



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA PROFESIONAL DE FARMACIA Y BIOQUIMICA**

**NIVEL DE CONOCIMIENTO DEL USO DE VITAMÍNICOS Y FRUTAS EN COVID-19
POR USUARIOS DE 40-60 AÑOS, BOTICA LUZ, VILLA MARÍA DEL TRIUNFO,
2021**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
QUÍMICO FARMACÉUTICO

AUTORES:

CHUCHÓN TABOADA INES.
MOLINA TUIRO OSCAR.

ASESOR:

JORGE CHAVEZ PÉREZ.

LIMA-PERÚ
2021

DEDICATORIA

A Dios damos gracias por habernos dado la sabiduría para realizar este importante logro y darnos la alegría y satisfacción de alcanzar nuestro objetivo.

Oscar Molina, agradezco a mis queridos padres Florencio Molina Serrano y Perpetua Tuiro de Molina, por comprenderme y apoyarme a cumplir uno de mis metas.

A Amparo Laguna por motivarme cada día a superarme.

Ines Chuchon, dedico nuestro trabajo primeramente a Dios y a mis hijos Ruben, Miguel y Gustavo. Que son el motor de mi vida para seguir luchando y servir a la comunidad.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a nuestra familia por su apoyo incondicional para el logro de nuestros objetivos personales a nuestros queridos maestros a lo largo de estos cinco años de estudio, por ser nuestra guía e inspiración para seguir esforzándonos a obtener nuevos conocimientos.

Agradecer a los maestros, a nuestros amigos por su compañerismo y a nuestras familias que siempre confiaron en nosotros y es hora de aplicar todo lo aprendido para ser mejor cada día como persona y profesional.

INDICE

PORTADA.....	I
DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTO.....	III
INDICE.....	IV
INDICE DE TABLAS.....	VI
INDICE DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN.....	IX
ABSTRACT.....	X
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA.....	3
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	5
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	6
1.4 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN.....	6
CAPITULO II: FUNDAMENTOS TEÓRICOS.....	8
2.1 ANTECEDENTES.....	8
2.2 BASES TEÓRICAS.....	13
2.3 MARCO CONCEPTUAL.....	19
2.4. HIPÓTESIS.....	21
2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES E INDICADORES.....	22
CAPITULO III: METODOLOGÍA.....	24
3.1. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN.....	24
3.2. DESCRIPCIÓN DEL MÉTODO Y DISEÑO.....	24
3.3. POBLACION Y MUESTRA.....	24
3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	25
3.5. TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....	26
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	27
4.1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	27
4.2. PRUEBA DE HIPÓTESIS.....	42
4.2.1 HIPÓTESIS GENERAL.....	42
4.2.2. HIPÓTESIS ESPECIFICA 1.....	44
4.2.3. HIPÓTESIS ESPECIFICA 2.....	46
4.2.4. HIPÓTESIS ESPECIFICA 3.....	48
4.3. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	50
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	52
5.1. CONCLUSIONES.....	52
5.2. RECOMENDACIONES.....	53
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	54
ANEXOS.....	58

Tabla 25 MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	61
MATRIZ DE CONSISTENCIA	61

INDICE DE TABLAS

Tabla 2 Frecuencia de edad de los usuarios encuestados en la Botica Luz, Villa María del Triunfo, 2021.	28
Tabla 3 Frecuencia de nivel de educación de los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021	29
Tabla 4 Frecuencia de la respuesta a la pregunta cuál es su ingreso económico de los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021	30
Tabla 5 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, que influye en la elección de las frutas en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021	31
Tabla 6 . Frecuencia de la respuesta a la pregunta por qué usted consume frutas en tiempos de covid-19 en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021	32
Tabla 7 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, usted se suplementa con vitaminas sintéticas.	33
Tabla 8 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, ¿con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021	34
Tabla 9 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, usted tubo COVID- 19 en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" -villa maría del triunfo, 2021.	35
Tabla 10 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, en que fuentes de información se enteró que las frutas y vitaminas sintéticas refuerzan a nuestro sistema inmunológico: en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021.	36
Tabla 11 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, cuál es la frecuencia de consumo de frutas en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" -villa maría del triunfo, 2021.	37
Tabla 12 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, sabía Ud. que las frutas y vitamínicos refuerzan a nuestro sistema inmunológico a prevenir ciertas enfermedades en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021.....	38
Tabla 13 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, ¿ señale usted aquella fruta que nos ayudan a paliar mejor la enfermedad en los tiempos de la Covid-19? en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021.	39
Tabla 14 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, qué tipo de vitaminas sintéticas ayudan a mejorar nuestro sistema inmunológico en estos tiempos de la enfermedad de la Covid-19 en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021.	40
Tabla 15 Frecuencia de la respuesta a la pregunta. cuál sería la mejor manera de almacenar las frutas en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" villa maría del triunfo, 2021.	41
Tabla 16 Nivel de Conocimiento del beneficio de las frutas y vitaminas sintéticas, en los usuarios de	

40-60 años en Botica “Luz” villa maría del triunfo, junio- 2021	42
Tabla 17 Tabla cruzada Nivel de Conocimiento*Grado de instrucción	42
Tabla 18 Pruebas de Chi- Cuadrados.....	43
Tabla 19 Tabla cruzada Cuál es la frecuencia de consumo de frutas*Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas	44
Tabla 20 Pruebas de Chi-cuadrados.....	45
Tabla 21 Tabla cruzada Qué influye en la elección de frutas*Cuál es su ingreso económico .	46
Tabla 22 Pruebas de Chi cuadrados.....	47
Tabla 23 Tabla cruzada Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas*Grupo etareo	48
Tabla 24 Pruebas de Chi- cuadrado	49
Tabla 25 MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	61

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Gráfico de barras del genero de los encuestados de la Botica Luz.	27
Figura 2. Gráfico de barras de la frecuencia de edades de los usuarios	28
Figura 3. Gráfico de barras de la frecuencia del nivel de educación de los usuarios.....	29
Figura 4. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta cuál es su ingreso económico de los usuarios.....	30
Figura 5. . Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta que influye en la elección de las frutas	¡Error! Marcador no definido.
Figura 6. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, por qué usted consume frutas en tiempos de covid-19.....	32
Figura 7. Gráfico de barras de la frecuencia de la pregunta, usted se suplementa con vitaminas sintética	33
Figura 8. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas.	34
Figura 9. Frecuencia de la respuesta a la pregunta, usted tubo COVID-19.....	35
Figura 10. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, en que fuentes de información se enteró que los suplementos refuerzan a nuestro sistema inmunológico.....	36
Figura 11. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta cual l es la frecuencia de consumo de frutas naturales.....	37
Figura 12. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, sabia Ud. que las frutas y suplementos refuerzan a nuestro sistema inmunológico a prevenir ciertas enfermedades	38
Figura 13. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, ¿Señale usted aquellas frutas que nos ayudan a paliar mejor la enfermedad en los tiempos de la Covid-19?	39
Figura 14. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, qué tipo de vitaminas sintéticas ayudan a mejorar nuestro sistema inmunológico en estos tiempos de la enfermedad de la Covid-19.	40
Figura 15. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, cuál sería la mejor manera de almacenar las frutas	41

RESUMEN

Objetivo. Es determinar la relación entre nivel de conocimientos sobre el beneficio de vitaminas sintéticas y frutas en usuarios de 40-60 años, en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021. **Método,** fue un estudio descriptivo cuantitativo correlacional y observacional, mediante la recolección de los datos a través de una encuesta de 15 preguntas cerradas a 306 personas entre 40-60 años realizados desde la botica Luz ubicado en el AA.HH. José Gálvez del distrito de Villa María del Triunfo. empleándose un cuestionario de conocimientos y frecuencias del consumo de vitamínicos y frutas para determinar su nivel de conocimiento con el consumo de frutas y vitamínicos. Las estadísticas y los datos fueron verificados para evaluar su consistencia mediante el uso del programa SPSS versión 20. **Resultados,** en los usuarios de la botica Luz existe un bajo nivel de conocimiento de vitamínicos y frutas de 7.2% del sexo masculino y 7.9% del sexo femenino, luego un nivel de conocimiento medio 81,4% del sexo masculino y 82,7% del sexo femenino; tienen un alto nivel de conocimiento el 11,4% del sexo masculino y 9,4% del sexo femenino. En la pregunta del porque consume frutas en tiempos de COVID-19 con premisa de nivel de conocimiento se observó que consumen porque contienen más vitaminas tienen un nivel de conocimiento bajo y son el 21,7%, un nivel de conocimiento medio y son el 60,2% y nivel alto son el 50%, los que consumen porque declaran que son más económicas, tienen un nivel de conocimiento bajo y son el 78,3% y tienen un nivel de conocimiento medio siendo el 22,7%., luego se observó de aquellas personas que consumen a diario tienen un nivel de conocimiento medio y son el 10,8%% , los que consumen interdiario tienen un nivel de conocimiento bajo y son el 17,4% ,nivel medio 37,8%y nivel alto 25% ; los que consumen cuando se acuerdan tienen nivel medio que es 31,5%, nivel alto que es 71,9% y los que no consumen ninguna vez tienen nivel bajo que es 78,3%. **Conclusión,** se encontró en los encuestados que si existe relación entre el nivel de conocimiento en uso de vitamínicos y frutas en tiempos de covid-19. y que los resultados se resaltan que si existe relación entre el consumo de frutas y vitaminas sintéticas en tiempos de covid-19 en usuarios de 40-60 años de la botica LUZ, Villa María del Triunfo,2021. Esto debido a las conversaciones y los medios de comunicación como el internet y Tv.

Palabras claves: consumo de frutas y vitamínicos, nivel de conocimiento, frecuencia. COVID-19.

ABSTRACT

Objective. It is to determine the relationship between the level of knowledge about the benefit of synthetic vitamins and fruits in users aged 40-60 years, in the Luz pharmacy, in times of Covid-19, in Villa María del Triunfo 2021. Method, it was a quantitative descriptive study correlational and observational, by collecting data through a survey of 15 closed questions to 306 people between 40-60 years old, carried out from the Luz pharmacy located in the AAHH. José Gálvez from the Villa María del Triunfo district using a questionnaire of knowledge with the consumption of fruits and vitamins. Statistics and data were verified for consistency using the SPSS version 20 program. Results, in the users of the Botica Luz, it shows us that 49.70% (152 people) have a high degree of knowledge of the consumption of synthetic vitamins and fruits in times of Covid-19, followed by 43.8% who have regular knowledge, especially in people with higher education. In the question of why they consume fruits in times of COVID-19 it was observed that the respondents answer that they consume fruits because they provide more vitamins and represent 56.2%, followed by 24.5% who state that they consume fruits because they are economical. When asked what type of synthetic vitamins help to improve our immune system, 44.8% said that vitamin C helps to improve our immune system, followed by 31% of people who mentioned multivitamins. Conclusion, it was found respondent that there is a relationship between the level of knowledge in the use of vitamins and fruits in times of Covid-19. In users of 40-60 years of the Luz pharmacy Villa María del Triunfo 2021, this is due to the media such as the internet and tv.

Key words: consumption of fruits and vitamins, level of knowledge, frequency, COVID-19.

INTRODUCCIÓN

En el Perú el día 6 de marzo, apareció el primer caso confirmado de coronavirus, siendo el avance de infectados monitoreado por el Ministerio de Salud (MINSa), en esta organización se encuentra toda la información para observar los puntos claves de esta pandemia, y el día 18 de diciembre del 2020 se alcanzó la cifra de 1 millón mil ciento veinte y siete de los casos confirmados de COVID-19 todos estos datos fueron difundidos por los medios de comunicación, detallando a diario los contagiados totales a nivel nacional. Revolle (2021).

Las frutas son fuentes naturales de vitaminas, minerales, agua y fibra dietética, así las frutas contienen moléculas fitoquímicas las cuales le dan color a las frutas y estas sustancias son beneficiosas para nuestro organismo como antioxidantes. Según la Organización mundial de la salud (OMS) recomienda el consumo de frutas de un promedio de 400 gramos al día por adulto, con la finalidad de prevenir futuras enfermedades crónicas como la diabetes, cáncer, etc.

En este año 2021 se declaró como el Año Internacional de las frutas y verduras y La Asamblea General de Naciones Unidas (ONU) plantea la toma de conciencia mundial sobre los grandes beneficios nutricionales de las frutas en la salud y su incorporación en la dieta diaria para obtener un estilo de vida equilibrada saludablemente. Según la OMS son muy pocas las personas que consumen frutas y no llegan a las cantidades mínimas recomendadas. Dongyu 2021

En el año 2020, se realizó un discurso pronunciado por el director general de la FAO, trató sobre la sensibilización mundial del consumo de frutas, asimismo declaró sobre la pandemia del COVID-19, que se observó a las personas en buscar nuevas formas para pelear contra el hambre, la mala nutrición y la utilización de las tecnologías digitales para mejorar la nutrición, las oportunidades de los mercados y satisfacer las necesidades del consumo de frutas en la población. Dongyu (2021).

En nuestro país, en el año 2020 el consumo de frutas fue: plátano (2 millones 303,300 toneladas), uva (735,600 toneladas), piña (592,700 toneladas), palta (660,800 toneladas), y naranja (553,400 toneladas). Tenorio (2021).

El objetivo principal de esta investigación es la de conocer el nivel de conocimiento acerca de frutas y

vitaminas sintéticas como forma de prevención en la enfermedad del COVID-19 en usuarios de 40-60 años de la botica La LUZ, José Gálvez, en Villa María del Triunfo, 2021.

También la siguiente investigación contiene un planteamiento del problema, descripción de la realidad problemática, antecedentes nacionales e internacionales, bases teóricas, marco conceptual, cuadro de operaciones de variables con sus respectivos indicadores, el nivel y tipo de la investigación, el método usado, la población, la muestra, las técnicas usadas para la recolección y procesamiento de los datos, su interpretación, la prueba de las hipótesis, la discusión, las conclusiones y recomendaciones como también una bibliografía y anexos.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA

En lo que fue del año 2020 y finales de julio del 2021, será caracterizado por el inicio y auge a nivel global de pandemia de la enfermedad del Covid-19, ocasionado por el virus SARS Cov.2, como consecuencia de esta pandemia millones estuvieron adentro en la seguridad de sus hogares, debido a la prohibición de cada gobierno de no salir a las calles, como también la prohibición de agruparse más de 6 personas en las calles, todo esto para evitar la propagación del virus SARS Cov-2 y aumente el caso de más infectados, se evidenció que el mundo no estaba preparado para esta nueva pandemia, observándose por los medios de comunicación millones de muertes a nivel global, se observó la carencia de equipos necesarios para atender esta nueva enfermedad y la corrupción en la administración pública y acaparamiento de insumos de protección principal para afrontar esta pandemia como mascarillas, alcohol, esto apreciado en nuestro país el cuál disminuyó significativamente la rápida respuesta por el estado e implementar medidas de prevención. Madrid (2020).

La nueva pandemia de la enfermedad COVID-19 causada por el virus SARS-CoV-2 está ocasionando muchos decesos en la humanidad. Este virus originario de murciélagos ha sido transmitido a humanos, posiblemente, a través del pangolín en un mercado de Wuhan (China) a fines del 2019, diseminándose por gotitas de saliva o a través de materiales contaminados por las personas que tienen esta enfermedad, por lo que es muy importante aislar a las personas infectadas que pueden ser sintomáticas o asintomáticas, siendo el cuadro clínico típico fiebre, tos seca, dificultad respiratoria y malestar general, algunos contagiados presentan casos leves y también existen los asintomáticos que son los más frecuentes, y en casos muy graves con procesos de infiltraciones pulmonares y disnea durante cinco días, lo que requiere de internamiento y atención en servicios de unidad de cuidados intensivos (UCI). Esta sintomatología describe dolor de cabeza, faringalgia, neumonía, fiebre, tos seca, fatiga, náuseas, vómitos y diarrea, debido al avance de esta nueva enfermedad se presentan casos más serios con daño alveolar, insuficiencia renal y la muerte. Estas formas graves de la COVID-19 se ha relacionado también con malestares digestivos anorexia, diarrea, vómitos y dolores abdominales, estableciéndose una relación entre el grado de estos malestares respecto al tiempo de infección y el pronóstico clínico. Quiroz-Carrillo (2020)

Las frutas contienen vitaminas esenciales para que nuestras defensas funcionen adecuadamente

frente a esta enfermedad Covid.19, por ejemplo, en el desempeño de antioxidantes frente a especies reactivas del oxígeno (ROS), generado por el metabolismo de nuestras células. Es conocido que la vitamina C, regula la activación de una de las vías relacionados en la tormenta de citoquinas, que es un síntoma grave en la enfermedad del Covid.19. El papel de la vitamina A para fortalecer el sistema inmunitario. Luego en la formación de nuevo tejido gracias a la vitamina C. Ruiz (2017).

Las deficiencias de micronutrientes son más prevalentes en países en vías de desarrollo y son el resultado de una ingesta inadecuada o no suficiente de alimentos, la baja calidad nutricional de la dieta, la baja biodisponibilidad de los micronutrientes y otros factores, son deficiencias que tienen muchas consecuencias negativas en la vida de las personas, en el crecimiento, desarrollo de un niño y su supervivencia. López (2017).

En recientes décadas, se han realizado esfuerzos en Latinoamérica para prevenir y controlar la deficiencia de micronutrientes, experimentando un rápido cambio en el perfil epidemiológico y nutricional de la región, caracterizado por un aumento de sobrepeso y obesidad debido a la deficiencia de ciertos micronutrientes, que sigue presente especialmente en aquellos grupos con mayor vulnerabilidad económica, geográfica y/o social. López (2017).

Investigaciones realizadas sobre las causas del bajo consumo de frutas (micronutrientes), se encontró que la principal causa fue el alto precio, lo que condiciona su bajo consumo, como también el tiempo insuficiente para la selección, compra, preparación y la escasa información en los medios de comunicación con respecto al consumo de frutas y verduras. Pérez (2020).

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) apenas el 11% de peruanos mayores de 15 años consume frutas, siendo lo recomendado por nutricionistas, 5 porciones al día en cantidades aceptables. Según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) en el año 2018 solo el 12% de las mujeres consumen las 5 porciones de frutas al día, mientras que los hombres alcanzan un 10%, siendo el consumo más alto en áreas urbanas que en áreas rurales. Domínguez (2020).

En el Perú, las personas mayores de 15 años consumen frutas 3 veces a la semana y representa el 11% de esa población, cuando lo recomendado para prevenir enfermedades como hipertensión arterial o diabetes es por lo menos 5 frutas diarias, recomendándose evitar el consumo de frutas envasadas por contener un alto contenido de azúcar, sodio y preservantes. MINSA (2019). En nuestro país el consumo per cápita de fruta está entre los 100 y 105 kilos por persona al año. León (2020).

