TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

"FACTORES ASOCIADOS AL RIESGO DE SARCOPENIA EN ADULTOS MAYORES RESIDENTES EN DISTRITOS DE LIMA SUR, LIMA - PERÚ, 2024 – 2025"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Presentado por:

Jessica Alejandra Sosa Pacora (0000-0003-0876-4067)

Antonella Yamile Zambrano Casimiro (0009-0003-7901-9985)

Asesor:

Paulo Eder Recoba Obregón (0000-0002-7661-8662)

Lima - Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 03 de septiembre de 2026.

Los integrantes del jurado:

Presidente: Maestro Marysol Angelica Victoria Olivares Etchebaster
Miembro 1: Maestro Diana Antonia Ponce Castillo
Miembro 2: Licenciada Julia Ccorimanya Maita

Se reúnen para evaluar la tesis titulada: "Factores asociados al riesgo de sarcopenia en adultos mayores residentes en distritos de Lima Sur, Lima - Perú, 2024 - 2025" con código de proyecto: PRE-17-2024-00274.

Presentada por las tesistas:

- Antonella Yamile Zambrano Casimiro
- Jessica Alejandra Sosa Pacora

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

Asesorado por: Maestro Paulo Eder Recoba Obregon.

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

Tesista: Antonella Yamile Zambrano Casimiro			Nota (en letras): 14 (catorce)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Tesista: Jessica Alejandra Sosa Pacora			Nota (en letras): 13 (trece)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

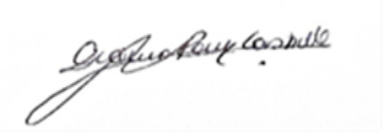
Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Maestro
Marysol Angelica Victoria Olivares Etchebaster
Presidente del Jurado



Maestro
Paulo Eder Recoba Obregon
Asesor (a)



Maestro
Diana Antonia Ponce Castillo
Miembro 1



Licenciada
Julia Ccorimanya Maita
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, 31 de octubre del 2026

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

De nuestra consideración,

Los abajo firmantes – Antonella Yamile Zambrano Casimiro y Jessica Alejandra Sosa Pacora, estudiante(s)/egresado(s) del Programa académico de Nutrición y Dietética de la Universidad Científica del Sur, y el asesor/la asesora de tesis Paulo Eder Recoba Obregón – declaramos que este informe final de tesis/trabajo de investigación titulado "Factores asociados al riesgo de sarcopenia en adultos mayores residentes en distritos de Lima Sur, Lima - Perú, 2024 - 2025", que presentamos para optar el título profesional/grado académico de Licenciada de Nutrición y Dietética, 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, además, que no se han utilizado herramientas de inteligencia artificial (IA), ni generativas ni de ningún otro tipo, en ninguna fase del desarrollo de la investigación ni en la redacción del informe final de tesis/trabajo de investigación. Todo el material contenido en este informe fue elaborado íntegramente por el/los autor (es), sin asistencia de herramienta alguna de IA.

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: 70896074



Firma tesista
DNI: 74065685



Firma del asesor de tesis
DNI: 74212644

[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. Factores asociados al riesgo de sarcopenia en adultos mayores residentes en distritos de Lima Sur, Lima - Perú, 2024 - 2025

Autores. Antonella Yamile Zambrano Casimiro; Jessica Alejandra Sosa Pacora

Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 3080102975).

Código de registro. PRE-17-2024-00274

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.



Factores asociados al riesgo

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%	9%	3%	1%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	worldwidescience.org Fuente de Internet	1%
2	Davis, N. J. "Impact of Adherence, Knowledge, and Quality of Life on Anticoagulation Control", The Annals of Pharmacotherapy, 2005. Publicación	1%
3	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	revistanefrologia.com Fuente de Internet	1%
6	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann Trabajo del estudiante	1%

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RESUMEN

Introducción: En América Latina la sarcopenia afecta entre 15 - 35% de los adultos mayores. Esta población es más propensa a una pérdida progresiva de masa y fuerza muscular ocasionada por diversos factores de riesgo como inactividad física, insuficiente ingesta de energía, comorbilidades, entre otros, afectando así su calidad de vida. **Objetivo:** Determinar la asociación entre los factores asociados identificados y el riesgo de sarcopenia en adultos mayores residentes en distritos de Lima Sur, Lima - Perú, 2024 - 2025. **Materiales y métodos:** Estudio con enfoque cuantitativo, observacional analítico, de corte transversal. La muestra incluyó 229 adultos mayores. Se utilizó el cuestionario de hábitos alimentarios (ECAAM), el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ), el tamizaje de riesgo de sarcopenia (SARC-F). Los datos se analizaron usando las pruebas estadísticas Chi - Cuadrado y U Mann Whitney para evaluar la significancia estadística. **Resultados:** La mediana de edad fue de 70 años y predomino el sexo femenino (75.5%). La mayoría reside en el distrito de Chorrillos. Las variables de edad ($p < 0.001$) y nivel de actividad física ($p = 0.002$) se encontraron asociados con el riesgo de sarcopenia, sin embargo, no se encontró asociación con las variables sexo ($p = 0.861$) y hábitos alimentarios ($p = 0.188$). **Conclusión:** Se encontró asociación entre las variables edad y nivel de actividad física con el riesgo de sarcopenia en adultos mayores residentes en distritos de Lima Sur, Lima - Perú, 2024 - 2025.

Palabras clave: Riesgo de sarcopenia, hábitos alimentarios, nivel de actividad física, adultos mayores.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

Introduction: In Latin America, sarcopenia affects between 15-35% of older adults. This population is more prone to a progressive loss of muscle mass and strength caused by various risk factors such as physical inactivity, insufficient energy intake, comorbidities, among others, thus affecting their quality of life. **Objective:** To determine the association between identified associated factors and the risk of sarcopenia in older adults residing in districts of South Lima, Lima, Peru (2024–2025).

Materials and methods: Study with a quantitative, observational, analytical, cross-sectional approach. . The sample included 229 older adults. The eating habits questionnaire (ECAAM), the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), and the sarcopenia risk screening (SARC-F) were used. The data were analyzed using the Chi - Square and Mann Whitney U statistical tests to evaluate statistical significance. **Results:** The median age was 70 years, and the majority were female (75.5%). Most resided in the Chorrillos district. Age ($p < 0.001$) and physical activity level ($p = 0.002$) were associated with the risk of sarcopenia, but there was no association with sex ($p = 0.861$) or dietary habits ($p = 0.188$). **Conclusion:** An association was found between the variables age and level of physical activity with the risk of sarcopenia in older adults residing in districts of South Lima, Lima - Peru, 2024 - 2025.

Keywords: Sarcopenia risk, eating habits, physical activity level, older adults.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis