguiente problema ¿Cuál es la vinculación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los alumnos de cuarto grado de la Institución educativa 14787 - Sullana?

Esta investigación es relevante ya que aporta desde la perspectiva social en estudiar alternativas para un problema social que en la región y país deja huellas profundas como es la alimentación y también la calidad de los aprendizajes; situación dura que afecta a la población más vulnerable.

Tiene implicancias prácticas ya que afecta la salud física, emocional e intelectual de las personas y genera espacios para tomar acciones necesarias en mejora de las personas quienes deben ser influenciadas en los hábitos alimenticios desde muy temprana edad para que puedan ser ellos mismos artífices de una vida saludable.

A su vez tiene valor teórico, de tal manera que para implementar la investigación se utilizó la teoría del aprendizaje social de Albert Bandura quien especifica en sus estudios que los niños imitan el comportamiento que observan a su alrededor. Las personas objeto de la observación se les llama modelos. En el entorno, los pequeños están influenciados de modelos que influyen en sus vidas, considerando a los padres y familia como parte de este grupo, también lo son los personajes de la televisión (o de YouTube), profesores y amigos, etc. (Bandura, 1977)

Por último, tiene una utilidad metodológica, de tal manera que puede establecerse como un precedente para reconocer la influencia de la sociedad en los hábitos alimenticios establecidos en los individuos.

El propósito general: Determinar la vinculación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.

Como objetivos específicos:

Identificar los hábitos alimenticios de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.

Identificar el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.

Comparar las dimensiones de la variable hábitos alimenticios con el rendimiento académico.

Las hipótesis planteadas para la investigación son las siguientes:

Hi: Existe relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico.

H0: No se relaciona significativamente los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.

## II. MARCO TEÓRICO

La presente investigación toma como referencia en el ámbito internacional la investigación de Correa (2017) halló que la paupérrima calidad en la nutrición de la merienda en la escuela y en el hogar tuvo una relación relevante con el rendimiento académico deficiente de los estudiantes de la escuela secundaria afectando la intención de continuar con la educación superior. De tal manera que si la merienda es saludable los resultados educativos mejoran, además que se mejora su comportamiento saludable responsables aumentando la motivación para una vida óptima.

También, Barud (2018) determinó que los hábitos alimenticios de una gran cantidad de estudiantes secundarios que fueron sometidos a la encuesta tanto de Rzeszów y Krosno son satisfactorios. Comparando los hábitos alimenticios entre los estudiantes de secundaria no se hallaron diferencias.

A nivel nacional Sayán (2017) halló que la correlación entre las variables hábitos alimentarios y rendimiento académico los estudiantes investigados, se verificó que fue positiva con coeficiente moderado ( $\rho = ,584$ ), y significativa considerando la muestra de estudiantes ( $p < .005$ ;  $\text{sig.} = ,000$ ).

Paucar (2017) halló, de esa forma que los hábitos alimentarios tienen correlación con el rendimiento académico de los estudiantes investigados, con una significancia de 0.769, con una correlación alta.

También Caro (2018) determinó que la conclusión principal subraya que, el 63% de los estudiantes tienen buen desempeño académico; además que existe una relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico.

A nivel local Trelles (2019) halló que hubo una significatividad,  $\text{sig.} = 0.310$ , es superior a 0.05 indicando de esta forma una correlación significativa entre las dos variables.

Esta investigación se sustenta teóricamente en la variable hábitos alimenticios en los siguientes elementos: en relación a la definición de hábitos alimenticios por diversos expertos como:

Macias (2012) define a los “hábitos alimenticios son las manifestaciones comunes del comportamiento individual y colectivo, y la manera por la cual se adoptan de

forma directa o indirecta como parte de nuestras prácticas socioculturales”. Es decir, son las características que identifican a un grupo social o a un individuo respecto a su identidad alimentaria.

García, (1983) manifiesta que los Hábitos Alimenticios son “El cumulo de costumbres que ciertos individuos tienen para alimentarse. Adquiriéndose de tal manera por los aprendizajes e recibidos de los diferentes actores, etc. De tal forma son el resultado de la educación alimentaria” (pág. 104). Es decir es la cultura alimentaria que tienen los miembros de una comunidad, que incluye un aspecto de conocimientos y uno de práctica.

Cabezuelo y Frontera, (2007) los conceptualiza de la manera siguiente: “las predisposiciones para seleccionar y utilizar algunos alimentos y no otros. Los cuales no son propios, sino que se van moldeando durante nuestra vida” (pág. 48). Se trata de las actitudes que tienen los individuos ante la ingesta alimentaria.

Considerándose de esta forma a los hábitos alimenticios como las costumbres, tendencias y comportamientos que adoptan las personas para seleccionar qué tipo de alimentos consumirán en su dieta diaria y de qué forma adoptarán su alimentación.

La importancia de las costumbres alimenticios radica en que permite el desarrollo de la salud de manera íntegra.

Dimensiones que influyen en los hábitos alimenticios: La presente investigación toma en cuenta estos agentes como dimensiones en la variable de hábitos alimenticios considerando que para adoptar en la vida diaria estos hábitos influyen en la familia, los medios de comunicación y la escuela.

Primera dimensión: Es la familia la que nos lleva a vincularnos por primera vez con la alimentación de tal manera que sus integrantes influyen en la dieta principalmente de los niños y los adolescentes y sus comportamientos vinculado con la alimentación, y considerando a los hábitos como la elaboración social y cultural de un comportamiento acordada manifiestamente por sus integrantes.

De tal manera que los hábitos de alimentación son aprendidos dentro de la familia incorporándose a una persona como costumbres aprendidas, para esto es necesario basarse en la teoría del aprendizaje social ya que las conductas son

imitadas y observadas por personas quienes adoptan los hábitos. De otra manera también los aprendizajes suelen encontrarse mediante las predilecciones o rechazos de algunos alimentos en los niños, de tal manera que estos se exponen a ciertos alimentos que son reconocidos de manera encuadrado por choques entre padres e hijos.

Empero, Hay una diversidad de factores que han influido también en los hábitos para la alimentación alterando la dinámica familiar; En primer lugar se debe considerar las posibilidades económicas las cuales determinan los modelos de gasto alimenticio en niños y adultos, también están considerados la dedicación y la disponibilidad de tiempo para cocinar, Lo cual consecuentemente lleva a la familia a que tomen nuevas formas de cocinar una nueva organización y perdiendo la autoridad de los padres actualmente, esto a ocasionado que muchos niños elijan su comida de manera desordenada y sin conocimientos.

Segunda dimensión: El ambiente social es sin duda un factor influyente en la alimentación de una persona de tal manera que los espacios publicitarios en la televisión son parte del entorno social, De tal manera que la influencia social ha desplazado a los factores de la familia y la escuela; estimulando el consumo de la comida chatarra, ya que los niños son más susceptibles de influenciar, ya que están desarrollando sus hábitos y son más influenciados de tal manera que es fácil manipularlos mediante espacios y material publicitario haciendo propaganda a nuevos alimentos que no benefician a las personas.

Tercera dimensión: Considerando la dimensión escuela, en esta institución el niño enfrenta nuevos conocimientos y experiencias con respecto a los hábitos alimenticios, generalmente estos no son saludables; a pesar de que también tiene un papel importante en cuestión de fomentar una alimentación saludable. De tal manera los docentes son los que están encargado de concientizar a los estudiantes promoviendo la alimentación saludable. No obstante, necesariamente este tema se debe tratar de manera general permitiendo la combinación de saberes, actitudes y hábitos alimenticios generando una alimentación saludable en el estilo de vida de los niños y adolescentes, evitando de esta forma los síntomas de enfermedades alimentarias. (Adriana Ivette Macias M., 2012)

De esta forma la investigación se respalda en el pensamiento de Albert Bandura la cual propone que nuestro conocimiento es entendible siempre y cuando se tomen las influencias sociales formando presiones externas.

La Teoría del Aprendizaje Social, está fundamentada de tal forma que considera que el aprendizaje que se hace de manera directa no necesariamente es el mejor mecanismo de enseñanza - aprendizaje, de tal manera que el aspecto social estimula de manera necesaria los aprendizajes entre las personas que se relacionan. Esta teoría del aprendizaje social es necesaria para reconocer cómo las personas asimilan nuevos aprendizajes estimulando nuevos comportamientos observando a otras personas en su desenvolvimiento. De tal forma, la teoría estima que el aprendizaje se da considerando la observación como eje primordial. (Guerri, 2020)

Albert Bandura elaboró su teoría en 1977 fundamentada en teorías conductistas como el condicionamiento clásico y el operante.

La observación como aprendizaje: Observar el entorno y su comportamiento es uno de los factores que se evidencian en los menores. A las personas las cuales son el eje de la observación se les llama modelos. Los niños tienen un sinnúmero de modelos en su ámbito social.

En todo momento los niños los niños y adolescentes observan modelos que influyen en su comportamiento. Después ellos van imitando las conductas antes observadas. Estas conductas son repetidas no importando si los comportamientos son malos o buenos, Es cierto también que existen ciertos criterios en los cuales el niño se ve influenciado para imitar las conductas del ambiente.

Como primer punto, Las influencias que ejercen de manera más frecuente en los niños son las personas con las que se siente identificado. De tal manera que los niños tienen más incidencia en ser influenciados por personas del mismo sexo.

