TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

"Relación entre el estado nutricional, el nivel de ansiedad y síntomas de ortorexia nerviosa en miembros de gimnasios de Lima, Perú 2025"

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

Presentado por:
Fabrizio Alfredo Carrasco Asca (0009-0006-7304-2609)
Arturo Champion Montes (0009-0001-4235-2894)

Asesor:
Julia Ccorimanya Maita (0009-0007-1573-3695)
Coasesor:
Victor Alfonso Mamani Urrutia (0000-0002-5508-0883)

Lima – Perú
2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 07 de agosto de 2026.

Los integrantes del jurado:

Presidente: Maestro Marilyn Laura Montejo Berríos
Miembro 1: Maestro Kiomi Denisse Yabiku Soto
Miembro 2: Maestro Rafael Federico Durán Galdo

Se reúnen para evaluar la tesis titulada: "Relación entre el estado nutricional, el nivel de ansiedad y síntomas de ortorexia nerviosa en miembros de gimnasios de Lima, Perú 2025" con código de proyecto: PRE-17-2025-00358.

Presentada por los tesistas:

- Fabrizio Alfredo Carrasco Asca
- Arturo Champion Montes

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Nutrición y Dietética.

Asesorado por: Licenciada Julia Ccorimanya Maita.

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los tesistas de la Carrera de Nutrición y Dietética en la sustentación, se concluye de manera unánime calificar a:

Tesista: Fabrizio Alfredo Carrasco Asca			Nota (en letras): 15 (quince)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Tesista: Arturo Champion Montes			Nota (en letras): 16 (dieciséis)
Aprobado ( )	Aprobado - Muy buena (X)	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

Maestro
Marilyn Laura Montejo Berríos
Presidente del Jurado

Licenciada
Julia Ccorimanya Maita
Asesor (a)

Maestro
Kiomi Denisse Yabiku Soto
Miembro 1

Maestro
Rafael Federico Durán Galdo
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 DEL INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN (versión 2.0) [1]

Lima, 12 de Agosto del 2026

Señor,Percy Mayta Tristán
Vicerrector de Investigación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Los abajo firmantes Fabrizio Alfredo Carrasco Asca y Arturo Champion Montes, estudiantes egresados del Programa académico de Nutrición y Dietética de la Universidad Científica del Sur, y la asesora de tesis Ccorimanya Maita, Julia declaramos que este informe final de tesis/trabajo de investigación titulado "Relación entre el estado nutricional, el nivel de ansiedad y síntomas de ortorexia nerviosa en miembros de gimnasios de Lima, Perú 2025", que presentamos para optar el título profesional/grado académico de Licenciado en Nutrición, es original.

En consecuencia, declaramos que el informe no contiene plagio ni total ni parcial; que, cuando se utilizó información de fuentes externas, se reconoció su autoría mediante la citación correspondiente; y que los resultados obtenidos son producto íntegro de nuestra investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo ello en cumplimiento del Código de ética en la Investigación, Reglamento de Disciplina de Pregrado y Posgrado, 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.

Declaramos, que Durante la elaboración del presente estudio se utilizaron herramientas de inteligencia artificial generativa, específicamente ChatGPT (OpenAI), como apoyo para la revisión de la redacción académica, la organización del contenido, la mejora del estilo de escritura y la revisión preliminar de aspectos metodológicos. La búsqueda, selección y análisis de la literatura científica, el diseño metodológico, el análisis estadístico, la interpretación de los resultados, la discusión y las conclusiones fueron desarrollados y verificados por los autores. Toda la información generada mediante herramientas de inteligencia artificial fue revisada críticamente antes de su incorporación al documento. Los autores asumen la responsabilidad total sobre la exactitud, originalidad e integridad científica del contenido presentado.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, uso indebido de IA generativa o uso no declarado de IA, nos sometemos al proceso de investigación que establezca la Universidad y aceptamos las sanciones que pudieran corresponder. También declaramos conocer las normativas institucionales que regulan las sanciones aplicables en estos casos, incluido el de la compra y venta de tesis.

Firmamos en conformidad con lo declarado,

Firma tesista
DNI: 71618692

Firma tesista
DNI: 76723900

Firma del asesor de tesis
DNI: 29666960

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

[2] Los documentos están en: https://repositorio.cientifica.edu.pe/handle/20.500.12805/3652

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Relación entre el estado nutricional, el nivel de ansiedad y síntomas de ortorexia nerviosa en miembros de gimnasios de Lima, Perú 2025

Autores. Fabrizio Alfredo Carrasco Asca; Arturo Champion Montes

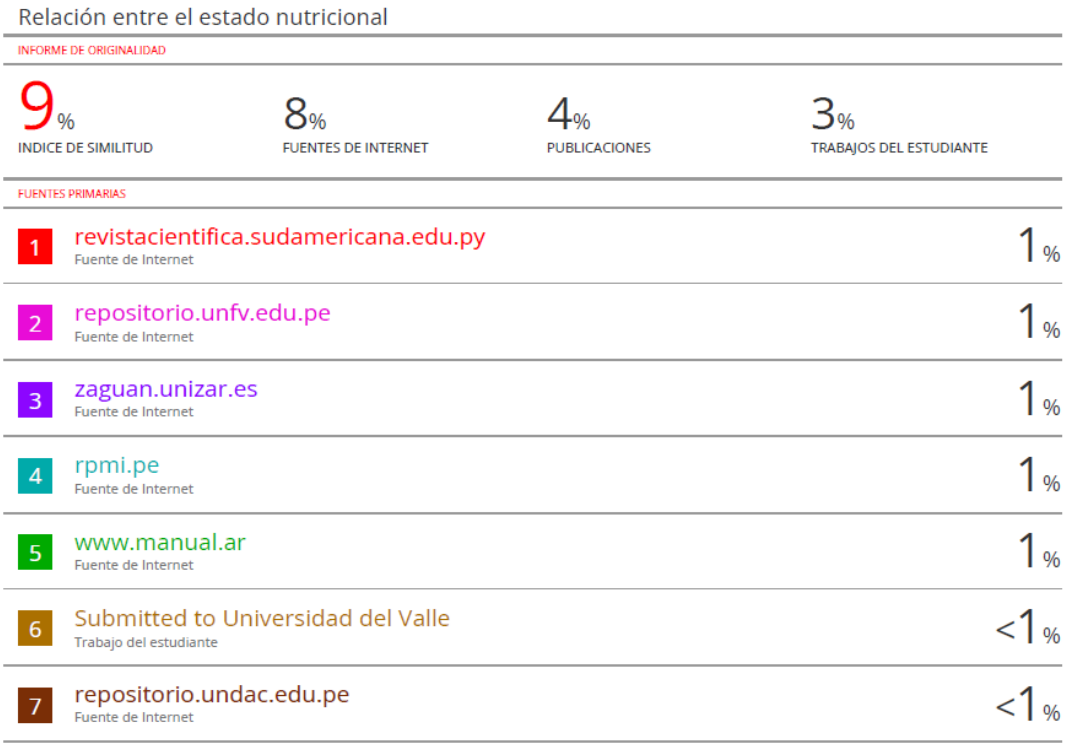
Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 3023499281).

Código de registro. PRE-17-2025-00358

Resultado de la evaluación. 9%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 15 palabras, se excluyeron citas.



Relación entre el estado nutricional

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%	8%	4%	3%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	revistacientifica.sudamericana.edu.py Fuente de Internet	1%
2	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	zaguan.unizar.es Fuente de Internet	1%
4	rpmi.pe Fuente de Internet	1%
5	www.manual.ar Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad del Valle Trabajo del estudiante	<1%
7	repositorio.undac.edu.pe Fuente de Internet	<1%

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre el estado nutricional, el nivel de ansiedad y la presencia de síntomas de ortorexia nerviosa (ON) en miembros de gimnasios de Lima, Perú. **Metodología:**Estudio cuantitativo, observacional, transversal y analítico, con muestreo no probabilístico por conveniencia en 229 participantes. El riesgo de ON se evaluó con el cuestionario ORTO-11-ES y la ansiedad mediante la escala de Zung. Se emplearon pruebas t de Student, la prueba U de Mann-Whitney y regresión de Poisson para estimar razones de prevalencia (RP) crudas y ajustadas. **Resultados:** La mediana de edad de la muestra fue de 29 años (RIC: 25–36), el 56,8% fueron hombres, el IMC promedio fue de 25,14 kg/m² (DE: 2,8) y la mediana del puntaje de ansiedad fue de 55 (RIC: 53–56). El 6,1% de los participantes presentó riesgo de ON. En el análisis crudo, la masa muscular se asoció significativamente con el riesgo de ON (p = 0,047), pero esta relación perdió significancia tras el ajuste (p = 0,102). La edad fue el único factor asociado de manera independiente (RP: 1,05; IC 95%: 1,00–1,10). No se hallaron asociaciones con el IMC, la grasa corporal ni el puntaje de ansiedad. **Conclusiones:** Los indicadores antropométricos tradicionales no se asociaron con el riesgo de ON. La masa muscular no mostró asociación independiente tras el ajuste, mientras que la edad fue el único factor relacionado. Se resalta la necesidad de incorporar variables psicológicas en la evaluación de conductas alimentarias en entornos de actividad física.

Palabras clave: ortorexia nerviosa, ansiedad, estado nutricional, composición corporal, gimnasios.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between nutritional status, anxiety levels, and the presence of orthorexia nerviosa (ON) symptoms in gym members from Lima, Peru. **Methodology:** A quantitative, observational, cross-sectional, and analytical study was conducted using non-probabilistic convenience sampling with 229 participants. The risk of ON was assessed using the ORTO-11-ES questionnaire, and anxiety was measured using the Zung Self-Rating Anxiety Scale. Student's t-test, the Mann-Whitney U test, and Poisson regression were used to estimate crude and adjusted prevalence ratios (PR). **Results:** The median age of the sample was 29 years (IQR: 25–36), 56.8% were men, the average BMI was 25.14 kg/m² (SD: 2.8), and the median anxiety score was 55 (IQR: 53–56). Overall, 6.1% of the participants showed a risk of ON. In the crude analysis, muscle mass was significantly associated with the risk of ON ($p = 0.047$), but this relationship lost significance after adjustment ($p = 0.102$). Age was the only independently associated factor (PR: 1.05; 95% CI: 1.00–1.10). No associations were found with BMI, body fat, or anxiety scores**. Conclusions:** Traditional anthropometric indicators were not associated with the risk of ON. Muscle mass did not show an independent association after adjustment, whereas age was the only related factor. These findings highlight the need to incorporate psychological variables when assessing eating behaviors in physical activity environments.

Keywords: orthorexia nervosa, anxiety, nutritional status, body composition, gyms.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis