

**ESCUELA MILITAR DE CHORRILLOS**  
**“CORONEL FRANCISCO BOLOGNESI”**



**Abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar  
de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” - 2019**

**Trabajo de Investigación para optar el Grado Académico de Bachiller en  
Ciencias Militares con mención en Administración**

**Autores**

**José Luis Mandujano Montero**

**Ronaldo Raúl Mateo García**

**Lima - Perú**

**2020**

**Dedicatoria**

A nuestro padres y seres que nos apoyaron, gracias a ellos somos capaces de alcanzar nuestras metas y lograr nuestros objetivos

A la Escuela Militar de Chorrillos  
Por haber sido parte importante en nuestra formación profesional y parte de nuestros valores

### **Agradecimiento**

A todas las personas que nos apoyaron en toda nuestra etapa de formación, que confiaron en nosotros, en nuestras capacidades para lograr nuestros objetivos

A nuestros padres, familiares y amigos, por la paciencia y la dedicación para apoyarnos

## Índice

<b>Caratula</b>	1
<b>Dedicatoria</b>	2
<b>Agradecimiento</b>	3
<b>Índice de figuras</b>	7
<b>RESUMEN</b>	8
<b>ABSTRACT</b>	9
<b>INTRODUCCIÓN</b>	10
<b>CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	2
1.2.1. Problema General	2
1.2.2. Problemas Específicos	2
1.3. Objetivos	2
1.3.1. Objetivo General	2
1.3.2. Objetivos Específicos	2
1.5. Limitaciones	3
1.6. Viabilidad	4
<b>CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO</b>	5
2.1. Antecedentes	5
<b>2.1.1. Antecedentes Internacionales</b>	5
<b>2.1.2. Antecedentes Nacionales</b>	7
2.2. Bases Teóricas	8
2.3. Definición de Términos	12
<b>2.4. Variables</b>	13
<b>CAPITULO III MARCO METODOLÓGICO</b>	15
3.1 Enfoque	15
3.2 Tipo de investigación	15
3.3 Diseño de investigación	15
3.4 Método	15
3.5 Población y muestra	16
<b>3.5.1. Población</b>	16
<b>3.5.2. Muestra</b>	16
3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	16
<b>3.6.1. Técnicas de recolección de datos</b>	16

<b>3.6.2. Descripción de los instrumentos de recolección de datos</b>	17
<b>3.7.1. Validez de los instrumentos</b>	17
<b>3.7.2. Confiabilidad de los instrumentos</b>	17
<b>CAPITULO IV RESULTADOS</b>	20
4.1 Descripción	20
4.2 Discusión	28
<b>CONCLUSIONES</b>	29
<b>RECOMENDACIONES</b>	30
<b>ANEXOS</b>	32
Anexo 1: Matriz de consistencia	33
Anexo 2: Instrumento de recolección	35
Anexo 3: Base de datos	37
Anexo 5: Validación del instrumento por expertos	40
Anexo 5: Constancia de entidad donde se efectuó la investigación	44
Anexo 6: Compromiso de autenticidad del instrumento	46
Anexo 7: Asesor y miembro del jurado	48
Anexo 8: Compromiso ético, declaración jurada de autoría, autenticidad y no plagio	50
Anexo 9: Certificado turniting	53
Anexo 10: Acta de sustención de tesis	55

## Índice de tablas

Figura 1 Consumo de agua diario	20
Figura 2 Disponibilidad para el consumo de agua	21
Figura 3 Falta de consumo de agua y fatiga diaria	22
Figura 4 Hidratación a base de agua	23
Figura 5 Falta de concentración a causa de la mala hidratación	24
Figura 6 Importancia del consumo de agua en el entrenamiento físico	25
Figura 7 Concientización sobre el consumo de agua	26
Figura 8 Bajo rendimiento y mala hidratación	27

## Índice de figuras

Figura 1 Consumo de agua diario .....	20
Figura 2 Disponibilidad para el consumo de agua .....	21
Figura 3 Falta de consumo de agua y fatiga diaria .....	22
Figura 4 Hidratación a base de agua .....	23
Figura 5 Falta de concentración a causa de la mala hidratación .....	24
Figura 6 Importancia del consumo de agua en el entrenamiento físico .....	25
Figura 7 Concientización sobre el consumo de agua .....	26
Figura 8 Bajo rendimiento y mala hidratación.....	27

## RESUMEN

El abastecimiento de agua purificada asume un rol importante en la rutina diaria de los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos, debido a la fuerte actividad física y mental que implica dicha rutina. Esta investigación hace referencia a la descripción del abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos.

El objetivo fue describir el abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar De Chorrillos "Coronel Francisco Bolognesi". La población que formó parte de esta investigación fue el batallón de cadetes, cuyo efectivo fue de 1330. Además, la investigación se llevó a cabo bajo un enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo, ya que se identificó las características y particularidades del abastecimiento de agua para los cadetes. En cuanto al trabajo de campo, se utilizó la encuesta para recolectar los datos y el cuestionario fue la técnica. Los datos fueron procesados mediante el Microsoft Excel, cuyos resultados se expresaron en tablas de frecuencia y gráficos circulares.

El resultado del trabajo concluyó en que es importante la hidratación de los cadetes, por ende, el abastecimiento de agua debe ser continuo y permanente.

**Palabras clave:** hidratación, cadetes, consumo de agua, agua purificada

## **ABSTRACT**

The supply of purified water assumes an important role in the daily routine of the cadets of the Military School of Chorrillos, due to the strong physical activity that this routine implies. This investigation refers to the description of the purified water supply for the cadets of the Military School of Chorrillos.

The objective was to describe the supply of purified water for the cadets of the Chorrillos Military School "Coronel Francisco Bolognesi". The population that was part of this investigation was the cadet battalion, whose number was 1330. In addition, the investigation was carried out under a quantitative, descriptive approach, since the characteristics and particularities of the water supply for the cadets. Regarding the field work, the survey was used to collect the data and the questionnaire was the technique. The data were processed using Microsoft Excel, the results of which were expressed in frequency tables and bar graphs.

The result of the work concluded that the hydration of the cadets is important, therefore, the water supply must be continuous and permanent.

Keywords: hydration, cadets, water consumption, purified water

## INTRODUCCIÓN

La presente tesis se realizó para optar el título de bachilleres en Ciencias Militares la cual se denomina Abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar De Chorrillos "CFB" AF-2019 y surge como análisis al entorno en el cual estudiamos y laboramos como miembros de esta institución, según el esquema que se ha seguido, según nuestro estudio se entiende que por nuestras diversas actividades pueden tener agotamiento laboral, estrés laboral que afecten al rendimiento académico; pero este agotamiento y estrés puede verse influenciado por la ausencia adecuada del consumo de agua, entendiéndose durante el día el ser humano debe consumir como mínimo 2 litros de agua diaria para una hidratación óptima que beneficie al ser humano e influya de manera positiva en el mismo. Para ello, esta investigación está estructurada en cuatro capítulos.

En el primer capítulo problema de la investigación, se muestran los objetivos y problemas que se han planteado en esta investigación, los cuales guiaron su desarrollo.

En el segundo capítulo marco teórico, expone, en un primer momento, los antecedentes nacionales e internacionales vinculados a esta investigación, luego de ello, se realiza una discusión sobre el sustento teórico de la variable de investigación.

En el tercer capítulo marco metodológico, describe el riguroso procedimiento metodológico, además de mencionar la técnica e instrumento que se utilizó para recolectar los datos.

En el cuarto capítulo se muestran los resultados que se obtuvieron luego de la recolección de datos. Por último, se exponen las conclusiones y recomendaciones a las que se arribó en esta investigación

## CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. Planteamiento del problema

El problema radica en las consecuencias que puede traer consigo la inadecuada forma de hidratación, es decir la cantidad de agua que una persona en tiempo formación académica debe consumir durante el día, en todo el proceso de enseñanza que reciben en el aula o a campo abierto.

La Asamblea General de Naciones Unidas (ONU); aprobó la Resolución 64/292, de 28 de julio del 2010, que reconoce al agua potable y al saneamiento básico como derecho humano esencial para el pleno disfrute de la vida.

Se sabe que la hidratación constituye un aspecto fundamental en el desarrollo de nuestras actividades diarias, contribuyendo al equilibrio vital de nuestro organismo, además se brinda un mantenimiento de las principales funciones cerebrales, por lo que una hidratación inadecuada repercute en la disminución del rendimiento académico y esto puede afectar a las habilidades cognitivas y los estados de ánimo, está comprobado científicamente que una deshidratación leve, del 1 al 2% del peso debido a falta de líquido, puede impedir capacidad de concentración y una deshidratación superior al 2% puede afectar a las habilidades de procesamiento y debilitar la memoria reciente.

Por esa razón, los expertos recomiendan beber en cualquier momento del día, no solo durante las comidas principales y abogan por facilitar el desarrollo de estrategias eficaces para promocionar la cultura de la ingesta de agua en las escuelas. Los especialistas en salud y nutrición recomiendan beber al menos dos litros de agua equivalentes a ocho vasos por día. Esta cantidad varía de acuerdo con las exigencias físicas y mentales que desarrolla el cadete, esta variación depende del organismo de cada ser humano.

Durante los años transcurridos como cadetes de esta prestigiosa institución castrense no hemos podido observar un plan que permita contribuir a la solución de esta necesidad latente. No obstante, se ha apreciado que los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos han sustituido el agua purificada por

las bebidas azucaradas y desconocen la importancia de la hidratación a base de agua purificada, sin considerar que el alto consumo de bebidas azucaradas trae consigo diversas enfermedades biológicas, como aumento en la presión arterial, problemas digestivos, diabetes, aumento de peso, colesterol alto y fatiga.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema General**

¿Cómo es el abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

¿Cómo es el consumo diario de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019?

¿Cómo son las actividades de hidratación para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo General**

Describir el abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “CFB” AF-2019.

### **1.3.2. Objetivos Específicos**

Describir el consumo diario de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019.

Describir las actividades de hidratación para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019.

#### **1.4. Justificación**

Este proyecto de investigación generará conciencia en toda la población de cadetes estudiantes, además de fomentar el consumo de agua para mejorar la calidad de vida y el rendimiento académico para obtener resultados en la mejora del desarrollo de las actividades físicas y académicas que se realizan dentro de esta institución de formación castrense, así mismo aportará en el proceso de formación como futuro líder y visionario del Ejército Peruano.

Por otro lado, se optimizará el sistema de abastecimiento de agua purificada que ayudará a las nuevas generaciones de cadetes a desarrollar sus actividades físicas y de carga académica.

Así mismo se analizará los hábitos de hidratación de los cadetes, otorgando una perspectiva general de la problemática, posteriormente se realizará el estudio conveniente para dar solución al problema mencionado anteriormente.

#### **1.5. Limitaciones**

En el desarrollo de la investigación se presentaron las siguientes limitaciones:

##### **Limitaciones de tiempo**

El factor tiempo se constituye en una grave dificultad para realizar el estudio y se convierte en una limitante por las diversas actividades académicas de la institución, sobre todo por la instrucción y funciones militares que facilita esta institución

##### **Limitaciones económicas**

El aspecto económico también es una dificultad en el estudio investigativo, ya que es solventada íntegramente por los autores.

##### **Limitaciones metodológicas**

El desarrollo de todo trabajo de investigación, en sus diferentes niveles, obliga al empleo de una metodología que demanda ser conducida de manera gradual o secuencial en tiempo y espacio, para lo cual se convirtió en un obstáculo; sin embargo, gracias a las indicaciones y conducción de nuestra asesora, así como del compromiso personal y profesional de nuestro grupo de trabajo; fue superado.

## **1.6. Viabilidad**

El trabajo de investigación que se presenta es viable porque cuenta con los permisos de la EMCH "CFB" Y pretende mejorar el consumo de agua adecuado y óptimo por parte de los cadetes de la EMCH, Se pretende realizar un estudio sobre los hábitos de hidratación de los cadetes, utilizando herramientas e instrumentos de recolección de datos, que nos permita obtener con mayor certeza las necesidades de dicha población.

## CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### 2.1.1. Antecedentes Internacionales

Romina Brito (2015) realizó un estudio en Las Palmas de Gran Canaria sobre *“Hábitos de hidratación en estudiantes universitarios”*. El objetivo de esta investigación fue estudiar los hábitos de hidratación de estudiantes universitarios mediante el análisis de los datos de frecuencia y cantidad de consumo de bebidas. Es un estudio transversal descriptivo, tomó como población de estudio a una muestra representativa de la población estudiantil de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid durante el curso académico 2010 / 2011. Los instrumentos de evaluación que se usaron fueron tres test que fueron debidamente validados: Hendrick 2010: Para la obtención de los datos de frecuencia y la cantidad de los distintos tipos de bebida consumidas por los sujetos, kidMed: Para evaluar la ADM, Cuestionario rápido del estudio enKid (test corto de actividad física Krece Plus): Para medir el nivel de AF. Se obtuvo como resultado que la población estudiada presenta unos hábitos de hidratación inadecuados, pero las mujeres se acercan más a los valores medios recomendados de ingesta de agua y muestran una tendencia de consumo de bebidas más saludable, con preferencia sobre los grupos de agua, zumos de frutas y hortalizas e infusiones, frente a los hombres, quienes presentan un mayor consumo de lácteos, refrescos y bebidas alcohólicas; la muestra presenta diferencias significativas entre los grados de adhesión a la dieta mediterránea y los hábitos de hidratación. Así, los estudiantes con una alta adhesión muestran un mayor consumo de agua, bebidas lácteas, zumos de frutas y hortalizas, café, té e infusiones y bebidas alcohólicas fermentadas, al contrario que el grupo de baja adherencia, donde los datos sugieren un mayor consumo de refrescos, bebidas alcohólicas destiladas y energéticas, siendo este grupo el que menor cantidad de agua ingiere. Se

concluyó que las mujeres tienen una tendencia mayoritaria en el consumo de bebidas hidratantes en comparación a los varones. Además, se demostró que los estudiantes con alta adherencia tenían hábitos de hidratación a base de bebidas lácteas, zumos y agua. Muy al contrario, los estudiantes con baja adhesión mostraron consumo de bebidas alcohólicas, refrescos y energizantes. Con esta investigación se puede observar que existe una marcada diferencia entre el tipo de hidratación entre hombre y mujeres, esto debido a la preferencia que estos poseen. Además, que su hidratación se encuentra distribuida entre varios tipos de bebido y no únicamente en agua.

Edgar Talva, (2010) realizó un estudio en Guatemala sobre "*La importancia de la hidratación en el deporte*". Cuyo objetivo fue realizar una descripción como la hidratación es importante para la vida deportiva, con la finalidad de poseer un buen nivel deportivo. El autor de este trabajo de investigación concluyó que la hidratación del cuerpo humano es importante para su desempeño deportivo, e incluso para la rutina diaria de las personas, ya que provee de elementos que permiten el funcionamiento del organismo. Además, se señala que el no poseer agua en el organismo puede ocasionar problemas de deshidratación, lo cual afectaría el organismo de la persona o deportista, perjudicando su salud y rendimiento físico. La hidratación del cuerpo humano se debe llevar a cabo en forma constante y permanente y evitar los problemas de deshidratación, buscando en todo momento un adecuado funcionamiento del organismo. En relación a esta investigación, se constituye como una fuente de consulta para observar las características de la hidratación del cuerpo humano y lo que se requiere.

Víctor Arquero, (2017) realizó un estudio en España sobre "*Hidratación mediante consumo de bebidas en el alumnado de segundo ciclo de Educación Primaria*" (8-10 años). La población que fue objeto de análisis estuvo conformada por alumnos (as) que se encontraban cursando el segundo grado de la educación primaria, cuyo efectivo ascendía a 586. En la presente

investigación se concluyó que el 42.% de los encuestados considera que la hidratación de los estudiantes se lleva a cabo en forma eficiente, cubriendo los requerimientos básicos. Asimismo, el 79.2% de los encuestado considera que es importante la hidratación luego de realizar actividad física. Para ello, es indispensable que las autoridades del colegio, incluidos los docentes, realizar el fomento necesario para tal actividad.

### **2.1.2. Antecedentes Nacionales**

Alessandra Caminati y Rocío Febrero. (2013) realizaron un estudio en Piura sobre *“Análisis y diseño de sistemas de tratamiento de agua para el consumo humano y su distribución en la Universidad de Piura”*. Se concluyó que el agua de mesa y potable que ofrece la Universidad de Piura no cumple con los requisitos de sanidad y calidad, ya que presenta una serie de bacterias que pueden llevar a contraer enfermedades al ambiente que se desarrolla en dicha universidad. A consecuencia de los problemas mencionados, se recomienda tener un tratamiento de calidad para dar solución a las deficiencias que presenta este recurso en la Universidad de Piura, esto puede influir en la forma adecuada de hidratación de estos estudiantes, por lo que podría influenciar en el rendimiento académico, a nivel físico y fisiológico. Esta investigación resalta la importancia del agua potable que se debería ingerir para hidratar el cuerpo humano. Por ello, resulta esencial el proceso de purificación de agua para lograr una adecuada hidratación, evitando adquirir cualquier enfermedad.

Dante Guerrero (2012) realizó un estudio en Piura sobre *“Evaluación comparativa de dos sistemas de purificación de agua para consumo en la Universidad de Piura”*. Este trabajo está enfocado en analizar la infraestructura del sistema de agua potable. Este sistema de infraestructura requiere de mantenimiento, con la finalidad de evitar problemas con el consumo del agua potable. Se concluyó que la importancia de hacer uso del agua para el consumo humano es necesario, pero a través de las dificultades que ha estos se les presentan tienen q desarrollar formas de acción para mejorar las situaciones que se les presenta ya que las tuberías de abastecimiento requieren de un

mantenimiento adecuado para proporcionar una eficaz distribución de agua para los universitarios. Este estudio se centra en la purificación del agua para lograr su consumo, resaltando la importancia de los sistemas de purificación que deberían tener las universidades.

Francesca Sagardia y Kildare Mundaca. (2014) realizaron un estudio en la Libertad acerca del "*Diseño de abastecimiento de agua potable y el diseño de alcantarillado de las localidades: el calvario y rincón de Pampa Grande del Distrito de Curgos - La Libertad*". La citada investigación esta relacionada a la relación que existen entre el diseño de la infraestructura y el abastecimiento de agua a localidades. Para ello, es importante señalar que el diseño debe esta en relación con la cantidad de población que existe y las características de consumo de agua de la población de la localidad. El autor señala que el abastecimiento adecuado de agua se debe llevar a cabo, con el fin de prevenir posibles problemas con la hidratación de las personas. Por ende, el estudio de prefactibilidad para la determinación de las características del diseño del sistema de agua potables, es indispensable. En la mencionada investigación, se concluyó que existe una relación significativa entre el diseño del sistema de agua potable y consumo de agua. Además, que el diseño debe ser prospectivo, dado que las características de la población en cuanto a su nacimiento, está en un estado creciente.

