



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Tesis

Frecuencia de consumo de azúcares simples en adultos mayores con Obesidad
del A.H San Gabriel Alto-VMT, Lima, Perú

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Nutrición y Dietética

Presentado por:

Autor: Ramírez León, Kevin Williams

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-9340-6347>

Asesor: Mg. Lujan Torrealva, Franco Silvio

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0026-3332>

Lima – Perú

2026

	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 26/08/2026

Yo, Kevin Williams Ramírez León egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Programa Académico Profesional de **Nutrición y Dietética** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación "Frecuencia de consumo de azúcares simples en adultos mayores con obesidad del A.H San Gabriel Alto-VMT, Lima, Perú" Asesorado por el docente: Mg. Luján Torrealva, Franco Silvio DNI 44194332 **ORCID:** <https://orcid.org/0009-0003-7597-7043> tiene un índice de similitud de **15 (quince) %** con código trn:oid::14912:610022810 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
Firma de autor 1

Kevin Williams Ramírez León
DNI: 72727622

Firma de autor 2

Nombres y apellidos del Egresado

DNI:

.....
Firma

Luján Torrealva, Franco Silvio
DNI: 44194332

Lima, 26 de Agosto de 2026

ÍNDICE

DEDICATORIA A:.....	5
AGRADECIMIENTO A:.....	6
ÍNDICE DE TABLAS.....	7
RESUMEN.....	8
ABSTRACT.....	9
I. INTRODUCCIÓN.....	10
II. METODOLOGÍA.....	12
2.1. TIPO DE ESTUDIO.....	12
2.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	12
2.3. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	12
2.3.1. Población.....	12
2.3.2. MUESTRA Y MUESTREO.....	13
2.4. VARIABLES.....	15
Operacionalización de la variable.....	15
VARIABLES DE ESTUDIO.....	15
DEFINICIÓN CONCEPTUAL.....	15
DEFINICIÓN OPERACIONAL.....	15
DIMENSIONES.....	15
INDICADORES.....	15
INSTRUMENTOS.....	15
VALORES FINALES.....	15
TIPOS DE VARIABLES.....	15
ESCALA DE MEDICIÓN.....	15
Frecuencia de consumo de azúcares simples.....	15
Frecuencia con la que una persona consume alimentos y bebidas que contienen azúcares simples o añadidos.....	15
Herramienta ampliamente utilizada en estudios de investigación, sirve para relacionar la ingesta de azúcares simples con la obesidad u otros factores de riesgo.....	15
Consumo de alimentos azucarados.....	15
Frecuencia de consumo de bebidas azucaradas, galletas, dulces, helados, yogures, chocolates, café o infusiones azucaradas, postres, bebidas alcohólicas con azúcar.....	15
Encuesta/Cuestionario.....	15
➤ Nunca o casi nunca= 1.....	15
➤ 1 vez a la semana=2.....	15
➤ 2 a 4 veces por semana=3.....	15

➤ 5 a 6 veces por semana=4.....	16
➤ 1 vez al día=5	16
➤ 2 o más veces al día=6.....	16
Cuantitativa	15
Ordinal.....	15
Características sociodemográficas	16
Conjunto de características sociales y demográficas que describen a una población.	16
Edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, tipo de actividad obtenidos mediante encuesta.	16
Características sociodemográficas	16
Edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, tipo de actividad.	16
Encuesta	16
No aplica	16
Cualitativa	16
Nominal.....	16
2.5. PROCEDIMIENTOS Y TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN	17
2.6. ASPECTOS ÉTICOS	17
III. RESULTADOS.....	18
3.1. Resultados sociodemográficos.....	18
3.2. Análisis descriptivos de resultados (Frecuencia de consumo).....	19
IV. DISCUSIÓN.....	27
V. CONCLUSIÓN.....	28
VI. REFERENCIAS	29
VII. ANEXOS	31
II. Frecuencia de consumo de azúcares simples.....	34

DEDICATORIA A:

A Dios

Por todas las bendiciones en el camino, por darme las fuerzas día a día y escucharme en todas mis oraciones.

A mi familia

Mi madre Noemí por ser la mejor del mundo, ayudarme en todo mi proceso, y siempre creer en mí.

A mis tías, Aurora, Olivia, que son como una madre más.

A mi padre Richard por ayudarme las veces que pudo.

A mis amigos que me dio la vida, gracias por sus consejos.

AGRADECIMIENTO A:

- Al asesor Mg. Franco Silvio Lujan Torrealva, por su paciencia y vocación para guiarme y poder culminar mi informe de tesis. Estoy muy agradecido por su tiempo, y compromiso. Gracias por creer en mí y por ser un asesor excepcional.
- A mis docentes, gracias por sus enseñanzas y consejos de vida, gracias por su compromiso, a todos mis compañeros gracias por acompañarme en todo el proceso.

ÍNDICE DE TABLAS

	Nº
Tabla 1: Características sociodemográficas de los adultos mayores con obesidad del A.H San Gabriel Alto.	18
Tabla 2: Frecuencia de consumo de bebidas azucaradas industriales.	19
Tabla 3: Frecuencia de consumo de jugos naturales azucarados.	20
Tabla 4: Frecuencia de café, té o infusiones azucaradas.	21
Tabla 5: Frecuencia de consumo de postres caseros o de repostería con azúcares añadidos.	22
Tabla 6: Frecuencia de consumo de dulces, chocolates o golosinas.	23
Tabla 7: Frecuencia de consumo de cereales de desayuno azucarados o barras de cereales dulces.	23
Tabla 8: Frecuencia de consumo de helados o productos lácteos azucarados.	24
Tabla 9: Frecuencia de consumo de salsas, aderezos o productos procesados con azúcar añadido.	25
Tabla 10: Frecuencia de consumo de frutas en almíbar o en conserva con azúcares añadidos.	26
Tabla 11: Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas azucaradas.	27

Frecuencia de consumo de azúcares simples en adultos mayores con Obesidad
del A.H San Gabriel Alto-VMT, Lima, Perú.

Frequency of Simple Sugar Consumption Among Older Adults with Obesity in
the San Gabriel Alto-VMT Community, Lima, Peru.

Kevin Williams Ramírez León. Bachiller del Programa Académico de Nutrición y
Dietética. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Privada Norbert Wiener, Lima, Perú.

RESUMEN

La obesidad en el adulto mayor constituye un importante problema de salud pública debido a su asociación con enfermedades crónicas y el deterioro de la calidad de vida. En este contexto, el presente estudio tuvo como objetivo determinar la frecuencia del consumo de azúcares simples en adultos mayores con obesidad del A.H. San Gabriel Alto, Villa María del Triunfo, Lima, Perú, durante el año 2025. Se realizó una investigación de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 50 adultos mayores con obesidad, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. La recolección de datos se efectuó mediante un cuestionario validado de frecuencia de consumo de alimentos. Los resultados evidenciaron una elevada frecuencia de consumo de azúcares simples, principalmente a través de bebidas azucaradas industriales, jugos naturales endulzados, café, té e infusiones con azúcar, miel o panela, así como helados y productos lácteos azucarados. En contraste, el consumo de frutas en almíbar, cereales azucarados y bebidas alcohólicas azucaradas fue poco frecuente. Asimismo, las mujeres presentaron una mayor frecuencia de consumo en varias de las categorías evaluadas. Se concluye que los adultos mayores con obesidad presentan un elevado consumo de azúcares simples, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias de educación alimentaria y promover hábitos de vida saludables para prevenir y controlar la obesidad y sus complicaciones.

Palabras clave: Obesidad, adulto mayor, azúcares simples, frecuencia de consumo.

ABSTRACT

Obesity among older adults is a major public health problem due to its association with chronic diseases and a decline in quality of life. In this context, the objective of this study was to determine the frequency of simple sugar consumption among older adults with obesity at the San Gabriel Alto Health Center in Villa María del Triunfo, Lima, Peru, during the year 2025. A quantitative, descriptive, cross-sectional study was conducted. The sample consisted of 50 older adults with obesity, selected through non-probabilistic convenience sampling. Data were collected using a validated food frequency questionnaire. The results showed a high frequency of simple sugar consumption, primarily through commercially produced sugary beverages, sweetened fresh juices, coffee, tea, and herbal teas with sugar, honey, or panela, as well as ice cream and sweetened dairy products. In contrast, consumption of fruit in syrup, sugary cereals, and sugary alcoholic beverages was infrequent. Furthermore, women reported higher consumption rates in several of the categories evaluated. It is concluded that older adults with obesity have a high intake of simple sugars, which highlights the need to implement nutrition education strategies and promote healthy lifestyle habits to prevent and manage obesity and its complications.

