

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Nutrición Humana



**Características sociodemográficas y parámetros asociados a hábitos alimentarios en colaboradores de una cadena de restaurantes, Lima, Perú**

Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Nutrición Humana

**Autores:**

Genesis Arelly Morales Santur

Sandra Marilyn Piña Caballero

**Asesor:**

Mg. María Bernarda Collantes Cossio

**Lima, Setiembre de 2024**

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Mg. Collantes Cossio, María Bernarda, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Nutrición Humana, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS Y PARÁMETROS ASOCIADOS A HÁBITOS ALIMENTARIOS EN COLABORADORES DE UNA CADENA DE RESTAURANTES, LIMA, PERÚ”** de las autoras Morales Santur, Genesis Arelly y Piña Caballero, Sandra Marilin tiene un índice de similitud de 8 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 15 días del mes de noviembre del año 2024



---

Mg. Collantes Cossio, María Bernarda

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En Lima, Ñaña, Villa Unión, a 08 día(s) del mes de noviembre del año 2024 siendo las 11:30 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mg. Mery Rodriguez Vasquez el (la) secretario(a): Mg. Maria Miranda Flores y los demás miembros: Mg. Raquel Chilon Lico y el (la) asesor(a) Mg. Maria Collantes Cossio

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Características sociodemográficas y parámetros asociados a hábitos alimentarios en colaboradores de una cadena de restaurantes, Lima, Perú" de los (las) bachilleres:

- a) Sandra Marilyn Piña Caballero
- b) Genesis Arellvy Morales Santur
- c) \_\_\_\_\_

conducente a la obtención del título profesional de: Nutrición Humana  
(Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Sandra Marilyn Piña Caballero

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>14.5</u>	<u>C</u>	<u>con nominación de Aceptable</u>	<u>Bueno</u>

Bachiller (b): Genesis Arellvy Morales Santur

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>14.0</u>	<u>C</u>	<u>con nominación de Aceptable</u>	<u>Bueno</u>

Bachiller (c): \_\_\_\_\_

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(\*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

[Firma]  
Presidentera  
[Firma]  
Asesora  
[Firma]  
Bachiller (a)

[Firma]  
Miembro  
[Firma]  
Bachiller (b)

[Firma]  
Secretario(a)  
\_\_\_\_\_  
Miembro  
\_\_\_\_\_  
Bachiller (c)

## Resumen

**Introducción:** Las enfermedades no transmisibles (ENT) representan una de las principales causas de muerte en la población mundial y peruana. En la clase trabajadora, los hábitos alimentarios inadecuados contribuyen al aumento del riesgo de desarrollar estas patologías. **Objetivo:** Determinar la asociación entre las características sociodemográficas y parámetros antropométricos con los hábitos alimentarios en colaboradores de una cadena de restaurantes, Lima, Perú. **Métodos:** Se realizó un estudio descriptivo correlacional, con 200 colaboradores de los locales de una cadena de restaurantes. Se utilizó un cuestionario de hábitos alimentarios validado. Las mediciones antropométricas incluyeron peso, talla, circunferencia de la cintura (CC) y circunferencia de la cadera. Se utilizó usando chi-cuadrado, *t* de Student y correlación de Pearson. Los valores de  $p < 0.05$  fueron considerados estadísticamente significativos. **Resultados:** Los participantes con hábitos alimentarios inadecuados tuvieron un índice cintura-cadera (ICC) significativamente mayor en comparación con aquellos con hábitos adecuados ( $0.961 \pm 0.026$  vs.  $0.936 \pm 0.026$ ,  $p = 0.003$ ). Se encontró una correlación negativa entre la edad y los hábitos alimentarios ( $r = -0.233$ ,  $p < 0.01$ ). Sin embargo, hubo una correlación positiva significativa entre la talla y los hábitos alimentarios ( $r = 0.144$ ,  $p < 0.05$ ). Asimismo, las mujeres presentaron una mayor prevalencia de hábitos inadecuados en comparación con los hombres (73.9% vs. 26.1%,  $p = 0.001$ ). **Conclusión:** Estos hallazgos destacan la necesidad de desarrollar intervenciones nutricionales dirigidas a mejorar los hábitos alimentarios, especialmente en mujeres y jóvenes, para prevenir enfermedades asociadas con la mala alimentación.

**Palabras clave:** Hábitos alimentarios, Enfermedades no transmisibles, Parámetros antropométricos, Clase trabajadora, Intervenciones nutricionales, Índice cintura-cadera