## **2.2. Bases Teóricas**

### **Hidratación**

El agua se constituye como un elemento esencial para la vida, dado que contribuye a más de la mitad del peso corporal. Además, de tener un papel fundamental en la regulación de la sangre. El agua corporal se pierde continuamente, esta pérdida es variable y depende de la edad, tamaño del cuerpo, nivel de actividad física, estado de salud y de las condiciones medioambientales (Ojeda, 2015).

### **Características**

La hidratación más común y fácilmente realizable es aquella que se obtiene a partir de la adición de agua a otro espacio en el cual no hay suficiente líquido

ya que el agua es el líquido más abundante del planeta.

Cuando hablamos de hidratación en términos de salud y bienestar, es importante señalar que todos los organismos vivos están compuestos casi en su totalidad por agua. Esta agua no aparece en forma líquida o visible si no que es la que compone los músculos, los huesos, los diferentes tejidos. Así, ante la pérdida del líquido natural del cuerpo u organismo se produce el fenómeno de deshidratación.

La hidratación es el único medio por el cual se combate la deshidratación y, por lo menos en los casos comunes, se puede realizar a partir de la simple ingesta de líquidos. Los casos de deshidratación grave o profunda requieren, además de líquidos, la entrada de diferentes nutrientes que se pierden al mismo tiempo que se pierde agua. La variedad de bebidas especialmente creadas para permitir la hidratación de personas que realizan ejercicio o actividad física es hoy muy grande.

### **Importancia**

El agua corporal se pierde continuamente en un aproximado de 2 a 4%. El ejercicio puede producir elevados índices de sudoración y pérdida de substanciales de agua y electrolitos. En caso estas pérdidas no se reemplacen, el deportista se deshidratará durante la actividad física. Una deshidratación excesiva puede empeorar el rendimiento y aumenta el riesgo para la salud del deportista (Luque, 2008).

La pérdida de agua durante la actividad física a través del sudor puede llevar a la deshidratación de los compartimientos de líquidos tanto intracelulares como extracelulares. Esta pérdida depende de la intensidad del ejercicio realizado y de las condiciones ambientales (temperatura, humedad, velocidad del viento).

Una deshidratación de solo el 1% del peso corporal total puede limitar la habilidad del cuerpo para liberar el exceso de calor corporal producido por la contracción de los músculos, esto lleva a una elevación de la temperatura del cuerpo hasta niveles altos y peligrosos. También puede aumentar la tensión cardiovascular (elevación desproporcionada de la frecuencia cardiaca durante

el ejercicio) y puede llevar a la fatiga prematura disminuyendo el rendimiento. Es común que las personas se deshidraten entre un 2%-6% de su peso corporal durante el ejercicio, principalmente en un ambiente caluroso. Todas estas alteraciones se evitan mediante una adecuada ingesta de líquidos antes de la actividad física y una adecuada reposición de fluidos durante y después de la actividad.

La hidratación se debe utilizar como instrumento para la reducción del riesgo de lesión térmica.

### **Función del agua en la actividad física**

La pérdida de agua durante la actividad física a través del sudor puede llevar a la deshidratación de los compartimientos de líquidos tanto intracelulares como extracelulares. Uno de los inconvenientes es que generalmente, durante y después del ejercicio, las personas no consumen tanta agua como la que pierden por sudoración, y la ingesta voluntaria de agua solamente repone alrededor de dos tercios de la que se pierde en forma de sudor. Es importante tener en cuenta que si un deportista realiza una actividad de 1 hora de duración o menos y además presenta sobrepeso la bebida de elección es agua, sin ningún agregado.

La función del agua es la de rehidratar las células del cuerpo, para así evitar un exagerado acumulo de temperatura corporal.

### **Beneficios de la hidratación**

En casos puntuales, durante periodos cortos de tiempo y bajo supervisión especializada se utiliza este tipo de agua para eliminar toxinas o reducir el contenido mineral. Por otro lado la hidratación de nuestro organismo es fundamental para que se desarrollen correctamente muchos procesos que tienen que ver con la salud. Estos son los beneficios del agua si consumes entre un litro y medio y dos litros al día:

- Mejorar la sensación de fatiga. El cuerpo utiliza el agua para la eliminación de toxinas
- Previene dolores vinculados a la migraña: El no consumo de agua puede causar deshidratación, lo cual, origina migraña o dolor de cabeza.

- Mejora problemas gastrointestinales
- Mejora el metabolismo del organismo humanos, lo cual ocasiona un adecuado funcionamiento del sistema digestivo.
- Apoya en el mejoramiento de la piel de las personas, ya que, al consumir agua, la piel se ve hidratada y previene algunas enfermedades a la piel.
- Ayuda en la regulación de la temperatura del organismo.
- Mitiga la aparición del cáncer
- El sistema inmunológico se ve favorecido.
- El riesgo de que ocurra algún problema cardiaco se ve reducido.
- El agua ayuda a superar el mal aliento de las personas.
- El consumo de agua ayuda a mantener un adecuado peso.

### **La deshidratación**

Según Luque (2008), entre la población adulta, la deshidratación tiene una prevalencia del 10% que aumenta hasta el 30% en las residencias de ancianos y se produce cuando la pérdida de agua es igual o superior a un 2% de la masa corporal. Esta ocurre cuando el cuerpo pierde más agua de la que ingiere, por lo tanto, la deshidratación es la pérdida excesiva de agua corporal y sales minerales o de solutos.

La deshidratación puede ser definida como la inexistencia de líquido en el organismo, generando problemas a nivel celular, ya que, estas requieren de líquidos para su funcionamiento, por que estas se encuentran en constante trabajo como parte del organismo.

Los problemas que pueden causar deshidratación son la diarrea, el vómito, la sudoración excesiva, procesos febriles, para lo cual, la Organización Mundial de la Salud recomienda ingerir dos litros de líquido, en caso, se realice actividad física, se debe beber entre 3 y 5 litros de agua.

### **Síntomas asociados a la falta de hidratación:**

Según Rosa María Ortega, la sed es uno de los primeros síntomas de deshidratación, además de dificultad de concentración, dolor de cabeza, escozor

de ojos, aumento de la temperatura corporal, ardor de estómago, taquicardias, cansancio/Fatiga.

Los cuales, habitualmente se atribuyen a otros motivos.

Rosa María Ortega dice que "detectar los síntomas derivados de la deshidratación no siempre es fácil ya que pueden pasar desapercibidos".

### **Deshidratación y Rendimiento Mental**

En una investigación sobre la "Hidratación y rendimiento" que se realizó en la Universidad de Oviedo, se menciona lo siguiente:

- La pérdida de 1% de líquido en el organismo puede generar problemas con la capacidad para reaccionar y reduce la memoria.
- La pérdida del 2% de líquido en el organismo genera una disminución de la atención, la coordinación psicomotriz, entre otros efectos vinculados, principalmente con el rendimiento del organismo.
- La pérdida del 3% en líquido del cuerpo humano, puede generar dolores en la cabeza y algún desorden en las destrezas de las personas.
- Más del 3% de los líquidos corporales pueden aparecer fuertes dolores de cabeza, alteración en la destreza, y desorientación.
- La pérdida del 6 % de líquido en el organismo, puede generar una disminución de la memoria de corto plazo y afecta a la capacidad de concentración.

En función a lo expuesto, se puede determinar que existe una afectación considerable a la capacidad intelectual de las personas, conforme se reduce la cantidad de líquido en el organismo.

### **2.3. Definición de Términos**

#### **Hidratación**

Es el proceso mediante el cual se agrega o adiciona líquido a un compuesto, a un organismo o a un objeto. Hoy en día, el término hidratación se relaciona en gran modo con la necesidad de los deportistas y de quienes realizan ejercicio

de mantener su organismo hidratado.

Fatiga

Falta de energía y de motivación

Concentración

Es la capacidad de mantener la atención en una tarea por más tiempo sin distraerte, mientras más sentidos se utilicen en la actividad mayor será la concentración.

Atención

Es la capacidad para centrarse de manera persistente en un estímulo o actividad concretos.

Somnolencia

Es sentir la necesidad de dormir, disminución de la actividad vigil

Memoria

Es una de las facultades superiores del ser humano y ha sido casi desde siempre un reto para la humanidad. Es vital para la supervivencia del individuo como lo ha sido para la supervivencia de la especie

## **2.4. Variables**

### **2.4.1 Definición Conceptual**

#### **Hidratación**

La hidratación es considerada como el consumo del agua, que tiene por finalidad, mejorar las condiciones del organismo y evitar problemas que afecten la salud, producto de una deshidratación.

### 2.4.2. Definición Operacional

Tabla 1

*Operacionalización de las variables*

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS
Consumo de agua	El consumo de agua hace referencia a la cantidad de agua que bebe el cadete dentro de la EMCH, teniendo en consideración las diferentes actividades protocolares de esta escuela	La recolección de datos se llevará a cabo mediante una encuesta que alineará sus preguntas con cada indicador, el cual a su vez está alineado con las dimensiones e indicadores	Situación diaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consumo diario</li> <li>• Estilo de vida</li> </ul>	1 2 3 4
			Hidratación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrenamiento físico</li> <li>• Actividades académicas</li> </ul>	5 6 7 8

## CAPITULO III MARCO METODOLÓGICO

### 3.1 Enfoque

La investigación usa enfoque cuantitativo puesto que utiliza para consolidar las creencias y establece con exactitud patrones de comportamiento de una población; y el cualitativo, para que el investigador se forme creencias propias sobre el fenómeno estudiado, como lo sería un grupo de personas únicas o un proceso particular (Hernández, et al., 2014).