Las personas que más consumen los multivitamínicos son las mujeres, los adultos mayores y las personas con un mayor nivel de educación, mayor ingreso o en dietas saludables, esto es debido a que los fabricantes de vitaminas sintéticas promocionan sus productos con argumentos de que aumenta el rendimiento de energía, que logran un mayor sistema inmune, etc. Las personas consumen vitaminas sintéticas cuando no puedan cubrir las cantidades recomendadas de vitaminas en los alimentos y deben tener cuidado de su excesivo consumo. Se debe considerar que las vitaminas sintéticas no pueden reemplazar a los alimentos, siendo su uso recomendado en estados fisiológicos especiales como por ejemplo en mujeres embarazadas, en bebés y en las personas mayores de 50 años, que es la edad en la que presentan problemas en la absorción normal de vitaminas como la cianocobalamina (B12) en los intestinos y deben recibir en sus alimentos un aporte de vitaminas en especial la B12. National Institutes of Health (2016).

El presente trabajo explicará que tanto es el nivel de conocimiento de los habitantes del AA.HH. José Gálvez sobre los beneficios de las frutas y las vitaminas sintéticas para disminuir o hacer soportable el tratamiento y prevención del Covid-19.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.

1.2.1 PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es la relación entre nivel de conocimientos y el beneficio de vitaminas sintéticas y frutas en Covid-19 en usuarios de 40-60 años, en botica Luz, en Villa María del Triunfo, 2021?

1.2.2 PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cuál será la relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021?
- ¿Cuál será el nivel de conocimiento sobre los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021?
- ¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los

usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021?

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 OBJETIVO GENERAL

- Determinar la relación entre nivel de conocimientos y el beneficio de vitaminas sintéticas y frutas en usuarios de 40-60 años, en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.

1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Establecer si existe relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021.
- Determinar el nivel de conocimiento sobre los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.
- Demostrar si existe relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.

1.4 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

La enfermedad del coronavirus COVID-19, iniciado a finales del 2019 hasta la actualidad es un problema de salud pública a nivel mundial que sigue afectando más a las personas vulnerables y pobres donde cambió la vida a muchos en diferentes aspectos de nuestro día a día y cada vez se pone más agresivo la enfermedad en aquellas personas que lo están padeciendo. Se considera que los casos graves de esta infección se deben a enfermedades preexistentes donde la alimentación

saludable y la actividad física que nos protege de varias enfermedades, como la diabetes, hipertensión, obesidad y sobrepeso no se realizan; entonces debemos poner mucha atención que lo importante es la práctica de los buenos hábitos alimenticios, empezando en los primeros años de vida y continúen en la vida adulta para sostener la salud y calidad de vida. Organización Mundial de la Salud (2020).

El consumo de una alimentación sana cada vez es menor debido a la falta de conocimientos y la preferencia en los alimentos con mayor contenido de grasas insaturadas y carbohidratos, por esta razón es difícil mantener un estado nutricional normal. La alimentación saludable es importante para mantener la salud y protección a numerosas enfermedades, ésta debe ser completa, diversa y debe contener los nutrientes necesarios de acuerdo a la edad, sexo y condición física, en toda dieta debe contener todos los nutrientes como carbohidratos, proteína, minerales y vitaminas para un correcto funcionamiento de nuestro organismo.

Mediante este trabajo se dará a conocer el nivel de conocimiento y la importancia en la elección de suplementación de vitaminas sintéticas o el consumo de frutas naturales en tiempos del COVID-19 en usuarios de la Botica La Luz, en el AA.HH José Gálvez de Villa María del Triunfo en la población de 40 a 60 años de edad; e inducir al consumo de micronutrientes, para reforzar nuestro organismo y evitar en lo posible nuevos contagios y la carencia existente de información de esta enfermedad del COVID-19, que tomará tiempo encontrar el tratamiento adecuado, mientras tanto debemos de cambiar nuestro estilo de vida para mejorar nuestra salud y así enfrentar mejor las enfermedades que se nos presentan en el futuro.

CAPITULO II: FUNDAMENTOS TEÓRICOS

2.1 ANTECEDENTES

2.1.1 ANTECEDENTES NACIONALES

Flórez. en 2020, pandemia Covid-19, ¿qué más puedo hacer?, objetivo de la investigación es sobre adoptar hábitos de buenas dietas para ayudar a nuestro cuerpo para combatir a enfermedades crónicas como diabetes, etc. Y también el covid-19. Método, el trabajo da a conocer algunas pautas o lineamientos para atenuar los síntomas de enfermedades crónicas y el covid-19. Resultados refiere que, consumir frutas produciría mejoras en el sistema inmunológico incrementando el rendimiento de la fagocitosis de los glóbulos blancos y que el consumo de vitamina C atenuaría la duración del resfriado común, neumonía y el control de las vías relacionadas a la tormenta de citoquinas involucradas en el covid-19, además de evitar el consumo de alimentos procesados. Conclusión, el autor trata de comunicarnos que una buena alimentación, el ejercicio físico, sueño y manejar el estrés condicionan a disminuir el contagio de enfermedades. (Flórez, 2020).

Castillo en el 2019, vitamina C en la salud y enfermedad, el objetivo de la investigación es la importancia de incluir en nuestra dieta la vitamina C para tratamiento de ciertas enfermedades. Método el trabajo da comprender algunas pautas e investigaciones sobre la vitamina C en determinadas enfermedades como el cáncer, el escorbuto, etc. Resultados, el autor determinó el beneficio de la vitamina C como donador de electrones a diferentes enzimas relacionadas al tejido conectivo, particularmente al colágeno (hidroxilación) a la cicatrización de heridas, reducción de las especies reactivas de oxígeno (EROS) como superóxido o especies reactivas de nitrógeno (SRN) como el óxido nítrico, dióxido de nitrógeno, etc. Mencionando que la vitamina C se almacena 100 veces en los leucocitos en periodos de infecciones e intervención de los diferentes procesos de inflamación como la quimiotaxis, actividad del linfocito killer, en caso de la neumonía sostiene que la evidencia es aún débil. Conclusión, el autor concluye que falta más evidencias sobre el uso de vitamina C en tratamientos contra el cáncer y que el consumo de frutas es saludable e importante.

Arellano. Et al, en 2019, Camucamu fruta tropical de excelentes propiedades funcionales que ayudan a mejorar la calidad de vida, el objetivo de la investigación es el estudio de materiales literarios del camu-camu como un alimento a mejorar nuestra salud. Método, los autores recolectaron literatura sobre investigaciones del camu-camu. Resultados, describe el alto contenido de vitamina C en el camu-camu,

siendo 100 veces mayor que el limón. Esta vitamina, es un gran antioxidante y antiinflamatorio y tiene probado efecto en el tratamiento de diferentes enfermedades como la diabetes, cáncer, etc. El camu-camu tiene un gran potencial como alimento funcional pudiendo emplearse para el tratamiento de enfermedades y para mejorar la calidad de vida de las personas debido a su aporte de micronutrientes e informaciones diferentes de esta fruta amazónica dirigidos a nuevos estudios para mejorar los tratamientos y combatir enfermedades inflamatorias, obesidad, etc. Conclusión, los autores dan a conocer las muchas bondades beneficiosas del camu-camu por su alto contenido de ácido ascórbico como alternativa en el tratamiento de enfermedades crónicas.

Accinelli. Et al, en 2020, Covid-19: la pandemia por el nuevo Sars. Cov-2, el objetivo de la investigación de los autores es dar a saber que otras enfermedades respiratorias se relacionan conjuntamente con la enfermedad del covid-19. Método, los autores usaron literatura de la enfermedad covid-19 y datos de infectados y sintomatología de pacientes hospitalizados en la ciudad de Lima. Resultados, los autores describen que la enfermedad de la covid-19 empieza con fiebre y problemas de respiración en la mayoría de los casos, siendo el 5% de los pacientes infectados los que requieren de hospitalización, respirador mecánico y atenciones especiales en los servicios de UCI, debido a la cascada de citoquinas que se producen. El tratamiento combinado de metilprednisolona, hidroxiquina y azitromicina es el más empleado, ya que no existe un tratamiento eficaz respaldado por estudios e investigaciones validadas. Conclusiones, la enfermedad covid-19 que es iniciada con fiebre y problemas respiratorios altos evoluciona rápidamente a insuficiencia respiratoria, debido a que el virus ocasiona la tormenta de citoquinas y tratarse con metilprednisolona es lo indicado por los autores.

De la Cruz, Laura; 2016; relación entre conocimientos del consumo de frutas y verduras en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal, Chosica 2016; Objetivo: la de establecer la relación que existe entre el conocimiento y el consumo de frutas y verduras. Método: usó el cuestionario con preguntas cerradas tanto cuantitativo y preguntas cualitativas a 136 estudiantes Resultados: La autora observó que existe un alto nivel de conocimiento de frutas y verduras en el 3.2% de los estudiantes, mientras que un 66.9% presentó un conocimiento mediano adecuado acerca del consumo de frutas y verduras. Conclusión: se halló una relación de asociación entre el nivel de conocimiento y el consumo de frutas, pero no se encontró una relación con el consumo de las verduras.

Villanueva C. Sandra; 2018; prácticas y razones del consumo de frutas y verduras en escolares de sexto grado de nivel primario de la I.E. Sol de oro, Los Olivos; Objetivo: el objetivo de la autora era la de establecer las principales prácticas y las razones del consume de frutas y verduras en los estudiantes

del sexto grado de primaria del colegio Sol de oro. Método: usó el cuestionario cuantitativo de preguntas cerradas en 70 alumnos. Resultados: observó que el 42% de los estudiantes detallaron un inadecuado consumo de frutas, mientras que el 52.9% detalla un adecuado consume de verduras esto basado como referencia para consumir frutas y verduras, luego un 38.8% indicó que lo consume por obtener beneficios en la salud, un 29.7% por su preferencia y 21% consume influenciado por su entorno. Conclusión: existe un inadecuado consumo de frutas, pero un adecuado consumo de verduras, siendo las preferencias en jugos y ensaladas luego en sopas, con motivo de su consumo fue que lo consumían por el sabor y por mantener una buena salud esto influenciado por su conocimiento obtenido de los profesores y madres.

2.1.2 ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Macias, en el 2020, Alimentos orgánicos con alto valor nutricional es fundamental para paliar los efectos del Covid-19 en adultos de 35 a 44 años en Guayaquil; con el objetivo de conocer el consumo de productos alimenticios sus motivaciones, su economía, sus conocimientos de productos ecológicos ya se sabe que los alimentos naturales aportan mejores beneficios y están al alcance de todos y son considerados alimentos orgánicos con un alto valor nutricional que nos puede aportar mejor sus nutrientes como parte de un estilos de vida saludable. Método, se utilizó la técnica del flujo de población y encuestas. Resultado, se resalta la motivación del consumo y el nivel de ingreso y el nivel de educación; Conclusión como enfrentar mejor la pandemia que vivimos en estos últimos años; también en su estudio se puede apreciar la elección de nuestra dieta diaria y su influencia favorable para las personas en su salud donde más nos preocupamos por un estilo de vida saludable.

Alvarez et al, en 2016, Hábitos de consumo de frutas y hortalizas en niños escolares. Objetivo, fue la evaluación del consumo de frutas y hortalizas, los hábitos alimentarios y los factores que influyen en la dieta habitual de los niños escolares de 10 a 12 años del colegio de Córdoba en Argentina. Método, realizaron un estudio un estudio descriptivo simple, observacional y de corte transversal, con un muestreo aleatorio realizado en 200 estudiantes, usando la entrevista y un cuestionario semi estructurado cuantitativo, sus datos fueron analizados por programas Excell e infostat. Resultados, en la mayor parte los estudiantes consumen frutas y verduras con una frecuencia semanal, el promedio ingerido de frutas fue entre 1.3 a 1.44 y de medio plato de hortalizas por día sin existir variedad en su consumo, entre las frutas que mayor consumo están: el plátano, la manzana y la naranja y en las hortalizas esta la papa, la lechuga y finalmente el tomate. Conclusión, la investigación demostró que la mayoría de la población en estudio consume menos de lo recomendado, sin existir una variedad entre las frutas y las hortalizas.

Cervantes et al en el 2020, evaluaron del estado nutricional de los ancianos hospitalizados en un centro de salud de México con el objetivo de identificar la evidencia actual acerca de la infección del Covid-19 y dar a conocer las intervenciones nutricionales con posibles tratamientos de pacientes hospitalizados, con el método en pacientes hospitalizados y vulnerables en áreas críticas de adultos mayores con una inmunidad deficiente, con resultados de comorbilidad y mortalidad y déficit nutricional, en conclusión las medidas de intervención nutricional para incrementar la respuesta inmunitaria de la población de tal forma se logre reducir y prevenir las complicaciones en la población que padece de desnutrición con una buena evaluación de los especialistas y tratamiento personalizado en adulto mayor.

Monagas et al en el 2020, La actuación alimentaria y nutrición para la prevención del Covid-19 con el objetivo de observar los costos a fin de mejorar el diseño de la organización de la salud, mediante el método del programa de protección nutricional, resultando que los enfermos de servicios especializados de consejería no encontraban la atención personalizada donde niños, ancianos, adolescentes mujeres en edad reproductiva y ancianos no reciben el servicio personalizado, en conclusión se han reconocido una gran parte de población vulnerable debido a la carga morbilidad nutricional y se podrían mejorar trabajando en conjunto con el servicio de nutrición comunitaria y acciones de partes involucradas por el bien de la comunidad ya que la salud es la base de todo progreso.

Morocho et al. 2017. Importancia del consumo de frutas y verduras en la alimentación humana, el objetivo de los autores es la de incrementar el conocimiento a la población sobre el gran beneficio de la ingesta de las frutas y verduras y como consecuencia prevenir muchas enfermedades como diabetes, obesidad, etc. Método, estudio cuantitativo, no experimental de corte transversal y descriptivo, explicado a través del marco teórico con un alto número de investigaciones que establecen estudios porcentuales y definir los muchos beneficios al consumir frutas y verduras en nuestra dieta. Resultados, observaron que la mayoría de autores detallan que al consumir una adecuada cantidad de frutas y verduras en nuestra alimentación diaria nos ayudará a prevenir varias enfermedades y la mejora de nuestro estado emocional. Conclusión, las frutas y verduras según estudios poseen y nos dan grandes beneficios a nuestra salud y aquellos que ingieren pocas cantidades de frutas y verduras son propensos a adquirir enfermedades crónicas.

2.2 BASES TEÓRICAS

2.2.1 CORONAVIRUS

La COVID-19, es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus SARS Cov 2 recientemente descubierto, se transmite a través de las gotículas ocasionados cuando una persona infectada tose, estornuda o espira e infecta a otro individuo sano, estos virus SARS Cov2 permanecen poco tiempo suspendidas en el aire y caen al suelo o las superficies. Actualmente es considerado una pandemia con el principal síndrome que es la neumonía.

Esta nueva enfermedad de inicios en Wuhan-China, también puede causar enfermedades respiratorias, entérico, hepático y neurológicos. Actualmente existen especies de virus que causan la gripe común que son 4. La 229E, OC43, NL63 Y HKU1 y existe 2 especies que provocan síndrome respiratorio agudo severo con mortalidad y son las SARS-COV y MERS-COV. Es posible que aparezcan otros coronavirus debido al intercambio genómico, ambiente, interacción de humanos-animales, etc. Goncalves (2020).

2.2.2 ESTRUCTURA VIRAL

Los virus de la enfermedad coronavirus son esférico o pleomórficos, contienen un ARN de cadena simple que no está segmentado, cargado de polaridad positiva, unida a la nucleoproteína N el virus SARS Cov-2 cuyo tamaño varía entre 80-120nm de diámetro, presentan prolongaciones de glicoproteína spike (S), como la mayoría de betacoronavirus, contiene dímeros de proteínas de hemaglutina-esterasa (HE), luego la proteína M, es la que más abunda y la proteína E, con característica hidrofóbico, estas proteínas se fusionan con las membranas lipídicas de las células hospedera. Maguiña C. 2020.

2.2.3. TIPOS DE CORONAVIRUS.

Pertenecen a la familia Coronaviridae, del orden de nido virales, contienen un tipo de ARN y se observan en 4 géneros : alfa, beta, delta y gamma, siendo el alfa y beta aquellos virus que infectan a los humanos ocasionando resfríos hasta infecciones severas como el MERS Y SARS, de los coronavirus 7 infectan a los humanos de los cuales 4 ya son endémicos los tipos 229E y OC43 con síntomas de resfrío y los tipos NL63 y HKU1 que también provocan problemas respiratorios, existen algunos casos que estos virus infectan las vías respiratorias inferiores hasta neumonía. Maguiña C. 2020.

2.2.4 EL VIRUS Y LA ENFERMEDAD.

Los virus del coronavirus expresan proteínas de transmembrana que realiza que el virus se una a la célula blanco, uniéndose a los receptores de la enzima convertidora de angiotensina 2 de superficie (ACE2), la proteína espiga del virus SARS Cov-2 se une al ACE2 y empieza su ingreso dentro de la célula huésped, el ACE2 se encuentra mayormente en los neumocitos tipo II, en las células epiteliales del tracto respiratorio superior y también en los enterocitos, la replicación del ARN del virus sucede dentro de la célula blanco. Las vías de contagio más importante son a través del estornudos y tos, debido a esto se adoptaron medidas de protección como el uso de mascarillas, la higiene o lavado de las manos con agua y jabón por 20 segundos, la medida de cuarentena obligatoria y el distanciamiento social. Se reportó que algunos pacientes dados de altas continúan siendo positivos hasta 2 semanas después. Maguiña C. 2020

3.2.5 TRATAMIENTO DEL COVID-19

Algunos estudios mostraron mediante el uso de cloroquina/hidroxiclороquina, que inhiben el receptor ECA2, por lo que podría emplearse en varios pasos del ciclo de la replicación del ARN viral.

El Umifenovir o Arbidol, esta molécula es empleado como un agente antiviral, actúa en las etapas de la replicación de varios virus, pero aun su eficacia en coronavirus está en investigación y aún faltan realizar estudios de garantía de este fármaco, algunas investigaciones iniciales aconsejan su efectividad contra el virus SARS Cov-2 con efectos fructuoso en los pacientes, pero falta identificar las dosis exactas y sus reacciones adversas.

El Camostat y Nafamostat, que inhiben la tripsina y varias proteasas inflamatorias, se observó que inhibe la unión de la glucoproteína de superficie del SARS Cov-2 con la célula huésped pulmonares cuando la concentración es de 10uM, pero aún falta ensayos clínicos y su efectividad contra la COVID-19, y se cuenta con la experiencia del tratamiento como un prometedor medicamento contra la COVID-19.

Tanto el remdesivir y el Favipiravir, que son antivirales de amplio espectro, se descartó su uso por sus altos efectos secundarios al paciente, en ensayos preclínicos se ha demostrado una buena actividad contra el coronavirus, ejerciendo una potente actividad antiviral en casos de pacientes con COVID-19. Actualmente se están realizando varios ensayos clínicos con pacientes infectados del

SARS Cov.2 en USA en la universidad de Chicago, en donde resumen que estos fármacos curan al paciente en menos de una semana y esto a pesar que continúan realizando ensayos otras instituciones. (Gómez J, 2020).

En casos leves de la COVID-19, se administra hidroxicloroquina en 400 mg cada 12 horas en el primer día y después 200mg/12 horas en 6 días. Ivermectina es de 1 gota por kilo de peso por vía oral. En casos severos se administra hidroxicloroquina en 200mg cada 8 horas entre 7 a 10 días, la azitromicina una capsula de 500mg en el primer día y después 250mg por día hasta 5 días, la cloroquina se administra 550 mg en cada 12 horas entre 7 a 10 días. Minsa, 2020.

Debemos recordar, que los virus del coronavirus ocasionan diferentes síntomas desde un resfriado hasta enfermedades graves.

Los coronavirus se pueden transmitir de los animales a las personas, según investigaciones el SARS-Cov se propagó al ser humano, se conocen que existen otros coronavirus circulando en los animales que aún no infectan al hombre. Las recomendaciones generales para detener el aumento del coronavirus es la buena higiene de manos, cubrirse la boca y nariz al toser y estornudar y cocinar bien los alimentos, como evitar el contacto con cualquier persona que presente signos de una infección respiratoria. World Health Organization (2020).

2.2.6. LAS VITAMINAS

El hombre para mantener una buena salud debe empezar en lo nutricional, con el consumo diario de una determinada cantidad/calidad de energía y de unos 50 nutrientes que se encuentran almacenados en los alimentos, en la actualidad, podemos utilizar y consumir una amplia cantidad de productos o alimentos para obtener la energía y los nutrientes ya que estos son importantes y necesarios. Las vitaminas son sustancias necesarias para nuestra salud que no pueden ser elaboradas en su mayoría por el organismo y que por lo tanto deben ser ingeridas en la dieta y cuya carencia produce una patología determinada que sólo se curará con el consumo de la vitamina en cuestión. Las vitaminas se encuentran en los alimentos en cantidades muy pequeñas. En las frutas se observan diferencias cuantitativas de las vitaminas como concentraciones de pocos microgramos como la vitamina B12 o el ácido fólico y de decenas de miligramos para la vitamina C.

Existen 13 vitaminas, las cuales se reúnen en función de su solubilidad en vitaminas liposolubles: A, (retinol), D (colecalfiferol), E (tocoferol) y K (filokinona) que se depositan en el tejido graso y las vitaminas hidrosolubles: C (ácido ascórbico), B1 (tiamina), B2 (riboflavina) B3 (niacina), B5 (ácido pantoténico), B6 (piridoxina), B7 (biotina), B9 (ácido fólico), B12 (cianocobalamina), que son expulsadas por el riñón menos la vitamina B12 que permanece en el hígado por mucho tiempo. Las frutas nos proporcionan sus características sensoriales y organolépticas (color, olor, textura, sabor, aroma, etc.). Muchos de ellos juegan un importante papel como factores de protección frente al estrés oxidativo y a la carcinogénesis (limoneno en los cítricos; resveratrol en las uvas, etc.). Las plantas sintetizan una cantidad variable de plétora de compuestos, muchos de los cuales son fisiológicamente activos cuando lo consumimos (antioxidantes y anticancerígenos). Algunas vitaminas son muy sensibles a la luz, calor, oxígeno, ácidos, álcalis y su estructura puede alterarse cuando están sometidos a los agentes mencionados. Entre las vitaminas las más estables son el niacina y las vitaminas liposolubles y las más lábiles la vitamina C y el ácido fólico. Carbajal (2018).

2.2.7. LAS FRUTAS

Las frutas son alimentos muy importantes para mantener una dieta saludable, nos ayudan de niños a crecer, en el metabolismo celular y el bienestar tanto físico como mental y social, reducen los riesgos de enfermedades no transmisibles, deficiencia de micronutrientes, sobrepeso y obesidad, su bajo consumo está considerado como una de los 10 factores de riesgo de enfermedades del mundo

Según estudios consumir frutas alarga la vida de aquellos que no lo hacen, mejoran la salud mental como ayudan en la reducción del estrés y ansiedad su consumo, previenen enfermedades cardiovasculares, reducen el riesgo de contraer cáncer.

El color de las frutas les da características definidas como aquellos de color púrpura o azul tiene propiedades antioxidantes ayudan a reducir cáncer, enfermedades cardíacas y cerebrovasculares. Los que contienen color rojo mejoran la salud cardiovascular como la sandía, fresa, etc. Los de color anaranjado o amarillo nos ayudan en la salud ocular por ejemplo las naranjas, mango, etc. Los de color marrón o blanco tienen propiedades antivirales, antibacterianas y nos proveen de potasio, por ejemplo, el plátano, durazno, pera marrón, etc. Los de color verde presentan propiedades anticancerígenas como la uva verde, la palta, manzana verde, etc. FAO, 2020

Según la Encuesta Nacional realizado del Consumo Alimentario (ENCA) 2014, se evidenció que un 52% de la población cumple con la recomendación de “5 al día”, con un consumo promedio de 168 g/día y entre las frutas consumidas figuran el plátano, la manzana y la naranja. Sin embargo, es importante tener en cuenta que los resultados de la ENCA 2014 podrían estar sobrevalorando el consumo de frutas de la población como es común en mediciones realizadas a través de los cuestionarios, existiendo la posibilidad de que el porcentaje de la población que no cumpla con las recomendaciones de frutas y verduras sean aún mayor a lo estimado por la ENCA 2014. Petterman (2018).

Como sabemos, las frutas son consideradas como alimentos, vienen de varios colores y formas y al consumirlos nos beneficiamos de todas sus vitaminas y minerales que contienen, algunas de sus funciones de la fruta es la de hidratarnos, al consumirlos nuestro organismo aprovecha sus vitaminas que contienen las frutas los cuales depuran y mejoran nuestro

metabolismo con efectos antioxidantes que protegen nuestras células. lo bueno es que no contienen grandes cantidades de grasas saturadas.

Un alimento rico en nutrientes es aquel que contiene vitaminas, minerales y es bajo en calorías frente a los nutrientes pobres que carecen de ellos y son altos en calorías. Una variedad de alimentos saludables como frutas, verduras, granos enteros, legumbres, nueces, semillas, etc. Cumplen con la definición de alimentos que son ricos en nutrientes. Y los alimentos como chocolates, piqueos, embutidos, etc. Son alimentos carentes de micronutrientes. Claramente el consumo de micronutrientes beneficia al cuerpo y cualquier deficiencia de ellos puede originar daños en nuestro metabolismo. Y a medida que envejecemos, algunos de nosotros podemos experimentar malabsorción de algunos de estos nutrientes. Jeanty (2019).

Los micronutrientes, las vitaminas y los minerales, aunque no producen energía son sustancias muy necesarias y en pequeñas cantidades. Como la de obtener un crecimiento y desarrollo óptimo. Las principales enfermedades por falta o carencia de micronutrientes, se denomina como "hambre oculta", debido a que se desarrolla gradual y silenciosamente y aunque una persona vaya a dormir con el estómago lleno de alimento pobres en vitaminas, significa que su organismo aun esta hambriento de una buena nutrición, una de las tantas enfermedades causadas por deficiencia de vitaminas es la ceguera nocturna por La falta de retinol en la retina, ocasiona una carencia adaptación a la oscuridad, llamada 'ceguera nocturna', la cual puede ser tratado con tratamiento a diferencia de la ceguera total que no tiene tratamiento. Bermeo (2017).

2.3 MARCO CONCEPTUAL

2.3.1 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

VITAMINAS SINTÉTICAS:

Las vitaminas sintéticas contienen sustancias químicas que no están destinados al consumo humano y no provienen de la naturaleza, las vitaminas liposolubles sintética son especialmente peligrosas porque se acumulan en el tejido adiposo y causan toxicidad ya que su estructura molecular no es reconocido por nuestro organismo y lo desecha, lo que hace más tóxico a las vitaminas sintéticas es su almacenamiento en concentraciones elevadas en vez de la cantidad que almacenaría por la vía de los alimentos, a través de los años nuestro organismo está dirigido a consumir los alimentos naturales de la tierra y no lo que se elabora en un laboratorio. Cerdá (2018).

Por ejemplo, en la vitamina E las formas sintética y natural son absorbidas por el intestino y transportado al hígado sin discriminación de sus formas y una vez en el hígado se dirige a los tejidos corporales y la enzima encargada de su transporte es específica solo a la vitamina E natural y la vitamina E sintética no son muy bien transportadas los cuales se metabolizan y excretan. Indegua (2018).

VITAMINAS NATURALES

Es la forma natural de las vitaminas, en fitoquímicos o moléculas químico naturales biológicamente. Los obtenemos de fuentes naturales como las frutas, las verduras, carnes, huevos, etc. y son fácilmente absorbidas por nuestro sistema digestivo. Algunas actúan como antioxidantes por ejemplo la vitamina C y E. Rodríguez (2019).

LA COVID -19

En diciembre de 2019 se originó un episodio de neumonía de causa desconocida, esto se presentó en Wuhan, provincia de Hubei, China, la cual se extendió rápidamente por todo el país de China en solo un mes. Estos pacientes estaban epidemiológicamente relacionados a un mercado mayorista de mariscos. El causante de esta nueva enfermedad fue confirmada por métodos de biología molecular como un nuevo coronavirus el 7 de enero de 2020, cuando el resto del mundo fue informado de este nuevo patógeno que inicialmente fue denominado nuevo coronavirus 2019 (2019-nCoV) por la Organización mundial de la Salud (OMS), y posteriormente por el Comité Internacional de Taxonomía de estudio para coronavirus, cambio su nombre por el de síndrome respiratorio agudo grave por coronavirus-2 (SARS-CoV-2) basado en su filogenia, taxonomía y práctica, la enfermedad que

ocasiona fue nombrada coronavirus 2019 (COVID-19). Para el 30 de enero de 2020, la OMS declaró el brote mundial de COVID-19 como la sexta emergencia de salud pública de interés internacional, por lo tanto, este brote constituye un riesgo peligroso para la salud pública, que necesita una colaboración de los sistemas de salud de todo el mundo. Bonilla (2020).

VIRUS

Son partículas microscópicas acelular que infectan una célula huésped; la mayoría se aloja en bacterias. Muchos virus están encapsulados en una envoltura de proteínas llamada cápside; otros cubren su material genético (ADN o ARN) con una membrana o envoltura derivada de la célula infectada; otros utilizan ambas cosas, es decir, una cápside envuelta en una membrana celular. Alarcón (2018).

FRUTAS

Son alimentos comestibles de las plantas cultivadas, como la pera, guinda, fresa, etc., según la Real Academia Española (2001). El Código Alimentario Español (1991) las define como: "Frutos, infrutescencias o como partes carnosas de órganos florales que han alcanzado un grado adecuado de madurez y son propias para el consumo humano. Ríos (2018).

VITAMINAS

Son compuestos orgánicos, se encuentran presente en concentraciones pequeñas en todos los alimentos, tienen funciones específicas en el metabolismo celular, su ausencia ocasiona enfermedades carenciales o avitaminosis. León (2019).

LA ENFERMEDAD

Es entendida como una anomalía objetiva (estadísticamente descriptible) de la función normal del organismo y en relación con su especie. Esta definición no permite entender la enfermedad como algo fundamentalmente distinta en el hombre y en el animal. Para que se pueda realmente distinguir entre el enfermar humano y el enfermar animal, es necesario adoptar otra postura frente a la enfermedad, en concreto la postura normativista, ya que en esta postura la enfermedad se comprende como un fenómeno que implica una disminución de las capacidades del enfermo para alcanzar sus metas vitales. En consecuencia, una persona enferma es una persona que no puede hacer lo que sí podría estando bien de salud. Arrunque (2018).

LA COVID-19

Es la enfermedad infecciosa causada por el virus SARS Cov 2 y origina la enfermedad llamada coronavirus, que se descubrió más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente la COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo. Ortega (2020).

2.4. HIPÓTESIS

2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL.

- Existe un alto nivel de conocimiento sobre el beneficio del consumo de las vitaminas sintéticas y frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.

2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS.

- ✓ Existe una relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021.
- ✓ Existe una relación entre el nivel de conocimiento y los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.
- ✓ Existe relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.

2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES E INDICADORES.

Tabla 1

2.5.1. Operacionalización de la variable independiente 01: Nivel de conocimiento de frutas y vitamínicos.

2.5.2. Operacionalización de la variable dependiente: Consumo de frutas y vitaminas sintéticas.

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEM
Variable independiente: Nivel de conocimiento	Conjunto de ideas, nociones, conceptos que posee o adquiere el hombre a lo largo de su vida, como producto del avance en la producción del saber, a través de libros, clases, conferencias, talleres, congresos, charlas, etc. De la Cruz (2016)	Factores sociodemográficos Generalidades de frutas y vitamínicos.	-Grado de instrucción. -Sexo. -Edad. -Ingresos económicos -Grado de nivel de conocimiento. -Acceso a fuentes de información.	1; 2, 3,4 10; 12; 13; 14
Variable dependiente: Consumo de frutas y vitaminas sintéticas	Las frutas traen mucho beneficio a la salud tienen un alto contenido de vitaminas, fibras,	Frecuencia, usos	-Hábitos de consumo. -Influencia en la elección de frutas. -Variedad de frutas y	5; 6; 7; 8; 9; 11; 15

	agua, minerales, moléculas antioxidantes y poca azúcar. Las vitaminas sintéticas son obtenidas por procesos de síntesis química o fermentación. Villanueva (2018)		vitamínicos.	
--	--	--	--------------	--

CAPITULO III: METODOLOGÍA

3.1. TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio será de tipo, explicativo, transversal, porque es en un determinado tiempo. Cvetkovic-Vega et al. (2021). Prospectivo porque las observaciones se registrarán conforme se avanzará la encuesta. Veiga de Cabo et al. (2008)

Será de nivel exploratorio porque se ponen en contacto con las personas y se recogerá informaciones con fines investigatorios. Veiga de Cabo et al. (2008)

Será correlacional, se medirá la relación de las variables, el diseño de la investigación. Será de tipo cuantitativo, porque es encuesta y la investigación que se realizará es no experimental. Veiga de Cabo et al. (2008)

3.2. DESCRIPCIÓN DEL MÉTODO Y DISEÑO

La investigación se realizó en la Botica Luz, ubicado en el asentamiento humano José Gálvez del distrito de Villa María del Triunfo el tipo de encuesta es cuestionario de preguntas cerradas, diseñado para determinar los factores que inciden en determinar el nivel de conocimiento de los adultos comprendidos en las edades de 40 a 60 años.

La observación es la más común de las técnicas de investigación, tienen variables como sugerir, motivar y conducir a la necesidad de la sistematización de todos los datos recolectados. De igual manera que la técnica de la entrevista se indica los pasos a seguir sobre la investigación de método inductivo, porque se inicia de una hipótesis que luego será comprobado con la recolección de los datos. La encuesta se realizó a partir de todo el mes de julio y la primera semana de agosto del año 2021.

3.3. POBLACION Y MUESTRA

3.3.1 POBLACIÓN

Usuarios de la botica La Luz de José Gálvez, del distrito de Villa María del Triunfo en la ciudad de Lima, el ingreso promedio de usuarios según sistema de apuntes de ventas es de promedio 50 personas al día y por mes son 1500 personas, se realizará la selección de los encuestados en forma aleatoria la cantidad de 306 personas en el mes de julio- agosto del 2021.

Criterio de inclusión: usuarios de ambos sexos comprendidos entre 40-60 años, sanos.

Criterio de exclusión: usuarios de ambos sexos que no estén entre 40-60 años y enfermos.

3.3.2 MUESTRA

La muestra se hallará a través de la siguiente fórmula de poblaciones finitas, con un nivel de confianza del 95%, con margen de error del 3%; es la siguiente:

$$n = \frac{Z^2 \times p \times q \times N}{E^2(N-1) + Z^2 \times p \times q}$$

Donde:

n= Tamaño de la muestra

Z = nivel de confianza (95%) Z= 1,96

p = Variabilidad positiva (50%=0,5)

q = Variabilidad negativa (50%=0,5)

N = Población (3664 habitantes)

E = Margen de error (5% = 0,05)

$$n = \frac{(1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5 \times 1,500}{(0.05)^2(1,500 - 1) + (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5}$$

n = 306 habitantes

3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

El trabajo se realizará a través de método cuantitativo estructurado de encuesta, que viene ser una técnica directa de observación de la realidad, con el objetivo de cuantificar todos los datos obtenidos (Zhang, 2018). De tipo cuestionario con escala de estimación y preguntas cerradas.

Instrumento, se realizó un cuestionario con 15 preguntas, estas preguntas fueron validadas por juicio de expertos.

3.5. TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

Los datos recolectados serán tabulados en Hoja de Cálculo Excel, se procesará en el programa estadístico SPSS, versión 23. Los análisis de los resultados estadísticos serán presentados mediante tablas y gráficas que ayudaron a la comprensión de los objetivos propuestos en el presente estudio. Se realizará análisis descriptivo y chi cuadrado, se trabajará con 95% de significancia ($p < 0.05$).

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Descripción de los resultados según nivel de conocimiento y uso de vitamínicos y frutas en covid-19 en usuarios de 40-60 años, botica luz, villa maría del triunfo, 2021.

Resultado N° 01

Tabla 1: Género de los usuarios de la Botica Luz, en el distrito de Villa María del Triunfo, junio 2021.

Género de los usuarios de la Botica Luz, en el distrito de Villa María del Triunfo					
Pregunta N°01		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	masculino	167	54,6	54,6	54,6
	femenino	139	45,4	45,4	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

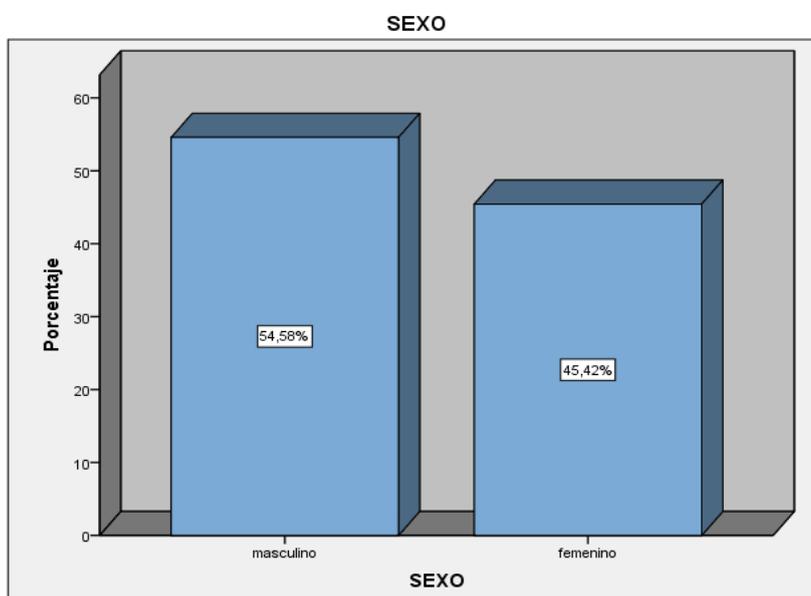


Figura 1. Gráfico de barras del género de los encuestados de la Botica Luz.

Fuente: Encuesta realizada

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 54,6% representa el sexo masculino y el 45,4% representa el sexo femenino.

Tabla 1 Frecuencia de edad de los usuarios encuestados en la Botica Luz, Villa María del Triunfo, 2021.

Grupo de edad de los usuarios de 40-60 años en Botica "luz", Villa María del Triunfo					
Pregunta N°02		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	40-45	212	69,3	69,3	69,3
	46-50	48	15,7	15,7	85,0
	51-55	46	15,0	15,0	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

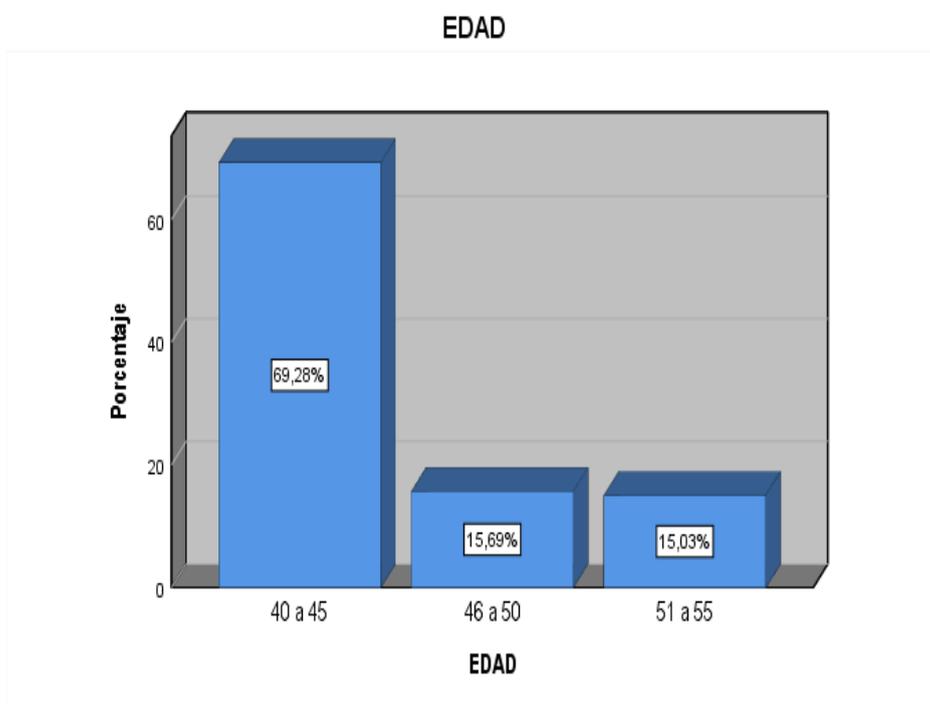


Figura 2. Gráfico de barras de la frecuencia de edades de los usuarios.

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada el resultado refleja que el 69,3% se encuentra en un rango de edad entre 40-45 años; el 15,7% en un rango de edad de 46-50 años, y el 15,0% en un rango de edad de 51-55 años.

Tabla 2 Frecuencia de nivel de educación de los usuarios de 40-60 años en botica “luz” villa maría del triunfo, 2021

NIVEL DE EDUCACION					
Pregunta 03		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Primaria	65	21,2	21,2	21,2
	Secundaria	144	47,1	47,1	68,3
	Superior	97	31,7	31,7	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

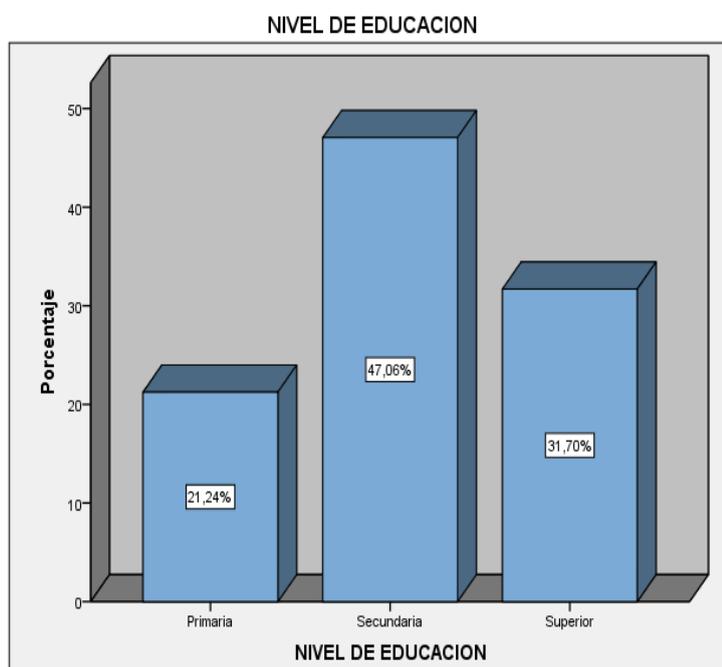


Figura 3. Gráfico de barras de la frecuencia del nivel de educación de los usuarios.

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 21,2% tiene nivel de educación primaria; el 47,1%, tiene un nivel de educación de secundaria y el 31,7% tiene un nivel de educación superior.

Tabla 3 Frecuencia de la respuesta a la pregunta cuál es su ingreso económico de los usuarios de 40-60 años en botica “luz” villa maría del triunfo, 2021

¿Cuál es su ingreso económico?					
Pregunta 4		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	menor de 1000	184	60,1	60,1	60,1
	de 1001 - 1500	93	30,4	30,4	90,5
	1501 - 2000	29	9,5	9,5	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

Figura 4. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta cuál es su ingreso económico de los usuarios

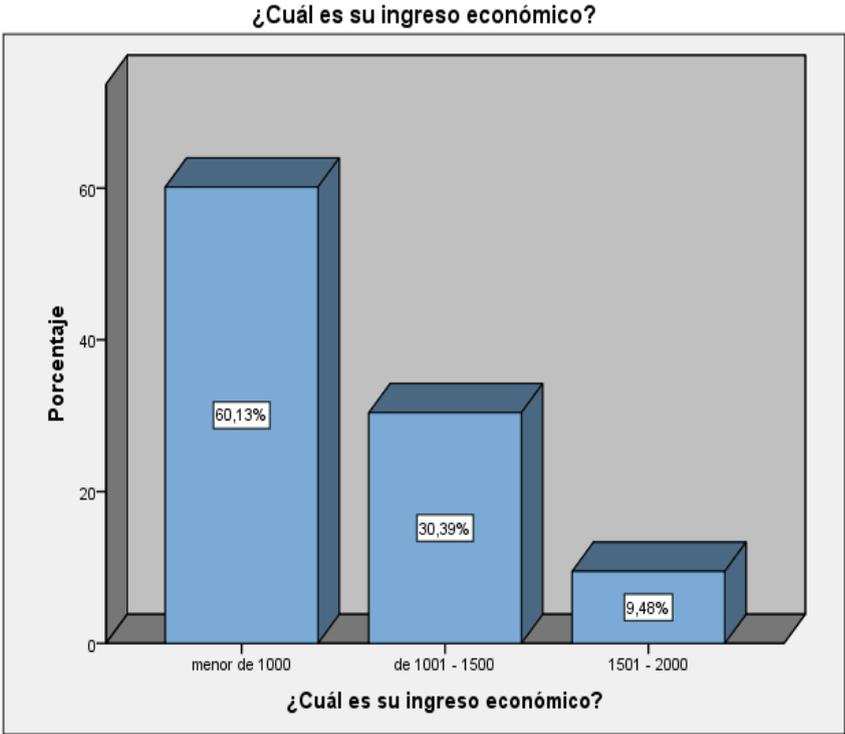


Figura 5. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta cuál es su ingreso económico de los usuarios

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 60,1% su ingreso es menor a S/ 1000, el 30,4% tiene un ingreso entre S/ 1001-1500 y el 9,5 % tiene un ingreso en el rango de S/ 1501-2000.

Tabla 4 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, que influye en la elección de las frutas en los usuarios de 40-60 años en botica “luz” villa maría del triunfo, 2021

¿Qué influye en la elección de frutas?					
Pregunta 5		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Precios	92	30,1	30,1	30,1
	Pocos ingresos	43	14,1	14,1	44,1
	falta de trabajo	28	9,2	9,2	53,3
	Dieta saludable	143	46,7	46,7	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

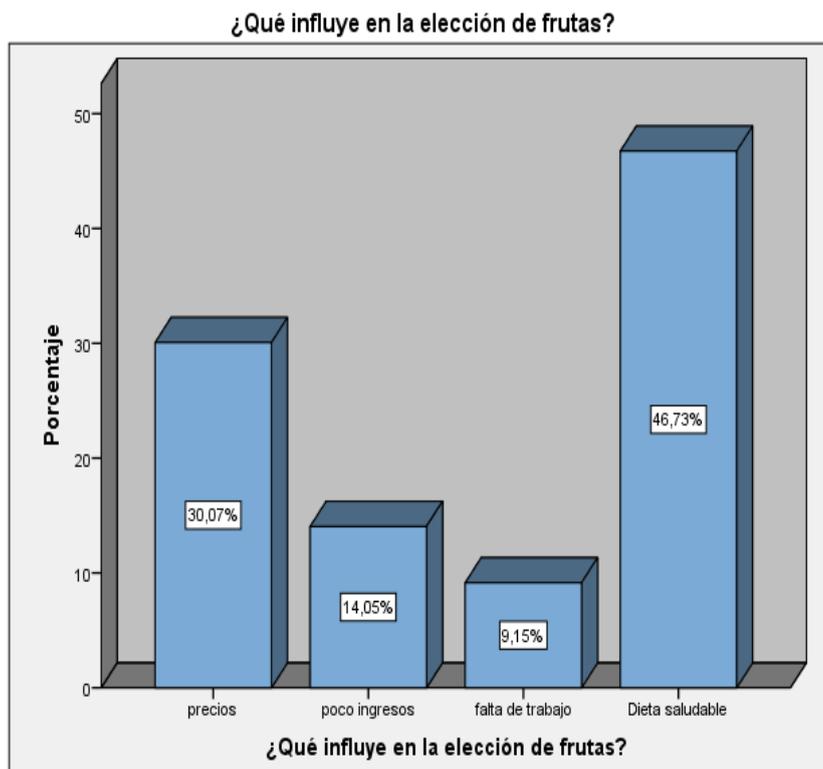


Figura 6. . Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta que influye en la elección de las frutas
Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 30,1% elijen comprar frutas por su precio, el 14,1% influye pocos ingresos económicos, el 9,2% influye por la falta de trabajo y el 46,7% elijen comprar frutas para una dieta saludable.

Tabla 5 . Frecuencia de la respuesta a la pregunta por qué usted consume frutas en tiempos de covid-19 en los usuarios de 40-60 años en botica “luz” villa maría del triunfo, 2021.

¿Por qué usted consume frutas en tiempos de covid-19?					
Pregunta 06		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Porque son fáciles de transportar	48	15,7	15,7	15,7
	Porque contienen más vitaminas	172	56,2	56,2	71,9
	porque son más económicos	75	24,5	24,5	96,4
	Porque leí, investigué que las frutas previenen el covid-19	11	3,6	3,6	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

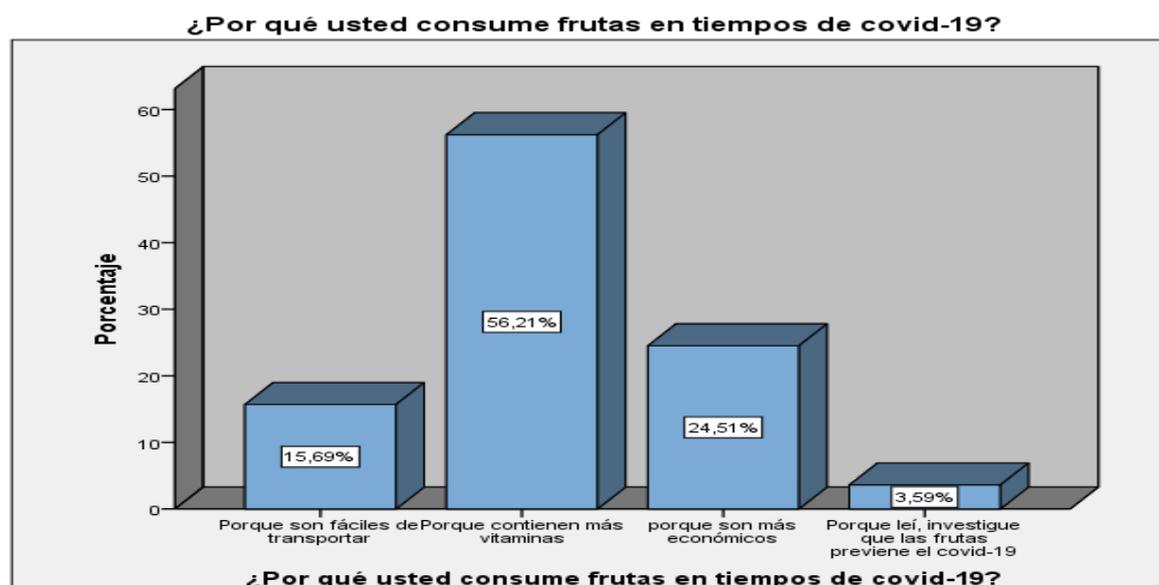


Figura 7. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, por qué usted consume frutas en tiempos de covid-19

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 15,7% indican porque es fáciles de transportar; un 56,2% consume frutas porque tiene vitaminas y un 24.5% porque son económicos.

Tabla 6 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, usted se suplementa con vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica "luz" -villa maría del triunfo, 2021

¿Usted se suplementa con vitaminas sintéticas?					
Pregunta 07		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	si	199	65,0	65,0	65,0
	no	107	35,0	35,0	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

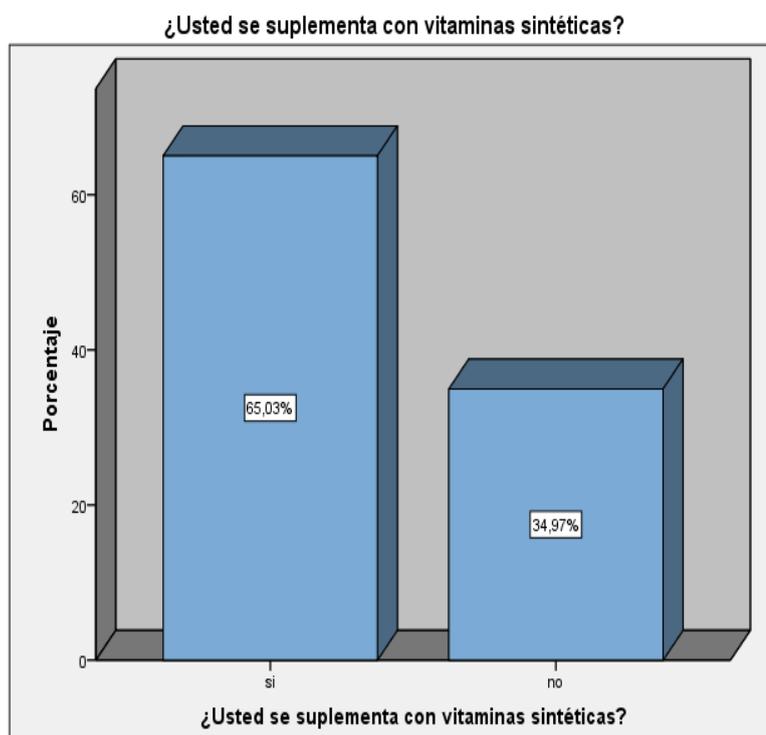


Figura 8. Gráfico de barras de la frecuencia de la pregunta, usted se suplementa con vitaminas sintética

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 65,0% se suplementa con vitamina sintética, mientras que el 35,0% no se suplementa con vitaminas sintéticas.

Tabla 7 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, ¿con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica “luz” villa maría del triunfo, 2021

¿Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas?					
Pregunta 08		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	diario	28	9,2	9,2	9,2
	Inter diario	107	35,0	35,0	44,1
	cuando me acuerdo	102	33,3	33,3	77,5
	ninguna vez	69	22,5	22,5	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

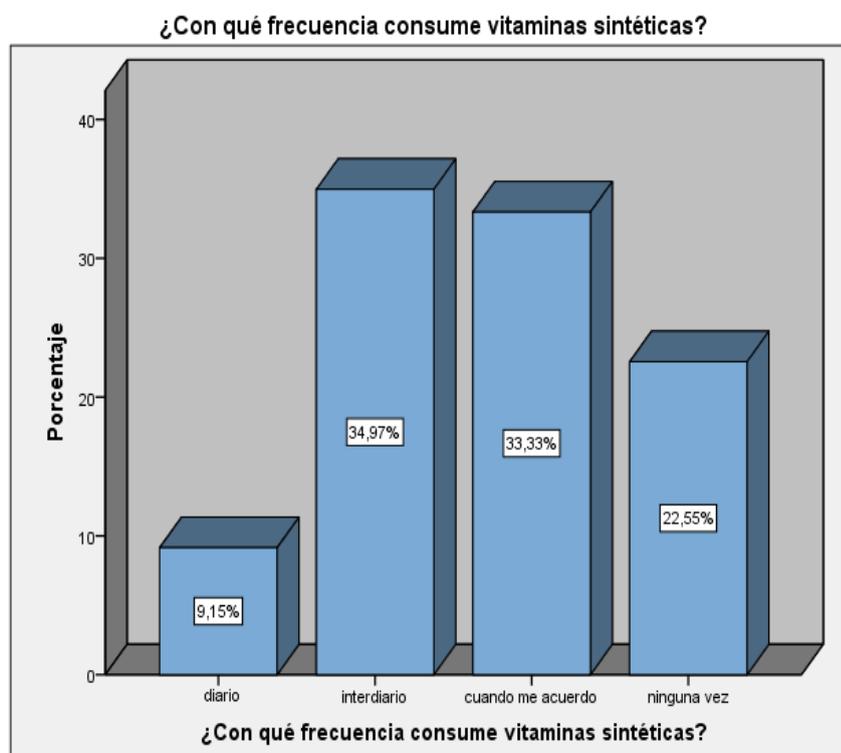


Figura 9. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas.

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 9,2% consumen vitaminas de forma diaria, el 35% de forma Interdiario, el 33,3% consumen cuando se acuerda y el 22,5% ninguna vez.

