

UNIVERSIDAD FEMENINA DEL SAGRADO CORAZÓN

Escuela de Postgrado

PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



EFFECTO DE LA SUPLEMENTACIÓN CON OMEGA 3 EN LA PIEL FACIAL DE LOS PACIENTES DE UN CENTRO MÉDICO DEL DISTRITO DE MIRAFLORES EN EL AÑO 2013

Tesis presentada por:

JOANNA NATALIA CÓRDOVA AGUILAR

Para optar el Grado Académico de

MAGÍSTER EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Con mención en **CIENCIAS DE LA NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN
HUMANA**

Lima – Perú

2014

RESUMEN

La investigación se propuso responder un problema central, ¿cuáles son los efectos de la suplementación con Omega 3 en la piel facial, en los diferentes grupos etarios de pacientes de un Centro Médico de Miraflores, teniendo en cuenta la humedad, la uniformidad y arruga, entre enero y diciembre del 2013?. Del problema principal se dedujo tres problemas específicos teniendo en cuenta las variables humedad, uniformidad y arruga. Para responder las interrogantes se formuló un objetivo general y tres específicos de acuerdo a las variables. El marco teórico utilizado sobre ácidos grasos esenciales en la nutrición sirvió para fundamentar los resultados del trabajo. La investigación es de nivel descriptivo, desarrollado con el método descriptivo comparativo. El diseño es cuasi-experimental y de corte longitudinal. Estadísticamente, se utilizaron las medidas de tendencia central para describir los resultados y con la t de Student. Así se estableció las relaciones existentes entre el Omega 3 y las reacciones en la piel facial de los pacientes. La población fue de 100 pacientes que asistieron al Centro Médico, pero con el proceso de depuración quedaron 92 sujetos de la muestra. Para los efectos de la recogida de datos se utilizó como instrumento el equipo Aramo SG (analizador dermatológico), con validez de constructo y la confiabilidad al 0,01%. Los resultados que encontramos demuestran que, en términos generales la humedad de la piel aumentó un 17.48%, la uniformidad mejoró 18.26% y las arrugas se atenuaron en un 32.23%. Los resultados demuestran la mejoría significativa y evidente tras la suplementación del Omega 3.