

**UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**TESIS PARA OBTENER
EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ENFERMERÍA,
CHACHAPOYAS-2022**

Autora: Bach. Marisol Cristel Guevara Carmona

Asesor: Dr. Elito Mendoza Quijano

Registro: (.....)

CHACHAPOYAS – PERÚ

2023

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM



ANEXO 3-H

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM

1. Datos de autor 1

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): Guevara Carmona, Marisol Cristal
DNI N°: 71653678
Correo electrónico: 7165367861@untrm.edu.pe
Facultad: Ciencias de la Salud
Escuela Profesional: Enfermería

Datos de autor 2

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): _____
DNI N°: _____
Correo electrónico: _____
Facultad: _____
Escuela Profesional: _____

2. Título de la tesis para obtener el Título Profesional

"HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ENFERMERIA - CHACHAPOYAS 2022"

3. Datos de asesor 1

Apellidos y nombres: Mendoza Quijano Elito
DNI, Pasaporte, C.E N°: 48382810
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>) (<https://orcid.org/0000-0002-5062-3631>)

Datos de asesor 2

Apellidos y nombres: _____
DNI, Pasaporte, C.E N°: _____
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>)

4. Campo del conocimiento según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos- OCDE (ejemplo: Ciencias médicas, Ciencias de la Salud-Medicina básica- Inmunología)

https://catalogos.concytec.gob.pe/vocabulario/ocde_ford.html 3.03.00 Ciencias de la salud - 3.03.04 Nutrición, Dietética

5. Originalidad del Trabajo

Con la presentación de esta ficha, el(la) autor(a) o autores(as) señalan expresamente que la obra es original, ya que sus contenidos son producto de su directa contribución intelectual. Se reconoce también que todos los datos y las referencias a materiales ya publicados están debidamente identificados con su respectivo crédito e incluidos en las notas bibliográficas y en las citas que se destacan como tal.

6. Autorización de publicación

El(los) titular(es) de los derechos de autor otorga a la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas (UNTRM), la autorización para la publicación del documento indicado en el punto 2, bajo la *Licencia creative commons* de tipo BY-NC: Licencia que permite distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial por lo que la Universidad deberá publicar la obra poniéndola en acceso libre en el repositorio institucional de la UNTRM y a su vez en el Registro Nacional de Trabajos de Investigación-RENATI, dejando constancia que el archivo digital que se está entregando, contiene la versión final del documento sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador.

Chachapoyas, 05 / Abril / 2023


Firma del autor 1

Firma del Asesor 1

Firma del autor 2

Firma del Asesor 2

DEDICATORIA

Dedico de manera muy especial a mis padres, quienes han sido una inspiración en mi vida, por haberme apoyado, por motivarme a seguir adelante y a no rendirme jamás, por todo su cariño, consejos y amor incondicional.

AGRADECIMIENTO

Agradezco inmensamente a los docentes de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza y Licenciados de Enfermería, quienes contribuyeron en mi formación profesional.

Al Dr. Elito Mendoza Quijano por su asesoramiento, apoyo y conocimientos brindados en la ejecución de este trabajo de investigación.

A la Escuela Profesional de Enfermería por la facilidad y aceptación en la aplicación de este estudio.

A los estudiantes de Enfermería quienes fueron muy amables al ser partícipes de este estudio.

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRIGUEZ
DE MENDOZA DE AMAZONAS**

Ph.D. Jorge Luis Maicelo Quintana

Rector

Dr. Oscar Andrés Gamarra Torres

Vicerrector Académico

Dra. María Nelly Luján Espinoza

Vicerrectora de Investigación

Dr. Yshoner Antonio Silva Díaz

Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud

VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS



ANEXO 3-L

VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM (X)/Profesional externo (), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada Hábitos alimenticios y estado nutricional en estudiantes universitarios de Enfermería, Chachapoyas - 2022. del egresado Marisol Cristel Guevara Carmona de la Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Enfermería de esta Casa Superior de Estudios.



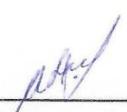
El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.

Chachapoyas, 05 de enero de 2023

Firma y nombre completo del Asesor
Elito Mendoza Celis

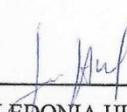
JURADO EVALUADOR DE LA TESIS

(Resolución de Decanato N° 0344-2021-UNTRM-VRAC/FACISA)



Lic. MARÍA ESTHER SAAVEDRA CHINCHAYÁN

PRESIDENTE



Ms. SONIA CELEDONIA HUYHUA GUTIERREZ

SECRETARIA



Dr. FRANZ TITO CORONEL ZUBIATE

VOCAL

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS



ANEXO 3-Q

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

Los suscritos, miembros del Jurado Evaluador de la Tesis titulada:

Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de enfermería,
Chachapoyas - 2022

presentada por el estudiante ()/egresado (X) Marisol Cristel Guevara Carmona
de la Escuela Profesional de Enfermería

con correo electrónico institucional 7165367861@untrm.edu.pe

después de revisar con el software Turnitin el contenido de la citada Tesis, acordamos:

- a) La citada Tesis tiene 19 % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es menor (X) / igual () al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM.
- b) La citada Tesis tiene _____ % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es mayor al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM, por lo que el aspirante debe revisar su Tesis para corregir la redacción de acuerdo al Informe Turnitin que se adjunta a la presente. Debe presentar al Presidente del Jurado Evaluador su Tesis corregida para nueva revisión con el software Turnitin.



Chachapoyas, 06 de Marzo del 2023

[Signature]
SECRETARIO

[Signature]
PRESIDENTE

[Signature]
VOCAL

OBSERVACIONES:

.....
.....

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-5

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 28 d e Marzo del año 2022, siendo las 11:15 horas, el aspirante: Marisol Cristel Guevara Carmona, asesorado por Dr. Elito Mendoza Quijano defiende en sesión pública presencial (X) / a distancia () la Tesis titulada: Hábitos alimenticios y estado nutricional en estudiantes universitarios de enfermería, Chachapoyas - 2022, para obtener el Título Profesional de Licenciada en Enfermería a ser otorgado por la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:



Presidente: Lic. Eny. María Esther Saavedra Chinchayán

Secretario: Ms. Sonia Celedonia Huyhua Cautierrez

Vocal: Ms. Zoila Roxana Pineda Castillo

Procedió el aspirante a hacer la exposición de la Introducción, Material y métodos, Resultados, Discusión y Conclusiones, haciendo especial mención de sus aportaciones originales. Terminada la defensa de la Tesis presentada, los miembros del Jurado Evaluador pasaron a exponer su opinión sobre la misma, formulando cuantas cuestiones y objeciones consideraron oportunas, las cuales fueron contestadas por el aspirante.

Tras la intervención de los miembros del Jurado Evaluador y las oportunas respuestas del aspirante, el Presidente abre un turno de intervenciones para los presentes en el acto de sustentación, para que formulen las cuestiones u objeciones que consideren pertinentes.

Seguidamente, a puerta cerrada, el Jurado Evaluador determinó la calificación global concedida a la sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional, en términos de:

Aprobado (X) por Unanimidad (X) / Mayoría () Desaprobado ()

Otorgada la calificación, el Secretario del Jurado Evaluador lee la presente Acta en esta misma sesión pública. A continuación se levanta la sesión.

Siendo las 12:05 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.

[Signature]
SECRETARIO

[Signature]
VOCAL

[Signature]
PRESIDENTE

OBSERVACIONES:
.....