Finalmente, los comportamientos de los niños se limitan en el comportamiento de las personas que los rodean, estimulándolos con refuerzos y castigos según los condicionamientos. De tal forma que los niños que imiten correctamente las conductas son estimulados y suelen repetir el comportamiento de manera continua. Por ejemplo, si el padre ve una conducta de bondad en su hija le dice

«eres una niña muy amable», esto estimula su conducta de tal forma que es muy probable que la niña repita su comportamiento.

La sostenibilidad de la conducta el niño es interno y externo el cual tiende también a ser negativo y positivo. El refuerzo externo se basa cuando el niño trata de encontrar la aprobación de parte de sus padres, y al momento de sentirse bien es un proceso interno que vive el estudiante. El niño se desenvuelve de la forma en la cual va a obtener aprobación de parte de su entorno, es un factor innato en el ser humano.

En cambio, el factor negativo tiene menos influencia ya que su refuerzo no es del agrado del niño. De tal manera el refuerzo puede ser positivo o negativo logrando un cambio conductual.

#### Rendimiento académico

Alcaide, (s.f.) El rendimiento es conceptualizado “como el nivel de logro que se ha determinado en relación al desempeño de una persona que ha estado sometida a un proceso de formación; también se entiende como el nivel en que una persona responde haciendo uso de sus habilidades, conocimientos y actitudes” (pág. 31).

Por otro lado, El rendimiento académico se puede cuantificar de tal manera que reconoce el nivel alcanzado de conocimiento, tomándose para medir los méritos y fracasos en los estudiantes con un sistema de calificaciones según el lugar.

Navarro, (2003) determinar que el grado de conocimientos en un área considerando el nivel y la edad” (pág. 2), en donde el nivel del alumno está visto desde una perspectiva cognoscitiva, y debería incluir habilidades y actitudes; de esa forma se puede brindar información necesaria para aplicar las estrategias para mejorar el nivel educativo.

Factores repercuten en el nivel académico según lo mencionado por (Ortega, 2012), señala dos: Los Factores Endógenos y Exógenos.

Factores Endógenos: Son los factores que influyen en el interior del estudiante manifestándose mediante la motivación propia y la inteligencia.

Quiroz, (2001) señala Hacer que los factores van a estar relacionados de forma directa a la situación psicológica del alumno que se muestra a través del esfuerzo, de hábitos de estudio, inteligencia, estado nutricional, entre otras.

**Factores Exógenos:** Son los factores externos motivacionales que ayudan al estudiante e influyen en su rendimiento.

Quiroz, (2001) señala que este tipo son aquellos que van a estar vinculados al nivel académico desde el exterior.

Las dimensiones en las que se desarrolla esta variable se relacionan con los niveles de logro de los estudiantes considerando de esta forma que el rendimiento académico nacional se mide de esta forma y específicamente en el nivel primario el tipo de calificación es cualitativa en un enfoque por competencias.

Los niveles de logro son: AD considerado como logro destacado, se refiere al logro de sus competencias de manera sobresaliente, mostrando además un alto nivel de competitividad en las actividades asignadas.

A considerado como logro previsto, cuando los estudiantes llegan al logro de sus actividades de manera prevista en las competencias de su nivel.

B considerado como en proceso, se refiere cuando los niños y niñas están en camino de llegar al aprendizaje previsto, requiriendo de un acompañamiento docente y un tiempo extra para llegar a su meta.

C considerado como en inicio, cuando el estudiante está iniciando con el logro de la competencia y demuestra dificultad para hacerlo, para lo que necesita de acompañamiento permanente según su ritmo y estilo de aprendizaje. (Ministerio de educación, 2017)

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

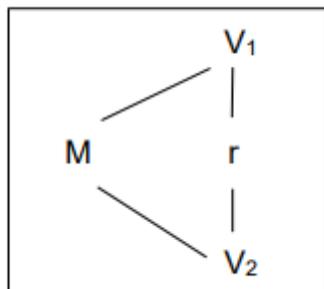
##### Tipo de investigación

Fue básica según la referencia de Landeau (2007, p. 55), demostrando que de acuerdo a su finalidad busca ampliar los conocimientos para enriquecer la ciencia, de tal manera se propone como objetivo ejecutar contribuciones al juicio hipotético de manera circunstancial

##### Diseño de investigación

Fue descriptivo correlacional, teniendo como objetivo conocer la correlación existente entre dos o más variables relacionadas a conocimientos específico (Hernández y Fernández, 2010 p, 105); también teniendo en cuenta su naturaleza ha sido cuantitativa usando la recolección de datos para comprobar la hipótesis, Utilizando como plataforma el cálculo numeral y un estudios de la estadística, de tal manera que se pueda establecer modelos de conducta y comprobar hipótesis. (Hernández, Fernández y Baptista, 2006, p. 5)

El diseño de investigación siguió el siguiente esquema:



Dónde:

M: Representa la muestra de la investigación,

V1: corresponde a la variable hábitos alimenticios.

V2: Corresponde a la variable rendimiento escolar.

r : Reconoce la vinculación entre las variables.

#### 3.2. Variables y operacionalización

La variable hábitos alimenticios, son considerados como el cumulo de costumbres que ciertos individuos tienen para alimentarse. (García P. 1983).

Siendo una variable de tipo cuantitativa cuyo alcance fue transversal de tal manera que en la investigación se dan a conocer los aspectos de los individuos en un tiempo determinado y orientado a la corroboración y contrastación de la hipótesis.

Variable: El rendimiento escolar es cuantitativa es definido como: “La estimación de los niveles de logro que alcanza una persona que ha seguido un proceso instruccional; implica por ende un conjunto de habilidades, de conocimientos y de actitudes adquiridas” (Pizarro, 1985, citado por Alcaide, s.f.). Siendo también una variable de tipo cuantitativa cuyo alcance fue transversal de tal manera que en la investigación se dan a conocer los aspectos de los individuos en un tiempo determinado y orientado a la corroboración y contrastación de la hipótesis.

### 3.3. Población, muestra y muestreo

#### Población

Esta investigación estuvo establecida por alumnos de la Institución Educativa 14787 “Víctor Raúl Haya de la Torre” de la provincia de Sullana, en el periodo escolar de 2021, siendo un total de 743 estudiantes además lo cual esta detallada en el siguiente cuadro además de estar distribuida por grados y secciones.

**Tabla 1**

*Población de estudio*

Grados	Secciones			
	A	B	C	D
1º	30	29	29	-
2º	33	33	33	32
3º	33	33	33	31
4º	34	32	33	31
5º	35	35	35	29
6º	34	35	26	35
Total	743			

**Criterios de inclusión:** el acceso de la investigadora a los registros de notas y aplicación de la encuesta de los estudiantes.

**Criterios de exclusión:** no se tomaron en cuenta las demás secciones de cuarto

grado ya que la mayoría de ellos no cuentan con medios tecnológicos necesarios para la aplicación de los instrumentos.

**Muestra:** Para la muestra se tomó un total de 33 estudiantes del aula de 4° “C” Considerando que se tiene mayor acceso a la información para dichos estudiantes.

**Tabla 2**

*Muestra de estudio*

Sección	Sexo		Nº de estudiantes
	Varones	Mujeres	
4º C	23	10	33

**Muestreo:** Utilizándose el muestreo de tipo no estadístico por conveniencia

**Unidad de análisis:** fueron los 33 alumnos pertenecientes del 4to grado “C”

### 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### **Técnicas:**

Se ha hecho uso de la encuesta como técnica de recolección de datos. Para la variable de rendimiento académico se utilizó el análisis documental como técnica.

#### **Instrumento:**

En cuanto al instrumento se desarrollaron una lista de 15 preguntas mediante la escala de Likert con opciones de respuestas (Frecuentemente, a veces o nunca) las cuales responden a las dimensiones (Familia, ambiente social y escuela) que son parte de la variable hábitos alimenticios. Contiene 15 indicadores, 3 dimensiones y 1 variable, los valores de cada indicador es según la trascendencia de la pregunta y Para la variable de rendimiento académico se utilizó el instrumento que se utilizó fue el registro de evaluación.

El cuestionario permitió que se reconozcan los hábitos alimenticios de los estudiantes, de tal manera que los participantes marcaron alternativas para preguntas cerradas con opciones múltiples (Frecuentemente, a veces o nunca).

## **Validez**

Considerando lo dicho por Hernández (2010) la validez se puede calcular mediante una herramienta que determine con veracidad lo que se quiere evaluar (p. 201), basándose a lo considerado de personas expertas compuesto por dos o más profesionales y sus conclusiones, en los temas correspondientes para validar el instrumento (p.204). Usualmente se hace validez de contenido y validez de constructo, en este caso se hizo validez de contenido. Los cuestionarios de esta investigación son válidos porque se ha recurrido al juicio de tres expertos para examinar y validar los instrumentos, como se puede verificar en Anexos.

## **Confiabilidad**

Según Hernández et al. (2010) reconoce el nivel para reconocer la confiabilidad considerada con los valores: "0.25 considera confiabilidad baja, 0.5 la confiabilidad es media o regular, y los niveles mayores a 0.75 son aceptable Por último los niveles de 0.90 es alta" (p.302). Para determinar la confiabilidad del cuestionario de hábitos alimenticios se ha recurrido al alfa de Cronbach, obteniéndose un índice de : 0,789, lo que de acuerdo a las escalas que se utilizan significa que el instrumento tiene buena confiabilidad.

### **3.5. Procedimientos**

Para la aplicación de instrumentos se siguió el proceso siguiente:

Se coordinó con el director de la I.E. para realizar la investigación, informándose después a estudiantes y padres de familia sobre los objetivos de la investigación a fin de tener su participación informada.

