

**FACULTAD DE EDUCACIÓN E IDIOMAS**



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**Desconocimiento de hábitos alimenticios en las estudiantes del segundo grado de secundaria en la Institución Educativa Parroquial “Patrocinio de San José” N.º 03 – Breña-2013.**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADO EN EDUCACIÓN**

**AUTOR:**

Br: Delmira Ofelia Fonseca Espinoza

**ASESOR:**

Dr. Héctor Raúl Santa María Relaiza

**PROGRAMA DE COMPLEMENTACION UNIVERSITARIA  
Y TITULACIÓN**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención integral del infante, niño y adolescente

**PERÚ-2014**

### **Dedicatoria**

A Dios todopoderoso por ser mí guía, brindándome sabiduría iluminando mi entendimiento. A mi preciosa hija Judy Chaska Chávez Fonseca por ser la inspiración de mi vida, por toda esa comprensión y paciencia que tiene para que mami corone su carrera.

### **Agradecimientos**

A mis compañeros Dalila, Richer, Jorge, Paulo y Johnny por su apoyo, comprensión y amistad, A mi profesor Héctor Santa María, por esa disposición para compartir sus conocimientos académicos, por sus sabios consejos y dedicación a su trabajo.

## PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado, la presente tesina se realiza con el propósito de analizar cómo el desconocimiento de hábitos alimenticios afecta a las estudiantes de segundo grado de secundaria en la Institución Educativa Parroquial “Patrocinio de San José” N.º 03-Breña, la cual está conformada por una sola variable con cuatro dimensiones, fisiológica, psicológica, social y cultural. De igual modo, se pretende dar a conocer, cómo este fenómeno tiene consecuencias que afectan el desarrollo integral en las adolescentes, al mismo tiempo que desencadenan conflictos familiares que terminan en problemas.

Así mismo tiene como finalidad de servir como medio de evaluación, en este caso para obtener el grado de licenciado en educación respectivamente. Para tal efecto pongo en consideración el presente trabajo de investigación, para que se someta a su revisión a fin de obtener el dictamen favorable y las debidas sugerencias que consideren necesarias.

Para su procesamiento de investigación la tesina se ha dividido en cuatro capítulos de la siguiente manera:

Capítulo I: Problema de investigación

Capítulo II: Marco teórico

Capítulo III: Marco metodológico

Capítulo IV: Resultados

*La autora*

## ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
PRESENTACIÓN	iv
ÍNDICE	vi
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE DE FIGURAS	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
<b>CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	
1.1. Planteamiento del problema	15
1.2. Preguntas de investigación	20
1.2.1. Problema general	20
1.2.2. Problemas específicos	20
1.3. Justificación	20
1.4. Limitaciones	23
1.5. Objetivos	23
1.5.1. Objetivo general	23
1.5.2. Objetivos específicos	23
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	
2. 1. Antecedentes	26
2. 2. Bases teóricas de la variable desconocimiento de hábitos alimenticios.	29

2.1.1. Definición conceptual	29
2.1.2. Fundamento teórico	32
2.1.3. Dimensiones	41
Dimensión 1: Factor fisiológico	41
Dimensión 2: Factor psicológico	49
Dimensión 3: Factor sociológico	51
Dimensión 4: Factor cultural	53
2.3. Definición de términos básicos	56
 <b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO</b>	
3.1. Variable	59
3.1.1. Definición conceptual	59
3.1.2. Definición operacional	61
3.2. Enfoque de investigación	62
3.3. Tipo de investigación	62
3.4. Nivel de investigación	63
3.5. Diseño de investigación	63
3.6. Población y muestra	63
3.7. Método de investigación	64
3.8. Técnicas e instrumentos	65
3.9. Validez y confiabilidad	65
3.10. Método de análisis de datos	69
 <b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS</b>	
4.1. Descripción	71
4.2. Discusión	77
 <b>CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS</b>	
Conclusiones	79
Sugerencias	81

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Anexos

Matriz de consistencia

Operacionalización de la variable

Cuestionario para estudiantes

Validación de expertos

Base de datos de la prueba piloto

Base de datos del procesamiento estadístico

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Operacionalización de la variable (X) desconocimiento de hábitos alimenticios	62
Tabla 2: Población	64
Tabla 3: Muestra	65
Tabla 4: Alternativas del instrumento de tipo politómico según Cronbach	66
Tabla 5: Validez y confiabilidad	68
Tabla 6: Confiabilidad del instrumento	69
Tabla 7: Confiabilidad: desconocimiento de hábitos alimenticios	70
Tabla 8: Desconocimiento de hábitos alimenticios	72
Tabla 9: Desconocimiento de hábitos alimenticios por dimensión	73
Tabla 10: Factor fisiológico	74
Tabla 11: Factor psicológico	75
Tabla 12: Factor social	76
Tabla 13: Factor cultural	77

## ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura: N.º1: Desconocimiento de hábitos alimenticios</i>	72
<i>Figura: N.º2 Desconocimiento de hábitos alimenticios por dimensión</i>	73
<i>Figura: N.º3: Factor fisiológico</i>	74
<i>Figura: N.º4 Factor psicológico</i>	75
<i>Figura: N.º5: Factor social</i>	76
<i>Figura: N.º6: Factor cultural</i>	77

## RESUMEN

La presente investigación tuvo por objetivo analizar cómo el desconocimiento de hábitos alimenticios afecta a las estudiantes de segundo grado de secundaria en la Institución Educativa Parroquial “Patrocinio de San José” N.º 03-Breña, la cual estuvo conformado por una sola variable con cuatro dimensiones, fisiológica, psicológica, social y cultural.