ÍNDICE O CONTENIDO GENERAL

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM.....	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRIGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS	v
VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS	vi
JURADO EVALUADOR DE LA TESIS	vii
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS.....	viii
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS.....	ix
ÍNDICE.....	x
ÍNDICE DE TABLAS	xi
RESUMEN	xii
ABSTRACT.....	xiii
I. INTRODUCCIÓN.....	14
II. MATERIA Y MÉTODOS	18
III. RESULTADOS	26
IV. DISCUSIÓN	29
V. CONCLUSIONES	33
VI. RECOMENDACIONES.....	34
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	35
ANEXOS	40

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Variables sociodemográficas de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.....	26
Tabla 2. Hábitos alimenticios de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.....	27
Tabla 3. Estado nutricional de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.....	27
Tabla 4. Hábitos alimenticios y Estado nutricional de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.....	28
Tabla 5. Edad (años)* Género de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.....	52
Tabla 6. Prueba de hipótesis y correlación.....	52

RESUMEN

El objetivo primordial de esta investigación fue determinar el nivel de correlación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en estudiantes universitarios de Enfermería, Chachapoyas-2022. El estudio fue de enfoque cuantitativo, relacional, observacional y transversal. Como instrumento de evaluación se utilizó la encuesta de hábitos alimenticios y estado nutricional de Alvarez, G. & Bendezú, con una confiabilidad de Alfa de Cronbach ≥ 0.8 , así mismo para la variable estado nutricional se categorizó al IMC según el Instituto Nacional de Salud. La población estuvo constituida por 214 participantes, cuya muestra fue de 138 estudiantes de Enfermería comprendidos entre las edades de 17 a 29 años de edad. Los resultados revelaron que 31.0% mostraron hábitos alimenticios malos, el 51.0% tenían regular hábitos alimenticios y el 18.0% buenos hábitos alimenticios; el 61.7% mantuvo un IMC normal, el 26.8% sobrepeso, el 7.2% delgadez I, 3.6% presenta obesidad I y 0.7% obesidad II; el 16% tenía malos hábitos alimenticios con un IMC normal, 13.7% con sobrepeso y 0.7% con obesidad II; de igual modo 3.5% tenía regular hábitos alimenticios con delgadez I, 36.3% con peso normal y 7.2% con sobrepeso; el 2.9% tenía buenos hábitos alimenticios con delgadez I, 9.4% con IMC normal y 5.9% con sobrepeso. Concluyendo que existe relación estadísticamente significativa entre hábitos alimenticios y estado nutricional, $p= 0.028 < 0.05$, asimismo la fuerza de correlación es negativa baja, Tau c de Kendall = -0.152.

Palabras claves: hábitos alimenticios, estado nutricional, estudiantes de enfermería.

ABSTRACT

The main objective of this research was to determine the correlation level between eating habits and nutritional status in Nursing university students, Chachapoyas-2022. The study had a quantitative, relational, observational and cross-sectional approach. As an evaluation instrument, the survey of eating habits and nutritional status by Alvarez, G. & Bendezú was used, with a reliability of Cronbach's Alpha ≥ 0.8 ; likewise, for the nutritional status variable, the BMI was categorized according to the National Institute of Health. The population was confirmed by 214 participants, and the sample was 138 Nursing students aged between 17 to 29 years old. The results revealed that 31.0% showed bad eating habits, 51.0% had regular eating habits, and 18.0% showed good eating habits; 61.7% maintained a normal BMI, 26.8% overweight, 7.2% thinness I, 3.6% present obesity I and 0.7% obesity II; 16% had bad eating habits with a normal BMI, 13.7% with overweight and 0.7% with obesity II; Similarly, 3.6% had regular eating habits with thinness I, 36.3% with normal weight and 7.2% with overweight; 2.9% had good eating habits with thinness I, 9.4% with normal BMI and 5.9% with overweight. It was concluded that there is a statistically significant relationship between eating habits and nutritional status, $p = 0.028 < 0.05$; moreover, the strength of correlation is low negative, Kendall's Tau $c = -0.152$.

Keywords: eating habits, nutritional status, nursing students.

I. INTRODUCCIÓN

En los últimos tiempos los hábitos alimenticios se han ido alterando. Las formas y estilos de vida, la falta de tiempo, han incidido negativamente en el mantenimiento de una nutrición adecuada. La mayoría de personas no se alimenta bien, prefieren comidas rápidas, con exceso de grasas, sal, calorías, azúcares y carbohidratos. Cuando hay carencia de nutrientes y exceso de elementos nocivos, afecta el normal funcionamiento del organismo, y esto consecuentemente afecta el normal estado de salud; además incrementa el riesgo de padecer ciertas patologías tales como, hipertensión, diabetes, infecciones respiratorias, trastornos digestivos que pueden estar relacionadas directamente con los hábitos alimenticios (Gonzales, 2015).

En la actualidad un tercio de la población mundial está afectado por al menos una forma de malnutrición, más del 40% de todos los hombres y mujeres (Dos millones doscientos mil) tienen sobrepeso o son obesos y las dietas poco saludables son responsables de al menos 8 millones de muertes cada año. La mala nutrición es causante de enfermedades relacionadas con la nutrición y en sus formas más graves la muerte (OMS, 2021).

La malnutrición puede ser el resultado de un consumo excesivo o insuficiente de calorías y de desequilibrios en la absorción de varios nutrientes. Por lo tanto, la dieta se basa no solo en la cantidad de calorías consumidas, sino también en el consumo de alimentos y requerimientos de cada persona. Según Daniela Marabolí una dieta que no sigue un horario, tiene una ingesta calórica demasiado alta, refrigerios frecuentes y tiene malas elecciones dietéticas puede provocar sobrepeso u obesidad, y si la dieta es insuficiente puede conducir a la desnutrición (Banmédica, 2022).

El sobrepeso y obesidad están incrementando en todo el mundo, y esto está vinculado al aumento de enfermedades crónicas como la diabetes, enfermedades cardiovasculares y cáncer. (Maza, Caneda & Vivas, 2022). Según la OMS en el mundo existen más personas obesas que personas con bajo peso, esto sucede en todos los países excepto en Asia, África Subsahariana (World Diagnostic News, 2020).

El bajo peso también es un riesgo para la salud debido a la escasa asequibilidad de alimentos adecuados. La Organización de las Naciones Unidas para la

Alimentación y la Agricultura indica que cerca del 8,9% de los 690 millones de personas de habitantes en el mundo, estaban desnutridos en 2019, frente a los 60 millones de personas de 2014 (Morley, 2021).

Los hábitos alimenticios influyen en el estado nutricional de las personas de diferentes edades, incluido la población universitaria. Los estudiantes de educación superior son un grupo particularmente vulnerable en términos de nutrición, se identifican por saltarse comidas a menudo y además tienen ingestas repetidas entre comidas principales (Pi, 2015).

En el transcurso del ciclo universitario, los estudiantes suelen verse afectados por su alimentación, por falta de tiempo, cansancio, o por preferir otras actividades en su tiempo libre, lo que genera un consumo excesivo de alimentos procesados y un gasto energético elevado. Gran cantidad de los estudiantes a menudo poseen hábitos alimenticios poco saludables, como ayunos prolongados, no cumplen con el tiempo máximo de alimentación de horas y muchas veces ignoran las comidas y esto se manifiesta en un comportamiento que es perjudicial para su salud (Cares, 2017).

En un estudio en Macao, Asia, el objetivo fue determinar y evaluar el consumo de alimentos y nutrición de los estudiantes universitarios, donde se constataron que los universitarios tienen un patrón dietético alto en grasas y azúcares, pero bajo en nutrientes, concluyendo que solo cerca del 60% de los estudiantes tenían un IMC normal y los restantes tenían sobrepeso u obesidad (Tao, 2022).

En un estudio en Yemen, Reino de Arabia Saudita, sobre “Influencia de los alimentos en el estado nutricional y factores relacionados de los estudiantes de la Universitarios de Rey Saud”, se demostró que la mayoría de los estudiantes varones en Yemen tienen hábitos alimenticios más pobres que las estudiantes, como consecuencia la obesidad. El número de comidas al día, no desayunar, comer fuera de casa, consumo de refrescos, dulces y meriendas actúan como factores desencadenantes en la alimentación de los estudiantes (Alshammari, 2022).

Los adultos jóvenes corren el riesgo de desarrollar alguna malnutrición, especialmente cuando hacen la transición a la vida universitaria, ya que se vuelven responsables de su alimentación y estilo de vida diario; en México, Shamah, T. et al. (2021) indica que según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT)

el 43.8% de los jóvenes están diagnosticados con sobrepeso u obesidad, lo cual es preocupante porque el 74.1% de la población de 20 años o más tenían estos incrementos en su estado nutricional, lo que expone un problema para mantener hábitos alimenticios saludables.

En América Latina se estima que 600 000 muertes de adultos por año pueden atribuirse a malos hábitos alimenticios debido al aumento significativo de la inseguridad alimentaria, recursos económico limitados o insuficientes que dificultan el acceso a alimentos nutritivos, lo cual es un problema dado que el aumento reciente de productos procesados, la comida rápida, son fáciles de conseguir y relativamente baratos. (Organización de comida y agricultura, 2019).