Se aplicaron los instrumentos a los estudiantes mediante un formulario de google forms enviado al grupo de WhatsApp, generándose luego la codificación de los resultados.

Una vez que se administraron los instrumentos se procedió a codificarlos a fin de elaborar una base de datos, para iniciar el procesamiento, etapa que facilitó el análisis, ya que los datos están resumidos en tablas y gráficos que, se analizan estadísticamente, según el análisis estadístico se corrobora la hipótesis y se elaboran las conclusiones.

### **3.6. Métodos de análisis de datos**

Terminada la recolección de datos mediante el instrumento, se interpretaron los diferentes datos obtenidos, utilizando el método estadístico de SPSS, versión 23. Se analizaron también las variables de estudio hábitos alimenticios y rendimiento escolar utilizando la estadística descriptiva.

Además, para la estadística inferencial se ha utilizado Rho de Spearman comprobando de esta manera la asociación (hábitos alimenticios y rendimiento escolar). Al final, se presentan los resultados de ordenadamente utilizando las tablas y figuras consecuentes.

### **3.7. Aspectos éticos**

Desde el inicio se ha contado con la participación informada de los estudiantes. Asimismo, los resultados han sido tratados solo para los fines de la investigación, de acuerdo a lo que se había informado a los estudiantes. La elaboración del Informe ha sido hecha poniendo en práctica los criterios que recomienda APA, en este sentido se ha dado fiel cumplimiento a normas como la de otorgar la autoría de los textos consultados a los autores. La presente investigación es además original de la autora, respetando toda norma establecida de la Universidad César Vallejo.

## IV. RESULTADOS

### 4.1 Variable hábitos alimenticios

**Tabla 3**

Frecuencias con respecto a la variable hábitos alimenticios

<b>Hábitos alimenticios</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	6	18,2%	18,2%	18,2%
	Medio	25	75,8%	75,8%	93,9%
	Alto	2	6,1%	6,1%	100,0%
	Total	33	100,0%	100,0%	

**Nota:** La tabla 3 determina que los alumnos se ubican en 18,2% en un bajo nivel de hábitos alimenticios, el 75,8% en un nivel medio y el 6,1% en un nivel alto.

**Tabla 4**

Frecuencias con respecto a la dimensión hábitos alimenticios en la familia

<b>Hábitos alimenticios en la familia</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	4	12,1%	12,1%	12,1%
	Medio	15	45,5%	45,5%	57,6%
	Alto	14	42,4%	42,4%	100,0%
	Total	33	100,0%	100,0%	

**Nota:** La tabla 4 determina que los alumnos se ubican en 12,1% en un bajo nivel de hábitos alimenticios en la familia, el 45,5% en un nivel medio y el 42,4% se en un nivel alto.

**Tabla 5**

Frecuencias con respecto a la dimensión hábitos alimenticios en los medios de comunicación

<b>Hábitos alimenticios en los medios de comunicación</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	7	21,2%	21,2%	21,2%
	Medio	24	72,7%	72,7%	93,9%
	Alto	2	6,1%	6,1%	100,0%
	Total	33	100,0%	100,0%	

Nota: La tabla 5 determina que los alumnos se ubican en 21,2% en un bajo nivel de hábitos alimenticios en los medios de comunicación, el 93,9% en un nivel medio y el 6,1% en un nivel alto.

**Tabla 6**

Frecuencias con respecto a la dimensión hábitos alimenticios en la escuela

<b>Hábitos alimenticios en la escuela</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	8	24,2%	24,2%	24,2%
	Medio	23	69,7%	69,7%	93,9%
	Alto	2	6,1%	6,1%	100,0%
	Total	33	100,0%	100,0%	

**Nota:** La tabla 6 determina que los alumnos se ubican en 24,2% en un bajo nivel de hábitos alimenticios en la escuela, el 93,9% en un nivel medio y el 6,1% en un nivel alto.

## 4.2. Resultados de la variable rendimiento académico

**Tabla 7**

Frecuencias con respecto a la variable rendimiento académico

Rendimiento académico					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	AD	8	24,2%	24,2%	24,2%
	A	20	60,6%	60,6%	84,8%
	B	4	12,1%	12,1%	97,0%
	C	1	3,0%	3,0%	100,0%
	Total	33	100,0%	100,0%	

**Nota:** La tabla 5 determina que los alumnos se ubican en 24,2% con nota de AD (logro destacado) en cuanto a su rendimiento académico, 60,6% con nota de A (nivel logrado), 12,1% con nota de B (en proceso) y 3% con nota de C (en inicio)

### 4.3 Contrastación de hipótesis

**Tabla 8**  
*Prueba de normalidad*

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
HABITOS ALIMENTICIOS	,908	33	,008
ALIMENTACIÓN	,938	33	,006
AMBIENTE SOCIAL	,827	33	,003
ESCUELA	,807	33	,011
RENDIMIENTO ACADÉMICO	,908	33	,008

**Nota:** se halló por medio de la Prueba de Shapiro- Wilk por ser una muestra menos a 50 individuos, que tanto las dimensiones y puntajes generales de los cuestionarios aplicados para nuestras variables de estudio, tienen un p-valor menor al 5% ( $p < 0.05$ ), por ello, hallamos que la información no sigue una distribución normal, así mismo, esto abala la aplicación de una evaluación no paramétrica: la prueba de Spearman.

## Correlación entre variables

**Tabla 9**

*Correlación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico*

		Correlaciones		
			Hábitos alimenticios	Rendimiento académico
Rho de Spearman	Hábitos alimenticios	Coeficiente de correlación	1,000	-,629**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	33	33
	Rendimiento académico	Coeficiente de correlación	-,629**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	33	33

**Nota:** Se puede observar en la tabla que hay una vinculación altamente significativa ( $p=0,00$ ) asimismo es relevante mencionar que dicha correlación se mueve en una dirección negativa, lo que implica que es una relación inversa.

**Tabla 10**

*Tabla de contingencia entre la variable hábitos alimenticios y rendimiento académico.*

			Hábitos alimenticios			
			Bajo	Medio	Alto	Total
Rendimiento académico	AD	Recuento	1	5	2	8
		% dentro de Rendimiento académico	12,5%	62,5%	25,0%	100,0%
	A	Recuento	0	20	0	20
		% dentro de Rendimiento académico	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
	B	Recuento	4	0	0	4
		% dentro de Rendimiento académico	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	C	Recuento	1	0	0	1
		% dentro de Rendimiento académico	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
Total		Recuento	6	25	2	33
		% dentro de Rendimiento académico	18,2%	75,8%	6,1%	100,0%

Nota: La tabla de contingencia nos muestra con mayor claridad la dirección de la correlación, de tal manera que todo indica que los estudiantes que tienen hábitos alimenticios medianamente saludables son los que obtienen un mayor rendimiento académico.

## Correlación por dimensiones

**Tabla 11**

*Vinculación entre los hábitos alimenticios en la familia y el rendimiento académico*

Correlaciones			Familia	Rendimiento académico
Rho de Spearman	Familia	Coeficiente de correlación	1,000	-,473**
		Sig. (bilateral)	.	,005
		N	33	33
	Rendimiento académico	Coeficiente de correlación	-,473**	1,000
		Sig. (bilateral)	,005	.
		N	33	33

**Nota:** Se puede observar en la tabla 11 que existe una correlación altamente significativa ( $p=0,005$ ) entre el rendimiento académico y los hábitos alimenticios en la familia de los alumnos de cuarto grado, asimismo en torno a la dirección de la correlación, el valor negativo del coeficiente de correlación de Pearson nos lleva a asumir que la correlación es inversa.

**Tabla 12**

*Tabla de contingencia entre la variable hábitos alimenticios en la familia y rendimiento académico.*

Rendimiento académico*Familia tabulación cruzada						
			Familia			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Rendimiento académico	AD	Recuento	1	1	6	8
		% dentro de Rendimiento académico	12,5%	12,5%	75,0%	100,0%
	A	Recuento	1	12	7	20
		% dentro de Rendimiento académico	5,0%	60,0%	35,0%	100,0%
	B	Recuento	1	3	0	4
		% dentro de Rendimiento académico	25,0%	75,0%	0,0%	100,0%
	C	Recuento	1	0	0	1
		% dentro de Rendimiento académico	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
Total	Recuento		4	16	13	33
	% dentro de Rendimiento académico		12,1%	48,5%	39,4%	100,0%

**Nota:** La tabla de contingencia logra esclarecer la dirección de la correlación, de tal manera que todo indica que los estudiantes que tienen hábitos alimenticios medianamente saludables y altamente saludables dentro de su familia son los que obtienen un mayor rendimiento académico.

**Tabla 13**

*Relación entre los hábitos alimenticios en los medios de comunicación y el rendimiento académico*

Correlaciones				
			Rendimiento académico	Ambiente Social
Rho de Spearman	Rendimiento académico	Coefficiente de correlación	1,000	-,429*
		Sig. (bilateral)	.	,013
		N	33	33
	Ambiente Social	Coefficiente de correlación	-,429*	1,000
		Sig. (bilateral)	,013	.
		N	33	33

**Nota:** Se puede observar en la tabla 11 que existe una correlación significativa ( $p=0,013$ ) entre el rendimiento académico y los hábitos alimenticios en los medios de comunicación (ambiente social), asimismo en torno a la dirección de la correlación, el valor negativo del coeficiente de correlación de Pearson nos lleva a asumir que la correlación es inversa.

**Tabla 14**

*Tabla de contingencia entre la variable hábitos alimenticios en los medios de comunicación (ambiente social) y rendimiento académico.*

		Rendimiento académico*Ambiente Social tabulación cruzada				
		Ambiente Social			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Rendimiento académico	AD	Recuento	1	6	1	8
		% dentro de Rendimiento académico	12,5%	75,0%	12,5%	100,0%
	A	Recuento	2	17	1	20
		% dentro de Rendimiento académico	10,0%	85,0%	5,0%	100,0%
	B	Recuento	3	1	0	4
		% dentro de Rendimiento académico	75,0%	25,0%	0,0%	100,0%
	C	Recuento	1	0	0	1
		% dentro de Rendimiento académico	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	Total	Recuento	7	24	2	33
		% dentro de Rendimiento académico	21,2%	72,7%	6,1%	100,0%

Nota: La tabla 12, es una tabla de contingencia que muestra con mayores luces la dirección de la correlación, de tal manera que todo indica que los estudiantes que tienen hábitos alimenticios en los medios de comunicación (ambiente social) medianamente saludables y altamente saludables son los que obtienen un mayor rendimiento académico.

**Tabla 15**

*Vinculación entre los hábitos alimenticios en la escuela y el rendimiento académico*

Correlaciones				
		Rendimiento académico		
			Escuela	
Rho de Spearman	Rendimiento académico	Coefficiente de correlación	1,000	-,610**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	33	33
Escuela	Escuela	Coefficiente de correlación	-,610**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	33	33

Nota: La tabla 15 nos muestra que existe una correlación significativa ( $p=0,000$ ) entre el rendimiento académico y los hábitos alimenticios, asimismo en torno a la dirección de la correlación, el valor negativo del coeficiente de correlación de Pearson nos lleva a asumir que la correlación es inversa.

**Tabla 16**

*Tabla de contingencia entre la variable hábitos alimenticios en la escuela y rendimiento académico.*

		Rendimiento académico*Escuela tabulación cruzada				
		Escuela			Total	
Rendimiento académico	AD		Bajo	Medio		Alto
		Recuento	0	6	2	8
		% dentro de Rendimiento académico	0,0%	75,0%	25,0%	100,0%
	A	Recuento	4	16	0	20
	A	% dentro de Rendimiento académico	20,0%	80,0%	0,0%	100,0%
	B	Recuento	3	1	0	4
	B	% dentro de Rendimiento académico	75,0%	25,0%	0,0%	100,0%
	C	Recuento	1	0	0	1
	C	% dentro de Rendimiento académico	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
Total		Recuento	8	23	2	33
		% dentro de Rendimiento académico	24,2%	69,7%	6,1%	100,0%

Nota: La tabla 16, muestra la dirección de la correlación, de tal manera que todo indica que los estudiantes que tienen hábitos alimenticios en la escuela medianamente saludables y altamente saludables son los que obtienen un mayor rendimiento académico.

## V. DISCUSIÓN

La presente investigación estableció como objetivo general determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana, en este sentido, los resultados evidencian que los estudiantes en su mayoría (60%) tienen un rendimiento académico de nivel medio y un 72% muestran que tienen un nivel medio de hábitos alimenticios. Por otro lado, se observa que la relación entre ambas variables es significativa, puesto  $p = 0,000$  (tabla 6). Por otro lado, se corrobora lo que afirma la Teoría del aprendizaje social (Albert Bandura), quien menciona que el aprendizaje se da de tal manera que el aspecto social estimula de forma necesaria los aprendizajes entre las personas que se relacionan. Esta teoría del aprendizaje social es necesaria para reconocer cómo las personas asimilan nuevos aprendizajes estimulando nuevos comportamientos observando a otras personas en su desenvolvimiento. De tal forma, la teoría estima que el aprendizaje se da considerando la observación como eje primordial. (Guerra, 2020)

En cuanto al primer objetivo, que, determinar la relación entre hábitos alimenticios en la familia y rendimiento académico se encontró que hay una vinculación significativa entre las dos variables; la tabla de contingencia logra esclarecer la dirección de la correlación, de tal manera que todo indica que los estudiantes que tienen hábitos alimenticios medianamente saludables y altamente saludables dentro de su familia son los que obtienen un mayor rendimiento académico. Lo cual corrobora lo dicho por (García, P 1983) en relación a la riqueza de las experiencias alimenticias que se viven al interior de la familia, se enraízan muy bien, y tienen influencia en el desempeño de los estudiantes. “El cúmulo de costumbres que ciertos individuos tienen para alimentarse.

En el segundo objetivo, centrado en determinar la relación entre los hábitos alimenticios en los medios de comunicación y el nivel académico de los estudiantes, se puede observar, que hay una correlación significativa ( $p=0,013$ )

entre el rendimiento académico y los hábitos alimenticios en los medios de comunicación (ambiente social), asimismo en torno a la dirección de la correlación, el valor negativo del coeficiente de correlación de Pearson nos lleva a asumir que la correlación es inversa, lo que muestra con mayores luces la dirección de la correlación, de tal manera que todo indica que los estudiantes que tienen hábitos alimenticios en los medios de comunicación (ambiente social) medianamente saludables y altamente saludables son los que obtienen un mayor rendimiento académico. Este resultado corrobora lo mencionado, según (Rodríguez & Simón, 2008) El comportamiento y los hábitos alimenticios de un niño de edad preescolar van a estar influenciadas por el desarrollo psicomotor y social.

Asimismo, en el tercer objetivo específico dirigido a determinar la relación entre los hábitos alimenticios en los medios de comunicación y el rendimiento académico de los estudiantes.; la tabla nos muestra que existe una correlación significativa ( $p=0,000$ ) entre el rendimiento académico y los hábitos alimenticios en la escuela de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana, asimismo en torno a la dirección de la correlación, el valor negativo del coeficiente de correlación de Pearson nos lleva a asumir que la correlación es inversa, lo que muestra, la dirección de la correlación, de tal manera que todo indica que los estudiantes que tienen hábitos alimenticios en la escuela medianamente saludables y altamente saludables son los que obtienen un mayor rendimiento académico. De esta manera el resultado se relaciona con lo mencionado en las teorías relacionadas con respecto a que necesariamente el tema de los hábitos alimenticios se debe tratar de manera general en la escuela permitiendo la combinación de saberes, actitudes y hábitos generando una alimentación saludable en el estilo de vida de los niños y adolescentes, evitando de esta forma los síntomas de enfermedades alimentarias. (Adriana Ivette Macias M., 2012).

Aspectos a tomar en cuenta de la teoría según los resultados encontrados:

El aprendizaje social influenciado por una serie de factores en nuestro entorno ya sea en cada una de las dimensiones mencionadas en la investigación (familia, escuela y medios de comunicación, ambiente social), establece parámetros en el

rendimiento académico de los estudiantes. De tal manera que siendo los hábitos alimenticios un producto de este aprendizaje social influye en el rendimiento académico de los estudiantes.

Donde los estudiantes que tienen buenos y medianamente buenos hábitos alimenticios también se observó que evidencian tener un alto rendimiento escolar, considerando de esta forma lo dicho por (Adriana Ivette Macias M., 2012) define a los “hábitos alimenticios son las manifestaciones comunes del comportamiento individual y colectivo con referencia al qué, cuándo, dónde, cómo, con qué, para qué se come y quién consumen los alimentos, y la manera por la cual se adoptan directa e indirectamente como parte de nuestras prácticas socioculturales”.

A la vez otras investigaciones hechas anteriormente obtuvieron resultados similares como es el caso de Paucar (2017) quien en su investigación concluye que los hábitos alimentarios tienen correlación con el rendimiento académico de los estudiantes investigados, con una significancia de 0.769, con una correlación alta. También Caro (2018) determina que el 34% de los estudiantes tienen notas de 17 a 20 y el 29% de 14 a 16 que es un buen rendimiento, se debe incentivar el consumo de frutas y verduras porque el 50% solo lo consume a veces, concluyendo que los hábitos alimenticios si tienen relación con el rendimiento académico.

De esta forma la presente investigación respalda y se encuentra respaldada por cada una de estas teorías e investigaciones dando lugar al entendimiento de reconocer en todos sus términos que las dimensiones que influyen en los hábitos alimenticios de los estudiantes tales como la familia, la escuela y el ambiente social se correlacionan de manera significativa influyendo en el rendimiento académico de los estudiantes.

Siendo los resultados con significancia negativa nos da a entender que los hábitos alimenticios influyen en el rendimiento académico y no al contrario.

En cuanto a cada uno de los objetivos planteados y resueltos en las tablas de resultados, el primer objetivo nos menciona claramente que la influencia de la familia en los hábitos alimenticios de los estudiantes influye en el rendimiento académico de tal manera que los estudiantes que tienen mejores hábitos alimenticios influenciados por la familia tienen mejor rendimiento académico.

En el segundo objetivo los hábitos alimenticios influenciados por los medios de

comunicación (ambiente social) influyen en el rendimiento académico de tal forma que cuando existen mejores hábitos hay mejor rendimiento académico.

Con respecto al tercer objetivo, los hábitos alimenticios influenciados por la escuela se relacionan de manera significativa con el rendimiento académico de tal forma que mientras se tienen mejores hábitos mejor es el rendimiento.