Keywords: Obesity, older adults, simple sugars, frequency of consumption.

I. INTRODUCCIÓN

.(7)

El problema general planteado fue:

- ¿Cuál es la frecuencia de consumo de azúcares simples en los adultos mayores con obesidad del A.H. San Gabriel Alto, Villa María del Triunfo?

Los problemas específicos fueron:

- ¿Cuál es la frecuencia de consumo de azúcares simples en los adultos mayores voluntarios del A.H. San Gabriel Alto, Villa María del Triunfo según sexo?
- ¿Cuál es la frecuencia de consumo de azúcares simples en los adultos mayores voluntarios del A.H. San Gabriel Alto, Villa María del Triunfo según tipo de actividad?

La Obesidad es una enfermedad metabólica, que se caracteriza por un exceso de peso y acumulación de grasa corporal, principalmente enfatizada en la parte abdominal, y que perjudica principalmente a la salud física y mental del paciente. Su desarrollo está influenciado por muchos factores diferentes, entre ellos: el consumo excesivo de alimentos ricos en calorías y azúcares simples, el sedentarismo, factores genéticos, cambios hormonales, falta de sueño, estrés y condiciones ambientales. La interacción de estos factores contribuye a un desequilibrio entre la ingesta y el gasto energético, contribuyendo al aumento de peso y al riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2, la hipertensión arterial y las enfermedades cardiovasculares.(8)(9) La Obesidad se diagnostica principalmente mediante el índice de masa corporal mayor o igual a 30 en adultos jóvenes y adultos intermedios, y en adultos mayores de 60 años a más se diagnostica con un índice de masa corporal mayor o igual a 32.(10)

Según la OMS, los adultos mayores son aquellas personas que superan los 60 años, se les conoce también como personas de la tercera edad, es la última etapa de vida que se asocia con mayor vulnerabilidad a padecer enfermedades crónicas, deterioro cognitivo y estrés.(11)

Los alimentos azucarados son fórmulas alimentarias principalmente ultra procesados con azúcares añadidos, además de saborizantes, colorantes y otros aditivos. Estos alimentos son utilizados en la industria alimentaria en su mayoría para dar textura y sabor a los alimentos, son

en su mayoría disacáridos, monosacáridos y alcoholes azucarados.(12) El azúcar es un alimento que forma parte del consumo diario de muchas personas, debido a su aporte energético y su sabor, no obstante a eso, su consumo descontrolado se asocia con la Obesidad y Diabetes.(12)

Allison Ramos, et al, diseñó un estudio en Ecuador del año 2020, titulado: Consumo de azúcares y su relación con los niveles de glicemia en estudiantes del área de salud de una Universidad Ecuatoriana, su objetivo es identificar el consumo de azúcares y su relación con los niveles de glicemia en estudiantes del área de salud de una universidad ecuatoriana, su población fue de 76 voluntarios, y como resultado se obtuvo que la mayoría de participantes consumen al menos una cucharada de azúcar para endulzar sus comidas, y solo aproximadamente el 2% no añade azúcar a sus comidas. Según los resultados obtenidos, se encontró que el consumo elevado de azúcares está asociada con los niveles altos de glicemia.(13)

Cárdenas Sánchez, et al, realizaron un estudio transversal con 596 jóvenes de 10 a 18 años de Medellín, Colombia, con el objetivo de evaluar la asociación entre el consumo de bebidas azucaradas y con azúcar añadida y los indicadores antropométricos. Los resultados evidenciaron que los participantes con exceso de peso presentaban un mayor consumo de bebidas azucaradas en comparación con aquellos con peso normal. Asimismo, se observó una asociación significativa entre la ingesta de azúcares simples y el incremento de indicadores antropométricos relacionados con el sobrepeso y la obesidad. Los autores concluyeron que el consumo frecuente de bebidas azucaradas constituye un factor asociado al exceso de peso, por lo que su reducción podría contribuir a la prevención y control de la obesidad.(14)

Guzman-Vilca et al, realizaron un estudio en el año 2022 titulado "Consumo de bebidas azucaradas en adultos: evidencia de una encuesta nacional de salud en Perú", con el objetivo de estimar el consumo de bebidas azucaradas en adultos peruanos e identificar los factores sociodemográficos asociados. Con una muestra representativa de 913 adultos. El consumo fue evaluado mediante un recordatorio de 24 horas y se estimó la ingesta de bebidas azucaradas caseras e industrializadas. Los resultados mostraron que el consumo promedio de bebidas azucaradas caseras fue de 1,2 porciones de 8 onzas por día, mientras que el de bebidas industrializadas fue de 0,5 porciones por día. Asimismo, los hombres presentaron un mayor consumo que las mujeres y los residentes de zonas urbanas consumieron más bebidas industrializadas. Los autores concluyeron que el consumo de bebidas azucaradas sigue siendo elevado en la población peruana y recomendaron fortalecer las estrategias para reducir su ingesta, debido a su relación con las enfermedades crónicas.(15)

Frente a lo antes expuesto el Objetivo general fue:

- Determinar la frecuencia del consumo de azúcares simples en adultos mayores voluntarios con obesidad del Asentamiento Humano San Gabriel Alto, VMT.

Además de eso los objetivos específicos fueron:

- Describir la frecuencia de consumo de azúcares simples en los adultos mayores voluntarios del A.H San Gabriel Alto, VMT según sexo.
- Describir la frecuencia de consumo de azúcares simples en los adultos mayores voluntarios del A.H San Gabriel Alto, VMT según tipo de actividad.

II. METODOLOGÍA

La investigación es de enfoque cuantitativo y transversal ya que se aplicó encuestas nutricionales, para la recolección de datos que se obtuvo en un único momento.(16)(17)

2.1.TIPO DE ESTUDIO

El presente trabajo de investigación es de tipo básico, ya que tuvo como finalidad ampliar los conocimientos teóricos sobre los patrones de consumo de azúcares simples en la población estudiada, sin buscar una aplicación inmediata de los resultados.(17)

2.2.DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El estudio es de nivel descriptivo, dado que se limitó a identificar y detallar la frecuencia de consumo de azúcares simples sin establecer relaciones de causa y efecto.(17)

2.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

2.3.1. Población

Personas Adultas mayores con obesidad que residen en el Asentamiento Humano San Gabriel Alto en Villa María del Triunfo, Lima, Perú.

2.3.1.1. Criterios de selección

a) Criterios de Inclusión

- Adultos mayores que residan en el A.H San Gabriel Alto.

- Adultos mayores con Obesidad (IMC mayor o igual a 32).
- Adultos mayores con nivel de comprensión lectora suficiente para responder cuestionario.
- Adultos mayores que acepten participar en la investigación, firmando el consentimiento informado.

b) Criterios de Exclusión

- Adultos mayores con obesidad que se nieguen a completar correctamente el cuestionario.
- Adultos mayores con obesidad que padezcan trastornos psicológicos.

2.3.2. MUESTRA Y MUESTREO

2.3.2.1. Muestra

Se trabajó con una muestra de 50 adultos mayores que cumplían con los criterios de inclusión y exclusión, estos adultos mayores fueron seleccionados previamente, evaluando su peso y talla, y la medición del PAB.

2.3.2.2. Muestreo

El muestreo es de tipo no probabilístico, por conveniencia, debido a que la selección de los participantes se realizó mediante un censo y en función de su accesibilidad y disponibilidad de los participantes para participar en el estudio. La muestra fue conformada por 50 adultos mayores que cumplían con los criterios de inclusión establecidos y aceptaron participar voluntariamente mediante la firma del consentimiento informado. Este tipo de muestreo permitió seleccionar a los participantes que reunían las características requeridas para el desarrollo de la investigación.

2.4. VARIABLES

Operacionalización de la variable

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTOS	VALORES FINALES	TIPOS DE VARIABLES	ESCALA DE MEDICIÓN
Frecuencia de consumo de azúcares simples	Frecuencia con la que una persona consume alimentos y bebidas que contienen azúcares simples o añadidos.	Herramienta ampliamente utilizada en estudios de investigación, sirve para relacionar la ingesta de azúcares simples con la obesidad	Consumo de alimentos azucarados	Frecuencia de consumo de bebidas azucaradas, galletas, dulces, helados, yogures, chocolates, café o infusiones	Encuesta/Cuestionario	➤ Nunca o casi nunca = 1 ➤ 1 vez a la semana = 2 ➤ 2 a 4 veces por semana = 3	Cuantitativa	Ordinal

		u otros factores de riesgo		azucarado s, postres, bebidas alcohólicas con azúcar.		➤ 5 a 6 veces por semana =4 ➤ 1 vez al día=5 ➤ 2 o más veces al día=6		
Características sociodemográficas	Conjunto de características sociales y demográficas que describen a una población.	Edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, tipo de actividad obtenidos mediante encuesta.	Características sociodemográficas	Edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, tipo de actividad.	Encuesta	No aplica	Cualitativa	Nominal

2.5. PROCEDIMIENTOS Y TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN

2.5.1. PROCEDIMIENTOS

Se aplicó la encuesta a los 50 participantes como una herramienta que contuvo un cuestionario de frecuencia de consumo de escala de naturaleza ordinal, para evaluar y confirmar la frecuencia del consumo de alimentos azucarados. El cuestionario fue privado. Solo se registraron: edad, género, tipo de actividad y ocupación.