Según un estudio realizado por colaboradores de la dieta GBD (2019) la prevalencia de muchas enfermedades como la obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles provienen del elevado consumo de productos procesados, alimentos elaborados a base de azúcares, grasas y aceites, así mismo la asociación entre la dieta y mortalidad por enfermedades no transmisibles se vinculó al bajo consumo de frutas, vegetales, cereales y una elevada ingesta de bebidas edulcoradas.

En Colombia, han demostrado que la dieta alimenticia de los jóvenes universitarios no es diversa y carece de valor nutricional, con niveles altos en contenido de dulces 57,8%, grasas 45,6%, alimentos industrializados 46% frente a un bajo consumo de frutas y vegetales 71,9%, resaltan también que existe una elevada incidencia de los hábitos alimenticios en la salud 73,9%, como el sobrepeso 47,2%, las enfermedades cardíacas 18,1% y diabetes 14,5% (Maza, 2022).

En un estudio realizado en Lima Perú, encontraron que era dependiente del género. Depende del estado nutricional del estudiante. Los hombres son más propensos a tener sobrepeso u obesidad. En relación a los hábitos de alimentación el 58,8% de los estudiantes sigue una dieta baja en grasas, mientras que el 16,7% sigue una dieta rica en grasas. Asimismo reveló que un tercio de los estudiantes presentaron malnutrición por exceso, 23% de sobrepeso y 9% obesidad (Cárdenas, 2019).

En un estudio en Trujillo Perú, hallaron que los profesionales de la salud tienen malos hábitos alimenticios 56,9% y su dieta se compone básicamente de azúcares, carbohidratos y comida rápida, excluyendo verduras, legumbres, frutas y agua. Los participantes tenían un IMC con valores en su mayor porcentaje, sobrepeso 47,1%

y obesidad 35,3%, concluyendo que existe relación significativa entre hábitos alimenticios y estado nutricional (García, 2021).

En una investigación que realizaron en la ciudad de Chachapoyas Perú, mostró que el 76,6% tenía hábitos de alimentación saludable y el 33,4% inadecuado. El 75,7% de estudiantes, un estado nutricional normal, siendo este grupo con menor riesgo de morbilidad- mortalidad. Delgadez clase I 16,8%, delgadez clase II 3,7% y el 3,7% sobrepeso. Los estudiantes con delgadez aumentan el riesgo de enfermedades digestivas y pulmonares y los que poseen sobrepeso corren el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles (Pizarro, 2019).

Durante el transcurso de la etapa universitaria, los jóvenes se adaptan a medida que enfrentan nuevos métodos de aprendizaje y diferentes horarios (Duche, 2020). Esto puede conducir a un estilo de vida irregular, especialmente puede verse afectada la nutrición, ya que alta ingesta de comida rápida, bebidas alcohólicas y alimentos de bajo valor nutricional es posible que dificulten mantener una buena salud y conservar una dieta sana y equilibrada.

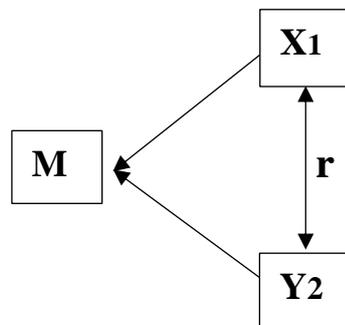
En base a toda la problemática que viven muchos jóvenes universitarios en relación a su alimentación, se consideró adecuado realizar este tipo de estudio con el fin de determinar la relación que existe entre hábitos alimenticios y estado nutricional, además analizar las características sociodemográficas, caracterizar los hábitos alimenticios e identificar el estado nutricional en estudiantes universitarios de Enfermería, Chachapoyas- 2022; y así aportar con información relevante para la toma de decisiones y el desarrollo de programas preventivos y promocionales en favor de la población universitaria.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Tipo y diseño de la investigación

El presente estudio fue de enfoque cuantitativo en el sentido de que la información fue en base a cifras y números, de nivel relacional, ya que hubo asociación entre las variables, observacional, porque no hubo intervención del investigador, prospectivo ya que los datos fueron recopilados a medida que avanzaba la investigación, las variables se evaluaron en un solo tiempo es por ello que es transversal; con relación al número de variable de interés fue analítico, ya que se asociaron las variables y se puso a prueba la hipótesis (Hernández, 2014).

Diagrama del diseño de este estudio de investigación es el siguiente:



Dónde:

- **M:** Muestra (Estudiantes de Enfermería)
- **X1:** Hábitos Alimenticios
- **Y2:** Estado nutricional
- **r:** Coeficiente de correlación

2.2. Población, muestra y muestreo

Universo:

El siguiente estudio estuvo compuesto por 247 estudiantes del I al X ciclo de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas 2022-I.

CICLO	TOTAL
Primero	55
Tercero	57
Quinto	70
Séptimo	32
Noveno	31
Décimo	2
TOTAL	247

Fuente DAYRA – UNTRM Estudiantes matriculados por ciclo 2022-I

- **Criterios de inclusión:**

- ❖ Estudiantes del I al VII ciclo de la escuela profesional de Enfermería.
- ❖ Estudiantes que accedan a participar del estudio.

- **Criterios de exclusión:**

- ❖ Aquellos estudiantes que no se encuentren en el lugar para participar en el estudio.
- ❖ Aquello estudiantes que no tengan interés y no firmen el consentimiento informado para participar en el estudio.

Nota: No se consideró al octavo ciclo porque no fue aperturado; de igual forma, los estudiantes de noveno y décimo ciclo no fueron parte de la muestra ya que se encontraban realizando sus prácticas pre-profesionales de internado en Enfermería fuera de la provincia de Chachapoyas.

2.3. Población:

Estuvo conformado por 214 estudiantes del I al VII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas 2022-I.

Ciclo	Fi	%
Primero	55	25
Tercero	57	27
Quinto	70	33
Séptimo	32	15
Total	214	100

2.4. Muestra:

Hernández et. Al. (2014) afirma que un subconjunto, definido por sus características de la población es la muestra, la cual se determina por la siguiente ecuación, (1)

$$n = \frac{z^2 pq N}{e^2(N - 1) + z^2 pq} \dots\dots\dots (1)$$

Donde:

- N** = Población (235)
- z**= Nivel de confianza 95% (1.96)
- p** = Probabilidad a favor (0.5)
- q** = Probabilidad en contra (0.5)
- e** = Error de la muestra 5% (0.05)

Desarrollo de la ecuación:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5)(214)}{(0.05)^2(214 - 1) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = \frac{(3.8416)(0.25)(214)}{(0.0025)(213) + (3.8416)(0.25)}$$

$$n = \frac{205.53}{1.49}$$

$$n = 138$$

2.5. Muestreo:

Para unidades muestrales se utilizó el muestreo probabilístico de tipo aleatorio estratificado, el cual facilitó los grupos de población que se trabajaron (Hernández, 2014).

Ciclo	Población	M/P	M	Unidad de muestreo
Primero	55	0.64	35	1°, 2°, 3°, 4°, 5°, 6°, 7°, 8°, 9°, 10°, 11°, 12°, 13°, 14°, 15°, 16°, 17°, 18°, 19°, 20°, 21°, 22°, 23°, 24°, 25°, 26°, 27°, 28, 29°, 30°, 31°, 32°, 33°, 34° y 35°
Tercero	57	0.64	37	1°, 2°, 3°, 4°, 5°, 6°, 7°, 8°, 9°, 10°, 11°, 12°, 13°, 14°, 15°, 16°, 17°, 18°, 19°, 20°, 21°, 22°, 23°, 24°, 25°, 26°, 27°, 28, 29°, 30°, 31°, 32°, 33°, 34°, 35°, 36° y 37°
Quinto	70	0.64	45	1°, 2°, 3°, 4°, 5°, 6°, 7°, 8°, 9°, 10°, 11°, 12°, 13°, 14°, 15°, 16°, 17°, 18°, 19°, 20°, 21°, 22°, 23°, 24°, 25°, 26°, 27°, 28, 29°, 30°, 31°, 32°, 33°, 34°, 35°, 36°, 37°, 38°, 39°, 40°, 41°, 42°, 43°, 44° y 45°
Séptimo	32	0.64	21	1°, 2°, 3°, 4°, 5°, 6°, 7°, 8°, 9°, 10°, 11°, 12°, 13°, 14°, 15°, 16°, 17°, 18°, 19°, 20° y 21°
Total	214	2.56	138	138

2.6. Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos

- **Método y técnica:**

Durante el proceso de investigación, el método que se usó, según Hernández (2014) fue hipotético deductivo, ya que se combinó la observación y reflexión de la realidad. Para la variable 1 se usó la técnica de la observación, para identificar las medidas antropométricas de los estudiantes de enfermería. En cambio para la variable 2 la técnica fue la encuesta para detallar los hábitos alimenticios. (Supo, 2020, p. 19-22).