## **VI. CONCLUSIONES**

1. Existe una relación significativa entre hábitos alimenticios y rendimiento académico; por consiguiente, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Siendo probable que los estudiantes que tienen mejores hábitos alimenticios tendrán también mejores resultados en su rendimiento académico.
2. Existe una correlación altamente significativa entre la dimensión de hábitos alimenticios en la familia y el rendimiento académico, de lo que se infiere que, los estudiantes que tienen hábitos alimenticios medianamente saludables y altamente saludables dentro de su familia son los que obtienen un mayor rendimiento académico.
3. Existe una correlación altamente significativa entre la dimensión de hábitos alimenticios en los medios de comunicación (ambiente social) y el rendimiento académico, de tal manera que todo indica que los estudiantes que tienen hábitos alimenticios en los medios de comunicación (ambiente social) medianamente saludables y altamente saludables son los que obtienen un mayor rendimiento académico.
4. Existe una correlación altamente significativa entre la dimensión de hábitos alimenticios en la escuela y el rendimiento académico, de tal manera que todo indica que los estudiantes que tienen hábitos alimenticios en la escuela medianamente saludables y altamente saludables son los que obtienen un mayor rendimiento académico.

## **VII. RECOMENDACIONES**

Reconociendo la alta influencia que existe entre las condiciones sociales dentro de los hábitos alimenticios y este dentro del rendimiento escolar, los padres de familia, las Instituciones educativas y la sociedad deben proponer estrategias para la mejora de estos salvaguardando la vida saludable en las personas especialmente en los estudiantes menores de edad que están más propensos a ser influenciados.

A la Institución educativa objeto del estudio debe presentar dentro de su planificación orientaciones que propongan temas para mejorar los hábitos alimenticios de sus estudiantes ya que la escuela es una de las dimensiones que influencia el rendimiento académico.

En las próximas investigaciones se debe tomar en cuenta otras dimensiones que influyen en los hábitos alimenticios y tienen que ver con el aprendizaje social para reconocerlas y establecer parámetros estratégicos en beneficio del rendimiento escolar de los estudiantes.

## REFERENCIAS

- Adriana Ivette Macias M., L. G. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista chilena de nutrición*.
- Angeles Carbajal Azcona (2014). *La importancia de desayuno en la infancia y la adolescencia*. Universidad Cuplutense de Madrid.
- Alimentación y Nutrición durante la Adolescencia. <http://www.minsa.gob.pe/portal/servicios/susaludesprimero/adolescente/ad-ol-alimynut.asp>
- Asencios, Roger (2016). *Rendimiento escolar en el Perú: análisis secuencial de los resultados de la evaluación censal de los estudiantes*.
- Banco Central de Reserva del Perú. Belén Pozo Muñoz (2012). *La Alimentación y su Influencia en el Aprendizaje*. Artículo publicado en noviembre por admin.
- Barud, B. G. (Marzo de 2018). *Evaluación de los hábitos nutricionales y preferencia en la escuela secundaria*. Polonia: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28303707>.
- Carmen Vásquez de Velazco (2012). *Consultora FAO. La Alimentación Escolar como Oportunidad de Aprendizaje Escolar. Seguridad Alimentaria Nutricional - Perú*.
- Caro Alberto, K. A. (2018). *Los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de la institución educativa Teresa Gonzales de Fanning de la UGEL 09, en el año 2018*. Huacho.
- 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 Adrianzén, C. D. (2019). *Hábitos alimenticios y el estado nutricional en estudiantes del nivel secundario de la I.E Elvira Castro de Quiroz de los*

*Ejidos de Huan Piura-2019. Piura.*

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).

Correa Burrows, P. B. (2017). *Nutritional quality of diet and academic performance in Chilean students. Bull.* Obtenido de Articles: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4773934/pdf/BLT.15.161315.pdf>

Currículo Nacional de la Educación Básica. Lima: Ministerio de Educación. <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-2017.pdf>

Educación, M. d. (2017). Currículo Nacional. En R. M. 159-2017.. Lima.

El alto rendimiento escolar para beca 18. Lima: *Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo Del Ministerio de Educación.* [http://www.pronabec.gob.pe/inicio/publicaciones/documentos/AltoRendimiento\\_B18.pdf](http://www.pronabec.gob.pe/inicio/publicaciones/documentos/AltoRendimiento_B18.pdf) Minedu (2017a) .

El Perú en PISA 2015. Informe Nacional de Resultados.(1st ed.). Lima. [http://umc.minedu.gob.pe/wpcontent/uploads/2017/04/Libro\\_PISA.pdf](http://umc.minedu.gob.pe/wpcontent/uploads/2017/04/Libro_PISA.pdf) Minedu

Estrella Paucar, A. G. (2017). *Hábitos alimentarios y rendimiento académico de los estudiantes del 4º y 5º grado del Colegio Libertador Simón Bolívar del Distrito de Junín 2017.* Junín.

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: INDDP. 1990. Helizalde, H. A. (2006). *Una revision cirítica del debate sobre las necesidades humanas desde el enfoque centrado en la persona.* POLIS Revista de la Universidad Bolivariana, 14-18.

- Guerri, M. (14 de abril de 2020). *Psicoactiva*. Obtenido de La Teoría del Aprendizaje Social de Bandura: <https://www.psicoactiva.com/blog/la-teoria-del-aprendizaje-social-bandura/>
- Hora, L. (14 de junio de 2019). Piura es la segunda región con mayor índice de sobrepeso. pág. 6.
- INEI. (2019). *Encuesta demográfica y de salud familiar ENDES*. Perú.
- Instituto nacional de estadística e informática, I. (20 de junio de 2016). *Notas de prensa , estadística*. Obtenido de <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-355-de-la-poblacion-peruana-de-15-y-mas-anos-de-edad-padece-de-sobrepeso-9161/>
- Mallma, C. T. (2016). Hábitos alimentarios en estudiantes de medicina de primer y sexto año de una universidad privada de Lima, Perú. *Revista Chilena de nutrición*.
- Minedu. (2009). *Diseño Curricular Nacional de Educación Básica Regular (2nd ed.)*. Lima: Ministerio de Educación. [http://www.minedu.gob.pe/DelInteres/xtras/download.php?link=dcn\\_2009.pdf](http://www.minedu.gob.pe/DelInteres/xtras/download.php?link=dcn_2009.pdf)
- Minedu (2012). Reglamento de la Ley General de Educación N.º 28044. <http://www.minedu.gob.pe/otd/pdf/normas/ds-011-2012-ed.pdf>
- Minedu (2013).
- Minsa (2006a). *Promoción de los y las adolescentes*. <http://www.minsa.gob.pe/portal/servicios/susaludesprimero/adolescente/ad-ol-promocion.asp>
- Minsa (2006b).
- Minsa (2006c). *Nutrición por etapa de vida Alimentación del adolescente (10 a 19 años)* [<http://ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/ogc/especiales/2007/nutricion/archivos/ALIMENTACION-ADOLESCENTE.pdf>]
- Moncada Cupen, D. D. (2017). *Hábitos alimenticios y su incidencia en el desarrollo de las capacidades físicas en las estudiantes de 3º grado de secundaria de la I.E. San José de Tarbes - Castilla - Piura*. 2017. Piura.
- OMS, O. m. (1 de junio de 2018). *Enfermedades no transmisibles*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>

- 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).
- Sayán Brito, J. S. (2017). *Hábitos alimentarios y rendimiento académico en estudiantes del I.E.P Franklin D. Roosevelt, Comas, 2017*. Lima.
- Suárez, C. U. (2014). Conocimientos actitudes y practicas sobre alimentaciòn y nutriciòn de adolescentes de 4º y 5º de secundaria diversificada del municipio Libertador del estado de Mérida, Venezuela. *Revista de la facultad de medicina de la Universidad de los Andes*.
- Trelles Chorres, G. S. (2019). *El estado nutricional y el rendimiento académico de los alumnos del nivel Inicial de cinco años - Rinconada Llicuar - Sechura - Piura, durante el año 2019*. Piura.

# ANEXOS

## Anexo 1 Matriz de Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Contextos	Indicadores	Escala de medición
Los hábitos alimenticios	Los hábitos alimenticios El cumulo de costumbres que ciertos individuos tienen para alimentarse. Adquiriéndose de tal manera por las enseñanzas recibidas de sus familiares, amigos, maestros, etc (García P. 1983).	Son las prácticas sociales, influenciadas por la familia, el ambiente social y la escuela, inherentes a una persona con respecto a la forma del consumo de sus alimentos.	Familia	<ul style="list-style-type: none"> <li>En tu casa consumen los tres alimentos diarios.</li> <li>En tu casa consumen diariamente desayuno con frutas y verduras.</li> <li>En tu casa consumen diariamente almuerzo con frutas y verduras.</li> <li>En tu casa consumen diariamente cena con frutas y verduras.</li> <li>En tu casa se consume diariamente más de 4 vasos con agua.</li> </ul>	Escala de likert
			Ambiente social	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comes con frecuencia la comida que se muestra en la televisión (Hamburguesas, pizza, gaseosas, chizitos).</li> <li>Piden en tu casa comida rápida por delivery.</li> <li>Comes con frecuencia golosinas que te muestran tus amigos de la calle.</li> <li>Cuando sales a comprar comes lo que muestran en las propagandas de las tiendas (dulces y gaseosas).</li> </ul>	
			Escuela	<ul style="list-style-type: none"> <li>En el recreo comes comida saludable.</li> <li>Tus compañeros comparten contigo comida saludable.</li> <li>Llevas lonchera diariamente para tu recreo.</li> <li>Llevas en tu lonchera una botella con agua.</li> <li>Llevas en tu lonchera frutas y verduras.</li> <li>Comes todos los alimentos que te proporcionan en Qaliwarma.</li> </ul>	
El rendimiento académico	El rendimiento escolar El rendimiento es definido “como el nivel de logro que se ha determinado en relación al desempeño de	Es la medida de niveles de logro que tiene un estudiante considerando sus competencias, capacidades y desempeños de	Registro de notas	Nivel de logro destacado (AD) Nivel de logro previsto (A) Nivel de logro en proceso (B) Nivel de logro en inicio (C)	

	<p>una persona que ha estado sometida a un proceso de formación; también se entiende como el nivel en que una persona responde haciendo uso de sus habilidades , conocimientos y actitudes” (pág. 31). es (Pizarro, 1985, citado por Alcaide, s.f.)</p>	<p>las diferentes áreas, las cuales pueden medirse por: Destacado (AD), previsto (A), proceso (B), inicio (C).</p>			
--	---	--	--	--	--

## Anexo 2 Instrumento de recolección de datos

### Valores de Cuestionario “Los hábitos alimenticios”

**Instrucciones:** Estimado estudiante el presente cuestionario forma parte de una investigación para investigar acerca de tus hábitos alimenticios, marca las respuestas con honestidad, gracias por tu colaboración.

