

# Los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023

*por* Yolanda Sofía Del Aguila Hidalgo

---

**Fecha de entrega:** 06-feb-2024 01:08p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2288033100

**Nombre del archivo:** EDUC.\_INICIAL\_-\_Yolanda\_Sof\_a\_Del\_Aguila\_Hidalgo\_06-02-24.docx (10.22M)

**Total de palabras:** 15307

**Total de caracteres:** 81253



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución - 4.0 Internacional \(CC BY 4.0\)](#)

Vea una copia de esta licencia en <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.es>



Obra publicada con autorización del autor



**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL**

**Tesis**

**Los valores y los estilos de vida saludable en los  
estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa,  
Rioja-2023**

Para optar el título profesional de Licenciado en Educación Inicial

**Autora:**

Yolanda Sofía Del Aguila Hidalgo  
<https://orcid.org/0000-0003-1263-8450>

**Asesor:**

Lic. M.Sc. Luis Alberto Fernandez Sanjines  
<https://orcid.org/0009-0003-0164-659>

**Rioja, Perú**

**2023**



FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL

Tesis

<sup>20</sup>  
**Los valores y los estilos de vida saludable en los**  
**estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa,**  
**Rioja-2023**

Para optar el título profesional de Licenciado en Educación Inicial

**Autora:**

Yolanda Sofía Del Aguila Hidalgo

Sustentado y aprobado el 21 de diciembre <sup>4</sup> del 2023, ante el honorable jurado:

**Presidente de Jurado**

Dr. Edgard Martín Esquen Perales

**Secretaria de Jurado**

Dr. José Humberto Meléndez Díaz

<sup>4</sup>  
**Miembro de Jurado**

Mg. Laura Epifania Vera Azurín

**Rioja, Perú**

**2023**



## Constancia de asesoramiento

El que suscribe el presente documento, Lic. M.Sc. Luis Alberto Fernandez Sanjines

Hace constar:

Que, he revisado la tesis titulada: **Los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023**, en fechas del cronograma a fin de optimizar y agilizar la investigación, elaborada por la tesista:

Bachiller en Educación Inicial: **Yolanda Sofia Del Aguila Hidalgo**

La que encuentro conforme en estructura y en contenido. Por lo que doy conformidad para los fines que estime conveniente, y para que conste, firmo en la ciudad de Rioja.

Rioja, 21 de diciembre del 2023.

**Lic. M.Sc. Luis Alberto Fernandez Sanjines Asesor**

Asesor

## Declaratoria de autenticidad

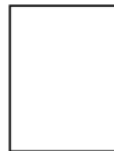
**Yolanda Sofia Del Aguila Hidalgo**, con DNI N° 01155022 bachiller de la Escuela Profesional de Educación Inicial, Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad Nacional de San Martín, autora de la tesis titulada: **Los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.**

Declaro que:

1. La tesis presentada es de mi autoría.
2. La redacción fue realizada respetando las citas y referencia de las fuentes bibliográficas consultadas
3. Toda información que contiene la tesis no ha sido plagiada;
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido alterados ni copiados, por tanto, la información de esta investigación debe considerarse como aporte a la realidad investigada.

Por lo antes mencionado, asumo bajo responsabilidad las consecuencias que deriven de nuestro accionar, sometiéndome a las leyes de nuestro país y normas vigentes de la Universidad Nacional de San Martín.

Rioja, 21 de diciembre del 2023.



**Yolanda Sofia Del Aguila Hidalgo**

DNI N° 01155022

## Ficha de identificación

<p><b>Título del proyecto</b></p> <p>Los valores<sup>1</sup> y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E. 231 Atahualpa, Rioja-2023</p>	<p><b>Área de investigación:</b> Ciencias de la educación (5.03.00 código OCDE)</p> <p><b>Línea de investigación:</b> Sociodiversidad</p> <p><b>Sublínea de investigación:</b> Modelo de gestión pedagógica y metodología del aprendizaje</p> <p><b>Grupo de investigación</b> (indicar resolución):</p> <p><b>Tipo de investigación:</b>          Básica <input checked="" type="checkbox"/>, Aplicada <input type="checkbox"/>, Desarrollo experimental <input type="checkbox"/></p>
<p><b>Autora:</b></p> <p>Yolanda Sofia Del Aguila Hidalgo</p>	<p>Facultad de Educación y Humanidades          Escuela Profesional de Educación Inicial  <a href="https://orcid.org/0000-0003-1263-8450">https://orcid.org/0000-0003-1263-8450</a></p>
<p><b>Asesor:</b></p> <p><sup>1</sup>          Lic. M.Sc. Luis Alberto Fernandez Sanjines</p>	<p><sup>1</sup>  <b>Dependencia local de soporte:</b>          Facultad de Educación y Humanidades          Escuela Profesional de Educación Inicial, Primaria y Secundaria  <a href="https://orcid.org/0009-0003-0164-659">https://orcid.org/0009-0003-0164-659</a></p>

## Dedicatoria

A mi Dios quien es el ser de mi inspiración  
Y memantuvo siempre en pie para culminar esta  
meta, a mi esposo, mis hijos, y mi madre, quienes  
son el motor para salir adelante.

***De: Yolanda Sofía***

## Agradecimientos

Mi agradecimiento va principalmente a Dios, por la vida, salud y por la provisión, a mi esposo, mis hijos y mi madre por estar siempre presente en todos los momentos. A los docentes del Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad Nacional de San Martín, por compartir los conocimientos, experiencias y enseñanzas en mi constante formación académica.

También expresar mi agradecimiento al Lic. M. Sc Luis Alberto Fernández Sanjines por su asesoría y calidad humana.

<sup>1</sup>  
La autora

## Índice general

Ficha de identificación .....	6
Dedicatoria .....	7
Agradecimientos .....	8
Índice general .....	9
Índice de tablas .....	11
RESUMEN.....	12
ABSTRACT .....	13
<b>CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>14</b>
<b>CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>17</b>
2.1. Antecedentes de la investigación.....	17
2.2. Fundamentos teóricos.....	20
<b>CAPÍTULO III MATERIALES Y MÉTODOS .....</b>	<b>33</b>
3.1. <b>Ámbito y condiciones de la investigación.....</b>	<b>33</b>
3.1.1 Contexto de la investigación.....	33
3.1.2 Periodo de ejecución .....	33
3.1.3 Autorizaciones y permisos.....	33
3.1.4 Control ambiental y protocolos de bioseguridad.....	33
3.1.5 Aplicación de principios éticos internacionales.....	33
3.2. Sistema de variables .....	33
3.2.1 Variablesprincipales.....	33
3.3 Procedimientos de la investigación .....	35
3.3.1 Tipo y nivel de la investigación .....	35
3.3.2 Población y muestra .....	36
3.3.3 Diseño de investigación .....	36
3.3.4 Procedimiento.....	37
<b>1</b> <b>CAPÍTULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....</b>	<b>39</b>
4.1 Resultado específico 1 .....	39
4.2 Resultado específico 2 .....	42
4.3 Resultado específico 3 .....	43
4.4 Objetivo General .....	44
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>46</b>

	10
RECOMENDACIONES .....	47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	48
ANEXOS.....	53
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	53
Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos.....	54
Anexo 3. Test para medir los estilos de vida saludable.....	55
Anexo 4. Fichas de validación de instrumentos .....	56
Anexo 5. Solicitud de autorización para ejecución del proyecto.....	62
Anexo 6. Constancia de ejecución del proyecto .....	63
Anexo 7. Iconografía.....	64

## Índice de tablas

Tabla 1 Operacionalización de la variable los valores.....	34
Tabla 2 Operacionalización de la variable estilos de vida saludable.....	35
Tabla 3 Nivel de los valores en las dimensiones puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, honradez y humildad, en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja- 2023 .....	39
Tabla 4 Nivel de los estilos de vida saludable en las dimensiones alimentación, actividad física y autocuidado, en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja- 2023.....	42
Tabla 5 Relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.....	43
Tabla 6 Prueba de normalidad de valores y estilos de vida saludables .....	44
Tabla 7 Prueba de significación entre los valores y estilos de vida saludables en los niños .....	44



## RESUMEN

Los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023

La presente investigación denominada "Los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023". Tuvo como objetivo general establecer la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023. Investigación de tipo aplicada de nivel correlacional con diseño no experimental; se determinó una muestra de 20 niños y niñas de la Institución educativa; la técnica desarrollada fue la encuesta y el instrumento utilizado fue el cuestionario. Los resultados evidencian que la jerarquía de los valores trabajados en primera línea son la responsabilidad, la paz, la igualdad, compañerismo, el amor, seguidos de la segunda línea que son la puntualidad, respeto, autoestima, honradez y humildad, así como también en las dimensiones de alimentación y autocuidado se pudo observar, que aún se requiere de mayor atención por parte de la comunidad educativa, así como afianzar adecuadamente la actividad física. Se concluye existe una relación positiva considerable entre los valores y los estilos de vida saludable en los niños de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa siendo valorada con un p-valor = 0,000 por debajo del 5% el cual indica que es altamente significativo, el coeficiente de correlación por rangos de Spearman arrojó un valor de  $\rho = 0,722$ , lo que indica que, altos puntajes obtenidos en el cuestionario de valores le corresponden puntajes altos obtenidos en el cuestionario de estilos de vida saludable.

**Palabras clave:** Valores, estilo de vida, alimentación, autocuidado, actividad física.

## ABSTRACT

Values and healthy lifestyles in 4-year-old students of the I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023

The present investigation called "Values and healthy lifestyles in 4-year-old students of the I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023". Its general objective was to establish the relationship between values and healthy lifestyles in 4-year-old students of I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023. Research of applied type of correlational level with non-experimental design; a sample of 20 boys and girls from the educational institution will be developed; the technique developed was the survey and the instrument used was the questionnaire. The results show that the hierarchy of values worked on in the first line are responsibility, peace, equality, companionship, love, followed by the second line, which are punctuality, respect, self-esteem, honesty and humility, as well as in the dimensions of food and self-care could be observed, that more attention is still required from the educational community, as well as adequately ensuring physical activity. It is concluded that there is a considerable positive relationship between the values and the healthy lifestyles in the 4-year-old children of the I.E.I 231 Atahualpa being valued with a p-value = 0.000 below 5% which indicates that it is highly significant. Spearman's rank coincidence coefficient yielded a value of  $\rho = 0.722$ , indicating that high scores obtained in the values questionnaire correspond to high scores obtained in the healthy lifestyles questionnaire.

**Keywords:** Values, lifestyle, diet, self-care, physical activity.

## CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN

En nuestra sociedad debido al modernismo que estamos viviendo se está desarrollando una nueva cultura en los ciudadanos, una cultura de libertinaje y tecnología en aspectos positivos pero también en aspectos negativos; para empezar, al mencionar el libertinaje rápidamente recurrimos al concepto de actuar con libertad sobre nuestras decisiones, es aquí donde los seres humanos gracias al mismo estilo de vida saturado que se lleva con el trabajo y los quehaceres aparece cierto descuido en los pequeños del hogar, otras veces es aún más complicada la situación al presentarse las familias disfuncionales, ya que con esto los niños quedan desamparados y en libertinaje para que hagan lo que quieran y como los niños por naturaleza siempre se van a dejar guiar por el mal ejemplo, entonces gracias a la tecnología empezarán a apropiarse de antivalores y malos hábitos que poco a poco se irán convirtiendo en su propia personalidad, lo cual es muy preocupante.

En la actualidad es muy común ver que los negocios que ofrecen comida chatarra son más concurridos que los negocios en los que se ofrecen comidas saludables y las personas que las frecuentan son personas adultas acompañadas de su familia, estos hacen creer a sus pequeños que salir a cenar y disfrutar de una cena familiar es solo posible con la "comida chatarra", también utilizan a esta comida como premio para los niños cuando realizan algún acto bueno que merece ser estimulado; entonces, esto se irá penetrando en la mentalidad de estos niños que lo van a convertir en el día a día de su vida cotidiana, llegarán a preferir estos potajes antes que la comida saludable que realmente sí ayuda para el bienestar de su organismo antes que destruirlo.

<sup>3</sup> Los estilos de vida saludable conllevan a mejorar la calidad de vida de los seres humanos y existen varios aspectos en los que repercuten, como es <sup>13</sup> la alimentación saludable, el ejercicio físico, la actividad social, la prevención de la salud, el trabajo y la relación con el medio ambiente.

<sup>3</sup> Según Meade y Dowswell (2015), afirman que la calidad de vida es una medida de bienestar ampliamente utilizada en salud pública, que puede definirse como la percepción de la propia posición en la vida dentro del contexto cultural y de valores, en relación con las metas, las expectativas, los estándares y los intereses.

Los estilos de vida saludable se entienden como una vida de calidad en los seres humanos, vida que todos deseamos tener en nuestra familia, del mismo modo, es por ella que cada persona trabaja y se esmera, teniendo en cuenta que por buscar una estabilidad

económica para satisfacer sus necesidades descuidan los demás aspectos de la calidad de vida.

En la Universidad de Barcelona Véliz (2017), realizó un estudio en el que investigó acerca de los estilos de vida poco saludables de los estudiantes jóvenes de la misma universidad, en el que en que sin duda está población estudiantil es vulnerable para desarrollar estilos de vida de riesgo para salud; debido al cambio de nivel educativo y establecimiento escolar, en su imaginario social los hace percibirse como adultos e independientes, sumado a que tienen una mayor libertad de parte de sus padres o tutores como también de la casa de estudios; con esta generación que pone en riesgo su propia salud optando nuevos estilos de vida y de cultura, cuál es la esperanza de los futuros padres que en algún momento estos llegarán a ser, definitivamente serán una amenaza para la salud y educación de sus propios hijos.

