



ANEXO 1

FORMATO PARA LA PRESENTACIÓN DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN
CON EL FINANCIAMIENTO DEL FEDU

1. Título del proyecto

**PROPUESTA DE UNA HERRAMIENTA DE PLANIFICACIÓN DE DIETAS
DIRIGIDA A ESTUDIANTES DE NUTRICIÓN HUMANA**

2. Área de Investigación

Área de investigación	Línea de Investigación	Disciplina OCDE
	Herramientas dietéticas	

3. Duración del proyecto (meses)

12 MESES

4. Tipo de proyecto

<u>Individual</u>	☒
<u>Multidisciplinario</u>	☐
<u>Director de tesis pregrado</u>	☐

4. Datos de los integrantes del proyecto

Apellidos y Nombres	BARRA QUISPE TANIA LAURA
Escuela Profesional	NUTRICIÓN HUMANA
Celular	950756197
Correo Electrónico	tanialbq@unap.edu.pe

- I. Título (El proyecto de tesis debe llevar un título que exprese en forma sintética su contenido, haciendo referencia en lo posible, al resultado final que se pretende lograr. Máx. palabras 25)

**PROPUESTA DE UNA HERRAMIENTA DE PLANIFICACIÓN DE DIETAS DIRIGIDA A
ESTUDIANTES DE NUTRICIÓN HUMANA**

- II. Resumen del Proyecto de Tesis (Debe ser suficientemente informativo, presentando -igual que un trabajo científico- una descripción de los principales puntos que se abordarán, objetivos, metodología y resultados que se esperan)

El presente estudio de nivel exploratorio, cuyo propósito se centra en la creación de una herramienta de fácil uso para la planificación de dietas que compita con la tabla de intercambio de alimentos altamente utilizada y difundida por la comunidad de profesionales nutricionistas.

- III. Palabras claves (Keywords) (Colocadas en orden de importancia. Máx. palabras: cinco)



IV. Justificación del proyecto (Describa el problema y su relevancia como objeto de investigación. Es importante una clara definición y delimitación del problema que abordará la investigación, ya que temas cuya definición es difusa o amplísima son difíciles de evaluar y desarrollar)

La información sobre la adecuación nutricional es importante para la valoración, planificación, seguimiento y evaluación de diversas intervenciones destinadas a mejorar la nutrición. Las medidas nutricionales a nivel poblacional se justifican cuando existe escasez de nutrientes en la población. El tamaño de la demanda está determinado por la "falta" de nutrientes, que se define como la diferencia entre el consumo de cada miembro de la familia y el consumo diario habitual, teniendo en cuenta sus necesidades según edad, sexo y estado fisiológico. Los más fiables y baratos son los métodos que dan resultados individuales, que combinados pueden revelar la situación general de la población. Entonces brindar una nueva propuesta que permita elaborar planes dietéticos por parte de los profesionales en nutrición cerraría brechas de manera indirecta en la insatisfacción por parte del paciente durante la consulta.

V. Antecedentes del proyecto (Incluya el estado actual del conocimiento en el ámbito nacional e internacional. La revisión bibliográfica debe incluir en lo posible artículos científicos actuales, para evidenciar el conocimiento existente y el aporte de la Tesis propuesta. Esto es importante para el futuro artículo que resultará como producto de este trabajo)

Ramos (1) El objetivo del artículo es describir la metodología empleada en el desarrollo y ejecución del Programa de Revisión de Menús escolares en la ciudad de Barcelona y detallar las fases del proceso. Para llevar a cabo la estrategia se elaboró un protocolo de acción en el cual se detalla cómo proceder en cada fase. El protocolo se concibió como una herramienta interna en el marco del área de salud pública, en el que se detalla y secuencian la estrategia a seguir en la valoración de los menús escolares, así como el rol de los agentes implicados. Se constata la necesidad de un protocolo de acción estructurado y compartido por todos los agentes que permita trabajar para seguir promoviendo un estilo de vida saludable en el entorno escolar.

Fatemeh Bastami (2) El presente estudio fue un análisis descriptivo transversal realizado en el año 2021. En primer lugar, se identificaron los conceptos de alfabetización alimentaria en pacientes diabéticos y en base a ellos se diseñó el cuestionario. En segundo lugar, se analizó su validez aparente y de contenido y su fiabilidad. Finalmente, la validez de constructo se analizó mediante análisis factorial exploratorio. El estudio se llevó a cabo en 300 participantes diabéticos elegidos al azar mediante muestreo estratificado por conglomerados de centros de servicios de Salud. El análisis factorial exploratorio se llevó a cabo extrayendo los factores principales y utilizando rotación varimax con valores propios superiores a 1. Los resultados de este estudio mostraron que las dimensiones exploratorias del estudio actual fueron consistentes con las medidas de alfabetización en salud, como la alfabetización alimentaria funcional, interactiva y crítica. Esta escala tiene una fiabilidad y validez aceptables. Los profesionales de la salud pueden utilizar esta escala para analizar y mejorar la alfabetización alimentaria en pacientes diabéticos. Este es un instrumento nuevo y hasta el



momento no se ha realizado ningún cuestionario para evaluar la alfabetización alimentaria en pacientes diabéticos.