### 3.2 Tipo de investigación

El tipo de investigación utilizado es el de básico. Según Zorrilla (1994) La básica denominada también pura o fundamental, busca el progreso científico, acrecentar los conocimientos teóricos, sin interesarse directamente en sus posibles aplicaciones o consecuencias prácticas; es más formal y persigue las generalizaciones con vistas al desarrollo de una teoría basada en principios y leyes.

### 3.3 Diseño de investigación

El diseño de presente investigación será transeccional descriptivo, que tiene como objetivo indagar la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población (Hernández, Fernandez & Baptista, 2010).

### 3.4 Método

Esta investigación utilizará el método descriptivo, debido a que busca especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis (Hernández, Fernandez & Baptista, 2010).

### 3.5 Población y muestra

#### 3.5.1. Población

La población está conformada por los cadetes aspirantes, primer, segundo, tercer y cuarto año de la Escuela Militar de Chorrillos “Francisco Coronel Bolognesi”

Tabla 2

*Distribución de la población según el año de los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos*

<b>Año</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Aspirantes</b>	257	19%
<b>1° Año</b>	286	22%
<b>2° Año</b>	274	21%
<b>3° Año</b>	278	21%
<b>4° Año</b>	235	17%
<b>Total</b>	1330	100%

#### 3.5.2. Muestra

En lo que respecta al tamaño de la muestra y tomando en cuenta la población, esta será probabilística aleatorio simple, constituyéndose en 90 cadetes.

### 3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### 3.6.1. Técnicas de recolección de datos

El presente estudio utilizó la encuesta para la recolección de datos, esta técnica permitió la obtención y elaboración de datos en forma rápida y eficaz (Casas Anguita, Repullo Labrador, & Donado Campos, 2003). Para García Ferrando (1993), “la encuesta es una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio” (pp 156).

### 3.6.2. Descripción de los instrumentos de recolección de datos

Al utilizar la encuesta como técnica para recolectar la información, el instrumento más adecuado es el cuestionario. Este instrumento permite obtener y registrar datos, mediante la realización de preguntas predefinidas, preparadas sistemáticas y cuidadosamente sobre las categorías y variables de investigación. El cuestionario tiene por finalidad la obtención de información en forma sistemática y ordenada de una muestra (García Muñoz, 2003).

## 3.7 Validación y Confiabilidad de los instrumentos de recolección

### 3.7.1. Validez de los instrumentos

La validación del instrumento de investigación se llevó a cabo mediante el “juicio de expertos”, lo cual se constituye como una opinión especializada sobre el contenido del instrumento de investigación. Ello se registró en el anexo 3 de este trabajo, cuyos resultados generales se muestran a continuación:

#### Validación de Expertos

N°	EXPERTOS	% VALIDACIÓN
01	Mg. Basauri Romero Ricardo	86.00%
02	Mg. Bernabé Moreno Hugo	86.00%
03	Mg. Anaya Espinoza Julissa	86.00%
Promedio		<b>86.00%</b>

Fuente: Elaboración propia

El juicio de expertos evidenció un promedio de 86%, resultado que permitió iniciar el trabajo de campo, a través de la aplicación del instrumento de investigación.

### 3.7.2. Confiabilidad de los instrumentos

Para la confiabilidad se le aplicó el criterio del Alpha de Cronbach. Se empleó el instrumento descritos en el párrafo a y b: Cuestionarios para las variables, la calidad de aprendizaje en la instrucción civil para los cadetes de iii año de

infantería mediante el coeficiente de Alpha de Cronbach para comprobar la consistencia interna,

Criterio de confiabilidad valores:

- No es confiable -1 a 0
- Baja confiabilidad 0.01 a 0.49
- Moderada confiabilidad 0.5 a 0.75
- Fuerte confiabilidad 0.76 a 0.89
- Alta confiabilidad 0.9 a 1

- **Coeficiente Alfa de Cronbach**

$$\alpha = \frac{K-1 \sum S_i^2}{K S_t^2}$$

En donde:

**K** = El número de ítems

$\sum S_i^2$  = Sumatoria de Varianzas de los ítems

$S_t^2$  = Varianza de la suma de los ítems

$\alpha$  = Coeficiente de Alpha de Cronbach

Este instrumento se utilizó en la prueba piloto de una muestra de 50 entrevistados (Cadetes de la ESCUELA MILITAR DE CHORRILLOS) por la variable de estudio realizada en la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi”, durante el año 2019.

### 3.8 Procedimientos para el tratamiento de datos

Este proceso se comenzó con la recolección de datos a partir de la información sobre la hidratación y la relación con el rendimiento académico, sus características, tipos, enfoques, etc. Desde páginas web y libros en web, además se solicitará información a la misma Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” sobre el rendimiento académico visualizada en las calificaciones numéricas así mismo se realizó la creación del cuestionario de

abastecimiento de agua purificada (hidratación), que medirá la variable investigada en este proyecto por páginas web.

Se usará la estadística en función del tipo de dato a medir. Para los datos nominales se usó las medidas de tendencia central entre las cuales tenemos: la moda, mediana, media, mínimo, máximo, etc.; así mismo para los datos se emplearán porcentajes y frecuencias. La base de datos se elaborará en el programa de computación Excel, así mismo para el análisis descriptivo de los datos, se hizo uso de la computadora mediante el programa SSPS 22.

### **3.9 Aspectos éticos.**

La presente investigación cuenta con el comportamiento moral de los autores quienes se conducen conforme a normas, disciplina y valores, habiendo obtenido la debida autorización de la Escuela Militar para desarrollar la investigación, así mismo se ha acopiado información citando a los autores de los diferentes temas incluidos en el marco teórico. Por otro lado, se ha validado el instrumento por juicio de expertos cuyo anexo se adjunta.

## CAPITULO IV RESULTADOS

### 4.1 Descripción

#### Dimensión: Situación diaria

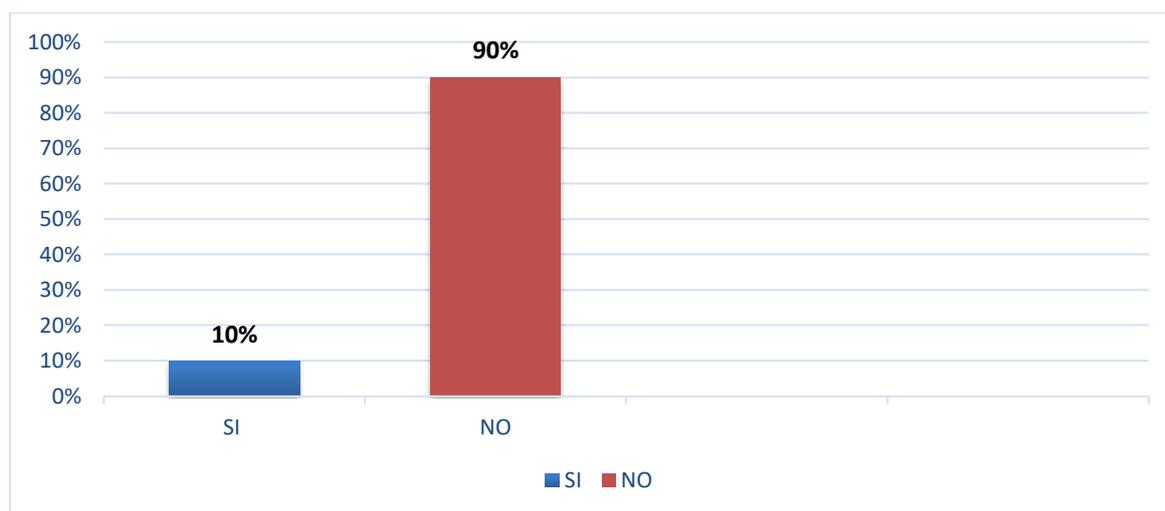
Pregunta N°01: ¿Cree usted que consume durante el día más de 2 litros de agua, en sus diferentes formas?

Tabla 1

*Frecuencia sobre consumo de agua diaria*

Categorías	Frecuencias simples	Frecuencias Relativas
SI	9	10%
NO	81	90%
TOTAL	90	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a los Cadetes de la EMCH "CFB"



**Figura 1 Consumo de agua diario**

**Interpretación:** En la figura 1 se puede apreciar que solo el 10% consume agua mayor a 2 litros y la gran mayoría no llega a consumir más de 2 litros. Siendo esta una situación complicada debido a que una persona con actividad física y con una rutina complicada como la del cadete, debería consumir como mínimo 2 litros.

Pregunta N°02: ¿Usted Cree que tiene facilidad en el consumo de agua diaria?

Tabla 2

*Frecuencia sobre facilidades en el consumo de agua*

Categorías	Frecuencias Simples	Frecuencias Relativas
SI	61	68%
NO	29	32%
TOTAL	90	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a los Cadetes de la EMCH "CFB"

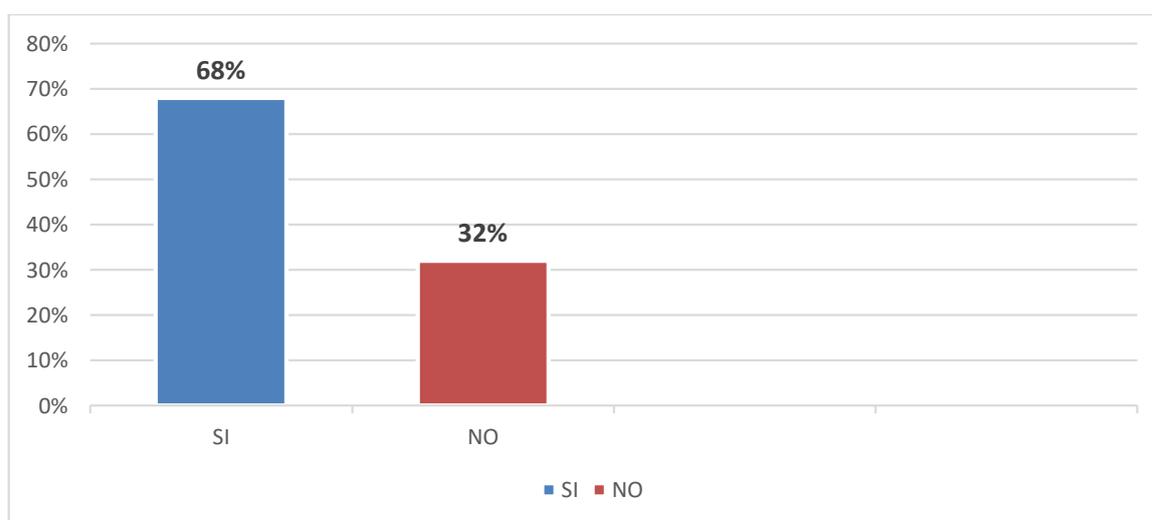


Figura 2 *Disponibilidad para el consumo de agua*

**Interpretación:** En la figura 2 se muestra que el 68% si puede consumir agua con facilidad durante su vivir diario por otro lado el 32% no puede consumir con facilidad el agua que es vital para las actividades que se realizan durante el día siendo un índice alto de control para el consumo de agua para un mejor rendimiento. Esta dificultad en el consumo de agua se manifiesta en el limitado consumo de agua en el día, que no alcanza 2 litros diarios.

Pregunta N°03: ¿Cree usted la falta de consumo de agua puede estar relacionado con su fatiga diaria?

Tabla 3

*Frecuencia sobre la falta de consumo de agua*

Categorías	Frecuencias simples	Frecuencias relativas
SI	36	40%
NO	54	60%
TOTAL	90	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a los Cadetes de la EMCH "CFB"

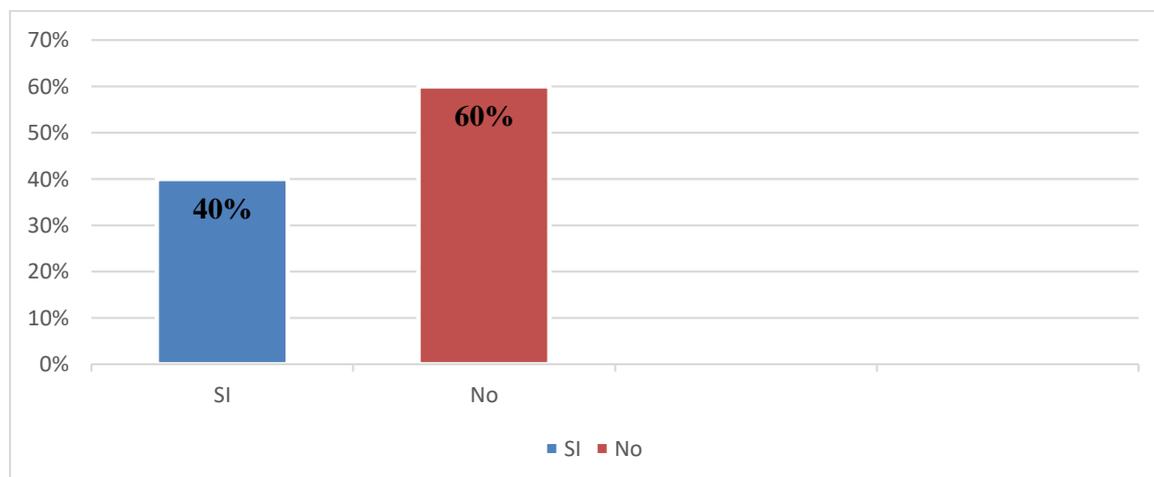


Figura 3 *Falta de consumo de agua y fatiga diaria*

**Interpretación:** En la figura 3 según lo mostrado en el gráfico, un 40% creen que la falta de consumo de agua está relacionada con su fatiga diaria y el 60% considera que la falta de consumo de agua no está relacionada con su fatiga diaria. Esta situación podría ser el resultado de un desconocimiento sobre la hidratación del ser humano.

## Dimensión 2: Actividades en la EMCH

Pregunta N°04 ¿Considera que la hidratación a base de agua debería ser parte de su estilo de vida diaria?

Tabla 4

*Frecuencia sobre la hidratación a base de agua*

Categorías	Frecuencias simples	Frecuencias Relativas
SI	25	28%
NO	65	72%
TOTAL	90	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a los Cadetes de la EMCH "CFB"

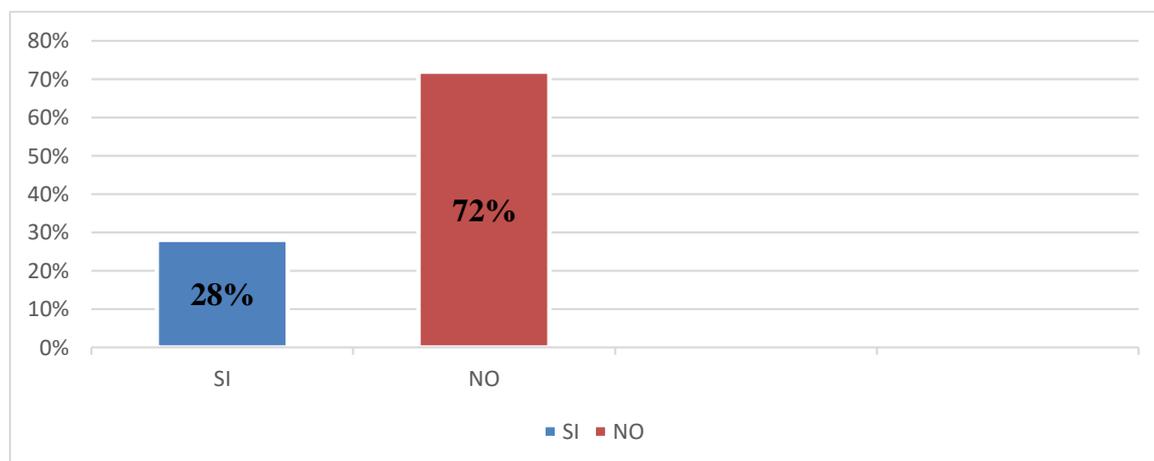


Figura 4 *Hidratación a base de agua*

**Interpretación:** En la figura 4 según lo mostrado en el gráfico, el 28% considera que la hidratación debería de ser parte de su estilo de vida mientras que el 72% no consideran que la hidratación debería de ser parte de su vida diaria, esto refleja el limitado conocimiento sobre la importancia de la hidratación del cuerpo humano.

Pregunta N°05: ¿Usted considera que su falta de concentración y atención es producto de su mala hidratación?

Tabla 5

*Frecuencia sobre falta de concentración*

Categorías	Frecuencias simples	Frecuencias relativas
SI	13	14%
NO	77	86%
TOTAL	90	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a los Cadetes de la EMCH "CFB"

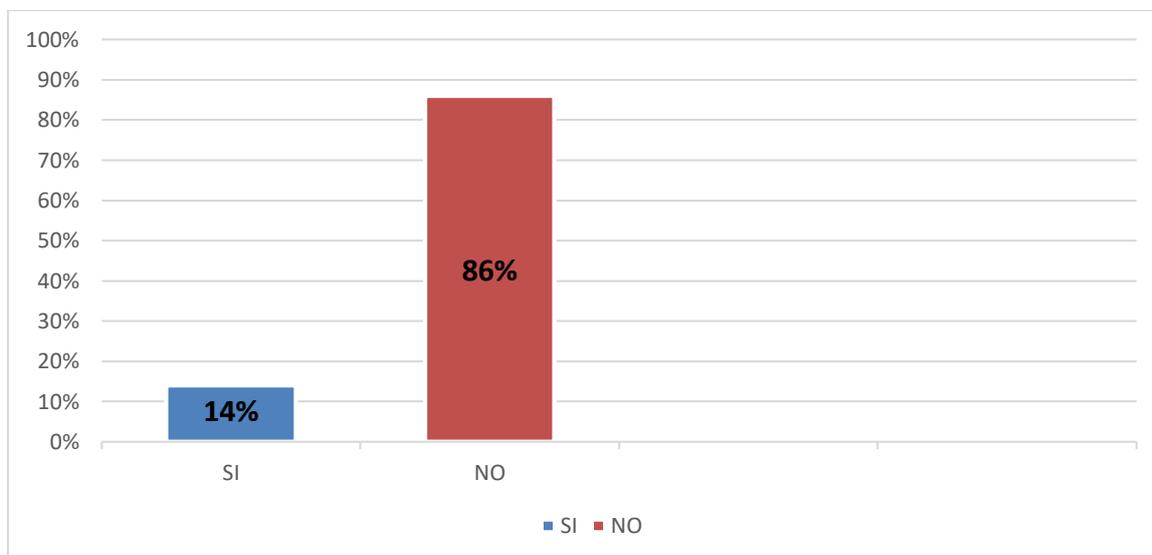


Figura 5 *Falta de concentración a causa de la mala hidratación*

**Interpretación:** En la figura 5 según lo mostrado en el gráfico, el 14% cree que la falta de concentración y atención es debido a su mala hidratación mientras que el 86% considera que la hidratación no influye con la atención y concentración que manejan durante el día a día. Lo cual, se contradice con lo planteado en el marco teórico del presente trabajo, que indica que la hidratación es un factor importante para la realización de las actividades diarias.

Pregunta N°06: ¿Considera el consumo de agua es importante durante las horas del entrenamiento físico?

Tabla 6

*Frecuencia sobre el consumo de agua en el entrenamiento físico*

Categorías	Frecuencias simples	Frecuencias relativas
SI	58	64%
NO	32	36%
TOTAL	90	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a los Cadetes de la EMCH "CFB"

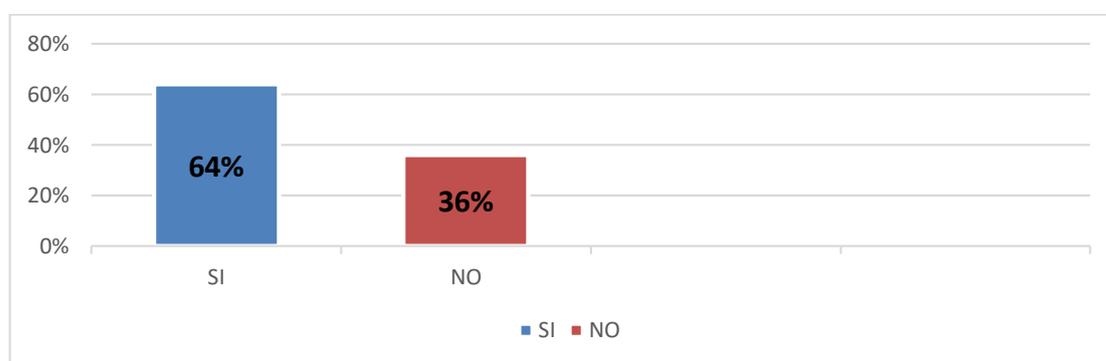


Figura 6 *Importancia del consumo de agua en el entrenamiento físico*

**Interpretación:** En la figura 6 el 64% considera que el consumo de agua es importante durante las horas de entrenamiento físico y el 36% considerara que el consumo de agua no es importante durante las horas de entrenamiento físico. Lo cual refleja el limitado conocimiento sobre la hidratación del cuerpo humano, debido a que como seres humanos, requerimos de agua para suplir el desgaste natural de esta, debido a actividades físicas.

Pregunta N°07: ¿Considera que debería de haber más concientización sobre el consumo de agua y su adecuada hidratación?

Tabla 7

*Frecuencia sobre la concientización del consumo de agua*

Categorías	Frecuencias simples	Frecuencias relativas
SI	13	14%
NO	77	86%
TOTAL	90	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a los Cadetes de la EMCH "CFB"

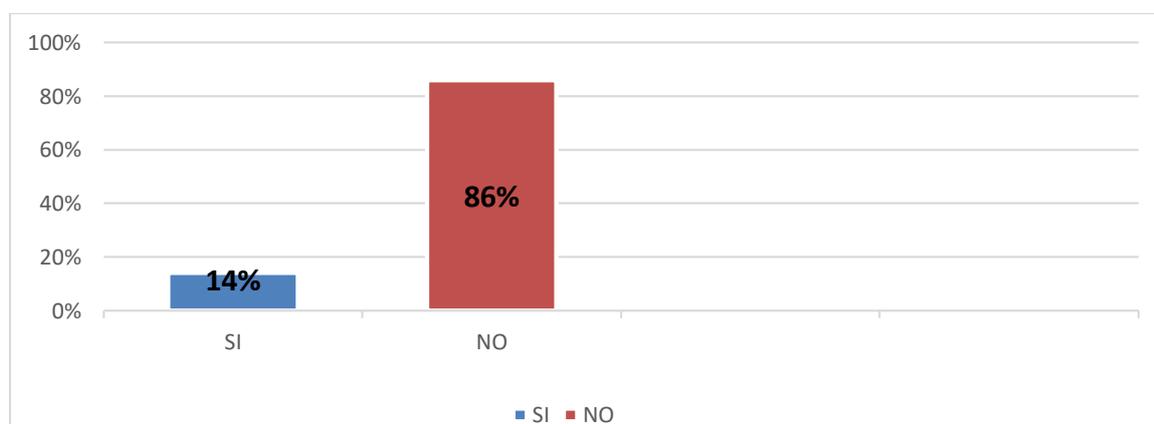


Figura 7 *Concientización sobre el consumo de agua*

**Interpretación:** En la figura 7 según lo que muestra el gráfico el 14% considera que debe de haber una concientización sobre el consumo de agua al igual que una adecuada hidratación y el 86% considera que no es relevante una concientización sobre el consumo de agua y una adecuada hidratación.

Pregunta N°08: ¿Cree usted que su bajo rendimiento académico, podría deberse a su mala hidratación?

Tabla 8

*Frecuencia sobre el bajo rendimiento y la mala hidratación*

Categorías	Frecuencias simples	Frecuencias relativas
SI	32	36%
NO	48	64%
TOTAL	90	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a los Cadetes de la EMCH "CFB"

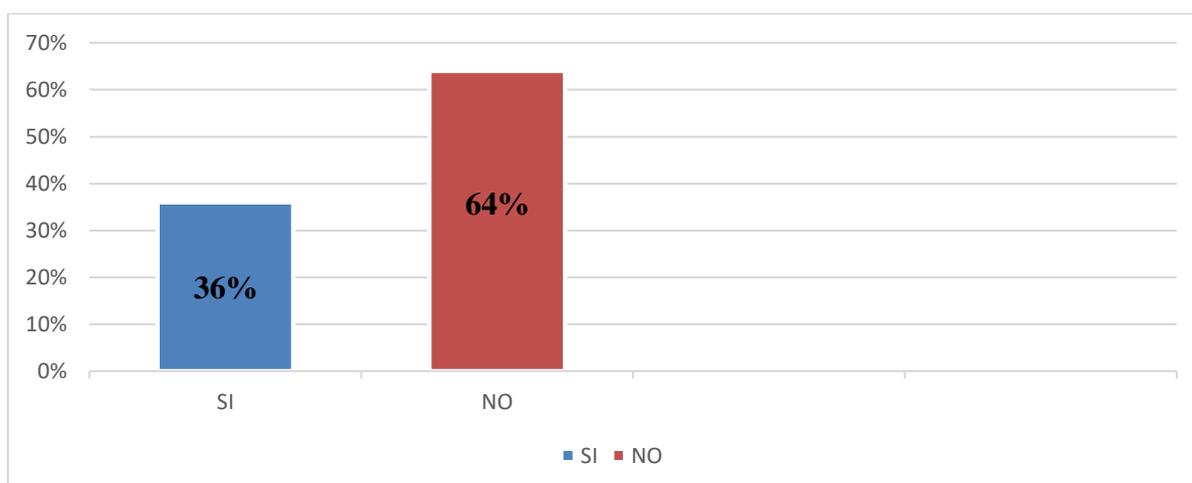


Figura 8 *Bajo rendimiento y mala hidratación*

**Interpretación:** En la figura 8 según lo que muestra el gráfico, el 36% cree que su rendimiento podría deberse a su mala hidratación y el 64% no cree que su bajo rendimiento se deba a estos factores, considerando que su rendimiento se debe a otros factores.

## 4.2 Discusión

La hidratación, según Ojeda, se encuentra vinculada a mantener un cuerpo con sus funciones vitales estables, debido a la gran magnitud de líquido que tenemos. Además, de la importancia que representa suplir el líquido que pierde el organismo producto de la rutina. Sin embargo, los cadetes no se encuentran sensibilizados sobre ello, debido a que muestran, despreocupación sobre la hidratación de su cuerpo. Incluso, sobre la cantidad de agua que logran beber en el día, siendo esta, inferior a lo que la OMS señala, que es dos litros diario como mínimo.

Asimismo, Edgar Talva destaca la función que cumple el agua en nuestro organismo y el no contar con ella, podría producir una deshidratación, causando perjuicios a nuestra salud. Esto debido a que nuestro cuerpo todo el tiempo se encuentra en constante actividad física, unos más que otros, el detalle, es que tanto de ese líquido perdido, lo logramos recuperar. Por ello, es indispensable que durante los entrenamientos físicos, se pueda beber agua, para evitar la deshidratación. Esta podría causar problemas físicos, pero también, problemas académicos, impidiendo un adecuado rendimiento académico de los cadetes durante sus horas de clase.

En la encuesta se puede observar, que los cadetes desconocen la importancia de la hidratación del cuerpo humano. Pese a la importancia que esta representa para una adecuada realización de actividades físicas y académicas.

## CONCLUSIONES

Tras la investigación realizada del proyecto de “Abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos Coronel Francisco Bolognesi”, Lima-2019” se citan las siguientes conclusiones:

### PRIMERA CONCLUSIÓN:

El abastecimiento del agua purificada para los cadetes es limitado, la mayoría de los cadetes no consumen el mínimo establecido por la OMS (2litros diarios), además, de una limitada concientización sobre la importancia que asume la hidratación en el cuerpo humano, lo cual, se ha evidenciado en los resultados de la encuesta, en donde, pese a tener disponibilidad de tomar agua, los cadetes no la consumen.

### SEGUNDA CONCLUSIÓN:

El consumo diario de agua de los cadetes debe llevarse a cabo en función a la actividad física establecida en la rutina diaria, ello, implica superar los dos litros de agua al día, debido al alto nivel de entrenamiento que realizan los cadetes diariamente.

### TERCERA CONCLUSIÓN:

Una hidratación inadecuada podría ocasionar deshidratación, ocasionando problemas académicos y físicos durante su desempeño como cadete de la EMCH, por ello es indispensable una adecuada sensibilización sobre la importancia del consumo de agua purificada y una libre disponibilidad durante su rutina diaria del cadete.