- **Instrumentos de recolección de datos:**

Variable 1

Instrumento: Cuestionario

Para caracterizar los hábitos alimenticios de los universitarios de la Escuela Profesional de Enfermería, se empleó la técnica de la encuesta, mediante un cuestionario, el cual fue elaborado y utilizado en una investigación por Alvarez, G. & Bendezú (Lima, 2011), el cual lo desarrollaron por la escala de Estaninos, con un valor de confiabilidad $\alpha \geq 0,81$ según la prueba de coeficiente de alfa de Combrach; cuyo valor es cercano a la unidad, concluyendo que el instrumento es confiable. Consta de Introducción, presentación e instrucciones, datos personales, tanto generales como específicos, seguidamente se muestra una serie de 30 preguntas cerradas de opción múltiple; este cuestionario mide los factores geográficos, culturales, sociales, económicos y educativos, así mismo determina el tipo, la frecuencia y el lugar de consumo de los alimentos. La clasificación de la variable fue de la siguiente manera:

Categorización de la variable	
Malo	0-68 puntos.
Regular	69-77 puntos.
Bueno	78-85 puntos.

Variable 2

Instrumento:

Para definir el estado nutricional de los participantes y la recolección de datos se utilizaron los siguientes instrumentos mecánicos: balanza y tallímetro, lo cual facilitó para diagnosticar el IMC, posteriormente se anotó en la ficha de registro del estado nutricional. La medición del peso corporal se realizó en kilogramos (Kg) y la estatura fue en metros (m), estos datos ayudaron para calcular el IMC, cuyos parámetros son los siguientes, según el Instituto Nacional de Salud (2012), los cuales se categorizan de la siguiente manera:

Categorización de la variable	
Peso	Clasificación
$< 16 \text{ kg/m}^2$	Delgadez III
$\geq 16 \text{ kg/m}^2$	Delgadez II
$> 16 \text{ kg/m}^2$	Delgadez I
$\geq 18.5 \text{ Kg/m}^2$	Normal
$25 \geq \text{Kg/m}^2$	Sobrepeso
$30 \geq \text{Kg/m}^2$	Obesidad I
$35 \geq \text{Kg/m}^2$	Obesidad II
$40 \geq \text{Kg/m}^2$	Obesidad III

2.7. Procedimiento de investigación y recolección de datos

Se efectuó de la siguiente manera:

- Aprobación del proyecto de tesis por decanatura de la Facultad.
- Se seleccionó el instrumento de recolección de datos, el cual tiene validez y confiabilidad.
- Se solicitó a DAYRA la cantidad exacta de estudiantes universitarios de enfermería 2022-I.
- Se envió un documento al decanato de la Facultad de Ciencias de la Salud solicitando autorización para la ejecución del proyecto de tesis.
- Se coordinó con los docentes de cada ciclo a fin de establecer el momento apropiado para la recopilación de la información.
- Se aplicó el instrumento de manera presencial, para ello primero se tomaron las medidas antropométricas de los estudiantes tales como peso y talla.
- El peso se realizó con una balanza digital calibrada, y la talla se midió con el tallímetro. Los participantes se tallaron y pesaron descalzos. Los datos fueron registrados; seguidamente se le dio a cada participante el cuestionario, previo consentimiento informado que también estaba integrado en el mismo formulario. Todo esto se desarrolló en un tiempo aproximado de 20 minutos.
- Se agradeció la participación de cada estudiante, que aportaron con la investigación.
- Como última etapa del proceso de recolección de datos, se realizó la medición de los resultados de los instrumentos.
- Se llevó a cabo el análisis estadístico e interpretación de los datos obtenidos.

2.8. Análisis de datos:

La información concluyente fue procesada en el software SPSS versión 25, Microsoft Word y Excel 2019. Para comprobar la hipótesis se propuso a la prueba estadística no paramétrica de Tau-c de Kendall con un nivel de significancia de $\alpha = 0.05$ (95% de nivel de confianza y un 5% de margen de error). La presentación de datos se realizó mediante el uso de tablas y figuras.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Variables sociodemográficas de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.

Variables sociodemográficas	(n=138)	Fi	%
Sexo			
Masculino		38	27.5
Femenino		100	72.5
Estado civil			
Soltero		130	94.2
Conviviente		7	5.1
Casado		1	0.7
Procedencia			
Amazonas		98	71
Otras regiones		40	29
Situación			
Estudia		121	87.7
Trabaja y estudia		17	12.3

Descripción:

En la tabla 01, se muestra que fueron evaluados 138 participantes, de los cuales el sexo más predominante fue femenino con un 72.5% mientras que el sexo masculino fue en un 27.5%, el estado civil soltero fue el más característico con un 94.2%, conviviente con un 5.1% y tan solo el 0.7% fue casado. La procedencia más significativa fue la región de Amazonas con un 71%, en cambio el 29% fueron de otras regiones. En la situación de cada participante un 87.7% representó a los que solo estudian a diferencia de los que trabajan y estudian lo cual fue en un 12.3%.

Tabla 2

Hábitos alimenticios de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.

Categorías	fi	%
Malo	43	31.0
Regular	70	51.0
Bueno	25	18.0
Total	138	100

Descripción:

En relación a la tabla 2, se puede observar que el 31.0% de los estudiantes de Enfermería tenían malos hábitos alimenticios, seguidos del 51.0% con hábitos alimenticios regular y tan solo un 18.0% poseen buenos hábitos alimenticios.

Tabla 3

Estado nutricional de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.

Categorías	fi	%
Delgadez I	10	7.2
Normal	85	61.7
Sobrepeso	37	26.8
Obesidad I	5	3.6
Obesidad II	1	0.7
Total	138	100

Descripción:

En la tabla 3, de acuerdo a las dimensiones de estado nutricional, los resultados evidenciaron que el 7.2% de los estudiantes de Enfermería presentaron delgadez I, el 61.7% ostentaron un estado nutricional normal, el 26.8% mostraron sobrepeso, el 3.6% tuvieron obesidad I y en un 0.7% se encontró obesidad II.

Tabla 4

Hábitos alimenticios y Estado nutricional de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.

Hábitos alimenticios	Estado Nutricional										Total	
	Delgadez I		Normal		Sobrepeso		Obesidad I		Obesidad II			
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Malo	1	0.7	22	16	19	13.7	0	0	1	0.7	43	31
Regular	5	3.6	50	36.3	10	7.2	5	3.6	0	0	70	51
Bueno	4	2.9	13	9.4	8	5.9	0	0	0	0	25	18
Total	10	7.2	85	61.7	37	26.8	5	3.6	1	0.7	138	100

Tau-c de Kendall = -0.152; p = 0.028

Descripción:

En la tabla 4 se observa que el 0.7% de los estudiantes evaluados tienen malos hábitos alimenticios mostrando delgadez I, un 16% tienen malos hábitos alimenticios con un estado nutricional normal, un 13.7% poseen hábitos alimenticios malos con sobrepeso, los que presentaron malos hábitos alimenticios con obesidad II fue en un 0.7%, por otro lado el 3.6% posee hábitos alimenticios regular con delgadez I, un 36.3% tiene hábitos alimenticios regular con un estado nutricional normal, un 7.2% con características de hábitos alimenticios regular con sobrepeso, el 3.6% mantiene regular hábitos alimenticios con obesidad I, seguido de un 2.9% tienen buenos hábitos alimenticios con delgadez I, un 9.4% tienen hábitos alimenticios buenos con estado nutricional normal y un 5.9% muestran buenos hábitos alimenticios con sobrepeso.

Para comprobar la hipótesis, se sometió a la prueba estadística no paramétrica Tau-c de Kendall, se obtuvo un valor de -0.152, $p = 0.028 < 0.05$ lo cual indica que hay una relación estadísticamente significativa entre hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, del mismo modo se pudo demostrar que la correlación es negativa baja, puesto que el valor de Tau -c de Kendall es -0.152.