En Ganada, la pediatra Menor (2017), realizó un estudio a escolares en el que identificó que los datos del estado nutricional y del patrón de actividad física antes de la intervención, orientaron el diseño teniendo en cuenta la estrecha relación entre alimentación, ejercicio físico, posturas y salud; también comprobó que el sobrepeso y la obesidad son más frecuentes en niños consumidores de dulces combinados con lácteos, también los niños que consumen pasta tienen obesidad mayor al resto; del mismo modo se presentó que la presencia de los padres en la zona urbana ayuda a una mejor higiene en los niños, mientras que existen problemas de higiene en la zona rural; de tal modo se evidencia que los problemas que afectan a la vida saludable en los niños es mucha.

En nuestro país también se suscitan tales casos como lo demuestra Ramos (2017), en su investigación acerca de los estilos de vida saludable, en tal investigación concluyó en que los estilos de vida que presentan los estudiantes son en un 60% saludable y solo 40% poco saludable; sin embargo las dimensiones en la mayoría se presenta estilos de vida poco saludables; entonces, nuestro país está en un ambiente en que aún no todos practican los estilos de vida saludable, lo cual influencia también en los valores que del mismo modo se pasan por alto y ni aun por nuestra salud y calidad de vida estamos dispuestos a cumplirlos.

En ese sentido, en la I.E.I 231 Atahualpa de Rioja se observa estas dificultades debido a la abundancia de los antivalores que se evidencian en cada niño en su vida cotidiana, del mismo modo la problemática con los estilos de vida saludable es algo cotidianos en estos niños y niñas de cuatro años de edad. Es así que se formula la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023? Seguido de la hipótesis: Existe una relación positiva

entre los valores y los <sup>10</sup> estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E. I 231 Atahualpa, Rioja-2023.

El estudio es conveniente porque sirve para medir los valores y <sup>15</sup> los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años con el fin de evaluarlos y posteriormente <sup>1</sup> tomar medidas correctivas en bien de su calidad de vida. También es relevante porque <sup>1</sup> los resultados de la presente investigación beneficiarán a los propios niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 231, Atahualpa, sobre todo en su estilo de vida en general. Por otro lado, el valor teórico descansa en el nuevo conocimiento que aportará <sup>15</sup> esta investigación es <sup>15</sup> la relación que existe entre los valores y los estilos de vida saludable, de esta manera también los niños adquirirán conceptos básicos de los valores que deben adoptar para ser buenos ciudadanos en un futuro y con ello mejorar su estilo de vida.

El objetivo general es establecer la relación entre los valores y los <sup>10</sup> estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E. I 231 Atahualpa, Rioja-2023, los específicos son: Delimitar los valores en las dimensiones puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, bondad, honradez y humildad. <sup>26</sup> Evaluar los estilos de vida saludable en las dimensiones <sup>10</sup> alimentación, actividad física y autocuidado. Determinar la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E. I 231 Atahualpa, Rioja-2023.

<sup>4</sup> La investigación se divide en capítulos, conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos. En lo que concierne al primer capítulo está referido a la <sup>4</sup> introducción de la investigación, que devela la problemática real, formulación del tema de estudio, hipótesis, justificación y objetivos. El segundo capítulo describe los antecedentes del estudio, así como los fundamentos teóricos relacionados con los valores y los estilos de vida saludable. <sup>4</sup> El tercer capítulo describe los materiales, técnicas, ámbito de estudio, sistemas de variables y los procesos por objetivo, utilizado. El cuarto capítulo describe <sup>4</sup> los resultados y discusión, se realiza una evaluación, comparación e interpretación de los resultados a la luz de los fundamentos teóricos y los antecedentes del estudio. Seguidamente <sup>4</sup> en concordancia con los objetivos de la investigación, se ofrecen conclusiones y recomendaciones. Por último, se van a incluir los anexos: Matriz de consistencia, instrumentos de medición, así como las pruebas estadísticas respectivas.



## 17 CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

#### A nivel internacional

Ortiz (2020), en su tesis titulada “*Hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional de niños/as de la escuela Fiscal Mixta Dra. Graciela Atarihuana, de la ciudad de Loja*”, en Ecuador; planteó determinar los hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en niños y niñas de la escuela Fiscal mixta Dra. Graciela Atarihuana, de la ciudad de Loja, se trató de un estudio descriptivo correlacional y de corte transversal. Para obtener información relacionada a los hábitos alimenticios se utilizó el Test rápido de Krece plus aplicado a padres o representantes legales de 249 niños y niñas de 3 a 12 años. Para evaluar el estado nutricional se utilizó el IMC previo al control de peso y talla de los estudiantes, obteniéndose como resultados que la población tienen hábitos alimenticios buenos en un 76,7%, en cuanto al estado nutricional el 65,9% están dentro del rango normal, en relación al sexo se obtuvo que las niñas con un estado nutricional normal representan un 34,1% de la población, resultado similar en niños con 31,7%; el 10,8% del sexo masculino tienen obesidad; en relación a la edad el 31,4% de niños de 3 a 6 años tienen un estado nutricional normal. Finalmente se concluye que la relación entre hábitos alimenticios y el estado nutricional, mediante el cálculo de  $\chi^2$ , no muestra una relación estadística significativa entre ambas variables, en este grupo de niños y niñas.

Moreira, Dueñas y Alfonso (2019), en su tesis “*La calidad y el estilo de vida saludable, un reto para los estudiantes universitarios contemporáneos*”, tuvo como objetivo determinar la correlación entre el estilo de vida, calidad de vida y el Índice de Masa Corporal en estudiantes de 2do año de la Universidad de las Ciencias Informáticas; se realizó un estudio observacional, con diseño descriptivo-correlacional en 80 estudiantes de 2do año de la Facultad 3 de la Universidad de las Ciencias Informáticas, se aplicaron dos cuestionarios, uno para medir calidad de vida y otro estilo de vida, para medir el índice de masa corporal (IMC) se tomaron las medidas antropométricas; como resultado se obtuvo que el 74% de la muestra tienen estilos de vida poco o no saludable y el 26% saludable; la investigación Así mismo se concluyó que en este grupo etario el estilo de vida no ejerce una influencia significativa en el IMC como parte de la prueba de correlación estadística aplicada en nuestro estudio. Por otro lado, de forma contraria el IMC si impacta de manera significativa en la percepción de la calidad de vida con un elevado índice de correlación

entre dichas variables. Los resultados pusieron de manifiesto la necesidad de realizar nuevas investigaciones sobre el IMC y sus causas en la sociedad actual, enfatizando sobre la importancia de encontrarse dentro del normo peso, pues la obesidad y la delgadez continúan siendo factores de riesgo para la salud.

Quinta (2019), en su tesis *"Inteligencia emocional y el desarrollo de valores morales en estudiantes de cuarto de secundaria de la Unidad Educativa Puerto de Rosario"*, en La Paz, Bolivia; tuvo como objetivo fortalecer los valores morales aplicando habilidades de inteligencia emocional en estudiantes de cuarto de secundaria de la Unidad Educativa "Puerto de Rosario" de la ciudad de El Alto; en la investigación se utilizó el método inductivo, el tipo de investigación fue explicativo, la muestra de estudiantes fue de 29; los instrumentos que se emplearon en la investigación fueron una prueba objetiva y un registro de observación aplicados en el pre-test y post test; con los resultados estadísticos se llegó a las siguientes conclusiones: La mayoría de estudiantes se sitúan en la dimensión en desarrollo, lo que revela dificultades en el conocimiento y práctica de los valores morales del respeto, responsabilidad y solidaridad, se mejoró en el conocimiento y fortalecimiento de los valores morales en estudiantes de cuarto de secundaria grupo experimental. concluye con los resultados del post test el fortalecimiento de los valores morales, donde una mayoría de estudiantes se encuentran en la dimensión de desarrollo pleno, lo cual es significativo para la interiorización de los valores morales, que conlleva a practicar el respeto, responsabilidad y solidaridad de manera voluntaria.

### **A nivel nacional**

Romero (2020), en su tesis titulada *"Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial, N° 049 "Mis Primeros Pasos", Andrés Araujo Morán, Tumbes, 2020"*, en Tumbes; tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial, N° 049 "Mis Primeros Pasos", Andrés Araujo Morán, Tumbes, 2020. Asimismo, el estudio fue de enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, de diseño descriptivo correlacional, de corte transversal y retrospectivo. La muestra estuvo conformada por 30 niños con sus madres, el instrumento utilizado para calcular las variables de estudio fue el cuestionario y la ficha de evaluación nutricional, considerando que los datos antropométricos se interpretaron a través de las curvas de la OMS. Los resultados obtenidos respecto a los hábitos alimentarios fueron, 83.3% de los niños presentaron hábitos alimentarios saludables, el 13.3% hábitos poco saludables y 3.3% hábitos no saludables y en cuanto al estado nutricional, el 80% de niños obtuvo un estado nutricional normal, el 6.7% obtuvo desnutrición aguda y crónica y el 3.3% sobrepeso y

obesidad. El análisis estadístico de Chi cuadrado, expresó un valor “p” = 0.993, siendo mayor a “p” =0.05, por lo tanto, se determinó que no existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los niños, aceptándose la hipótesis nula y rechazando la hipótesis de investigación.

Villa (2020), en su tesis titulada “*Habitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Puesto de Salud Condorillo Alto, Chinchá 2020*”, en Chinchá; tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Puesto de Salud Condorillo Alto, Chinchá 2020. Investigación tipo cuantitativo, descriptivo de diseño no experimental correlacional. La muestra no probabilística se selecciona 100 madres de familia con niños de edad 1 a 5 años. Como instrumento se utilizó un cuestionario y una ficha de evaluación de peso y talla, evaluados por expertos. Como resultado el 95% presenta hábitos alimenticios adecuados y 5% inadecuados. Asimismo, el 84% presenta Estado nutricional adecuado y el 16% inadecuados. Se concluyó que existen relación directa entre los hábitos alimenticios y estado nutricional. Se recomienda a la jefa de enfermería realizar talleres educativos en temas relacionados a la alimentación y nutrición que es parte de los hábitos alimenticios en especial de los niños logrando de esta manera prevenir Desnutrición u Obesidad infantil.

Núñez (2019), en su tesis titulada “*Hábitos alimenticios y su relación con la anemia en niños de 12– 36 meses en la Comunidad Huancalle, Cusco 2019*”, en Cusco; tuvo como objetivo Establecer la relación entre los hábitos alimenticios y la anemia en niños de 12 a 36 meses. La investigación fue descriptivo, transversal, correlacional; población muestral estuvo conformado por 43 niños de 12 a 36 meses con el diagnóstico de Anemia de la Comunidad de Huancalle. La técnica fue la entrevista; instrumento de recolección de datos, Guía de Observación documental de las Historias clínicas y encuesta dirigida a las madres. Los resultados indicaron que en cuanto a las características generales; edad de niños, 41.9% de 12 a 20 meses, sexo de niños, 58.1% varones; edad de las madres, 46.5% de 20 a 29 años, estudios, 62.8% secundaria, 79.1% amas de casa, ingreso económico familiar 76.7% menos a 499 soles. Hábitos alimenticios; 34.9% le brindan alimentos 5 y 3 veces al día, 44.2% recibe menos de 5 cucharadas, 65.1% las madres siempre les lavan las manos antes de comer y después de ir al baño; alimentos más consumidos, desayuno 34.9% lácteos, media mañana 72.1% frutas, almuerzo 30.2% legumbres y frutos secos, media tarde 32.6% frutas, cena 23.3% lácteos y harinas; 90.7% tiene un inadecuado hábito alimenticio y el 9.3% adecuado; Anemia, 86.0% tienen anemia leve, 9.3% moderada y 4.7% severa. Los resultados muestran que 90.7% de niños de 12-36 meses de la comunidad de Huancalle tienen Hábitos Alimenticios Inadecuados y 86% tiene anemia leve, 2.3% anemia moderada y severa.



## A nivel local

En la región y localidad aún no se han registrado investigaciones relacionadas a las presentes variables de estudio.

## 2.2. Fundamentos teóricos

### 2.2. 1. Los valores

#### Concepto

<sup>2</sup> Para hacer referencia a que son los valores primero explicaremos qué es el valor según Carreras *et al.* (2009) dice lo siguiente:

El valor como hemos apuntado, es la convicción razonada de que algo es bueno o malo. Organizamos esta convicción en nuestro psiquismo en forma de universo o preferencia (uno o varios valores predominan por encima de otros). Que una vez interiorizados, los valores se convierten en guías y pautas de conducta en cuya ausencia la persona queda a merced de criterios y pautas ajenas (p.23).

Lo descrito en el último párrafo, evidencia que cuando los valores son asumidos por los individuos, guiarán su conducta en diferentes situaciones en las que se encuentre según sus convicciones. Por lo tanto, es necesario educar a los estudiantes éticamente y moralmente. Ya que los valores éticos son guías de comportamiento que regulan la conducta de los individuos. Frente a esta idea Olmeda (2007), afirma que "la ética es una guía para conducta humana que proporciona un criterio para orientar nuestros actos en una línea valiosa" (p.22).

Siguiendo con la definición de los valores Torres (2014), quien señala que, "son creencias, propiedades de cosas o cualidades de personas, bienes, deseos o anhelos conscientes y efectivos que guían el comportamiento en todos los actos de las personas" (p.40).

Para Duque (2004) en relación a los valores señala que, "son cualidades que dan sentido a la vida. También se consideran como los principios y los fines que fundamentan y guían el comportamiento humano. Además, constituyen la base sobre la cual el individuo decide lo que hace o deja de hacer, lo que piensa y cree que es importante y lo que le permite definir su plan de vida" (p.18).

<sup>2</sup> Según Segura (2012), sostiene que Los valores se les llaman así, porque se les considera normas de conducta universales que promueven la armonía de las personas y clarifican el camino. ¿Por qué digo que clarifican el camino? Porque muchas veces nos encontramos ante circunstancias que, aunque sea de forma inconsciente, recurrimos al valor para actuar

de determinada manera; los valores nos apoyan en circunstancias de nuestra vida y son un parámetro en nuestras actitudes y reacciones. (Cuestionado los valores, párr.10).

### **Características**

<sup>2</sup> Una de las características de los valores para Gómez, Mir y Serrats (2004) "es que son relativos, dependen del tiempo, del lugar, del tipo de sociedad. Cada época, cada sociedad, tienen de hecho sus propios valores, los cuales a su vez están llamados a cambiar el futuro" (p.47).

Según Torres, Z. (2014; pág. 41) menciona las características más importantes de los valores:

- Universalidad de valores que general que rija para todos.
- Polaridad de dos sentidos, uno positivo (justicia y otro negativo (injusticia).
- Utilidad: si bien la utilidad depende de la persona (es relativo); es decir, algo no sería valioso si no proporciona algo de satisfacción.
- Escasez La carencia o falta de cualidades o escasez de las mismas hace apreciar el bien (cosa o persona); por ejemplo. Imagínese el valor que tiene el agua para el sedimento en el desierto, o la paz para los países que siempre han vivido en conflictos.

<sup>2</sup> Según Bertrand Russell (como se citó en Izquierdo, 2003; pág. 13) se señalan que:

Una de las características de los valores, es que los valores dinamizan nuestra acción y nuestra vida, dignifican y ennoblecen a la persona e incluso a la misma sociedad. Además, los valores sirven de apoyo para conformar el "bien ser en una sociedad que centra toda su atención en los valores del "bien estar, sin moralidad cívica las comunidades parecen, sin moralidad personal su pervivencia carece de valor.

### **Clasificación**

Penas (2008) sostiene lo siguiente en relación a la clasificación de los valores:

Valores vitales: Los seres vivos, tienen instintos de sobrevivir en el espacio que se encuentran. Son necesarios para todo individuo, proteger y cuidar de su propia vida, lo primordial de los valores vitales es la supervivencia de la vida.

Valores económicos: Los ámbitos económicos están referidos a la riqueza o la pobreza. La primordial del valor económico es la búsqueda de la seguridad.

Valores intelectuales: Verdad o falsedad, certeza o probabilidad, subjetividad u objetividad, son valores que están relacionados con el aspecto intelectual del estudio de los valores. La esencia del valor intelectual es la búsqueda de la verdad.

Valores estéticos: Belleza o fealdad, agrado o desagrado hacia las manifestaciones artísticas. Lo primordial del valor estético es la búsqueda de la belleza.

Valores éticos: Justo o injusto, honesto o deshonesto, respeto a uno mismo y a los demás o agresión, busca la realización de lo ético con el objetivo de entender la vida en función de derechos y obligaciones. Lo primordial del valor ético es la búsqueda del bien.

Valores sociales: Democracia o tiranía, soledad o convivencia, egoísmo o solidaridad. Los valores sociales son una realidad de la existencia. Estos no son únicamente un conocimiento, sino un proceso de ejecución y búsqueda cotidiana.

Peñaranda señala lo siguiente (2004; p.48):

Los valores básicos: son aquellos valores que resultan muy importantes para la satisfacción de las necesidades del ser humano y, por lo tanto, para su realización personal.

Podemos señalar como valores básicos:

Los valores relacionados con la dimensión corporal y biológica del ser humano: salud, deporte, descanso, belleza física, presentación, alimentación.

- Los valores económicos.
- Los valores intelectuales y culturales.
- Los valores familiares y sociales.
- Los valores estéticos.

Los valores morales: son aquellos valores que señalan el valor real de cada individuo y que, por tanto, se refieren a la realización de la misión que cada persona tiene en el planeta y a su realización como persona.

Otra forma de clasificación a los valores es lo que señala Iriarte (2005; pág. 50) al decir lo siguiente:

Valores vitales: la salud, la alimentación, la juventud, etc.

Valores estéticos: la pintura, la poesía, la música, etc.

Valores teóricos: la ciencia, la inteligencia, el estudio, etc.

Valores éticos o morales: la honradez, la solidaridad, la justicia, etc.

Valores religiosos: la fe, la oración, la transcendencia, la santidad, etc.

## **Tipos**

Jiménez (2010), menciona los diversos tipos de valores: personales, familiares, socio-culturales, materiales, espirituales y morales todo ello enriquece la convivencia humana. (p.37).

**Valores personales:** Son aquellos que consideramos principios indispensables sobre los cuales construimos nuestra vida y nos guían para relacionarnos con otras personas. Por lo general son una mezcla de valores familiares y valores socio-culturales, juntos a los que agregamos como individuos según nuestras vivencias.

**Valores familiares:** Se refieren a lo que en familia se valora y establece como bien o mal. Se derivan de las creencias fundamentales de los padres, con las cuales educan a sus hijos. Son principios y orientaciones básicas de nuestro comportamiento inicial en sociedad. Se transmiten a través de todos los comportamientos con los que actuamos en familia, desde los más sencillos hasta los más solemnes.

**Valores socio-culturales:** Son los que imperan en la sociedad en la que vivimos. Han cambiado a lo largo de la historia y pueden coincidir o no con los valores familiares o los personales. Se trata de una mezcla compleja de distintos tipos de valoraciones, que en muchos casos parecen contrapuestas o plantean dilemas.

Por ejemplo, si socialmente no se fomenta el valor del trabajo como medio de realización personal, indirectamente la sociedad termina fomentando antivalores como la deshonestidad, la irresponsabilidad o el delito.

**Valores materiales:** Son aquellos que nos permiten subsistir. Tienen que ver con nuestras necesidades básicas como seres humanos, como alimentarnos o vestirnos para protegernos de la intemperie. Son importantes en la medida que son necesarios. Son parte del complejo tejido que se forma de la relación entre valores personales, familiares y socio-culturales. Cuando se exageran, los valores materiales entran en contradicción con los espirituales.

**Valores espirituales:** Se refieren a la importancia que le damos a los aspectos no-materiales de nuestras vidas. Son parte de nuestras necesidades humanas y nos permiten sentirnos realizados. Le agregan sentido y fundamento a nuestras vidas, como ocurre con las creencias religiosas.

**Valores morales:** Son las actitudes y conductas que una determinada sociedad considera indispensables para la convivencia, el orden y el bien general. Los tipos de valores anterior mencionados nos impactó significativamente los valores morales, ya que esto le da sentido

y merito a los demás. Los valores morales son los que orientan nuestra conducta, sobre la base de ellos decidimos cómo actuar ante las diferentes situaciones que nos plantea la vida.

### **2.2. 2. Dimensiones de los valores**

Según Yeimy Rocio Manrique (2014) menciona las siguientes dimensiones de los valores:

- La puntualidad: Propiciar momentos de reflexión y de compromiso por medio de mensajes y cuentos alusivos a la formación de la puntualidad.
- La responsabilidad: Promover y generar espacios de análisis frente al nivel de responsabilidad de cada uno de los estudiantes de forma personal y grupal.
- El respeto: Apropiar el valor del respeto como valor universal que permite y facilita las relaciones interpersonales.
- La paz: Promover espacios de resolución de conflictos que afecten el bienestar individual y grupal, a través de diferentes estrategias pedagógicas.
- La igualdad: Promover el valor de la igualdad en cada uno de los estudiantes reconociendo la importancia de los demás.
- La autoestima: Desarrollar en los estudiantes la capacidad de valorarse cada uno por cada una de sus características, habilidades y destrezas.
- El compañerismo: Fomentar en los estudiantes el compañerismo como valor en continuo desarrollo en el ámbito escolar.
- El amor: Generar espacios mediante los cuales los estudiantes reflexionan sobre el amor a sí mismos, hacia los padres y a cada una de las personas que los rodean.
- La honradez: Fomentar en los niños la honestidad como un medio de respetar, cuidar su integridad y la de los demás.
- La humildad: Promover y ejecutar diferentes estrategias mediante las cuales los estudiantes desarrollen y/o fortalezcan el valor de la humildad.

### **2.2. 3. Teorías que sustentan los valores**

#### **La teoría del desarrollo cognitivo**

Según Piaget (1932) El criterio moral en el niño se desarrolla paralelamente a la inteligencia y progresa de la heteronomía a la autonomía moral. Piaget sólo considera tres etapas de desarrollo, ya que afirma que en el período sensorio motor no hay todavía ningún sentimiento moral, las etapas del desarrollo moral de Piaget son:

Etapa Moral de obligación-heteronomía (2-6 años): corresponde al período de “representación pre-operativa”.

El niño vive una actitud de respeto unilateral absoluto a los mayores: sus órdenes son obligatorias y la obligatoriedad es absoluta. No posee todavía la capacidad intelectual suficiente para comprender las razones abstractas de una norma general. Moral de obediencia. Las normas son vistas casi como cosas, reales y sagradas, intocables.

Es lo que llama Piaget “el realismo de las normas”. Por otro lado, como estas normas son totalmente exteriores al niño, esta etapa se caracteriza por la heteronomía. Toda forma de obediencia ciega, que también puede ser colectiva pertenece a este tipo de moral infantil o rudimentaria.

Etapa Moral de la solidaridad entre iguales (7-11 años): corresponde al período de “operaciones concretas”.

En este momento los niños forman parte de grupos de amigos de la misma edad y participan en “juegos de reglas colectivos”.

Entonces el respeto unilateral a los mayores es substituido por el respeto mutuo, que supone la reciprocidad y la noción de igualdad entre todos.

Etapa Moral de equidad-autonomía (A partir de los 12 años):

Corresponde al período de “las operaciones formales”.

Surge el altruismo, el interés por el otro y la compasión. Por ello “los compañeros” ya no son “todos iguales”, como en la etapa anterior; y las normas no se aplican rígidamente.

Hay que tener en cuenta que este desarrollo de la moralidad no se realiza de modo mecánico: depende no sólo del desarrollo de la inteligencia, sino que también de factores sociales y emocionales.

### **Teoría del desarrollo moral**

Ramos (2001) según el Psicólogo norteamericano Kohlberg, basó sus estudios en la comprobación acerca del razonamiento de las personas al enfrentarse a una serie de dilemas morales y los juicios que estos realizaban según su edad, pretendiendo estudiar así las normas morales a través de la actuación de dichas personas.

Kohlberg, considera al igual que Piaget, que el desarrollo moral va a la par del desarrollo cognoscitivo, en forma secuencial, pero difiere de este último al afirmar que no todos los individuos pasan por todas las etapas, ni pueden llegar a obtener necesariamente los niveles más avanzados en su alcance de la moralidad.

Candless y Trotter (1981) según, Kohlberg establece tres niveles de moralidad, dividiendo cada uno de ellos en dos etapas:

El nivel pre moral, donde la primera etapa se referirá al castigo y a la obediencia y una segunda etapa estará basado en las recompensas.

Un segundo nivel llamado moralidad convencional, cuya primera etapa se conoce como “niño bueno, niña buena” que se da cuando el niño busca comportarse de forma tal que agrade a los demás y no cause disgustos, a esta etapa seguirá la de ley y orden que, tal como lo estableció Piaget, se caracteriza porque los niños van a dar una gran importancia a las leyes y normas.

El último nivel descrito por Kohlberg es el conocido como moralidad pos convencional, donde el niño va desarrollando un conjunto de valores o principios morales personales y no simplemente acepta los del grupo social. Se encuentran aquí la etapa de la moralidad de los convenios, donde los contratos y convenios establecidos con otros van a ser importantes, como los derechos y las leyes sociales y ya aquí el cumplimiento de las leyes tiene que ver con un respeto a las mismas y con el hecho de no ser considerados como inmorales. Por último, se observa la etapa de los principios individuales y de la conciencia, donde ya se ha adquirido una conciencia moral y un verdadero entendimiento de lo que es el bien y el mal.

#### **2.2. 4. Estilos de vida saludable**

##### **Estilos de vida**

El estilo de vida (EV) es la forma de vida que se basa en patrones de comportamiento, determinados por la interacción entre las características personales, sociales y condiciones de vida (Cabezas, et. al., 2013). El estilo de vida se conforma a partir de preferencias e inclinaciones del ser humano, fruto de la interacción entre componentes genéticos, neurobiológico, psicológicos, socioculturales, educativos, económicos y medioambientales. De este modo, los EV son comportamientos que de alguna manera ayudan a la salud o producen enfermedad (Huanca, 2016).