## RECOMENDACIONES

Después de haber realizado la siguiente investigación se propone las siguientes recomendaciones:

### PRIMERA RECOMENDACIÓN:

Mejorar el abastecimiento de agua purificada mediante un proyecto de inversión para establecer bebederos de libre disponibilidad alrededor de las cuadras de los cadetes de la EMCH, ello permitiría, incrementar el consumo de agua y mejorar su disponibilidad.

### SEGUNDA RECOMENDACIÓN:

La EMCH deberá crear una campaña de sensibilización para tomar en cuenta la importancia de la hidratación del cuerpo humano mediante el agua purificada, mejorando de esta forma, el punto de vista de los cadetes de la EMCH, creando conciencia sobre su consumo responsable de agua.

### TERCERA RECOMENDACIÓN

Realizar una campaña de verificación de consumo de agua de los cadetes de la EMCH, que deberá estar a cargo de la enfermería y del policlínico militar de Chorrillo. Con ello se establecerá un diagnóstico real y actual sobre el consumo de agua de los cadetes de la EMCH.

## Referencias bibliográficas

- Caminati, A. y Caqui, R. (2013). *Análisis y diseño de sistemas de tratamiento de agua para consumo humano y su distribución en la Universidad De Piura*. Universidad de Piura.
- Esteban, N (2018) Tipos de investigación. Repositorio de la Universidad Santo Domingo de Guzmán
- Guerrero, D. (2012). *Evaluación Comparativa De Dos Sistemas De Purificación De Agua Para Consumo En La Universidad De Piura*. Universidad de Piura.
- Jara Sagardia, F. & Santos Mundaca, K. (2014). *Diseño de abastecimiento de agua Potable Y El Diseño De Alcantarillado De las localidades: El Calvario y Rincón de Pampa Grande del Distrito de Curgos - La Libertad*. Universidad Privada Antenor Orrego – UPAO.
- Luque, A. (2008). Hidratación, actividad física y práctica deportiva. Revista de Nutrición comunitaria. PP 110 - 113
- Malhotra, N (2008). Investigación de Mercados, Quinta Edición. Pearson. México
- Ojeda, R. (2015). *Hábitos de hidratación en estudiantes universitarios: Relación Con Adhesión A La Dieta Mediterránea Y Medida Ponderal Del Peso*. Universidad Las Palmas de Gran Canaria.
- Pardo, V. (2012). *Hidratación mediante consumo de bebidas en el alumnado de segundo ciclo de Educación Primaria (8-10 Años)*. Universidad de Córdoba.
- Sampieri, Fernández & Baptista (2010). Metodología de la Investigación, Quinta Edición. Mc Graw Hill. México.
- Talva, E. (2010). *La importancia de la hidratación en el deporte*. Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Vasco, J. (2013). *La hidratación y su incidencia En El Rendimiento Deportivo De Los Futbolistas De La Liga Parroquial De San Andres De Cantón Pillaro Provincia De Tungurahua*. Universidad Técnica de Ambato
- Zorrilla, S (1994). La tesis, 2da Edición. Ed. Mc Graw – Hill, México

## **ANEXOS**

Anexo 1: Matriz de consistencia

Anexo 2: Instrumento de recolección

Anexo 3: Base de datos

Anexo 4: Validación de instrumento por experto

Anexo 5: Constancia de entidad donde se efectuó la investigación

Anexo 6: Compromiso de autenticidad del instrumento

Anexo 7: Asesor y miembros del Jurado

Anexo 8: Compromiso ético, declaración jurada de autoría autenticidad y no plagio

Anexo 9: Certificado Turnitin

Anexo 10: Acta de sustentación de tesis

# Anexo 1



**Matriz de consistencia**

**Título: Abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la escuela militar de chorrillos “CFB” AF-2019**

<b>Problema General</b>	<b>Objetivo General</b>	<b>Hipótesis General</b>	<b>Variables</b>		<b>Metodología</b>
¿Cómo es el abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019?	Describir el abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “CFB” AF-2019..	La investigación descriptiva no lleva hipótesis	<b>Operacionalización de la Variable: Los precios de los Bazaes</b>		<b>Enfoque</b> Cuantitativo  <b>Nivel</b> Descriptivo  <b>Tipo</b> Básica  <b>Diseño</b> No experimental transversal  <b>Técnica</b> Encuesta  <b>Instrumento</b> Cuestionario  <b>Población/muestra</b> 1300 cadetes/ 50 cadetes  <b>Método de análisis de datos</b> Estadística SPSS 22
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	
<b>Problema Específico</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Hipótesis Especificas</b>	Dimensión 1: Situación diaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>Consumo diario</li> <li>Estilo de vida</li> </ul>	
¿Cómo es el consumo diario de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019?	Describir cómo es el consumo diario de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019	La investigación descriptiva no lleva hipótesis	Dimensión 2: Actividades de la EMCH	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entrenamiento físico</li> <li>Actividades académicas</li> </ul>	
¿Cómo son las actividades de hidratación para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019?	Describir las actividades de hidratación para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi” “CFB” AF-2019				

## Anexo 2



**Anexo 2: Instrumento de recolección**

## Instrumento de recolección

### CUESTIONARIO DE ABASTECIMIENTO DE AGUA PURIFICADA (HIDRATACIÓN)

Nombre (Iniciales):

Edad:

Año:

1.- ¿Cree usted que consume durante el día más de 2 litros de agua, en sus diferentes formas?

a) Si

b) NO

2.- ¿Usted Cree que tiene facilidad en el consumo de agua diaria?

a) Si

b) NO

3.- ¿Cree usted la falta de consumo de agua puede estar relacionado con su fatiga diaria?

a) Si

b) NO

4.- ¿Considera que la hidratación debería ser parte de su estilo de vida diaria

a) Si

b) NO

5.- ¿Usted considera que su falta de concentración y atención es producto su mala hidratación?

a) Si

b) NO

6.- ¿Considera el consumo de agua es importante durante las horas del entrenamiento físico?

a) Si

b) NO

7.- ¿Considera que debería haber más concientización sobre el consumo de agua y su adecuada hidratación?

a) Si

b) NO

8.- ¿Cree usted que su bajo rendimiento académico, podría deberse a su mala hidratación?

a) Si

b) NO

## Anexo 3



**Base de datos**

\*DATOS RONALDO.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statist

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
1	1	0	0	0	1	0	1	1
2	1	0	0	0	1	0	1	1
3	1	0	0	0	0	0	0	1
4	1	0	1	0	0	1	0	1
5	1	1	0	0	1	1	1	0
6	1	1	1	1	0	0	1	0
7	0	1	1	0	0	0	0	0
8	0	1	0	1	0	0	1	1
9	0	0	1	0	0	0	1	0
10	0	1	1	0	1	1	1	0
11	1	0	1	0	0	0	0	0
12	1	0	1	1	0	1	1	1
13	1	0	1	0	1	0	1	0
14	1	1	0	0	1	0	1	0
15	1	1	1	1	0	1	0	0
16	1	1	0	1	1	0	1	1
17	0	1	0	1	0	0	0	0
18	0	1	1	1	1	1	0	1
19	0	0	0	1	0	1	1	0
20	0	0	1	1	1	1	0	0
21	0	1	1	1	0	1	1	1
22	0	1	0	1	0	1	0	1
23	1	1	0	1	0	1	1	1
24	1	1	1	1	0	0	0	0
25	1	1	1	1	1	0	0	1
26	0	0	1	0	0	1	1	0
27	0	0	0	1	1	0	0	0
28	1	0	0	1	0	1	1	0

4

Vista de datos Vista de variables

\*DATOS RONALDO.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Stati

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
27	0	0	0	1	1	0	0	0
28	1	0	0	1	0	1	1	0
29	0	0	1	1	0	1	1	0
30	1	0	0	1	1	1	1	0
31	1	1	1	1	1	0	0	1
32	1	1	1	1	0	0	0	1
33	1	1	0	1	1	1	0	0
34	1	1	0	1	1	1	1	1
35	0	1	1	0	0	0	0	1
36	1	0	0	0	1	0	0	1
37	0	0	0	0	1	1	0	1
38	0	0	1	0	1	0	1	1
39	0	1	0	1	0	0	0	1
40	0	1	0	0	0	0	0	0
41	0	1	0	1	0	0	1	0
42	1	0	1	1	1	1	1	1
43	1	0	1	0	1	1	1	1
44	1	0	1	1	1	1	0	0
45	1	1	1	1	0	0	0	0
46	1	1	0	1	1	1	1	0
47	0	1	0	0	0	0	0	0
48	0	1	0	1	0	0	1	0
49	1	0	1	1	1	1	1	1
50	1	0	1	0	1	1	1	1
51								
52								
53								
54								

4

Vista de datos Vista de variables

## Anexo 4



**Validación del instrumento por  
expertos**

## TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN /TESIS:

Abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi”, Lima-2020

### AUTORES:

Mandujano Montero José Luis

Mateo García Ronaldo Raúl

**INSTRUCCIONES:** Coloque “x” en el casillero correspondiente la valoración que su experticia determine sobre las preguntas formuladas en el instrumento.

CRITERIOS	DESCRIPCIÓN	VALOR ASIGNADO POR EL EXPERTO									
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
1. CLARIDAD	Está formado con el lenguaje adecuado.										
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables										
3. ACTUALIDAD	Adecuado de acuerdo al avance de la ciencia.										
4. ORGANIZACIÓN	Existe una cohesión lógica entre sus elementos.										
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos requeridos en cantidad y calidad										
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los aspectos de la investigación										
7. CONSISTENCIA	Basado en bases teóricas científicas.										
8. COHERENCIA	Hay correspondencia entre dimensiones, indicadores e índices.										
9. METODOLOGÍA	El diseño responde al propósito de la investigación										
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación.										

