



Universidad
Norbert Wiener

Powered by **Arizona State University**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

Tesis

Hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener

Lima 2023

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Enfermería

Presentado por:

Autora: Córdor Estrella, Yoseli Diana


Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-7797-5627>

Asesor: Mg. Mori Castro, Jaime Alberto

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2570-0401>

Lima – Perú

2025

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 14/03/2025

Yo, **YOSELI DIANA CONDOR ESTRELLA** egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Académica Profesional de **Enfermería** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación **“HÁBITOS ALIMENTICIOS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SÉPTIMO AL NOVENO CICLO DE LA UNIVERSIDAD NORBERT WIENER LIMA 2023.”** Asesorado por el docente: **Mg. Jaime Alberto, Mori Castro** DNI 07537045...ORCID: **0000-0003-2570-0401** tiene un índice de similitud de **18 (dieciocho) %** con código OID: 14912:429030708 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

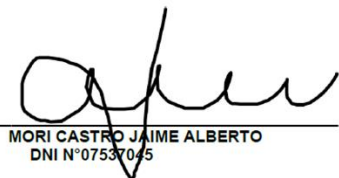
Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



Firma de autor 1
 Nombres y apellidos del Egresado
YOSELI DIANA CONDOR ESTRELLA
 DNI: 47450263

.....
 Firma de autor 2
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:



MORI CASTRO JAIME ALBERTO
 DNI N°07537045

Firma
 Nombres y apellidos del Asesor
MAG. MORI CASTRO JAIME ALBERTO
 DNI: 07537045

Lima, ...14...de...MARZO..... de...2025.....

DEDICATORIA

A nuestro Dios que nos da día a día las fuerzas necesarias para seguir adelante y a mi familia que es el soporte moral, este trabajo fue realizado con mucho esfuerzo dedicación y se lo dedico a las personas que han hecho posible mi trabajo.

AGRADECIMIENTO

Gracias a nuestros profesores de la Universidad Norbert Wiener por brindarme el conocimiento durante todos los procesos de mi estudio, así como por su paciencia y orientación.

JURADO

Presidente: Mg. José Gregorio Molina Torres

Secretario: Mg. Lucimar Josefina Barrios Cabello

Vocal: Mg. Rewards Palomino Taquire

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
JURADO.....	v
ÍNDICE.....	vi
ÍNDICE DE TABLAS.....	viii
ÍNDICE DE FIGURAS.....	ix
RESUMEN.....	x
ABSTRACT.....	xi
1. EL PROBLEMA	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	4
1.2.1. Problema general	4
1.2.2. Problemas específicos	5
1.3.1 Objetivo general	5
1.4.1 Justificación Teórica	7
1.4.2. Justificación metodológica	7
CAPITULO II. MARCO TEÓRICO	9
2.1. Antecedentes de la investigación.....	9
Antecedentes internacionales	9
Antecedentes nacionales	12
2.3.1. Hipótesis general	25
CAPITULO III. METODOLOGÍA	27
3.1. Método de investigación	27
3.2. Enfoque investigativo.....	27
3.3. Tipo de investigación	27
3.4. Diseño de la investigación.....	27
3.5. Población, muestra y muestreo	28
Muestra:.....	29
3.6. Variables y operacionalización	30
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	32
3.7.1. Técnica	32
3.7.2. Descripción	32
3.7.3. Validación	34
3.7.4. Confiabilidad	34
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	34

3.9. Aspectos éticos.....	35
CAPITULO IV. PRESENTACION Y DISCUSION DE RESULTADOS.....	36
4.1. Resultados.....	36
4.2. Prueba de hipótesis.....	41
Hipótesis general.....	41
Hipótesis específicas.....	42
4.3. Discusión de Resultados.....	46
CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	48
5.1. Conclusiones.....	48
5.2. Recomendaciones.....	50
REFERENCIAS.....	51
ANEXOS.....	57

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Tablas cruzadas hábitos alimenticios y estado nutricional de los estudiantes de enfermería.	36
Tabla 2. Tabla cruzada, dimensión generalidades y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo.....	37
Tabla 3. Tabla cruzada de la dimensión tipo de alimentos se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.....	38
Tabla 4. Determinar cómo la dimensión tipo de frecuencia de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.	39
Tabla 5. Determinar cómo la dimensión tipo de cantidad de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.	40
Tabla 6. Spearman de los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.	41
Tabla 7. Spearman de la dimensión generalidades de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.....	42
Tabla 8. Spearman de la dimensión tipo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.....	43
Tabla 9. Spearman de la dimensión tipo de frecuencia de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.....	44
Tabla 10. Spearman de la dimensión tipo de cantidad de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.....	45

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Hábitos alimenticios y estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.	36
Figura 2. Dimensión generalidades y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.....	37
Figura 3. La dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.	38
Figura 4. La dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.	39
Figura 5. La dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del s7.º al 9.º ciclo.....	40

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo analizar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la UWiener, Lima 2023. Metodológicamente, se utilizó el método hipotético-deductivo bajo un enfoque cuantitativo para la recojo y análisis de datos. El trabajo es de tipo aplicada y diseño no experimental, descriptivo-correlacional y de corte transversal, dado que se observaron las variables sin manipularlas y se recolectó información en un único momento. La población estuvo conformada por 300 estudiantes, de los que se escogió una muestra aleatoria de 80 participantes a través de un muestreo probabilístico simple. Los instrumentos empleados incluyeron un cuestionario validado para evaluar los hábitos alimenticios y un registro antropométrico para determinar el estado nutricional por medio de indicadores como el índice de masa corporal (IMC) y el perímetro abdominal. Los datos recolectados pasaron por un análisis utilizando estadística descriptiva e inferencial, aplicando la prueba correlacional de Pearson (r) para identificar la relación entre las variables, obteniendo un valor de $p = 0.001$, lo que indica una relación significativa. Los resultados dieron a conocer que el 54% de los alumnos mostraron inadecuados hábitos alimenticios, y el 45% tenía un estado nutricional que no correspondía a un peso saludable, como bajo peso, sobrepeso u obesidad. Estos hallazgos son clave para diseñar estrategias de intervención en salud dirigidas a mejorar los hábitos alimenticios de los educandos.

Palabras clave: hábitos alimenticios, estado nutricional, estudiantes de enfermería, índice de masa corporal, correlación.

ABSTRACT

This research aims to analyze the relationship between eating habits and nutritional status among nursing students from the seventh to ninth cycle at Norbert Wiener University, Lima, 2023. The hypothetical-deductive method was employed with a quantitative approach for data collection and analysis. The study is applied in nature, with a non-experimental, descriptive-correlational, and cross-sectional design, as the variables were observed without manipulation, and data was collected at a single point in time. The population contained 300 students, from which a casual sample of 80 participants was selected using probabilistic sampling. The instruments utilized included a validated questionnaire to assess eating habits and an anthropometric record to determine nutritional status through indicators such as body mass index (BMI) and abdominal circumference. The collected data were evaluated utilizing descriptive and inferential statistics, applying Pearson's correlation test (r) to determine the relationship between the variables, yielding a p-value of 0.001, indicating a significant relationship. The results showed that 54% of students had inadequate eating habits, and 45% had a nutritional status that did not correspond to a healthy weight, such as underweight, overweight, or obesity. These findings are key to designing health intervention strategies aimed at improving students' eating habits.

Keywords: eating habits, nutritional status, nursing students, body mass index, correlation

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

El UNICEF (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia) predice que para 2022, aproximadamente 2.400 millones de personas carecerán de accesos sostenidos al alimento nutritivo, seguros y adecuados, la mayoría de las cuales serán mujeres y vivirán en zonas rurales, También menciona que con la aceleración de la urbanización, los consumos del alimento procesado y preparados ha aumentado significativamente, que provoca aumentos de la tasa de obesidad y sobrepeso en la zona urbana, periurbanas y rural (1).

El Atlas Mundial de la Obesidad 2023, publicado recientemente, en 2020, una suma mayor a 4 mil millones de personas a nivel mundial tendrá sobrepeso u obesidades, representando el 51% de toda población mundial. Esto quiere decir que habrá un incremento significativo comparándolo con los 2,6 mil millones registrados en el año anterior. También afirma que una de cada cuatro personas será obesa (2).

La obesidad se considera un riesgo grave para la salud en México, con tasas de prevalencia de hasta el 29% entre personas de 20 a 39 años. Los hábitos alimentarios poco saludables y la inactividad física son comportamientos importantes que pueden afectar negativamente al peso corporal en la edad adulta temprana y a la salud adulta futura (3).

Por otro lado, según las Naciones Unidas, la situación de seguridad alimentarias y la nutrición en 2022 seguirá siendo deprimente. El informe encontró que un aproximado del 29,6% de la población del mundo, equivalente a 2.400 millones de individuo, no tiene acceso sostenido a los alimentos, juzgando por la incidencia de inseguridades alimentarias moderadas o graves. De ellas, aproximadamente 900 millones de sujetos enfrentan a inseguridad alimentaria grave (4).

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) manifiesta que muchos de los síntomas de mala nutrición se relacionan con la excesiva toma de calorías. Por esto, el sobrepeso ha aumentado en la región desde la década de 1970 y ha afectado al 59,5% de la población adulta, lo que equivale a 262 millones de personas. De acuerdo con el Panorama, afecciones vinculadas con un inadecuado ingesta de alimentos y la obesidad (por ejemplo, enfermedades cardiovasculares, diabetes e hipertensión) causan la muerte anual de 600 mil personas en Latinoamérica y el Caribe (5).

De acuerdo con el Ministerio de Salud (Minsa), próximo a 15 millones de individuos en todo el país padecen sobrepeso y obesidad, lo que corresponde al 62% del conjunto poblacional peruano que supera los 15 años. Asimismo, un estudio halló que el 53.99% de los educandos que asisten a la Facultad de Medicina Humana padecían desnutrición, la cual en su mayoría se debía a obesidad y se asociaba con riesgo cardiovascular debido al aumento y alteración de la circunferencia abdominal asociada a su laboratorio. para investigación. Las variables vinculadas a la desnutrición fueron: consumo de bebidas alcohólicas, tabaquismo, antecedentes familiares diabetes tipo 2, región de nacimiento y circunferencia en abdomen (6).

De igual modo, en un Informe técnico del Instituto Nacional de Salud se encontró que en los adolescentes el sobrepeso y la obesidad afectó a un 25% de ellos, mientras que el riesgo de enfermedad cardiovascular fue solo un 20%, y en ambos fue a predominio urbano; la talla baja y la anemia se presentó en un 20% de adolescentes, el primero fue a predominio rural, mientras que el segundo afectó más a las mujeres. Asimismo, según el INEI, las áreas regionales que tiene un porcentaje mayor de sobrepeso son las siguientes (en forma ascendente): Lambayeque (39,5 %), Tumbes (40 %), Lima (40,2 %) y Madre de Dios (43,9 %); en obesidad se encuentra del siguiente modo: Callao (31,8 %), Madre de Dios (32,4 %), Ica (33,5 %), Tacna (34,4 %), Moquegua (35,8 %). En el mismo sentido en un trabajo se logró

evidenciar que más del 50% de los nuevos alumnos de medicina humana tenían malnutrición, la mayoría de ellos eran obesos y estaban en riesgo cardiovascular debido a su aumento de perímetro abdominal y valores de laboratorio alterados, el aprendizaje de los hábitos de alimentación se encuentra condicionados por múltiples influencias de carácter sociocultural, siendo la familia uno de los factores más relevantes durante la infancia. Sin embargo, conforme los infantes crecen y llegan a la adolescencia, la función de la familia pierde importancia, dando paso a nuevas influencias como las relaciones sociales, el grupo de amigos y la difusión publicitaria de los medios de comunicación, por ejemplo, la radio, la TV y especialmente la internet. Estos factores se vuelven en elementos clave que moldean los hábitos alimenticios de los jóvenes universitarios (7).

La alimentación diaria es una actividad común que, a pesar de su frecuencia, no debe ser pasada por alto. Su importancia es fundamental para el buen funcionamiento del organismo, ya que no solo satisface el apetito o los antojos, sino que es crucial para cubrir las necesidades nutricionales del cuerpo. Por ello, es necesario reflexionar sobre la importancia de alimentarse adecuadamente, respetando los horarios establecidos para las comidas y eligiendo opciones saludables. Debido a la variedad de actividades realizadas por los jóvenes de universidades, como asistir a clases, realizar trabajos grupales, estudiar de manera individual y prepararse para exámenes o exposiciones, la falta de una alimentación saludable puede afectar negativamente su calidad de vida. El descuido en este aspecto puede llevar a la adquisición de hábitos poco saludables e incrementar el riesgo de que se desarrollen a largo plazo problemas de salud. En este sentido, se debe procurar no omitir las comidas del día, optimizar la selección de alimentos y dedicar tiempo suficiente para comer adecuadamente (8).

Un análisis realizado muestra que los jóvenes de séptimo a noveno año tienden a optar por consumir comidas rápidas y gaseosas (comida chatarra), en gran parte debido a la

disponibilidad de máquinas expendedoras de golosinas y bebidas azucaradas en las universidades. Si estos hábitos se mantienen en exceso, se corre el riesgo de desarrollar diversas patologías en la vida adulta, tales como obesidad, trastornos del comportamiento alimentario, diabetes, gastritis, estreñimiento y distintos tipos de cáncer. Por tanto, es esencial promover hábitos alimenticios más saludables que favorezcan tanto el bienestar físico como el psicológico de los estudiantes (9).