##### **La salud**

La Carta de Ottawa se refiere a la teoría de Antonovsky, para quien la base de la salud, es lo que llamó “Sentido de Coherencia”, definido como: “una orientación general que expresa la magnitud del profundo sentimiento de confianza constante pero dinámico de los entornos interno y externo de cada uno; estos son predecibles y de ahí que haya grandes

posibilidades de que todo vaya bien como es razonable esperar" (Restrepo, 2003, pág. 25).

### **Estilos de vida saludable**

Cols (2012) afirma: "Dentro de una determinada sociedad no hay un único estilo de vida saludable sino muchos, cualquiera que sea la definición de salud que se adopte". El estilo ideal de vida saludable no existe, afortunadamente, porque implicaría que sólo una cierta manera de afrontar diariamente la realidad en la que se vive es saludable.

Además, cualquier estilo de vida calificado globalmente como saludable puede contener elementos no saludables, o saludables en un sentido, pero no en otro" (Cols, 2012).

Reyes (2011, pág. 203) indica que los estilos de vida saludables "son los hábitos de las personas, mediante los cuales puede mantener un bienestar en su salud, aplicando la prevención sanitaria".

Bennasar (2014) define el estilo de vida como "los comportamientos de una persona, tanto desde un punto de vista individual como de sus relaciones de grupo, que se construye en torno a una serie de patrones conductuales comunes".

En el Glosario de promoción de la salud (2014) se define estilo de vida de una persona como aquel "compuesto por sus reacciones habituales y por las pautas de conducta que ha desarrollado durante sus procesos de socialización. Estas pautas se aprenden en la relación con los padres, compañeros, amigos y hermanos, o por la influencia de la escuela, medios de comunicación, etc. Dichas pautas de comportamiento son interpretadas y puestas a prueba continuamente en las diversas situaciones sociales y, por tanto, no son fijas, sino que están sujetas a modificaciones".

Según Rebeca (2012) se entiende como estilos de vida saludables "los hábitos y costumbres que los individuos pueden realizar para lograr un desarrollo y un bienestar sin atentar contra su propio equilibrio biológico y la relación con su ambiente natural, social y laboral".

### **Nutrición**

Hipócrates dijo: "Una buena salud necesita del conocimiento de la constitución primaria del hombre y de los poderes de los distintos alimentos, ya sean aquellos que son naturales a él, como aquellos que son resultado de su habilidad" (Soto, 2002).

Velásquez (2008) considera que la nutrición "es el proceso biológico por el cual el organismo asimila los alimentos y líquidos necesarios para el buen funcionamiento y mantenimiento de las funciones vitales".



### **Dietas y hábitos alimentarios**

Los patrones de conductas de la vida cotidiana y sus rutinas de consumo alimentario de un grupo o de una población están basados en los estilos de vida. La configuración de un estilo de vida depende como se es, la forma de pensar sentir y actuar, las condiciones de vida y factores socioculturales en la sociedad en la que se vive. En este ámbito han sido definidos como "línea de conducta por la que se seleccionan, utilizan y consumen el conjunto de productos alimenticios presentes en las dietas consumidas por un grupo de población" (Bello, 2005). La categoría de "hábito alimentario" ha sido un concepto clásico en Antropología de la Alimentación que es concebido como formas de comportamiento alimentario profundamente arraigados en la forma de vida de una cultura. Se sirve de este concepto para describir y comprender los modos de comportamientos rutinarios y espontáneos que guían la elección de los alimentos que diariamente consumen los miembros de un grupo social y que por tanto forman parte de sus costumbres alimenticias. Estos análisis son sumamente útiles ya que en la época en la que se consolidan nuevos hábitos alimentarios surgidos de la industrialización alimentaria, permite diseñar recomendaciones nutricionales saludables para la población (Messer, Pelto, Pelto, & Messer, 1989) (Garrote, 2002) (Contreras, 2005).

### **Hábitos de alimentación**

Estas acciones permiten satisfacer las necesidades físicas del organismo. Los hábitos alimentarios inadecuados, así como los valores culturales que destacan los estereotipos de lo bello, lo atractivo y la liberación sexual han permeado los hábitos alimentarios de los jóvenes, contribuyendo al desarrollo de varios trastornos alimentarios (Acosta y Gomez, 2003) y a la aparición de graves consecuencias, como la alteraciones endocrinas y metabólicas. Las características de la alimentación que se suelen recoger en la mayoría de los estudios sobre estilos de vida son dos: la calidad de la alimentación y la estructura o regularidad de las comidas. La calidad de la alimentación hace referencia a la frecuencia con la que se consumen determinados alimentos tanto beneficiosos como perjudiciales para la salud. La estructura de las comidas sugiere a la frecuencia con la que se realizan las cinco comidas fundamentales (Castillo y Balaguer, 2001).

### **Actividad física**

La actividad física está presente en todo lo que un individuo hace en su estado de vigilia. El gasto energético viene determinado en función del tipo de actividad y el uso que se hace del tiempo libre, si realiza o no algún tipo de ejercicio físico o deporte (Ortega y Pujol, 1997).

Se define como una actividad física planificada, estructurada y repetitiva, que tiene como objetivo la mejora o mantenimiento de la forma física. En el ejercicio el individuo hace trabajar su organismo con el objetivo de disfrutar de una vida más sana y/o combatir problemas de salud, nunca pretende acercarse a sus límites su forma física mejora como consecuencia de la acumulación del trabajo físico (Ortega y Pujol, 1997).

### **2.2. 5. Dimensiones de los estilos de vida saludable**

#### **Alimentación**

La alimentación se entiende como la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud. Por otro lado, una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad (OMS, 2015).

Uno de los beneficios de comer saludablemente es que es la mejor manera de tener energía durante todo el día, conseguir las vitaminas y minerales que se necesitan, el mantenerse fuerte para realizar deportes y otras actividades, y el de mantener un peso que sea el mejor para el cuerpo, Una dieta sana debe tener presente alimentos ricos en fibra (pan integral, frutas, verduras, legumbres, frutos secos) y una proporción global adecuada de hidratos de carbono (50%), grasas (30% máximo, no debiendo superar las saturadas el 8%-10%) y proteínas (15%). Una dieta con excesivas calorías o con exceso de grasas o hidratos de carbono conduce a la obesidad, sobre todo en ausencia de una práctica adecuada y regular de ejercicio, por lo que hay que prevenir hábitos de alimentación que no sean saludables. El consumo de comida rápida, ricas en grasas, azúcares con alta densidad energética, y escasos nutrientes y fibras, ha llevado a un aumento significativo suele relacionarse con la obesidad, las enfermedades del corazón, la diabetes del tipo II y las caries (Perez, 2007).

**Alimentación correcta:** Adoptar un nuevo estilo de alimentación implica disminuir el contenido de calorías, además, Es tener en cuenta de la cantidad de calorías que contiene los alimentales y el valor nutricional de cada de cada uno de ello.

**Alimentación completa:** incluye alimentos de cada uno de los grupos de alimentos: verdura y fruta, cereales, alimentos de origen animal y leguminosas; para asegurar la ingestión de todos los nutrimentos necesarios.

**Alimentación equilibrada:** guarda proporciones adecuadas entre proteínas, carbohidratos y lípidos (grasas). Sabiendo que todos los nutrimentos son igual de importantes para mantener la salud.

**Actividad física**

La actividad física (A.F.) es cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que dan como resultado el gasto de energía. El 60% de la población mundial es sedentaria y tan solo en México el 7% de la población mayor a 15 años hace deporte, dentro del cual sólo el 35% lo realiza el tiempo recomendado (30 a 45 minutos). Se ha demostrado que el sedentarismo es un factor de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónicas, por lo que llevar una vida físicamente activa produce numerosos beneficios a favor de la salud. Y el ejercicio físico es una categoría de la actividad física, específica, libre y voluntario, con movimientos corporales planeados, estructurados y repetitivos realizados para mejorar o mantener una o más cualidades motoras, con el objetivo de producir un mejor funcionamiento del organismo, por ejemplo: saltar, nadar, correr, lanzar, entre otras. Va a depender de las características y condiciones de cada persona. Sin embargo, al planear un programa de ejercicio se debe considerar: 5 minutos de calentamiento, 30 minutos de actividad aeróbica 5 a 10 minutos de estiramiento y enfriamiento. Por lo que se sugiere realizar ejercicio diariamente durante por lo menos minutos de tipo aeróbico. Los ejercicios aeróbicos son todos aquellos que aumentan el ritmo cardíaco y la respiración, se presenta una "agitación" y un aumento de temperatura, por lo tanto, sudor. Si el ejercicio empieza a formar parte de la vida desde la infancia, la persona se irá reforzando hasta convertirse en un adulto activo; con esto obtendrá a lo largo de su vida un estado de salud óptimo y un futuro saludable. Muchas veces se piensa que la actividad física requiere de mucho tiempo, dinero y esfuerzo, sin embargo, se puede comenzar a ejercitarse sin necesidad de pagar y la falta de actividad física se denomina sedentarismo entre los cuales encontramos (Rodríguez y Sanchez, 2012).

Activo: al menos 30 minutos de actividad física de intensidad moderada, 3 días a la semana.

Sub activo: < 30 min. Al día, 3 veces a la semana.

Sedentario: no realiza actividad física alguna (Prensa Bd, 2011).

**Autocuidado**

El autocuidado se refiere a las prácticas cotidianas y a la decisión sobre ellas, que realiza una persona, familia o grupo para cuidar de su salud; estas prácticas son 'destrezas' aprendidas a través de toda la vida, de uso continuo, que se emplean por libre decisión, con el propósito de fortalecer o restablecer la salud y prevenir la enfermedad; ellas responden a la capacidad de supervivencia y a las prácticas habituales de la cultura a la que se pertenece. Entre las prácticas para el autocuidado se encuentran: alimentación

adecuada a las necesidades, medidas higiénicas, manejo del estrés, habilidades para establecer relaciones sociales y resolver problemas interpersonales, ejercicio y actividad física requeridas, habilidad para controlar y reducir el consumo de medicamentos, seguimiento para prescripciones de salud, comportamientos seguros, recreación y manejo del tiempo libre, diálogo, adaptaciones favorables a los cambios en el contexto y prácticas de autocuidado en los procesos mórbidos “Cualquier cosa que una persona pueda aprender, conduce a cambios en uno de los tres campos siguientes del comportamiento: cognitivo, afectivo y psicomotor; todo aprendizaje equivale a obtener el desarrollo de una forma de comportamiento, bien sea porque surjan o cambien los comportamientos, los afectos o las destrezas psicomotoras en la persona”. El autocuidado es una función inherente al ser humano e indispensable para la vida de todos los seres vivos con quienes interactúa; resulta del crecimiento de la persona en el diario vivir, en cada experiencia como cuidador de sí mismo y de quienes hacen parte de su entorno. Debido a su gran potencial para influir de manera positiva sobre la forma de vivir de las personas, el autocuidado se constituye en una estrategia importante para la protección de la salud y la prevención de la enfermedad (Tobon, 2002).

**Cuidado o asistencia a otros (los cuidamos):**

Esta forma de cuidado corresponde a la atención sanitaria, que se presta a la persona enferma en una institución de salud; es el cuidado científico, sistemático y aprendido que se lleva a cabo mediante el empleo de prácticas curativas, que un profesional o un equipo de salud, realizan al usuario con algún grado de discapacidad (temporal o permanente) física, psíquica o emocional, con el fin de ayudarlo a restablecer su salud y alcanzar mayores niveles de bienestar. Quien cuida se encarga del bienestar, de la protección o del mantenimiento de alguien que, por su condición de ser humano, tiene interés, valor y significado especial. Por extensión, también se miran bajo este tipo de cuidados, las acciones que son realizadas por personas (cuidadores) de la familia, un vecino, una partera y demás agentes informales de salud de la comunidad. Tienen como objetivo recuperar la salud. La atención sanitaria es una actividad tanto para quien la presta como para el enfermo, puesto que produce resultados en ambos; puede decirse que, al favorecer el mantenimiento y conservación de la vida, al permitir que ella continúe, se reproduzca y termine dignamente, se generan altos niveles de satisfacción en el cuidador y en el usuario, se incrementan los niveles de autonomía, de salud y se mejora su calidad de vida (Tobon, 2002).

Cuidado entre todos (nos cuidamos): El cuidado entre todos es denominado autocuidado colectivo y se refiere a las acciones que son planeadas y desarrolladas en cooperación,

entre los miembros de una comunidad, familia o grupo. Quiénes se procuran un medio físico y social afectivo y solidario; por ejemplo, la disposición de basuras, el tratamiento colectivo de aguas, el uso racional de los servicios disponibles para la atención en salud, la Consecución de celadores, entre otras, en procura del bienestar común.

Cuidado de sí (me cuido): Corresponde al autocuidado individual y está conformado por todas aquellas medidas adoptadas por uno mismo, como gestor de su autocuidado. Dicho de otra manera, consiste en mirar uno por su salud y darse buena vida.

### **2.2. 6. Teorías que sustentan los estilos de vida saludable**

Una de las teorías clave en la explicación de las condiciones estructurales que rodean y fundamentan el proceso de socialización es la Teoría Ecológica del Desarrollo (Bronfenbrenner, 1987). Según esta teoría, cada persona es afectada de modo significativo por las interacciones de una serie de sistemas que se superponen. Estos son, el microsistema, el meso sistema, el ecosistema y el macrosistema.

