

UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN
UNIDAD DE POSGRADO



TESIS

**Efectividad de la Disminución de Peso con Modificación de
Hábitos Alimentarios, en Pacientes del Centro de Atención
Primaria III Metropolitano Huánuco**

**PARA OPTAR TÍTULO DE
LICENCIADO ESPECIALISTA EN NUTRICIÓN CLÍNICA**

PRESENTADO POR

Lic. Amelia Madeleine Díaz Tarazona

Lic. Mariela Lisbet Nizama Noel

ASESORA:

Dr. Edda Malvina Dionicio Mejía

Huacho – Perú

2016

RESUMEN

El sobrepeso y la obesidad han adquirido las proporciones de una epidemia global que afecta a más de mil millones de personas en el mundo, el cambio de conductas y hábitos de nuestra sociedad ha traído este problema de salud pública (Organización Mundial de la Salud, 2010), esto hace necesario la implementación de estrategias dirigidas hacia el control. Esta situación incentivó a la realización de la investigación. **Objetivo:** Determinar la efectividad de la disminución del peso con modificaciones de hábitos alimentarios en pacientes con exceso de peso atendidos en el Centro de Atención Primaria III Metropolitano EsSalud – Huánuco. **Metodología:** Es un estudio retrospectivo, longitudinal, correlacional, la muestra fue de 311 adultos en edades entre 20 y 59 años diagnosticados con sobrepeso y obesidad entre los años 2011 a 2015. **Resultados:** Refiere el incremento de pacientes con hábitos alimentarios adecuados de 3,54% a 52,14% y una disminución de más de 9 Kg. en un 24,76% de pacientes adultos de la muestra total. **Concluyendo:** Que la modificación de hábitos alimentarios fue efectiva en la disminución del peso en pacientes adultos atendidos en el Centro de Atención Primaria III Metropolitano – Huánuco.

Palabras clave: efectividad, disminución de peso, hábitos alimentarios.