PROMEDIO DE VALORACIÓN DEL EXPERTO: .....

OBSERVACIONES REALIZADAS POR EL EXPERTO:

.....

GRADO ACADÉMICO DEL EXPERTO: .....

.....

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO:

.....

FIRMA: .....

DNI:

## TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN /TESIS:

Abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi”, Lima-2020

### AUTORES:

Mandujano Montero José Luis

Mateo García Ronaldo Raúl

**INSTRUCCIONES:** Coloque “x” en el casillero correspondiente la valoración que su experticia determine sobre las preguntas formuladas en el instrumento..

CRITERIOS	DESCRIPCIÓN	VALOR ASIGNADO POR EL EXPERTO									
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
1.CLARIDAD	Está formado con el lenguaje adecuado.										
2.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables										
3.ACTUALIDAD	Adecuado de acuerdo al avance de la ciencia.										
4.ORGANIZACIÓN	Existe una cohesión lógica entre sus elementos.										
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos requeridos en cantidad y calidad										
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los aspectos de la investigación										
7.CONSISTENCIA	Basado en bases teóricas científicas.										
8. COHERENCIA	Hay correspondencia entre dimensiones, indicadores e índices.										
9. METODOLOGÍA	El diseño responde al propósito de la investigación										
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación.										

PROMEDIO DE VALORACIÓN DEL EXPERTO: .....

OBSERVACIONES REALIZADAS POR EL EXPERTO:

.....

GRADO ACADÉMICO DEL EXPERTO: .....

.....

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO:

.....

FIRMA: .....

DNI:

## TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN /TESIS:

Abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi”, Lima-2020

### AUTORES:

Mandujano Montero José Luis

Mateo García Ronaldo Raúl

**INSTRUCCIONES:** Coloque “x” en el casillero correspondiente la valoración que su experticia determine sobre las preguntas formuladas en el instrumento..

CRITERIOS	DESCRIPCIÓN	VALOR ASIGNADO POR EL EXPERTO									
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
1.CLARIDAD	Está formado con el lenguaje adecuado.										
2.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables										
3.ACTUALIDAD	Adecuado de acuerdo al avance de la ciencia.										
4.ORGANIZACIÓN	Existe una cohesión lógica entre sus elementos.										
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos requeridos en cantidad y calidad										
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los aspectos de la investigación										
7.CONSISTENCIA	Basado en bases teóricas científicas.										
8. COHERENCIA	Hay correspondencia entre dimensiones, indicadores e índices.										
9. METODOLOGÍA	El diseño responde al propósito de la investigación										
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación.										

PROMEDIO DE VALORACIÓN DEL EXPERTO: .....

OBSERVACIONES REALIZADAS POR EL EXPERTO:

.....

GRADO ACADÉMICO DEL EXPERTO: .....

.....

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO:

.....

FIRMA: .....

DNI:

## Anexo 5



**Constancia de entidad donde se  
efectuó la investigación**

**Constancia de la entidad donde se efectuó la investigación**  
**ESCUELA MILITAR DE CHORRILLOS “CORONEL FRANCISCO BOLOGNESI”**

---

**CONSTANCIA**

El que suscribe Sub Director Académico de la Escuela Militar de Chorrillos  
“Coronel Francisco Bolognesi”

**HACE CONSTAR**

Que los Cadetes que se mencionan han realizado la investigación en esta  
dependencia militar sobre el tema titulado: Abastecimiento de agua purificada para  
los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos Crnl “Francisco Bolognesi”

Investigadores:

- Bach Mandujano Montero José Luis
- Bach Mateo García Ronaldo Raúl

Se les expide la presente Constancia a efectos de emplearla como anexo en  
su investigación.

Chorrillos,..... de..... del 2020

.....

## Anexo 6



**Compromiso de autenticidad del  
instrumento**

### **Compromiso de autenticidad del instrumento**

Los Cadetes que suscriben líneas abajo, autores del trabajo de investigación titulado: Abastecimiento de agua purificada para los cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos Crnl "Francisco Bolognesi"

#### **HACEN CONSTAR:**

Que el presente trabajo ha sido íntegramente elaborado por los suscritos y que no existe plagio alguno, ni temas presentados por otra persona, grupo o institución, comprometiéndonos a poner a disposición del COEDE (EMCH "CFB") los documentos que acrediten la autenticidad de la información proporcionada si esto lo fuera solicitado por la entidad.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión, tanto en los documentos como en la información aportada.

Nos afirmamos y ratificamos en lo expresado, en fe de lo cual firmamos el presente documento.

Chorrillos,..... de .....del 2020

.....  
Bach. Mandujano Montero José Luis

.....  
Bach. Mateo García Ronaldo Raúl

## Anexo 7



**Asesor y miembro del jurado**

**ASESOR Y MIEMBROS DEL JURADO**

**ASESOR:** .....

**TEMÁTICO:** .....

**METODOLÓGICO:** .....

**PRESIDENTE DEL JURADO:**

.....

**MIEMBROS DEL JURADO:**

.....

**MIEMBROS DEL JURADO:**

.....

## Anexo 8



**Compromiso ético, declaración  
jurada de autoría, autenticidad y  
no plagio**

## COMPROMISO ÉTICO ,DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA AUTENTICIDAD Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento, Yo, \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_, identificado con Documento Nacional de Identidad N° \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_, con domicilio real en \_\_\_\_\_, en el distrito de \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_, provincia de \_\_\_\_\_, departamento de \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_, estudiante / egresado de \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ la Escuela Militar de Chorrillos "Coronel Francisco Bolognesi", declaro bajo juramento que:

Soy el autor de la investigación titulada " \_\_\_\_\_"  
 \_\_\_\_\_ " que presento a los \_\_\_\_ días  
 de \_\_\_\_\_ del año 20\_\_\_\_, ante esta institución con fines de optar el grado académico de \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_.

En dicha investigación se ha desarrollado respetando los principios éticos propios , no ha sido presentada ni publicada anteriormente por ningún otro investigador ni por el suscrito, para optar otro grado académico ni título profesional alguno. Declaro que se ha citado debidamente toda idea, texto, figura, fórmulas, tablas u otros que corresponde al suscrito u a otro en respeto irrestricto a los derechos del autor. Declaro conocer y me someto al marco legal y normativo vigente relacionado a dicha responsabilidad. **(El delito de plagio se encuentra tipificado en el artículo 219 del Código penal).**

Declaro bajo juramento que los datos e información presentada pertenecen a la realidad estudiada, que no han sido falseados, adulterados, duplicadas ni copiados. Que no he cometido fraude científico, plagio o vicios de autoría; en caso contrario, eximo de toda responsabilidad a la Escuela Militar de Chorrillos y me declaro como el único responsable.



-----  
 Apellidos y nombres

DNI

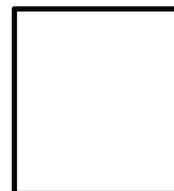
## COMPROMISO ÉTICO ,DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA AUTENTICIDAD Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento, Yo, \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_, identificado con Documento Nacional de Identidad N° \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_, con domicilio real en \_\_\_\_\_, en el distrito de \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_, provincia de \_\_\_\_\_, departamento de \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_, estudiante / egresado de \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ la Escuela Militar de Chorrillos “Coronel Francisco Bolognesi”, declaro bajo juramento que:

Soy el autor de la investigación titulada “ \_\_\_\_\_”  
 \_\_\_\_\_ “ que presento a los \_\_\_\_ días  
 de \_\_\_\_\_ del año 20\_\_\_\_, ante esta institución con fines de optar el grado académico de \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_.

En dicha investigación se ha desarrollado respetando los principios éticos propios , no ha sido presentada ni publicada anteriormente por ningún otro investigador ni por el suscrito, para optar otro grado académico ni título profesional alguno. Declaro que se ha citado debidamente toda idea, texto, figura, fórmulas, tablas u otros que corresponde al suscrito u a otro en respeto irrestricto a los derechos del autor. Declaro conocer y me someto al marco legal y normativo vigente relacionado a dicha responsabilidad. **(El delito de plagio se encuentra tipificado en el artículo 219 del Código penal).**

Declaro bajo juramento que los datos e información presentada pertenecen a la realidad estudiada, que no han sido falseados, adulterados, duplicadas ni copiados. Que no he cometido fraude científico, plagio o vicios de autoría; en caso contrario, eximo de toda responsabilidad a la Escuela Militar de Chorrillos y me declaro como el único responsable.



\_\_\_\_\_

Apellidos y nombres

DNI

## Anexo 9



**Certificado turniting**



## Anexo 10



**Acta de sustentación de tesis**

**Escuela Militar de Chorrillos**  
**“Coronel Francisco Bolognesi”**

ACTA DE **SUSTENTACIÓN** DE TESIS

En el distrito de Chorrillos de la ciudad de Lima, siendo las ..... horas del día  
..... De ..... del 20... se dio a la sustentación de la tesis titulada:

.....  
.....e

el jurado evaluador confirmado por:

- PRESIDENTE :
- SECRETARÍO :
- VOCAL :

Concluida la sustentación, los miembros del jurado dictaminan:

-----

APROBADO POR UNANIMIDAD

APROBADO POR MAYORIA

DESAPROBADO

Siendo las ..... Horas del día ..... Se dio por concluida el presente  
acto, firmando los miembros del jurado evaluador.

-----

VOCAL

-----

SECRETARIO

-----

PRESIDENTE