**La Teoría del Aprendizaje Social** (Costa y López, 1996) que analiza los procesos de aprendizaje que se dan en el individuo. Concretamente, los procesos de imitación y modelado sirven de base para entender la socialización del estilo de vida. Observando el modo en que los demás se comportan, así como las consecuencias de su comportamiento nos formamos una idea de cómo ejecutar determinadas conductas y en el futuro la información codificada nos sirve de guía para nuestro propio comportamiento. Así, por ejemplo, la conducta de los padres, los amigos, los iguales y los profesores influye en el aprendizaje del estilo de vida de los adolescentes.

Según Marqués Molías, et al., 2009 (citado por Bennisar Veny, 2014) los aspectos claves de la Teoría del Aprendizaje Social son:

Tener en cuenta la credibilidad de los modelos sociales (Arriagada, 2014).

Potenciar la autoeficacia: objetivos pequeños y progresivos, fijando explícitamente estos objetivos y siguiendo los resultados, es decir, dando retroalimentación y refuerzo (Crovetto, 2002).

El refuerzo positivo ayuda a retener o repetir la conducta. La falta de refuerzo ayuda a extinguir la conducta. (Arriagada, 2014).

## **CAPÍTULO III MATERIALES Y MÉTODOS**

### **3.1. Ámbito y condiciones de la investigación**

#### **3.1.1 Contexto de la investigación**

La investigación se desarrollará en la Institución Educativa Inicial N° 231 "Atahualpa", del distrito y provincia de Rioja, Región de San Martín. Es una institución que mantiene una dependencia con la Unidad de Gestión Educativa Local UGEL Rioja, quien administra y a su vez pertenece a la DRE San Martín.

#### **3.1.2 Periodo de ejecución**

La ejecución de la investigación fue llevada a cabo entre los meses de marzo hasta julio del año 2023.

#### **3.1.3 Autorizaciones y permisos**

El proyecto de investigación se ejecutó con la aprobación en la Resolución N° 079-2023-UNSM/FEH-CF, del 02 de mayo de 2023 y con la autorización de la directora para el desarrollo en la aplicación los días 21 y 24 de abril del 2023.

#### **3.1.4 Control ambiental y protocolos de bioseguridad**

El desarrollo de este estudio no ofreció ningún peligro o riesgo para el medio ambiente, es decir que las variables valores y estilos de vida saludables, se llevó a cabo con todas las medidas de protocolos de bioseguridad contra la COVID -19, es decir se tomó en cuenta lavados de manos, uso de mascarillas y alcohol.

#### **3.1.5 Aplicación de principios éticos internacionales**

De acuerdo al artículo 96° del Reglamento General de Ciencia y Tecnología e Innovación de la UNSM, Resolución N° 1312-2021-UNSM/CU-R, de fecha 29 de diciembre de 2021, esta investigación fue realizada respetando en el proceso de su ejecución, desde el inicio hasta el final, los principios éticos de la investigación, es decir totalidad, integridad, respeto a las personas, respeto al ecosistema, beneficencia y justicia.

### **3.2. Sistema de variables**

#### **3.2.1 Variables principales**

**Variable independiente:** Los valores

**Definición conceptual.** De acuerdo a García (1998) citado por Padrino (2009, pág. 1) afirma que "valor es aquello que hace a una cosa digna de ser apreciada, deseada y buscada; son, por tanto, ideales que siempre hacen referencia al ser humano y que éste tiende a convertir en realidades o existencias".

**Definición operacional.** El estudio de la presente variable se llevará a cabo en función a las siguientes dimensiones: puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, bondad, honradez y humildad.

**Tabla 1**

*Operacionalización de la variable los valores*

<b>Variable Independiente</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>
<b>Los valores</b>	<b>La puntualidad</b>	Propiciar momentos de reflexión Propiciar momentos de compromiso por medio de mensajes y cuentos alusivos
	<b>La responsabilidad</b>	Promover y generar espacios de análisis frente al nivel de responsabilidad de cada uno de los estudiantes de forma personal y grupal
	<b>El respeto</b>	Apropiar el valor del respeto como valor universal que permite y facilita las relaciones interpersonales
	<b>La paz.</b>	Promover espacios de resolución de conflictos que afecten el bienestar individual y grupal, a través de diferentes estrategias pedagógicas
	<b>La igualdad</b>	Promover el valor de la igualdad en cada uno de los estudiantes reconociendo la importancia del
	<b>La autoestima</b>	Desarrollar en los estudiantes la capacidad de valorarse cada uno por cada una de sus características, habilidades y destrezas
	<b>El compañerismo</b>	Fomentar en los estudiantes el compañerismo
	<b>El amor</b>	Los estudiantes reflexionan sobre el amor a sí mismos, hacia los padres y a cada una de las personas que los rodean
	<b>La honradez</b>	La honestidad Cuidar su integridad y la de los demás
<b>La humildad</b>	Promover estrategias para que los estudiantes desarrollen y/o fortalezcan el valor de la humildad	

#### **Escala de medición**

<b>Escala ordinal</b>	<b>Escala de intervalo</b>
Bueno	41- 60
Medio	21 - 40
Deficiente	1 - 20

**Variable dependiente:** Estilos de vida saludable

**Definición conceptual.** “Forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales” (World Health Organization, 1986).

**Definición operacional.** El estudio de la presente variable se llevará a cabo en función a las siguientes dimensiones: alimentación, actividad física y autocuidado.

**Tabla 2**

*Operacionalización de la variable estilos de vida saludable*

Variable Independiente	Dimensiones	Indicadores
<b>V2: Estilos de vida saludable</b>	<b>Alimentación</b>	Alimentación correcta
		Alimentación completa
		Alimentación equilibrada
	<b>Actividad física</b>	Activo
		Sub activo
		Sedentario
	<b>Autocuidado</b>	Cuidado entre todos (nos cuidamos)
		Cuidado de sí (me cuido)

#### Escala de medición

Escala ordinal	Escala de intervalo
Bueno	28 - 40
Medio	14 - 27
Deficiente	1 – 13

### 3.3 Procedimientos de la investigación

#### 3.3.1 Tipo y nivel de la investigación

La presente investigación es de tipo básica porque “esta forma de investigación emplea cuidadosamente el procedimiento de muestreo, a fin de extender sus hallazgos más allá del grupo o situaciones estudiadas” (Behar, 2008, p. 19). En la presente, el propósito es determinar la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2021.

Pertenece al nivel descriptivo – correlacional, porque se hará descripciones de las variables en estudio y las relaciones entre ellas. “La investigación correlacional.... es un



tipo de estudio que tiene como propósito evaluar la relación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables. ... Tales correlaciones se expresan en hipótesis sometidas a prueba" (Hernández, et al (2003) p. 121).

### 3.3.2 Población y muestra

La población estará constituida por los niños y niñas de 4 años de la sección Honradez de la Institución Educativa Inicial N° 231 Atahualpa, Rioja (N = 21 alumnos).

La muestra estará constituida por todos los niños y niñas de 4 años de la sección Honradez de la Institución Educativa Inicial N° 231 Atahualpa, Rioja (N = 21 alumnos).

A continuación, detallamos:

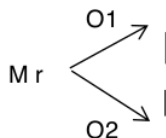
Sección	H	%	M	%	Total
Honradez	14	66.7	6	33.3	20

### 3.3.3 Diseño de investigación

El diseño de investigación que corresponde es el descriptivo correlacional, porque va establecer la relación existente entre las dos variables (los valores y los estilos de vida saludable).

Encinas, I. (1991) en la descripción de las características de este diseño nos dice que es preciso definir claramente lo que se desea conocer y consecuentemente medir, especificar que o quienes serán objeto de observación y medida; finalmente cómo y con qué técnicas e instrumentos se obtendrán los datos que se requieren.

La fórmula que se usará es la siguiente:



#### Dónde:

M = Representa la muestra.

O1 = Información sobre la variable Valores

O2 = Información sobre la variable Estilo de vida saludable

r = Relación entre las variables de estudio.

**Estadísticos.** Medidas de tendencia central, medidas de dispersión el coeficiente de correlación de Spearman, el mismo que será analizado mediante los siguientes niveles criterios:

Valores y significados del coeficiente de Spearman. Fuente: Mondragón (2014)

### 3.3.4 Procedimiento

**Objetivo específico 1** Delimitar los valores en las dimensiones puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, bondad, honradez y humildad.

Se aplicó el cuestionario a los estudiantes para evaluar las dimensiones puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, bondad, honradez y humildad, así como también se aplicará el cuestionario para evaluar los valores.

Valor	Significado
-0.91 a -1.00	Correlación negativa perfecta
-0.76 a -0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.51 a -0.75	Correlación negativa considerable
-0.11 a -0.50	Correlación negativa media
-0.01 a -0.10	Correlación negativa débil
0.00	No existe correlación
+0.01 a +0.10	Correlación positiva débil
+0.11 a +0.50	Correlación positiva media
+0.51 a +0.75	Correlación positiva considerable
+0.76 a +0.90	Correlación positiva muy fuerte
+0.91 a +1.00	Correlación positiva perfecta

Se realizó el procesamiento de los datos obtenidos pudiendo ser analizados en forma descriptiva.

**Objetivo específico 2** Evaluar los estilos de vida saludable en las dimensiones alimentación, actividad física y autocuidado.

Se aplicó el cuestionario a los estudiantes para evaluar las dimensiones alimentación, actividad física y autocuidado, así como también se aplicó el cuestionario para evaluar los estilos de vida saludable.

Se realizó el procesamiento de los datos obtenidos pudiendo ser analizados en forma descriptiva.

**Objetivo específico 3** Determinar la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.

Se aplicó el cuestionario a los estudiantes para evaluar los valores y los estilos de vida saludable. Se realizó el procesamiento de los datos obtenidos y estos fueron correlacionados estadísticamente a través del software SPSS v28.

**Actividades del objetivo general** Determinar la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.

Se aplicó el cuestionario a los estudiantes, para evaluar los valores y los estilos de vida saludable, de acuerdo al diseño correlacional. Se realizó el procesamiento de los datos obtenidos y estos fueron correlacionados estadísticamente a través del del software SPSS v28.

## CAPÍTULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1 Resultado específico 1

Delimitar los valores en las dimensiones puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, honradez y humildad.

**Tabla 3**

*Nivel de los valores en las dimensiones puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, honradez y humildad, en los estudiantes de 4 años de la I.E.1 231 Atahualpa, Rioja- 2023.*

Escala de medición	puntualidad		responsabilidad		respeto		paz		igualdad		autoestima		compañerismo		amor		honradez		humildad		
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	
Bueno	7	35	12	60	4	20	11	55	10	50	8	40	13	65	16	80	2	10	10	50	
Medio	13	65	8	40	16	80	9	45	10	50	12	60	7	35	4	20	18	90	10	50	
Deficiente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	
	$\bar{x}$	6,7	$\bar{x}$	3,7	$\bar{x}$	3,2	$\bar{x}$	3,6	$\bar{x}$	3,5	$\bar{x}$	3,4	$\bar{x}$	3,7	$\bar{x}$	3,8	$\bar{x}$	5,9	$\bar{x}$	3,5	
Estadística	s	1,2	s	0,6	s	0,4	s	0,5	s	0,5	s	0,5	s	0,6	s	0,4	s	1,1	s	0,5	
C.V.	18	C.V.	16	C.V.	13	C.V.	14	C.V.	14	C.V.	14	C.V.	15	C.V.	16	C.	11	C.	19	C.V.	14
%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	V.	V.	V.	V.	V.	%	
															%	%	%	%	%		

Fuente: Elaboración propia

La Tabla 3 muestra que el 65% de estudiantes 13 de ellos, presentaron un nivel medio en el valor de la puntualidad. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor de la puntualidad en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 6,7 con una desviación estándar de 1,2 y un coeficiente de variación bajo del 18%. Esto indica que el valor de la puntualidad en los niños aún no ha sido desarrollado en su mayoría, debido al hábito de la noción espacio y el tiempo que se encontrarían por desarrollar.

Así mismo el 60% de estudiantes 12 de ellos, presentaron un nivel bueno en el valor de la responsabilidad. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor de la responsabilidad en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 3,7 con una desviación estándar de 0,6 y un coeficiente de variación bajo del 16%. Esto indica que el valor de la responsabilidad en los niños ha sido desarrollado en su mayoría.

De la misma manera el 80% de estudiantes 16 de ellos, presentaron un nivel medio en el valor del respeto. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor del respeto en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 3,2 con una desviación estándar de 0,4 y un coeficiente de variación bajo del 13%. Esto indica que el valor del respeto en los niños aún no ha sido desarrollado en su mayoría, debido a la madurez de su personalidad.

En cuanto al valor de la paz el 55% de estudiantes 11 de ellos, presentaron un nivel bueno en el valor de la responsabilidad. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor de la paz en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 3,6 con una desviación estándar de 0,5 y un coeficiente de variación bajo del 14%. Esto indica que el valor de la paz en los niños ha sido desarrollado en su mayoría, sin embargo, casi la mitad de los niños aún se encuentran en proceso.

En el valor de la igualdad el 50% de estudiantes 10 de ellos, presentan un nivel bueno, así como el 50%, 10 estudiantes manifiestan un nivel medio. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor de la igualdad en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 3,5 con una desviación estándar de 0,5 y un coeficiente de variación bajo del 14%. Esto indica que la percepción del valor de la igualdad en los niños ha sido desarrollada en la mitad del grupo, sin embargo, la otra mitad de los niños aún se encuentran en proceso.