Abad ka(3) La creciente evidencia propone la dieta como un factor modificable notable y un objetivo viable para la reducción del riesgo de enfermedad de Alzheimer y el deterioro cognitivo relacionado con la edad. Sin embargo, la evaluación de las exposiciones dietéticas se ve desafiada por los métodos de captura dietética que son propensos a errores de medición y errores de medición. La utilidad de las tecnologías -ómicas para la evaluación de las exposiciones dietéticas tiene el potencial de mejorar la confiabilidad y ofrecer nuevos conocimientos sobre los indicadores previos a la enfermedad y los objetivos preventivos en el envejecimiento cognitivo y la demencia. En esta revisión, presentamos una descripción general enfocada de la metabolómica como una herramienta de validación y un marco para investigar los efectos inmediatos o acumulativos de la dieta en la salud cognitiva.

VI. Hipótesis del trabajo (Es el aporte proyectado de la investigación en la solución del problema)

La propuesta (herramienta de programación dietética) es de fácil uso en la programación de dietas realizado por estudiantes universitarios de nutrición humana.

VII. Objetivo general

Evaluar la facilidad de uso de la propuesta (herramienta de programación dietética) en la programación de dietas realizado por estudiantes universitarios de nutrición humana.

VIII. Objetivos específicos

- Validar la propuesta nueva (herramienta de programación dietética)
- Estimar la confiabilidad de la propuesta nueva (herramienta de programación dietética)
- Identificar la aceptabilidad del uso de la propuesta nueva (herramienta de programación dietética)

IX. Metodología de investigación (Describir el(los) método(s) científico(s) que se empleará(n) para alcanzar los objetivos específicos, en forma coherente a la hipótesis de la investigación. Sustentar, con base bibliográfica, la pertinencia del(los) método(s) en términos de la representatividad de la muestra y de los resultados que se esperan alcanzar. Incluir los análisis estadísticos a utilizar)

TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación es de nivel exploratorio

LUGAR DE ESTUDIO

El trabajo de investigación se ejecutará en la Universidad Nacional del Altiplano Puno que se encuentra en la ciudad de Puno a una altura de 3827 msnm.

POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN
POBLACIÓN

La población para la presente investigación estará conformada por 1400 estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición Humana de la Universidad

Nacional del Altiplano - Puno.

MUESTRA:

El muestreo es el procedimiento mediante el cual se extraen algunos elementos de una población total, Por lo tanto, MUESTRA es un conjunto de elementos, casos, eventos o unidades que son tomadas o extraídas de una población, que, de acuerdo a nuestro conocimiento de dicha población, posee algunas características similares.

El método muestral que se ha empleado es el muestreo probabilístico, y el tipo de muestreo es el muestreo aleatorio simple, donde cada elemento de la población tiene una probabilidad conocida para ser incluida dentro de la muestra, considerando lo siguiente:

N =	1400	= Tamaño de la población
P =	0,50	= probabilidad favorable inicial
Q =	0,50	= probabilidad desfavorable inicial
α =	0,05	= nivel de significancia
Z =	1,96	= $Z_{\alpha/2} = Z_{0.05/2} = 1.96$ (Z de distr. Normal 2 colas)
e =	0,12	= error planteado para la proporción P
E =	0,06	E = e. P = (error de la muestra) = 6%

i) Primera aproximación:

$$n_0 = \frac{(Z)^2(P)(Q)}{(E)^2}$$

$$n_0 = \frac{(Z)^2(P)(Q)}{(E)^2} = \frac{(1,96)^2(0,50)(0,50)}{(0,06)^2} = 302$$

Finalmente, el tamaño de muestra final es $n = 302$ unidades de observación.

**MÉTODO ESTADÍSTICO
DIFERENCIA DE DOS MEDIAS MUESTRALES**

Es una prueba estadística aplicado a datos cuantitativos. La prueba de hipótesis que involucra las diferencias entre las medias de dos muestras se utiliza con más frecuencia para determinar si es razonable o no concluir que las dos son distintas entre sí. Se utiliza la distribución t (t-Student) cuando $n < 32$, y Z (Distribución Normal) cuando $n \geq 32$.

PLANTEAMIENTO DE HIPOTESIS

Ho : $\mu_A = \mu_B$: La propuesta (herramienta de programación dietética) no es de fácil uso en la programación de dietas realizado por estudiantes universitarios de nutrición humana

H1 : $\mu_A \neq \mu_B$: La propuesta (herramienta de programación dietética) es de fácil uso en la programación de dietas realizado por estudiantes universitarios de nutrición humana

CONSIDERACIONES ÉTICAS:

- Se solicitará la autorización con la firma del consentimiento informado, a los participantes de la presente investigación.