2.5.2. TÉCNICAS

La técnica que se manejó fue la encuesta, que constó de un cuestionario de 10 preguntas, dicho cuestionario fue validado por 3 expertos. La confiabilidad del cuestionario se determinó mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, con el propósito de evaluar la consistencia interna de los ítems que conforman el instrumento. Para ello, se realizó una prueba piloto en una muestra con características similares a la población de estudio. Se obtuvo un coeficiente $\alpha = 0,84$, lo que indica una buena confiabilidad del instrumento. que se utilizará para recopilar información relevante para la investigación.

- Encuesta: La encuesta es un método o técnica que consta de una serie de preguntas, la cual se realiza a la muestra de una investigación, con la finalidad de recolectar información sobre el tema definitivo. (14)(17)

2.5.3. PLAN DE ANÁLISIS

Después de haber recaudado la información de la encuesta, los resultados fueron procesados en el programa Excel como una base de datos, posteriormente pasados al programa SPSS para así obtener porcentajes, frecuencias y proporciones; y presentarlos en gráficos o tablas.

2.6. ASPECTOS ÉTICOS

Esta investigación se dio a cabo respetando los principios éticos fundamentales que rigen los estudios con seres humanos. Se aplicó después de haber sido aprobado por el comité de ética. Se solicitó el consentimiento informado brindado por la Universidad Norbert Wiener, a todos los participantes, asegurando que comprendan los objetivos del estudio, su carácter voluntario y la confidencialidad de la información brindada.

- **Autonomía:** La participación de los adultos mayores fue de manera voluntaria, y con derecho a retirarse del estudio en cualquier momento, sin que ocasione problema alguno.
- **Beneficencia:** Esta información permitirá identificar posibles riesgos nutricionales y orientar futuras intervenciones en salud pública dirigidas a mejorar su calidad de vida y prevenir enfermedades crónicas asociadas, como la diabetes o la obesidad. Además, los resultados del estudio podrán ser compartidos con los propios participantes, promoviendo una mayor conciencia sobre la alimentación saludable en esta población.
- **No Maleficencia:** El estudio no implicó riesgos físicos ni psicológicos para los participantes, ya que consiste únicamente en una encuesta sobre sus hábitos alimentarios relacionados con el consumo de azúcares simples. La información fue utilizada con fines académicos y científicos, respetando los lineamientos éticos establecidos por el comité de ética correspondiente y las normas de la investigación en salud.
- **Respeto:** Se trató con respeto y paciencia al participante, explicando cada detalle a realizar durante la encuesta.

III. RESULTADOS

3.1.Resultados sociodemográficos.

En la Tabla 1 se observa las características de los adultos mayores, según sexo, grado de instrucción, estado civil y el tipo de actividad. El 78% de los participantes era de sexo femenino. El mayor porcentaje de los adultos mayores tienen un tipo de actividad activa. Mientras que la mayor parte de ellos no tienen superior completa como grado de instrucción.

Tabla 1. Características sociodemográficas de los adultos mayores con obesidad del A.H San Gabriel Alto.

Sexo	N	%
Masculino	11	22%
Femenino	39	78%
Tipo de actividad	N	%
Activo	36	72%
Sedentario	14	28%
Estado civil	N	%

Unido (Casado, conviviente)	40	80%
No unido (Soltero, divorciado, viudo)	10	20%
Grado de Instrucción	N	%
Secundaria incompleta	19	38%
Secundaria completa	27	54%
Superior completa	4	8%

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

3.2. Análisis descriptivos de resultados (Frecuencia de consumo).

La Tabla 2 muestra la frecuencia de consumo de bebidas azucaradas industriales según género y tipo de actividad física. La frecuencia de consumo de bebidas azucaradas industriales fue mayoritariamente de 2 a 4 veces por semana (40 %) y 1 vez por semana (36 %). Las mujeres presentaron una mayor frecuencia de consumo en comparación con los hombres, especialmente en la categoría de 2 a 4 veces por semana. Tanto en los participantes sedentarios como en los activos predominó el consumo semanal moderado de bebidas azucaradas, evidenciando que este tipo de bebidas forma parte habitual de la alimentación de la población estudiada.

Tabla 2. Frecuencia de consumo de bebidas azucaradas industriales.

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume bebidas azucaradas industriales? (Gaseosas, refrescos, jugos o néctares embotellados)*TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume bebidas azucaradas industriales? (Gaseosas, refrescos, jugos o néctares embotellados)						Total
			Nunca o casi nunca	1 vez a la semana	2 a 4 veces por semana	5 o 6 veces por semana	1 vez al día	2 o más veces al día	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	1	3	1	0	2		7
		Femenino	0	3	3	1	0		7
	Total		1	6	4	1	2		14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino		2	1	0	0	1	4
		Femenino		10	15	3	3	1	32
	Total			12	16	3	3	2	36
Total	GÉNERO	Masculino	1	5	2	0	2	1	11
		Femenino	0	13	18	4	3	1	39
	Total		1	18	20	4	5	2	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

La tabla 3 muestra que la frecuencia de consumo de jugos naturales endulzados con azúcares fue elevada en la población estudiada. La categoría más frecuente fue 1 vez al día (34 %), seguida de 5 a 6 veces por semana (20 %) y 2 o más veces al día (20 %). Las mujeres presentaron una mayor frecuencia de consumo que los hombres en casi todas las categorías, destacando el consumo diario (13 mujeres frente a 4 hombres). Asimismo, entre los participantes activos predominó el consumo diario de estos jugos, especialmente en el sexo femenino. Estos resultados evidencian que los jugos naturales endulzados constituyen una fuente importante de azúcares simples en la dieta de los participantes.

Tabla 3. Frecuencia de consumo de jugos naturales azucarados.

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume jugos naturales endulzados con azúcar o miel? (Preparados en casa o en restaurantes)*TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume jugos naturales endulzados con azúcar o miel? (Preparados en casa o en restaurantes)					Total
			1 vez a la semana	2 a 4 veces por semana	5 o 6 veces por semana	1 vez al día	2 o más veces al día	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	2	2	0	2	1	7
		Femenino	1	1	1	1	3	7
	Total		3	3	1	3	4	14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino	0	0	0	2	2	4
		Femenino	1	6	9	12	4	32
	Total		1	6	9	14	6	36
Total	GÉNERO	Masculino	2	2	0	4	3	11
		Femenino	2	7	10	13	7	39
	Total		4	9	10	17	10	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

La tabla 4 muestra que el consumo de café, té o infusiones con azúcar, miel o panela es muy frecuente en la población estudiada. La gran mayoría de los participantes reportó consumir estas bebidas 2 o más veces al día (86 %), mientras que solo el 10 % indicó consumirlas 1 vez al día y el 4 % entre 2 a 4 veces por semana. Las mujeres presentaron una mayor frecuencia de consumo que los hombres, especialmente en la categoría de 2 o más veces al día (34 mujeres frente a 9 hombres). Este patrón se observó tanto en participantes sedentarios como activos, evidenciando que las bebidas calientes endulzadas constituyen una fuente habitual de azúcares simples en la dieta de la muestra.

Tabla 4. Frecuencia de consumo de café, té o infusiones azucaradas.

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume café, té o infusiones a los que añade azúcar, miel o panela?*TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume café, té o infusiones a los que añade azúcar, miel o panela?			Total
			2 a 4 veces por semana	1 vez al día	2 o más veces al día	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	1	1	5	7
		Femenino	0	1	6	7
	Total		1	2	11	14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino	0	0	4	4
		Femenino	1	3	28	32
	Total		1	3	32	36
Total	GÉNERO	Masculino	1	1	9	11
		Femenino	1	4	34	39
	Total		2	5	43	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

La tabla 5 muestra que el consumo de postres caseros o de repostería fue poco frecuente en la población estudiada. La mayoría de los participantes (80 %) indicó que nunca o casi nunca consume tortas, queques, flanes o gelatinas, mientras que el 16 % reportó consumirlos una vez por semana y solo el 4 % entre 5 y 6 veces por semana. Tanto en hombres como en mujeres predominó la categoría "nunca o casi nunca", siendo más frecuente en el sexo femenino (31 casos). Estos resultados sugieren que los postres caseros o de repostería no constituyen una fuente habitual de azúcares simples en la dieta de los adultos mayores evaluados.

Tabla 5. Frecuencia de consumo de postres caseros o de repostería con azúcares añadidos.

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume postres caseros o de repostería? (Tortas, queques, flanes, gelatinas)*TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume postres caseros o de repostería? (Tortas, queques, flanes, gelatinas)			Total
			Nunca o casi nunca	1 vez a la semana	5 o 6 veces por semana	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	6	1	0	7
		Femenino	6	0	1	7
	Total		12	1	1	14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino	3	1	0	4
		Femenino	25	6	1	32
	Total		28	7	1	36
Total	GÉNERO	Masculino	9	2	0	11
		Femenino	31	6	2	39
	Total		40	8	2	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

La tabla 6 muestra que el consumo de dulces, chocolates o golosinas fue moderado en la población estudiada. La categoría más frecuente fue 1 vez por semana (36 %), seguida de 2 a 4 veces por semana (28 %). Entre los participantes sedentarios, predominó el consumo de 2 a 4 veces por semana (5 casos), mientras que entre los activos fue más frecuente el consumo de 1 vez por semana (15 casos). Asimismo, las mujeres registraron una mayor frecuencia de consumo que los hombres en la mayoría de las categorías. Aunque se observaron algunos casos de consumo diario, estos fueron menos frecuentes. En general, los resultados indican que los dulces, chocolates y golosinas forman parte de la alimentación habitual de los adultos mayores evaluados, especialmente entre los participantes activos y del sexo femenino.

Tabla 6. Frecuencia de consumo de dulces, chocolates o golosinas

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume dulces, chocolates o golosinas?*TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume dulces, chocolates o golosinas?						Total
			Nunca o casi nunca	1 vez a la semana	2 a 4 veces por semana	5 o 6 veces por semana	1 vez al día	2 o más veces al día	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	1	2	1	1	2		7
		Femenino	0	1	4	1	1		7
	Total		1	3	5	2	3		14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino	0	2	1	0	0	1	4
		Femenino	1	13	8	6	3	1	32
	Total		1	15	9	6	3	2	36
Total	GÉNERO	Masculino	1	4	2	1	2	1	11
		Femenino	1	14	12	7	4	1	39
	Total		2	18	14	8	6	2	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

La tabla 7 muestra que la mayoría de los participantes (56 %) nunca o casi nunca consumía cereales de desayuno azucarados o barras de cereal dulces, mientras que el 44 % los consumía una vez por semana. Entre los adultos mayores sedentarios predominó el no consumo, mientras que en los activos se observó una distribución similar entre ambas categorías. En general, estos productos no representaron una fuente frecuente de azúcares simples en la población estudiada.

Tabla 7. Frecuencia de consumo de cereales de desayuno azucarados o barras de cereal dulces.

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume cereales de desayuno azucarados, o barras de cereal dulces?*TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume cereales de desayuno azucarados, o barras de cereal dulces?		Total
			Nunca o casi nunca	1 vez a la semana	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	4	3	7
		Femenino	6	1	7
	Total		10	4	14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino	3	1	4
		Femenino	15	17	32
	Total		18	18	36
Total	GÉNERO	Masculino	7	4	11
		Femenino	21	18	39
	Total		28	22	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

La tabla 8 muestra que el consumo de helados o productos lácteos endulzados fue frecuente entre los participantes, predominando la categoría de 1 vez por semana (58 %), seguida de 2 a 4 veces por semana (32 %). Tanto en los adultos mayores sedentarios como activos predominó el consumo semanal, siendo más frecuente en las mujeres. Estos resultados indican que estos productos forman parte habitual de la alimentación de la población estudiada.

Tabla 8. Frecuencia de consumo de helados o productos lácteos azucarados.

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume helados o productos lácteos endulzados? (Yogures saborizados, leches saborizadas)*TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume helados o productos lácteos endulzados? (Yogures saborizados, leches saborizadas)				Total
			Nunca o casi nunca	1 vez a la semana	2 a 4 veces por semana	1 vez al día	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	1	3	3		7
		Femenino	0	5	2		7
	Total		1	8	5		14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino	0	2	1	1	4
		Femenino	2	19	10	1	32
	Total		2	21	11	2	36
Total	GÉNERO	Masculino	1	5	4	1	11
		Femenino	2	24	12	1	39
	Total		3	29	16	2	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

La tabla 9 muestra que el consumo de salsas, aderezos o productos procesados con azúcar añadida fue predominantemente semanal, siendo la categoría más frecuente 1 vez por semana (50 %), seguida de nunca o casi nunca (28 %). Entre los participantes sedentarios predominó el no consumo de estos productos, mientras que en los participantes activos fue más frecuente el consumo semanal. Asimismo, las mujeres registraron una mayor frecuencia de consumo que los hombres, especialmente en la categoría de 1 vez por semana. En general, estos productos constituyen una fuente ocasional de azúcares simples en la alimentación de los adultos mayores evaluados.

Tabla 9. Frecuencia de consumo de salsa, aderezos o productos procesados con azúcar añadida.

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume salsa, aderezos o productos procesados con azúcar añadida? (Kétchup, mayonesa dulce, etc.)*TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume salsa, aderezos o productos procesados con azúcar añadida? (Kétchup, mayonesa dulce, etc.)				Total
			Nunca o casi nunca	1 vez a la semana	2 a 4 veces por semana	1 vez al día	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	3	2	2	0	7
		Femenino	4	1	0	2	7
	Total		7	3	2	2	14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino	0	3	0	1	4
		Femenino	7	19	4	2	32
	Total		7	22	4	3	36
Total	GÉNERO	Masculino	3	5	2	1	11
		Femenino	11	20	4	4	39
	Total		14	25	6	5	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

La tabla 10 muestra que el consumo de frutas en almíbar o en conserva con azúcar añadido fue prácticamente inexistente en la población estudiada. El 98 % de los participantes (49 de 50) reportó que nunca o casi nunca consume estos productos, mientras que solo un participante (2 %) indicó consumirlos una vez por semana. Este patrón se observó tanto en los adultos mayores sedentarios como en los activos, independientemente del sexo. En general, las frutas en almíbar o en conserva no constituyen una fuente significativa de azúcares simples en la alimentación de los adultos mayores evaluados.

Tabla 10. Frecuencia de consumo de frutas en almíbar o en conserva con azúcar añadida

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume frutas en almíbar o en conserva con azúcar añadido? *TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume frutas en almíbar o en conserva con azúcar añadido?		Total
			Nunca o casi nunca	1 vez a la semana	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	7		7
		Femenino	7		7
	Total		14		14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino	3	1	4
		Femenino	32	0	32
	Total		35	1	36
Total	GÉNERO	Masculino	10	1	11
		Femenino	39	0	39
	Total		49	1	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

La tabla 11 muestra que el consumo de bebidas alcohólicas azucaradas fue poco frecuente en la población estudiada. La mayoría de los participantes (64 %) reportó nunca o casi nunca consumir este tipo de bebidas, mientras que el 20 % las consumía una vez por semana. Entre los adultos mayores sedentarios y activos predominó el no consumo, siendo más frecuente en las mujeres. Solo una pequeña proporción reportó consumir bebidas alcohólicas azucaradas entre 2 a 4 veces por semana o 5 a 6 veces por semana. En general, estas bebidas no constituyen una fuente habitual de azúcares simples en los adultos mayores evaluados.

Tabla 11. Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas azucaradas.

Tabla cruzada GÉNERO*¿Con qué frecuencia consume Bebidas alcohólicas azucaradas? (Cócteles, tragos preparados con jarabes, bebidas listas con azúcar añadido)*TIPO DE ACTIVIDAD

Recuento

TIPO DE ACTIVIDAD			¿Con qué frecuencia consume Bebidas alcohólicas azucaradas? (Cócteles, tragos preparados con jarabes, bebidas listas con azúcar añadido)				Total
			Nunca o casi nunca	1 vez a la semana	2 a 4 veces por semana	5 o 6 veces por semana	
SEDENTARIO	GÉNERO	Masculino	3	2	2		7
		Femenino	6	1	0		7
	Total		9	3	2		14
ACTIVO	GÉNERO	Masculino	3	0	1	0	4
		Femenino	20	7	4	1	32
	Total		23	7	5	1	36
Total	GÉNERO	Masculino	6	2	3	0	11
		Femenino	26	8	4	1	39
	Total		32	10	7	1	50

Elaboración propia a partir de los datos recolectados (2026)

IV. DISCUSIÓN

El objetivo general del estudio fue determinar la frecuencia del consumo de azúcares simples, en pacientes adultos mayores con obesidad del A.H San Gabriel Alto-Villa María del Triunfo, Lima, Perú, 2025. Se realizó en una muestra de 50 pacientes adultos mayores con Obesidad, cuyos datos se obtuvieron mediante la aplicación de un cuestionario validado. Los resultados de este estudio mostraron que la mayoría de los adultos mayores con obesidad presentó una alta frecuencia en el consumo de azúcares simples, destacándose principalmente el consumo regular de bebidas azucaradas industriales, bebidas endulzadas con azúcar, miel o panela, y productos lácteos con azúcar. Estos resultados indican que este tipo de alimentos son parte de la dieta diaria de la población estudiada, lo que podría contribuir a la persistencia de la obesidad y al surgimiento de otras alteraciones metabólicas.

Estos hallazgos coinciden con lo reportado por Allison Ramos et al, quienes, en un estudio realizado en Ecuador en el año 2020 con 76 estudiantes del área de la salud, encontraron que la mayoría de los participantes consumía al menos una cucharada de azúcar para endulzar sus alimentos y que únicamente alrededor del 2 % no añadía azúcar a sus comidas. Concluyendo que el consumo de azúcares simples también fue elevado en esta población.(13)

Los resultados del presente estudio coinciden con los reportados por Cárdenas Sánchez et al, quienes encontraron que los participantes con exceso de peso presentaban un mayor consumo de bebidas azucaradas y que la ingesta de azúcares simples se asociaba significativamente con indicadores antropométricos relacionados con el sobrepeso y la obesidad. Aunque dicho estudio se realizó en adolescentes y la presente investigación en adultos mayores con obesidad, ambos

evidencian que el consumo frecuente de bebidas y alimentos con alto contenido de azúcares simples constituye un patrón alimentario relacionado con el exceso de peso, lo que resalta la importancia de promover estrategias de educación nutricional para reducir su consumo.(14)

Finalmente, los resultados del presente estudio son concordantes con lo reportado por Guzman-Vilca et al, quienes en su estudio en el año 2022 encontraron un consumo promedio de 1,2 porciones (240 ml) diarias de bebidas azucaradas caseras y 0,5 porciones (120 ml) diarias de bebidas azucaradas industrializadas, concluyendo que el consumo de bebidas azucaradas continúa siendo elevado en la población peruana. Esta similitud sugiere que el consumo frecuente de alimentos y bebidas con alto contenido de azúcares simples sigue siendo un problema de salud pública, incluso en la población adulta mayor, lo que refuerza la necesidad de implementar estrategias de educación nutricional orientadas a reducir su consumo.(15)

V. CONCLUSIÓN

El presente estudio permitió analizar la frecuencia de consumo de azúcares simples en Adultos Mayores obesos del A.H San Gabriel Alto. La mayoría de los participantes evaluados presenta un consumo elevado y frecuente de diversos alimentos azucarados al menos 2 veces por semana, principalmente bebidas industriales azucaradas, bebidas preparadas en casa endulzadas con azúcar, miel o chancaca, y helados y/o productos lácteos azucarados. Y solo un porcentaje mínimo no consumía alimentos azucarados muy seguido. Asimismo, las mujeres y los participantes activos tendieron a presentar mayores frecuencias de consumo en varias de las categorías evaluadas.

En conjunto a todos estos hallazgos, hay que resaltar la necesidad de promover estrategias nutricionales, de educación alimentaria, dirigidas a adultos mayores para mejorar la calidad de vida y bienestar integral de los mismos, orientando siempre a reducir el consumo de azúcares simples y fomentar la alimentación saludable y cambios en el estilo de vida. De esta manera poder prevenir complicaciones asociadas a la obesidad y al consumo elevado y frecuente de azúcares simples.

VI. REFERENCIAS

1. Manuscript A. NIH Public Access. 2013;22(1). Disponible en: <https://www.cambridge.org/core/journals/reviews-in-clinical-gerontology/article/obesity-in-older-adults-epidemiology-and-implications-for-disability-and-disease/3997EF17B5533CE7B0B973102BCC5590>
2. Jiménez-León M, Ordoñez Araque R. Consumo de azúcares libres y sus efectos negativos en la salud. Qual Rev Científica. 2021;22(22):73–89. Disponible en: <https://revistas.unibe.edu.ec/index.php/qualitas/article/view/94>
3. Organización Mundial de Salud. acceleration plan to stop obesity. Disponible en: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/ea789198-6336-45e3-adfd-7abb4b147b69/content>
4. Mayor A, Mayor PA, Del I, Mayor A. Inei adultos mayores. 2025; Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/situacion-de-la-poblacion-adulta-mayor-iii-trimestre-2025.pdf?utm>
5. Chiroque Juárez AF, Gutiérrez-Aguado A, Espinoza R, De La Cruz-Vargas JA. Estilos de vida en mujeres de 18 a 49 años con sobrepeso y obesidad del Perú: análisis de la ENDES 2018. In: Revista Peruana de Medicina Integrativa. 2022. p. 5–14. Disponible en: <https://rpmi.pe/index.php/rpmi/article/view/691>
6. Ma X, Nan F, Liang H, Shu P, Fan X, Song X, et al. Excessive intake of sugar: An accomplice of inflammation. Front Immunol. 2022;13(August):1–12. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36119103/>
7. Kokubo Y, Higashiyama A, Watanabe M, Miyamoto Y. A comprehensive policy for reducing sugar beverages for healthy life extension. Environ Health Prev Med. 2019;24(1):1–4. Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6391746/>
8. Abadam V. Sugar and Sweeteners Outlook : December 2024 U . S . 2024 / 25 Sugar Supply Increased ; Mexico ' s 2024 / 25 Sugar Exports to United States Raised. 2025;(December 2024).Disponible en: <https://www.nature.com/articles/s41467-023-41269-8.pdf>
9. Sánchez-Carracedo D. Obesity stigma and its impact on health: A narrative review. Endocrinol Diabetes y Nutr (English ed). 2022;69(10):868–77. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.endinu.2021.12.002>
10. González YA, Vega-Díaz DL. Efectividad de la actividad física en la prevención y tratamiento de la obesidad: una revisión de la literatura. Rev Digit Act Física y Deport. 2023;10(1):1–10. Disponible en: <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/2516>
11. Parada Muñoz K, Guapisaca Juca JF, Bueno Pacheco GA. Deterioro cognitivo y depresión en adultos mayores: una revisión sistemática de los últimos 5 años. Rev Científica UISRAEL. 2022;9(2):77–93. Disponible en: <https://doi.org/10.35290/rcui.v9n2.2022.525>
12. Adiel Ruiz Gómez, María Alejandra González Bernal, María del Pilar Angarita Díaz. Cantidad de azúcar en alimentos ultraprocesados en supermercados de Bogotá en el año 2021. Rev española Nutr comunitaria [Internet]. 2022;28(3).Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8587351&orden=0&info=link>

13. Ramos-villegas AA, Delgado-molina JB, Salazar-nieto PS, Quiroz-villafuerte VM. Allison Arlette Ramos-Villegas. 2020;5(6):896–906. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9595258>
14. Sánchez DC, Betancur VDC, Gil SF, Herrera DMS, Correa LMM. Consumo de bebidas azucaradas y con azúcar añadida y su asociación con indicadores antropométricos en jóvenes de Medellín (Colombia). *Nutr Hosp* [Internet]. 2019;36(6):1346–53. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v36n6/1699-5198-nh-36-6-1346.pdf>
15. Guzman-Vilca WC, Yovera-Juarez EA, Tarazona-Meza C, García-Larsen V, Carrillo-Larco RM. Sugar-Sweetened Beverage Consumption in Adults: Evidence from a National Health Survey in Peru. *Nutrients*. 2022;14(3):1–13. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/nu14030582>
16. Vizcaíno Zúñiga PI, Cedeño Cedeño RJ, Maldonado Palacios IA. Metodología de la investigación científica: guía práctica. Vol. 7, *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*. 2023. 9723–9762 p. Disponible en: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658
17. Medina M, Rojas R, Bustamante W, Loaiza R, Martel C, Castillo R. Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación. *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. 2023. Disponible en: <http://coralito.umar.mx:8383/jspui/handle/123456789/1539>

VII. ANEXOS

ANEXO 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	METODOLOGÍA
Problema general: ¿Cuál es la frecuencia de consumo de azúcares simples en los adultos mayores con obesidad del A.H. San Gabriel Alto, Villa María del Triunfo?	Objetivo general: Determinar la frecuencia del consumo de azúcares simples en adultos mayores voluntarios con obesidad del A.H San Gabriel Alto, VMT.	La gran parte de los adultos mayores con obesidad presentan una alta frecuencia de consumo de azúcares simples	Se va a determinar la frecuencia de consumo mediante un cuestionario validado que será aplicado a los participantes del estudio bajo su consentimiento.
Problema específico: ¿Cuál es la frecuencia de consumo de azúcares simples en los adultos mayores voluntarios del A.H. San Gabriel Alto, Villa María del Triunfo según sexo?	Objetivo específico: Determinar la frecuencia del consumo de azúcares simples en adultos mayores voluntarios con obesidad del A.H San Gabriel Alto, VMT según sexo.	Existe diferencia en la frecuencia de consumo de azúcares simples entre los adultos mayores voluntarios del A.H. San Gabriel Alto, Villa María del Triunfo, según el sexo.	Se va a determinar la frecuencia de consumo y las características sociodemográficas mediante un cuestionario validado que será aplicado a los participantes del estudio bajo su consentimiento.
Problema específico: ¿Cuál es la frecuencia de consumo de azúcares simples en los adultos mayores voluntarios del A.H. San Gabriel Alto, Villa María del Triunfo según sexo?	Objetivo específico: Determinar la frecuencia del consumo de azúcares simples en adultos mayores voluntarios con obesidad del A.H San Gabriel Alto, VMT según tipo de actividad.	Existe diferencia en la frecuencia de consumo de azúcares simples entre los adultos mayores voluntarios del A.H. San Gabriel Alto, Villa María del Triunfo, según tipo de actividad.	Se va a determinar la frecuencia de consumo y las características sociodemográficas mediante un cuestionario validado que será aplicado a los participantes del estudio bajo su consentimiento.

ANEXO 2: CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL COMITÉ DE ÉTICA



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 01 de agosto del 2025.

Autor Responsable:

KEVIN WILLIAMS RAMIREZ LEON

Exp. N°: 1804-2025

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) evaluó y **APROBÓ** el siguiente proyecto de investigación:

Proyecto Titulado: "Frecuencia de consumo de azúcares simples en adultos mayores con Obesidad del A.H San Gabriel Alto-VMT, Lima, Perú" Versión Nro. 1, con fecha 27/07/2025.

El cual tiene como Autor(es) a:

KEVIN WILLIAMS RAMIREZ LEON

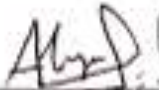
La **APROBACIÓN** comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

- La **vigencia** de la aprobación es **24 meses** a partir de la emisión de este documento.
- Toda **enmienda** deberá presentarse al CIEIC-UPNW; el proyecto no podrá ejecutarse sin su aprobación previa.
- La constancia de aprobación por el CIEIC **no garantiza la aceptación** por parte de las **instituciones** donde pretende ejecutar el trabajo de investigación.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Mg. Angélica Karina Maza Galarza
Presidenta
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

ANEXO 3: INFORME DE TURNITIN.

Página 2 de 27 - Descripción general de integridadIdentificador de la entrega: tm:oid::14912:610022810

15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

12%		Fuentes de Internet
2%		Publicaciones
7%		Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Ac

ANEXO 4: INSTRUMENTO DE COLECTA DE DATOS

CUESTIONARIO

Frecuencia de consumo de azúcares simples en adultos mayores con obesidad del A.H. San Gabriel Alto – Villa María del Triunfo, Lima, Perú.

Instrucciones

A continuación, encontrará una serie de preguntas relacionadas con sus datos generales y la frecuencia con la que consume determinados alimentos y bebidas que contienen azúcares simples. Marque con una (X) la alternativa que mejor represente su respuesta. La información proporcionada será confidencial y utilizada únicamente con fines de investigación.

I. Datos generales

1. Edad: _____ años

2. Sexo

- () Masculino
- () Femenino

3. Estado civil

- () Unido (casado, conviviente)
- () No unido (soltero, viudo, divorciado)

4. Tipo de actividad física

- ☐ Sedentario
- ☐ Activo

5. Grado de instrucción

- ☐ Secundaria incompleta
- ☐ Secundaria completa
- ☐ Superior completa

II. Frecuencia de consumo de azúcares simples

Instrucciones: Marque con una (X) la alternativa que mejor describa la frecuencia con la que consume cada uno de los siguientes alimentos o bebidas.

Escala de respuesta:

1 = Nunca o casi nunca 2 = 1 vez por semana 3 = 2 a 4 veces por semana 4 = 5 a 6 veces por semana 5 = 1 vez al día 6 = 2 o más veces al día

[illegible]

[illegible]

ANEXO 5: FICHAS DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO (CUESTIONARIO).

Experto 1: Doctora. Olga María del Carmen Ramos Huamán

	añadida? (Kétchup, mayonesa dulce, etc.)									
9	¿Consume frutas en almíbar o en conserva con azúcar añadido?							X	6	Ninguna.
10	¿Consume Bebidas alcohólicas azucaradas? (Cócteles, tragos preparados con jarabes, bebidas listas con azúcar añadido)							X	6	Ninguna.
VALIDEZ		¿El cuestionario es válido para su aplicación?							Sí (<u>X</u>) No (<u> </u>)	
OBSERVACIONES		Ninguna.								
VALIDADO POR:		Doctora. Olga María del Carmen Ramos Huamán								
PROFESIONAL EN:		Nutrición								
FIRMA										
TELÉFONO		980712052								
EMAIL		Olga.ramos@uwiener.edu.pe								

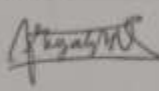


Experto 2: Mg. Dayana Nicole Ventocilla Aguilar

	añadida? (Kétchup, mayonesa dulce, etc.)								
9	¿Consume frutas en almíbar o en conserva con azúcar añadido?						X	6	
10	¿Consume Bebidas alcohólicas azucaradas? (Cócteles, tragos preparados con jarabes, bebidas listas con azúcar añadido)						x	6	
VALIDEZ		¿El cuestionario es válido para su aplicación?						Sí (<u>x</u>) No (<u> </u>)	
OBSERVACIONES		Pregunta 1 (Gaseosas, refrescos embotellados , jugos de sobre o néctares embotellados)							
VALIDADO POR:		Dayana Nicole Ventocilla Aguilar							
PROFESIONAL EN:		Licenciada en Nutrición Humana							
COLEGIATURA:		CNP: 8788							
FIRMA									
TELÉFONO		985556567							
EMAIL		dayana.ventocilla@uwiener.edu.pe							

Experto 3: Mg. Ambar Magaly Mora Negrón

1. Observaciones: Agregar Galletas en el Ítem 5: ¿Consume dulces, chocolates, **galletas** o golosinas?

	añadida? (Ketchup, mayonesa dulce, etc.)																	
9	¿Consume frutas en almíbar o en conserva con azúcar añadido?																	
10	¿Consume Bebidas alcohólicas azucaradas? (Cócteles, tragos preparados con jarabes, bebidas listas con azúcar añadido)																	
VALIDEZ		¿El cuestionario es válido para su aplicación?												Sí (☒)		No ()		
OBSERVACIONES		Agregar en el ítem 5, la observación indicada.																
VALIDADO POR:		AMBAR MAGALY MORA NEGRÓN																
PROFESIONAL EN:		NUTRICIÓN																
COLEGIATURA:		2837																
FIRMA		 ----- MAGALY MORA NEGRÓN MAY 05/10																
TELÉFONO		997632218																
EMAIL		amagy_31@hotmail.com																

ANEXO 6: DATOS COLECTADOS EN EXCEL O SPSS

	EDAD	SEXO	PESO	TALLA	IMC	PAB	ESTADO_C	GRADO_INSTRUCCION	TIPO_ACTIVIDA	P1	P2	P3	P4	P5	I
1	69	M	85.10	157.30	34.50	106.50	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	SEDENTARIO	Nunca o c.	1 vez a la	2 a 4 veces	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
2	65	F	99.30	153.70	48.90	117.50	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	1 vez a la	2 a 4 veces	1 vez
3	66	F	78.50	145.90	36.40	110.00	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	SEDENTARIO	1 vez a la	1 vez a la	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
4	66	F	64.50	136.50	34.60	99.00	NO UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	2 a 4 veces	1 vez al día	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
5	66	F	99.10	165.50	36.20	109.00	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	5 o 6 veces	Nu
6	60	M	82.30	152.00	35.60	111.00	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	SEDENTARIO	1 vez a la	2 a 4 veces	1 vez al día	Nunca o c.	Nunca o c.	Nu
7	63	F	89.30	146.00	32.50	110.40	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	Nu
8	69	F	69.90	147.60	32.10	98.00	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	5 o 6 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
9	63	F	64.20	142.20	32.20	97.00	NO UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	2 o más ve.	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
10	61	M	82.20	160.00	32.10	100.00	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	SEDENTARIO	1 vez al día	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	5 o 6 veces	1 vez
11	73	F	72.50	146.00	33.60	110.00	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	1 vez
12	65	F	84.60	151.80	32.10	117.20	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	2 a 4 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	Nu
13	70	F	75.00	149.90	33.70	105.00	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	SEDENTARIO	1 vez a la	2 o más ve.	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	Nu
14	66	F	72.50	146.80	34.00	93.30	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	2 a 4 veces	1 vez al día	5 o 6 veces	1 vez al día	1 vez
15	77	F	68.00	141.80	33.60	108.20	NO UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	1 vez a la	1 vez a la	1 vez
16	73	F	75.90	150.00	34.10	119.10	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	1 vez al día	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	5 o 6 veces	1 vez
17	68	F	81.90	150.90	36.40	115.90	UNIDO	SUPERIOR COMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	1 vez a la	2 a 4 veces	1 vez
18	76	F	79.70	146.50	37.10	103.50	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	SEDENTARIO	1 vez a la	2 o más ve.	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez al día	Nu
19	75	F	98.30	144.00	42.60	122.20	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	5 o 6 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
20	76	F	72.50	140.00	37.00	109.50	NO UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	2 o más ve.	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	1 vez
21	70	F	77.20	141.50	38.60	104.80	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	1 vez al día	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	5 o 6 veces	Nu
22	77	F	67.00	142.50	33.20	105.60	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	SEDENTARIO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	Nu

	EDAD	SEXO	PESO	TALLA	IMC	PAB	ESTADO_C	GRADO_INSTRUCCION	TIPO_ACTIVIDA	P1	P2	P3	P4	P5	I
1	69	M	85.10	157.30	34.50	106.50	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	SEDENTARIO	Nunca o c.	1 vez a la	2 a 4 veces	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
2	65	F	99.30	153.70	48.90	117.50	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	1 vez a la	2 a 4 veces	1 vez
3	66	F	78.50	145.90	36.40	110.00	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	SEDENTARIO	1 vez a la	1 vez a la	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
4	66	F	64.50	136.50	34.60	99.00	NO UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	2 a 4 veces	1 vez al día	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
5	66	F	99.10	165.50	36.20	109.00	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	5 o 6 veces	Nu
6	60	M	82.30	152.00	35.60	111.00	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	SEDENTARIO	1 vez a la	2 a 4 veces	1 vez al día	Nunca o c.	Nunca o c.	Nu
7	63	F	89.30	146.00	32.50	110.40	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	Nu
8	69	F	69.90	147.60	32.10	98.00	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	5 o 6 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
9	63	F	64.20	142.20	32.20	97.00	NO UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	2 o más ve.	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
10	61	M	82.20	160.00	32.10	100.00	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	SEDENTARIO	1 vez al día	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	5 o 6 veces	1 vez
11	73	F	72.50	146.00	33.60	110.00	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	1 vez
12	65	F	84.60	151.80	32.10	117.20	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	2 a 4 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	Nu
13	70	F	75.00	149.90	33.70	105.00	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	SEDENTARIO	1 vez a la	2 o más ve.	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	Nu
14	66	F	72.50	146.80	34.00	93.30	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	2 a 4 veces	1 vez al día	5 o 6 veces	1 vez al día	1 vez
15	77	F	68.00	141.80	33.60	108.20	NO UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	1 vez a la	1 vez a la	1 vez
16	73	F	75.90	150.00	34.10	119.10	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	1 vez al día	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	5 o 6 veces	1 vez
17	68	F	81.90	150.90	36.40	115.90	UNIDO	SUPERIOR COMPLETA	ACTIVO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	1 vez a la	2 a 4 veces	1 vez
18	76	F	79.70	146.50	37.10	103.50	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	SEDENTARIO	1 vez a la	2 o más ve.	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez al día	Nu
19	75	F	98.30	144.00	42.60	122.20	UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	5 o 6 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	Nu
20	76	F	72.50	140.00	37.00	109.50	NO UNIDO	SECUNDARIA COMPLETA	ACTIVO	1 vez a la	2 o más ve.	2 o más ve.	Nunca o c.	1 vez a la	1 vez
21	70	F	77.20	141.50	38.60	104.80	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	ACTIVO	1 vez al día	1 vez al día	2 o más ve.	Nunca o c.	5 o 6 veces	Nu
22	77	F	67.00	142.50	33.20	105.60	UNIDO	SECUNDARIA INCOMPLETA	SEDENTARIO	2 a 4 veces	5 o 6 veces	2 o más ve.	Nunca o c.	2 a 4 veces	Nu

Resultados de test final datos.sav [ConjuntoDatos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editor Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventanas Ayuda

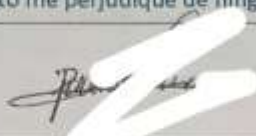
	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Pérdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	EDAD	Númerico	8	0	EDAD	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
2	SEXO	Númerico	2	0	GÉNERO	(1. Masculino	Ninguno	2	Derecha	Nominal	Entrada
3	PESO	Númerico	8	2	PESO	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
4	TALLA	Númerico	8	2	TALLA	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
5	IMC	Númerico	8	2	IMC	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
6	PAB	Númerico	8	2	PAB	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
7	ESTADO_CIVIL	Númerico	8	0	ESTADO CIVIL	(1. UNDO)	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
8	GRADO_INSTRUCCIÓN	Númerico	8	0	GRADO DE IN	(1. SECUN	Ninguno	21	Derecha	Nominal	Entrada
9	TIPO_ACTIVIDAD	Númerico	10	0	TIPO DE ACTI	(1. SEDENT	Ninguno	10	Derecha	Nominal	Entrada
10	P1	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
11	P2	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
12	P3	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
13	P4	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
14	P5	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
15	P6	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
16	P7	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
17	P8	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
18	P9	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
19	P10	Númerico	8	2	¿Con qué frecu	(1.00. Nanc	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
20											
21											
22											
23											
24											
25											

Vista de datos Vista de variables

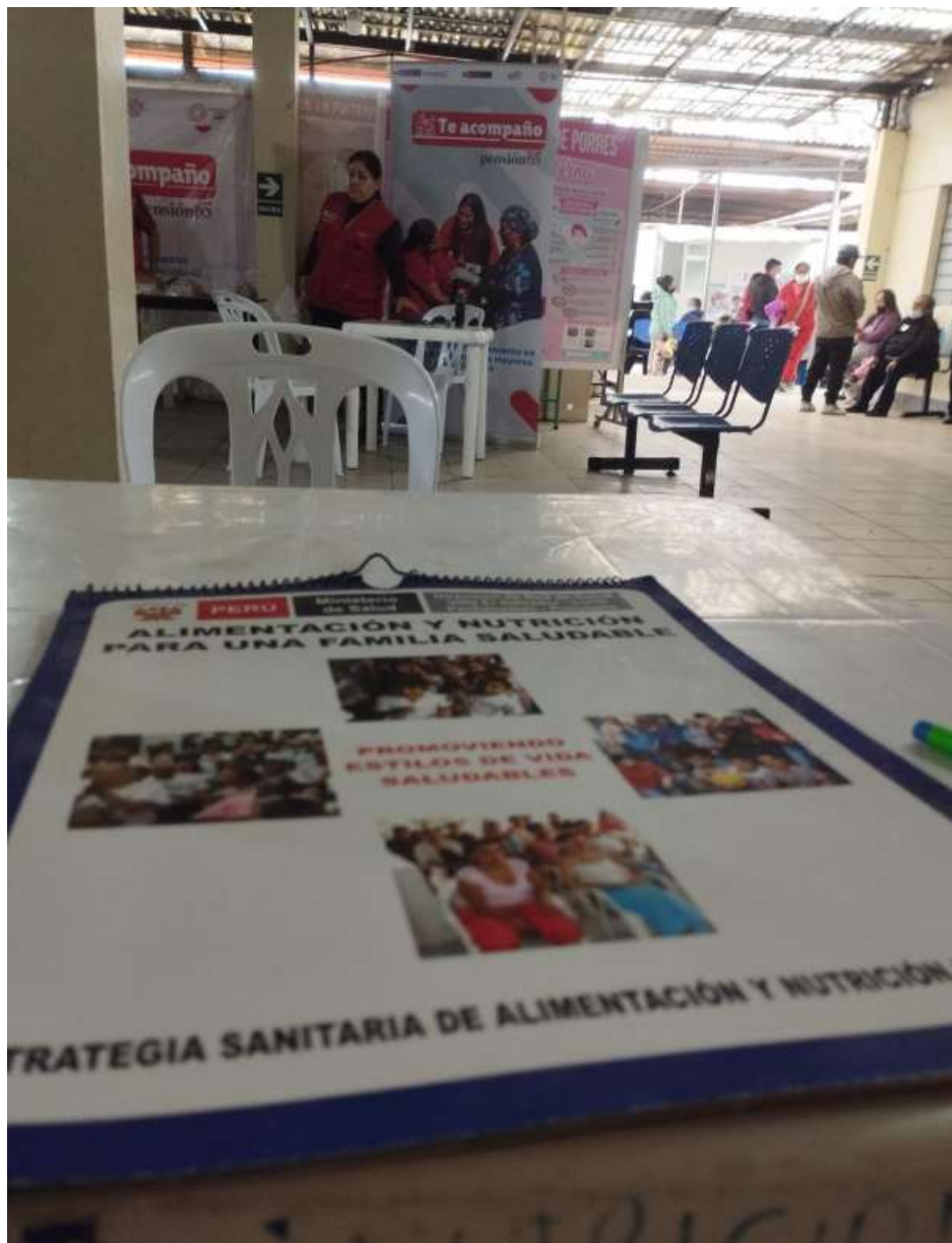
IBM SPSS Statistics Processor está listo. Cerrada OM