Indicadores	Opción de respuesta		
	Frecuentemente	A veces	Nunca
<b>Familia</b>			
En tu casa consumen los tres alimentos diarios (desayuno, almuerzo y cena).	2	1	0
En tu casa consumen diariamente desayuno con frutas y verduras.	2	1	0
En tu casa consumen diariamente almuerzo con frutas y verduras.	2	1	0
En tu casa consumen diariamente cena con frutas y verduras.	2	1	0
En tu casa se consume diariamente más de 4 vasos con agua.	2	1	0
<b>Ambiente social</b>			
Comes con frecuencia la comida que se muestra en la televisión (Hamburguesas, pizza, gaseosas, chizitos).	0	1	2
Piden en tu casa comida rápida por delivery.	0	1	2
Comes con frecuencia golosinas que te muestran tus amigos de la calle.	0	1	2
Cuando sales a comprar comes lo que muestran en las propagandas de las tiendas (dulces y gaseosas).	0	1	2
<b>Escuela</b>			
En el recreo comes comida saludable.	2	1	0
Tus compañeros comparten contigo comida saludable.	2	1	0
Llevas lonchera diariamente para tu recreo.	2	1	0
Llevas en tu lonchera una botella con agua.	2	1	0
Llevas en tu lonchera frutas y verduras.	2	1	0
Comes todos los alimentos que te proporcionan en Qaliwarma.	2	1	0

## Baremos:

		Estadísticos			
		Total	Familia	Ambiente Social	Escuela
N	Válido	33	33	33	33
	Perdidos	0	0	0	0
Media		21,88	7,15	5,30	9,42
Mediana		23,00	7,00	6,00	10,00
Desviación estándar		4,241	1,349	1,811	2,180
Mínimo		11	5	0	3
Percentiles	5	11,70	5,00	,70	3,70
	10	13,80	5,00	2,40	5,80
	15	18,10	6,00	4,00	7,10
	20	19,80	6,00	4,00	8,00
	25	20,50	6,00	5,00	8,50
	30	21,00	6,00	5,00	9,00
	35	21,90	6,90	5,00	9,00
	40	22,00	7,00	5,00	10,00
	45	22,00	7,00	5,00	10,00
	50	23,00	7,00	6,00	10,00
	55	23,00	7,00	6,00	10,00
	60	23,00	7,40	6,00	10,40
	65	23,00	8,00	6,00	11,00
	70	23,80	8,00	6,00	11,00
	75	25,00	8,00	6,50	11,00
	80	25,00	8,20	7,00	11,00
	85	25,90	9,00	7,00	11,00
90	26,60	9,00	7,00	11,00	
95	28,30	9,30	8,00	12,00	

## Baremos resumidos

Niveles	Total	Familia	Ambiente social	Escuela
<b>Bajo</b>	0 – 19	0 – 5	0 – 4	0 – 8
<b>Medio</b>	20 – 27	6 – 7	5 – 7	9 – 11
<b>Alto</b>	28 a más	8 a más	8 a más	12 a más

## FICHA TÉCNICA DE CUESTIONARIO DE HÁBITOS ALIMENTICIOS

### BAREMACIÓN DEL INSTRUMENTO

#### 1. DESCRIPCIÓN

Características	Descripción
<b>Nombre del instrumento</b>	<b>HÁBITOS ALIMENTICIOS</b>
<b>Objetivo</b>	Determinar la relación entre los hábitos alimenticios en la familia y el rendimiento académico.
<b>Dimensiones que mide</b>	Familia, ambiente social y escuela
<b>Total de indicadores/ítems</b>	15
<b>Tipo de puntuación</b>	Numérica
<b>Valor total de la prueba</b>	30 puntos
<b>Tipo de administración</b>	Directa Individual
<b>Tiempo de administración</b>	2 horas
<b>Autor</b>	Paiva Valle, Karin Linderman
<b>Editor</b>	Sin editor
<b>Fecha última de elaboración</b>	2020
<b>Constructo que se evalúa</b>	Hábitos alimenticios
<b>Área de aplicación</b>	Pedagogía
<b>Base teórica</b>	
<b>Soporte</b>	Computadora/virtual

#### 2. CALIFICACIÓN DIMENSIONAL

Dimensión	Ítems	Total ítems	Valor total ítems	Escala	Valoración
Familia	1,2,3,4,5	05	10	0-5	Bajo
				6-7	medio
				8- más	alto
Ambiente social	6,7,8,9	04	08	0-4	Bajo
				5-7	medio
				8- más	alto
Escuela	10,11,12,13,14,15	06	12	0-8	Bajo
				9-11	medio
				12-más	alto

#### 3. CALIFICACIÓN GENERAL

Variable	Total ítems	Valor de ítems	Escala	Valoración
Hábitos alimenticios	15	30	0 – 19	Bajo
			20 – 27	medio
			28 a más	alto

### Anexo 3 Matriz de consistencia

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

### TÍTULO: Hábitos alimenticios y rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa 14787 Sullana, 2021

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	MÉTODO	POBLACIÓN
<p>General:</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 - Sullana?</p>	<p>GENERAL:</p> <p>Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</p>	<p>GENERAL:</p> <p>Hi: Existe relación significativa entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico.</p> <p>Hipótesis nula: H0: No se relaciona significativamente los hábitos alimenticios y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</p>	<p><b>MÉTODO:</b>  <b>TIPO DE ESTUDIO:</b>                      Básica</p> <p><b>DISEÑO:</b>                      Descriptivo - correlacional</p> <p><b>Esquema:</b></p> <pre>                     graph LR                     M[M] --- V1[V1]                     M --- V2[V2]                     V1 --- r[r]                     r --- V2                     style M stroke-width:2px                     style V1 stroke-width:1px                     style V2 stroke-width:1px                     style r stroke-width:1px                     </pre> <p><b>Dónde:</b>                      M: Representa la muestra de la investigación, estudiantes del 4º “C” de la I.E 14787 “Víctor Raúl Haya de la Torre”                      V1: corresponde a la variable hábitos alimenticios.                      V2: Corresponde a la variable rendimiento escolar.                      r : Reconoce la correlación entre las variables.</p>	<p><b>Población</b></p> <p>743 estudiantes</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>33 estudiantes</p> <p><b>Muestreo:</b>                      No probabilístico – Por conveniencia</p>
<p>ESPECÍFICOS:</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre los hábitos alimenticios en la familia y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 - Sullana?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre los hábitos alimenticios en los medios de comunicación (ambiente social) y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 - Sullana?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre los hábitos alimenticios en la escuela y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 - Sullana?</p>	<p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar la relación entre los hábitos alimenticios en la familia y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</li> <li>- Determinar la relación entre los hábitos alimenticios en los medios de comunicación y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</li> <li>- Determinar la relación entre los hábitos alimenticios en la escuela y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</li> </ul>	<p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Existe relación entre los hábitos alimenticios en la familia y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</li> <li>- No existe relación entre los hábitos alimenticios en la familia y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</li> <li>- Existe relación entre los hábitos alimenticios en los medios de comunicación y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</li> <li>- No existe relación entre los hábitos alimenticios en los medios de comunicación y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</li> <li>- Existe relación entre los hábitos alimenticios en la escuela y el rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de la Institución educativa 14787 – Sullana.</li> <li>- No existe relación entre los hábitos alimenticios en la escuela y el rendimiento académico de los</li> </ul>		

## Anexo 4 Validez



### MATRIZ DE VALIDACION DEL INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario para reconocer los hábitos alimenticios de los estudiantes.

**OBJETIVO:** Identificar los hábitos alimenticios en los estudiantes de cuarto grado del nivel primario de la I.E 14787 "Víctor Raúl Haya de la Torre".

**DIRIGIDO A:** Estudiantes cuarto grado del nivel primario.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Mg. Portocarrero Madrid Brenda Alicia

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Maestra en Psicología educativa.