La problemática expuesta fue extrapolada hacia un grupo en específico, esto es, la población universitaria de la Universidad Wiener, con la finalidad de conocer la forma en que dicho problema afecta a alumnos de 7mo al 9no ciclo de la Facultad Ciencias de la Salud, intentando de hacer una cooperación con las autoridades organizacionales correspondientes en proporcionar información, con el fin de conocer si el aprendizaje adquirido por los alumnos respecto a la nutrición en su formación profesional logró abarcar cada uno de los aspectos esenciales que actúan como una base a sus intervenciones como futuros egresados del área de Enfermería, que se dedicarán al cuidado de la salud en un hospital o en la comunidad donde laboral, y para su propia vida. Por esta razón, es que se plantean las siguientes interrogantes:

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cómo los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cómo la dimensión generalidades de los hábitos alimenticios se relaciona con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Wiener Lima 2023?

¿Cómo la dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relaciona con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Wiener Lima 2023?

¿Cómo la dimensión tipo de frecuencia de los hábitos alimenticios se relaciona con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023?

¿Cómo la dimensión tipo de cantidad de los hábitos alimenticios se relaciona con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Analizar la relación de los hábitos alimenticios con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar cómo la dimensión generalidades de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Determinar cómo la dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Determinar cómo la dimensión tipo de frecuencia de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Determinar cómo la dimensión tipo de cantidad de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

1.4 Justificación de la investigación

La importancia de esta pesquisa es crucial debido a los crecientes desafíos nutricionales que enfrenta la población universitaria. Los hábitos alimenticios demuestran tener un directo impacto en el bienestar físico y mental de los educandos, influyendo en su desempeño académico y salud a largo plazo. Con respecto a la relevancia del estudio, este proporcionará información valiosa correspondiente a la influencia de los hábitos de alimentación en el estado nutricional de los jóvenes universitarios, lo que es especialmente relevante para identificar áreas de mejora en su educación y autocuidado.

Este trabajo contribuirá a generar conciencia respecto a la relevancia de una equilibrada alimentación para prevenir trastornos nutricionales y enfermedades relacionadas. Además, brindará ayuda a las autoridades institucionales y profesionales de la salud a identificar áreas que necesitan fortalecerse en la formación de los estudiantes de enfermería.

1.4.1 Justificación Teórica

Este estudio posee gran relevancia, ya que proporciona información actualizada y relevante sobre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los educandos de instituciones de educación universitaria de enfermería. Su relevancia radica en que promueve un enfoque integral del desarrollo estudiantil, considerando tanto la salud física como el rendimiento académico. El estudio contribuye significativamente al cuerpo de conocimientos de la disciplina de Enfermería al aplicar teorías relevantes en un contexto específico. Se fundamenta en el Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender y la Teoría del Autocuidado de Dorothea Orem, proporcionando un marco teórico sólido para abordar los hábitos alimenticios y el estado nutricional desde una perspectiva de enfermería. Esto permite una comprensión más profunda de cómo estos factores interactúan y afectan la salud y el desempeño de los estudiantes.

1.4.2. Justificación metodológica

La importancia metodológica de este trabajo investigativo radica en la aplicación rigurosa del método científico para la construcción del conocimiento, utilizando un enfoque cuantitativo que permite una evaluación objetiva de las variables. Su relevancia se evidencia en el uso de instrumentos válidos y confiables, aprobados por expertos y aplicados a nivel nacional, lo que garantiza la calidad y precisión de los datos recolectados. La contribución metodológica es significativa, ya que proporciona herramientas de evaluación objetivas y

reproducibles, útiles para investigaciones futuras del área de salud y nutrición. Este enfoque metodológico robusto asegura la obtención de resultados confiables y generalizables.

1.4.3. Justificación práctica

La justificación práctica del actual trabajo tiene como base la importancia de obtener resultados objetivos y confiables sobre los hábitos de alimentación y el estado nutricional de los alumnos de la especialidad de enfermería, mediante la aplicación del método científico y un enfoque de carácter cuantitativo. La relevancia práctica se refleja en el empleo de instrumentos válidos o que tiene un nivel de confiabilidad que aseguran la adquisición de datos precisos y representativos de la población estudiada. La contribución práctica más significativa radica en que los resultados de este estudio serán fundamentales para desarrollar intervenciones efectivas que mejoren los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los educandos de la especialidad enfermería. Esto, a su vez, contribuirá a su formación integral y tendrá un positivo impacto en la mejora de la salud pública, ya que estos futuros profesionales de la salud estarán mejor preparados para promover hábitos saludables en la comunidad.

CAPITULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Antecedentes internacionales

Martínez y col., (10) en el periodo 2022, en Colombia un trabajo investigativo con el objeto de “Determinar los hábitos y conductas alimentarias y el estado nutricional de estudiantes una universidad”. Metodológicamente se trata de un estudio cuantitativo trabajo con una muestra de 111 educandos de la especialidad de enfermería de la casa de estudios superior Rafael Núñez, Inc. Método, de encuentra aplicando un cuestionario para los hábitos y las conductas alimentarias y una ficha de cotejo para el estado nutricional. Correspondiente a la sección de resultado se identificó que la edad media fue $24,8 \pm 6,58$ DE, y se evidenció que la población tenía mayor proporción de sexo femenino (87,4%), la mayoría pertenecía al cuarto y sexto semestre (18,9% y 18,9%). Por otro lado, por clase social el 39,6% está clasificado, por lugar de residencia una mayor proporción vive en Barranquilla (53,2%), y en cuanto al estado civil el 77% son solteros y el 55% solteros. Son auxiliares de enfermería. El estudio halló que el 40,5% de los educandos tiene malos hábitos y conductas alimenticias, y el 54% de los estudiantes tiene un estado nutricional que no es acorde con su altura y peso (bajo peso, sobrepeso, obesidad). La conclusión es que, si esta población no realiza actividad física regular en la vida diaria y no establece buenos hábitos alimentarios, será más susceptible a enfermedades crónicas no transmisibles.

Bedoya y col., (11) en el periodo 2021, en Colombia, realizó tuvieron el propósito “Identificar los hábitos alimentarios en los estudiantes de la facultad de enfermería de una universidad privada en la ciudad de Medellín.” Metodológicamente es observacional, además de tener una metodología descriptiva de las características sociales y demográficas. Muestra de 85 estudiantes con un método de encuesta a través del uso de un cuestionario. Correspondiente

a la sección de resultado se identificó que los alimentos más consumidos entre horas correspondieron a alimentos azucarados (39,1%) y verduras y frutas (20,1%), y los alimentos más consumidos durante la semana fueron carnes (49,8%). Un 71,8% del estudiando afirmó que la ansiedad era un componente que afectaba su alimentación. La conclusión es que el estado nutricional de los educandos de la especialidad de enfermería se ven incididos por diversos factores que afectarán en gran proporción su salud futura.

Morales y Ortiz (12) en el periodo 2020 en Costa Rica, ejecutaron un trabajo, con el objeto de “Determinar la relación entre los hábitos alimentarios, el estado nutricional y los problemas gastrointestinales en estudiantes universitarios”. Metodológicamente se trata de un estudio correlacional. Muestra de 99 estudiantes universitarios. Método, encuesta sobre su historial nutricional y su frecuencia de consumo de comida. Correspondiente a la sección de resultado se identificó que el estado nutricional de acuerdo con el IMC con sobrepeso en los hombres fue mayor y mayoritariamente en niveles normales en las mujeres. índice. Dependiendo de sus hábitos alimentarios, la mayoría de las personas realizan de tres a cuatro comidas al día. Gastritis (n=15, 15,2%), intolerancia alimentaria (n=6, 6,1%), síndrome del intestino irritable (n=5, 5,1%), estreñimiento (n=4, 4,0%), colitis (n=4, 4,0%) y celiaquía (n=2, 2,0%) son las enfermedades gastrointestinales con mayor frecuencia. La conclusión es que los hábitos de alimentación tienen una relación estrecha con los problemas gastrointestinales. Si se tienen hábitos alimentarios saludables no surgirán enfermedades y posteriormente se reflejará en el estado nutricional del individuo.

Sánchez y col., (13) en el periodo 2020 en México, ejecutaron un trabajo, con el propósito de “Identificar los factores que conllevan a un deterioro en el estado nutricional de los estudiantes de enfermería”. Metodológicamente se trata de un estudio transversal además de no experimental. Asimismo, se definió la muestra, que abarcó 30 educandos de la carrera

de enfermería. Método de encuesta a través del uso de un cuestionario y una ficha de cotejo sobre el estado nutricional. Correspondiente a la sección de resultados se halló que existen factores que inducen a una alimentación inadecuada como el poco lapso de tiempo en la población de nuestro país, solo el 10% de las personas son obesas, y el 33,3% de las personas tienen tendencia al sobrepeso, lo cual es ligeramente diferente al estado normal. Nos trae los siguientes problemas: Mostrar La mayoría de las personas se ajustan al peso y altura correspondiente, con una proporción del 56,7%. La conclusión del estudio es que podemos concluir que el estado nutricional de nuestra población se encuentra en niveles normales entre los estudiantes de 7° y 8° de Licenciatura en Enfermería de la UAH.

Walteros y col., (14) en el periodo 2020, en Colombia efectuaron un estudio, con el objetivo de “Diseñar una propuesta de intervención de enfermería para mejorar hábitos alimentarios de los estudiantes universitarios de enfermería”. Metodológicamente se trata de un trabajo investigativo transversal, además de descriptivo Asimismo, se definió la muestra, que abarcó 96 educandos Método, de encuestas recogiendo información electrónicamente por medio de un cuestionario adaptado desarrollado por Barrera que incluía hábitos alimentarios y datos sociodemográficos. En la sección de resultados se identificó que cerca del 65% de los alumnos tenían un buen estado nutricional, seguidamente, se halló a los estudiantes con sobrepeso (31%); además, los educandos del segundo semestre fueron los estudiantes con mejor estado nutricional; se estimó más del 50%. que su peso había aumentado una media de 6 kg; más del 75% de los colaboradores sintieron que sus hábitos de alimentación habían sido modificados, fundamentalmente por cambios en los ingresos familiares, los horarios de las comidas o problemas de salud, pero en menor medida. La conclusión del estudio es que se produjeron muchos cambios en los hábitos de alimentación en los alumnos; por esto, se concluye que la situación no ha mejorado, sino lo contrario sobre todo por el sedentarismo,

determinantes sociales de la salud y cambios asociados con restricciones, que están fueran del control de las personas.

Antecedentes nacionales

Luis y Rosales (15) en el periodo 2023, realizaron un trabajo investigativo, con el objeto de “Determinar la relación de hábitos alimentarios y estado nutricional antropométrico en estudiantes de enfermería”. Metodológicamente se trata de un cuantitativo, además de correlacional. Correspondiente a la muestra de 158 estudiantes de Educación y Formación Profesional en Enfermería de la UNDAC Seccional Tarma. Correspondiente al método, para cada variable se aplicaron dos instrumentos: un cuestionario de hábitos alimentarios y un registro antropométrico del estado de nutrición. En la sección de resultados se identificó el 68% muestra tener un estado nutricional antropométrico normal; y estado nutricional, el 65,3% tiene saludables hábitos alimentarios. Se concluye que las variables no tienen relación alguna.

Cristóbal y col., (16) en 2023, tuvieron el objetivo de “Identificar los factores determinantes asociados al estado nutricional de los estudiantes de enfermería.” La investigación es mixta, no experimental, correlacional y transversal. Además, se identificó que tiene una muestra de 190 alumnos de enfermería. El método incluyó la encuesta y el análisis documental. Conjuntamente, se usó un cuestionario de cuarenta preguntas para la variable "factores relacionados". Para las variables del estado nutricional, se emplearon formularios de registro de datos. En la sección de resultados se identificó que dentro de los determinantes, se halló que el 64,6 % (82 personas) estaba en una situación desfavorable, adicionalmente, el 19,7 % (25 personas) estaba en una situación muy desfavorable y, por último, el 15,7 % (20 personas) estaba en una situación favorable. El 56,7% (72 personas) de los estudiantes entrevistados tenían mala nutrición, el 28,3% (36 personas) tenían buena nutrición y el 15%

(19 personas) tenían mala nutrición. La conclusión del estudio es que hay una conexión entre los variables.

Reyes et al., (17) en 2020, tuvieron el objetivo de “Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de una universidad pública.” Un estudio básico con diseño no experimental; además de una muestra que abarca 261 alumnos de siete escuelas profesionales. Correspondiente a la metodología: una encuesta en correspondencia a hábitos alimentarios se utilizó para recopilar datos. El IMC se utilizó para obtener una evaluación nutricional. En la sección de resultados se identificó que el 52,9% tiene sobrepeso y el 80,4% tiene malos hábitos alimentarios. En cuanto a las escuelas profesionales, el 42,9% de los estudiantes de ingeniería agrícola son obesos tipo II, el 24,2% de los educandos de la especialidad de enfermería son obesos tipo I y el 20,3% de los alumnos de finanzas y contabilidad son obesos tipo I. Correspondiente a la conclusión, es que se llegó a concluir que las variables analizadas tienen una relación significativa ($p=0,011$), pero no hay una asociación significativa entre las escuelas profesionales y el estado nutricional.

Caballero (18) en 2019 tuvo el objetivo de “determinar si existe relación entre el estado nutricional y los hábitos alimentarios de los alumnos de medicina”. Metodológicamente se trata de un estudio descriptivo, además de transversal cuantitativo. además de una muestra que abarca 50 alumnos del VII ciclo. Método. Los datos se recopilaron haciendo uso de una encuesta de hábitos de alimentación con base en el índice de alimentación saludable validado de los Estados Unidos. El IMC también se utilizó con el fin de realizar una evaluación del estado nutricional. Según los hallazgos, el 40% de las personas tenían un IMC que indicaba obesidad o sobrepeso, mientras que el sesenta por ciento tenía un IMC normal. El 60% restante tiene una circunferencia de cintura normal, según el "Índice de Alimentación Saludable" (IAS).

Correspondiente a la conclusión es que existe una relación estadística entre las dos variables analizadas en correspondencia a los estudiantes de medicina.

Pizarro (19) en 2019, tuvo el objetivo de “Determinar la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los estudiantes de Enfermería”. Metodológicamente se trata de un estudio descriptiva cuantitativa. La muestra incluyó 107 estudiantes. Método: Para recopilar información, se utilizan cuestionarios e instrumentos mecánicos como básculas y reglas de talla. Los hallazgos indicaron que el 76,6 % tenía buenos hábitos alimenticios y el 23,4 % malos. Además, el 75,8% tenía un estado nutricional adecuado. Debido a que se probó la hipótesis alternativa y su valor fue $X^2=56.46$; $Df=7$; $p = 0.000 < 0.05$, se llegó a concluir que los hábitos alimentarios demuestran tener una relación significativa con el estado nutricional.

2.2. Bases teóricas

El marco teórico en esta investigación busca contextualizar el vínculo entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los alumnos de enfermería, profundizando en las definiciones de cada variable, su importancia, y cómo los profesionales del campo de salud, esencialmente los enfermeros, desempeñan un rol determinar al promocionar hábitos alimenticios saludables y en la evaluación del estado nutricional de los individuos (20).

2.2.1. Variable 1: Hábitos Alimenticios

Los hábitos de alimentación son descritos como los comportamientos y patrones de consumo de alimentos que los individuos adoptan a lo largo del tiempo. Dichos hábitos se encuentran influidos por una diversidad de factores, como la cultura, el entorno socioeconómico, las preferencias personales, y los medios de comunicación. En la sociedad moderna, los hábitos alimenticios han experimentado cambios significativos debido a la

urbanización, la disponibilidad de alimentos procesados y la vida acelerada que impide una atención adecuada a la calidad de la alimentación (21).

2.2.1.1. Dimensiones de los Hábitos Alimenticios

Generalidades: a lo largo de la vida, una dieta saludable es fundamental para garantizar la prevención de la malnutrición en sus diferentes formas diversas afecciones y enfermedades no transmisibles. No obstante, los patrones de alimentación han experimentado cambios significativos en los últimos años debido a varios factores (22).

La producción y disponibilidad de alimentos ultra procesados ha aumentado considerablemente, ofreciendo opciones convenientes, pero a menudo menos nutritivas. La rápida urbanización ha llevado a estilos de vida más sedentarios y a un mayor consumo de comidas fuera del hogar. Además, la incidencia los medios de comunicación y actos publicitarios ha modificado las preferencias alimentarias, especialmente entre los jóvenes (23).

Estos cambios han resultado en un mayor consumo de alimentos que posee altos niveles de calorías, azúcares añadidos, sodio y grasas saturadas, mientras que la ingesta de frutos, verduras, granos integrales y otros alimentos con alto contenido de fibra ha disminuido. Esta transición nutricional tiene implicaciones significativas para la salud pública. En este contexto, es crucial definir claramente los conceptos clave:

Los hábitos alimenticios se conceptualizados como conductas colectivas, conscientes y repetitivas que llevan a los sujetos a la elección, consumo y uso de algunas dieta o alimentos, como respuesta a influencias de tipo cultural y social.

Al abordarse los hábitos alimenticios y el estado nutricional desde una perspectiva de la especialidad de enfermería, se puede lograr un significativo impacto en la salud personal y

poblacional, previniendo enfermedades crónicas y mejorando la calidad de vida de cada individuo(24).

Tipo de alimentos: Para una dieta saludable, debe incluirse muchos alimentos, tales como verduras, cereales integrales, frutas, legumbres, frutos secos (por ejemplo, la nuez), aceite de oliva, mariscos y pescados, huevos, carnes blancas y productos lácteos. Todo esto aromatizado con especias y hierbas. Estos alimentos contienen una gran cantidad de nutrientes que benefician considerablemente al organismo, por ejemplo, con minerales, vitaminas, antioxidantes y grasas insaturadas (omega 3 y ácido oleico) (25).

Frecuencia: Respecto a la frecuencia, esta brinda la posibilidad de determinar en un periodo de tiempo determinado la ingesta habitual, por medio de categorías diferentes de frecuencia de ingesta (mensual, semanal e ingesta diaria), de acuerdo con el factor dietético analizado. Las cantidades varían en cierto casos (26).

Cantidad: El tamaño de porción que se recomienda es la cantidad de cada alimento que debe ser consumido en un refrigerio o una comida. Una ración es la cantidad de comida que en realidad comes. Si come menos o más de la porción cantidad, es posible que esté obteniendo demasiados o muy pocos nutrientes que necesita. La cantidad de comida debe basarse en una ingesta diaria de 2.000 calorías. Sus necesidades calóricas pueden variar según su edad, nivel de actividad y si se trata de bajar de peso, aumentar de peso o mantenerlo (27).

Es importante darse cuenta de que cada organización es diferente y que estas recomendaciones generales no abordarán necesidades específicas. Una dieta siempre debe ser personalizada y adaptada a nuestra rutina diaria para que podamos seguirla adecuadamente. En general, siempre que no existan contraindicaciones médicas, las principales recomendaciones en cuanto a frecuencia y cantidad en la dieta mediterránea son: Cereales

(pan, frijoles, harina, arroz, etc.) Preferiblemente integrales porque son ricos en fibra, nutrientes y saciantes. Se pueden incluir en las comidas principales y el tamaño de las porciones suele oscilar entre 50 y 70 gramos. Las verduras y hortalizas deben consumirse al menos dos veces al día en cantidades de 150 a 200 gramos por comida. Junto a las frutas, deben convertirse en la base de nuestra dieta, ocupando al menos la mitad de nuestros platos. Se deben consumir al menos 3 frutas diariamente. En relación con su peso, se recomiendan aproximadamente entre 150 y 200 gramos. El pescado debe aparecer al menos 3 veces por semana y cada porción debe pesar aproximadamente 150 gramos. Deberían ocupar aproximadamente una cuarta parte de nuestro plato. Para las carnes blancas, se recomienda consumir aproximadamente 125 gramos 4 veces por semana. Deberían ocupar aproximadamente una cuarta parte de nuestro plato. Huevos, 4 porciones por semana. Las judías son un alimento muy completo nutricionalmente. Contienen proteínas de origen vegetal, por lo que debemos potenciar su consumo frente a otros alimentos proteicos de origen animal. El tamaño de las porciones oscila entre 60 y 80 gramos. Frutos secos y semillas, 25 g al día. Podemos comerlos solos o formando parte de algún plato (ensalada, crema de verduras, yogur). Se recomienda consumir no más de tres porciones de productos lácteos al día. En cuanto a cantidad, cada ración de leche debe ser de 200 ml y cada ración de yogur debe ser de 250 g. Alimentos que nos aportan principalmente grasas: El aceite de oliva virgen extra se considera el más nutritivo y se recomienda en torno a 3-4 cucharadas soperas al día. Los aguacates o los frutos secos también son fuente de grasas, vitaminas y fibra (28).

