



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión
Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Secundaria
Especialidad: Biología, Química y Tecnología de los Alimentos

Contaminación de alimentos y afectación a la salud de los estudiantes
del tercer año de secundaria Institución Educativa Domingo
Mandamiento Sipán

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Nivel
Secundaria Especialidad: Biología, Química y Tecnología de los
Alimentos

Autora

Mirtha Bertila Huaman Rivera

Asesora

Dra. Bernardita Ruth Padilla Delgadillo

Huacho – Perú

2024



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Secundaria
Especialidad: Biología, Química y Tecnología de los alimentos

INFORMACIÓN

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Mirtha Bertila Huaman Rivera	48275092	31 de mayo de 2024
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Bernardita Ruth Padilla Delgadillo	09073710	0009-0005-6064-2165
DATOS DE LOS MIEMROS DE JURADOS – PREGRADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Carmen del Pilar Alvarez Quinteros	15600961	0000-0001-6997-4290
Dra. Paulina Celina Rojas Rivera	15695019	0000-0001-7564-0449
M(a). Virginia Isabel Ayala Ocospoma	41095591	0000-0002-1223-8804

CONTAMINACIÓN DE ALIMENTOS Y AFECTACIÓN A LA SALUD DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCERO AÑO DE SECUNDARIA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DOMINGO MANDAMIENTO SIPÁN

ORIGINALITY REPORT

20% SIMILARITY INDEX	20% INTERNET SOURCES	1% PUBLICATIONS	10% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	------------------------------

PRIMARY SOURCES

1	repositorio.unjfsc.edu.pe Internet Source	9%
2	Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion Student Paper	4%
3	repositorio.uncp.edu.pe Internet Source	1%
4	hdl.handle.net Internet Source	1%
5	repositorio.ucv.edu.pe Internet Source	1%
6	repositorio.unac.edu.pe Internet Source	<1%
7	core.ac.uk Internet Source	<1%
8	repositorio.uss.edu.pe Internet Source	<1%

DEDICATORIA

A mis padres Tomaida Rivera Santiago y Cayo Huaman Alvarado, quienes fueron mi principal fuente de apoyo y por el gran sacrificio que me hicieron para poder culminar mi carrera profesional universitaria.

MIRTHA BERTILA

AGRADECIMIENTO

Agradecer a Dios y muy profundamente a mis padres por su dedicación y paciencia y su apoyo incondicional y a mi asesora por guiarme en mi desarrollo de mi tesis, consejos de mis maestros por las correcciones en clases que siempre tendré presente para ser una buena docente y enseñar bien a mis futuros alumnos.

MIRTHA BERTILA

RESUMEN

Los cambios acelerados que se desarrollan en los medios de producción van cambiando donde los productos de consumos se prescriben rápidos y ocasionando daños físicos y psicológicos en las personas presentando las inasistencias en la clase afectando en sus clases de los estudiantes motivo que determino mi tema realizado contaminación de alimentos y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa domingo mandamiento Sipán, población por 130 estudiantes del colegio Domingo Mandamiento Sipán. Tipo de muestreo aleatorio de 26 alumnos del tercero de secundaria del aula B. En los análisis tabulados del cuadro y grafico N° 1 se obtiene que de los estudiantes encuestados sobre si conocen los alimentos malogrados el 65% hace mención que sus padres los compran y seleccionan 35% que sus padres le envían a comprar y si analizan las fechas de prescripción. Se demuestra como analisis de resultado el 81% no se lava las manos uno por el motivo que tienen que ahorrar el agua y el 19%manifiesta que se lava las manos solo en la mañana cuando se levanta. En referencia a la tabla y figura 6 el resultado precisa que el 92% de los estudiantes se encuentran en 0- a 09 desaprobados, el 8% se analiza que se encuentra de notas en 11 aprueban casi alas justas.

PALABRA CLAVES: Contención, alimentos, salud y estudiantes.

ABSTRAC

The accelerated changes that develop in the means of production are changing where consumer products are prescribed quickly and causing physical and psychological damage to people, presenting absences in class, affecting students' classes, which is why I determined my topic: pollution. of food and impact on the health of students in the third year of secondary school Domingo Mandamiento Sipán educational institution, population of 130 students of the Domingo Mandamiento Sipán school. Type of random sampling of 26 students from the third year of secondary school in classroom B. In the tabulated analyzes of table and graph No. 1, it is obtained that of the students surveyed about whether they know about spoiled foods, 65% mention that their parents buy and select them. 35% that his parents send him to buy and if they analyze the prescription dates. An analysis of the results shows that 81% do not wash their hands because they have to save water and 19% state that they wash their hands only in the morning when they get up. In reference to the table and figure 6, the result specifies that 92% of the students are in 0- to 09 disapproved, 8% are analyzed that have marks in 11 passes almost exactly.

KEYWORDS: Containment, food, health and students.

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
INTRODUCCION	vi
INDICE	vii
CAPÍTULO I	
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
1.1 Descripción de la realidad problemática	10
1.2 Formulación del problema	10
1.2.1 Problema general	11
1.2.2 Problemas específicos	11
1.3 Objetivos de la investigación	12
1.3.1 Objetivo general	12
1.3.2 Objetivos específicos	12
1.4 Justificación de la investigación	13
1.5 Delimitaciones del estudio	14
1.6 Viabilidad del estudio	14
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	
2.1 Antecedentes de la investigación	16
2.1.1 Investigaciones internacionales	16
2.1.2 Investigaciones nacionales	18
2.2 Bases teóricas	20
2.3 Bases filosóficas	28
2.4 Definición de términos básicos	29
2.5 Hipótesis de investigación	30
2.5.1 Hipótesis general	30
2.5.2 Hipótesis específicas	30
2.6 Operacionalización de las variables	
CAPÍTULO III	
METODOLOGÍA	
3.1 Diseño metodológico	32
3.2 Población y muestra	32
3.2.1 Población	32
	ix

3.2.2	Muestra	31
3.3	Técnicas de recolección de datos	33
3.4	Técnicas para el procesamiento de la información	33
CAPÍTULO IV		
RESULTADOS		
4.1	Análisis de resultados	35
CAPÍTULO V		
DISCUSIÓN		
5.1	Discusión de resultados	41
CAPÍTULO VI		
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		
6.1	Conclusiones	42
6.2	Recomendaciones	43
REFERENCIAS		
7.1	Fuentes bibliográficas	44
ANEXOS		
	Encuesta	47
	Matriz de consistencia	48

CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.Descripción de la realidad problemática

Calidad de alimentación en la población es un tema muy relevante que se trabaja de forma constante ya que esta influye en todos los aspectos de la vida diaria ya sea para el trabajo o bien estudios o un régimen estricto de dieta, se sabe que las personas no tienen el conocimiento específico sobre una buena calidad de alimentación, pero se debe buscar maneras en el que ellos puedan conocer acerca de esto y buscar por sus propios medios información que le aporte para una vida saludable.