MÉTODOS, TÉCNICAS, PROCEDIMIENTO E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Recolección de datos

Para Evaluar la facilidad de uso de la propuesta (herramienta de programación dietética) en la programación de dietas realizado por estudiantes universitarios de nutrición humana.

- a) Validación y confiabilidad de la herramienta de programación dietética: La principal técnica de investigación que permitirá cumplir con este objetivo es la psicometría, cuyo instrumento es el investigador. El mismo que será validado a través de juicio de expertos (total 10) y analizado a través del estadístico V Aiken para obtener su confiabilidad.
- b) Identificación de la aceptabilidad del uso de la herramienta de programación dietética: La principal técnica de investigación que permitirá cumplir con este objetivo es la encuesta autoadministrada, cuyo instrumento es el cuestionario de aceptabilidad.

Aplicación de prueba estadística

Debido a ser un estudio analítico, el análisis estadístico será bivariado por ende el tratamiento permitirá hacer asociaciones y medidas de asociación como t de student.

X. Referencias (Listar las citas bibliográficas con el estilo adecuado a su especialidad)

- 1.Arnaiz MG. Alimentación y cultura en España: Una aproximación desde la antropología social. Physis. 2010; 20(2): 357-86. doi:10.1590/s0103-73312010000200003 [Links]
- 2.Wansink B. Environmental factors that increase the food intake and consumption volume of unknowing consumers. Annu Rev Nutr. 2004; 24(1): 455-79. doi:10.1146/annurev.nutr.24.012003.132140 [Links]
- 3.OMS. Overweight and Obesity: Key Facts. Published online 2018. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> [Links]
- 4.Díez J, Gullón P, Sandín Vázquez M, et al. A Community-Driven Approach to Generate Urban Policy Recommendations for Obesity Prevention. Int J Environ Res Public Health. 2018; 15(4): 635. doi:10.3390/ijerph15040635 [Links]
- 5.Agencia Española de Seguridad Alimentaria. Estrategia Nacional de Nutrición, Actividad Física y Prevención de La Obesidad (NAOS); 2005. <https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/estrategia>



gianaos.pdf [Links]

6. Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT). Programa de Revisió de Menús Escolars a Catalunya (PREME). http://salutpublica.gencat.cat/ca/ambits/promocio_salut/alimentacio_saludable/PREME/ [Links]

7. Departament d'Ensenyament. DECRET 160/1996, de 14 de maig, pel qual es regula el servei escolar de menjador als centres docents públics de titularitat del Departament d'Ensenyament. D Of la General Catalunya. 1996; 2208. [Links]

8. Boletín Oficial del Estado. Ley 17/2011 de seguridad alimentaria y nutrición. Boletín Of del Estado. Published online 2011: 13. [Links]

XI. Uso de los resultados y contribuciones del proyecto (Señalar el posible uso de los resultados y la contribución de los mismos)

Los resultados de la presente investigación contribuirán a facilitar la realización de planes dietéticos por los estudiantes de nutrición humana.

XII. Impactos esperados

i. Impactos en Ciencia y Tecnología

Contribución con nuevos conocimiento y aplicación de los resultados en otros grupos poblacionales.

ii. Impactos económicos

Se realizará utilizando los alimentos que se expenden en la zona y contribuir en el agregado económico.

iii. Impactos sociales

Un buen estado nutricional es importante en cualquier grupo poblacional, los factores que puedan contribuir en mantener el estado nutricional en la población.

iv. Impactos ambientales

Mejorar el estado de salud de la población.

XIII. Recursos necesarios (Infraestructura, equipos y principales tecnologías en uso relacionadas con la temática del proyecto, señale medios y recursos para realizar el proyecto)



Recursos humanos

- Profesionales en nutrición
- Profesional estadístico.
- Estudiantes de las UNA Puno

Recursos materiales.

- Material de escritorio
- Material bibliográfico
- Equipos de cómputo.
- Paquetes estadísticos.

XIV. Localización del proyecto (indicar donde se llevará a cabo el proyecto)

La investigación tiene como lugar la ciudad de Puno.

XV. Cronograma de actividades
Maritza

Actividad	Trimestres											
	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Búsqueda y revisión de bibliografía científica	X	X										
Formulación, elaboración del instrumento de recolección de la información			X	X								
Aplicación del instrumento					X	X						
Procesamiento de la información obtenida							X	X				
Análisis de datos							X	X	X			
Redacción de informe final									X	X		
Presentación de informe final											X	X

XVI. Presupuesto

Descripción	Unidad de medida	Costo Unitario (S/.)	Cantidad	Costo total (S/.)
Balanza dietética	Unidad	150	03	450
Cámara profesional	Unidad	450	03	1350
Papel fotográfico	Unidad	1.50	100	150
Material de escritorio	Varios	500	Varios	500
Refrigerio	Unidad	2.60	350	915
Pasajes	Unidad	5.00	30	150
Imprevistos (10%)				515
				4030