La metodología empleada fue el enfoque cuantitativo, método descriptivo y el diseño no experimental. La población de 82 estudiantes y la muestra de 26 estudiantes. En el resultado obtenido en cuanto al desconocimiento de hábitos alimenticios, indica que las estudiantes desconocen los hábitos alimenticios en su mayoría y se confirma el objetivo general del estudio. El 50% de las estudiantes se encuentran en el nivel medio, el 27%, en el nivel alto y el 23%, en el nivel bajo.

Finalmente, cabe destacar que es el factor social en el que sobresalen las estudiantes de la institución mencionada con un 38%, llegando a la conclusión de que el factor que más afecta a las estudiantes, es el factor social en su mayoría, resultado que se respaldaría con la teoría de Díaz (2005, p. 29), quien sostiene que la alimentación sigue hoy siendo central en la vida de los ciudadanos en un doble sentido, es estructurante y es estructurada; es estructurante pues sirve de guía para organizar la vida doméstica y vincular a los miembros del hogar, pero también se ve afectada detectándose en ellas las alteraciones provocadas por los cambios de la sociedad y el propio grupo familiar, y cómo este fenómeno, tiene consecuencias que afectan el desarrollo integral en las adolescentes, al mismo tiempo que desencadenan conflictos familiares que terminan en problemas.

Palabras claves: Hábito alimenticio, dimensión social, estructurante y estructurada.

## ABSTRACT

This research aimed to analyze how the lack of eating habits affect the second grade students of secondary educational institution Pq. Patrocinio of San José N.º 03 -Breña, which consisted of a single variable with four dimensions physiological, psychological, social and cultural.

The methodology used was the quantitative approach, the descriptive and non-experimental design. The population of 80 students and 26 boarders sample. In the result of ignorance about the eating habits, indicates that students are unaware of the dietary habits and most of the general objective of the study is confirmed. 50% of students are in the middle level, 27% at the highest level and 23% at the low level.

Finally, note that is the social factor in projecting the students of that institution with 38%, reaching the conclusion that the factor that most affects the students, the social factor is mostly a result that would support the theory of Diaz, who holds the power is still today being central to the life of citizens in a double sense, structuring and is structured (2005, p. 29) is structuring as it serves as a guide for organizing domestic life and link household members, but also affected them detected the alterations caused by changes in society and the family unit itself, and how this phenomenon has consequences that affect integral development in adolescents, while trigger family disputes that end in problems.

Keyword: Feeding habit, social dimension, structuring y structured

## INTRODUCCIÓN

Dando cumplimiento a la norma establecida por la Universidad César Vallejo, el presente trabajo de investigación titulado Desconocimiento de hábitos alimenticios en las estudiantes del segundo grado de secundaria, en la Institución Educativa Parroquial “Patrocinio de San José” N.º 03-Breña, se ha realizado con la finalidad de obtener el grado de Licenciado en educación de acuerdo a las normas vigentes que la universidad sostiene. Esta investigación comprende los siguientes capítulos a desarrollar:

El capítulo I presenta el problema de Investigación y los elementos que llevaron a realizar este estudio. Asimismo, se explican los sucesos que se vienen dando en un contexto conformado por estudiantes del nivel secundario del plantel mencionado; considerándose como una problemática que requiere de una atención especializada y oportuna. Se formuló el problema general y los problemas específicos, de igual modo se redactaron los antecedentes tanto en el entorno nacional como en el ámbito internacional. El objetivo del estudio fue analizar cómo el desconocimiento de hábitos alimenticios afecta a las estudiantes de segundo grado de secundaria en la Institución Educativa Parroquial “Patrocinio de San José” N.º 03-Breña.

Este análisis y conocimiento nos permitirá a los miembros de la comunidad y entorno escolar tener una información más formal y real de las conductas, actitudes, comportamientos, costumbres, y/o sobre los conocimientos que tienen sobre nutrición y su impacto en las dimensiones fisiológicas, psicológicas, sociales y culturales de las adolescentes.

En el capítulo II, se ha citado a un conjunto de teóricos que fundamentan el contexto del estudio, la cual permitió tener las bases teóricas para la sustentación de la variable y se concluye con la definición de términos básicos.

El capítulo III se titula marco metodológico y se presenta seis aspectos. El primero consistió en redactar la definición conceptual y operacional de la variable titulada desconocimiento de hábitos alimenticios y teniendo en cuenta que se trata de una sola variable, no se formularon las hipótesis respectivas; el segundo trata de la metodología empleada, el tipo y el diseño de investigación.

En este capítulo corresponde a la población y muestra; el cuarto se refiere al método de investigación, el quinto punto trata sobre las técnicas e instrumentos de recolección de datos. En cuanto a los instrumentos se realizó una descripción de ellos y se determinó su validez y confiabilidad según corresponde. Por último, el sexto aspecto consistió en la descripción del método de análisis de datos estadísticos en base a las recomendaciones establecidas.

El capítulo IV se menciona los resultados y se describen de la variable que previamente pasó por un proceso de análisis para conocer el grado de confiabilidad según Cronbach, la cual nos sirvió para obtener los cuadros estadísticos según corresponden.

Al terminar este capítulo se discutieron los resultados obtenidos, en base a los antecedentes internacionales y nacionales, al marco teórico investigado, las conclusiones y recomendaciones, en la cual se explican en forma breve los resultados estadísticos obtenidos, manifestando una gran preocupación por el problema planteado al inicio. Finalmente se formularon las sugerencias que de alguna manera contribuyen a superar la problemática planteada, proponiendo opciones y alternativas que nos permitan atender el caso oportunamente, y se concluyen con las referencias bibliográficas y anexos respectivamente.