#### VALORACIÓN:

FRECUENTEMENTE

A VECES

NUCA



FIRMA DEL EVALUADOR

DNI 44042309

**MATRIZ DE VALIDACIÓN**

TÍTULO DE LA TESIS: HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ESCOLAR DE LOS ESTUDIANTES DE CUARTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 14787 SULLANA

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	OPCIÓN DE RESPUESTA			CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES	
			Frecuente	A veces	Nunca	RELACIÓN ENTRE VARIABLE Y DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEM		RELACIÓN ENTRE EL ÍTEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA			
						SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
Hábitos alimenticios	Familia	En tu casa consumen los tres alimentos diarios.	2	1	0	x		x					x		
		En tu casa consumen diariamente desayuno con frutas y verduras.	2	1	0	x		x					x		
		En tu casa consumen diariamente almuerzo con frutas y verduras.	2	1	0	x		x					x		
		En tu casa consumen diariamente cena con frutas y verduras.	2	1	0	x		x					x		
		En tu casa se consume diariamente más de 4 vasos con agua.	2	1	0	x		x					x		
	Ambiente social	Comes con frecuencia la comida que se muestra en la televisión (Hamburguesas, pizza, gaseosas, chizitos).	0	1	2	x		x					x		
		Piden en tu casa comida rápida por delivery.	0	1	2	x		x					x		
		Comes con frecuencia golosinas que te muestran tus amigos de la calle.	0	1	2	x		x					x		
		Cuando sales a comprar comes lo que muestran en las propagandas de las tiendas (dulces y gaseosas).	0	1	2	x		x					x		
	Escuela	En el recreo comes comida saludable.	2	1	0	x		x					x		

		Tus compañeros comparten contigo comida saludable.	2	1	0	x		x					x		
		Llevas lonchera diariamente para tu recreo.	2	1	0	x		x					x		
		Llevas en tu lonchera una botella con agua.	2	1	0	x		x					x		
		Llevas en tu lonchera frutas y verduras.	2	1	0	x		x					x		
		Comes todos los alimentos que te proporcionan en Qalivanna.	2	1	0	x		x					x		

*Brenda J.*

FIRMA DEL EVALUADOR

DNI 44042309

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario para reconocer los hábitos alimenticios de los estudiantes.

**OBJETIVO:** Identificar los hábitos alimenticios en los estudiantes de cuarto grado del nivel primario de la I.E 14787 "Victor Raúl Haya de la Torre".

**DIRIGIDO A:** Estudiantes cuarto grado del nivel primario.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** ANA MARIELA AGURTO CEVALLOS

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** MAESTRIA EN GERENCIA EDUCATIVA E STRATEGICA

**VALORACIÓN:**

FRECUENTEMENTE

A VECES

NUNCA



---

FIRMA DEL EVALUADOR

**MATRIZ DE VALIDACIÓN**

TÍTULO DE LA TESIS: HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ESCOLAR DE LOS ESTUDIANTES DE CUARTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 14787 SULLANA

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	OPCIÓN DE RESPUESTA			CRITERIOS DE EVALUACIÓN								INDICACIONES DE RECOMENDACIONES	
			Frecuentemente	A veces	Nunca	CUMPLE O NO CUMPLE EL INDICADOR									
						SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
Hábitos alimenticios	Familia	En la casa consumen los tres alimentos diarios.	2	1	0	x		x		x		x			
		En la casa consumen diariamente desayuno con frutas y verduras.	2	1	0	x		x		x		x			
		En la casa consumen diariamente almuerzo con frutas y verduras.	2	1	0	x		x		x		x			
		En la casa consumen diariamente cena con frutas y verduras.	2	1	0	x		x		x		x			
		En la casa se consume diariamente más de 4 vasos con agua.	2	1	0	x		x		x		x			
	Ambiente social	Comes con frecuencia la comida que se muestra en la televisión (Hamburguesas, pizza, gaseosa, chritos).	0	1	2	x		x		x		x			
		Pides en tu casa comida rápida por <del>delección</del>	0	1	2	x		x		x		x			
		Comes con frecuencia golosinas que te muestran tus amigos de la calle.	0	1	2	x		x		x		x			
		Cuando sales a comprar comes lo que muestran en las propagandas de las tiendas (dulces y gaseosa).	0	1	2	x		x		x		x			
	Escuela	En el recreo comes comida saludable.	2	1	0	x		x		x		x			

<b>Escuela</b>	En el recreo comes comida saludable.	2	1	0														
	Tus compañeros comparten contigo comida saludable.	2	1	0														
	Llevas lonchera discretamente para tu recreo.	2	1	0														
	Llevas en tu lonchera una botella con agua.	2	1	0														
	Llevas en tu lonchera frutas y verduras.	2	1	0														
	Comes todos los alimentos que te proporcionan en <b>Qaliwanka</b> .	2	1	0														



FIRMA DEL EVALUADOR

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario para reconocer los hábitos alimenticios de los estudiantes.

**OBJETIVO:** Identificar los hábitos alimenticios en los estudiantes de cuarto grado del nivel primario de la I.E 14787 "Víctor Raúl Haya de la Torre".

**DIRIGIDO A:** Estudiantes cuarto grado del nivel primario.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** MARIA ELISA SALAZAR SANTUR

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** MAESTRIA EN GERENCIA EDUCATIVA ESTRATEGICA

**VALORACIÓN:**

FRECUENTEMENTE

A VECES

NUNCA



**FIRMA DEL EVALUADOR**

**MATRIZ DE VALIDACIÓN**

**TÍTULO DE LA TESIS: HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RENDIMIENTO ESCOLAR DE LOS ESTUDIANTES DE CUARTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 14787 SULLANA**

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	OPCIÓN DE RESPUESTA			CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES
			Frecuentemente	A veces	Nunca	RELACIÓN ENTRE VARIABLE Y DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEM		RELACIÓN ENTRE EL ÍTEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA		
						SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Hábitos alimenticios	Familia	En tu casa consumen los tres alimentos diarios.	2	1	0	x		x		x		x		
		En tu casa consumen diariamente desayuno con frutas y verduras.	2	1	0	x		x		x		x		
		En tu casa consumen diariamente almuerzo con frutas y verduras.	2	1	0	x		x		x		x		
		En tu casa consumen diariamente cena con frutas y verduras.	2	1	0	x		x		x		x		
		En tu casa se consume diariamente más de 4 vasos con agua.	2	1	0	x		x		x		x		
	Ambiente social	Comes con frecuencia la comida que se muestra en la televisión (Hamburguesas, pizza, gaseosas, chizitos).	0	1	2	x		x		x		x		
		Piden en tu casa comida rápida por <u>delivery</u> .	0	1	2	x		x		x		x		
		Comes con frecuencia golosinas que te muestran tus amigos de la calle.	0	1	2	x		x		x		x		
		Cuando sales a comprar comes lo que muestran en las propagandas de las tiendas (dulces y gaseosas).	0	1	2	x		x		x		x		

Escuela	En el recreo comes comida saludable.	2	1	0	x		x		x		x	
	Tus compañeros comparten contigo comida saludable.	2	1	0	x		x		x		x	
	Llevas lonchera diariamente para tu recreo.	2	1	0	x		x		x		x	
	Llevas en tu lonchera una botella con agua.	2	1	0	x		x		x		x	
	Llevas en tu lonchera frutas y verduras.	2	1	0	x		x		x		x	
	Comes todos los alimentos que te proporcionan en Qaliwama.	2	1	0	x		x		x		x	




  
 DIRECCIÓN
   
 "Mamé Elías Salazar Sotelo"
   
 "QUE CUYA"
   
 "EL 'WUY' (NOMBRE DE MARIA)"
   
 LA PERA

FIRMA DEL EVALUADOR

## Anexo 5 Confiabilidad

Confiabilidad: Alfa de Cronbach

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,789	15

Se puede observar que el estadístico alfa de Cronbach arroja un puntaje de 0,789, el mismo que dentro de la escala de valoración de la confiabilidad, se puede asumir que se encuentra dentro de una categoría aceptable.

Estadísticas de total de elemento				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item 1	20,06	15,871	,628	,765
Item 2	20,67	15,792	,385	,778
Item 3	20,58	16,752	,266	,786
Item 4	20,91	17,210	,089	,801
Item 5	20,03	17,280	,189	,789
Item 6	20,85	15,883	,507	,770
Item 7	20,39	15,996	,325	,783
Item 8	20,48	15,383	,420	,775
Item 9	20,48	14,445	,620	,755
Item 10	20,27	15,517	,568	,764
Item 11	20,79	17,610	-,004	,811
Item 12	20,30	14,905	,471	,770
Item 13	20,09	15,023	,630	,758
Item 14	20,24	14,627	,587	,759
Item 15	20,15	16,258	,418	,776

Con respecto a la escala de alfa de Cronbach si se elimina un ítem se obtiene que si se retira el ítem 11 se obtiene un incremento de 0,789 a 0,811, lo cual representa un incremento de categoría de aceptable a bueno, sin embargo, este cambio se encuentra también sujeto al criterio de la especialista, ya que no es una diferencia elevada.

