

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de Nutrición Humana



Adicción a las comidas en relación con la grasa corporal y riesgo cardiometabólico en estudiantes universitarios de una Institución Privada, 2025

Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciado(a) en Nutrición Huamana

Por:

Ervin Erick Quispe Mamani
Russleny Parhuayo Mamani

Asesor:

Mg. María Bernarda Collantes Cossío

Lima, marzo del 2026

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Mg. María Bernarda Collantes Cossío, 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: **“Adicción a las comidas en relación con la grasa corporal y riesgo cardiometabólico en estudiantes universitarios de una Institución Privada, 2025”** de los autores Ervin Erick Quispe Mamani y Ruslenny Parhuayo Mamani tiene un índice de similitud de 6% 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 30 días del mes de noviembre del año 2025



(Asesor) Mg. María Bernarda Collantes Cossío

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

018

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Naña, Villa Unión, a 10 día(s) del mes de marzo del año 2026, siendo las 3:05 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a)

Mg. Yusefina Evelyn Colmeny Hillo, el (la) secretario(a): Mg. Bertha Chantelera Lozano y los demás miembros Mg. Micaela Flores de Pacheco María M. Mg. Edgymar Vargas Huel (la) asesor(a) Mg. Callentes Cassin María Bernarda con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Adhesión a las

comidas en relación con la grasa corporal y riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios de una institución privada, 2025" de los (las) bachilleres:
 a) Rosaleny Parhuayo Mamani
 b) Ervin Erica Quipe Mamani
 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): Rosaleny Parhuayo Mamani

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Líteral	Cualitativa	
APROBADO	16	B	Bueno	Muy Bueno

Bachiller (b): Ervin Erica Quipe Mamani

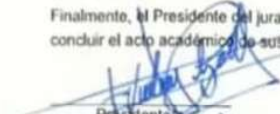
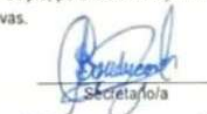

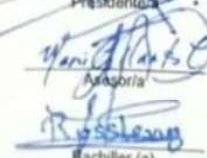


CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Líteral	Cualitativa	
APROBADO	16	B	Bueno	Muy Bueno

Bachiller (c):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Líteral	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.


 Presidente

 Secretaria

 Miembro

 Bachiller (a)

 Bachiller (b)

 Bachiller (c)

DEDICATORIA

A Dios y nuestros padres, cuyo ejemplo de perseverancia, dedicación y valores han sido el cimiento sobre el cual hemos construido nuestra formación académica y personal. Este logro es, en gran medida, un reflejo de su incansable apoyo y guía.

A nuestros profesores y mentores, quienes con su conocimiento, paciencia y compromiso han encendido en nosotros la pasión por la investigación, el aprendizaje y nos han inspirado a alcanzar la excelencia.

A la institución que nos ha brindado la oportunidad de crecer y a todos aquellos que, directa o indirectamente, han contribuido a la realización de este trabajo. Finalmente, a quienes luchan por sus sueños, recordando que cada esfuerzo, por pequeño que parezca, es un paso hacia la conquista de metas mayores.

ÍNDICE

TÍTULO DE TESIS.....	i
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS.....	ii
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS.....	1
DEDICATORIA.....	2
<i>Resumen.</i>	4
<i>Summary.</i>	5
<i>Introducción.</i>	6
<i>Material y métodos.</i>	8
Ficha de registros.....	8
Escala de adicción a las comidas.	8
Balanza de Bioimpedancia (OMRON).....	9
<i>Análisis estadístico.</i>	10
<i>Resultados.</i>	11
<i>Discusión.</i>	13
<i>Conclusiones.</i>	15
<i>Recomendaciones.</i>	16
<i>Conflicto de intereses y financiación.</i>	16
<i>Referencias bibliográficas.</i>	17
<i>Tablas, gráficos y figuras.</i>	20
<i>Anexos.</i>	24
Evidencia de sumisión del artículo en una revista de prestigio.....	24
Resolución de inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo.....	26
Carta de aprobación de comité de ética.....	27
Instrumentos de recolección de datos.....	28

Resumen.

Introducción: La ingesta compulsiva e incontrolable juntamente al sobrepeso y la obesidad originan enfermedades no transmisibles. El objetivo del estudio fue evaluar la relación entre adicción a las comidas, grasa corporal y riesgo cardio metabólico en estudiantes universitarios.

Material y métodos: El estudio usó un diseño cuantitativo no experimental, correlacional, transversal; con un muestreo no probabilístico por conveniencia en 258 estudiantes universitarios peruanos (18 a 25 años). Se utilizó la escala YFAS, Balanza de Bioimpedancia y ficha de registro; los datos fueron analizados con SPSS (v.29), y RStudio, (v. 2025.05.1).

Resultados: Muestra conformada mayormente por mujeres (69,8%); Las Mujeres presentaron mayor grasa corporal $M = 34,78$ vs varones $M = 22,07$. En cuanto a la grasa visceral los varones mostraron mayores niveles $M = 5,18$ vs $M = 4,02$; finalmente la regresión múltiple evidenció una relación significativa en grasa corporal como grasa visceral $\beta = ,152$; $p = ,013$ y $\beta = ,273$; $p < ,001$ indicando que, a mayor grasa corporal y visceral, mayor será la adicción alimentaria.

Conclusiones: El estudio evidenció una distribución diferenciada de la grasa según sexo, las mujeres presentaron mayor grasa corporal total; mientras que los varones mostraron niveles superiores de grasa visceral. Ambas variables demostraron ser posibles predictores significativos de una mayor tendencia a la adicción a la comida, siendo la grasa visceral el factor de riesgo más fuerte; estos hallazgos destacan la relevancia clínica de la grasa visceral en la conducta alimentaria adictiva.

Palabras clave: *Adicción, comidas, grasa visceral, sobrepeso y obesidad.*