



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**“ASOCIACIÓN ENTRE PERCEPCIÓN DEL ESTADO DE SALUD
Y FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS RICOS EN
FIBRA EN PERSONAL DE SALUD DEL HOSPITAL NACIONAL
DANIEL ALCIDES CARRIÓN DEL CALLAO, PERÚ”**

Tesis para optar el título profesional de:
LICENCIADO EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Presentado por:
Guido Omar Melgar Benavides (0009-0003-0815-6915)

Asesor:
Víctor Alfonso Mamani Urrutia (0000-0002-5508-0883)

Lima – Perú
2023

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 13 de diciembre del 2023.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Dra. Lillyan Teresa Loayza Gutierrez	<input type="checkbox"/>
Miembro: Mg. Marysol Angelica Victoria Olivares Etchebaster	
Miembro: Mg. Diana Antonia Ponce Castillo	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

“Asociación entre percepción del estado de salud y frecuencia de consumo de alimentos ricos en fibra en personal de salud del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión del Callao, Perú”

Presentada por el bachiller:

- Guido Omar Melgar Benavides

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Nutrición y Dietética

Asesorado por: Mg. Sc. Víctor Alfonso Mamani Urrutia

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño del estudiante de la carrera de Nutrición y Dietética en la sustentación, concluyen: de manera unánime (X) por mayoría simple () calificar a:

Tesis(s): Guido Omar Melgar Benavides			Nota (en letras): 18 (dieciocho)	
Aprobado ()	Aprobado - Muy buena (X)	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()	

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Dra. Lillyan Teresa Loayza Gutierrez

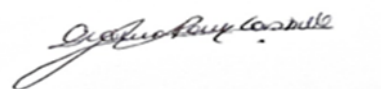


MSc. Víctor Alfonso Mamani Urrutia
Nutrición Pública - Investigación
C.N.P. 3586

Mg. Sc. Víctor Alfonso Mamani Urrutia
Asesor



Mg. Marysol Angelica Victoria Olivares
Etchebaster
Miembro 1



Mg. Diana Antonia Ponce Castillo
Miembro 2

ANEXO: FORMATO DE DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN¹

Lima, 21 de diciembre del 2023

Señor,
Percy Maita Tristán

**Director General de Investigación, Desarrollo e Innovación
Universidad Científica del Sur
Presente. –**

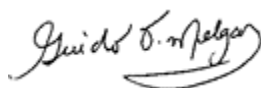
De nuestra consideración,

Yo: Guido Omar Melgar Benavides, estudiante/egresado de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con el asesor/la asesora de tesis Víctor Alfonso Mamani Urrutia, declaramos que este informe final de tesis/trabajo de investigación titulado: "ASOCIACIÓN ENTRE PERCEPCIÓN DEL ESTADO DE SALUD Y FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS RICOS EN FIBRA EN PERSONAL DE SALUD DEL HOSPITAL NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN DEL CALLAO, PERÚ", sustentado para obtener el título/grado de Licenciado en Nutrición y Dietética es original.

Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de mi (nuestra) investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos ², que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

Firmamos en conformidad con lo declarado,



**Firma tesista
DNI: 72307545**



MSc. Víctor Alfonso Mamani Urrutia
Nutrición Pública - Investigación
C.N.P. 3586

**Firma del asesor de tesis
DNI: 43441472**

¹ En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD

² Los documentos están en: <https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/>

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Asociación entre percepción del estado de salud y frecuencia de consumo de alimentos ricos en fibra en personal de salud del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión del Callao, Perú

Autores. Guido Omar Melgar Benavides.

Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 2264245919).

Resultado de la evaluación. 5%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.



Dedicatoria

En la memoria de mi abuela materna y paterna, quienes siempre inculcaron en mí la pasión por el estudio y el conocimiento.

A mis amados padres, por su respaldo incondicional en cada momento de mi vida y a lo largo de mi formación académica.

A mi querida madrina, quien incentivo mi interés por la carrera de nutrición, así como mi vocación de servicio a la comunidad.

Agradecimientos

Agradezco a Dios por iluminar siempre mi vida.

Agradezco a mi profesor y asesor de tesis por su orientación constante y acertada durante mi formación académica y el desarrollo del presente estudio.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la asociación entre la percepción del estado de salud y el consumo de fibra en personal de salud perteneciente a los servicios de cirugía general y traumatología del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión durante la pandemia por COVID-19 en el 2022. **Métodos:** El diseño del estudio fue observacional y corte transversal. Se consideraron a aquellos médicos, licenciados y técnicos en enfermería entre los 18 a 59 años de edad, y que no reportaran padecer comorbilidades. La muestra estuvo conformada por 163 participantes. Se envió una encuesta virtual, la cual contenía cuestionario de salud (SF-12), encuesta de frecuencia de consumo (EFCC), cuestionario internacional de actividad física (IPAQ) y puntaje de diversidad dietética en el hogar (HDDS). En cuanto a la frecuencia de consumo de alimentos ricos en fibra, se elaboró un listado de alimentos que contenían entre 3 y 6 gramos de fibra. **Resultados:** El 59,62% de mujeres presentó buena percepción de salud mental y el 33,90% de varones registró mala percepción de salud física. Se encontró asociación entre la percepción de salud física y el nivel de actividad física ($p < 0,05$). El 88,34% del total del personal de salud reportó ingerir avena, siendo el cereal rico en fibra más consumido a diario, especialmente por los técnicos en enfermería (43,75%). **Conclusiones:** Se encontró solamente asociación entre la ingesta de avena y la percepción del estado de salud mental, mientras que el consumo de frejol canario se asoció solamente a la percepción del estado de salud física en el personal de salud del Hospital Daniel Alcides Carrión.

Palabras clave: percepción del estado de salud, alimentos ricos en fibra, personal de salud, pandemia, COVID-19.

ABSTRACT

Objective: This study aimed to determine correlations between self-reported health and fiber intake among health professionals in surgery and traumatology wards from Hospital Nacional Daniel Alcides Carrion during COVID-19 pandemic, 2022. **Methods:** An observational, transversal study was conducted. Health professionals such as physicians, registered nurses, and healthcare technicians between 18 and 59 years and those who reported no comorbidities were included. The sample was constituted of 163 participants. An online questionnaire was sent to each participant and included a health survey (SF-12), food frequency questionnaire (EFCC), International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), and Household Dietary Diversity Score (HDDS). Regarding rich-fiber food, a list containing food sources that ranged from 3 to 6 grams of fiber was developed. **Results:** The majority of women (59.62%) registered good mental health, whereas men reported poor physical health (33.90%). Physical activity was found to be associated with physical self-reported health ($p < 0.05$). Out of the total health personnel, 88.34% reported eating oats, being the rich-fiber cereal most eaten daily, chiefly by healthcare technicians (43.75%). **Conclusions:** Association was found between physical self-reported health and bean intake as well as association between oats and mental self-reported health among health professionals.

Keywords: self-reported health, high-fiber food, health professionals, pandemic, COVID-19.