De la misma manera el 60% de estudiantes 12 de ellos, presentaron un nivel medio en el valor de la autoestima. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor de la autoestima en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 3,4 con una desviación estándar de 0,5 y un coeficiente de variación bajo del 15%. Esto indica que el valor de la autoestima en los niños aún no ha sido desarrollado en su mayoría, debido a la

madurez de su personalidad, las normas de conducta y la estimulación promovidas adecuadamente.

Del mismo modo el 65% de estudiantes 13 de ellos, presentaron un nivel bueno en el valor del compañerismo. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor del compañerismo en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 3,7 con una desviación estándar de 0,6 y un coeficiente de variación bajo del 16%. Esto indica que el valor del compañerismo en los niños ha sido desarrollado en su mayoría.

En el valor amor el 80% de estudiantes 16 de ellos, presentaron un nivel bueno en el valor del amor. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor del amor en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 3,8 con una desviación estándar de 0,4 y un coeficiente de variación bajo del 11%. Esto indica que los niños manifiestan sentirse amados por la comunidad educativa en su mayoría.

De la misma manera el 90% de estudiantes 18 de ellos, presentaron un nivel medio en el valor de la honradez. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor de la honradez en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 5,9 con una desviación estándar de 1,1 y un coeficiente de variación bajo del 19%. Esto indica que el valor de la honradez en los niños aún no ha sido desarrollado en su mayoría, debido a la madurez de su personalidad, las normas de conducta y la estimulación promovidas adecuadamente.

En cuanto al valor de la humildad el 50% de estudiantes 10 de ellos, presentan un nivel bueno, así como el 50%, 10 estudiantes manifiestan un nivel medio. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio del valor de la humildad en los niños de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa es de 3,5 con una desviación estándar de 0,5 y un coeficiente de variación bajo del 14%. Esto indica que la percepción del valor de la humildad en los niños ha sido desarrollada en la mitad del grupo, sin embargo, la otra mitad de los niños aún se encuentran en proceso.

En la investigación los niveles de los valores en los estudiantes están en la categoría de bueno y medio, hace indicar que existe un desarrollo adecuado de los valores, en la institución educativa. En ese sentido, la jerarquía de los valores trabajados en primera línea son la responsabilidad, la paz, la igualdad, compañerismo, el amor, seguidos de la segunda línea que son la puntualidad, respeto, autoestima, honradez y humildad.

Estos resultados se pueden corroborar con lo manifestado por Quinta (2019) quien señala en su investigación que la mayoría de estudiantes se sitúan en la dimensión en desarrollo, lo que revela dificultades en el conocimiento y práctica de los valores morales como el respeto, responsabilidad y solidaridad, así mismo Valladares (2010 citado por Tarazona,

2017) en su trabajo de investigación señala que por jerarquía los valores que mayormente se trabajan son la justicia, el respeto, la responsabilidad y a solidaridad, siendo los de la primera fase, seguidos de los valores de la segunda fase, el amor, la honestidad y la veracidad.

#### 4.2 Resultado específico 2

Evaluar los estilos de vida saludable en las dimensiones alimentación, actividad física y autocuidado.

**Tabla 4**

*Nivel de los estilos de vida saludable en las dimensiones alimentación, actividad física y autocuidado, en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja- 2023*

Escala de medición	alimentación		actividad física		autocuidado	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bueno	7	35	17	85	9	45
Medio	13	65	2	10	11	55
Deficiente	0	100	1	5	0	0
<b>Total</b>	20	100	20	100	20	100
	$\bar{x}$	9,85	$\bar{x}$	8,30	$\bar{x}$	6,95
Estadística	<i>s</i>	1,59	<i>s</i>	2,29	<i>s</i>	0,99
	C.V.	16,1	C.V.	27,6	C.V.	14,2
	%		%		%	

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 4 observamos que el 65 % de estudiantes 13 de ellos, presentaron un nivel medio en la alimentación. Las estadísticas descriptivas evidencian que el puntaje promedio de la alimentación en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 9,85 con una desviación estándar de 1,56 y un coeficiente de variación bajo del 16,1%. Esto indica que la dimensión alimentación en los niños, aún no ha sido desarrollada en su mayoría, debido a la conciencia de la comunidad educativa para un estilo de vida saludable.

De la misma manera en la dimensión de actividad física, se puede observar que el 85% de estudiantes 17 de ellos, presentaron un nivel bueno. La estadística evidencia que el puntaje promedio de la actividad física en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 8,30 con una desviación estándar de 2,29 y un coeficiente de variación bajo del 27,6%. Esto indica que en la dimensión actividad física en los niños, ha sido desarrollada en su mayoría, debido a la conciencia de la comunidad educativa para un estilo de vida saludable.

En la dimensión de autocuidado, se puede observar que el 55% de estudiantes 11 de ellos, presentaron un nivel medio. La estadística evidencia que el puntaje promedio del autocuidado en los niños de la I.E.I 231 Atahualpa es de 6,95 con una desviación estándar

de 0,99 y un coeficiente de variación bajo del 14,2%. Esto indica que en la dimensión autocuidado en los niños, aún no ha sido desarrollada en su mayoría, debido a los hábitos promovidos en la comunidad educativa para un estilo de vida saludable.

En la investigación los niveles de los estilos de vida saludable en los estudiantes están en la categoría de bueno y medio en su mayoría, esto indica que existe un nivel de conciencia adecuado que puede permitir el desarrollo óptimo de estos estilos de vida en la institución educativa. En ese sentido, en las dimensiones de alimentación y autocuidado se pudo observar, que aún se requiere de mayor atención por parte de la comunidad educativa, así como afianzar adecuadamente la actividad física.

Estos resultados se pueden corroborar con lo manifestado por Ramos (2017) quien en su estudio señala que los estilos de vida que presentan los estudiantes son en un 60% saludable y solo 40% poco saludable; sin embargo, las dimensiones en la mayoría se presenta estilos de vida poco saludables. De la misma manera Villa (2020) manifiesta en su estudio que en mayor proporción los niños tienen una motivación alimenticia adecuada. Existe relación directa entre el estado nutricional y la dimensión frecuencia alimenticia en niños de 1 a 5 años de edad.

#### 4.3 Resultado específico 3

Determinar la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.

**Tabla 5**

*Relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023*

		Valores	Estilos de vida saludables
Valores	Coefficiente de correlación rho de Spearman	1,000	0,722**
	Sig. (bilateral)		0,000
	N	20	20
Estilos de vida saludables	Coefficiente de correlación rho de Spearman	0,722**	1,000
	Sig. (bilateral)	0,000	
	N	20	20

Fuente: Resultados obtenidos usando el software estadístico SPSS. (\*\*) altamente significativa  $p < 0,01$

La Tabla 5 muestra que el coeficiente de correlación por rangos de Spearman arrojó un valor de  $\rho = 0,722$ , significando que existe una relación positiva considerable entre los



valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años; siendo valorada con un p-valor=0,000 por debajo del 5%, el cual indica que es altamente significativo.

En la investigación indica que, a altos puntajes obtenidos en el cuestionario de valores le corresponden puntajes altos obtenidos en el cuestionario de estilos de vida; que va en relación directa con la alimentación, actividad física y autocuidado.

#### 4.4 Objetivo General

Establecer la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.

#### Prueba de Hipótesis.

**Tabla 6**

*Prueba de normalidad de valores y estilos de vida saludables*

Variables	Mediciones	Shapiro-Wilk		
		Estadístico	Grados de libertad	p - valor
V1	X	0,929	20	0,145
V2	Y	0,863	20	0,009

Fuente: Cálculo estadístico.

La Tabla 6 presenta los estadísticos de prueba y grados de libertad que determina la prueba estadística de comprobación de la Hipótesis. Se observa el p-valor de la medición V1 superior al 0,05 [ $p=0,145 > 0,05$ ] y de V2 inferior al 0,05 [ $p=0,009 < 0,05$ ], por lo que se determina utilizar una prueba estadística no paramétrica. Es decir, si p-valor es superior al 5% será una prueba paramétrica, si ocurre lo contrario será una prueba no paramétrica y éste es el caso.

**Tabla 7**

*Prueba de significación entre los valores y estilos de vida saludables en los niños*

Hipótesis	Coefficiente de Correlación de Spearman	Nivel de significancia del 5% con 18 gl	Decisión
$H_0: \rho = 0$	R = 0,722	$t_c = 24,385$	Acepta $H_1$
$H_1: \rho \neq 0$	$R^2 = 0,521$	$t_i = \pm 1,734$ p-valor = 0,000	

Fuente: Tabla estadística y valores calculados por la investigadora.

La Tabla 7 evidencia con la prueba de significatividad un valor  $t_c = 24,385$  comparada con una  $t_i = \pm 1,734$ , se determina que  $t_c > t_i$  y sabiendo que p-valor = 0,000 está por debajo del 5%; se comprueba con el 95% de confianza, la hipótesis que la variable valores se

relacionan significativamente con los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023, provincia de Rioja, 2023.

Estos resultados son corroborados por Bejar (2017) en su estudio concluye que los programas de televisión influyen significativamente en los hábitos alimentarios en los niños de 3 años nivel inicial. De los resultados obtenidos de la muestra se observa que el 66% del total de padres de familia encuestados considera como regular los hábitos alimentarios, en contraposición a ello, Martínez, Guevara, Ruiz, Pacheco y Ortiz (2020) encontraron que la funcionalidad familiar en la dimensión cohesión es semirrelacionada, no se encontró significación estadística entre funcionalidad y crianza parental con el estado nutricional en preescolares.

## CONCLUSIONES

1. Se determina que los niveles de los valores en los niños de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa están en la categoría de bueno y medio, hace indicar que existe un desarrollo adecuado de los valores, en la institución educativa. En ese sentido, la jerarquía de los valores trabajados en primera línea son la responsabilidad, la paz, la igualdad, compañerismo, el amor, seguidos de la segunda línea que son la puntualidad, respeto, autoestima, honradez y humildad.
2. Se determina que los niveles de los estilos de vida saludable en los estudiantes están en la categoría de bueno y medio en su mayoría, esto indica que existe un nivel de conciencia adecuado que puede permitir el desarrollo óptimo de estos estilos de vida en la institución educativa. De tal manera, que en las dimensiones de alimentación y autocuidado se pudo observar, que aún se requiere de mayor atención por parte de la comunidad educativa, así como afianzar adecuadamente la actividad física.
3. Se determinó que el coeficiente de correlación por rangos de Spearman arrojó un valor de  $\rho = 0,722$ , significando que existe una relación positiva considerable entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años; siendo valorada con un  $p\text{-valor} = 0,000$  por debajo del 5%, el cual indica que es altamente significativo, lo que indica que, altos puntajes obtenidos en el cuestionario de valores le corresponden puntajes altos obtenidos en el cuestionario de estilos de vida saludable.
4. Se determina que existe una relación positiva considerable entre los valores y los estilos de vida saludable en los niños de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, el cálculo  $t_c = 24,385$  comparada con una  $t_t = \pm 1,734$ , se determina que  $t_c > t_t$  y sabiendo que  $p\text{-valor} = 0,000$  está por debajo del 5%; se comprueba con el 95% de confianza la hipótesis que la variable valores se relacionan significativamente con los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023, provincia de Rioja, 2023.

## RECOMENDACIONES

1. A los directivos de la institución educativa y la UGEL de Rioja, planificar y desarrollar talleres que permitan analizar los niveles de valores por jerarquía en la comunidad educativa que pudieran ser reflejados en los niños y niñas de la unidad de gestión docente en el fortalecimiento de sus competencias y áreas respectivas, orientadas en conseguir un ambiente óptimo para el proceso docente educativo.
2. A los docentes de la institución educativa, sugerimos adaptarse a las necesidades individuales de cada niño y contar con la supervisión y apoyo de los padres, así como a los profesionales de la educación. En ese sentido se debe programar actividades con la participación de la comunidad educativa en su conjunto, que permitan desarrollar en los niños la importancia de la calidad de vida, en cuanto a la alimentación, actividad física y autocuidado.
3. A los docentes y directivos de la institución educativa, recomendamos considerar los resultados y el análisis de la presente investigación para desarrollar políticas educativas que ayuden al desarrollo de los valores y calidad de vida en los niños del sector Atahualpa, Rioja en beneficio de toda la comunidad educativa en su conjunto.
4. A la luz de la correlación existente entre los valores y los estilos de vida saludable, se recomienda dentro de la institución educativa desarrollar aquellos valores que aún se encuentran en proceso como la puntualidad, respeto, autoestima, honradez y humildad, así como dentro de los estilos de vida saludables afianzar adecuadamente la actividad física.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, M. V. y Gomez. (2003). Insatisfacción corporal y seguimiento de dieta. Una comparación transcultural entre adolescentes de España y México. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*.
- Arriagada, E. M. (2014). *Una revisión de los estilos de vida de estudiantes universitarios iberoamericanos*. Cuba: SCielos.
- ASALE, R., & RAE. . (2020). Diccionario de la lengua española RAE - ASALE. *Diccionario de La Lengua Española - Edición Del Tricentenario*. Obtenido de <https://dle.rae.es/vida?m=form>
- Bello, J. (2005). *Calidad de vida, alimentos y salud humana*. Madrid, España: DIAZ DE SANTOS.
- Bejar, B. (2017) *Los programas televisivos y su influencia en los hábitos alimenticios en los niños de 3 años nivel inicial de la Institución Educativa N° 132 Toribio de Luzuriaga y Mejía*. Recuperado de: <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/1449/TM%20CE-Ea%203302%20B1%20-%20Bejar%20Figueroa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- San Juan de Lurigancho
- Bennasar Veny, M. (2014). *Estilos de vida y salud en estudiantes universitarios*. España.
- Bennasar, M. (2014). *Estilos de vida y salud en estudiantes universitarios: la universidad como entorno promotor de la salud*. España: TDR.
- Brofenbrenner, U. (1987). *Ecología del desarrollo humano*. Barcelona, España: Paidós.
- Cabezas Paillacho, J. E. y Oleas Galeas, M. E. (2013). *Estilos de vida y relación con el estado nutricional de adolescentes del Instituto Tecnológico Superior Nelson Torres y Unidad Educativa Enma Graciela de Cayambe y Tabacundo*. Ecuador: UTN.
- Carhuapoma, S. (2019). *Factores laborales y estilos de vida del personal de salud del Puesto de Salud del Huayco. Provincia y Región de San Martín. Agosto – diciembre 2018*. Tarapoto, Perú: Universidad Nacional de San Martín, Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería.
- Carreras, Ll., Eijo, P., Estany, A., Gómez, T., Guich R., Mir, V., Ojada, F., Planas, T. & García, S. (2009). *Como educar en valores*. Madrid: Narcea, S.A.
- Castillo, I. y Balaguer. I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts Educación Física y Deportes*, 22-29.

