



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE SEGUNDAS ESPECIALIDADES
ESPECIALIDAD DE ENFERMERÍA EN EMERGENCIAS Y DESASTRES**

**“HÁBITOS ALIMENTARIOS EN PACIENTES QUE ACUDEN AL
SERVICIO DE EMERGENCIA DE UNA CLÍNICA PRIVADA
EN LIMA-PERÚ, 2024”**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE
ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN EMERGENCIAS Y
DESASTRES**

AUTOR:

LIC. OROZCO ALMEIDA, JOSE GREGORIO

<https://orcid.org/0009-0000-5128-0880>

ASESOR:

Dr. CHERO PACHECO, VÍCTOR HUMBERTO

<https://orcid.org/0000-0002-3566-0207>

LIMA – PERÚ

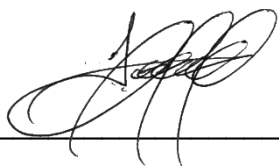
2024

AUTORIZACIÓN Y DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA Y ORIGINALIDAD

Yo, OROZCO ALMEIDA JOSE GREGORIO, con CE 003829251, en mi condición de autor(a) de trabajo académico presentada para optar el título de especialista en enfermería en emergencias y desastres, de título “**HÁBITOS ALIMENTARIOS EN PACIENTES QUE ACUDEN AL SERVICIO DE EMERGENCIA DE UNA CLÍNICA PRIVADA EN LIMA-PERÚ, 2024**”, **AUTORIZO** a la Universidad María Auxiliadora (UMA) para reproducir y publicar de manera permanente e indefinida en su repositorio institucional, bajo la modalidad de acceso abierto, el archivo digital que estoy entregando, en cumplimiento a la Ley N°30035 que regula el Repositorio Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación de acceso abierto y su respectivo Reglamento.

Asimismo, **DECLARO BAJO JURAMENTO** que dicho documento es **ORIGINAL** con un porcentaje de similitud de 20.0% y que se han respetado los derechos de autor en la elaboración del mismo. Además, recalcar que se está entregado la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado evaluador.

En señal de conformidad con lo autorizado y declarado, firmo el presente documento a los 15 días del mes de abril del año 2024.



Lic. Orozco Almeida, José Gregorio
CE: 003829251



Dr. Chero Pacheco, Víctor Humberto
DNI: 10676704

Trabajo académico

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	21%	0%	17%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Maria Auxiliadora SAC Trabajo del estudiante	3%
2	repositorio.upagu.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	1%
5	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad de Huanuco Trabajo del estudiante	1%
7	Submitted to Infile Trabajo del estudiante	1%
8	repositorio.udd.cl Fuente de Internet	1%
9	repositorio.uoosevelt.edu.pe Fuente de Internet	

		1 %
10	Submitted to Universidad Inca Garcilaso de la Vega Trabajo del estudiante	1 %
11	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	1 %
12	Submitted to Universidad Cientifica del Sur Trabajo del estudiante	1 %
13	www.nutricionhospitalaria.org Fuente de Internet	1 %
14	Submitted to Universidad Catolica De Cuenca Trabajo del estudiante	1 %
15	vsip.info Fuente de Internet	1 %
16	Submitted to Universidad Peruana Cayetano Heredia Trabajo del estudiante	1 %
17	repositorio.utea.edu.pe Fuente de Internet	1 %

Excluir citas Activo
 Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 1%

Índice general

RESUMEN.....	7
ABSTRACT.....	8
I. INTRODUCCIÓN.....	9
II. MATERIALES Y MÉTODOS.....	17
III. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS.....	20
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	22
ANEXOS.....	26

Índice de Anexos

Anexo A. Operacionalización de la variable o variables.....	26
Anexo B. Instrumentos de recolección de datos.....	29
Anexo C. Consentimiento informado y/o Asentimiento informado.....	36

RESUMEN

Objetivo: Determinar los hábitos alimentarios en pacientes que acuden al servicio de emergencia de una clínica privada en Lima-Perú, 2024.

Materiales y métodos: El enfoque a emplearse en este estudio es el cuantitativo, y el diseño a abordarse es no experimental y corte transversal con un alcance descriptivo. La población estará conformada por 50 personas que acuden al servicio de emergencia adulto y para la muestra se considerara un muestreo no probabilístico. La técnica a emplearse será la encuesta y el instrumento que se utilizará será el cuestionario de hábitos alimenticios adaptado y validado por Ferro y Maguiña en el año 2012, el cual está conformado por 35 ítems y 10 indicadores que se detallan debidamente. Tiene validez de 3 jueces expertos con una aprobación de 93% y una confiabilidad de la prueba piloto Alfa de Cronbach.

Resultados: la demostración de los resultados obtenidos del presente trabajo será expuesta mediante una variación de tablas y graficas representativas de la variable de estudio del mismo. **Conclusiones:** este trabajo y, su investigación demuestra que existe una gran variedad en relación a los hábitos de alimentación de la población y que estos influyen de manera directa en el buen estado de salud de las personas que acuden a los centros de emergencias, los cuales dan información de vital importancia al momento de ser atendidos por los especialistas del gremio.

Palabras claves: hábitos alimenticios; dieta; comida sana; nutrición; alimentación.

ABSTRACT

Objective: To determine the eating habits in patients who attend the emergency service of a private clinic in Lima-Peru, 2024.

Materials and methods: The approach to be used in this study is quantitative, and the design to be addressed is non-experimental and cross-sectional with a descriptive scope. The population will be made up of 50 people who go to the adult emergency service and a non-probabilistic sampling will be considered for the sample. The technique to be used will be the survey and the instrument that will be used will be the eating habits questionnaire adapted and validated by Ferro and Maguiña in 2012, which is made up of 35 items and 10 indicators that are duly detailed. It is valid by 3 expert judges with an approval of 93% and a reliability of the Cronbach's Alpha pilot test. **Results:** the demonstration of the results obtained from this work will be presented through a variation of tables and graphs representative of the study variable thereof. **Conclusions:** this work and its research demonstrate that there is a great variety in relation to the eating habits of the population and that these directly influence the good health of people who go to emergency centers, which they provide vitally important information when being treated by the union's specialists.

Keywords: eating habits; diet; healthy food; nutrition; feeding.

I. INTRODUCCIÓN

Una dieta saludable es un componente esencial para la salud y el bienestar de las personas combatiendo así la malnutrición, pudiéndose ver reflejada en enfermedades cardiovasculares, diabetes e incluso en cáncer. La dieta sana se ve afectada por alimentos procesados de consumo masivo y de fácil acceso que normatizan la cultura de la sociedad. Debido a esto, se construyen políticas a nivel global que velan por mejorar los hábitos nutricionales desde edad temprana y existen organizaciones que vigilan progresivamente los avances y resultados (1).

Asimismo, los hábitos alimentarios son conductas conscientes, colectivas y repetitivas, que conllevan a las personas a escoger, ingerir y beneficiarse de los alimentos o dietas, en consecuencia, a las repercusiones sociales y culturales (2).

Conforme a ello, se evidencia la aparición de problemas y desordenes de alimentación como consecuencia a los hábitos y estilos de vida de los diferentes grupos de población, como son la obesidad y el sobrepeso. No obstante, los programas de nutrición infantil incentivan a evitar el consumo de alimentos chatarra; siendo México, país donde aún no se implementan estos reglamentos aprobados a nivel escolar (3).

Existen dos variables que están asociadas y son sujeto de estudios para registrar la implicancia de su acción en el estado nutricional de la población geriátrica; estas son la depresión y la malnutrición. Se ha observado que existe un mayor riesgo de padecer malnutrición aquella población geriátrica que presenta depresión; al contrario de los que no presentan depresión se observa un mejor estado nutricional, sumado a los conocimientos de nutrición y seguridad alimentaria adquiridos a través de la intervención educativa nutricional (4).

La escolaridad es la etapa donde se observa un mayor impacto en la promoción de la buena alimentación de la población joven, por lo que es importante realizar esfuerzos para lograr intervenciones que ayuden a concientizar y desarrollar buenos hábitos alimenticios que perduren en la población a largo plazo y así establecer conductas nutricionales sanas en funciones de una buena alimentación rica y balanceada (5).

Un alto porcentaje de los estudiantes universitarios aztecas realizan actividad física beneficiándose de esta manera en su salud, reduciendo algunos factores de riesgo y adoptando estilos de vida saludable. En comparación con un bajo porcentaje de estudiantes que no realizan tal actividad y no cumplen con una dieta adecuada aun contando con los conocimientos necesarios de calidad y cantidad. Dando lugar a la necesidad de incentivar y promover la educación nutricional, previniendo riesgos sanitarios, mejorando la calidad de vida y salud en la edad adulta (6).

Del mismo modo, existe un estudio en Perú donde se logró recolectar y plasmar información veraz acerca de perfiles, hábitos y estrategias de consumo sobre productos dietéticos de consumidores habituales, el cual resulta de importancia para el desarrollo e implementación de estrategias dirigidas a la población vulnerable y promover así su consumo saludable, abordando la etapa inicial como escalón base, creando consciencia sobre la nutrición responsable al alcance de todos (7).

Asimismo, en territorios como la sierra rural se observa que no existe un consumo energético adecuado según las necesidades recomendadas, resaltando los carbohidratos como nutriente principal con evidencias de niveles bajos en el consumo de grasas y proteínas. Esto se suma a diversos factores que reflejan la aparición y permanencia del exceso de peso en la población del país; por su parte, este estudio aporta información para mejorar factores nutricionales y calidad de vida (8).

De igual forma, existe una relación estrecha entre sobrepeso/obesidad y los índices de peso, talla y edad, dado que el balance energético (consumo de energía recomendada) cuando se expresa con rasgos ligeramente positivos predispone a los niños hacia la obesidad en relación a los índices P/T y P/E, a diferencia de un adecuado estado nutricional, reflejado por el índice T/E producto del balance energético equilibrado o positivo, reflejado en el estudio llevado a cabo (9).

Aparte, se han obtenido resultados de estudios en adolescentes que poseen conocimientos regulares acerca de las cantidades de verduras y frutas que deben consumir al día y los aportes de proteínas, azúcares, sal y fibra de cada alimento con desconocimiento de las consecuencias de una mala alimentación; sin embargo, dichos adolescentes se observaron con conductas

favorables y positivas encaminadas a una buena alimentación aunque sus estilos de vida enmarcan sus consumos dietéticos insanos en el día a día (10).

Por otro lado, existe un enorme problema debido a la poca información que posee la sociedad, sobre todo los jóvenes, acerca de las bebidas energizantes o estimulantes, evidenciándose un conocimiento vago sobre los beneficios y consecuencias enmarcados al consumir estos productos y muchas veces al asumir que son bebidas que hidratan; siendo necesaria la intervención de profesionales de salud en colegios y centros de educación universitaria con enseñanzas acerca del consumo de estas bebidas, para crear conciencia (11).

Siguiendo con este razonamiento, en general, existe un nivel medio en cuanto al conocimiento que poseen los jóvenes universitarios de una nutrición saludable; donde, si se comparan estudiantes de diversas profesiones se podrá observar una diferencia notoria, de un mayor nivel de conocimiento, que poseen los estudiantes de la rama de la salud en comparación a otras ramas (12).

Así pues, siguiendo las líneas de los acontecimientos, se ha observado que existe una cantidad importante de personas que asisten al centro de atención de salud privado que, mantienen una nutrición y/o alimentación poco saludable o inadecuada, evidenciándose en la afluencia enmarcada que acuden a la emergencia por presentar dolores abdominales recurrentes, náuseas, vómitos y diarreas entre otros síntomas, debido a los malos hábitos alimenticios y/o dietas que llevan en el día a día, muchas veces terminando en procedimientos médico-quirúrgicos como consecuencia por complicaciones de estos, como puede ser la colecistitis calculosa aguda o crónica y las úlceras gástricas.

Aquellos aspectos tomados en cuenta, hacen posible comprender la relevancia de la dieta, entendiéndose que ésta, es un sistema habitual de alimentación que sigue una persona en busca de satisfacer las demandas energéticas y demás nutrientes necesarios para ella; se considera una dieta acorde aquella que brinda todos los ingredientes nutritivos necesarios en cantidades pertinentes para un individuo determinado en función de su edad, talla, sexo, peso, actividades diarias y estado de salud. Sin embargo, actualmente la dieta se considera como una doctrina en el bajo consumo de kilocalorías para lograr una disminución de peso, olvidándose que también existen dietas para lograr el efecto contrario y aumentar el peso corporal, y que

el termino de “estar a dieta” no solo aplica para el bajo consumo kilocalorías (13).

Siguiendo con este aspecto y basándonos en la temática planteada, podemos comprender que la dieta balanceada es aquella que aporta una variedad de alimentos, de los diferentes grupos, en cantidades necesarias para cubrir los requerimientos de todos los nutrientes y en condiciones para satisfacer las necesidades personales y para poder cumplir con esta, es importante la cantidad, la calidad, la presentación, las texturas, los sabores y aromas agradables y placenteros (13).

Se sabe que la dieta es importante para las personas como individuos, asiéndose necesario la comprensión de los aspectos que la componen; entre los cuales se puede mencionar a los alimentos, estos son sustancias o productos naturales o elaborados, solidos o liquidas, que son ingeridos y digeridos por los seres vivos, estos contienen características agradables para el consumo y están compuesto por diversos nutrientes que tienen el fin de restituir las perdidas por actividades que genera el cuerpo (13,14).

No solo los alimentos se involucran en una dieta determinada sino también los nutrientes que pertenezcan a estos alimentos, definiéndose estos como las sustancias que los componen y que son de gran utilidad para el metabolismo orgánico que competen a los grupos denominados como proteínas, hidratos de carbono, grasas, vitaminas, sustancias minerales y agua. Estos nutrientes se clasifican en dos grandes componentes que son los macronutrientes y los micronutrientes (15).

En ese mismo sentido, al determinar los componentes de la dieta que se han descrito previamente, nos enfocamos en los pasos y procesos que conllevan a realizar una dieta ya sea en función de disminuir el peso o aumentarlo según lo deseado. Estos procesos son la alimentación y la nutrición; basándose en que cada proceso es único y no indiferente el uno del otro ya que pueden aplicarse por separados, pero si se aplican en conjunto se logra un resultado deseado y mejora la condición de salud del individuo.

Por una parte, se tiene a la alimentación, la cual es un proceso voluntario y consciente mediante el cual se realizan acciones con los que tomamos los alimentos del exterior que son necesarios para obtener energía y sustancias nutritivas y conllevan a un buen estado de salud (15).

Asimismo, se encuentra la nutrición que se define como el proceso mediante el cual se consume, absorbe y se utilizan los nutrientes que son vitales para el desarrollo integral y el crecimiento funcional del cuerpo, logrando así optimizar el estado de salud y de la vida del individuo (15).

Sin embargo, la nutrición y la alimentación son procesos como se menciona anteriormente, y estos están sujetos a la correcta utilización de los compuestos orgánicos que los integran como lo son los macronutrientes y los micronutrientes; cada uno cumple una función especial y determinada en el organismo y son vitales para el correcto ciclo de la vida y su mantenimiento.

Es así como los macronutrientes orgánicos son nutrientes que son esenciales para la vida y son requeridos en grandes cantidades diariamente ya que brindan en noventa por ciento (90%) del peso neto de la dieta y su energía al cien por ciento (100%), estos están integrados por los hidratos de carbono, las grasas, el agua y las proteínas; mientras que, los micronutrientes son igualmente esenciales para el correcto metabolismo de los macronutrientes ya que ayudan en la catalización de estos (aumentar la velocidad de absorción mediante una reacción química), y están conformados por las vitaminas y los oligoelementos (15).

Llegado a este punto, no es correcto mencionar de manera exclusiva los aspectos previos mencionados, sino que se hace necesario resaltar o destacar que existen teorías de enfermería que son relevantes o se relacionan y que van en dirección de la temática en cuestión.

Es así que, cabe destacar la teoría de enfermería que plantean el autocuidado por parte de la persona logrando así un estado de salud óptimo o deseado de manera individual, entre las cuales existen dos teorizantes que representan explícitamente estos conceptos, estas son Virginia Henderson (1897-1996) y Dorothea Orem (1914-2007); donde plantean que una de las partes de las necesidades del ser humano es comer y beber adecuadamente y está relacionado con los requisitos del desarrollo y las alteraciones de la salud.

Diversos estudios han sido desarrollados tomando en cuenta la problemática y variable de investigación.

A nivel internacional, Lull-Caverlotty, Semprevivo-Sainz, Torres- Martis, en el año 2021, realizaron un estudio en Chile cuyo objetivo fue evaluar el conocimiento y la adherencia auto reportada en los adultos que conviven en

Chile y con una dieta libre de gluten, durante el año 2021, tuvieron una población con una muestra de 180 personas realizando la dieta respectiva por más de tres meses por razones diversas; para la recolección de datos, fue empleada una encuesta que incluía 19 preguntas plasmadas en un formulario de Google el cual se difundió por redes sociales; y, tomando en cuenta las conclusiones, las encuestas mostraron que ningún participante logró el total de respuestas correctas obteniendo como mejor resultado 17/19 según listado de alimentos entregado y donde se interpreta que un mayor conocimiento, no necesariamente genera una apropiada adherencia a la dieta (16).

A propósito de los hábitos alimenticios, Acosta-Zaga, en el año 2020, realizó un estudio en Ambato, Ecuador; donde su objetivo era valorar la influencia de los hábitos alimenticios y como afecta en el índice de masa corporal de los Adultos de 35 a 59 años de edad del Cantón Salcedo, Provincia de Cotopaxi. Siendo una investigación descriptiva-observacional en el cual participaron 118 individuos con rango de edades de 35 años a 59 años y se utilizó con el fin de ver como los hábitos alimenticios afectaban al IMC de las personas, evidenciándose que las personas en su mayoría llevaban malos hábitos alimenticios siendo las mujeres el grupo que más sobresale e igualmente con el IMC; y, dando como resultado que la mitad de la población encuestada sufre de sobrepeso u obesidad, de los cuales las mujeres tienen mayor prevalencia de sufrir obesidad y los hombres de padecer sobrepeso (17).

Por otro lado, Sánchez-Salguero, en el 2020, realizó una investigación en Madrid, España; donde su objetivo era estudiar la relación entre los hábitos alimenticios de las personas y la influencia que tiene la cultura sobre los mismos: comparativa entre Estados Unidos y España; basándose en la salud y en las enfermedades cardiovasculares que se pueden desarrollar si se lleva un estilo de vida poco saludable. Es así, como logro interpretar su valor mediante un trabajo empírico a través de dos encuestas que han distribuido en España y en Estados Unidos y los resultados concluyeron que la cultura tiene influencia en los hábitos alimenticios y de cómo difieren en ambos países (18).

A nivel nacional, Alcantara-Rodriguez, en el año 2022, consideró un estudio en Lima, Perú; cuyo objetivo fue evidenciar la efectividad del índice glicémico y de la dieta alta en proteína en el mantenimiento de la pérdida de peso de pacientes con sobrepeso u obesidad, mediante un estudio de

metodología de Nutrición Basada en Evidencia (NuBE); la búsqueda de la información realizada dio con la obtención de 61 artículos en donde seleccionó 10 que fueron evaluados por la herramienta para la lectura crítica CASPE y seleccionando finalmente en Ensayo Clínico Aleatorio titulado como “Mantenimiento de la pérdida de peso en sujetos con sobrepeso con una dieta ad libitum considerando dietas bajas o altas en proteínas e índice glicémico: resultados de ensayo DIOGENES a los 12 meses”. El comentario crítico permitió concluir que el alto contenido de proteína en la alimentación ad libitum es efectivo en el mantenimiento de la pérdida del peso (19).

Por su parte, Coca-Jurado, en el año 2019, realizó un estudio en Lima, Perú; cuyo objetivo fue determinar la relación del nivel de conocimiento de los padres sobre alimentación infantil y el estado nutricional en el grupo de preescolares del Colegio Adventista Unión, 2017, mediante un estudio cuantitativo de diseño observacional, descriptivo y transversal. Utilizaron una muestra de 50 preescolares de 3 años a 4 años y 9 meses, aplicando una técnica de encuesta y un instrumento tipo cuestionario estructurado validado de un estudio para medir los conocimientos, concluyendo que se evidencia de manera significativa la asociación entre el nivel de conocimiento de los padres sobre alimentación infantil y el estado nutricional de preescolar (20).

Con respecto a la línea de investigación, Mallma-Ccaccya; Gonzales-Buleje, en la actualidad año 2023, realizaron una investigación con la ejecución del objetivo de establecer la relación entre el nivel de conocimiento sobre la suplementación con multimicronutrientes en menores de 4 años y la anemia. Utilizaron un diseño básico, transversal, relacional y no experimental. Su población consto de 120 madres con una muestra de 92; utilizaron la encuesta como técnica y un instrumento tipo cuestionario en base a 12 preguntas concluyendo que existe una relación moderada entre el nivel de conocimiento y la anemia, lo que mantiene que a mayor conocimiento debe evidenciarse menor anemia ya que si se suministran y emplean de manera idónea los suplementos de micronutrientes generan efectos positivos (21).

Dicho esto y tomando en cuenta la temática, el presente estudio se desenvuelve y plantea el interés por resaltar los hábitos alimenticios que voluntariamente o involuntariamente, consciente o inconscientemente practican y ejercen las personas en sus ámbitos de manera cotidiana, involucrando así

una alimentación y nutrición única e independiente y en algunos casos dependientes de otras personas como en el caso de los niños, ya que estos, siempre están sujetos a las posibilidades de que sus padres les brinden en cuanto a los alimentos de manera diaria.

Todo esto visto de manera implícita, revela la importancia de conocer y entender acerca de las dietas involucradas en los actos individuales y colectivos de las personas sujetas a sus estilos de vida y hábitos nutricionales que son en algunos casos dependientes de su cultura y sus preferencias dependiendo de la etapa de la vida en que se encuentre; de no ser así, se estaría haciendo caso omiso a las necesidades del paciente.

Siguiendo con este razonamiento y tomando en cuenta la justificación teórica, los elementos enfatizados se basan en los cimientos de carácter científico, previo análisis de las conductas alimenticias y/o hábitos nutricionales señalados junto con la obtención de los resultados, se logrará mejorar el conocimiento justificando así las mejoras pertinentes de la atención y acción, respecto a los atributos de obtener y emplear una dieta saludable por la persona, según sea la deseada y este acorde a sus necesidades y preferencias.

Con base a la justificación social y práctica, quienes se favorecen serán las personas (pacientes) que acuden a las instalaciones de atención de salud como lo son hospitales y clínicas puesto que, las adversidades conjuntas involucradas al tema de interés influyen en forma directa sobre las dietas que emplean las personas (pacientes) y al plantear una solución práctica, se establecen alternativas/opciones para dar paso a mejoras respecto a los hábitos alimenticios y rendimientos nutricionales favorables al individuo.

Desde el punto de vista metodológico, esta investigación brinda planes y herramientas para la aplicación de estrategias pertinentes para el crecimiento y desenvolvimiento de futuras investigaciones venideras que puedan ser de beneficio a favor del paciente.

De lo explicado anteriormente en relación a las diversas dietas que están direccionadas por los hábitos alimenticios y efectos nutricionales consecuentes que presentan las personas, surge el siguiente objetivo de investigación.

Determinar los hábitos alimentarios en pacientes que acuden al servicio de emergencia de una clínica privada en Lima-Perú, 2024.

II. MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Enfoque y diseño

La presente investigación considera un enfoque cuantitativo ya que se acentúa de manera clara el análisis numérico estadístico, porque considera que los datos se recolectan a partir de una variable operacionalizada en donde es organizada dicha información obtenida y plasmada en el sistema que le corresponde.

Al respecto, se manifiesta que: “El enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (22).

Además, este trabajo toma en cuenta el diseño no experimental y corte transversal, ya que en el presente estudio no se manipula la variable de estudio que orienta el proceso investigativo, solo se observa y luego se analizan los datos obtenidos en un momento específico, único y directo sin repetir el proceso con cada encuestado.

Respecto a lo señalado se comenta que: “La investigación no experimental se realiza sin la manipulación deliberada de variables y sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural ...” (22). Además, se señala que: “Los diseños transeccionales (transversales) corresponde a investigaciones que recopilan datos en un momento único (22).

Se considera el alcance descriptivo ya que se especifican las características de manera detallada tal cual se manifiestan en el estudio. Este tipo de alcance “...busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (22).

2.2 Población, muestra y muestreo (criterios de inclusión y exclusión)

La población de estudio estará conformada por los pacientes que acuden al servicio de emergencias adulto, siendo en promedio la cantidad de pacientes que acuden en un tiempo de dos meses (Julio-Agosto) considerando que dicha cantidad corresponde aproximadamente a 50 personas con signos y síntomas asociados a dolor abdominal, diarreas, náuseas, vómitos; y , debido a que es una población variante, para tal

propósito se incluirá a la totalidad de la población y para la muestra se considerara un muestreo no probabilístico direccionado a aquellas personas con las cuales se pueda establecer comunicación directa.

2.3 Variable(s) de estudio

En función de la variable de estudio, es decir, los hábitos alimentarios, se manifiestan las siguientes definiciones:

Definición conceptual:

Los hábitos alimentarios son conductas conscientes, colectivas y repetitivas, que conllevan a las personas a escoger, ingerir y beneficiarse de los alimentos o dietas, en consecuencia, a las repercusiones sociales y culturales (2).

Definición operacional:

Será posible la obtención de información a partir de dicha variable gracias a la identificación de indicadores y especificación de valor en el instrumento de recolección denominado cuestionario de hábitos alimenticios.

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos (criterios de validez y confiabilidad)

Los datos serán obtenidos a través de la técnica de encuesta, esta consiste en la obtención de información directa los participantes o integrantes de manera directa. Respecto a los instrumentos necesarios para el registro de datos pertinentes, se tomará en cuenta el cuestionario de hábitos alimentarios, adaptado y validado por Ferro y Maguiña en el 2012, de un cuestionario de hábitos alimentarios diseñado en Estados Unidos en el año 2007; el mismo fue posteriormente, adaptado por Puente en el 2016.

Este instrumento consta de 35 ítems/preguntas y está compuesto por los siguientes indicadores: “número de comidas consumidas, frecuencia de consumo de comidas principales, lugar donde se consumen los alimentos, compañía a la hora de la alimentación, tipo de preparación, consumo de refrigerios, consumo de bebidas, frecuencia de consumo de alimentos, tiempo de consumo de alimentos, consumo de azúcar y sal” (23).

Dicho instrumento, cumple con el criterio de validez al haber sido evaluado por 3 jueces expertos, alcanzando una concordancia y aprobación del 93%; además, según el criterio de confiabilidad, será necesario el empleo de la herramienta señalada en una prueba piloto, tomando en cuenta una

cantidad importante de participantes para obtener el coeficiente respectivo, que sustentará la consistencia interna del instrumento, mediante la prueba Alfa de Cronbach (23).

2.5 Plan de recolección de datos

2.5.1 Autorización y coordinaciones para la recolección de datos

Teniendo en cuenta que es indefectible y necesaria la carta de presentación que es brindada por la institución universitaria mediante la cual se expide la autorización y valía a la autoridad correspondiente en la clínica privada Santa Martha Del Sur, donde se estima el reconocimiento de las características inherentes de espacio y periodos en los cuales se pondrá en práctica el instrumento de recolección de datos.

2.5.2 Aplicación de instrumentos de recolección de datos

Teniendo establecida la población de estudio, se explica brevemente sobre el llenado del instrumento y se dispone la entrega de formularios y/o cuestionarios para ser desarrollados por los participantes en un lapso promedio de veinte (20) minutos de manera individual. Luego, se procederá a reunir dichos instrumentos con el fin de asentar la información recabada.

2.6 Métodos de análisis estadístico

Realizada la central de datos, se ejecutará el análisis estadístico descriptivo, teniendo en cuenta la presentación de frecuencias. Asimismo, en función de la finalidad del estudio, se tomará en cuenta la prueba estadística descriptiva, la cual permitirá identificar en coeficiente correspondiente.

2.7 Aspectos éticos

De acuerdo a los principios de respeto, beneficencia y justicia; el respeto involucra la participación de los involucrados en los procedimientos, considerando su autonomía en la toma de decisiones. Según la beneficencia, se facilitará la información necesaria de la investigación a los 50 participantes tomando en cuenta las condiciones necesarias y así lograr el bienestar hacia los mismos, evitando daños subsecuentes a los procedimientos de la investigación. Finalmente, los rasgos positivos serán destinados a la totalidad de los involucrados sin distinción alguna, ya que las acciones pertinentes

serán tomadas de acuerdo a los participantes y a las condiciones de los mismos en específico de acuerdo a sus síntomas y condiciones de salud.

III.ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

3.1 Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	2024																			
	ABRIL-MAYO				JUNIO-JULIO				AGOSTO-SEP				OCT-NOV				DICIEMBRE			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Propuesta de la problemática	+	+																		
Identificación de fuentes de información			+	+	+		+	+	+											
Redacción:Situación problemática, aspectos teóricos y estudios previos.			+	+	+		+	+	+											
Justificación del estudio			+	+	+		+	+	+											
Propósitos del estudio			+	+	+		+	+	+	+										
Materiales y métodos: Enfoque y diseño del estudio				+	+		+	+												
Características de la población y muestra								+	+		+	+								
Técnicas y herramientas para recolectar datos								+	+		+	+	+							
Selección de prueba estadística								+	+	+		+	+							
Consideraciones éticas												+	+	+	+					
Planificación de actividades y de recursos financieros																	+	+	+	+
Anexos																	+	+	+	+
Presentación del proyecto																	+	+		

3.2 Recursos financieros

(Presupuesto y Recursos Humanos)

	MATERIALES	CANTIDAD	COSTO EN SOLES	TOTAL
UTILES/EQUIPOS	LAPTOP	1	2200	2200
	USB	3	10 C/U	30
	LAPICEROS	3	3 C/U	9
	HOJAS BOND A4	100	0.2 C/U	20
MATERIAL BIBLIOGRAFICO	LIBROS	7	20 C/U	140
	FOTOCOPIAS	30	0.5 C/U	15
	IMPRESIONES	80	1 C/U	80
	ESPIRALADO	5	10 C/U	50
OTROS	MOVILIDAD		200	200
	ALIMENTOS	50	300	300
	LLAMADAS	40	80	80
	INTERNET		100	100
R.R.H.H.	DIGITADORA	1		250
	IMPROVISTOS		100	100
TOTAL				SI. 3574

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Dieta sana [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2023 [citado 11 de mayo de 2023]. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/healthy-diet#tab=tab_3
2. Fundación Española de la Nutrición. Hábitos alimenticios. 2014. [citado en 29 de agosto de 2023]. En: Fundación Española de la Nutrición (FEN) [Internet]. Madrid. Fundación Española de la Nutrición (FEN). [aproximadamente 1 pantalla]. Disponible en: <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>
3. Gómez-Herrera J. Causas y Consecuencias Sistémicas de la Obesidad y el Sobrepeso. Rev Reh-Revist Educac E Humanid [Internet]. 2020 [citado 11 de mayo de 2023];1(2):157-178. Disponible en: <https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/reh/article/view/7919/5636>
4. Arauco-Lozada T, Garrido-Carrasco P, Farran-Codina A. Impacto sobre el riesgo de malnutrición y depresión en un ensayo clínico con intervención educativa nutricional en adultos mayores no institucionalizados, receptores de un servicio de teleasistencia en la ciudad de Tarrasa (España). Rev SCIEL Espa [Internet]. 2021 [citado 19 de mayo de 2023]; 38(2). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112021000200260&script=sci_arttext&lng=en
5. Alemán- Castillo S, Perales-Torres A, González-Pérez A, Ríos-Reyna C, Bacardí-Gascón M, Jiménez-Cruz A, y otro. Intervención para modificar hábitos alimentarios en los refrigerios de escolares de una ciudad fronteriza México / Estados Unidos. Rev Glob Heal Prom [Internet]. 2021 [citado 19 de mayo de 2023]; 29(3): 178-187. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/17579759211062134>
6. Campos-Ramos C, Gutierrez-Hernandez R, Rentería-Reveles A, Álvarez-Sánchez J, Medina-Díaz A. Autopercepción de una dieta correcta y realización de actividad física en estudiantes universitarios. Rev Cient Multid

- [Internet]. 2023 [citado el 19 de mayo de 2023]; 7(1): 4279-4297. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4755/7204>
7. Palafox-Carlos H, Wall-Medrano A, Veldarrain-Rodriguez G. ¿Quién está consumiendo productos dietéticos en Perú? Reporte de consumo de una encuesta transversal no probabilística. Rev Horiz Med [Internet]. 2022 [citado en 6 de junio de 2023]; 22(2): 09. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/hm/v22n2/1727-558X-hm-22-02-e1761.pdf>
 8. Cárdenas-Quintana H, Roldan-Arbieto L. Consumo de energía y nutrientes, pobreza y área de residencia de la población adulta de Perú. Rev Nutr Clín Diet Hosp [Internet]. 2020 [citado el 6 de junio de 2023]; 40(4): 39-47. Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/84/65>
 9. Díaz-Ortega J, Farfán-Córdova M. Balance energético y estado nutricional en niños preescolares, Huanchaco, Trujillo, Perú, 2014. Rev Cub de Sal Públ [Internet]. 2020 [citado el 6 de junio de 2023]; 46(1): 11. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2020.v46n1/e1150/es>
 10. Fustamante-Ticlla Y, Quispe-Nuñoncca G. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre una alimentación saludable en adolescentes de dos Instituciones Educativas Públicas, Lima Este-2018. Rev Cien de Cien de la Sal [Internet]. 2019 [citado el 28 de junio de 2023]; 12(1): 6. Disponible en: https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1203/1525
 11. Molleapaza-Quispe J, Ramírez-Quispe E. Conocimiento y consumo de bebidas energizantes, en estudiantes de la escuela Profesional de Ingeniería Ambiental de una universidad privada de Lima Este. Rev Cien de Cien de la Sal [Internet]. 2020 [citado el 28 de junio de 2023]; 3(1): 4. Disponible en: https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1349/1690
 12. Reyes-Narvaez S, Oyola-Canto M. Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. Rev Chil Nutr [Internet]. 2020 [citado el 28 de junio de 2023]; 47(7): 5. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v47n1/0717-7518-rchnut-47-01-0067.pdf>

13. Rodríguez G. Alimentación y nutrición aplicada. [Internet]. Bogotá: Universidad El Bosque; 2018 [Citado el 24 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.digitaliapublishing.com/viewepub/?id=60548>
14. Equipo editorial, Etecé. Alimentos. [Internet]. Argentina: Etecé; 2022 [Citado el 24 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://concepto.de/alimentos/>
15. Pérez R. Nutrición y Dietética: introducción teórico-práctica. [Internet]. 2° ed. Málaga: ICB Editores; 2012 [Citado el 25 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.digitaliapublishing.com/viewepub/?id=109183>
16. Lull-Caverlotty F, Semprevivo-Sainz R, Torres-Martis F, Conocimiento y adherencia auto reportada sobre la dieta libre de gluten en adultos en Chile 2021. [Tesis de Licenciatura en Nutrición y Dietética]. Chile: Universidad Del Desarrollo; 2021. Disponible en: <https://repositorio.udd.cl/items/570f07e3-403c-46fb-870a-4d185cc8a70f>
17. Acosta-Zagal M. Hábitos alimenticios y su relación con el índice de masa corporal en adultos de 35 a 59 años de edad del Cantón Salcedo, Provincia de Cotopaxi en el periodo septiembre 2019 – febrero 2020. [Tesis de Licenciatura en Enfermería]. Ambato, Ecuador: Universidad Técnica de Ambato; 2020. Disponible en: <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31094/2/TESIS%20Marcos%20Acosta.pdf>
18. Sánchez-Salguero L. Influencia de la cultura en los hábitos alimenticios. Comparativa entre Estados Unidos y España. [Tesis de Grado en Administración y Dirección de Empresas]. Madrid, España: Universidad Pontificia Comillas; 2020. disponible en: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/37263>
19. Alcantara-Rodriguez M. Revisión crítica: efecto del índice glicémico y dieta alta en proteína en el mantenimiento de peso en pacientes con sobrepeso u obesidad. [Tesis de Segunda Especialidad en Nutrición Clínica con mención en Nutrición Renal]. Lima, Perú: Universidad Norbert Wiener; 2022. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/6309>

20. Coca-Jurado M. Nivel de conocimiento de padres sobre alimentación infantil y estado nutricional de preescolares del colegio unión 2017. [Tesis de Maestría en Gestión de Negocios de Nutrición]. Lima, Perú: Universidad San Ignacio De Loyola; 2019. Disponible en: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/5693fee4-4a9c-4084-bed8-0e7e801180eb/content>
21. Mallma-Ccaccya J, Gonzales-Buleje E. Nivel de conocimiento de las madres acerca de la suplementación con multimicronutrientes en menores de 4 años y su relación con la anemia, Centro de Salud de Talavera, 2022. [Tesis de Licenciatura en Enfermería]. Andahuaylas-Apurímac, Perú: Universidad Tecnológica De Los Andes; 2023. Disponible en: https://repositorio.utea.edu.pe/bitstream/utea/526/1/Nivel%20de%20conocimiento%20de%20las%20madres_Mallma%20Ccaccya_Joselyn%20N_Gonzalez%20Buleje_Erika%20A.pdf
22. Hernández-Sampieri R, Fernández-Collado C, Baptista-Lucio M. Metodología de la Investigación. [Internet]. 6^{ta} ed. México D.F.: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A.; 2014. [Citado el 8 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://perio.unlp.edu.ar/catedras/wp-content/uploads/sites/151/2021/08/Hernandez-Sampieri.-Metodologia-de-la-investigacion.pdf>
23. Castillo-Contreras L, Vivancos-Condori J. Hábitos alimentarios, actividad física y nivel de estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Este, 2019. [Tesis de Licenciatura en Nutrición Humana]. Lima, Perú: Universidad Peruana Unión; 2019. Disponible en: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1943/Luis_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo A. Operacionalización de la variable

Variable	Definición	Indicadores	Valor	Criterios para asignar valores
Hábitos alimentarios	Son conductas conscientes, colectivas y repetitivas, que conllevan a las personas a escoger, ingerir y beneficiarse de los alimentos o dietas, en consecuencia, a las repercusiones sociales y culturales	Numero de comidas	Adecuado: > de 3 comidas al día Inadecuado: Menos de 3 comidas	Hábitos alimentarios adecuados: > 51 puntos y tener un consumo diario de al menos dos comidas principales
		Frecuencia de consumo de comidas principales	Adecuado: Consumo diario de comidas principales Inadecuado: consumo no diario de las 3 comidas principales	
		Lugar donde se consumió las comidas principales	Adecuado: En casa, en universidad. Inadecuado: En los restaurantes, quioscos o en puestos ambulantes	
		Compañía en la hora de la alimentación	Adecuado: Con compañía Inadecuado: Solo(a)	
		Tipo de Comida	Adecuado: Comida guisada (tipo comida de casa). Inadecuado: Comida no balanceada: light, chatarra (hamburguesas, hot dogs, snack, galletas), vegetariana, pollo a la brasa-pizzas	
		Tipo de preparación de las comidas principales	Adecuado: Guisado, sancochado o a la plancha o al horno Inadecuado: Frituras	
		Consumo de Refrigerios entre comidas	Adecuado: Frutas, frutos secos, lácteos o cereales integrales Inadecuado: Alimentos industrializados: Hamburguesas, snack (papas en hojuelas, chifles, canchitas, palitos de maíz, tortillas de maíz), galletas, helados o nada	
		Consumo de Bebidas	Con las comidas principales Adecuado: Agua natural, jugos, zumos o refrescos Inadecuado: Otros tipos de bebidas Acompañando las Menstras Adecuado: Con Bebidas cítricas, refrescos o jugo de frutas o agua. Inadecuado: infusiones, lácteos, gaseosas, etc.	

			<p>Durante el día Adecuado: Producto lácteo o derivados (leche y/o yogurt), avena, agua o refrescos Inadecuado: Otros tipos de bebida con aporte insuficiente aporte nutricional o muy calóricos</p> <p>Lácteos y derivados Adecuado: Diario o Interdiario Inadecuado: Igual o menos de 3 días a la semana</p> <p>Acompañamiento del pan Adecuado: Acompañado de alimentos proteicos o con contenido de grasas insaturadas Inadecuado: Acompañado de alimentos con alto porcentaje de grasa saturadas e hipercalóricos</p> <p>Carne de Res o Cerdo Adecuado: Consumo de 1 -2 veces por semana Inadecuado: Consumo de menos de una vez por semana ó más de 2 veces por semana</p>	
		Frecuencia de Consumo de alimentos	<p>Carne Pollo Adecuado: Consumir por lo menos 1- 2 veces por semana Inadecuado: Consumo de menos de una vez por semana</p> <p>Carne de Pescado Adecuado: Consumo de por lo menos 1-2 veces por semana Inadecuado Consumo de menos de una vez por semana</p> <p>Huevo y forma de preparación Adecuado: Consumir por lo menos 1-2 veces por semana, sancochado, escalfado o pasado Inadecuado: Consumo de menos 1 vez a la semana, en frituras o preparaciones</p> <p>Menestras Adecuado: Consumir por lo menos 1- 2 veces por semana o interdiario. Inadecuado: Consumo de menos 2 vez a la semana</p> <p>consumo de verduras Adecuado: Consumir de manera diaria Inadecuado: consumo no diario de verduras</p>	<p>Hábitos alimentarios inadecuados: <= 51 puntos o NO tener un consumo diario de al menos dos comidas principales</p>

			consumo de frutas Adecuado: Consumir de manera diaria Inadecuado: consumo no diario de frutas
			Sal a las comidas ya preparadas Adecuado: No adicionarles sal a las comidas ya preparadas Inadecuado: adición de sal a las comidas ya preparadas
			Azúcar Adecuado: Máximo 2 cucharaditas por vaso o cucharada al ras Inadecuado: más de 2 cucharaditas por vaso o cucharadas al ras
		Tiempo de consumo de las comidas principales (5)	Desayuno: adecuado :>10 minutos Inadecuado: <10 minutos
			Almuerzo: adecuado :>15 minutos Inadecuado: <15 minutos
			Cena: adecuado :>15 minutos Inadecuado: <15 minutos

CUESTIONARIO DE HÁBITOS ALIMENTARIOS

Nombres y Apellidos: _____

Edad: _____ Sexo: F M

1) ¿Cuántas veces durante el día consume alimentos habitualmente?

- a. Menos de 3 veces al día
- b. 3 veces al día
- c. 4 veces al día
- d. 5 veces al día
- e. Más de 5 veces al día

2) ¿Cuántas veces a la semana toma desayuno?

- a. 1-2 veces a la semana
- b. 3-4 veces a la semana
- c. 5-6 veces a la semana
- d. Diario
- e. Nunca

3) ¿Dónde consume su desayuno?

- a. Casa
- b. Comedor universitario
- c. cafetín
- d. Quioscos
- e. Puestos de ambulante

4) ¿Con quién consume su desayuno?

- a. En familia
- b. Con amigos
- c. nadie

5) ¿Cuál es la bebida que acostumbra a tomar en su desayuno?

- a. Leche y/o Yogur bebible
- b. Jugos de frutas
- c. Avena-Quinoa- Maca-Soya
- d. Infusiones y/o café
- e. OTROS: _____

6) ¿Consume pan?

- Si (Pasar a la pgta. 6a)
- No (Pasar a la pgta.6b)

a) ¿Con qué acostumbra acompañarlo?

- a. Queso y/o Pollo
- b. Palta o aceituna
- c. Embutidos (hot dog, pate, chorizo, etc.)
- d. Mantequilla o Frituras (Huevo frito, tortilla, camote)
- e. Mermelada y/o Manjar blanco

Otros: _____

b) En caso de no consumir pan ¿Qué Consume?

7) ¿Qué es lo que acostumbra a consumir en media mañana?

- a. Frutas (Enteras o en JUGOS) o Frutos secos
- b. Hamburguesa

- c. Sándwich
- d. Snacks y/o Galletas
- e. no acostumbro
- f. Otros: _____

8) ¿Qué bebidas suele consumir durante el día?

- a. Agua Natural
- b. Refrescos o Infusiones (té, manzanilla)
- c. Gaseosas
- d. Jugos industrializados (cifrut, frugos)
- e. Bebidas rehidratantes (Gatorade, sporade)
- Otros: _____

9) ¿Cuántas veces a la semana suele almorzar?

- a. 1-2 Veces a la semana
- b. 3-4 Veces a la semana
- c. 5-6 veces a la semana
- d. Diario
- e. Nunca

10) ¿Dónde consume su almuerzo?

- a. Casa
- b. Comedor universitario
- c. Restaurant
- d. Traigo mi comida
- e. En los Puestos de ambulantes

11) ¿Qué suele consumir mayormente en su almuerzo?

- a. Comida típica, cacera o guisos
- b. Comida Vegetariana
- c. Comida Light
- d. Pollo a la brasa o Pizzas o pollo broaster
- e. hamburguesas, papa rellena

Otros: _____

12) ¿Qué es lo que acostumbra a consumir en media tarde?

- a. Frutas (Enteras o en JUGOS) o Frutos secos
- b. Hamburguesa
- c. sándwich
- d. Snacks y/o Galletas
- e. no acostumbro

Otros: _____

13) ¿Cuántas veces a la semana suele cenar?

- a. 1-2 Veces a la semana
- b. 3-4 Veces a la semana
- c. 5-6 veces a la semana
- d. Diario

14) ¿Dónde consume su cena?

- a. Casa
- b. Universidad
- c. Restaurante
- d. Quioscos
- e. Puestos de ambulantes

15) ¿Qué suele consumir mayormente en su cena?

- a. Comida típica, cacera o guisos
- b. Comida Vegetariana
- c. Comida Light
- d. Pollo a la brasa y / o Pizzas
- e. hamburguesas o salchipapa,
- f. Especificar: _____

16) ¿Con quién consume su cena?

- a. Con su familia
- b. Con sus amigos
- c. Sólo(a)

17) ¿Qué tipo de preparaciones suele consumir con más frecuencia durante la semana?

- a. Guisado
- b. Sancochado
- c. Frituras
- d. Al Horno
- e. A la Plancha

18) ¿El huevo en qué tipo de preparación lo suele consumir más?

- a. Sancochado
- b. Frito
- c. Escalfados
- d. Pasado
- e. En preparaciones (chifa, arrebozado)

19) ¿Con que bebida suele acompañar las menestras?

- a. Bebidas Cítricas (limonada, jugo de papaya o naranja)

- b. Refrescos de frutas
- c. Infusiones (te, anís, manzanilla)
- d. Gaseosas
- e. Agua natural

20) ¿suele consumir las menestras con ensaladas de verduras?

- a. Si
- b. No

21) ¿Cuántas cucharaditas de azúcar le agrega a un vaso y/o taza de bebida?

- a. Ninguna
- b. 1 cucharadita
- c. 2 cucharaditas
- d. 3 cucharaditas
- e. Más de 3 cucharaditas

Frecuencia de consumo de alimentos

<u>Frecuencia</u> Alimento	1-2 veces al mes	1-2 veces a la semana	Interdiario	Diario	Nunca	OTROS
Leche/yogurt						
Queso						
Res						
Cerdo						
Pollo						
Pescado						
Conserva de pescado						
Huevo						
Menestras						
Verduras						

Frutas						
Suele agregar sal a las comidas preparadas						

¿Cuánto tiempo demoras aproximadamente en

Desayunar?	
Almorzar?	
Cenar?	

PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO/TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Se le invita a participar en el presente estudio o investigación. Antes de considerar su participación, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

Título del proyecto: Hábitos Alimentarios En Pacientes Que Acuden Al Servicio De Emergencia De Una Clínica Privada En Lima-Perú, 2024

Nombre de los investigadores principales: Orozco Almeida, José

Propósito del estudio: Determinar los hábitos alimentarios en pacientes que acuden al servicio de emergencia de una clínica privada en Lima-Perú, 2024.

Beneficios por participar: Tiene la posibilidad de conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal), lo cual puede ser de mucha utilidad en su actividad cotidiana.

Inconvenientes y riesgos: Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

Costo por participar: Usted no hará gasto alguno durante el estudio, solo responder directamente las preguntas del cuestionario.

Confidencialidad: La información que usted proporcione estará protegida. Solo los investigadores podrán conocerla. Además, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

Renuncia: Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

Consultas posteriores: Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a Orozco Almeida José, autor de la investigación, para el despeje de cualquier duda, a través del correo electrónico orozcojose821@gmail.com .

Participación voluntaria: Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en el estudio.

Nombres y apellidos del participante o apoderado	Firma o huella digital
Nº de DNI/CE:	
Nº de teléfono	
Correo electrónico	
Nombres y apellidos del investigador	Firma
OROZCO ALMEIDA JOSE GREGORIO	
Nº de DNI/CE	
003829251	
Nº teléfono móvil	
906223018	
Nombres y apellidos del responsable de encuestadores	Firma
OROZCO ALMEIDA JOSE GREGORIO	
Nº de DNI/CE	
003829251	
Nº teléfono	
906223018	
Datos del testigo para los casos de participantes iletrados	Firma o huella digital
Nombre y apellido:	
DNI:	
Teléfono:	

***Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.**

Firma del participante

Lima, ____ de _____ del 20____