Cuando nos referimos a los alimentos también podemos referirnos que es un medio adecuado para evitar posibles enfermedades futuras así como también prevenir problemas en el cuerpo, los microorganismos la gran parte explotan o están más frecuentes en las temporadas de verano es en donde todo empieza con más calor y las comidas suelen pasar a la fermentación con más velocidad, se debe de tener cuidado y poder aportar nuevo desarrollo significativo, entonces que se puede realizar en estos temas, lavar bien los productos, adquiriré alimentos frescos.

Se sabe de qué cuando una comida empieza con el proceso de la fermentación en ello hay un cumulo de bacterias y microorganismos que van a causar un daño al cuerpo por ende se debe de verificar con plenitud y evitar los errores de las comidas malogradas, así mismo se acota que la educación en los escolares debe de ser la mejor, enseñando sobre aspectos básicos de alimentación.

El llevar un hábito de comida buena y sana no va causar un daño por lo contrario enseña y ayuda, en la actualidad la gran mayoría de escolares opta por la comida rápida, siendo esta la más consumida ya que es por qué se hace con diferentes salsas y saborizantes que le otorgan un sabor único el cual les conviene para que tengan su desarrollo bueno.

Los principales factores del avance en las comidas son los productos frescos, también se deben de tener cuidado con ciertos alimentos que pueden estar contaminados por el exceso de los fertilizantes aplicados en las chacras lo cual son un método de cultivo para evitar las enfermedades prosperas, pueden causar dolores como indigestión, presiones, vómitos entre otras enfermedades que son dolorosas, a lo largo del tiempo si no se llegan a tratar estas enfermedades pueden convertirse en úlceras tediosas o bien el mismo cáncer.

Se entiende que en los alimentos que están en envase son los que están más propensos a tener este tipo de contaminación por eso se debe de buscar maneras para evitar este problema, pueden usar conservantes, pero también estos con el tiempo pueden causar un problema severo en la salud, por ende, lo más natural indicado es poder congelar las comidas o frutas solo a si se puede evitar un mal hábito de comer algo pasado y también las enfermedades infecciosas.

1.2. Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Analizar qué relación existe entre la contaminación de alimentos y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cómo se relaciona la contaminación de víveres y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán?

¿Qué relación existe entre la contaminación de comestibles y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán?

¿Comparar A cómo se relaciona la contaminación de provisiones y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán?

1.3 Objetivo de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Analizar la contaminación de alimentos y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán

1.3.2 Objetivo específico

Determinar la contaminación de víveres y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán

Contrastar la contaminación de comestibles y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán

Evaluar la contaminación de provisiones y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán

1.4. Justificación de la investigación

Justificación teórica

El estudio va ayudar con nueva base de información de los estudiantes del colegio Domingo Mandamiento Sipán. Se busca poder ver la relación que hay entre las variables de trabajo.

Justificación práctica

La investigación de va demostrar en enfocarse como es progreso de los estudiantes del colegio Domingo Mandamiento Sipán. De modo que los resultados van a aportar hacia un nuevo rumbo de la enseñanza y los profesores puedan adquirir nuevas herramientas de estudio para que los apliquen en la educación, generando nuevos métodos de trabajo y motivación para que tengan una mejor forma de conocer acerca de los alimentos.

Justificación metodológica,

Las investigaciones que se ejercen son para un bien en cuanto a recopilar datos y llegar a resultados módicos que arrojen algo conciso para que se puedan realizar futuros estudios y se apliquen nuevas estrategias.

Justificación social, el trabajo realizado cumplirá con una labor importante el que es de cumplí con programas de estudios que busquen nuevas enseñanzas y puedan los estudiantes comprender para que siga creciendo el desarrollo, así mismo se adaptara las necesidades de todos para poder potenciar y mejorar nuevos hábitos en la vida escolar.

1.5 Delimitación del estudio

El proyecto de va desarrollar con maestros y alumnos.

1.6 Viabilidad del estudio

Existe suficiente información para realizar el tema

Se cuenta con el material necesario

Hay recursos económicos para su desarrollo

Existen el tiempo y lugar de trabajo

El estudio no va dañar el medio ambiente

También hay asesoría adecuada

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1.1 Antecedentes de la investigación

2.1.2 Investigación Internacional

Quintero (2014) con la investigación “*prácticas de buenos hábitos y estilos de vida buenos*” llevar una buena y correcta dieta sana es para mejorar enormemente el cuerpo humano siendo más afectuosos con uno mismo, la vida es un constante desarrollo en el que la persona va ir nutriendo su cuerpo de alimentos necesarios para poder mejorar las habilidades y también tener energías para tener fuerza para todos los días, sin embargo existen muchos errores como las comidas con exceso en grasas saturadas, como en azúcares y sodio haciendo muchas veces imposible para las personas poder tener un crecimiento bueno, más aun sumado la falta de información es lo que puede conllevar a un estilo inadecuado. (p,55).

Sufan (2015) realiza el estudio “*cambios frecuentes de alimentos en los estudiantes*” a que se deben los cambios alimenticios, muchas veces pueden ser por problemas de dinero o bien la falta de tiempo, habiendo diferentes tipos de problemas que pueden causar que las personas consuman alimentos diferentes, de modo que muchas veces por el factor tiempo encuentran la famosa comida rápida, en ella encuentran pocos nutrientes y más cantidad de grasas y carbohidratos lo que conlleva a generar más problemas de enfermedades en ellos mismos, tales como la obesidad o problemas cardiacos lo que traen problemas para sus vidas a ellos mismos, otro problema que puede ocasionar los problemas alimenticios es el hábito de las familias pueden ellos influir también ya que la mayoría siempre escoge un alimento diferente al bueno. (p,10).