IV. DISCUSIÓN

Los hábitos alimenticios están presentes e inmersos en la vida de cada persona, la capacidad de elegir los alimentos, la manera de consumirlos como la frecuencia, el horario y duración, influyen considerablemente en el desarrollo de comportamientos nutricionales, esta investigación busca realzar y promover adecuadas prácticas alimenticias. La muestra de este estudio estuvo conformada por 138 estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza – Chachapoyas, 2022, donde tuvo más predominio el sexo femenino 72.5% que el masculino 27.5%.

Las derivaciones mostraron que el grupo etario más representativo fue de jóvenes comprendidos entre las edades de 20 y 23 años de edad con un 57.3% y el menos encontrado fue entre las edades de 27 y 29 años de edad con un 7.9%. En estudios semejantes Pizarro (2019) en Chachapoyas, donde los jóvenes que poseían 20 a 24 años de edad comprendían el 16.8% a diferencia de los sujetos de 25 a 29 años de edad 1.9%. Nieto (2021) en Barranquilla halló más concurrencia en jóvenes entre 18 y 22 años 78.2% a comparación de los que tenían entre 28 y 32 años de edad que era un 4.5%.

En base a los resultados de este estudio aceptamos la hipótesis alterna, la cual demuestra que existe relación significativa entre hábitos alimenticios y estado nutricional en los estudiantes de la Universidad de Chachapoyas, es decir si los jóvenes mantienen hábitos alimenticios inadecuados pueden sufrir alteraciones del peso corporal como delgadez, sobrepeso u obesidad, lo cual limita a tener una mejor calidad de vida.

Las derivaciones obtenidas en este estudio ostentan la presencia de correlación entre las variables con una significancia de $p = 0.028 < 0.05$, coinciden los hallazgos con el estudio de García & Portal (2021) en el cual la relación muestra un valor Tau c de Kendall de 0.535 con probabilidad 0.000 siendo altamente significativa entre hábitos alimenticios y estado nutricional.

En resultados similares Jiménez et al. (2019) en Huánuco, Perú, demostró en su investigación que existe relación entre hábitos alimenticios y el IMC, lo que también muestra que si los jóvenes no mejoran su estilo de vida tendrán mala salud en el futuro. De igual modo Aguilar (2022) en su estudio “Índice de masa corporal

en universitarios y su relación con estrés, hábitos alimentarios y actividad física” muestra una relación significativa entre el aumento del IMC con la existencia de hábitos alimenticios inadecuados, también hace referencia que una deficiente actividad física puede conllevar a sufrir sobrepeso y obesidad. Cabe señalar que no hacer ejercicio puede tener un impacto negativo en el bienestar y calidad de vida. Mantener un nivel adecuado de actividad física es importante para la salud de las personas, tanto física como mentalmente.

Coincidiendo con los resultados de Chávez et al. (2021) quien estudió la “Relación entre el estado nutricional y hábitos alimenticios en estudiantes universitarios: un estudio de caso” reveló que existe una asociación significativa entre las variables, ya que un 75.9% mostró hábitos alimenticios poco saludable y esto se relaciona a un IMC elevado, clasificándose en sobrepeso.

En este aspecto Marecos (2022) en Paraguay reveló en su investigación una significativa relación entre hábitos alimenticios, práctica de ejercicios con el índice de masa corporal (IMC), el cual se encontró superior al rango normal, resultando en un diagnóstico de sobrepeso y obesidad ya que sus hábitos en su alimentación no eran saludables.

Resultados opuestos mostró Pech et al. (2022) cuyo objetivo de su investigación fue determinar el estilo de vida y su posible relación con el estado nutricional en estudiantes de la Universidad Autónoma de Yucatán de México, quien identificó que no hay relación estadísticamente significativa entre estilos de vida de los jóvenes y el estado nutricional debido a que en su mayoría se ubican en modo de vida medio y alto, en relación al estado nutricional están eutróficos.

Fuentes (2021) hace referencia que el ingreso a la Universidad expone a los estudiantes a comportamientos que pueden estar asociados con la obtención o el aumento de importantes factores de riesgo cardiovascular asociados con la mala alimentación y la inactividad física, asimismo indica que los estudiantes al atravesar una nueva etapa en su vida, pasan por un proceso de adaptación; ello advierte que pueden modificar sus hábitos de alimentación, y lo perjudicial que puede ser para su salud adoptar conductas inadecuadas respecto a su alimentación, debido a los riesgos que conllevará en el futuro.

Los hábitos alimenticios en sus dimensiones sociales, culturales, económicos, educativos, alimentos saludables y frecuencia de consumos de alimentos tienen un impacto en el estado nutricional, en este estudio es significativo lo hallado ya que existe una cantidad de estudiantes que presenta malos hábitos alimenticios 31.0%, regular hábitos alimenticios el 51.0%.

Estos resultados se asemejan al estudio realizado por Zabaleta, D. (2019) en Perú, encontró que el 49.3% de los participantes tenía regular hábitos de alimentación, el 27.3% tenían malos hábitos alimenticios, seguido del 23.4% que presentó buenos hábitos alimentarios, de igual forma Alejo, B. (2019) obtuvo en su estudio que el mayor porcentaje fue de hábitos alimenticios inadecuados 77% y el 23% tenía hábitos adecuados.

En su investigación Hernández et al. (2021) encontró en Ecuador que el 48% de los participantes tenía un tipo de alimentación poco saludable y necesitaba cambios para mantener la salud, además el patrón dietético constaba de cereales, pequeñas cantidades de frutas, verduras, pescado y mariscos, alto consumo de carnes rojas y procesadas y gaseosas, en otro estudio Maza et al. (2022) halló en la población estudiantil universitaria de Colombia predominio de malos hábitos alimenticios y riesgo de padecer sobrepeso y obesidad, también señala que el 87.7% no poseen ni practican buenos hábitos alimenticios lo cual afecta su salud.

En otros resultados Vidal (2021) también encontró inadecuados hábitos alimentarios en los universitarios, una razón que señala es que las familias juegan un papel importante en orientar y brindar información sobre hábitos alimentarios, de igual forma es importante desarrollar campañas de promoción de la salud y educación nutricional para mejorar la calidad de vida de los jóvenes.

El estado nutricional resulta de la interrelación de la alimentación y los valores nutricionales contenidos en ella, el cual permite compensar las necesidades necesarias para el correcto funcionamiento del organismo, en cuanto al siguiente estudio, los resultados mostraron que el 61.7% de los estudiantes de la facultad de Enfermería tenía un IMC normal, el 26.8% estaba con sobrepeso, el 7.2% tenía delgadez I, el 3.6% presentaron obesidad I y el 0.7% ostentaron obesidad II.

En un estudio Nieto (2022) en la Universidad del Atlántico en Barranquilla, cuya muestra fue de 110 estudiantes, evaluó los hábitos alimentarios y los datos

antropométricos para evaluar el índice de masa corporal (IMC); en los resultados mostró cambios bastante significativos en los hábitos alimenticios y estado nutricional antes y después del ingreso a la Universidad ligados al sobrepeso; de la misma manera resultados afines encontró Aguilar et al. (2022) y Zavaleta (2019) ambos en Perú, donde las cifras se asemejan registrando un IMC normal 50%, 55.8% respectivamente. Para Aguilar et al. (2022) el 39.5% presentó sobrepeso y el 10% obesidad, además indica que los estudiantes con IMC más elevado, mostraron mayor ingesta de carnes, batidos, alcohol; y menor consumo de vegetales; por otro lado Zavaleta (2019) mostró que el 31.2% de los universitarios registró obesidad; los estudiantes del campo de la salud son quienes deben fomentar y tener estilos de vida saludable, pero es frecuente encontrar en muchos de ellos que mantienen conductas de riesgo para su salud, como el bajo consumo de alimentos con valor nutricional el sedentarismo, deficiente actividad física y estrés

En la tabla 4 se observa la correlación entre hábitos alimenticios y el estado nutricional de los Universitarios de Enfermería- Chachapoyas, donde el 16% tienen malos hábitos alimenticios con un peso normal, el 13.7% con sobrepeso y el 0.7% con obesidad grado II; de igual modo, 3.6% posee regular hábitos de alimentación con delgadez tipo I, el 36.3% con un adecuado peso y un 7.2% con sobrepeso; los que tienen buenos hábitos alimenticios con delgadez grado I representa el 2.9%, 9.4% con peso normal y el 5.9% con sobrepeso. Estos datos difieren con Rosales (2023) quien identifica que no hay relación entre hábitos alimenticios y estado nutricional antropométrico, ya que el 68% de los estudiantes tuvo un estado nutricional normal y solo el 2.7% fue de bajo peso; además gran cantidad de los estudiantes mantiene una alimentación saludable.

Gran cantidad de universitarios tiene un estilo de vida poco saludable, lo que dificulta una adecuada alimentación. Sería interesante realizar más investigaciones sobre estos temas en el campo de la salud; buscar técnicas y programas, que ayuden a los jóvenes a cambiar la forma de alimentarse. Enfermería es una profesión humanística que brinda un cuidado integral y de calidad, por lo tanto, introduciendo buenos hábitos alimenticios en la formación profesional de los jóvenes de enfermería y otras carreras profesionales, podría ayudar a mejorar y preservar la salud sin complicaciones en el futuro.

V. CONCLUSIONES

- Se determinó que los hábitos alimenticios de los universitarios de Enfermería de Chachapoyas se relaciona significativamente con el estado nutricional, donde la fuerza de correlación entre ambas variables es negativa baja, en la cual tau-c de Kendall es = -0.152, $p = 0.028 < 0.05$.
- Se precisó que los hábitos alimenticios regulares fue la mejor puntuada por los estudiantes de Enfermería, seguido de malos hábitos alimenticios y en un menor porcentaje estaban los buenos hábitos alimenticios.
- Según el estado nutricional, el índice de masa corporal (IMC) se encuentra en las siguientes categorías, el IMC más representativo fue un peso normal, continuo de sobrepeso, en menor medida presentaron delgadez tipo I y obesidad tipo I y aún menos representativo obesidad de tipo II.
- En base a los indicadores sociodemográficas el género que tuvo más acogida fue el femenino, la procedencia más representativa fue que pertenecían a la región de Amazonas, la situación más sobresaliente de los participantes era que en mayor porcentaje se dedican a estudiar a comparación de estudiar y trabajar al mismo tiempo, el grupo etario más destacado de los jóvenes fue entre las edades de 20 y 23 años de edad.

VI. RECOMENDACIONES

A los estudiantes de Enfermería:

- Cuidar su alimentación, ser consciente del estado nutricional prestando atención al Índice de masa corporal (IMC) para que no represente delgadez, sobrepeso u obesidad ya que puede afectar el estado de salud, consecuentemente el rendimiento académico y el desarrollo educativo profesional.
- Mejorar sus hábitos alimenticios, elegir una dieta saludable y equilibrada para evitar factores de riesgo en padecer algunas enfermedades como la diabetes, hipertensión, obesidad y otras de mayor complejidad.

A la Escuela Profesional de Enfermería

- Fomentar la exploración futura de investigaciones con elementos claves en temas de alimentación y nutrición.
- Desarrollar programas para el mejoramiento de hábitos de alimentación en los jóvenes universitarios.

A la Facultad de Ciencias de la Salud

- Establecer actividades promocionales y preventivas de salud y orientar a la práctica de adecuados hábitos alimenticios por parte de profesionales o expertos de la industria alimentaria.
- Aplicar el cuestionario de hábitos alimenticios en lo posible cada mes, para estar vigilantes a las elecciones que toman los jóvenes respecto a su alimentación.
- Promover controles nutricionales periódicamente para mantener y recomendar cambios en el estilo de vida de la población universitaria.

A la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas

- Gestionar con el área de bienestar universitario, para iniciar con campañas informativas de alimentación.
- Implementar protocolos para adecuar los estilos de vida de los estudiantes.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, C. et al. (2022). Índice de masa corporal en estudiantes de medicina: relación con estrés, hábitos alimenticios y actividad física. Trujillo, Perú. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 22(2):359-366.
<http://doi.org/10.25176/RFMH.v22i2.4791>
- Alshammari, G. et al. (2022). El efecto de los comportamientos dietéticos en el estado nutricional y los factores asociados de los estudiantes yemeníes en Arabia Saudita. Yemen, Reino de Arabia Saudita. *Revista Plos one*, 17 (3).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0274854>
- Alvarez, G & Bendezú, R. (2011). Estado nutricional y su relación con los hábitos alimenticios de los internos de la EAP de Enfermería de la Universidad Wiener. Lima, Perú. [Tesis de grado, Universidad Wiener]. Recuperado de:
<http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/44>
- Banmédica. (2022). Hábitos de alimentación saludable.
<https://www.banmedica.cl/habitos-alimentacion-saludable/>
- Cárdenas, H., et al (2019). Estado nutricional y hábitos alimentarios de estudiantes ingresantes a la Universidad Nacional Agraria La Molina. Perú. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 25(4): 165-171
<https://doi.org/10.14642/renc.2019.25.4.5300>
- Cares, M., Salgado, R., & Solar, I. (2017). Conducta alimentaria y estado nutricional en estudiantes universitarios de la facultad de ingeniería de la Universidad Católica de la Santísima Concepción en septiembre del 2017. Chile [Tesis de grado, Universidad Católica de la Santísima Concepción]
Repositorio Académico UCSC
<http://repositoriodigital.ucsc.cl/bitstream/handle/25022009/1297/Mar%C3%ADa%20Francisca%20Cares%20Gangas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Chávez, K. et al. (2021). Asociación entre estado nutricional, estilo de vida y estrés académico en estudiantes universitarios: Un caso de estudio. *Revista de Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 41 (4).
<https://doi.org/10.12873/414chavez-mendoza>

- Duche, A., Paredes, F., Gutierrez, O. & Carcausto, L. (2020). Transición secundaria-universidad y la adaptación a la vida universitaria. *Revista de Ciencias Sociales*; 26(3) ,244-258
<https://doi.org/10.31876/rcs.v26i3.33245>
- Fuentes, M., et al. (2021). Percepción de dieta y hábitos alimentarios en universitarios del noroeste de México. *Revista Española de Nutrición Comunitaria* 2021; 27(4)
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8283119>
- García, J. & Portal, D. (2021). Hábitos Alimentarios y Actividad Física relacionados con el Estado Nutricional de Enfermeras (os). Trujillo, Perú [Tesis de grado, Universidad Nacional de Trujillo]
Repositorio Institucional UNT
<http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/17657>
- GBD 2017 Dieta Colaboradores. (2019). Efectos en la salud de los riesgos alimentarios en 195 países, 1990–2017: un análisis sistemático para el Estudio de la carga mundial de morbilidad 2017. *Revista The Lancet*. 393(10184), 1-15.
<https://doi.org/10.4060/CA6979ES>
- Gonzales, E. (2015). Hábitos de alimentación. Obtenido de CINFASALUD:
<https://cinfasalud.cinfa.com/p/habitos-de-alimentacion/>
- Hernández, D. et al. (2021). Condición nutricional y hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de Manabí, Ecuador. Ecuador. *Revista Española de Nutrición Comunitaria* 2021; 27(1)
<https://doi.org/10.14642/RENC.2021.27.1.5349>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación: Roberto Hernández Sampieri, Carlos Fernández Collado y Pilar Baptista Lucio (6a. ed.). *México D.F.: McGraw-Hill*.

Instituto Nacional de Salud (2012). Tabla de Valoración Nutricional según IMC Adultas(os). Ministerio de Salud
https://bvs.ins.gob.pe/insprint/CENAN/Tabla_valor_nutricional_según_IMC_adultos.pdf

Jiménez, C. et al. (2022). Enfermería es una profesión feminizada y cada vez más: el 84,2% de los profesionales son mujeres, un porcentaje que lleva aumentando desde 1978. España. Maldito Feminismo.
<https://maldita.es/feminismo/20220512/enfermeria-profesion-mujeres-cada-vez-mas/>

OMS. (2021). La OMS acelera el trabajo sobre las metas de nutrición con nuevos compromisos.
<https://www.who.int/es/news/item/07-12-2021-who-accelerates-work-on-nutrition-targets-with-new-commitments>

ONU/ OMS (1992). Conferencia Internacional sobre Nutrición: Nutrición y desarrollo - una evaluación mundial. Recuperado de:
<https://www.scielosp.org/article/rsap/2004.v6n2/140-155/>

Marecos, N. (2022). Hábitos alimentarios e índice de masa corporal (IMC), en docentes de la Facultad de Ciencias Contables- UNP, 2021. Paraguay. *Revista Científica Multidisciplinar*, 6(1), 2976-2994.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1700

Maza, F., Caneda, M. & Vivas, A. (2022). Hábitos alimentarios y efectos sobre la salud en estudiantes universitarios. Una revisión sistemática. Cartagena, Colombia. *Revista Psicogente* 25(47): 1-37.
<https://doi.org/10.17081/psico.25.47.4861>

Morley, J. (2021). Desnutrición
<https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornosnutricionales/desnutrici%C3%B3n/desnutrici%C3%B3n>

Nieto, D. et al. 2021. Hábitos alimentarios e índice de masa corporal en estudiantes de la Universidad del Atlántico, Barranquilla: un estudio descriptivo-transversal. Colombia. *Revista Digital: Actividad Física y Deporte*. 7(1)

<https://doi.org/10.31910/rdafd.v7.n1.2021.1498>

Organización de comida y agricultura, OPS, PMA & UNICEF (2019). Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe 2019. Hacia entornos alimentarios más saludables que hagan frente a todas las formas de malnutrición. Santiago.