Tabla 8 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, usted tubo COVID- 19 en los usuarios de 40-60 años en botica “luz” -villa maría del triunfo, 2021.

¿Usted tuvo alguna vez Covid-19?					
Pregunta 09		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	si	225	73,5	73,5	73,5
	no	81	26,5	26,5	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

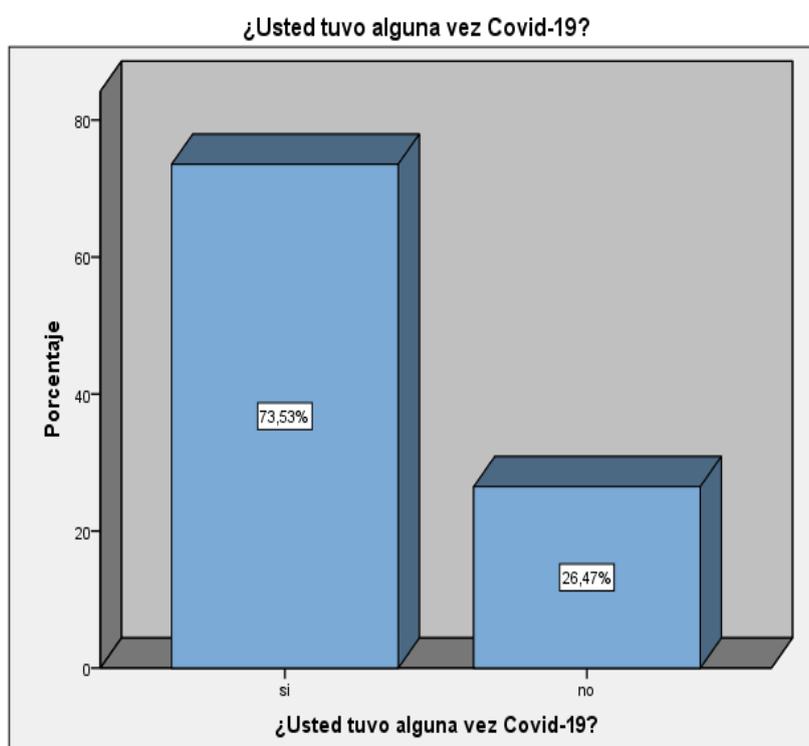


Figura 10. Frecuencia de la respuesta a la pregunta, usted tubo COVID-19

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que 73,5% si tuvieron covid-19 y el 26,5% expresan que no tuvieron covid-19.

Tabla 9 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, en que fuentes de información se enteró que las frutas y vitaminas sintéticas refuerzan a nuestro sistema inmunológico: en los usuarios de 40-60 años en botica “luz” villa maría del triunfo, 2021.

¿En qué fuentes de información se enteró que los suplementos refuerzan a nuestro sistema inmunológico?					
Pregunta 10		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	libros	11	3,6	3,6	3,6
	Revistas	18	5,9	5,9	9,5
	TV	102	33,3	33,3	42,8
	Conversación	71	23,2	23,2	66,0
	Capacitación	41	13,4	13,4	79,4
	Internet	63	20,6	20,6	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

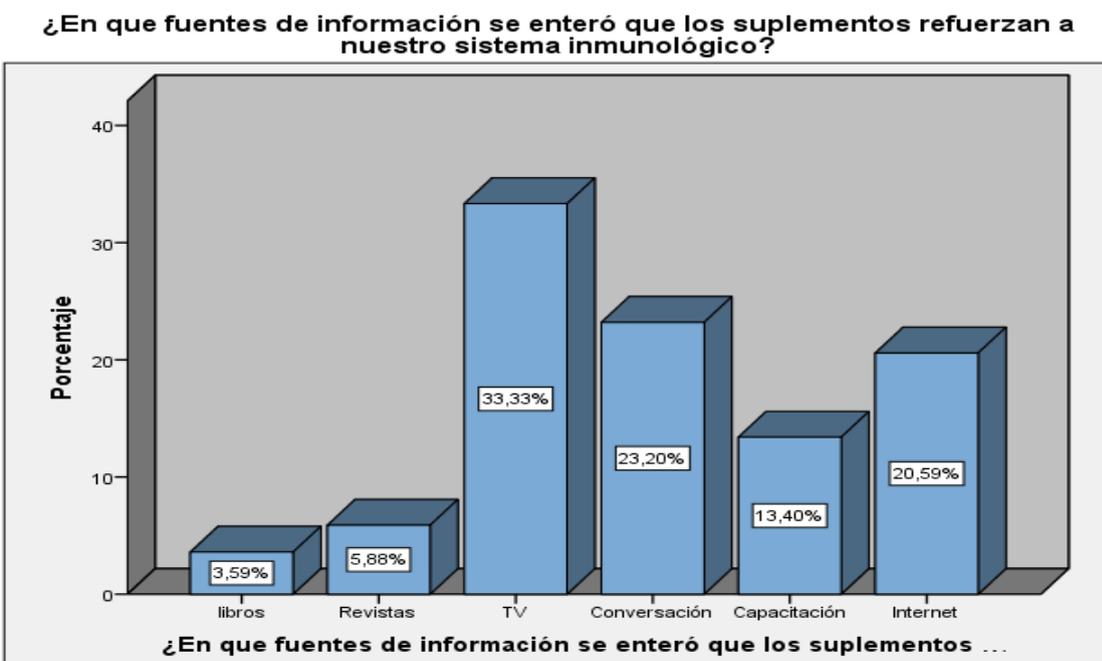


Figura 11. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, en que fuentes de información se enteró que los suplementos refuerzan a nuestro sistema inmunológico

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 33,3% se informó a través de tv; el 23,2% a través de conversaciones con amistades; el 13,4% asistiendo a charlas de capacitación y el 20,6% revisando a través de internet.

Tabla 10 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, cuál es la frecuencia de consumo de frutas en los usuarios de 40-60 años en botica “luz” -villa maría del triunfo, 2021.

¿Cuál es la frecuencia de consumo de frutas?					
Pregunta 11		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Una vez por semana	29	9,5	9,5	9,5
	A diario	148	48,4	48,4	57,8
	Interdiario	101	33,0	33,0	90,8
	1 vez cada 2 semanas	28	9,2	9,2	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

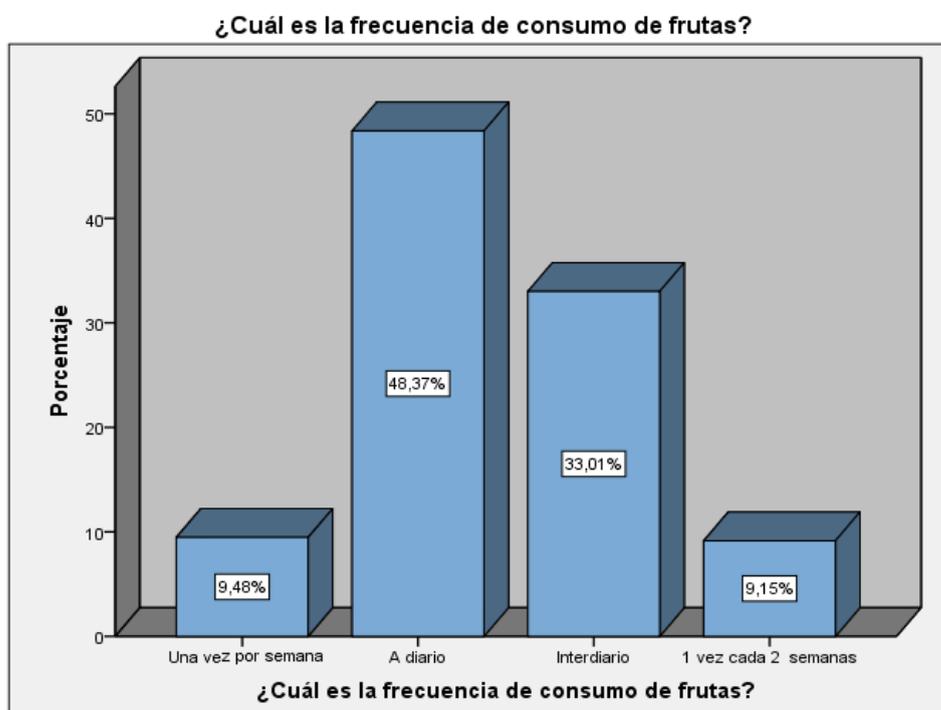


Figura 12. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta cual es la frecuencia de consumo de frutas naturales

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que 9,5% consume frutas una vez por semana, el 48,4% de forma diaria; el 33,0% de forma Interdiario y el 9,2% una vez cada dos semanas.

Tabla 11 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, sabía Ud. que las frutas y vitamínicos refuerzan a nuestro sistema inmunológico a prevenir ciertas enfermedades en los usuarios de 40-60 años en botica “Iuz” villa maría del triunfo, 2021.

¿sabía usted que las frutas y suplementos refuerzan nuestro sistema inmunológico?					
Pregunta 12		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	si	306	100,0	100,0	100,0

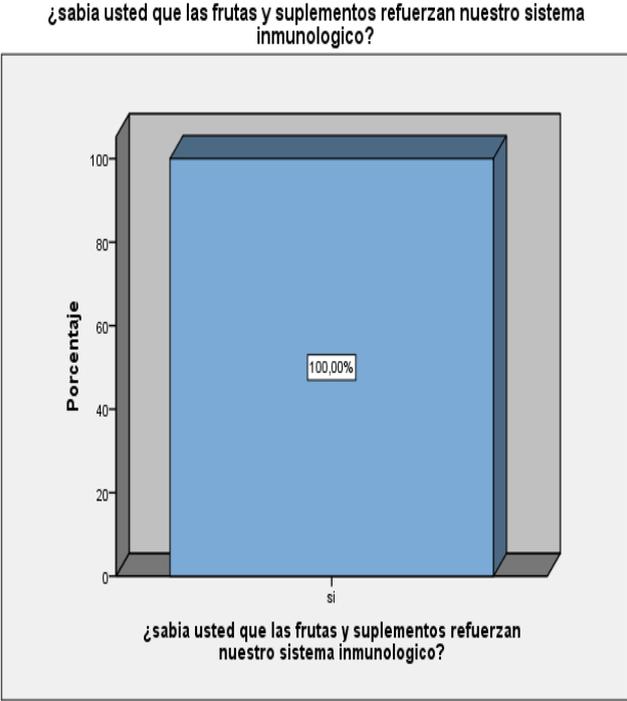


Figura 13. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, sabía Ud. que las frutas y suplementos refuerzan a nuestro sistema inmunológico a prevenir ciertas enfermedades

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 100 % de los usuarios tiene conocimiento que las frutas y suplementos refuerzan nuestro sistema inmunológico.

Tabla 12 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, ¿señale usted aquella fruta que nos ayudan a paliar mejor la enfermedad en los tiempos de la Covid-19? en los usuarios de 40-60 años en botica “luz” villa maría del triunfo, 2021.

¿ Señale usted que fruta nos ayuda a paliar mejor la enfermedad del covid-19?					
Pregunta 13		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Naranja	175	57,2	57,2	57,2
	Manzana	24	7,8	7,8	65,0
	Mandarina	42	13,7	13,7	78,8
	Aguaymanto	9	2,9	2,9	81,7
	Camu-camu	47	15,4	15,4	97,1
	Arándano	9	2,9	2,9	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

Fuente Encuesta realizada.

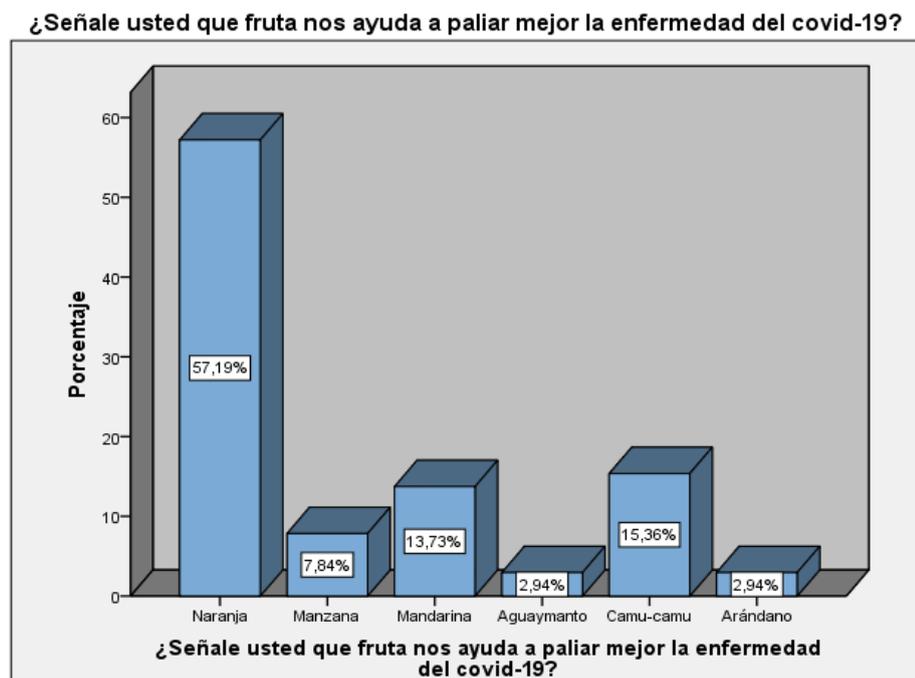


Figura 14. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, ¿Señale usted aquellas frutas que nos ayudan a paliar mejor la enfermedad en los tiempos de la Covid-19?

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 57,2% indican que la fruta como la naranja ayuda a paliar mejor el covid-19; el 13,7% la mandarina; el 15,4 el camu-camu y el 7,8% escogió la manzana.

Tabla 13 Frecuencia de la respuesta a la pregunta, qué tipo de vitaminas sintéticas ayudan a mejorar nuestro sistema inmunológico en estos tiempos de la enfermedad de la Covid-19 en los usuarios de 40-60 años en botica “luz” villa maría del triunfo, 2021.

¿Qué tipos de vitaminas sintéticas mejoran nuestro sistema inmunológico?					
Pregunta 14		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Solo Vitamina C	137	44,8	44,8	44,8
	Multivitamínicos	95	31,0	31,0	75,8
	Vitaminas y minerales	56	18,3	18,3	94,1
	Vit D	18	5,9	5,9	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

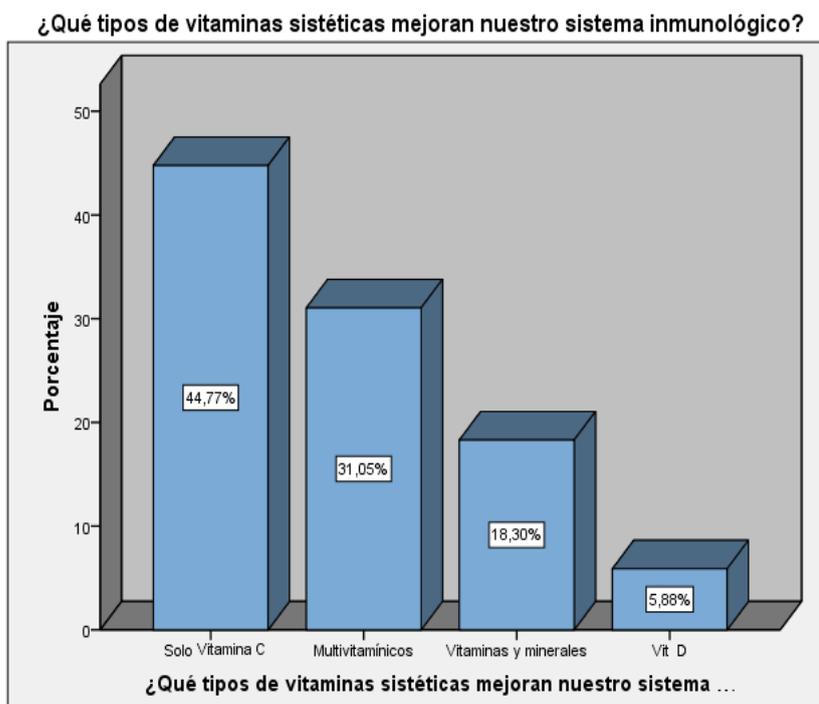


Figura 15. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, qué tipo de vitaminas sintéticas ayudan a mejorar nuestro sistema inmunológico en estos tiempos de la enfermedad de la Covid-19.

Fuente: Encuesta realizada.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 44,8% de los usuarios indicaron la Vit C; el 31% de los usuarios a los multivitamínicos, el 18,3% de los usuarios otros tipos de vitaminas y minerales y un 5.9% la vitamina. D.

Tabla 14 Frecuencia de la respuesta a la pregunta. cuál sería la mejor manera de almacenar las frutas en los usuarios de 40-60 años en botica “luz” villa maría del triunfo, 2021.

¿Cuál sería la mejor manera de almacenar las frutas?					
Pregunta 14		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Lugares altos frescos y secos	166	54,2	54,2	54,2
	Lugares que se encuentren al alcance del niño	33	10,8	10,8	65,0
	Refrigeración	107	35,0	35,0	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

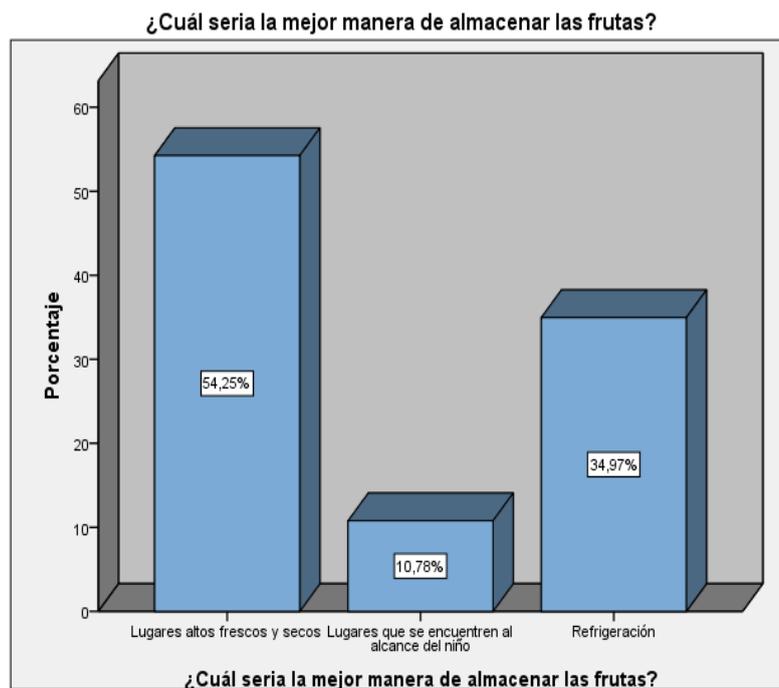


Figura 16. Gráfico de barras de la frecuencia a la pregunta, cuál sería la mejor manera de almacenar las frutas

Fuente: Elaboración propia.