León (2017) con el tema “*la practica alimenticia de los jóvenes y una vida saludable*” se deben de realizar diferentes tipos de cambios alimenticios para poder llevar una correcta alimentación, en la etapa de la juventud muchas veces las personas no tienden a tener el cuidado necesario para llevar una vida adecuada por ende descuidan sus hábitos o cuidados, sin embargo por eso se busca desarrollar en esta investigación y conocer como las personas buscan su tipo de alimentación o fijan su dieta, para este trabajo se contó con una población de 42 personas a quienes se les aplicaron diversos estudios en el que se determina el estado también de salud que ellos se encuentran, en los resultados se encuentra una alta tasa optima de buen manejo de conocimientos sobre las comidas buenas y las que pueden causar un daño, por lo que se menciona que los participantes tienen los conocimientos necesarios. (p,32).

Pari T. (2017) con el siguiente tema “*rendimiento escolar y estilo de vida saludable*” como se ve influenciado el rendimiento escolar ante una buena alimentación, de por si las comidas a sus horas y con nutrientes esenciales ayudan a tener una mejor calidad de aprendizaje y que también esto permite que puedan tener ideas mejores y de ir aprendiendo acerca de más cosas como las vitaminas o proteínas, entre otros como complementos nutricionales que les permiten tener más energía o concentración en la actualidad contamos con muchas buenas herramientas para aprender, el estudio se aplica a 80 estudiantes a quienes se les tomaron cuestionarios en el que responden de forma adecuada con el fin de recoger datos necesarios para la investigación, se llegó a la conclusión de que las variables tienen una relación adecuada para el desarrollo académico. (p,25).

2.1.3 Antecedentes nacionales

Miranda (2018) realiza la investigación “*nivel de ingesta de comidas por los quioscos de escuela*” un manera de saber cómo es que los estudiantes se nutren en alimentación es poder conocer que es lo que venden en los quioscos dentro de las escuelas, de esta forma se puede conocer si las comidas son nutritivas o si estas tienen un alto contenido de grasas, sin embargo se deben de hacer énfasis en enseñar a los alumnos a que busquen una dieta adecuada que les dé más vitaminas y nutrientes esenciales para que puedan adquirir más conocimientos, el tipo de investigación es transversal y descriptivo y contó con la participación de 210 estudiantes a quienes se les aplicó el método de observación de encuestas. (p,28).

Zúñiga (2018) con el siguiente tema “*actividades físicas y el rendimiento escolar en el colegio milagro*” la importancia de tener una buena condición física es relevante ya que va ayudar a tener un movimiento mejorado así como también a ejercer más flexiones en el organismo, las prácticas de los deportes no solo van influir en el estado físico sino también en la mente, ya que los deportes son un medio de distracción y combaten el estrés la obesidad y diversas enfermedades, tener un buen estado físico es algo bueno ayudan a las personas a mantener un ritmo de vida adecuado, de modo que ante el rendimiento académico se obtendrá mejor beneficios ya que el estudiante estará bien y no tendrá estrés acumulado, el trabajo contó con la participación de 100 escolares (p,31).

Valqui y Villanueva (2018) realiza la investigación *“uso de planes para cambiar el consumo de alimentos buenos para los escolares”* el utilizar siempre métodos para mejorar la calidad de las ingestas de comida es bueno generando así mayor aprendizaje en las personas, alumnos lo que causaría un enorme cambio ya que ellos al saber sobre las partes más esenciales o comidas buenas se puede tener un desarrollo elevado bueno y que siempre permita que esto se pueda compartir con los demás, es decir a medida que un estudiante logra aprender también los demás aprenderán sobre este tipo de costumbre haciendo esto algo novedoso y bueno para un fortalecimiento general, se menciona que entre las comidas la que debe ser mejor y base siempre es el desayuno ya que es el inicio del día y se debe tener en cuenta que el desgaste energético físico y mental siempre resulta agotador por ende se debe tener una buena alimentación. (p,22).

Lipa T. (Perú, 2018) presenta el trabajo *“métodos de aprendizaje y forma de vida saludable en el rendimiento académico”* existen diferentes estrategias el cual se pueden aplicar para llevar un correcto estilo de vida y aprendizaje, sin embargo la posición puede ser de acuerdo a como se encuentra la persona o bien de las cosas que pueda predisponer, ya que hay muchas veces en que en los hogares la falta de educación promueve que todos cuenten con las mismas ideas, tales como se debe de comer por hambre y a las horas, pero sin saber qué tipo de alimentación se recibe, ahora comprendiendo esto se denota que las alimentación pueden ser cambiantes y estas pueden tener un nuevo rumbo con una buena explicación y síntesis de los alimentos saludables, ayudando así a que cada persona tenga mayor beneficio y un rendimiento educativo excepcional para su avance propio. (p,50).

2.2 Bases Teóricas

CONTAMINACIÓN DE ALIMENTOS:

También denominada como las presencias microbios en los alimentos que son para la ingesta humana, muchas de estas pueden presentarse por sí mismas, ya que cada alimento puede llegar al estado de la putrefacción de acuerdo a como esta se presente o a la influencia del mismo entorno, ya sea el verano o el invierno, a continuación se van a explicar las diferencias para tener una idea más cerrada sobre cómo se contaminan algunas comidas ante la intemperie, llegando a causar enfermedades y malestares en las personas que consumen aquella comida contaminada.

Toxiinfecciones alimentarias. Origen y desarrollo

Toda verdura o carne o frutas son un medio de organismo que es viviente y fresco, sin embargo, esta también en un tiempo dado puede ser como un caldo de cultivo apropiado para que se llegue a contaminar por vaciar que al pasar el tiempo ocasionan la fermentación y putrefacción haciendo del alimento algo malo para la salud de las personas, por ende, se deben de generar cuidados necesarios cuando se tiene una comida o pedazo de fruta cortada.

La TIA siendo una enfermedad que genera infección en las personas, provocando dolores fuertes y causando la fiebre y problemas en el estómago, esta se encuentra en un alimento después de horas de haber sido ingerido.

Tipo de alimento.

Los alimentos se comprenden por muchas, ya que pueden ser alimentos altos en proteínas, o bien en fibras azúcares o carbohidratos sin embargo estas tienen el fin de dar un

nutriente esencial a la personas cumpliendo un severo régimen adecuado de comidas, ahora si bien es cierto en la actualidad se cuenta también con nutrientes como los suplementos alimenticios que van ayudar a mejorar la calidad del organismo de las personas, añadiendo a esto un rango más de comidas más centradas, los deportistas cuando suelen competir o estar en régimen de fiestas so consumen lo necesario para que puedan rendir físicamente.

Temperatura

Siendo un factor esencial para la conservación de las comidas, está a un punto determinado puede ocasionar que las cosas puedan ser cocinados como también a una temperatura inadecuada ocasiona que los alimentos no tengan o lleguen al grado de cocción y la comida no sea buena para la salud, por otra parte, teniendo un lado frio puede ayudar a la preservación de las comidas, manteniendo frescas las fresas o carnes como el pescado dándoles más tiempo de vida para su consumo.

Actividad del agua (AW) o humedad.

Como llega afecta el agua en las cosas, puede generar diversos cambios o bien ocasionar problemas, como la humedad misma si siempre esta esta perece puede generar bacterias que ocasionen las contaminaciones en diversos productos, degenerando las cosas y produciendo una proliferación de microbios.

Tiempo

Siendo también un factor primordial, indicando que los alimentos se deben de comer a tiempo y no esperar largo rato para que esta se ingiera, así mismo puede también

ocasionar problemas como el desarrollo de bacterias que se alojan en cada parte de verdura o carne y generar un problema en el interior del cuerpo.

AFECCIÓN DE LA SALUD

La salud se comprende por un buen estado físico y mental en el que la persona se encuentra en un peso adecuado y orden mental saludable, pero esto se debe a que se practica el deporte adecuado y se busca un método bueno de alimentarse, usando las nociones necesarias para tener una adecuada nutrición y poder continuar con la vida cotidiana, también es importante conocer que las afecciones pueden darse mediante el déficit de la salud, el descuido de los alimentos, el continuar comiendo las comidas que no son buenas para la salud, como los excesos de alcohol o comidas rápidas, que solo generar un deterioro en la salud.

Condiciones de vida muy saludables

El verdadero estilo de vida es poder mantener una margen regular de las cosas, tener un contacto bueno con un mismo, con la naturaleza, estar en tranquilidad, pero muchas veces se originan problemas que no influyen a su desarrollo propio o bien a su bienestar común por lo que se deberá de generar más aportaciones o bien recurrir ayuda profesional, se puede tener un ritmo adecuado pero el problema puede radicar en el estado de las alimentaciones.

Estilos de vida no saludables

Estas son ocasionadas muchas veces por uno mismo, al punto de evitar las cosas buenas y siguiendo hábitos que van a ocasionar problemas en la salud tales como, los problemas

d obesidad infarto o la misma diabetes, son uno de los conjuntos de problemas que pueden llegar a la muerte ante las personas por eso se debe de evitar y aprender, un nuevo régimen adecuado del cuidado de la vida misma, el tabaco en la actualidad es uno de los problemas severos que degeneran el pulmón y ocasionan el cáncer, afectando las vías respiratorias en su totalidad.

a) Alimentación

Mas que una rutina se podría decir que es un proceso biológico en el que se va permitir a la persona alimentarse y escoger sus comidas a lo que él le agrade también esta va fomentar el desarrollo en el organismo favoreciendo de energías y nutrientes a los que lleven un correcto y sano habito.

b) Actividad física

Considera importante en todo momento puede ayudar a contrarrestar la vejes, lucha contra el estrés y diversos problemas cardiacos, como también ayuda a disminuir la obesidad en las personas, trabajar y hacer un esfuerzo por estar estable no cuesta nada, de modo que se cuida así la salud.

c) Consumo de alcohol

Es un uso normal el consumir licores, pero el problema radica cuando está ya se vuelve una costumbre, generando cambios de humor en las personas así como también cambiando aspectos en el cuerpo humano.

d) Consumo de tabaco

El fumar no ocasiona problemas las primeras veces, pero el tabaco dentro de cada cigarrillo genera dependía para aquel que lo usa, dado severamente los pulmones y causando manchas oscuras en los dientes.

e) Uso del tiempo libre

Se debe de empelar en cosas buenas, practicar el deporte o también el de aplicarlo en estudiar nutriendo y conociendo más cosas, las ideas de las personas mayormente radica que el tiempo libre lo usan a veces para tomar licores o bien para salir a comer alimentos grasos, pero esto solo origina molestias en ellos mismo y mas no beneficios.

f) Sueño

Sirve para recuperar las energías que se pierde durante el día, así mismo para poder reponerse de molestias, de acuerdo a la OMS se deben de dormir 7 horas hasta 8 para tener un ritmo de vida adecuado, es ideal llevar si es posible un tiempo de conteo de horas de esta manera se puede compensar con siestas entre el día para reponer fuerzas, en caso de pasar mala noche o de tener insomnio se debe buscar el problema y si esto ya es más severo se busca ayuda profesional.

2.3 Bases filosóficas

Seppilli (1971) menciona que la salud es un punto de equilibrio bueno, que se cumple en todos los aspectos, pero esta al estar en un cambio puede permitirse ser llamada un estado malo el cual está haciendo afectado por algo, entonces se puede mencionar que se debe de trabajar en ello.

En el 1946, la (OMS) refiere que el estado de salud ideal es aquel que no tiene enfermedades ni problemas mentales, catalogado como un estado neutral o de equilibrio total.

Esto menciona que la salud es un estado bueno y está en el medio de un triángulo que menciona muchas cosas buenas, sin embargo, hay diversos conceptos que pueden generar una controversia para la salud misma, otros pensando que el buen estado es aquel que se encuentra en tranquilidad mas no mencionando algunos problemas.

2.4 Definiciones conceptuales

Comprendiendo diversas definiciones de la salud se menciona que la OMS en investigaciones permite conocer un estado saludable de las personas, aquellas que practican constantemente los deportes y se encuentran sin problemas de estrés, es entendible que la mayoría de personas en la actualidad siempre contara con un problema ya sea estrés o bien de falta de estado físico.

