

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Nutrición Humana



Evaluación del consumo y percepción del uso de hojas de moringa oleífera en ensaladas frescas, en una población adulta en Lima

Tesis para obtener el Título Profesional en Nutrición Humana

Autor:

Bach. Carla Sabina Sedano Arosquipa
Bach. Esther Isolina Becerra Corrales

Asesor:

Mg. Mery Rodríguez Vásquez

Lima, mayo 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Mery Rodríguez Vásquez, docente de la Facultad de ciencias de la salud, Escuela Profesional de Nutrición, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“EVALUACIÓN DEL CONSUMO Y PERCEPCIÓN DEL USO DE HOJAS DE MORINGA OLEÍFERA EN ENSALADAS FRESCAS, EN UNA POBLACIÓN ADULTA EN LIMA”** de los autores Carla Sabina Sedano Arosquipa y Esther Isolina Becerra Corrales tiene un índice de similitud de 2 % 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 17 días del mes de junio del año 2024.



Mery Rodríguez Vásquez

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Perú, Villa Unión, a 24 día(s) del mes de Mayo del año 2014, siendo las 15:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mg. Manuela Mirinda Flores el (la) secretario(a): Mg. Betha Chanduca Lozano y los demás miembros Mg. Maná Collantes Cossio, Mg. Jesús Caladaya Milka y el (la) asesor(a) Mg. Mery Rodríguez Vázquez

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: Evaluación del consumo y percepción del uso de hojas de moringa oleifera en ensaladas frescas.

de los (las) bachilleres:

a) Esther Isolina Becerra Corrales

b) Carla Sabina Sedano Arosquipa

c) _____

conducente a la obtención del título profesional de: Nutrición Humana

(Determinación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(s) a 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 avaluadas por al (a la) / a (los) (las) candidato(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): Esther Isolina Becerra Corrales

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	14	C	acceptable	Bueno

Bachiller (b): Carla Sabina Sedano Arosquipa

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	15	B-	Bueno	Muy bueno

Bachiller (c): _____

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

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


Presidente
Manuela Mirinda Flores
Asesora

Bachiller (a)



Miembro

Bachiller (b)


Secretaria

Miembro

Bachiller (c)

DEDICATORIA

A mi madre, cuyo amor incondicional y apoyo han sido el pilar fundamental en mi camino hacia la superación personal. A mi abuelita, la persona que más he amado en este mundo, cuya motivación y sabiduría han sido la base sólida sobre la cual he construido mi vida profesional. Aunque ya no esté presente, sus enseñanzas continúan guiando mis pasos cada día. Esta obra es para ustedes, con todo mi amor y gratitud eterna.

Esther Isolina Becerra Corrales

A mis padres, que con su amor incondicional han sido mi sostén y guía en cada paso de mi carrera profesional. A mi padre, Rudy, en especial, quien me cuidó hasta su último suspiro. Su amor, sacrificio y enseñanzas son la luz que ilumina mi camino. Aunque ya no esté físicamente, su presencia se siente en cada logro y en cada desafío superado. Su memoria vive en cada esfuerzo y en cada triunfo. A mi madre, que sigue a mi lado con su inquebrantable apoyo y amor, cuyo aliento y fortaleza me impulsan a seguir adelante.

Esta obra es para ustedes, con todo mi amor y gratitud eterna.

Carla Sabina Sedano Arosquipa

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por la vida y la fortaleza que nos concede día a día, permitiéndonos culminar este estudio con éxito y esperanza. Su guía divina ha sido el faro que ha iluminado nuestro camino, llenándonos de sabiduría y perseverancia.

A los participantes de este estudio, por su generosidad y disposición, cuya colaboración ha sido esencial para el desarrollo de esta investigación. Su tiempo y compromiso han sido el pilar sobre el cual se sostiene este trabajo.

A la Universidad Peruana Unión, Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Nutrición Humana, por brindarnos una formación asistencial de excelencia y calidad insuperable. Su compromiso con la educación ha sido una luz constante que nos ha guiado en nuestro viaje académico. Nos han proporcionado no solo las herramientas y el conocimiento necesarios para llevar a cabo este proyecto, sino también el apoyo emocional y la motivación inquebrantable. A nuestros profesores, que han sido faros de conocimiento y sabiduría, y a todo el personal administrativo que con su dedicación y esfuerzo silencioso han hecho posible este logro. Cada lección, cada palabra de aliento y cada gesto de apoyo ha sido una piedra angular en la construcción de nuestro futuro. Este triunfo es tan suyo como nuestro, y les agradecemos desde lo más profundo de nuestros corazones.