16/10 17:04/2020

ANEXO 7: CONSENTIMIENTO INFORMADO

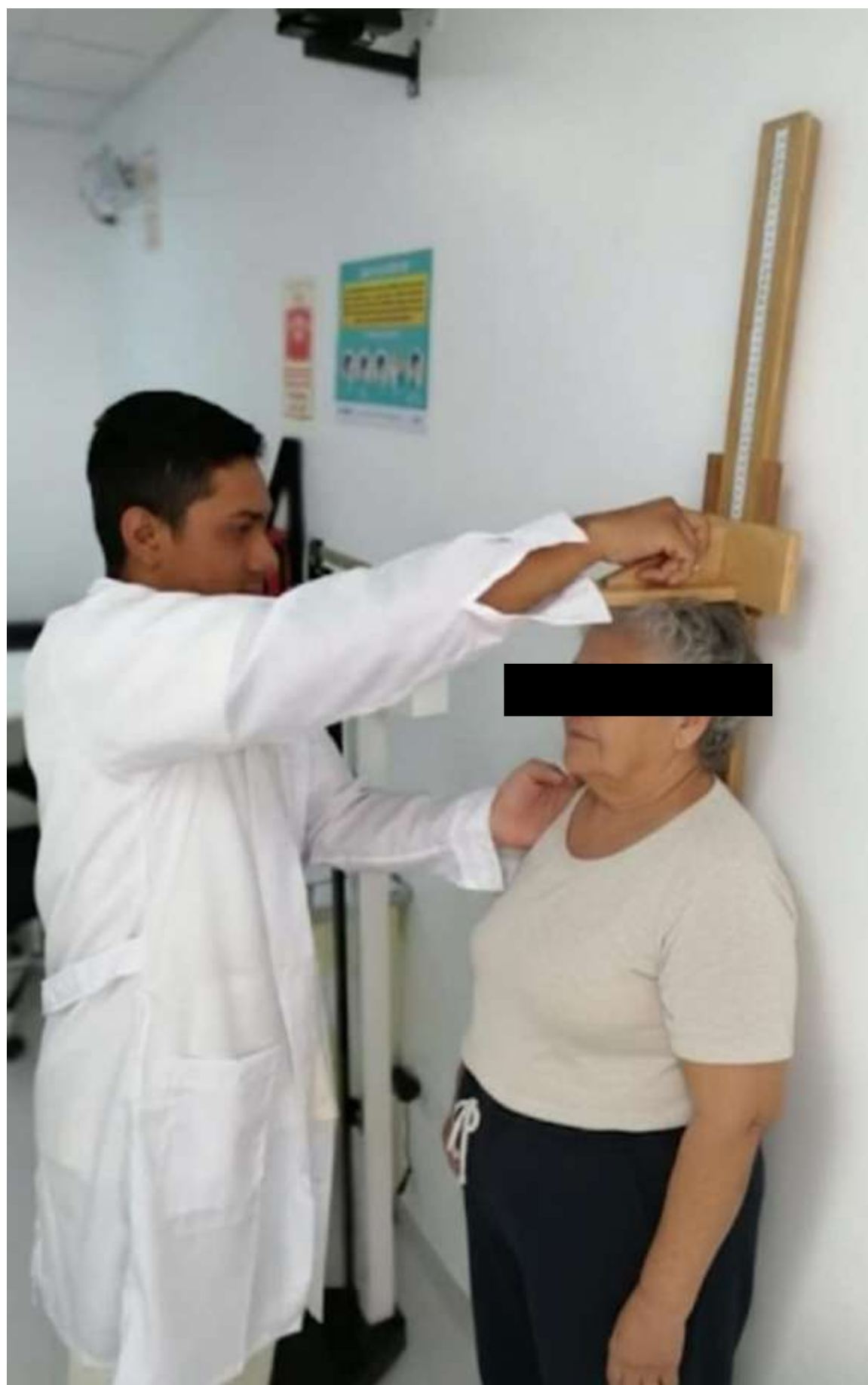
III. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO		
Declaro haber leído y comprendido el contenido de este Formulario de Consentimiento Informado. He recibido una explicación clara sobre el objetivo, procedimiento y finalidad del estudio, así como respuesta a todas mis preguntas. Entiendo que mi participación es voluntaria y tengo derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este Formulario.		
 FIRMA DEL PARTICIPANTE Nombre del Participante: DNI/Carné de Extranjería/Otros:	HUELLA DACTILAR	<u>02/11/2025</u> FECHA (dd/mm/aaaa)
 FIRMA DEL AUTOR RESPONSABLE Nombre del Autor Responsable: DNI/Carné de Extranjería/Otros:	HUELLA DACTILAR	<u>02/11/2025</u> FECHA (dd/mm/aaaa)
FIRMA DEL INTEGRANTE DEL EQUIPO DE INVESTIGACIÓN (en caso corresponda) Nombre del Integrante del equipo de investigación: DNI/Carné de Extranjería/Otros:	HUELLA DACTILAR	<u> </u> / <u> </u> / 202 <u> </u> FECHA (dd/mm/aaaa)
FIRMA DEL TESTIGO/REPRESENTANTE LEGAL (en caso corresponda) Nombre del Testigo o Representante Legal: DNI/Carné de Extranjería/Otros:	HUELLA DACTILAR	<u> </u> / <u> </u> / 202 <u> </u> FECHA (dd/mm/aaaa)
NOTA: - La firma del testigo o representante legal será obligatoria solo si el participante tiene una discapacidad que le impida firmar o no saber leer ni escribir. - Si otro integrante del equipo de investigación es asignado para aplicar este consentimiento informado deberá firmar en este documento. - Recuerde que no se debe reclutar voluntarios de grupos "vulnerables" (presos, soldados, aborígenes, marginados, estudiantes o empleados con relaciones académicas o económicas con el investigador, etc.), salvo que el diseño de investigación beneficie directamente a dicha población.		

ANEXO 8: FOTOGRAFÍAS DEL TRABAJO DE CAMPO/ TRABAJOS DE LABORATORIO Y OTROS











15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 12%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 7%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 12% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 7% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	3%
2	Internet	polodelconocimiento.com	1%
3	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2026-07-14	<1%
4	Internet	repositorio.unicesar.edu.co	<1%
5	Trabajos entregados	Universidad Privada San Juan Bautista on 2026-07-01	<1%
6	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2026-06-24	<1%
7	Internet	eprints.ucm.es	<1%
8	Trabajos entregados	Pontificia Universidad Catolica del Ecuador - PUCE on 2022-05-31	<1%
9	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2025-10-06	<1%
10	Trabajos entregados	Universidad Privada San Juan Bautista on 2026-03-04	<1%
11	Internet	cienciayeducacion.com	<1%