Lo importante en la vida cotidiana es no generalizar ni crearse expectativas de la cosas que se entienden, la vida está siempre llena de problemas y de circunstancias, se debe afrontar tal cual se pueda, de no lograrlo se puede siempre contar con el apoyo de otras personas de la familia misma, llevar una adecuada alimentación no va generar un problema por lo contrario va contribuir a tener más estado de ánimo bueno y rendimiento físico que permita soportar las carga laborales en todos los trabajos, por eso es ideal aprender sobre alimentación sana que nos ayude a cuidar nuestro cuerpo.

2.5 Formulación de la Hipótesis

2.5.1 Hipótesis General

Existe relación entre la contaminación de alimentos y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán

2.5.2 Hipótesis específicas

Determina la relación entre la contaminación de víveres y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán

Analiza la relación entre la contaminación de comestibles y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán

Influye la contaminación de los alimentos malogrado y afecta en la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán

2.6 Operacionalización de Variables

Las variables que se han considerado para la presente investigación son las siguientes:

- **Variable 1:** contaminación de los alimentos
- **Variable 2:** afectación a la salud

Variables	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Instrumentos
Contaminación De alimentos	Es un medio de contaminación por proceso anormales que son generados en las comidas o bien estas al estar en intemperie llegan a ella.	Conocimiento sobre la contaminación de alimentos. Aprendizaje en lavados de manos Prevención de las enfermedades	Selección de verduras y carnes. Lavado de manos antes de consumir. Salmonelosis Botulismo	1,2,3,4,5,6,7

Variables	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Items
Como afecta en la salud de los estudiantes	Ciertos hábitos alimentarios y algunos componentes de los alimentos y productos que consumimos aumentan el riesgo de desarrollar algunas enfermedades	Decaimiento Presta poca atención en las clases No se siente motivado Mucho sueño	Diarreas Vómitos Ausencia de no asistir en las clases	1,2,3,4,5,6,7,

CAPITULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Tipo y Diseño de Investigación

3.1.1 Alcance De Investigación

Con un enfoque cuantitativo en el sentido que busca conseguir información para probar las hipótesis de estudio, manteniendo una base de medición numérica y análisis de estadística que permitirá generar patrones de comportamiento y observar nuevas teorías. (Hernández et al, 2008).

3.1.2 Tipo De Investigación

No experimental ya que describe cada variable de estudio en cual luego esta va ser procesada para probar las hipótesis de trabajo que se han planteado, así mismo con los datos obtenidos se hacen una comparación de análisis y variables.

3.1.3 Diseño De Investigación

Correlacional y transversal por que busca verificar el grado de asociación que pueda existir.

3.2 Población y Muestra

‘Población

La población está constituida por 130 estudiantes.

Muestra.

Tipo de muestreo aleatorio de 26 alumnos del tercero de secundaria del aula B

3.3 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

3.3.1 Técnicas De Recolección De Datos

-observación

- pruebas
- un conteo de los datos

3.3.2 Instrumentos De Recolección De Datos

- tener un control de guías
- cuaderno de trabajos
- exámenes a los docentes
- cuestionarios a los alumnos

3.4 Procedimiento Estadístico

3.4.1 Procesamiento De La Información

Se hará una estadística de la descripción para poder tener un patrón de datos organizados el cual se recoge de alumnos y maestros.

3.4.2 Análisis E Interpretación De Datos

Todos os cuadros presentados tendrán una respuesta el cual explicara detalle sus resultados.

3.4.3 Estadística descriptiva.

- Representación tabular y gráfica.
- Medidas de tendencia central y variabilidad.

CAPÍTULO IV:

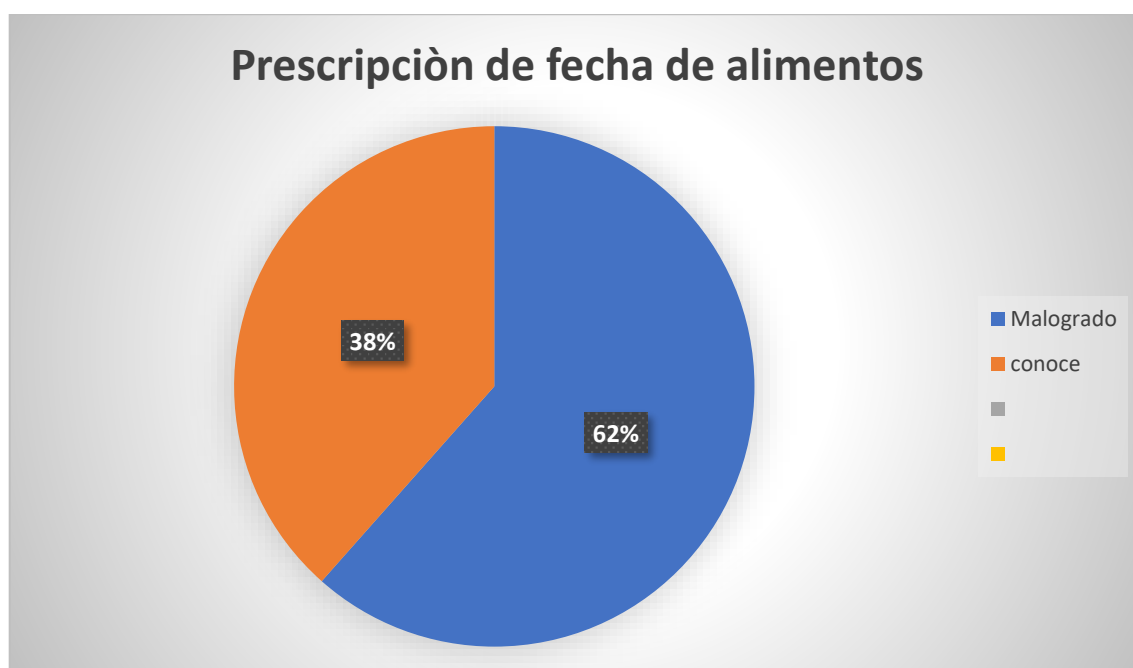
Variable: La contaminación de alimentos

Tabla 1

Tienes conocimientos de prescripción de fecha de los alimentos.

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Malogrado	16	62%
Conoce	10	38%
Total	26	100%

Preguntas aplicadas a los alumnos.