Validez de constructo a través de la correlación factor – total

		<b>Correlaciones</b>			
		Total	Familia	Ambiente Social	Escuela
Total	Correlación de Pearson	1	,719**	,762**	,868**
	Sig. (bilateral)		,000	,000	,000
	N	33	33	33	33
Familia	Correlación de Pearson	,719**	1	,326	,509**
	Sig. (bilateral)	,000		,064	,002
	N	33	33	33	33
Ambiente Social	Correlación de Pearson	,762**	,326	1	,449**
	Sig. (bilateral)	,000	,064		,009
	N	33	33	33	33
Escuela	Correlación de Pearson	,868**	,509**	,449**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,002	,009	
	N	33	33	33	33

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Se puede observar en la tabla de correlaciones que en todos los casos las correlaciones resultan siendo altamente significativas, y sus valores se aproximan a 1, lo cual implica que cada factor está aportando de manera adecuada al total de la prueba, por lo que se asume la existencia de validez o, en otros términos, que el test mide lo que realmente pretende medi

## Anexo 6 Base de datos

### HÁBITOS ALIMENTICIOS

SUJETOS	APELLIDOS Y NOMBRES D ELOS ESTUDIANTES	SEXO	FAMILIA						AMBIENTE SOCIAL					ESCUELA						TOTAL	
			1	2	3	4	5	SUB TOTAL	1	2	3	4	SUB TOTAL	1	2	3	4	5	6		SUB TOTAL
1	Alama Atoche Ángel Leonel	M	2	1	1	1	2	7	1	2	2	1	6	1	2	0	2	1	2	8	21
2	Albuquerque Mauricio Milena de los Milagros	F	2	2	1	2	2	9	1	2	2	2	7	2	1	2	2	2	2	11	27
3	Aquino Farfán Cristhian Snaider	M	2	1	1	1	2	7	1	2	2	1	6	1	1	2	2	2	2	10	23
4	Atoche chungu Henry Fabian	M	2	0	2	1	2	7	1	2	1	2	6	1	1	2	2	1	1	8	21
5	Carrasco Chanta Jorge Emilio	M	2	1	1	1	2	7	1	2	1	1	5	2	1	2	2	2	2	11	23
6	Castillo García Antonella Mercedes	F	2	2	2	2	2	10	1	2	2	2	7	2	1	2	2	2	2	11	28
7	Checa Correa Angel Aaron	M	2	1	1	0	2	6	1	1	2	2	6	2	1	2	2	1	2	10	22
8	Cherrez Monetero Jean Carlos	M	1	1	1	2	2	7	1	1	1	2	5	1	0	0	0	1	1	3	15
9	Cienfuegos Ramos Jahaziel Mariano Amhedt	M	2	1	2	2	2	9	1	1	1	2	5	2	2	2	2	2	1	11	25
10	Correa Albuquerque Anderson Smith	M	2	2	1	2	2	9	1	1	0	2	4	2	2	2	2	2	2	12	25
11	Escobar Reyes Mateo Yanmil	M	2	1	1	1	2	7	1	2	2	1	6	2	1	2	2	2	1	10	23
12	Floreano Ramos José Paolo Teodora	M	2	2	1	1	2	8	1	2	1	1	5	2	0	2	2	2	2	10	23
13	García Criollo Mell Angelina Valeska	F	2	1	1	1	2	7	1	2	2	1	6	1	0	2	2	2	2	9	22
14	Giron castro Piero Valentino	M	2	1	1	1	2	7	1	2	2	2	7	2	1	2	2	2	2	11	25
15	Guzmán Curay Luciana Guadalupe	F	2	1	2	1	2	8	1	1	1	2	5	1	2	1	2	2	2	10	23
16	Mauricio Villegas Snaider Smith	M	2	2	2	1	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	2	2	12	29
17	Merino Barragán Santiago Samuel	M	1	1	1	1	2	6	2	2	2	2	8	2	0	1	2	2	1	8	22
18	Merino Ortiz Alexia Nicols	F	1	1	1	1	1	5	0	1	1	0	2	1	2	1	0	0	1	5	12
19	Mimbela quevedo Juan Dominic	M	2	0	1	1	1	5	1	2	1	1	5	1	1	2	2	2	2	10	20
20	Miranda Chávez Angie Mariel	F	2	1	2	0	2	7	1	1	1	1	4	2	0	2	2	2	2	10	21
21	Montero Calderón Fabricio Arturo	M	2	1	2	1	2	8	1	2	1	1	5	2	1	2	1	2	2	10	23
22	Paulini Correa José María	M	2	1	1	1	1	6	1	1	1	2	5	2	1	2	2	2	2	11	22
23	Portocarrero Ruiz Danna Carolina	F	2	1	1	0	1	5	1	1	1	1	4	1	1	2	2	1	2	9	18
24	Reyes Valdiviezo José Luis	M	2	1	2	0	1	6	2	2	2	1	7	2	2	2	2	2	1	11	24
25	Rivera Farfan Eder Neymar	M	2	0	1	0	2	5	1	1	2	1	5	1	1	2	2	1	2	9	19
26	Rojas Zapata Dayra Brigitte Guadalupe	F	2	2	2	1	2	9	1	1	2	2	6	2	1	2	2	2	2	11	26
27	Rugel Cisneros Joel Sleyter	M	2	2	1	1	2	8	1	2	2	2	7	2	1	2	2	2	2	11	26
28	Ruiz Siancas Dan fabricio	M	2	1	1	0	2	6	2	2	2	1	7	2	1	0	2	0	2	7	20
29	Saavedra Mendoza Anderson Ronaldo	M	2	2	1	1	2	8	1	2	1	2	6	1	1	1	2	2	2	9	23
30	Silupú González Kaory Dalezca	F	1	1	1	1	2	6	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	4	11
31	Silva Carmen Martin Sebastian	M	1	2	2	1	2	8	1	0	1	1	3	2	2	1	2	2	2	11	22
32	Solis Yarleque Andrea Stefany	F	1	1	1	1	2	6	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	1	7	13
33	Vasquez Infante Alejandro Valentin	M	2	2	1	1	2	8	1	1	2	2	6	2	1	2	2	2	2	11	25

## Registro de notas

4° C		MATEMÁTICA	COMUNICACIÓN	CIENCIA Y TECNOLOGÍA	PERSONAL SOCIAL	ARTE Y CREATIVIDAD	RELIGIÓN	PROMEDIO
N°	APELLIDOS Y NOMBRES							
01	ALAMA TEMOCHE, ANGEL LEONEL	A	A	A	AD	A	A	A
02	ALBURQUEQUE MAURICIO, MILENA DE LOS MILAGROS	AD	AD	A	AD	AD	AD	AD
03	AQUINO FARFAN, CRISTHIAN SNAIDER	A	AD	A	AD	A	A	A
04	ATOCHÉ CHUNGA, HENRY FABIAN	A	A	AD	AD	A	A	A
05	CARRASCO CHANTA, JORGE EMILIO	A	A	A	AD	A	A	A
06	CASTILLO GARCIA, ANTONELLA MERCEDES	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD
07	CHECA CORREA, ANGEL AARON	A	A	A	A	A	A	A
08	CHERREZ MONTERO, JEAN CARLOS	B	B	B	A	A	A	B
09	CIENFUEGOS RAMOS, JAHAZIEL MARIANO AMHEDT	AD	A	A	AD	A	A	A
10	CORREA ALBURQUEQUE, ANDERSON SMITH	AD	A	AD	AD	A	A	AD
11	ESCOBAR REYES, MATEO YANMIL	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD
12	FLOREANO RAMOS, JOSE PAOLO TEODORO	A	AD	A	AD	A	A	A
13	GARCIA CRIOLLO, MELL ANGELINA VALESKA	A	A	A	A	A	A	A
14	GIRON CASTRO, PIERO VALENTINO	A	A	A	A	A	A	A
15	GUZMAN CURAY, LUCIANA GUADALUPE	A	A	A	A	A	A	A
16	MAURICIO VILLEGAS, SNAYDER SMITH	AD	AD	A	AD	A	A	AD
17	MERINO BARRAGAN, SANTIAGO SAMUEL	A	A	A	A	A	A	A
18	MERINO ORTIZ, ALEXIA NICOLLS	C	B	C	B	C	A	C
19	MIMBELA QUEVEDO, JUAN DOMINIC ALEXANDER	A	A	A	A	A	A	A
20	MIRANDA CHAVEZ, ANGIE MARIEL	A	A	A	A	A	AD	A
21	MONTERO CALDERON, FABRICIO ARTURO	A	A	A	A	A	A	A
22	PAULINI CORREA, JOSE MARIA	A	A	A	AD	A	AD	A
23	PORTOCARRERO RUIZ DANNA CAROLINA	B	B	B	A	A	A	B
24	REYES VALDIVIEZO, JOSE LUIS	A	A	A	A	A	A	A
25	RIVERA FARFAN, EDER NEYMAR MACGYVER	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD
26	ROJAS ZAPATA, DAYRA BRIGITTE GUADALUPE	AD	A	AD	A	AD	A	A
27	RUGEL CISNEROS, JOEL SLEYTER	AD	AD	A	AD	A	A	AD
28	RUIZ SIANCAS, DAN FABRICIO	AD	AD	AD	AD	AD	AD	A
29	SAAVEDRA MENDOZA, ANDERSON RONALDO	A	A	A	A	A	A	A
30	SILUPU GONZALES, KAORI DALESKHA	B	A	B	A	B	A	B
31	SILVA CARMEN, MARTIN SEBASTIAN	A	A	A	A	A	A	A
32	SOLIS YARLEQUE, ANDREA STHEFANY	B	B	B	B	A	A	B
33	VASQUEZ INFANTE ALEJANDRO VALENTÍN	AD	AD	AD	AD	A	A	AD

## Anexo 7 Constancia de aplicación de la Tesis



“AÑO DEL BICENTENARIO, 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA”

### CONSTANCIA

El que suscribe en calidad de director de la I.E 14787 “Víctor Raúl Haya de la Torre”  
– Sullana

### Hace constar

Que autorizo a la Bachiller Paiva Valle, Karin Linderman con DNI 44336137 estudiante de la universidad “César Vallejo” a realizar su investigación para sustentación de su tesis titulada “**Hábitos alimenticios y rendimiento académico de los estudiantes de cuarto grado de Primaria, de la Institución Educativa 14787 Sullana, 2021**”; a efectos de cumplir requerimientos universitarios.

Se extiende la presente a solicitud de la parte interesada para los fines pertinentes.

Sullana, 24 de noviembre de 2021

José Eduardo Aguero Nole  
DIRECCIÓN