- Cols, C. (2012). *Estilos de vida*. Obtenido de [http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/contenidos/estilo\\_de\\_vida.html](http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/contenidos/estilo_de_vida.html)
- Contreras, J. &. (2005). *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona: Ariel.
- Costa, M., y López, M. (1996). *Educación para la salud. una estrategia para cambiar los estilos de vida*. Madrid: Piramide.
- Crovetto. (24 de Junio de 2002). *Organización Mundial de la Salud. Informe sobre la salud en el mundo*. Obtenido de OMS: <http://www.who.int/whr/2002/es/index.html>
- Duque, H. (2004). *¿Cómo educar en valores?: Vida familiar*. Bogotá: Paulinas.
- Espinoza, K. y Rojas, N. . (2019). *Estilos de vida y su relación con el estado nutricional de los profesionales de la salud del Hospital II-2 Tarapoto, 2019*. Tarapoto, Perú: Universidad Nacional de San Martín, Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería .
- Garrote, N. L. (2002). Algunas reflexiones acerca de la contribución de la antropología a la problemática de la alimentación y la salud. *Investigación y Salud*, 3, 131-40.
- Gómez, M., & Mir, V. &. (2004). *Propuestas de intervención en el aula: técnicas para lograr un clima favorable en el aula*. Madrid: Narcea, S.A.
- Huanca, G. S. (2016). *Estilos de vida relacionados con el índice de masa corporal de los estudiantes adolescentes de las Instituciones Educativas de la Ciudad de Juliaca*. Puno, Perú: UNAP.
- Jiménez, J. C. (2010). *El valor de los valores en las organizaciones*. Caracas, Venezuela: Cograf Comunicaciones.
- Jiménez, J. C. (2010). *El Valor de los Valores en las organizaciones*. Caracas, Venezuela: Cograf Comunicaciones.
- Kohlberg, L. (2001). *Tres niveles de la moralidad*. Norteamérica: Grinhuis.
- Lidueñez, Y. (2017). *Estilo de vida saludable en niños y jóvenes*. Colombia: Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Psicología, Programa de Psicología.
- Manrique, Y. R. (2014). *Proyecto de ética y valores "un viaje por mis valores"*. Zipaquirá: Corporación Universitaria Minuto De Dios.
- Meade, T. y Dowswell, E. (2015). Health-related quality of life in a sample of Australian adolescents: gender and age comparison. *Qual Life Res*, 24:2933–8.

- Menor, M. (2017). *Influencia de una intervención educativa para fomentar hábitos de vida saludables en escolares: Estudio multicéntrico*. Granada: Universidad de Granada, Departamento de Pediatría.
- Messer, G., Pelto, P. J., Pelto, & E. Messer. (1989). *Methods for determinants of food intake" Research Methods in Nutritional Anthropology* . Hong Kong: University Press.
- Moreira, D., Dueñas, M. y Alfonso, A. (2019). *La calidad y el estilo de vida saludable, un reto para los estudiantes universitarios contemporáneos*. La Habana: Universidad de las Ciencias Informáticas.
- Nuñez, S. (2019). *Hábitos alimenticios y su relación con la anemia en niños de 12 – 36 meses en la Comunidad Huancalle, Cusco 2019*. Cusco: Universidad Andina del Cusco.
- Olmeda, M. (2007). *Ética profesional en el ejercicio del derecho*. Obtenido de [https://books.google.com.pe/books?id=AgOQYvgMVt4C&printsec=frontcover&dq=Olmeda+\(2007\),+la+%C3%A9tica.&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiFqZ2FgOTXAhUyct8KHTITA7EQuwUIJzAA#v=onepage&q=Olmeda%20\(2007\)%2C%20la%20%C3%A9tica.&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=AgOQYvgMVt4C&printsec=frontcover&dq=Olmeda+(2007),+la+%C3%A9tica.&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiFqZ2FgOTXAhUyct8KHTITA7EQuwUIJzAA#v=onepage&q=Olmeda%20(2007)%2C%20la%20%C3%A9tica.&f=false)
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Estilos de vida saludable e indicadores*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Promoción y Educación de la Salud Escolar. Una perspectiva integral: Marco conceptual y operativo*. EEUU: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Nutrición*. OMS.
- Ortega y Pujol. (1997). *Estilos de vida saludable: actividad física. Programa Roche de actualización en cardiología*. Madrid: Ergón, S.A.
- Ortiz, F. C. (2020). *Hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional de niños/as de la escuela Fiscal Mixta Dra. Graciela Atarihuana, de la ciudad de Loja*. Ecuador: Universidad Nacional de Loja.
- Padrino, M. (2009). *Valores*. Venezuela: Ministerio del Poder Popular para la Educación, Unidad Educativa Instituto Jesús es Señor, Zaraza - Estado Guárico.
- Paz, M.; Martínez, A.; Guevara, M.; Ruiz, K.; Pacheco, L. y Ortiz, R. (2020) *Funcionalidad familiar, crianza parental y su relación con el estado nutricional en preescolares. Atención primaria*. Vol. 52, pp.548-554. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656720301700>

- Penas, S. (2008). *Aproximación a los valores y estilos de vida de los jóvenes de 13 y 14 años en la provincia de A Coruña*. Obtenido de <https://books.google.com.pe/books?id=SYIIUaHlr4C&pg=PA1&dq=PENAS,+Santiago+Aproximaci%C3%B3n+a+los+valores+y+estilos+de+vida+de+los+j%C3%B3venes+de+13+y+14+a%C3%B1os&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwj9tpeXtLQAhXGQSYKHeG6Av0Q6AEIjAA#v=onepage&q=PENAS%2C%20Santiago%2>
- Peñaranda, J. (2004). *Opción de vida*. Bogotá: San Pablo.
- Perez, C. (2007). Transtorno de la conducta alimentaria.
- Piaget, J. (1932). *El criterio moral en el niño*. Barcelona: Fontanella.
- Prensa Bd. (2011). Gobierno nacional sociedades científicas y sociedad civil unidos para fomentar los hábitos de la vida saludable.
- Quinta, H. (2019). *Inteligencia emocional y el desarrollo de valores morales en estudiantes de cuarto de secundaria de la Unidad Educativa Puerto de Rosario*. La Paz, Bolivia: Universidad Mayor de San Andrés, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Carrera Ciencias de la Educación.
- Quispe, S. (2018). *Valores morales en los niños y niñas de 5 años de la Institución Educativa Inicial N° 307 Conrado Kretz Lenz de Juliaca - 2018*. Juliaca, Perú: Universidad Peruana Unión, Facultad de Ciencias HUmanas y Educación, Escuela Profesional de Educación .
- Ramos, G. (2017). *Estilos de vida y su influencia sobre el estado nutricional en escolares adolescentes de la Institución Educativa Técnico Industrial San Miguel Achaya-2017*. Puno, Perú: Universidad Nacional del Altiplano, Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Nutrición Humana.
- Rebeca, A. C. (2012). *Promoción de Estilos de Vida Saludables área de salud Esparza*. San José, Costa Rica.
- Restrepo, H. (2003). *Conceptos y definiciones. Promoción de la Salud: Cómo construir vida saludable*. Bogotá: Editorial Medica Internacional LTDA.
- Reyes, S. E. (2011). *Factores que intervienen a llevar estilos de vida saludables en el personal de los servicios de medicina y cirugía de hombres y mujeres en el Hospital San Vito, Petén*. España: USAC.
- Rigind & Rayner. (1999). Cognitive styles and learning strategies: Understanding style differences in learning and behavior. 98.
- Rodriguez F, Sanchez V. (2012). *Evaluación de la escala nutricional de escolares cubanos y españoles: índice de masa corporal*. España.



- Romero, I. A. (2020). *Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños y niñas de 4 años de la Institución Educativa Inicial, N° 049 "Mis Primeros Pasos", Andrés Araujo Morán, Tumbes, 2020*. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes.
- Segura, M. E. (2012). *Cuestionando los valores*. Obtenido de [https://books.google.com.pe/books?id=grqAgAAQBAJ&pg=PT3&dq=Segura,+MARIA+\(2009\)+Cuestionando+los+valores&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwinwKTPTuLQAhULySYKHYYoMD9YQ6AEIGTAA#v=onepage&q=Segura%2C%20MARIA%20\(2009\)%20Cuestionando%20los%20valores&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=grqAgAAQBAJ&pg=PT3&dq=Segura,+MARIA+(2009)+Cuestionando+los+valores&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwinwKTPTuLQAhULySYKHYYoMD9YQ6AEIGTAA#v=onepage&q=Segura%2C%20MARIA%20(2009)%20Cuestionando%20los%20valores&f=false)
- Soto, M. (2002). *actores de riesgo y protección del consumo en salud pública*. Bogotá, Colombia: Medica Internacional Ltda.
- Tobon. (2002). *El Autocuidado una Habilidad Para Vivir*. Mexico.
- Torres, Z. (2014). *Introducción a la ética*. Mexico D.F: Grupo Editorial Patria, S.A. DE. C.V.
- Torres, Z. (2014). *Introducción a la ética*. Mexico D.F.: Patria, S.A. DE. C.V.
- Velazquez, G. (2008). *Fundamentos de la alimentacion saludable (segunda edicion ed.)*. Medellín: Universidad de Antioquia.
- Véliz, T. (2017). *Estilos de vida y salud: Estudio del caso de los estudiantes de la facultad de ciencias médicas, Ulniversidad de San Carlos de Guatemala*. Barcelona, España: Universidad de Barcelona, Facultad de Economía y Empresas, Departamento de Sociología, Programa de Doctorado en Sociología.
- Villa, A.(2020) *Habitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el puesto de salud*.Universidad Autónoma de Ica. Recuperado de: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1071/1/VANESA%20CORAZON%20VILLA%20ANAMPA%20%28TESIS%29.pdf>
- Villa, V. C. (2020). *Habitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el Puesto De Salud Condorillo Alto, Chincha 2020*. Chincha: Universidad Autónoma de Ica.
- World Health Organization. (1986). Life-Styles and Health. *WHO*, 22, 117-124.

## ANEXOS

## Anexo 1: Matriz de consistencia

**TITULO:** Los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES
<p><b>Problema general:</b> ¿Cuál es la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023?</p> <p><b>Problemas específicos:</b> ¿Cuál es el nivel de los valores en las dimensiones puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, honradez y humildad en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023?</p> <p>¿Cuál es el nivel de los estilos de vida saludable en las dimensiones alimentación, actividad física y autocuidado en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023?</p>	<p><b>Objetivo General:</b> Establecer la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023</p> <p><b>Objetivo Específicos:</b> Delimitar los valores en las dimensiones puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, honradez y humildad en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.</p> <p>Evaluar los estilos de vida saludable en las dimensiones alimentación, actividad física y autocuidado, en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.</p> <p>Determinar la relación entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.</p>	<p><b>Hipótesis</b> Hipótesis general Existe una relación positiva entre los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.</p> <p>Hipótesis específicas: H1: El nivel de los valores en las dimensiones puntualidad, responsabilidad, respeto, paz, igualdad, autoestima, compañerismo, amor, bondad, honradez y humildad en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023, es media.</p> <p>H2: El nivel los estilos de vida saludable en las dimensiones alimentación, actividad física y autocuidado, en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023, es media.</p> <p>H3: Los valores se relaciona significativamente con los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023.</p>	<p><b>Variable 1:</b> Los valores Dimensiones: Puntualidad responsabilidad Respeto Paz Igualdad Autoestima Compañerismo Amor Honradez humildad</p> <p><b>Variable 2:</b> Estilos de vida saludable Dimensiones Alimentación Actividad física Autocuidado.</p>

**Anexo 2:****Instrumentos de recolección de datos****Test para medir Los Valores**

Test para delimitar los Valores en los niños y niñas de 4 años de la sección Honradez de la Institución Educativa Inicial N° 231, Atahualpa, Rioja, 2023.