<https://doi.org/10.4060/CA6979ES>

Pech, V. et al. (2022). Caracterización del estilo de vida y su relación con el índice de masa corporal en estudiantes de la licenciatura en nutrición. México. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 21 (2), 30-38.

<https://doi.org/10.29105/respyn21.2-4>

Pi, R., et al. (2015). Estado nutricional en estudiantes universitarios: su relación con el número de ingestas alimentarias diarias y el consumo de macronutrientes. Córdoba, Argentina. *Revista nutrición hospitalaria* 31(4): 1748-1756.

<http://dx.doi.org/10.3305/nh.2015.31.4.8399>

Pizarro, N. (2019) Hábitos alimentarios y estado nutricional de los estudiantes de enfermería, universidad nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas – 2018. Chachapoyas, Perú. [Tesis de grado, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza]

Repositorio Institucional UNTRM

<http://repositorio.untrm.edu.pe/handle/UNTRM/1692>

Rosales, G & Luis, D. (2023) Hábitos alimentarios y estado nutricional antropométrico en estudiantes de enfermería en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Filial Tarma, 2022. [Tesis de grado, Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión]

Repositorio Institucional UNDAC

http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/2950/1/T026_71322461_T.pdf

Shamah, T. et al. (2021) Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020 sobre Covid-19. Resultados Nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública, 2021.

<https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2020/doctos/informes/ensanutCovid19ResultadosNacionales.pdf>

Tao, X., et al. (2022). Patrones dietéticos e ingesta de nutrientes en estudiantes universitarios de Macao: Un estudio transversal. China. *Revista Nutrients* 2022 14, (17) 3642.

<https://doi.org/10.3390/nu14173642>

Vidal, G et al. (2021). Hábitos alimentarios y calidad de sueño en universitarios en tiempos de COVID- 19, Lima-Perú. *Revista Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 41(4):90-97

<https://doi.org/10.12873/414vidal>

World Diagnostic News. (2020). Por los malos hábitos alimentarios y el sedentarismo La OMS avisa de que la obesidad se ha triplicado en todo el mundo.

<https://www.diagnosticsnews.com/especialidades-medicas/34760>

Zabaleta, D. et al. (2019). Hábitos alimentarios e índice de masa corporal de los profesionales de enfermería de un hospital público de Huánuco – 2019. [Tesis de grado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]

Repositorio Institucional UNHEVAL

<https://hdl.handle.net/20.500.13080/5130>

ANEXOS

Anexo I Operacionalización de variables

Variable 1: Hábitos alimenticios de los estudiantes universitarios de Enfermería, Chachapoyas

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Categoría		Escala
					Variable		
Hábitos alimenticios	Los hábitos alimentarios se forman durante la vida de cada persona, parte de la experiencia y el aprendizaje, el hecho de que las elecciones saludables o no saludables sean la condición básica de nuestra salud, cada quien elige configurar su propia dieta, por lo que es un proceso voluntario y enseñable. Estos hábitos pueden cambiar y pueden experimentar escasez de alimentos que conduce a diversas enfermedades. Albito, T. (2015)	Se aplicará un cuestionario que mida los factores geográficos, culturales, sociales, económicos y educativos y determinar el tipo, frecuencia y lugar de consumo de alimentos, así mismo para clasificar la variable de hábitos alimenticios: malo, regular y bueno, se utilizará la escala de Estaninos.	<ul style="list-style-type: none"> Factor geográfico Factor cultural Factor social Factor económico Factor educativo Alimentos saludables 	<ul style="list-style-type: none"> Lugar de procedencia Creencias Costumbres Ocupación Lugar o ambiente de consumo Forma de consumo Leyes de la alimentación Comidas que se ingieren al día 	<p>Malo: Cuando las respuestas fluctúen entre: entre el punto de cero hasta el punto de corte a (0-68 puntos)</p> <p>Regular: Cuando las respuestas oscilen desde el punto de corte a+1 hasta el punto de corte b (69-77 puntos)</p> <p>Bueno: Cuando las respuestas sean mayores al punto de corte b+1 (78-85 puntos)</p>		

Anexo 2

Variable 2: Estado nutricional de los estudiantes universitarios de Enfermería, Chachapoyas

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores	Categoría		Escala
				Variable		
Estado nutricional	El estado nutricional es el resultado del equilibrio entre la provisión de las necesidades nutricionales básicas de una persona y la energía que recibe de su alimentación, y es uno de los factores determinantes en un determinado ámbito, incluyendo el físico, el genético, el biológico, el ambiental, el cultural y el factores psicosociales. La combinación de estos factores puede conducir a problemas nutricionales, como una ingesta insuficiente o excesiva de nutrientes, y pueden dificultar a controlar la ingesta óptima de alimentos, lo que se refleja en la condición corporal y la apariencia.	Es el resultado de la fórmula del índice de masa corporal (IMC), aplicando los parámetros de peso y talla.	A. Peso: unidad y medición en kilogramos (Kg). B. Talla: unidad de medición en metros (m). C. Edad: unidad de medición en años (a)	Variable cuantitativa		Escala ordinal
				<ul style="list-style-type: none"> • Delgadez III: < 16 kg/m² • Delgadez II: ≥ 16 kg/m² • Delgadez I: < 16 kg/m² • Normal: ≥ 18.5 kg/m² • Sobrepeso: ≥ 25 kg/m² • Obesidad I: >30 kg/m² • Obesidad II: ≥ 35 kg/m² • Obesidad III: ≥ 40 kg/m² 		



Anexo 3

**FICHA DE REGISTRO DEL ESTADO NUTRICIONAL SEGÚN
IMC EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA**

- I. PRESENTACIÓN:** Joven o señorita. Soy estudiante de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, actualmente estoy realizando un estudio cuyo objetivo es determinar la relación entre los hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en estudiantes de enfermería. La información que usted proporcione es completamente anónima, por lo que solicito que responda con total sinceridad. De ante mano se agradece su colaboración.
- II. INSTRUCCIÓN:** La siguiente ficha de registro, tiene como finalidad evaluar la variable estado nutricional, para ello se dispondrá de sus medidas antropométricas para el cálculo del índice de masa corporal (IMC).

III. DATOS GENERALES

1. Sexo

- a) Femenino
- b) Masculino

2. Estado civil

- a) Soltero.
- b) Conviviente.
- c) Casado

3. Procedencia:

4. Lugar de nacimiento:

5. Situación

- a) Estudiante
- b) Trabaja y estudia

II. MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS

1. Edad:

2. Talla:

3. Peso:

4. IMC:

III. ESTADO NUTRCIONAL

Clasificación - IMC	Categoría	Resultados
Delgadez III	$< 16 \text{ kg/m}^2$	
Delgadez II	$\geq 16 \text{ kg/m}^2$	
Delgadez I	$< 16 \text{ kg/m}^2$	
Normal	$\geq 18.5 \text{ kg/m}^2$	
Sobrepeso	$\geq 25 \text{ kg/m}^2$	
Obesidad I	$>30 \text{ kg/m}^2$	
Obesidad II	35 kg/m^2	
Obesidad III	$\geq 40 \text{ kg/m}^2$	



UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela profesional de enfermería

**“Encuesta sobre hábitos alimenticios y estado nutricional en estudiantes
Universitarios, Chachapoyas- 2022”**

(Elaborado por Alvarez, G. & Bendezú, R. 2011)

I. PRESENTACIÓN: Joven o señorita. Soy estudiante de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, actualmente estoy realizando un estudio cuyo objetivo es determinar la relación entre los hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en estudiantes de enfermería. La información que usted proporcione es completamente anónima, por lo que solicito que responda con toda sinceridad. De ante mano se agradece su colaboración.