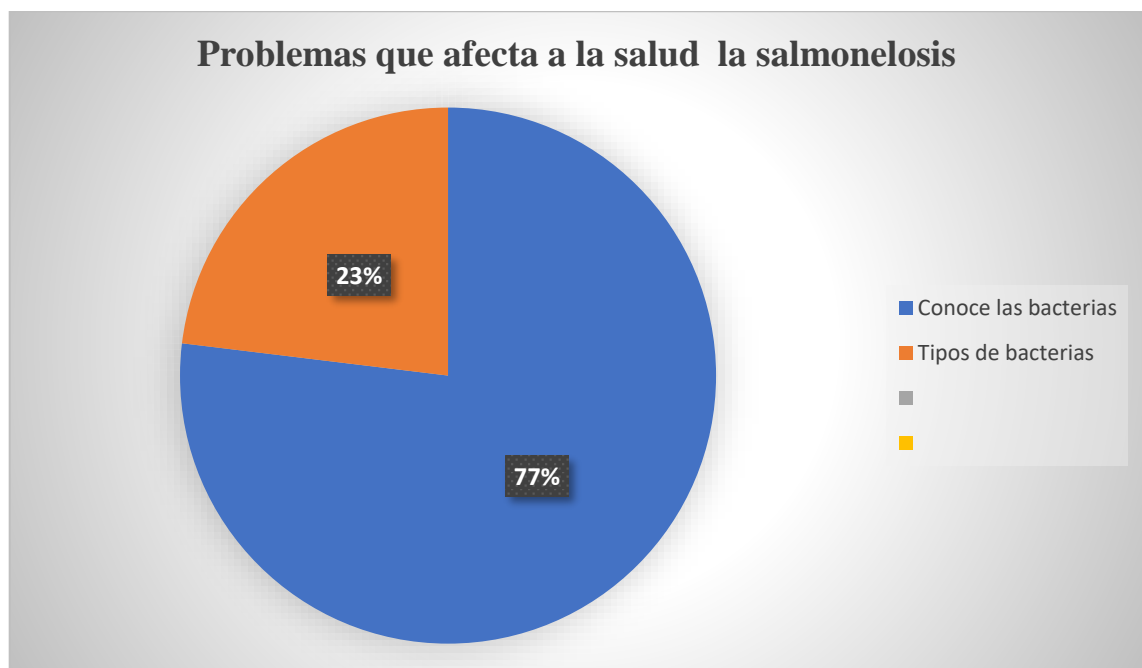


Análisis de la tabla y figura 1 se obtiene que de los estudiantes encuestados el 62% conocen sobre la prescripción de fecha de alimentos **malogrado** hace mención que sus padres los compran y seleccionan los productos comestibles 38% **Conoce** cuando un producto se encuentra en descomposición que sus padres le envían a comprar si analizan las fechas de prescripción.

Tabla2

Conoces los problemas de la salmonelosis.

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Conoce las Bacteria	20	77.0%
Tipos de Bacteria	6	23.0%
Total	26	100%

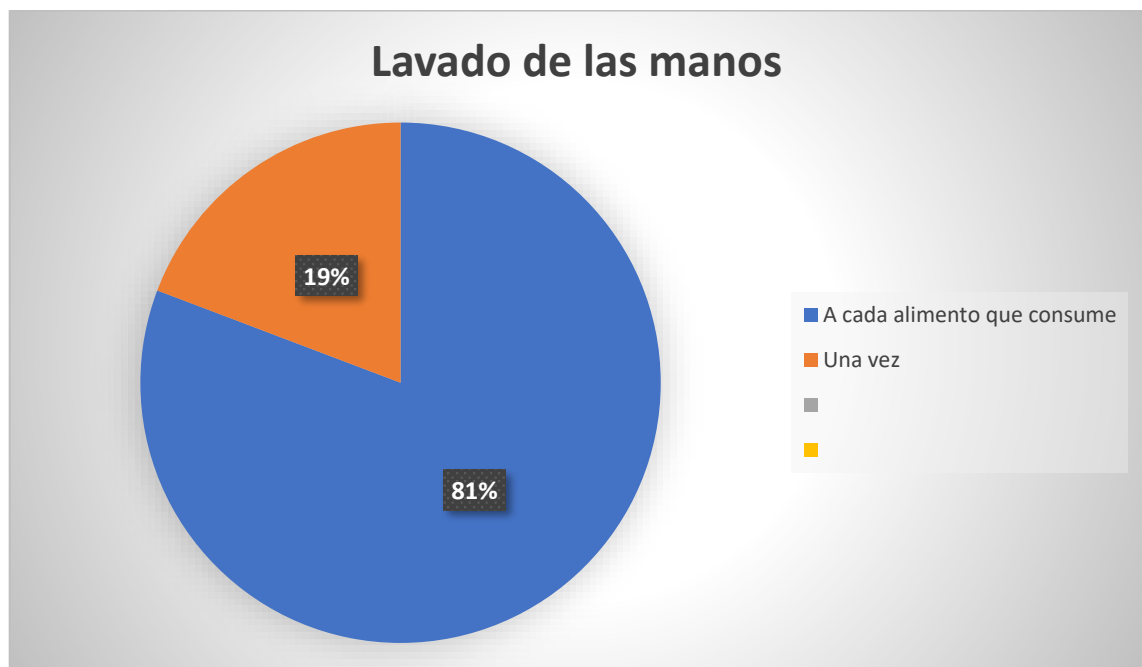


En las demostraciones de la tabla y figura 2 se obtiene como resultado de los encuestados el 77% manifiestan que desconocen la **bacteria** de la salmonelosis; el 23% manifiesta que conoce los problemas que presentan la persona cuando afecta la bacteria y expresa que es dolor de estómagos.

Tabla 3

Cuántas veces se deben lavarse las manos para consumir sus alimentos

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
A cada alimento	21	81%
Una vez	5	19%
Total	26	100%

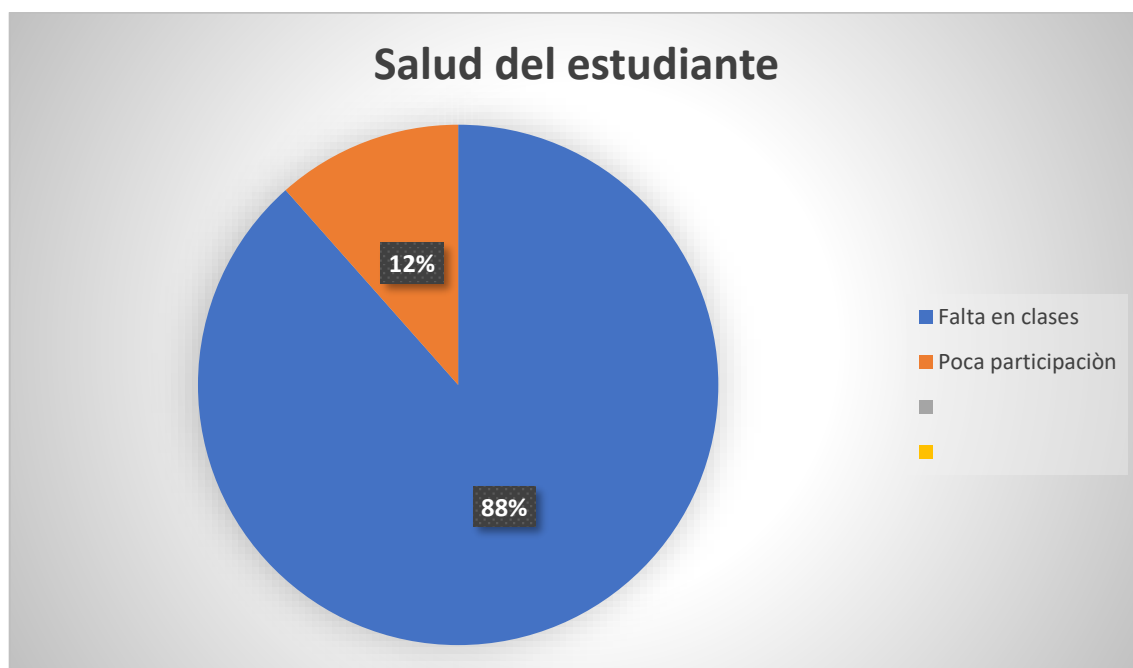


Según las tabulaciones de tabla y figura 3 se obtiene como resultado el 81% se lava las manos a cada alimento a consumir y el 19% manifiesta que se lava las manos solo en la mañana cuando se levanta.

Tabla 4

Como afectan en la salud del estudiante.

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Falta en clases	23	88%
Poca participación	3	12%
Total	26	100%



Como demuestra la tabla y figura 4 se obtiene de los encuestados el 88% de los estudiantes debido a que están enfermos **faltan a las clases** y presentan las madres las justificaciones; el 12% tienen poca participación en clases los alumnos.

Tabla 5

Que malestares se presenta; vómitos y diarreas, dolores

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Vómitos y diarreas	21	81%
Dolores	5	19%
Total	26	100%

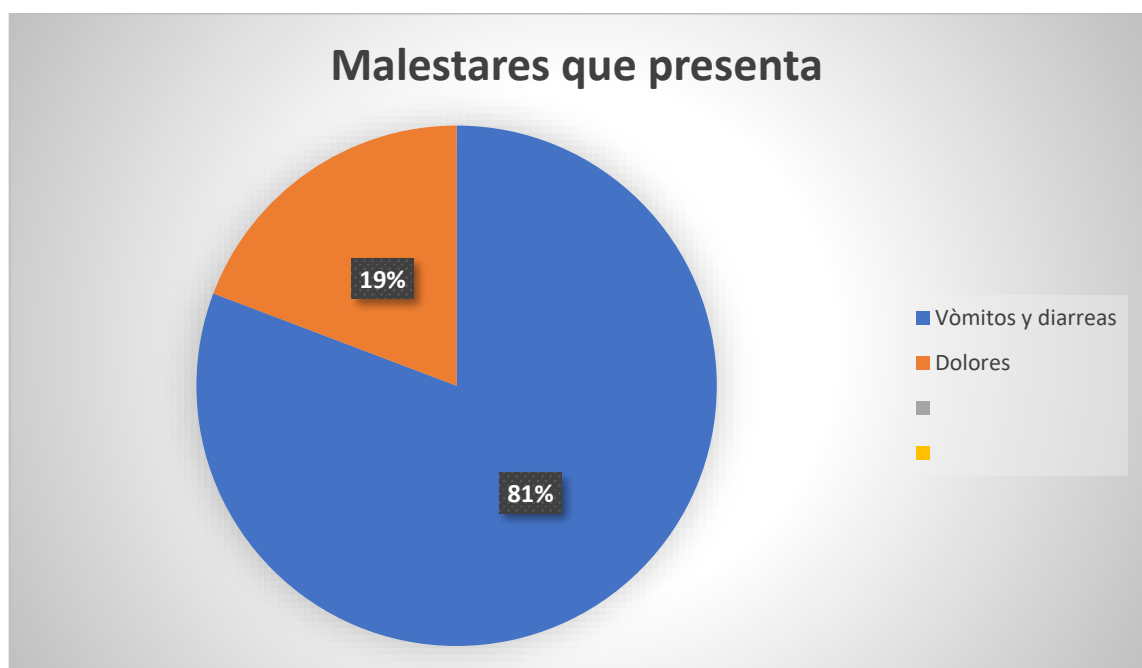


Tabla y figura 5 se obtiene como de los encuestados el 81% muestra cuando comen comidas que le caen pesadas tiene malestar como los **vómitos**, el 19% manifiesta que presenta **dolores** en todo su cuerpo generándose una imposibilidad para asistir a sus clases.

Tabla 6

Nivel de atención en las clases y evaluaciones.

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
0 - 09	24	92%
10-15	2	8%
Total	26	100%



Tabla y figura 6 el resultado precisa que el 92% de los estudiantes se encuentran en 0- a 09 desaprobados, el 8% se analiza que se encuentra de notas de 10 – 15 se encuentran regular, demuestra que se tiene que hacer una retroalimentación.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

5.1.Discusión.

Los alimentos son muy importantes en el organismo del ser humano, pero considerando fechas que se registren en buen estado, pero alaveses se compran alimentos que por conseguir lo barato y cómodo se encuentra vencidos de fecha.

Afecta a los alumnos en su salud, en sus clases y su aspecto psicológico que presentar los alumnos desmotivados a estudiar en sus aulas.