1: Nunca

2: Casi Nunca

3: A veces

4: Casi Siempre

5: Siempre

N°	ÍTEM	1	2	3	4	5
<b>A.</b>	<b>Puntualidad</b>					
1	Se une a los momentos de reflexión					
2	Se desenvuelve en momentos de compromiso por medio de mensajes y cuentos alusivos					
<b>B.</b>	<b>Responsabilidad</b>					
3	Participa asumiendo sus compromisos y funciones de manera individual y grupal.					
<b>C.</b>	<b>Respeto</b>					
4	Es consiente que el respeto es un valor universal que permite y facilita las relaciones interpersonales					
<b>D.</b>	<b>Paz</b>					
5	Participa activamente en los espacios de resolución de conflictos que afectan el bienestar individual y grupal.					
<b>E.</b>	<b>Igualdad</b>					
6	Acepta que todos somos iguales y tenemos los mismos derechos.					
<b>F.</b>	<b>Autoestima</b>					
7	Se valora y es consiente cada una de sus características, habilidades y destrezas.					
<b>G.</b>	<b>Compañerismo</b>					
8	Se relaciona de manera positiva con todos sus compañeros.					
<b>H.</b>	<b>Amor</b>					
9	Muestra acciones que representa el amor a sí mismo, hacia sus padres y a cada una de las personas que lo rodean.					
<b>I.</b>	<b>Honradez</b>					
10	Siempre dice la verdad.					
11	Ayuda a sus compañeros para cuidar sus cosas.					
<b>J.</b>	<b>Humildad</b>					
12	En el desarrollo de las estrategias lúdicas y de las sesiones muestra no ser presumido.					

### Anexo 3. Test para medir los estilos de vida saludable

Test para delimitar los Estilos de vida saludable en los niños y niñas de 4 años de la sección Honradez de la Institución Educativa Inicial N° 231, Atahualpa, Rioja, 2023.

1: Nunca

2: Casi Nunca

3: A veces

4: Casi Siempre

5: Siempre

N°	ÍTEM	1	2	3	4	5
<b>A.</b>	<b>Alimentación</b>					
1	Alimentación correcta					
2	Alimentación completa					
3	Alimentación equilibrada					
<b>B.</b>	<b>Actividad física</b>					
4	Activo					
5	Sub activo					
6	Sedentario					
<b>C.</b>	<b>Autocuidado</b>					
7	Cuidado entre todos (nos cuidamos)					
8	Cuidado de sí (me cuido)					

### Anexo 4. Fichas de validación de instrumentos

#### INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN (JUICIO DE EXPERTOS)

##### DATOS GENERALES

Nombres y Apellidos del experto : Sofía Yolanda Del Águila Hidalgo  
 Institución donde labora : I. S. T. N.º 231. Rioja  
 Especialidad : Educación Infantil  
 Instrumento de investigación : Test para evaluar los estilos de vida saludable  
 Autor (as) del instrumento (s) : Sofía Yolanda Del Águila Hidalgo

##### ASPECTOS DE VALIDACIÓN


CRITERIOS	INDICADORES	Excelente (5)				
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: <i>relaciones interpersonales</i> en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> .				X	
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable <i>relaciones interpersonales</i> .					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
SUB TOTAL					8	40
PUNTAJE TOTAL					48	

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente", sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Instrumento apto para su aplicación

Rioja, 21 de abril de 2023.

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 48

  
 Firma  
 DNI N.º 40.79.2681

**INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN  
(JUICIO DE EXPERTOS)**

**DATOS GENERALES**

Nombres y Apellidos del experto : Gabriel Diego González  
 Institución donde labora : I.E.I. N° 231 - Rioja  
 Especialidad : Educación Inicial  
 Instrumento de investigación : Test para evaluar los valores  
 Autor (as) del instrumento (s) : Sofía Yolanda Del Águila Hidalgo

**ASPECTOS DE VALIDACIÓN**


CRITERIOS	INDICADORES	Excelente (5)				
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: <i>relaciones interpersonales</i> en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> .				X	
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.				X	
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable <i>relaciones interpersonales</i> .					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
SUB TOTAL					8	40
PUNTAJE TOTAL						

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Instrumento valido para su aplicación.

Rioja, 21 de abril de 2023.

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 48

  
 Firma  
 DNI N° 40792631



**INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN  
(JUICIO DE EXPERTOS)**

**DATOS GENERALES**

Nombres y Apellidos del experto : Hugo Jaime Mera Naval  
 Institución donde labora : UNSM  
 Especialidad : Ciencias Naturales y Ecología  
 Instrumento de investigación : Test para evaluar los valores  
 Autor (as) del instrumento (s) : Yolanda Sofía Del Águila Hidalgo

**ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

CRITERIOS	INDICADORES	Muy deficiente (1) Deficiente (2) Aceptable (3) Buena (4) Excelente (5)				
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: <i>relaciones interpersonales</i> en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> .				X	
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.				X	
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable <i>relaciones interpersonales</i> .					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
SUB TOTAL						8
PUNTAJE TOTAL						40
						48

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Procede la aplicación del instrumento

Rioja, 21 de abril de 2023.

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 4,8

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN MARTÍN  
Facultad de Educación y Humanidades - Rioja

*(Firma)*

Dr. Hugo Jaime Mera Naval

Docente Adscrito al DAE - R

DNI N° .....

**INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN  
(JUICIO DE EXPERTOS)**

**DATOS GENERALES**

Nombres y Apellidos del experto : Hugo Jaime Mera Naval  
 Institución donde labora : UNSM  
 Especialidad : Ciencias Naturales y Ecología  
 Instrumento de investigación : Test para evaluar los estilos de vida saludable  
 Autor (as) del instrumento (s) : Yolanda Sofía Del Águila Hidalgo

**ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

CRITERIOS	INDICADORES	Excelente (5)				
		Muy deficiente (1)	Deficiente (2)	Aceptable (3)	Buena (4)	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: <i>relaciones interpersonales</i> en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> .				X	
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.				X	
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable <i>relaciones interpersonales</i> .					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
SUB TOTAL					8	40
PUNTAJE TOTAL					48	

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Procede la aplicación del instrumento

Rioja, 21 de abril de 2023.

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 48

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN MARTÍN  
Facultad de Educación y Humanidades - Rioja

Dr. Hugo Jaime Mera Naval  
D.F.P.N. ASESOR DE D.A.E. - R

DNI N° .....



**INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN  
(JUICIO DE EXPERTOS)**

**DATOS GENERALES**

Nombres y Apellidos del experto : Dra. Rossana Rocío Salvatierra Suro  
 Institución donde labora : UNSA  
 Especialidad : Educación Física  
 Instrumento de investigación : Test para evaluar los estilos de vida saludable  
 Autor (as) del instrumento (s) : Yolanda Sofía Del Águila Hidalgo

**ASPECTOS DE VALIDACIÓN**


CRITERIOS	INDICADORES	Excelente (5)				
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					Y
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: <i>relaciones interpersonales</i> en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> .				X	
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.				X	
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable <i>relaciones interpersonales</i> .					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
SUB TOTAL					8	40
PUNTAJE TOTAL					48	

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente", sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Instrumento apto para su aplicación

Rioja, 21 de abril de 2023.

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 48

  
 Firma  
 DNI N° 09896061

**INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN  
(JUICIO DE EXPERTOS)**

**DATOS GENERALES**

Nombres y Apellidos del experto : Rossana Rocío Salazarima Ivro  
 Institución donde labora : UNSA  
 Especialidad : Educación Inicial  
 Instrumento de investigación : Test para evaluar los valores  
 Autor (as) del instrumento (s) : Yolanda Sofía Del Águila Hidalgo

**ASPECTOS DE VALIDACIÓN**

Muy deficiente (1) Deficiente (2) Aceptable (3) Buena (4) Excelente (5)

CRITERIOS	INDICADORES	PUNTAJE				
		1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable: <i>relaciones interpersonales</i> en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> .					Y
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable: <i>relaciones interpersonales</i> de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.				Y	
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio.				X	
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable <i>relaciones interpersonales</i> .					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					Y
SUB TOTAL					8	40
PUNTAJE TOTAL					48	

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente", sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Instrumento apto para su aplicación.

Rioja, 21 de abril de 2023.

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 48



Firma

DNI N° 09.89.60.61

**Anexo 5. Solicitud de autorización para ejecución del proyecto****“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”**

Rioja 12 de abril de 2023

**CARTA****A la Lic: Rita Ysabel Chuquizuta Mendoza****Directora en Institución Educativa Inicial Nro 231 Atahualpa – RIOJA**

Presente.

Asunto:

**SOLICITO SU AUTORIZACIÓN PARA APLICACIÓN DE INSTRUMENTO DE TESIS QUE SERVIRÁ PARA CORROBORAR LAS COMPETENCIAS ESPERADAS**

Es grato dirigirme a Usted para saludarla, rogando a DIOS que se encuentre bien de salud, y a la vez para ponerlo en su conocimiento que habiendo culminado con mis estudios en la UNSM , siendo actualmente bachiller en educación inicial y estando próximamente a sustentar mi tesis denominado:

**“LOS VALORES Y LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN LOS ESTUDIANTES DE 4 AÑOS DE LA I.E.I 231 ATAHUALPA, RIOJA-2023;”** Yo, Yolanda Sofía Del Aguila Hidalgo Egresada del Programa de Estudios de Educación Inicial, quien solicita su aprobación para la aplicación de mi proyecto de tesis antes mencionada,

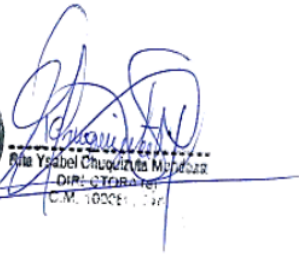
Sin otro particular, hago propicia la ocasión para reiterarle las muestras de mi consideración.

Atentamente



YOLANDA SOFÍA DEL AGUILA HIDALGO

DNI 01155022

  
Rita Ysabel Chuquizuta Mendoza  
DIRECTORA  
C.M. 100001

**Anexo 6. Constancia de ejecución del proyecto****INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL  
Nº 231 – SECTOR ATAHUALPA****CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE  
INSTRUMENTO DE TESIS**

Por intermedio de la presente, deixo constancia que la Bachiller en Educación Inicial: **Yolanda Sofia del Águila Hidalgo** - Egresada del Programa de Estudios de Educación Inicial – Universidad Nacional de San Martín; ha realizado la aplicación de instrumento de la Tesis, denominado: "LOS VALORES Y LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN LOS ESTUDIANTES DE 4 AÑOS DE LA I.E.I 231 ATAHUALPA, RIOJA-2023", durante dos días (21 y 24 de abril del 2023).

Se expide la presente constancia a solicitud de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

Rioja, 25 de Abril del 2023



**Lic. Rita Ysabel Chuquizuta Mendoza**  
**Directora**



Anexo 7. Iconografía



*Tesista y estudiantes durante la aplicación de los instrumentos de recolección de datos.*

# Los valores y los estilos de vida saludable en los estudiantes de 4 años de la I.E.I 231 Atahualpa, Rioja-2023

## INFORME DE ORIGINALIDAD

22%

INDICE DE SIMILITUD

22%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

11%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://tesis.unsm.edu.pe">tesis.unsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	4%
2	<a href="https://repositorio.ucss.edu.pe">repositorio.ucss.edu.pe</a> Fuente de Internet	3%
3	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	2%
4	<a href="https://repositorio.unsm.edu.pe">repositorio.unsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
5	<a href="https://dspace.unl.edu.ec">dspace.unl.edu.ec</a> Fuente de Internet	2%
6	<a href="https://edacunob.ult.edu.cu">edacunob.ult.edu.cu</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="https://renatiqa.sunedu.gob.pe">renatiqa.sunedu.gob.pe</a> Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Instituto de Educación Superior Pedagógico Público JUAN XXIII de ICA Trabajo del estudiante	1%

9	<a href="http://repositorio.umsa.bo">repositorio.umsa.bo</a> Fuente de Internet	1 %
10	<a href="http://repositorio.usanpedro.edu.pe">repositorio.usanpedro.edu.pe</a> Fuente de Internet	1 %
11	<a href="http://repositorio.unamba.edu.pe">repositorio.unamba.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
12	Submitted to Universidad Señor de Sipan Trabajo del estudiante	<1 %
13	<a href="http://repositorio.uladech.edu.pe">repositorio.uladech.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
14	<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
15	<a href="http://repositorio.unheval.edu.pe">repositorio.unheval.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
16	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	<1 %
17	Submitted to Boston College High School Trabajo del estudiante	<1 %
18	Submitted to Universidad Nacional de San Martín Trabajo del estudiante	<1 %
19	<a href="http://repositorio.unap.edu.pe">repositorio.unap.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
20	<a href="http://repository.unac.edu.co">repository.unac.edu.co</a>	

Fuente de Internet

<1 %

21

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

<1 %

22

[www.iesppazangaro.edu.pe](http://www.iesppazangaro.edu.pe)

Fuente de Internet

<1 %

23

[dspace.ucuenca.edu.ec](http://dspace.ucuenca.edu.ec)

Fuente de Internet

<1 %

24

[repositorio.upla.edu.pe](http://repositorio.upla.edu.pe)

Fuente de Internet

<1 %

25

[1library.co](http://1library.co)

Fuente de Internet

<1 %

26

[repositorio.uap.edu.pe](http://repositorio.uap.edu.pe)

Fuente de Internet

<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 10 words

Excluir bibliografía

Activo