A nuestra asesora, Mg. Mery Rodríguez Vásquez, por su invaluable orientación y apoyo incondicional. Su guía, paciencia y sabiduría han sido fundamentales para la realización de este proyecto. Su confianza en nosotras nos ha impulsado a dar lo mejor de nosotras mismas.

A todas las personas que ya no están presentes, pero cuyo amor y enseñanzas continúan viviendo en nuestros corazones. A mis abuelos y padre que ya partieron, les agradecemos profundamente por haber sembrado en mi los valores y la fortaleza que hoy me permiten alcanzar mis metas. Su legado de amor y sacrificio es el cimiento de todo lo que soy y lograre.

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA.....	V
AGRADECIMIENTOS	VI
TABLA DE CONTENIDO.....	IV
INDICE DE TABLAS	V
RESUMEN	VI
ABSTRACT	VII
INTRODUCCIÓN	1
RESULTADOS.....	8
DISCUSIÓN	12
CONCLUSIONES.....	16
REFERENCIAS.....	17
ANEXOS	22

INDICE DE TABLAS

TABLA 1.	GUÍA DE ENCUESTA.....	7
TABLA 2.	DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS.....	9
TABLA 3.	FRECUENCIAS DE LA VARIABLE 1: CONSUMO DE MORINGA.....	9
TABLA 4.	CONSUMO DE MORINGA.....	10
TABLA 5.	<i>FRECUENCIAS DE LA VARIABLE 2: PERCEPCIÓN DE USO DE MORINGA EN ENSALADAS FRESCAS.....</i>	11
TABLA 6.	PERCEPCIÓN DE USO DE MORINGA.....	11

ANEXOS

ANEXO I	ESTUDIO DEL CONSUMO Y PERCEPCION DE USO DE LA MORINGA EN ENSALADAS FRESCAS.....	22
ANEXO II	CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	25
ANEXO III	CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO.....	27
ANEXO IV	GUIA DE LA ENCUESTA DE BAPTISTA.....	28
ANEXO V	AUTORIZACION DE LA PLATAFORMA DE DIVULGACION DEL CUESTIONARIO POR LAS REDES SOCIALES.....	31
ANEXO VI	ENCUESTA DE HEDHILI.....	33

RESUMEN

Introducción: Ante el creciente aumento de enfermedades crónico-degenerativas, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda el consumo de moringa debido a su elevado valor nutricional. Sin embargo, a pesar de los significativos problemas de salud pública que enfrenta la población peruana, el consumo de moringa es relativamente bajo. **Objetivo:** Evaluar el consumo y la percepción del uso de hojas de moringa en ensaladas frescas en una cohorte de la población de la ciudad de Lima. **Métodos:** Este estudio descriptivo transversal se realizó durante un periodo de 8 semanas, empleando una técnica de muestreo bola de nieve. La recolección de datos se llevó a cabo mediante una encuesta en línea distribuida a través de WhatsApp, involucrando a una población de 218 adultos mayores de 18 años, residentes en Lima y de nacionalidad peruana. **Resultados:** De los 218 encuestados, el 71.1% fueron mujeres y el 28.9% hombres. En cuanto al estado civil, el 48.2% eran solteros y el 51.8% casados. Además, el 50.5% provenían de la costa, el 21.1% de la sierra y el 28.4% de la selva. La mayor parte de los participantes tenía entre 35 y 44 años, y el 74.8% contaba con estudios universitarios. Estos factores demográficos mostraron una significancia estadística en relación con los hábitos de consumo y la percepción del uso de moringa en ensaladas frescas ($p < 0.05$). En cuanto al consumo, el 40.4% lo hacía a un nivel medio, el 33.9% a un nivel bajo y solo el 25.7% reportó un consumo alto. Respecto a la percepción, el 41.7% tenía una percepción media, el 30.3% baja y el 28% alta. **Conclusiones:** Existe un nivel medio de consumo y percepción de uso de moringa entre los encuestados, influenciado significativamente por la edad y el nivel educativo.

Palabras clave: moringa, consumo, percepción.