



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Medicina

Escuela Profesional de Nutrición

**Conocimientos, consumo y preferencia de lácteos según
sexo en adolescentes de un centro educativo de Lima**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición

AUTOR

Nerolie Shusely QUISPE ALTAMIRANO

ASESOR

Margot Rosario QUINTANA SALINAS

Lima, Perú

2018

RESUMEN

Introducción: El consumo de lácteos es recomendado en muchos países del mundo por los múltiples beneficios de su consumo para la salud del ser humano en las diferentes etapas de la vida, diversos estudios muestran que los adolescentes tienen mayor riesgo de un consumo y preferencia inadecuado de lácteos, por lo tanto tendrán un bajo consumo de calcio, ya que la mayor cantidad de este mineral proviene de la dieta y específicamente de la leche y sus derivados. La finalidad de esta investigación es contribuir con información sobre este tema tan poco abordado en el país. **Objetivos:** Determinar la relación entre conocimientos, consumo y preferencia de lácteos según sexo en adolescentes de un centro educativo. **Diseño:** Estudio descriptivo correlacional, observacional, transversal y prospectiva. **Lugar:** “Centro Educativo Particular Canto Rey”. **Participantes:** La población de estudio estuvo constituida por 96 adolescentes (53 hombres y 43 mujeres) de 11 a 16 años que cursaron del 1° al 5° grado de secundaria, pero para que sean grupos equitativos según sexo solo se consideraron 86 adolescentes. **Intervención:** Para determinar el nivel de conocimiento se aplicó un encuesta sobre conocimiento de lácteos; para determinar la frecuencia de consumo de lácteos se utilizó una encuesta semi-cuantitativa de consumo de lácteos; y para preferencia de lácteos se aplicó un encuesta sobre preferencia a lácteos. **Resultados:** Se muestra que más del 50% de los adolescentes tuvieron un nivel de conocimiento bajo sobre lácteos, más de la mitad de los adolescentes tuvieron un consumo bajo de lácteos y se encontró que más de la mitad de los adolescentes tenían baja preferencia a lácteos. **Conclusiones:** Las variables que estuvieron asociadas fueron nivel de consumo de lácteos según el sexo.

Palabras claves: Lácteos, conocimientos, consumo, preferencias.

ABSTRACT

Introduction: Dairy consumption is recommended in many countries around the world for many benefits of its consumption in human health, several studies show that adolescents are at greater risk of inadequate consumption and preference of dairy, therefore will have a low calcium intake, because the largest amount of this mineral comes from the diet and specifically from milk and its derivatives. The purpose of this research is to contribute with information on this topic so little studied in the country.

Objectives: To determine the association between knowledge, consumption and preference of dairy products according to sex in adolescents. **Design:** Correlational, observational, transversal and prospective descriptive study.

Place: "Canto Rey Private school". **Participants:** There were 96 adolescents (53 men and 43 women) from 11 to 16 years of age who attended the 1st to 5th grade of secondary school, but in order to be equal groups according to sex, only 86 adolescents were considered.

Intervention: To determine the level of knowledge, a survey about dairy knowledge was applied; a semi-quantitative dairy consumption survey that was used to determine the frequency of dairy consumption; and for preference of dairy products a survey on preference to dairy products was applied.

Results: It is shown that more than 50% of adolescents had a low level of knowledge about dairy products, more than half of adolescents had a low consumption of dairy products and it was found that more than half of adolescents had low preference to dairy products.

Conclusions: There is a significant association between dairy products consumption and sex.

Keywords: Dairy, knowledge, consumption, preferences.