II. INSTRUCCIÓN: Marque con un aspa o encierre en un círculo la alternativa que considere correcta.

III. DATOS GENERALES:

1. Sexo

- a) Femenino
- b) Masculino

2. Estado civil

- a) Soltero.
- b) Conviviente.
- c) Casado

3. Procedencia:

4. Lugar de nacimiento:

5. Situación

- a) Estudiante
- b) Trabaja y estudia

II. HÁBITOS ALIMENTICIOS

Forma de consumo

1. ¿Cómo te gusta la preparación de los alimentos?

- a) Frito 1
- b) Horneado 2
- c) Sancochado o guisado 3

Tipo de alimento

1. ¿Qué tipo de bebidas consumes en el desayuno?

- a) Infusiones, té, café 1
- b) Jugo de frutas naturales 2
- c) Quinoa, leche, avena 3

2. ¿Qué ingieres en el desayuno?

- a) Pan solo 1
- b) Cereales y galletas 2
- c) Pan con mantequilla, camote, queso, palta, huevo 3
- d) Pan con embutidos 4

3. ¿Qué tipo de alimentos ingieres entre comidas?

- a) Golosinas y/o postres 2
- b) Sándwich o hamburguesa 3
- c) Frutas y/o jugos 4
- d) Refrescos o gaseosas 1

4. ¿Qué tipo de carnes consumes en el almuerzo?

- a) Res, cerdo, carnero 1
- b) Pollo 2
- c) Vísceras y/o mariscos 3
- d) Pescado 4

5. ¿Qué tipos de leguminosas o cereales consumes en el almuerzo?

- a) Arroz con frejol y/o garbanzos o alverja 3
- b) Quinoa, sémola 2
- c) Fideos y otras pastas 1

6. ¿Consumes hortalizas frescas en el almuerzo?

- a) Sí 3
- b) No 1
- c) A veces 2

7. ¿Consumes frutas después del almuerzo?

- a) Sí 3
- b) No 1
- c) A veces 2

8. ¿Qué líquidos consumes en el almuerzo?

- a) Refrescos envasados (gaseosas, frugos) 1
- b) Infusiones 2
- c) Agua 3
- d) Jugo de frutas 4

9. ¿Consumes algún postre después del almuerzo?

- a) Sí 1
- b) No 2
- c) A veces 3

10. La cena que ingieres es

- a) Similar al almuerzo 2
- b) Similar al desayuno 4
- c) Algún postre o fruta 3
- d) Nada 1

Lugar y/o ambiente

1. ¿Dónde desayunas?

- a) En ambulantes 1
- b) Restaurante o similar 2
- c) Casa 3

2. ¿Dónde almuerzas?

- a) En ambulantes 1
- b) Restaurante 2
- c) Casa 3

3. ¿En qué lugar cenas?

- a) En ambulantes 1
- b) Comedor de la Universidad y/o restaurante 2
- c) Casa 3

4. ¿Cuánto tiempo le dedicas a la ingesta de tus alimentos?

- a) Menos de 10 minutos 1
- b) De 10 min. a 20 minutos 2

c) Más de 20 minutos 3

Frecuencia:

1. ¿Tomas desayuno todos los días?

a) Sí 3

b) No 1

c) A veces 2

2. ¿Almuerzas todos los días?

a) Sí 3

b) No 1

c) A veces 2

3. ¿Cenas todos los días?

a) Sí 3

b) No 1

c) A veces 2

4. ¿Comes entre comidas del día?

a) Sí 3

b) No 1

c) A veces 2

5. ¿Con qué frecuencia comes vísceras y/o mariscos a la semana?

a) Nunca 1

b) 1 o 2 veces 2

c) 3 o más veces 3

6. ¿Con qué frecuencia comes carnes blancas (pollo, pescado) a la semana?

a) Nunca 1

b) 1 o 2 veces 2

c) 3 o más veces 3

7. ¿Con qué frecuencia comes carne roja (res, cabrito, cerdo) a la semana?

a) Nunca 1

b) 1 o 2 veces 3

c) 3 o más veces 2

8. ¿Con qué frecuencia comes fruta o postres a la semana?

a) Nunca 1

b) 1 o 2 veces 2

c) 3 o más veces 3

9. ¿Con qué frecuencia comes hortalizas a la semana?

- a) Nunca 1
- b) 1 o 2 veces 2
- c) 3 o más veces 3

10. ¿Con qué frecuencia comes legumbres (frejoles, lentejas, arvejas, garbanzos, habas)?

- a) Nunca 1
- b) 1 o 2 veces 2
- c) 3 o más veces 3

11. ¿Con qué frecuencia a la semana tomas leche y derivados?

- a) Nunca 1
- b) 1 o 2 veces 2
- c) 3 o más veces 3

12. ¿Con qué frecuencia semanal consumes cereales (pan, trigo, quinua)?

- a) Nunca 1
- b) 1 o 2 veces 2
- c) 3 o más veces 3

13. ¿Con qué frecuencia semanal bebes gaseosas?

- a) Nunca 3
- b) 1 o 2 veces 2
- c) 3 o más veces 1

14. ¿Con qué frecuencia a la semana bebes jugos de frutas naturales?

- a) Nunca 1
- b) 1 o 2 veces 2
- c) 3 o más veces 3

15. ¿Cuál es tu consumo promedio diario de líquidos?

- a) Medio litro a 1 litro 1
- b) 1,5 litros 2
- c) Más de 1,5 litro 3

Malo: 0-68 puntos.

Regular: 69-77 puntos.

Bueno: 78-85 puntos.

Anexo 5

DETERMINACIÓN DE LA CONFIABILIDAD ESTADÍSTICA DEL INSTRUMENTO

(Elaborado por Alvarez, G. & Bendezú, R. 2011)

- Para la medición de la confiabilidad del instrumento se utilizó el índice de consistencia de α -Cronbrach.

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum Si}{St} \right) \quad \alpha \geq 0.8$$

K: número de ítems.

Si: varianza de cada ítem.

St: varianza total.

$$\begin{aligned} \alpha &= \frac{30}{30-1} \left(1 - \frac{7,45}{35,52} \right) \\ \alpha &= \frac{30}{29} (1 - 0,21) \\ \alpha &= 1,03(0,79) \\ \alpha &= 0,81 \end{aligned}$$

Según el resultado que se ha podido obtener, se tiene que el valor de $\alpha \geq 0,8$; lo cual es un valor cercano a la unidad. En conclusión, se deduce, según el índice de consistencia del Conbrach, que el instrumento es fiable.



Anexo 6

Consentimiento Informado

Yo declaro que he sido informado e invitado a participar en la investigación denominada **“Hábitos alimenticios y estado nutricional en estudiantes universitarios de Enfermería, Chachapoyas 2022”**.

Comprendo que este estudio busca Determinar el nivel de correlación entre hábitos alimenticios y estado nutricional en estudiantes universitarios de Enfermería, Chachapoyas-2022, y mi intervención consistirá en responder un cuestionario que demorará aproximadamente 20 minutos. Me han indicado que la información proporcionada será confidencial, y ayudará para el desarrollo de este estudio, ya que esta información podrá beneficiar ya sea de manera indirectamente en la sociedad.

De igual modo sé que puedo negarme a participar o retirarme en cualquier etapa de la investigación sin causas o actitud negativa hacia mí.

Si acepto voluntariamente participar de esta investigación.

Firma del participante

Fecha

Anexo 7

Tabla 5

*Edad (años)*Género de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, Chachapoyas – 2022.*

Edad (Años)	Género					
	Masculino		Femenino		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%
17 a 19	7	5.1	16	11.6	23	16.7
20 a 23	20	14.5	59	42.8	79	57.3
24 a 26	5	3.6	20	14.5	25	18.1
27 a 29	6	4.3	5	3.6	11	7.9
Total	38	27.5	100	72.5	138	100

Tabla 6

Prueba de hipótesis y correlación

Medidas simétricas					
		Valor	Error estándar asintótico	T aproximada	Significación aproximada
Ordinal por ordinal	Tau-c de Kendall	-0.152	0.069	-2.198	0.028
N° de casos válidos		138			