Interpretación: En la encuesta aplicada muestra que el 54,2% de los usuarios almacenan las frutas en lugares altos frescos y secos; el 35% de los usuarios indican que almacena en refrigeración y el 10,8% dice lugares donde alcancen los niños.

Tabla 15 Nivel de Conocimiento del beneficio de las frutas y vitaminas sintéticas, en los usuarios de 40-60 años en Botica “Luz” villa maría del triunfo, junio- 2021

Nivel de Conocimiento del beneficio de las frutas y vitaminas sintéticas

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	20	6,5	6,5	6,5
	Regular	134	43,8	43,8	50,3
	Alto	152	49,7	49,7	100,0
	Total	306	100,0	100,0	

En referencia al resultado se observa que el 6.5% tiene un bajo nivel de conocimiento del beneficio de las frutas y vitaminas sintéticas, mientras que un 43.8% y 49.7% medio y alto consecutivamente.

4.2. PRUEBA DE HIPÓTESIS

4.2.1 HIPÓTESIS GENERAL

Existe relación entre el nivel de conocimiento de vitaminas sintéticas y frutas en tiempos de covid-19 en usuarios de 40-60 años en botica “luz”, Villa María del Triunfo, 2021.

1) Contrastación de la hipótesis general

H0: No existe relación entre el nivel de conocimiento de vitaminas sintéticas y frutas en tiempos de covid-19 en usuarios de 40-60 años en botica “luz”, villa maría del triunfo, 2021

H1: Si Existe relación entre el nivel de conocimiento de vitaminas sintéticas y frutas en tiempos de covid-19 en usuarios de 40-60 años en botica “luz”, villa maría del triunfo, 2021

2) Nivel de significancia:

Asumiendo un nivel de significancia del 5% → $\alpha = 0.05$

3) Prueba estadística:

Tabla 16 Tabla cruzada Nivel de Conocimiento*Grado de instrucción

Tabla cruzada Nivel de Conocimiento*Grado de instrucción

			Primaria	Secundaria	Superior	Total
Nivel de Conocimiento	Bajo	Recuento	20	0	0	20
		% dentro de Nivel de Conocimiento	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	Regular	Recuento	45	84	5	134
		% dentro de Nivel de Conocimiento	33,6%	62,7%	3,7%	100,0%
	Alto	Recuento	0	60	92	152
		% dentro de Nivel de Conocimiento	0,0%	39,5%	60,5%	100,0%
Total		Recuento	65	144	97	306
		% dentro de Nivel de Conocimiento	21,2%	47,1%	31,7%	100,0%

Tabla 17 Pruebas de Chi- Cuadrados

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	197,773 ^a	4	,000
Razón de verosimilitud	227,885	4	,000
Asociación lineal por lineal	161,108	1	,000
N de casos válidos	306		

a. 1 casillas (11,1%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 4,25.

4) Criterio de decisión:

Como significación asintótica es 0.001 es menor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula.

5) Interpretaciones o conclusiones:

A un nivel de significancia del 5%, existe evidencia estadística para concluir que Si Existe relación entre el nivel de conocimiento de vitaminas sintéticas y frutas en tiempos de covid-19, en usuarios de 40-60 años en botica "luz", villa maría del triunfo, 2021, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. El resultado nos refleja que el 49.70% (152 personas) tienen un alto grado de conocimiento del consumo de vitaminas sintéticas y frutas en tiempos de Covid-19, seguida de un 43.80% que tienen un conocimiento regular, sobre todo en personas con estudios superiores.

4.2.2. HIPÓTESIS ESPECIFICA 1

1) Contratación de la hipótesis específica

Existe una relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021.

H0: No Existe una relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021.

H1: Si Existe una relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021.

2) Nivel de significancia

Asumiendo un nivel de significancia del 5% → $\alpha = 0.05$

3) Prueba Estadística

Tabla 18 Cuál es la frecuencia de consumo de frutas*Nivel de Conocimiento.

Tabla cruzada N° 19 Cuál es la frecuencia de consumo de frutas*Nivel de Conocimiento

		Nivel de Conocimiento				
		Bajo	Regular	Alto	Total	
Cuál es la frecuencia de consumo de frutas	Diario	Recuento	1	40	107	148
		% dentro de Cuál es la frecuencia de consumo de frutas	0,7%	27,0%	72,3%	100,0%
	Interdiario	Recuento	3	53	45	101
		% dentro de Cuál es la frecuencia de consumo de frutas	3,0%	52,5%	44,6%	100,0%
	Una vez por semana	Recuento	9	20	0	29
		% dentro de Cuál es la frecuencia de consumo de frutas	31,0%	69,0%	0,0%	100,0%
	Una vez cada dos semanas	Recuento	7	21	0	28
		% dentro de Cuál es la frecuencia de consumo de frutas	25,0%	75,0%	0,0%	100,0%
Total		Recuento	20	134	152	306
		% dentro de Cuál es la frecuencia de consumo de frutas	6,5%	43,8%	49,7%	100,0%

Tabla 19 Pruebas de Chi-cuadrados

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	116,735 ^a	6	,000
Razón de verosimilitud	129,418	6	,000
Asociación lineal por lineal	99,568	1	,000
N de casos válidos	306		

a. 2 casillas (16,7%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,83.

4) Criterio de decisión:

Como significación asintótica es 0.001 es menor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula.

5) **Interpretaciones o conclusiones:**

A un nivel de significancia del 5%, existe evidencia estadística para concluir que si existe una relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. El resultado nos refleja que el 35% y 14% tiene un alto grado de conocimiento y consumen frutas con una frecuencia de diaria e interdiario, mientras que el 13% y 17% que tienen un nivel de conocimiento regular, consumen frutas en una frecuencia de diaria e Interdiario.

4.2.3. HIPÓTESIS ESPECIFICA 2

1) **Contrastación de la hipótesis específica**

- ✓ Existe una relación entre el nivel de conocimiento y los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.
- ✓ **H0:** No existe una relación entre el nivel de conocimiento y los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.
- ✓ **H1:** Si existe una relación entre el nivel de conocimiento y los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.

2) **Nivel de significancia**

Asumiendo un nivel de significancia del 5% → $\alpha = 0.05$

3) **Prueba Estadística**

Tabla 20 **Tabla cruzada Qué influye en la elección de frutas*Cuál es su ingreso económico**

Tabla cruzadaCuál es su ingreso económico*Nivel de Conocimiento

			Nivel de Conocimiento			
			Bajo	Regular	Alto	Total
Cuál es su ingreso económico	0 a 1000	Recuento	20	110	54	184
		% dentro de Cuál es su ingreso económico	10,9%	59,8%	29,3%	100,0%
	1001 al 1500	Recuento	0	20	73	93
		% dentro de Cuál es su ingreso económico	0,0%	21,5%	78,5%	100,0%
	1501 al 2000	Recuento	0	4	25	29
		% dentro de Cuál es su ingreso económico	0,0%	13,8%	86,2%	100,0%
Total	Recuento	20	134	152	306	
	% dentro de Cuál es su ingreso económico	6,5%	43,8%	49,7%	100,0%	

Tabla 21 Pruebas de Chi cuadrados

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	79,160 ^a	4	,000
Razón de verosimilitud	88,677	4	,000
Asociación lineal por lineal	65,993	1	,000
N de casos válidos	306		

a. 1 casillas (11,1%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,90.

4) Criterio de decisión:

Como significación asintótica es 0.001 es menor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula.

5) Interpretaciones o conclusiones:

✓ A un nivel de significancia del 5%, existe evidencia estadística para concluir que si existe una relación entre el nivel de conocimiento y los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa

María del Triunfo, 2021, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. El resultado nos refleja que el 36% de las personas que tienen un ingreso entre S/ 0 a S/ 1,000.00, tienen un grado de conocimiento regular y el 18% en un grado de conocimiento alto, mientras que las personas que tienen un ingreso entre S/ 1,001.00 a S/ 1,500.00, el 24% tiene un conocimiento alto.

4.2.4. HIPÓTESIS ESPECIFICA 3

Tercera hipótesis

1) Contrastación de la hipótesis específica

Existe relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.

H0: No existe relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.

H1: Si existe relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021

2) Nivel de significancia

Asumiendo un nivel de significancia del 5% → $\alpha = 0.05$

3) Prueba Estadística

Tabla 22 Tabla cruzada Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas

Tabla cruzada Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas*Nivel de Conocimiento*						
			Nivel de Conocimiento			
			Bajo	Regular	Alto	Total
Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas	Diario	Recuento	0	2	26	28
		% dentro de Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas	0,0%	7,1%	92,9%	100,0%
	Interdiario	Recuento	0	22	85	107

	% dentro de Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas	0,0%	20,6%	79,4%	100,0%
Cuando me acuerdo	Recuento	0	62	40	102
	% dentro de Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas	0,0%	60,8%	39,2%	100,0%
Ninguna vez	Recuento	20	48	1	69
	% dentro de Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas	29,0%	69,6%	1,4%	100,0%
Total	Recuento	20	134	152	306
	% dentro de Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas	6,5%	43,8%	49,7%	100,0%

Tabla 23 Pruebas de Chi- cuadrado

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	171,810 ^a	6	,000
Razón de verosimilitud	190,524	6	,000
Asociación lineal por lineal	136,354	1	,000
N de casos válidos	306		

a. 2 casillas (16,7%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,83.

4) Criterio de decisión:

Como significación asintótica es 0.0001 es menor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula.

5) Interpretaciones o conclusiones:

A un nivel de significancia del 5%, existe evidencia estadística para concluir que si existe una relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los usuarios de

40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021

El resultado nos refleja que el 28% de las personas que consumen vitaminas sintéticas con una frecuencia interdiaria tienen un conocimiento alto. Las personas que consumen vitaminas cuando se acuerdan tienen un grado de conocimiento regular en 20% y 13% en grado de conocimiento alto.

4.3. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Laura A, 2017 realizó un estudio cuyo objetivo fue determinar la relación entre conocimientos y consumo de frutas y verduras en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa "Aymón La Cruz López", aplicó un cuestionario de conocimientos y frecuencia de consumo sobre frutas y verduras para determinar su nivel de conocimiento y estimar su consumo habitual de estos alimentos, como resultado el autor Laura A. Obtuvo lo siguiente: el 3.2% de estudiantes evidenció un nivel alto grado de conocimiento sobre frutas y verduras el 66.9% de los estudiantes presentó un consumo adecuado de frutas y verduras. En nuestro estudio vemos que el 49.70% (152 personas) tienen un alto grado de conocimiento del consumo de vitaminas sintéticas y frutas en tiempos de Covid-19, seguida de un 43.80% que tienen un conocimiento regular, sobre todo en personas con estudios superiores. Laura encontró relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de frutas, nosotros también llegamos a encontrar que si hay relación entre el nivel de conocimiento con el consumo de vitamínicos y frutas en tiempos de covid-19 en usuarios de 40-60 años.

Villanueva S, 2018; prácticas y razones de consumo de frutas y verduras en escolares de sexto grado de nivel primario de la I.E. Sol de oro, Los Olivos, el objetivo de este estudio fue establecer las principales prácticas y las razones del consumo de frutas y verduras en los estudiantes, en los resultados se observa que el 42% de los estudiantes detallaron un inadecuado consumo de frutas, mientras que el 52.9% detalla un adecuado consumo de verduras esto basado como referencia para consumir frutas y verduras, luego un 38.8% indicó que lo consume por obtener beneficios en la salud, un 29.7% por su preferencia y 21% consume influenciado por su entorno. Haciendo una comparación con nuestro estudio en la pregunta por qué usted consume frutas en tiempos de covid-19 obtenemos como resultado que el 56.2% consumen porque tienen un alto grado de vitaminas, el 24.5% consumen porque son económicas y un 15.7% manifiesta que son fáciles de transportar. Luego en la pregunta con qué frecuencia consumen fruta el resultado refleja que el 48,4% consumen frutas de forma diaria, 33,0% de forma Inter diario, el 9,5% consume frutas una vez por semana y el 9,2% una vez cada dos semanas.

Villanueva concluye que existe un adecuado consumo de frutas y verduras, siendo las preferencias en jugos, ensaladas y en sopas, consumen por el sabor y mantener una buena salud, esto influenciado por su conocimiento obtenido de los profesores y madres de familia. Por lo tanto, los resultados que obtuvimos también llegamos a la conclusión que si existe una preferencia del consumo de frutas por su contenido vitamínico y con una frecuencia diaria sobre todo en estos tiempos de covid-19, donde es de gran importancia reforzar el sistema inmunológico.

Castillo 2019, vitamina C en la salud y enfermedad, el objetivo de la investigación es la importancia de incluir en nuestra dieta la vitamina C para tratamiento de ciertas enfermedades, el método del trabajo da comprender algunas pautas e investigaciones sobre la vitamina C en determinadas enfermedades como el cáncer, el escorbuto, etc. Nosotros en nuestro estudio queremos conocer si las personas saben si las vitaminas refuerzan el sistema inmunológico, y a la vez evaluar el nivel de conocimiento. En la pregunta en qué fuentes de información se enteró que los suplementos vitamínicos refuerzan el sistema inmunológico, el resultado nos arroja que el 33.3% se enteró a través del medio TV, el 23.2% a través de conversaciones con amistades, 13.4% asistiendo a charlas de capacitación y el 20.6% a través de internet. Luego en la pregunta Qué tipo de vitaminas sintéticas ayudan a mejorar nuestro sistema inmunológico el resultado nos refleja que el 44,8% de los usuarios consume Vit C; el 31% de los usuarios consume multivitamínicos, el 18,3% de los usuarios consume otros tipos de vitaminas y minerales y un 5.9% consume vitamina. D.

Castillo en sus resultados, determinó el beneficio de la vitamina C como donador de electrones a diferentes enzimas relacionadas al tejido conectivo, particularmente al colágeno (hidroxilación) a la cicatrización de heridas, reducción de las especies reactivas de oxígeno (EROS) como superóxido o especies reactivas de nitrógeno (SRN) como el óxido nítrico, dióxido de nitrógeno, etc. En nuestro resultado concluimos que existe un comportamiento en el consumidor por la preferencia en el consumo de las vitaminas para reforzar el sistema inmunológico, a la vez tienen un alcance de la información de la importancia de su consumo a través de diferentes medios de comunicación.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

- Por los resultados obtenidos se deduce que si existe relación entre el nivel de conocimiento en uso de vitamínicos y frutas en tiempos de covid-19 en usuarios de 40-60 años en Botica “Luz”, Villa María del Triunfo, 2021. El resultado nos refleja que el 49.70% (152) tienen un alto grado de conocimiento del consumo de vitaminas y frutas en tiempos de Covid-19.
- Podemos concluir que sí existe una relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia del consumo de frutas en tiempos de covid-19 en usuarios de 40-60 años en botica “Luz”, Villa María del Triunfo, 2021. El resultado nos refleja que el 35% y 14% tienen un alto grado de conocimiento y consumen frutas con una frecuencia de diaria e interdiaria, mientras que el 13% y 17% tienen un nivel de conocimiento regular y consumen frutas en una frecuencia de diaria e interdiaria.
- Concluimos que si existe una relación entre el nivel de conocimiento y factor económico en la accesibilidad de las frutas en tiempos de covid-19 en usuarios de 40-60 años en Botica “Luz”, Villa María del Triunfo, 2021. El resultado nos refleja que el 36% de las personas que tienen un ingreso entre S/ 0 a S/ 1,000.00, tienen un grado de conocimiento regular y el 18% en un grado de conocimiento alto, mientras que las personas que tienen un ingreso entre S/ 1,001.00 a S/ 1,500.00, el 24% tiene un conocimiento alto.
- Concluimos que si existe una relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en tiempos de covid-19 en usuarios de 40-60 años en Botica “Luz”, Villa María del Triunfo, 2021. El resultado nos refleja que el 28% de las personas que consumen vitaminas sintéticas con una frecuencia interdiaria tienen un conocimiento alto. Las personas que consumen vitaminas cuando se acuerdan tienen un grado de conocimiento regular en 20% y 13% en grado de conocimiento alto.

5.2. RECOMENDACIONES

- Se recomienda incentivar la implementación de programas educativos para el consumo de frutas en su dieta diaria, dado que las frutas tienen grandes beneficios que refuerzan el sistema inmunológico en tiempo de covid-19.
- Se recomienda tener en cuenta que los medios de comunicación influyen en el grado de conocimiento del consumo de frutas y vitamínicos en los usuarios de 40-60 años de la botica Luz. Por lo tanto, se debe difundir contenidos de productos alimenticios en la que resalten la importancia de sus micronutrientes.
- Se recomienda tener en cuenta que la frecuencia del consumo de vitaminas influye en un grado razonable para paliar enfermedades en los usuarios 40-60 años en botica Luz.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Accinelli Roberto Alfonso, Mingxiong, Cristian, Wang Zhang Xu Jia; 2020; Covid-19: la pandemia por el nuevo Sars. Cov-2: Revista Perú Médica; 37;2
- Alarcón Diego, Ojeda Flores Rafael; 2018; Virus pequeños gigantes que dominan el planeta; Revista Ciencia de México; 69;2.
- Alvarez m, Fantini Conci A, Rizzi MA, Nepote V, Torres M, Ryan LC. 2016, Hábitos del consumo de frutas y hortalizas en niños escolares, tesis, Córdoba-Argentina.
- Arellano-acuña Erica, rojas Zavaleta Irvin, Páucar Menacho luz maría; 2019; Camucamu fruta tropical de excelentes propiedades funcionales que ayudan a mejorar la calidad de vida; Scientia agropecuaria; 7; 4
- Arrunque Stephan Diana, Jaran Duquette Francois; 2018; La enfermedad como rasgo humano. Hacia una consideración de la enfermedad en cuanto fenómeno existencial; Revista Cubana de Farmacia; 35;1
- Bermeo Sanmartín Doris, Ramírez Castillo María; 2017; Factores que inciden en la adherencia a la suplementación con micronutrientes Chis paz, en cuidadoras de niños menores de 3 años, del centro de salud Santa Anita, en el centro infantil del Buen Vivir “Nuevos Horizontes El Condado”; (tesis de pregrado); Ecuador.
- Bonilla Sepúlveda Oscar; 2020; Para entender el covid.19; Medicentro electrónica; Colombia; 24; 3
- Carbajal Azcona Ángeles.; 2018; Los alimentos como Fuente de energía, nutrientes y otros bioactivos; Manual de Nutrición y dietética de España; 14.
- Castillo Velarde Edwin Rolando; 2019; Vitamina C en la salud y en la enfermedad; Revista de la Facultad de Medicina Humana; 19; 4
- Cervantes-Guevara et al; 2020; Consideraciones nutricionales en pacientes hospitalizados con COVID-19: lo que el clínico debe saber, México.
- Cerda Olmedo E.; 2018; Producción industrial de vitaminas con hongos; España
- Coronavirus (Cov) GLOBAL- World Health Organization, 2020; disponible en : www.who.int
- Cvetkovic-Vega a; Maguiña J. Soto A., Lama Valdivia J; 2021; Estudios transversales; Revista de la facultad de medicina humana; 21; 1 ; Perú.

