



UNIVERSIDAD PERUANA DE CIENCIAS APLICADAS

FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN EN HOTELERÍA Y TURISMO

PROGRAMA ACADÉMICO DE GASTRONOMÍA Y GESTIÓN CULINARIA

**DEL PLATO A LA SALUD: GASTRONOMIA NUTRICIONAL COMO
ESTRATEGIA PARA COMBATIR LA ANEMIA**

PROPUESTA DE PLAN DE TESIS

Para optar el título profesional de Licenciado en Gastronomía y Gestión Culinaria

AUTOR(ES)

Bustamante Martinez, Zunilda del Pilar (0000-0002-8795-6886)

Medina Osorio, Claudia Valeria (0000-0001-9992-2600)

ASESOR

Larrea Castro, Hernani (0000-0002-8405-1109)

Lima, 15 de julio del 2024

DEDICATORIA

A mi familia por el apoyo que me han dado desde que era pequeña y la motivación que me dan para no conformarme y siempre ir por más.

Zunilda Bustamante

A Dios, por haberme brindado las oportunidades en la vida que me han permitido llegar a tan importante momento de mi formación profesional. A mi querida familia, quienes me han brindado siempre su apoyo incondicional e inspiración para ser mejor persona.

Claudia Medina

AGRADECIMIENTOS

Queremos expresar nuestro sincero agradecimiento a todas las madres gestantes que participaron en este estudio por su tiempo y disposición para compartir sus experiencias y conocimientos. Agradecemos también a los expertos en ginecología, obstetricia, nutricionistas y gastrónomos por sus valiosas contribuciones y perspectivas. Asimismo, este trabajo no hubiera sido posible sin el apoyo y la colaboración del Dr. Hernani Larrea Castro por su dedicación y paciencia en la elaboración del presente estudio. Finalmente, extendemos nuestro reconocimiento al personal de los establecimientos de salud que día a día contribuyen a disminuir la prevalencia de anemia en gestantes en nuestro país para así mejorar la calidad de vida de las futuras generaciones.

RESUMEN

El presente estudio investigó el efecto de la gastronomía nutricional en la actitud hacia la alimentación rica en hierro en gestantes. Se realizó con un enfoque mixto que incluyó encuestar a 15 madres gestantes y entrevistar a 14 expertos en gineco-obstetricia, nutrición, obstetricia y gastronomía. Los resultados cuantitativos revelaron un aumento significativo con un tamaño de efecto 1.66 (p valor < 0.001) en la actitud general hacia la alimentación rica en hierro después de una intervención basada en gastronomía nutricional, respaldando la hipótesis de que esta estrategia puede mejorar la actitud hacia este tipo de alimentación. Este efecto positivo se observó en los componentes cognitivo, afectivo y conductual de la actitud, lo que sugiere que la intervención no solo aumentó el conocimiento sobre la importancia del hierro, sino que también generó emociones positivas y motivó cambios en el comportamiento alimentario. Los resultados cualitativos, derivados de las entrevistas, destacaron la importancia de la colaboración interdisciplinaria y la necesidad de establecer programas educativos que promuevan hábitos alimenticios saludables durante la gestación. En conclusión, subrayan el potencial de la gastronomía nutricional como estrategia para disminuir la anemia en las gestantes, contribuyendo así a los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2 “Hambre Cero” mejorando la nutrición y promover una vida sana. Considerando la importancia de abordar tanto las percepciones públicas como los desafíos prácticos.

Palabras clave: gastronomía nutricional, anemia gestacional, salud materno-infantil, colaboración interdisciplinaria, educación alimentaria y hambre cero.

FROM THE PLATE TO HEALTH: NUTRITIONAL GASTRONOMY AS A STRATEGY TO COMBAT ANEMIA

ABSTRACT

The present study investigated the effect of nutritional gastronomy on the attitude towards iron-rich food in pregnant women. It was conducted with a mixed approach that included surveying 15 pregnant mothers and interviewing 14 experts in obstetrics-gynecology, nutrition, obstetrics and gastronomy. Quantitative results revealed a significant increase with an effect size 1.66 (p value < 0.001) in the general attitude towards iron-rich food after an intervention based on nutritional gastronomy, supporting the hypothesis that this strategy can improve the attitude towards this type of food. This positive effect was observed in the cognitive, affective and behavioral components of attitude, suggesting that the intervention not only increased knowledge about the importance of iron, but also generated positive emotions and motivated changes in eating behavior. The qualitative results, derived from the interviews, highlighted the importance of interdisciplinary collaboration and the need to establish educational programs that promote healthy eating habits during gestation. In conclusion, they underline the potential of nutritional gastronomy as a strategy to decrease anemia in pregnant women, thus contributing to Sustainable Development Goal 2 "Zero Hunger" by improving nutrition and promoting healthy living. Considering the importance of addressing both public perceptions and practical challenges.

Keywords: nutritional gastronomy, gestational anemia, maternal and child health, interdisciplinary collaboration, food education and zero hunger.

u201816673_Bustamante Martínez, Zunilda del Pilar _Del plato a la salud: Gastronomía Nutricional como estrategia para combatir la anemia.

INFORME DE ORIGINALIDAD

7%

INDICE DE SIMILITUD

8%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

4%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Infile Trabajo del estudiante	1%
2	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
3	www.theibfr.com Fuente de Internet	1%
4	scholarship.law.pitt.edu Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Privada San Juan Bautista Trabajo del estudiante	<1%
6	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1%
7	"Promoção da Saúde: conceito, estratégia e prevenção em pesquisa", Editora Científica Digital, 2023 Publicación	<1%