

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE ENFERMERÍA**



**Ingesta alimentaria diaria de sodio en pacientes hipertensos de un centro
del primer nivel de atención de San José, 2023**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

AUTOR

Alessia Brunella Torres Chevarría

ASESOR

Liseth Dolores Rodriguez Cruz

<https://orcid.org/0000-0003-1742-9498>

Chiclayo, 2025

**Ingesta alimentaria diaria de sodio en pacientes hipertensos de un
centro del primer nivel de atención de San José, 2023**

PRESENTADA POR
Alessia Brunella Torres Chevarría

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO DE ENFERMERÍA

APROBADA POR

Dolores Domitila Risco De Bocanegra
PRESIDENTE

Maria Caridad Arriola Arizaga
SECRETARIO

Liseth Dolores Rodriguez Cruz
VOCAL

Dedicatoria

Quiero dedicar esta investigación a mi madre, mis hermanas menores, a mi abuela materna y a mi tío, que me han brindado su apoyo incondicional durante mis años de estudios universitarios, y que siempre me dieron esos ánimos para terminar con éxitos este novedoso trabajo; a mi gatito Silvestre por acompañarme en todas mis noches de estudio. Y a Zully, mi gran amiga por siempre darme esos consejos para seguir adelante como una futura licenciada.

Agradecimientos

Primero agradecer a Dios por darme esta oportunidad de realizar este importante trabajo que me va a ayudar en mi vida profesional, agradecer también a cada una de mis jurados por su tiempo y dedicación, a mi asesora de tesis por su paciencia, que sin sus recomendaciones precisas no hubiese podido lograr llegar a esta meta tan anhelada. Gracias por guiarme y brindarme esos consejos, los llevaré para siempre en mi memoria como futura profesional.

Ingesta alimentaria diaria de sodio en pacientes hipertensos de un centro del primer nivel de atención de San José, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	2%
2	www.scielo.cl Fuente de Internet	1%
3	www.mujirespacio.com Fuente de Internet	1%
4	zagan.unizar.es Fuente de Internet	1%
5	thefoodtech.com Fuente de Internet	1%
6	Submitted to ITESM: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey Trabajo del estudiante	1%
7	dniproavia.com Fuente de Internet	<1%
8	docplayer.es Fuente de Internet	<1%
9	documentop.com Fuente de Internet	<1%
10	Submitted to Universidad Católica De Cuenca Trabajo del estudiante	<1%
11	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	<1%

Índice

Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
Revisión de la literatura.....	9
Materiales y métodos	13
Resultados	16
Discusión.....	18
Conclusiones	20
Recomendaciones.....	21
Referencias	21
Anexos.....	31

Resumen

El cloruro de sodio es un elemento químico que contiene la sal común, si se consume frecuentemente, puede complicar la salud de las personas que padecen presión alta. El objetivo del estudio fue describir la ingesta alimentaria diaria de sodio en pacientes hipertensos de un centro del primer nivel de atención de San José, 2023. El tipo de investigación fue cuantitativo, con diseño no experimental, transversal, descriptivo. La población y muestra estuvo conformada por 100 pacientes hipertensos del Centro de Salud de San José. Para la recolección de datos se usó el recordatorio de 24 horas (R24H) y el cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos (CFCA). Estos instrumentos contaron con validez por el coeficiente de Pearson, que clasificó a ambos cuestionarios dentro de una correlación positiva muy fuerte (CFCA r 0.994), (R24h r 0.994), con nivel de confianza del 99% y $p=0.01$. Luego de recolectar los datos, fueron procesados en hojas de Excel 2016 y posteriormente analizados con estadística descriptiva. También se tuvieron en cuenta criterios de rigor ético. Se obtuvo como resultados que la ingesta alimentaria diaria de sodio en pacientes hipertensos es de 4,03 gramos sodio/día; y los alimentos frecuentes consumidos con aporte de sodio en la dieta son el arroz, las leguminosas fritas, pescado, repollo, plátano de la isla, leche con chocolate y mayonesa. Se concluye que el consumo diario de sodio en gramos/día es el doble a lo recomendado por organismos internacionales, esto es preocupante al tratarse de pacientes hipertensos.

Palabras clave: Ingesta alimentaria (D00435), adulto (D012982), hipertensión (D006973).

Abstract

Sodium chloride is a chemical element contained in common salt, and if consumed frequently, it can complicate the health of people suffering from high blood pressure. The objective of the study was to describe the daily dietary sodium intake in hypertensive patients from a primary care center in San José, 2023. The type of research was quantitative, with a non-experimental, cross-sectional, descriptive design. The population and sample consisted of 100 hypertensive patients from the San José Health Center. For data collection, the 24-hour recall (R24H) and the food frequency questionnaire (CFCA) were used. These instruments were valid by the Pearson coefficient, which classified both questionnaires within a very strong positive correlation (CFCA r 0.994), (R24h r 0.994), with a confidence level of 99% and $p=0.01$. After collecting the data, they were processed in Excel 2016 spreadsheets and subsequently analyzed with descriptive statistics. Ethical rigor criteria were also taken into account. The results obtained were that the daily dietary intake of sodium in hypertensive patients is 4.03 grams of sodium/day; and the frequent foods consumed with sodium in the diet are rice, fried legumes, fish, cabbage, island plantains, chocolate milk and mayonnaise. It is concluded that the daily sodium consumption in grams/day is double that recommended by international organizations, which is worrying when dealing with hypertensive patients.

Keywords: Dietary intake (D00435), adult (D012982), hypertension (D006973).