- Domínguez César; 2020; Solo el 11.3% de peruanos consumen frutas y verduras; Agencia Peruana de noticias andina.
- FAO, 2021; frutas y verduras esenciales en tu dieta; www.fao.org
- Flórez G Lujhon; 2020; Pandemia Covid-19: ¿Qué más puedo hacer?; Revista de la Facultad de Medicina Humana; 20; 2
- Gómez J, Diéguez A, Pérez M; 2020, alternativas terapéuticas para el manejo del covid-19; revista habanera de ciencias médicas; 19; 1
- Goncalves Silva Belasco Angelica; 2020; Coronavirus; Revista Brasileira de Enfermera; 73 ;2; doi .org 10.1590/0034-7167-2020730201
- Jeanty Wanda; 2017; La importancia de los macronutrientes y los micronutrientes en los alimentos y nuestro nivel de energía; ABC latino.
- Laura de la Cruz A; 2017; relación entre conocimiento y consumo de frutas y verduras en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal, Chosica; Tesis.
- León Carrasco José; 2020; Perú produce frutas y verduras en todas las regiones y todo el año, generando el ingreso a economías locales y a pequeños agricultores; Agencia agraria de noticias
- León Fierro Lidia, Rodríguez Villalobos Judith, Candía-Luján, et al; 2019; Efectividad de los suplementos antioxidantes en la mejoría del desempeño físico atlético. Artículo de revisión; Revista Habanera de ciencias médicas; 18;2.
- López de Romaña Daniel; 2017; Situación actual de los micronutrientes en Latinoamérica y el Caribe; www.sighttandlife.org
- Macías Villamagua, Vanessa Rocío, 2020; “Consumo responsable: motivaciones que influyen en la compra de alimentos orgánicos en hombres y mujeres de 35 a 44 años en la ciudad de Guayaquil derivado del efecto covid-19” Guayaquil.
- Madrid Valerio Cecilia, Palomino Rodríguez Walter; 2020; Oportunidades de corrupción de pandemia; el compliance gubernamental como protector eficaz al interior de las organizaciones públicas; Lima; 12; 1; doi.org/10.21142/des-1201-2020-0014
- Maguiña C, Gástelo R, Tequen A; 2020; El nuevo coronavirus y la pandemia del Covid.19; Revista médica herediana, Perú; 31; 2; doi 10,20453/rmh.v.31i2,3776
- Minsa; 2020; normas legales el peruano; <https://img.ipderecho.pe/wp-content/uploads/2020>

- Monagas et al, 2020; Sobre la actuación alimentaria y nutricional para la prevención de la infección por el virus SARS COV-2 en la comunidad, Habana.
- Morocho Yambay C, Reynoso Britto S; 2017; Importancia del consumo de frutas y verduras en la alimentación humana; universidad estatal Milagro, Ecuador.
- Murrugarra Coari Fernando, 2020; Variación del peso corporal durante el confinamiento obligatorio por covid-19 en niños de las aldeas infantiles S.O.S. de Zarate.
- National Institutes of Health; 2016; Suplementos multivitamínicos; ods.od.nih.gov.
- Ortega García MV; 2020; La nueva enfermedad X; Sanidad Militar; España; 76;1
- Organización Mundial de la Salud; noviembre del 2020; Información básica del Covid-19; www.who.int.
- Pérez- Cárdenas Luis, Huamancayo-Espíritu Alan; 2020; Prevalencia y factores asociados al bajo consumo de frutas y verduras de la carrera profesional de medicina humana de una universidad peruana; Revista de la facultad de medicina humana; 20; 1.
- Petterman Fanny, Labraña Ana María, Duran Eliana, et.al.; 2018; El consumo de frutas y verduras se asocia a la menor mortalidad: 5 porciones al día es bueno, pero 10 serían mejor; Revista chilena de nutrición; 45; 2
- Quiroz-Carrillo Carlos, Pareja Cruz Arturo, Valencia Ayala Edward, et al; 2020; Un nuevo coronavirus, una nueva enfermedad: COVID-19; Horizonte Médico; 20;2.
- Qu Dongyu; 2021; Frutas y verduras esenciales en tu dieta; Año internacional de las frutas y verduras; Organización de las naciones unidas para la alimentación y agricultura
- Revolle Alexis; 2021; Coronavirus en Perú: así evoluciona la pandemia en el país; Grupo la república.
- Ríos Durán Sara; 2018; Nivel de consumo de las loncheras saludables en los niños de 4 años en la institución educativa inicial N°645 aplicación la Salle; Perú; 27
- Rodríguez Leyton Mylene; 2019; Desafíos para el consumo de frutas y verduras; Revista de la facultad de medicina humana; Perú; 19;2
- Ruiz Guillén Axel, 2017, Consuma a diario frutas y verduras para prevenir enfermedades; Agencia peruana de noticias.
- Tenorio Federico; 2020; Producción de principales frutas y verduras el 2020 superó los S/. 8,800

millones; Agencia peruana de noticias.

- Veiga de Cabo, De la Fuente Diez E, Zimmermann Verdejo M; 2008; Modelo de estudios de investigación aplicada: conceptos, criterio para el diseño; 51; 81-88: España.
- Villanueva Cruzalegui Sandra, 2018; prácticas y razones de consumo de frutas y verduras en escolares de sexto grado de nivel primario del I.E. sol de oro, Los Olivos; tesis.
- Zhang H, 2018; Questionnaire instrument development in primary Health care research, Can fam physician; 64 (9), 699-700. <https://bit.ly/3eHIHSA>.
- 2021; “indegua.com”; Vitaminas sintéticas; Guatemala.

ANEXOS

ANEXO 01

ENCUESTA

1. Sexo de la persona a encuestarse:
 Masculino.
 Femenino.

2. ¿Cuál es su edad?
 40-45 46-50 51- 55 56-60

- 3.Cuál es su nivel de educación:
 Primaria Secundaria Superior Maestría o doctorado Sin
instrucción educativa

4. Cuanto es la cantidad de su ingreso económico mensual
 Menor de 1000 de 1001- 1500 1501- 2000

5. Qué influye en la elección de las frutas:
 precios poco ingresos falta de trabajo Dieta saludable

6. Por qué usted consume frutas en tiempo de la Covid-19:
 Porque son fáciles de transportar Porque contienen más vitaminas porque son
más económicos Porque leí, investigue que las frutas previene el covid-19.

7. Usted se suplementa con vitaminas sintéticas:
Sí, No

8. Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas.
 diario interdiario cuando me acuerdo ninguna vez

9. Usted tuvo COVID-19.
 Si No

10. En que fuentes de información se enteró que las frutas y vitamínicos refuerzan nuestro sistema
inmunológico:
 libros Revistas TV Conversación Capacitación Internet

11. Cuál es la frecuencia de consumo de frutas:
 Una vez por semana A diario Interdiario 1 vez cada 2 semanas.
12. Sabia Ud. Que las frutas y suplementos refuerzan a nuestro sistema inmunológico a prevenir ciertas enfermedades
 si no
13. Señale usted aquella fruta que nos ayudan a paliar mejor la enfermedad en los tiempos de la Covid-19:
 Naranja Manzana Mandarina Aguaymanto Camu-camu Arándano
 Otros
14. Qué tipo de vitaminas sintéticas ayudan a mejorar nuestro sistema inmunológico en estos tiempos de la enfermedad de la Covid-19:
 Solo Vitamina C Multivitamínicos Vitaminas y minerales Vit D Otros.
15. . ¿Cuál sería la mejor manera de almacenar las frutas?
 Lugares abiertos y húmedos. Lugares altos frescos y secos Lugares que se encuentren al alcance del niño Refrigeración

Tabla 24 MATRIZ DE CONSISTENCIA
MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA
<p>Problema general:</p> <p>¿Cuál es la relación entre nivel de conocimientos y el beneficio de vitaminas sintéticas y frutas en COVID-19 en usuarios de 40-60 años en José Gálvez, de Villa María del Triunfo, 2021?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>-¿Cuál será la relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021?</p> <p>-¿Cuál será el nivel de conocimiento sobre los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021?</p> <p>-¿Cuál es la relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021?</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación entre nivel de conocimientos y el beneficio de vitaminas sintéticas y frutas en usuarios de 40-60 años de José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>-Establecer si existe relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021.</p> <p>-Determinar el nivel de conocimiento sobre los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.</p> <p>-Demostrar si existe relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>Existe relación entre el nivel de conocimiento de vitaminas sintéticas y frutas en tiempos de Covid-19 en usuarios de 40-60 años de José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>-Existe una relación entre el nivel de conocimiento y la frecuencia de consumo de las frutas en usuarios de 40-60 años, José Gálvez, en tiempos de Covid-19, en botica Luz, Villa María del Triunfo 2021.</p> <p>-Existe una relación entre el nivel de conocimiento y los factores económicos que influirían en la accesibilidad de frutas en usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.</p> <p>-Existe relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de vitaminas sintéticas en los usuarios de 40-60 años en botica Luz, en tiempos de Covid-19, en Villa María del Triunfo, 2021.</p>	<p>Variable independiente:</p> <p>Nivel de conocimiento.</p> <p>Variable dependiente.</p> <p>Consumo de frutas y vitaminas sintéticas.</p>	<p>Factores sociodemográficos</p> <p>Generalidades de frutas y vitamínicos.</p> <p>Frecuencia, usos.</p>	<p>-Grado de instrucción.</p> <p>-Sexo.</p> <p>-Edad.</p> <p>-Ingresos económicos</p> <p>.</p> <p>-Grado de nivel de conocimiento.</p> <p>-Acceso a fuentes de información.</p> <p>-Hábitos de consumo.</p> <p>-Influencia en la elección de frutas.</p> <p>-Variedad de frutas y vitamínicos</p>	<p>El presente estudio será de tipo, explicativo, prospectivo, transversal. Prospectivo porque las observaciones se registrarán conforme se avanzará la encuesta. Será de nivel exploratorio porque se ponen en contacto con las personas y se recogerá informaciones con fines investigatorios. Será correlacional, se medirá la relación de las variables, el diseño de la investigación será de tipo cuantitativo, la investigación que se realizará es no experimental.</p>

Item	SEXO	EDAD	1. NIVEL DE EDUCACION	2. ¿Cuáles su ingreso económico?	3. ¿Qué influye en la elección de frutas?	4. ¿Por qué usted consume frutas en tiempos de covid-19?	5. ¿Usted se suplementa con vitaminas sintéticas?	6. ¿Con qué frecuencia consume vitaminas sintéticas?	7. ¿Usted tuvo alguna vez Covid-19?	8. ¿En que fuentes de información se enteró que los suplementos refuerzan a nuestro sistema inmunológico?	9. ¿Cuáles la frecuencia de consumo de frutas?	10. ¿Sabe usted que las frutas y suplementos refuerzan nuestro sistema inmunológico?	11. ¿Señale usted que frutas ayudan a paliar mejor la enfermedad del covid-19?	12. ¿Qué tipos de vitaminas sintéticas mejoran nuestro sistema inmunológico?	13. ¿Cuál sería la mejor manera de almacenar las frutas?
1	2	44	2	2	1	1	1	3	2	2	3	1	1	2	4
2	2	47	2	2	1	1	1	3	1	3	3	1	1	2	4
3	1	52	3	3	4	4	1	1	2	5	2	1	5	3	4
4	2	42	1	1	3	3	2	4	2	4	4	1	2	4	2
5	1	44	2	2	4	2	2	2	1	3	2	1	1	1	2
6	1	42	3	2	4	2	1	2	1	5	2	1	5	3	4
7	1	54	2	1	4	2	1	3	1	3	3	1	2	1	2
8	1	41	2	1	4	2	1	3	1	3	3	1	1	1	2
9	2	46	2	1	4	2	1	3	2	3	2	1	1	1	2
10	2	48	3	3	4	2	1	2	2	5	2	1	1	3	4
11	2	45	3	3	4	2	1	2	1	5	2	1	1	3	4
12	2	45	3	1	4	2	1	2	2	5	2	1	5	3	4
13	1	43	2	1	1	2	1	3	1	1	2	1	1	1	2
14	1	41	2	1	4	2	1	3	1	1	2	1	1	1	2
15	1	50	2	1	4	2	1	3	1	6	3	1	1	1	4
16	2	43	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	5	3	4
17	1	46	1	1	3	3	2	4	1	4	4	1	3	1	3
18	2	41	1	1	3	3	2	4	1	3	4	1	1	1	3
19	1	51	2	1	1	2	1	3	1	3	3	1	3	1	2
20	2	44	3	3	4	2	1	2	2	5	2	1	1	3	4
21	2	43	3	3	4	2	1	2	2	5	2	1	1	3	4
22	1	57	2	2	1	2	1	3	1	4	3	1	1	1	2
23	1	42	2	2	1	2	1	3	1	3	3	1	1	1	2
24	1	46	3	2	4	2	1	2	2	3	2	1	1	3	4
25	1	47	3	2	4	4	1	2	1	5	2	1	6	3	4

26	1	42	3	2	4	4	1	2	1	5	2	1	6	1	4
27	1	43	3	3	4	2	1	2	1	5	2	1	5	3	4
28	2	41	2	1	1	2	1	3	1	6	3	1	1	1	4
29	2	42	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	1	1	4
30	2	46	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	1	2
31	2	54	3	2	4	2	1	2	1	5	2	1	1	3	4
32	2	45	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	4	2
33	2	42	2	1	4	2	1	3	1	4	3	1	1	1	2
34	2	41	3	2	4	2	1	2	2	1	2	1	5	3	4
35	1	41	2	1	1	2	1	2	1	1	3	1	1	1	2
36	1	41	3	2	1	2	1	2	2	6	2	1	5	3	4
37	2	55	3	2	4	2	1	2	2	6	2	1	5	3	4
38	2	48	2	1	1	2	1	2	1	6	3	1	1	1	2
39	2	43	2	1	4	2	1	3	1	3	2	1	1	1	4
40	1	45	1	1	3	3	2	4	1	4	4	1	3	4	3
41	1	44	2	1	4	2	1	3	1	2	3	1	1	1	3
42	1	45	2	1	1	2	1	3	1	2	3	1	1	1	2
43	2	48	1	1	4	3	2	4	1	4	1	1	1	1	2
44	2	43	2	1	1	2	1	3	1	4	3	1	1	1	2
45	1	43	1	1	3	2	2	4	1	3	4	1	3	1	3
46	1	42	2	1	4	2	1	2	1	1	3	1	2	1	4
47	1	47	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	5	3	4
48	1	45	1	1	3	3	2	4	1	3	1	1	3	4	3
49	1	45	1	1	3	3	2	4	1	3	1	1	3	4	3
50	2	43	2	1	1	2	1	3	1	4	3	1	1	1	2
51	2	45	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	1	2
52	2	42	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	1	3
53	1	42	2	1	4	2	1	3	1	4	3	1	3	1	2
54	1	41	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	2	1	2
55	1	46	2	1	1	1	2	2	1	3	2	1	1	1	2
56	2	43	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	5	3	4
57	2	47	2	1	4	1	1	3	1	3	3	1	1	2	2
58	1	42	2	1	1	1	1	3	1	4	3	1	1	2	2
59	2	41	1	1	3	3	2	4	1	4	4	1	2	1	2
60	2	43	2	1	1	2	2	3	1	3	3	1	1	2	2
61	2	43	3	2	4	4	1	1	2	5	2	1	5	3	4
62	2	42	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	3	4	2
63	1	52	1	1	3	3	2	4	1	3	4	1	3	1	2
64	1	43	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	5	3	4
65	1	41	2	1	1	1	2	2	1	4	3	1	1	1	4
66	1	43	2	1	1	1	1	3	2	4	2	1	1	1	4
67	1	52	2	1	1	2	1	3	2	4	3	1	1	1	4
68	1	43	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	5	3	4
69	1	48	2	1	1	2	2	3	1	3	2	1	1	1	2
70	1	43	1	1	3	3	2	4	1	3	2	1	3	1	3
71	2	45	2	1	4	2	2	3	1	3	2	1	3	2	2
72	2	42	3	2	4	2	1	1	2	5	2	1	5	3	4
73	1	43	2	1	1	1	1	3	1	6	2	1	1	2	4
74	1	41	1	1	2	3	1	4	1	4	4	1	2	1	2

75	1	51	2	1	4	1	2	3	1	4	2	1	1	1	2
76	1	43	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	5	3	4
77	1	42	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	5	3	4
78	2	48	2	1	1	2	1	3	1	3	2	1	1	1	4
79	1	43	2	2	1	2	1	2	1	4	3	1	1	1	2
80	2	43	1	1	3	3	2	2	2	3	1	1	3	4	2
81	1	51	1	1	3	3	2	4	1	4	4	1	3	4	3
82	2	42	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	4	3
83	2	51	3	2	4	4	1	2	2	5	2	1	5	1	4
84	2	43	3	3	4	4	1	2	1	5	2	1	5	3	4
85	1	43	3	3	4	2	1	2	1	6	2	1	5	3	4
86	1	43	3	2	4	2	1	2	2	6	2	1	5	3	4
87	1	42	2	2	1	2	2	4	1	4	3	1	1	1	4
88	1	42	2	2	1	2	2	3	1	4	2	1	1	2	2
89	1	48	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2
90	2	42	2	2	4	1	1	3	1	4	3	1	1	2	2
91	2	43	2	2	1	1	1	3	1	1	3	1	1	2	4
92	1	47	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	2	4
93	2	53	2	1	4	2	1	3	1	3	2	1	1	2	4
94	1	50	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	5	3	4
95	1	42	3	2	4	2	1	2	2	6	2	1	5	3	4
96	1	44	2	1	1	2	2	3	1	6	2	1	1	2	4
97	1	44	2	1	4	2	2	3	1	6	3	1	1	1	2
98	1	41	2	1	4	2	1	3	1	3	2	1	1	2	4
99	2	42	2	1	1	2	1	3	1	3	3	1	1	1	4
100	2	53	3	2	4	2	1	1	2	6	3	1	5	3	4
101	2	42	2	2	1	2	1	2	2	3	3	1	1	1	2
102	1	41	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	2	1	3
103	1	50	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	1	3	4
104	1	43	2	1	1	1	2	3	1	3	2	1	1	1	2
105	2	41	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	1	3
106	2	53	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2
107	2	43	1	1	2	3	2	4	1	3	1	1	2	1	3
108	1	52	2	2	4	1	1	2	1	3	2	1	1	2	4
109	2	44	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	2	1	3
110	1	42	2	2	1	1	2	2	1	3	3	1	1	1	4
111	1	47	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	1	2
112	2	51	2	2	2	2	1	2	1	2	3	1	1	2	2
113	1	48	3	2	4	2	1	1	2	5	2	1	5	3	4
114	2	53	2	1	1	1	2	4	1	2	2	1	1	1	2
115	2	50	2	1	2	1	2	4	1	3	3	1	1	2	2
116	1	43	3	3	4	2	1	2	2	6	2	1	5	3	4
117	2	41	2	1	1	2	1	2	1	4	3	1	1	2	2
118	2	43	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	4	3
119	1	51	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	3	4	3
120	1	44	2	1	1	1	1	3	2	6	3	1	1	2	4
121	1	41	1	1	2	3	2	4	1	3	1	1	2	1	2
122	2	44	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	5	3	4
123	2	43	2	1	1	1	1	3	1	3	3	1	1	2	2