Como hace mención el Dr. Carlos Luis Urbano Durand, la indigestión de los alimentos en mal estado puede producir Vómitos, diarreas, dolores abdominales, fiebre, hasta causa deshidratación.

Analizando que afecta en la salud de la persona puesto va a determinar los estados de ánimos, para estudiar, trabajar y responder en sus clases.

Le delimita a los estudiantes dejándoles débiles en su salud y desmotivados.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

De las pruebas realizadas podemos concluir:

PRIMERA: Existe relación entre contaminación de alimentos y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán.

SEGUNDA: En las demostraciones de la tabla y figura 2 se obtiene como resultado de los encuestados el 77% manifiestan que desconocen la **bacteria** de la salmonelosis; el 23% manifiesta que conoce los problemas que presentan la persona cuando afecta la bacteria y expresa que es dolor de estómagos.

TERCERA: Tabla y figura 5 se obtiene como de los encuestados el 81% muestra cuando comen comidas que le caen pesadas tiene malestar como los **vómitos**, el 19% manifiesta que presenta **dolores** en todo su cuerpo generándose una imposibilidad para asistir asus clases.

6.2.Recomendaciones

- Aplicar supervisiones de higiene y limpieza en toda la institución, quioscos donde manipulan los alimentos para prevenir enfermedades.
- Generar programas en el que haya charla y enseñanza practica para tener un mejor resultado y alcance de consumo de alimentos
- Hacer siempre estudios de observación para verificar si el estudio marcha bien.
- Buscar maneras de concientizar para tener mejores hábitos y conocer sobre las contaminaciones.

CAPITULO V

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Quintero (2014) con la investigación “Hábitos alimentarios, estilos de vida saludables y actividad física en neojaverianos del programa de nutrición y dietética”.

Sufan (2015) realiza el estudio “Evaluación del cambio en la frecuencia de consumo de alimentos de los participantes del programa apoyo a familias para el autoconsumo, del ministerio de desarrollo social”.

León (2017) con el tema “Hábitos, estilo de vida y practica de consumo de alimentos saludables en jóvenes universitarios de Bogotá”.

Pari T. (Bolivia, 2017) con el siguiente tema “Estilos de vida saludables en relación al rendimiento académico de los alumnos de las unidades educativas 20 de octubre I y República del Perú”

Capdevila A. et al. (España, 2015) realizan el estudio “Estilo de vida y rendimiento académico en adolescentes: comparación entre deportistas y no-deportistas”

Miranda (2018) realiza la investigación “Consumo de alimentos de quioscos escolares y estado nutricional de los estuantes de las Instituciones Educativas Primarias de la ciudad de Puno”.

Zúñiga y Panduro (2018) con el siguiente tema “Hábitos alimentarios, actividad física, rendimiento académico y estado nutricional en los estudiantes del colegio el Milagro”.

Valqui y Villanueva (2018) realiza la investigación “Plan educativo alimentario para mejorar el consumo de alimentos saludables en estudiantes del primer grado de primaria I.E – 18006 – Chachapoyas”.

Lipa T. (Perú, 2018) presenta el trabajo “Estilos de vida y relación con el rendimiento académico en los adolescentes de La institución educativa secundaria María Auxiliadora”,

Lituma.A. et al. (Perú, 2013) realiza el tema denominado “Factores asociados al bajo rendimiento académico en un colegio estatal de la localidad de Arma también Chorrillos”,

ANEXO

CUESTIONARIO

Realizado en la institución educativa Domingo Mandamiento Sipán, dirigidos a los estudiantes y docentes del tercer año de secundaria de acuerdo a cada pregunta responderían marcando una X en el casillero donde corresponde:

Formulaciones de Preguntas	Si	No	Pocas veces	Ha veces	No responde
1. Tienes conocimientos de prescripción de fecha de los alimentos.					
2. Las frutas y verduras contienen fibras y son buenas en la salud.					
3. Conoces los problemas de la salmonelosis.					
4. Las grasas saturadas son saludables para la salud de las personas.					
5. Cuantas veces se deben lavar las manos para consumir sus alimentos.					
6. Comen todos juntos la familia en casa.					

<p>7.Compran los alimentos para la semana o mes(pescado,pollo,huevos)</p> <p>8. Como afectan en la salud del estudiante.</p> <p>9.Existen normas de alimentos en tu casa.</p> <p>10. Tienes problemas de salud como vómitos, diarreas, dolores.</p> <p>11.Comes tus alimentos en casa o restaurante oh quiosco.</p> <p>12. Nivel de atención en las clases y evaluaciones.</p> <p>14.Como muestra sus evaluaciones de participación en clases.</p> <p>15.Es responsable el estudiante con sus tareas.</p> <p>16.Cual es el nivel de nota (0-20)</p>					
---	--	--	--	--	--

ANEXO 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA

CONTAMINACIÓN DE ALIMENTOS Y AFECTACIÓN A LA SALUD DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCERO AÑO DE SECUNDARIA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DOMINGO MANDAMIENTO SIPÁN

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	METODOLOGIA DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN MUESTRA
<p>PROBLEMA GENERAL ¿Cómo se relaciona la contaminación de alimentos y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS ¿Cómo se relaciona la contaminación de víveres y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán?</p> <p>¿Cómo se relaciona la contaminación de comestibles y afectación a la</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar la contaminación de alimentos y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS Determinar la contaminación de víveres y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán</p> <p>Determinar la contaminación de comestibles y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL Existe relación entre la contaminación de alimentos y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán</p> <p>HIPOTESIS ESPECIFICO Existe relación entre la contaminación de víveres y afectación a la salud de los estudiantes del tercero año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán</p>	<p>TIPO DE INVESTIGACIÓN no experimental y correlacional</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN Correlacional y descriptivo</p>	<p>Población: constituida por 130 estudiantes</p> <p>Muestra está constituida por 26 escuelas</p>

<p>salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán?</p> <p>¿Cómo se relaciona la contaminación de provisiones y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán?</p>	<p>institución educativa Domingo Mandamiento Sipán</p> <p>Determinar la contaminación de provisiones y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán</p>	<p>Existe relación entre la contaminación de comestibles y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán</p> <p>Existe relación entre la contaminación de provisiones y afectación a la salud de los estudiantes del tercer año de secundaria institución educativa Domingo Mandamiento Sipán.</p>		
--	--	--	--	--