2.2.2. Variable 2: Estado nutricional

Es considerado como un indicador clave de la salud general y el bienestar de un individuo. Es definido como la condición que un organismo tiene luego de haberse establecido una asociación entre las necesidades de nutrición personales y la absorción,

ingesta y empleo de nutrientes que los alimentos contienen, un estado nutricional adecuado es determinante para que el cuerpo humano funcione óptimamente, proporcionando los nutrientes y la energía necesarios para garantizar el crecimiento, mantenimiento de tejidos y regulación de funciones metabólicas (29).

Las enfermeras asumen un papel fundamental en la fomentación de una saludable alimentación y la prevención de afecciones vinculadas con la nutrición. Sus funciones incluyen:

Evaluación nutricional: Realizan valoraciones del estado nutricional de los pacientes, incluyendo mediciones antropométricas, análisis de la dieta y detección de factores de riesgo.

Educación nutricional: Proporcionan información y orientación sobre una alimentación equilibrada, adaptada a las necesidades individuales de cada paciente.

Intervención y seguimiento: Desarrollan planes de cuidados nutricionales, establecen metas con los pacientes y realizan seguimiento para evaluar el progreso.

Promoción de la salud comunitaria: Participan en programas de salud pública para fomentar hábitos alimentarios saludables en la comunidad, como charlas educativas o talleres prácticos.

Colaboración interdisciplinaria: Trabajan en equipo con nutricionistas, médicos y otros profesionales del área de salud con el objeto de brindar una atención nutricional integral.

Investigación: Contribuyen al desarrollo de conocimientos sobre nutrición y salud a través de la investigación en enfermería (30).

2.2.2.1. Dimensiones del estado nutricional

IMC: El Índice de Masa Corporal es un instrumento ampliamente empleado con el objeto de clasificar el peso del cuerpo. Para calcularlo, se divide en peso en kilos por el cuadrado de la altura en metros (kg/m^2). Las siguientes categorías son establecidas por la Organización Mundial de la Salud:

Obesidad: es ≥ 30.0

Peso normal: es 18.5-24.9

Bajo peso: es < 18.5

Aunque el IMC no puede medir directamente la grasa de cuerpo, se vincula significativamente con directas medidas de la grasa del cuerpo y es un predictor importante de riesgos para la salud vinculados no solo con el sobrepeso, sino también con la obesidad (31).

Perímetro abdominal: También se le conoce como circunferencia de la cintura. Se define como una medida complementaria al IMC que evalúa específicamente la distribución de la grasa abdominal. La acumulación excesiva de grasa visceral se vincula con un riesgo mayor de enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y síndrome metabólico. Los puntos de corte establecidos por la OMS son:

Hombres: ≥ 94 cm indica riesgo aumentado, ≥ 102 cm indica riesgo sustancialmente aumentado

Mujeres: ≥ 80 cm indica riesgo aumentado, ≥ 88 cm indica riesgo sustancialmente aumentado (32).

La Fundación Española del Corazón (FEC) ha advertido de que las zonas de acumulación de grasa corporal son uno de los factores de riesgo cardiovascular con el nivel

más alto de importancia en comparación con el exceso de peso (sobrepeso u obesidad). Por esto, sugiere medir el perímetro del abdomen en lugar de simplemente conocer el IMC. Según la ubicación del exceso de adipocitos, la obesidad se puede dividir en dos tipos: la denominada de tipo periférico (el exceso de sebo se localiza en los glúteos, brazos y muslos), y la denominada de tipo central (el exceso de sebo está concentrado en la zona abdominal). Esto último tiene el peor impacto en el organismo porque varias investigaciones demostraron que la abundancia de grasa en la zona abdominal tiene la posibilidad de triplicar el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares (33).

Las enfermeras deben estar capacitadas para realizar estas mediciones de manera precisa y consistente, siguiendo protocolos estandarizados. Además, es fundamental que interpreten los resultados en el contexto de la salud general del paciente, considerando factores como edad, sexo, etnia y condiciones médicas preexistentes (34).

Teorías de enfermería

Teoría del déficit de autocuidado

La conceptualización del vocablo *autocuidado* fue integrado por primera ocasión en 1969 por Dorothea E. Orem. En un sentido estricto, dicho término es considerado una actividad aprendida que los seres humanos efectúan con la finalidad de alcanzar determinados objetivos. Es un comportamiento manifestado en específicas circunstancias de la vida en las que una persona enfoca su atención en sí mismo, en el entorno o en los demás. El objeto de esta conducta es la promoción del bienestar, salud general y calidad de vida del sujeto por medio de la regulación de factores que puedan tener incidencia en el funcionamiento y crecimiento personales. Dorothea Orem, en su modelo teórico, realiza una descripción del autocuidado y los esfuerzos continuos de una persona para mantener su existencia (35).

El concepto del término autocuidado es definido por resultados específicos o tres objetivos a lograr. Estos son conocidos como requisitos de autocuidado y están constituidos por requerimientos universales, los cuales tienen un gran nivel de importancia en todas las personas, por ejemplo, la integración a la sociedad, la preservación de componentes importantes y protección a otros de riesgo. Los requisitos de autocuidado del desarrollo tienen como objetivo crear un entorno adecuado para el desarrollo y el crecimiento y prevenir o mitigar situaciones adversas. Las necesidades de autocuidado que se desvían de la salud están estrechamente relacionadas y son consecuencia de las condiciones de salud. Los siguientes conceptos metaparadigmas son esenciales para el autocuidado personal, según Dorotea E. Orem. Personalidad: La autora cree que los humanos son seres racionales, biológicos y pensantes. Todo como un completo, dinámico y capaz de conocer. Salud: La autora menciona que es un estado que significa cosas diferentes para un individuo en sus diversos componentes. Enfermería: De acuerdo con Dorotea, es un tipo de servicio aplicado para brindar atención a las necesidades de cada individuo que no poseen la capacidad para cuidarse personalmente y mantener su salud, vida y bienestar en general (36).

Teoría del Modelo de la Promoción de la Salud

De acuerdo con Nola Pender, de la especialidad de enfermería y autora del Modelo de Promoción de la Salud (HPM), las acciones de cada individuo están impulsadas por la aspiración de lograr el bienestar y la construcción de su potencial. Dicho modelo de Pender se desarrolló a partir de dos teorías influyentes, a saber, el modelo evaluativo predictivo de la motivación del ser humano de Feather y la teoría del aprendizaje social propuesta por A. Bandura. En el primero de esto, se reconoce el rol de los procesos cognitivos cuando se provocan modificaciones en el comportamiento y se reconoce que los factores psicológicos tienen la posibilidad de impactar significativamente en el accionar de un individuo. Este último brinda

apoyo la noción de que la racionalidad está presente en el comportamiento, siendo la intencionalidad el aspecto más crucial de la motivación para lograr el éxito. Es más probable que las intenciones específicas y bien definidas den como resultado el logro de objetivos. La intencionalidad, que hace referencia a la determinación de un sujeto de actuar, es un factor de motivación relevante que es el resultado indudable para analizar las acciones de tipo voluntario adoptadas para lograr los objetivos planificados (37).

3. La Enfermería en la Promoción de Hábitos Alimenticios Saludables

El rol del trabajador de enfermería en la fomentación de la salud es crucial, esencialmente en correspondencia al ámbito educativo y la orientación sobre hábitos de alimentación saludables y al evaluar el estado nutricional del paciente. Los enfermeros, como profesionales del área de salud, asumen un papel determinante para prevenir afecciones vinculadas con la nutrición y en la identificación temprana de problemas nutricionales (38).

Educación nutricional: Los enfermeros están capacitados para proporcionar educación nutricional a los pacientes, y ayudarles a comprender cuan relevante es tener una dieta equilibrada y cómo realizar elecciones alimenticias más saludables. Esta educación incluye la información sobre la variedad de alimentos que deben consumir, las porciones adecuadas, y la frecuencia de la ingesta para prevenir la desnutrición y las enfermedades asociadas a una mala alimentación (39).

Evaluación del estado nutricional: Los enfermeros también son responsables de realizar evaluaciones periódicas del estado nutricional de los pacientes. Esto puede incluir la medición del IMC, la evaluación del perímetro del abdomen y la identificación de signos de deficiencias nutricionales o problemas de sobrealimentación. Esta evaluación puede servir

como base para recomendaciones dietéticas y para derivar al paciente a otros especialistas, si es necesario, como nutricionistas o médicos (40).

Prevención y seguimiento: Los enfermeros juegan un rol fundamental en la prevención de afecciones metabólicas y en el seguimiento de pacientes con riesgo nutricional. Esto puede incluir la creación de planes de intervención dietética y la realización de seguimiento regular para asegurarse de que los pacientes mantengan hábitos alimenticios saludables (41).

La intervención de los enfermeros en la promoción de hábitos alimenticios saludables y para evaluar el estado nutricional es vital para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles. Los enfermeros no solo tienen un rol educativo, sino que también actúan como primeros detectores de posibles desequilibrios nutricionales. A través de la promoción de la salud, la evaluación clínica y la intervención personalizada, los enfermeros tienen la posibilidad de optimizar significativamente la calidad de vida de cada paciente, ayudándolos a prevenir enfermedades relacionadas con la nutrición (42).

Teoría del déficit de autocuidado

La conceptualización del vocablo *autocuidado* fue integrado por primera ocasión en 1969 por Dorothea E. Orem. En un sentido estricto, el autocuidado es considerado una actividad aprendida que los sujetos efectúan con la finalidad de alcanzar determinados objetivos. Es un comportamiento manifestado en específicas circunstancias de la vida en las que una persona enfoca su atención en sí mismo, en el entorno o en los demás. El objeto de esta conducta es la promoción del bienestar, salud general y calidad de vida del sujeto por medio de la regulación de factores que puedan tener incidencia en el funcionamiento y crecimiento personales. Dorothea Orem, en su modelo teórico, realiza una descripción del autocuidado y los esfuerzos continuos de una persona para mantener su existencia (43).

El concepto del término autocuidado es definido por resultados específicos o tres objetivos a lograr. Estos son conocidos como requisitos de autocuidado y están constituidos por requerimientos universales, los cuales tienen un gran nivel de importancia en todas las personas, por ejemplo, la integración a la sociedad, la preservación de componentes importantes y protección a otros de riesgo. Los requisitos de autocuidado del desarrollo tienen como objetivo crear un entorno adecuado para el desarrollo y el crecimiento y prevenir o mitigar situaciones adversas. Las necesidades de autocuidado que se desvían de la salud están estrechamente relacionadas y son consecuencia de las condiciones de salud. Los siguientes conceptos metaparadigmas son esenciales para el autocuidado personal, según Dorotea E. Orem. Personalidad: La autora cree que los humanos son seres racionales, biológicos y pensantes. Todo como un completo, dinámico y capaz de conocer. Salud: La autora menciona que es un estado que significa cosas diferentes para un individuo en sus diversos componentes. Enfermería: De acuerdo con Dorotea, es un tipo de servicio aplicado para brindar atención a las necesidades de cada individuo que no poseen la capacidad para cuidarse personalmente y mantener su salud, vida y bienestar en general (44).

Teoría del Modelo de la Promoción de la Salud

De acuerdo con Nola Pender, de la especialidad de enfermería y autora del Modelo de Promoción de la Salud (HPM), las acciones de cada individuo están impulsadas por el deseo de lograr el bienestar y la construcción de su potencial. Dicho modelo de Pender se desarrolló a partir de dos teorías influyentes, a saber, el modelo evaluativo predictivo de la motivación del ser humano de Feather y la teoría del aprendizaje social propuesta por A. Bandura. En el primero de esto, se reconoce el rol de los procesos cognitivos cuando se provocan modificaciones en el comportamiento y se reconoce que los factores psicológicos tienen la posibilidad de impactar significativamente en el accionar de un individuo. Este último brinda

apoyo la noción de que la racionalidad está presente en el comportamiento, siendo la intencionalidad el aspecto más crucial de la motivación para lograr el éxito. Es más probable que las intenciones específicas y bien definidas den como resultado el logro de objetivos. La intencionalidad, que hace referencia a la determinación de un sujeto de actuar, es un factor de motivación relevante que es el resultado indudable para analizar las acciones de tipo voluntario adoptadas para lograr los objetivos planificados (45).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

2.3.2. Hipótesis específicas

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión generalidades de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

H2: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión tipo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

H3: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión tipo de frecuencia de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

H4: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión tipo de cantidad de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

CAPITULO III. METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

Para la ejecución de este trabajo investigativo y el cumplimiento del objetivo, se hizo uso del método hipotético deductivo, pues va a permitirle al investigador que establezca las hipótesis pertinentes por medio de la aplicación del método científico basándose en procesos medibles, con el fin de colegir posibles efectos (46).

3.2. Enfoque investigativo

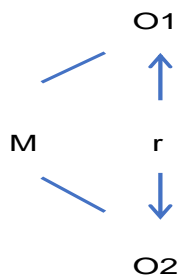
Para la ejecución de este trabajo investigativo y el cumplimiento del objetivo, se aplicó el enfoque cuantitativo porque se empleó tanto el cálculo numérico como la estadística, con el propósito de que la data recogida fuera analizada de la modo exacto (47).

3.3. Tipo de investigación

Es de tipología aplicada en consecuencia de que existe para participar activamente en la resolución de la problemático empleado el conocimiento para posteriormente aplicarlo de modo práctico (48).

3.4. Diseño de la investigación

Correspondiente a un estudio experimental, en consecuencia de que el investigador solo observa el comportamiento de cada variable, sin que se recurra a su manipulación, para posteriormente sean analizadas. Descriptivo correlacional; porque se analizó el comportamiento de cada variable con el fin de determinar la correlación entre ambas; la cual fue expresada cuando se formularon las hipótesis. Finalmente, es de corte transversal, el trabajo realizado tiene este tipo de corte porque la información fue recogida en un tiempo específico del trabajo investigativo (49).