124	1	41	2	1	2	3	1	3	1	3	3	1	1	2	2
125	2	44	2	2	1	3	2	3	1	2	3	1	1	2	4
126	1	42	2	2	1	3	2	3	1	6	3	1	1	2	4
127	1	51	2	2	2	3	2	3	1	6	2	1	1	2	4
128	2	48	2	1	1	3	2	3	1	6	3	1	1	1	2
129	1	43	3	3	4	2	2	1	2	6	2	1	5	1	4
130	1	42	3	3	4	2	1	1	2	6	2	1	5	3	4
131	1	51	2	1	2	1	1	2	1	3	2	1	1	1	4
132	2	50	2	1	1	1	1	3	1	3	2	1	1	1	2
133	1	42	3	2	4	2	1	1	1	5	2	1	6	3	4
134	2	42	1	1	3	3	2	4	1	4	1	1	2	1	3
135	2	42	2	1	4	2	1	3	1	2	2	1	3	1	2
136	1	43	3	2	4	2	1	1	2	6	2	1	5	1	4
137	1	42	2	2	1	2	1	3	1	2	2	1	1	1	2
138	1	43	3	2	1	2	1	1	2	6	2	1	5	3	4
139	1	47	2	1	1	3	1	3	1	3	3	1	1	1	2
140	1	44	2	1	4	3	2	3	1	3	3	1	1	1	4
141	2	41	2	1	1	2	2	3	1	3	3	1	1	1	4
142	1	51	3	2	4	2	1	2	1	6	3	1	5	3	4
143	1	48	3	3	4	2	1	2	1	6	3	1	5	3	4
144	1	44	2	1	2	2	1	3	1	3	2	1	1	1	2
145	2	42	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	2	4	3
146	2	52	2	2	4	2	2	3	1	4	3	1	3	2	2
147	2	50	1	1	3	3	2	4	1	4	4	1	2	1	3
148	1	43	3	3	4	2	1	2	2	6	2	1	5	3	4
149	2	43	2	1	1	2	2	3	1	6	3	1	1	1	2
150	1	42	2	2	1	1	1	3	1	3	3	1	1	1	2
151	1	42	2	2	4	1	2	3	1	3	2	1	1	1	2
152	2	52	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	3	1	3
153	1	42	2	1	1	2	1	2	2	4	2	1	1	1	2
154	1	51	3	3	4	2	1	2	1	6	2	1	5	3	4
155	1	43	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2
156	1	44	1	1	2	3	2	4	1	3	1	1	2	1	3
157	1	43	2	2	4	2	1	4	1	3	2	1	1	2	2
158	2	48	2	2	1	2	2	4	1	3	3	1	1	2	2
159	2	43	2	2	1	1	2	4	1	3	3	1	1	2	2
160	2	53	3	2	4	2	1	1	2	3	2	1	6	3	4
161	2	43	2	1	2	1	1	3	1	2	3	1	1	1	4
162	1	44	3	2	4	2	1	2	1	5	2	1	5	3	4
163	1	45	3	3	4	2	1	2	2	5	2	1	5	3	4
164	1	52	2	1	4	1	1	3	1	4	2	1	1	2	2
165	1	48	1	1	3	3	2	4	1	4	1	1	3	4	3
166	1	43	2	1	4	2	1	3	1	3	3	1	1	2	2
167	2	42	3	2	4	2	1	1	2	5	2	1	1	3	4
168	2	41	2	1	4	2	1	3	1	6	3	1	1	1	2
169	2	42	2	1	1	1	1	3	1	6	3	1	1	1	2
170	1	47	3	2	4	2	1	2	2	6	2	1	5	3	4
171	2	52	2	1	4	2	2	3	2	2	3	1	1	1	2
172	1	42	3	1	4	1	1	2	2	6	2	1	5	3	4

173	2	42	2	1	1	2	2	3	1	4	2	1	1	1	2
174	1	41	1	1	3	3	2	4	1	4	1	1	3	1	3
175	2	43	3	2	4	2	1	2	1	5	2	1	5	3	4
176	1	50	2	1	1	3	1	2	1	3	3	1	1	1	2
177	2	51	2	1	4	3	1	3	1	3	3	1	1	1	2
178	2	43	2	1	4	3	1	3	1	3	3	1	1	1	2
179	1	41	2	1	4	2	1	3	1	3	3	1	1	1	2
180	1	43	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	4	3
181	2	43	3	2	4	2	1	2	2	6	2	1	6	3	4
182	2	42	2	1	4	1	1	2	1	3	3	1	1	1	2
183	2	43	2	1	4	1	2	3	1	3	2	1	1	1	2
184	2	48	3	2	4	2	1	1	2	6	2	1	5	1	4
185	2	42	1	1	3	3	2	4	1	4	1	1	3	1	3
186	2	42	2	1	1	1	1	3	1	4	2	1	1	1	2
187	2	49	2	1	1	1	2	3	2	2	3	1	1	2	2
188	1	44	2	1	4	3	1	3	2	2	2	1	1	2	2
189	1	45	3	2	4	4	1	2	2	5	2	1	5	3	4
190	1	54	3	2	4	2	1	1	2	5	2	1	5	3	4
191	2	43	2	1	4	2	1	2	1	3	3	1	1	1	2
192	2	51	2	1	4	2	1	3	1	2	3	1	1	2	2
193	2	44	2	1	4	2	1	3	1	3	3	1	1	2	2
194	2	42	1	1	4	3	2	4	1	2	4	1	3	1	3
195	1	44	2	1	1	3	1	3	1	3	3	1	1	1	2
196	2	44	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	5	3	4
197	1	42	2	1	1	2	1	3	1	6	3	1	1	1	2
198	1	45	3	3	1	2	1	1	2	6	2	1	5	3	4
199	1	50	3	3	4	2	1	1	2	6	2	1	5	3	4
200	1	52	2	1	4	2	1	2	1	3	3	1	1	1	2
201	2	44	3	2	4	2	1	2	2	6	2	1	5	3	4
202	2	44	2	1	1	1	2	3	1	3	2	1	1	1	2
203	1	42	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	3	1	3
204	2	43	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	5	3	4
205	2	44	3	2	4	2	1	1	2	5	2	1	4	2	4
206	1	41	1	1	4	2	2	4	1	4	4	1	3	4	2
207	2	43	2	1	1	2	1	3	1	3	3	1	1	2	2
208	2	51	1	1	3	2	2	4	1	4	1	1	3	1	3
209	2	44	3	3	4	3	1	2	2	5	2	1	4	2	4
210	1	42	1	1	3	3	1	4	1	3	1	1	3	1	2
211	1	43	3	2	4	2	1	1	2	6	2	1	6	2	4
212	1	41	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	3	1	2
213	1	41	2	1	1	3	1	3	1	3	3	1	1	2	2
214	1	53	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	3	1	2
215	1	44	3	3	4	4	1	2	2	6	2	1	4	2	4
216	2	48	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	3	1	2
217	2	42	3	3	4	2	1	1	1	5	2	1	4	1	2
218	1	42	2	1	4	2	1	3	2	3	3	1	1	1	2
219	2	41	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	3	1	2
220	1	41	2	1	4	2	1	3	2	2	3	1	1	2	2
221	2	47	2	1	1	2	1	3	1	3	3	1	3	2	2

222	2	54	2	1	1	1	1	3	1	3	3	1	3	2	2
223	1	42	2	1	4	1	1	3	1	3	2	1	1	2	2
224	1	41	3	3	4	2	1	1	2	5	2	1	4	2	4
225	1	43	2	1	4	1	1	2	1	3	3	1	1	1	2
226	1	43	3	3	4	2	1	2	2	6	2	1	1	2	4
227	1	42	2	1	1	1	1	3	1	3	3	1	4	1	2
228	2	43	3	3	4	4	1	2	2	5	2	1	1	1	4
229	2	48	2	1	1	2	1	3	1	3	3	1	1	2	4
230	2	43	3	2	4	2	1	1	2	5	2	1	4	2	4
231	1	42	2	1	1	1	2	3	1	3	3	1	1	1	2
232	1	44	1	1	3	3	2	4	1	4	4	1	2	4	2
233	2	41	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	4	2	4
234	1	43	2	1	1	2	1	3	1	3	2	1	1	1	2
235	2	44	3	3	4	2	1	1	2	5	2	1	4	2	4
236	1	42	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	2	4	2
237	2	43	2	1	1	2	1	3	1	3	3	1	1	1	2
238	1	42	2	1	1	1	1	3	1	3	3	1	1	2	2
239	1	48	2	1	1	1	1	3	2	3	3	1	1	2	2
240	1	43	3	3	4	2	1	2	2	5	2	1	1	2	4
241	1	41	3	2	4	2	1	2	2	5	2	1	1	2	4
242	1	54	1	1	3	3	2	4	1	3	1	1	2	1	2
243	1	49	2	1	4	2	1	3	1	3	3	1	1	3	2
244	2	43	2	1	1	4	1	3	1	3	3	1	1	2	2
245	1	41	2	1	1	2	2	3	1	3	3	1	1	2	2
246	2	45	1	1	3	3	2	4	1	4	4	1	2	1	2
247	2	44	3	3	4	2	2	2	2	6	2	1	1	2	4
248	1	41	1	1	3	3	2	2	1	4	1	1	1	4	2
249	2	41	3	2	4	2	1	1	2	6	2	1	1	2	4
250	1	52	1	1	3	3	2	4	1	4	3	1	2	1	2
251	1	48	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	2	1	2
252	2	43	3	3	4	2	2	1	1	6	2	1	6	2	4
253	1	42	3	2	4	4	1	1	2	6	2	1	1	2	4
254	1	41	2	1	1	2	2	3	1	3	3	1	1	2	2
255	1	41	2	1	1	2	1	3	1	2	3	1	1	2	2
256	1	48	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	1	2	2
257	2	51	3	2	4	2	1	2	2	3	2	1	1	2	4
258	2	42	3	2	4	2	1	2	2	6	2	1	1	2	2
259	2	42	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	1	2	2
260	2	51	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	1	2	2
261	1	44	1	1	3	3	2	4	1	4	2	1	2	1	3
262	1	42	2	1	1	1	1	3	1	3	2	1	1	1	2
263	1	49	1	1	2	3	2	4	1	3	3	1	2	1	2
264	2	42	3	2	4	2	1	1	1	6	2	1	1	2	2
265	1	41	1	1	3	3	2	4	1	4	3	1	2	1	3
266	1	43	3	2	4	2	1	2	2	6	2	1	1	2	2
267	1	41	2	1	1	1	1	3	1	3	2	1	1	1	2
268	1	41	2	1	1	1	2	3	1	3	2	1	1	1	2
269	1	42	2	1	2	1	1	3	1	3	2	1	1	1	2
270	1	43	1	1	2	3	2	4	1	4	3	1	1	1	2

271	2	43	3	3	4	2	1	1	2	6	2	1	1	2	2
272	2	53	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	1	2	2
273	2	51	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	1	2	2
274	1	51	1	1	3	1	2	4	1	4	3	1	1	1	3
275	1	42	2	1	4	1	1	2	1	3	2	1	1	2	2
276	1	43	3	2	4	2	1	2	2	3	2	1	1	2	2
277	1	49	3	3	4	2	1	1	2	6	2	1	1	2	2
278	1	45	2	1	4	2	1	2	1	3	2	1	1	1	2
279	1	42	1	1	3	3	2	4	1	4	4	1	1	1	2
280	2	41	3	2	4	2	1	2	2	1	2	1	1	2	3
281	2	43	2	1	1	2	1	2	1	3	2	1	1	1	2
282	2	49	1	1	2	3	2	4	1	4	3	1	1	1	2
283	2	41	2	1	1	2	1	2	1	3	2	1	1	1	2
284	2	53	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	1	2	2
285	1	48	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2
286	2	41	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	1	2	2
287	1	41	2	1	1	2	1	2	2	3	3	1	1	1	2
288	1	41	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	1	2	2
289	1	42	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	1	2	2
290	1	44	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	1	2	2
291	2	49	1	1	2	3	2	4	1	4	1	1	1	1	2
292	2	53	3	2	4	2	1	2	2	6	2	1	1	2	2
293	2	42	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	6	2	2
294	2	51	3	2	4	2	1	2	1	1	2	1	6	2	2
295	2	41	2	1	1	2	2	3	1	3	3	1	1	2	2
296	2	41	2	1	1	2	2	3	1	3	3	1	1	2	2
297	2	42	2	1	1	2	2	2	1	3	3	1	1	2	2
298	1	53	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	1	2	2
299	1	48	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	1	2	2
300	1	43	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	1	2
301	2	42	1	1	2	3	2	4	1	4	4	1	3	1	2
302	2	52	2	2	4	2	2	2	1	3	2	1	1	2	2
303	2	41	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	1	2	2
304	2	41	2	1	2	2	2	2	1	3	3	1	1	1	2
305	1	47	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	1	2	2
306	1	41	3	2	4	2	1	2	1	6	2	1	1	2	2

ANEXOS 3

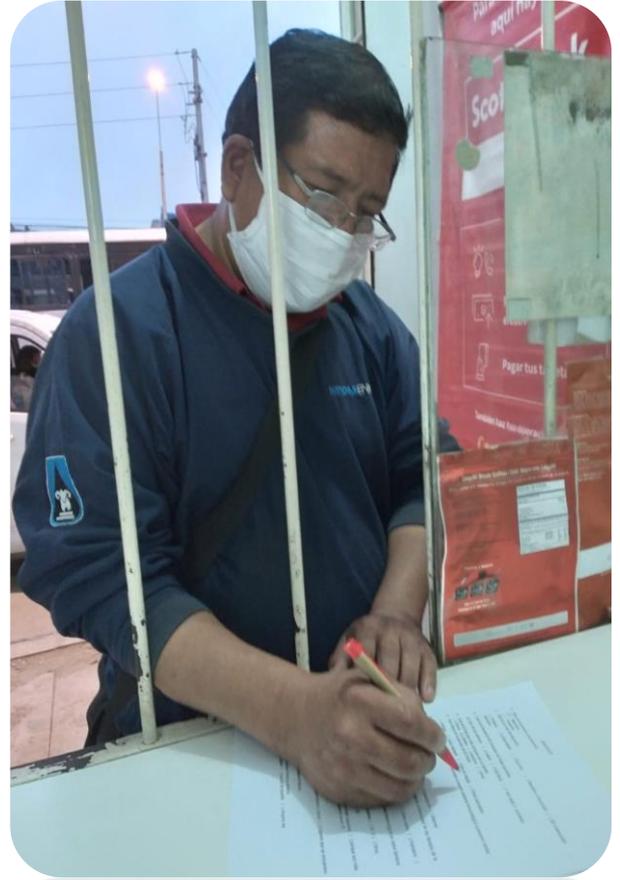


FOTO 2 DEL LLENADO DE ENCUESTA





FOTO DEL 3ER ENCUESTADO



1FOTO 4TO ENCUESTADO





FOTO DEL 5TO ENCUESTADO



FICHA DE VALIDACION DEL INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: CHURANGO VALDEZ JAVIER
1.2 Grado académico: MAGISTER
1.3 Cargo e institución donde labora: DOCENTE UNID
1.4. Título de la Investigación: NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LOS BENEFICIOS DE VITAMINAS SINTÉTICAS Y FRUTAS EN TIEMPOS DE COVID-19 EN USUARIOS DE 40-60 AÑOS EN BOTICA "LUZ" JOSE GALVEZ, VILLA MARÍA DEL TRIUNFO, 2021
1.5. Autor del instrumento: CHUCHÓN TABOADA INES - MOLINA TUIRO OSCAR.
1.6. Nombre del instrumento: JUICIO DE EXPERTOS UNID

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				X	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				X	
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.				X	
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.				X	
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.				X	
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					X
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					X
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.				X	
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.				X	
SUB TOTAL					X	
TOTAL					X	

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 80%

VALORACION CUALITATIVA: MUY BUENO

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: APLICA

Lugar y fecha: 01 de julio 2021

FICHA DE VALIDACION DEL INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del experto: MONTELLANOS CABRERA HENRY
1.2. Grado académico: MAGISTER
1.3. Cargo e institución donde labora: DOCENTE IML
1.4. Título de la Investigación: NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LOS BENEFICIOS DE VITAMINAS SINTÉTICAS Y FRUTAS EN TIEMPOS DE COVID-19 EN USUARIOS DE 40-60 AÑOS


Javier Churango Valdez
Químico Farmacéutico
C.Q.F.P. N° 00750 R.N.M. N° 04
D.N.I. N° 07403292

EN BOTICA "LUZ" JOSE GALVEZ, VILLA MARÍA DEL TRIUNFO, 2021

1.5. Autor del instrumento: CHUCHÓN TABOADA INES - MOLINA TUIRO OSCAR.

1.6. Nombre del instrumento: JUICIO DE EXPERTOS UNID

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				X	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				X	
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.				X	
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.				X	
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.				X	
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					X
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					X
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.				X	
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.				X	
11.						
SUB TOTAL					X	
TOTAL					X	

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 80%

VALORACION CUALITATIVA: MUY BUENO

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: APLICA

Lugar y fecha: 01 de julio 2021



FICHA DE VALIDACION DEL INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

1. DATOS GENERALES

1.1 Apellidos y nombres del experto: HUAMAN GUTIERREZ JORGE

1.2. Grado académico: MAGISTER

1.3. Cargo e institución donde labora: DOCENTE

1.4. Título de la Investigación: NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LOS BENEFICIOS DE VITAMINAS SINTÉTICAS Y FRUTAS EN TIEMPOS DE COVID-19 EN USUARIOS DE 40-60 AÑOS EN BOTICA “LUZ” JOSE GALVEZ, VILLA MARÍA DEL TRIUNFO, 2021

1.5. Autor del instrumento: CHUCHÓN TABOADA INES - MOLINA TUIRO OSCAR.

1.6. Nombre del instrumento: JUICIO DE EXPERTOS UNID

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				X	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				X	
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.				X	
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				X	
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.				X	
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.				X	
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					X
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					X
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.				X	
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.				X	
SUB TOTAL					X	
TOTAL					X	

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 80%

VALORACION CUALITATIVA: MUY BUENO

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: APLICA

Lima, 01 julio del 2021



Mg. JUAN ORLANDO HUAMÁN GUTIERREZ

