



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN

**APORTE DE LA LINAZA” *Linum Usitatissimum L.* EN LA
DISMINUCION DE LOS NIVELES DE COLESTEROL EN
PERSONAL DE LA CLINICA SANTA ANA S.A.C., TRUJILLO, 2014**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN NUTRICIÓN

AUTORA

FERREL VEGA ROSY MAGALI

ASESORA

MG. LILIA RODRIGUEZ HIDALGO

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

NUTRICIÓN CLINICA

TRUJILLO – PERÚ

2015

RESUMEN

Para determinar el aporte de la linaza “*Linum usitatissimum* L.” en la disminución de los niveles de colesterol en el personal de la Clínica Santa Ana S.A. C., de Trujillo, se desarrolló un diseño pre experimental. La muestra estuvo conformada por 30 trabajadores entre varones y mujeres; divididos en grupos A1, A2, A3 que recibieron 30, 45, y 60 g de linaza respectivamente y al grupo B (control) al cual no se le administró linaza. Los niveles de colesterol se evaluaron empleando el método enzimático-colorimétrico y espectrofotométrico, realizado en el laboratorio de la Clínica Santa Ana. Se observó que antes de la administración del polvo de linaza el 83.3% de trabajadores del grupo control (B) presentó nivel de riesgo. En el grupo A1, el 62.5% presenta un nivel alto de colesterol, al igual que el 100% de trabajadores del grupo A2, mientras en el grupo A3, el 50% presenta nivel alto y el otro 50% está en riesgo. Al analizar el nivel de colesterol final, se observa que en los trabajadores del grupo control que en el pre test presentó un predominio del nivel en riesgo, en el post test, se presentó nivel elevado, en el 66.7% de los trabajadores. En los grupos experimentales, se observó que, en el pre test, la mayoría presentó niveles de colesterol en nivel alto, mientras en el post test los niveles de colesterol bajaron de nivel alto a nivel de riesgo en 86.5% de trabajadores del grupo A1, en el 75 % de trabajadores del grupo A2 y en el 75% de trabajadores del grupo A3. Al analizar la variación de promedios de los niveles de colesterol obtenidos antes y después del consumo de linaza, se observó una disminución altamente significativa ($p < 0,01$) en la media del nivel de colesterol en los grupos que recibieron linaza, con respecto a la prueba basal. Por lo que se concluye que la linaza aporta significativamente en la disminución de los niveles de colesterol en el personal de la Clínica Santa Ana. S.A.C. de Trujillo.

Palabras claves: Aporte de linaza – Niveles de colesterol.

ABSTRACT

To determinate the contribution of flaxseed "*Linum usitatissimum L.*" in decreasing cholesterol levels in the clinic staff Santa Ana SA C., Trujillo developed a pre experimental design. The sample consisted of 30 workers between men and women; divided into A1, A2, A3 who received doses of 30, 45, and 60 g of flaxseed respectively and group B (control) which was not administered flaxseed. Cholesterol levels were evaluated using the enzymatic-colorimetric method and spectrophotometric, performed in the laboratory of clinical Santa Ana ; before and after the supply of linseed was observed that before the supply of flaxseed powder workers 83.3% in the control group (B) presents risk level. In the A1 group, 62.5% have a high cholesterol level, as well as 100% of workers in the group A2, while in the A3 group, 50% presented high level and 50% are at risk, to analyze the final cholesterol level, it is observed that workers in the control group than in the pretest showed a predominance of risk level in the post test showed high level in 66.7% of workers. In the experimental groups, it was observed that, in the pretest, most cholesterol levels presented high level, while in the post test cholesterol levels they dropped from high risk level in 86.5% of workers in the A1 group, 75% of workers in the group A2 and 75% of workers in the A3 group. By analyzing the variation of average cholesterol levels obtained before and after consumption of flaxseed, a highly significant ($p < 0,01$) it was observed in mean cholesterol level in the groups that received a dose of flaxseed, with a lower average in the final test from baseline test. It is concluded that flaxseed contributes significantly in reducing cholesterol levels in the Clinic staff Santa Ana. SAC Trujillo.

Keywords: Flaxseed contribution - Cholesterol levels.