M= alumnos de enfermería del 7.º al 9.º ciclo de la UWiener Lima 2023

O1=OB V1 (hábitos alimenticios)

O2=OBS V2 (estado nutricional)

3.5. Población, muestra y muestreo

Población

La cantidad total de educandos que muestran o tienen la probabilidad de mostrar la característica que desea estudiar son en total de 300 estudiantes. El cual aplicando la formula muestro se ha obtenido 80 alumnos de enfermería del 7.º al 9.º semestre de la UWiener.

Criterios de inclusión

- Estudiantes del 7.º al 9.º ciclo de enfermería de la UWiener que deseen participar en la investigación.
- Estudiantes del 7.º al 9.º ciclo de enfermería de la UWiener que firme el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Estudiantes de enfermería cuyo consentimiento informado no haya sido firmado.

- Estudiantes de enfermería de todos los ciclos diferentes al séptimo octavo y noveno ciclo de enfermería que no desean participar del estudio.

Muestra:

Las muestras se crearon usando probabilidades aleatorias simples ya que se tuvo en cuenta que cada sujeto tiene iguales posibilidades para que formen parte del estudio. La determinación de la muestra es posible al utilizar la siguiente ecuación, que se aplica para las poblaciones que son finitas:

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

Donde:

Población $N = 300$

Nivel de confianza $Z^2 =$ Números de unidades o margen de la confiabilidad de desviación estándar distribución normal que va a producir un nivel de confianza deseado: 95%, $X=0.05$, $Z=1.96$

Proporción en contra $q = 0.5$

Proporción a favor $p = 0.5$

Error muestral o tamaño de la población muestral $n = 0.03$

Al reemplazar:

$$n = \frac{1.96^2 \times 0.05 \times 0.05 \times 300}{0.05^2 \times (300 - 1) + 1.96^2 \times 0.05 \times 0.05}$$

$$n = \frac{54.7428}{0.660876}$$

$$n = 80.83369346$$

Muestreo:

Este trabajo posee muestreos no probabilísticos, es así, se trabajaron con 80 80 alumnos de enfermería del 7.º al 9.º ciclo de la UWiener, elegidos al azar.

3.6. Variables y operacionalización

Variables de estudio

V1: Hábitos alimenticios

Los hábitos alimenticios son los patrones y conductas relacionadas con la elección y consumo de alimentos. Esta variable se puede operacionalizar en varias dimensiones que aborden diferentes aspectos de la alimentación

V2: Estado nutricional

El estado nutricional hace referencia a la condición física y de salud derivada de la ingesta de nutrientes y energía. Esta variable se puede operacionalizar mediante indicadores que evalúen tanto el peso corporal como la distribución de la grasa y el equilibrio nutricional.

Operacionalización de variables

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa (niveles o rangos)
Hábitos Alimenticios	Conjunto de actitudes y conductas de un individuo cuando se alimenta (50)	Los hábitos alimenticios de los estudiantes serán medidos por un cuestionario que considera a 4 dimensiones.	Generalidades Tipo de alimentos Frecuencia Cantidad	Lugar donde se ingieren alimentos Tiempo en que se ingieren alimentos Formas de preparar los alimentos Alimentos entre comidas Comidas en el almuerzo Comidas en la cena Entre comidas Comidas en el desayuno Desayuno, almuerzo, cena Mariscos y/o vísceras Carnes blancas Sal Agua Jugo de frutas Gaseosas Leche Bebidas energéticas Bebidas alcohólicas	Ordinal	Bueno (26 - 38) Regular (13 - 25) Malo (00 - 12)
Estado nutricional	Se refiere a la condición física presentada por un sujeto, que resulta del balance entre su ingesta de nutrientes y energía, y necesidades (51)	El estado nutricional será medido por una ficha de cotejo que considera el IMC y el perímetro abdominal para establecer el nivel del estado nutricional.	IMC Perímetro abdominal	Sobrepeso ≥ 25 Normal 18.5 - 24.9 Delgadez ≤ 18.4 Normal H: < 94 cm M: < 80 cm Riesgo alto M: 80 - 87.9 cm H: 94 - 101 cm Riesgo muy alto H: ≥ 102 cm M: ≥ 88 cm	Ordinal	Delgado Normal Sobrepeso

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

A fin de garantizar la recolección de datos, se hizo empleo de la encuesta para la variable uno, que es una técnica que consiste en la observación detenida de un caso, hecho o fenómenos, para la compilación y registro de información, y su posterior análisis (52).

La segunda variable fue evaluada por la observación implica observar de cerca un fenómeno, caso o hecho para la compilación de información, y su posterior análisis. El proceso de investigación depende de la observación, que ayuda al investigador a obtener la mayor cantidad de datos posible. (53).

3.7.2. Descripción

a) Instrumento para medir la variable hábitos alimenticios:

Para proceder con la medición de los “**hábitos alimenticios**”, se hizo empleo de un cuestionario constituido por 38 ítems, los cuales abarcan las dimensiones de; Cantidad (9 ítems), Tipo de alimento (9 ítems), Generalidades (4 ítems) y Frecuencia (16 ítems) del autor Zavaleta del año 2020. (54).

Para evaluar cada respuesta, se utilizó la escala dicotómica, donde adecuado=1 e inadecuado=0. Para la clasificación de la variable, se utilizaron las escalas evaluativas siguientes:

Bueno (26 - 38)

Regular (13 - 25)

Malo (00 – 12)

b) Instrumento para medir la variable estado nutricional:

Para la medición del “**estado nutricional**”, se utilizó una lista de cotejo que considera al IMC y el perímetro abdominal tomado del autor Ampuero del 2018. (55).

Para la calificación de los indicadores se consideró lo siguiente:

IMC

Delgadez ≤ 18.4

Normal 18.5 - 24.9

Sobrepeso ≥ 25

Perímetro abdominal

Normal:

M: < 80 cm

H: < 94 cm

Riesgo alto:

M: 80 - 87.9 cm

H: 94 - 101 cm

Riesgo muy alto:

M: ≥ 88 cm

H: ≥ 102 cm

Para la categorización de la variable, se utilizará las siguientes escalas de evaluación:

Delgado

Normal

Sobrepeso

3.7.3. Validación

a) Validación de la variable hábitos alimenticios:

Para la validación de lo que contiene el instrumento se procedió a consultar a 9 expertos con grado de magísteres y se tomaron en cuenta sus juicios siendo la herramienta válida conforme con la prueba binomial utilizada para el juicio de experto, donde $p = 0,0019$ (56).

b) Validación de la variable estado nutricional

En este caso no es necesario la validación porque se trata de una ficha de cotejo que evaluará el IMS y el perímetro abdominal.

3.7.4. Confiabilidad

a) Confiabilidad de la variable hábitos alimenticios:

Respecto a la prueba piloto, fue efectuada con 14 sujetos y evaluó la confiabilidad del instrumento, adquiriendo un α de Cronbach de 0.719 (57).

b) Confiabilidad de la variable estado nutricional

En este caso no es necesario la confiabilidad porque se trata de una ficha de cotejo que evaluará el IMS y el perímetro abdominal.

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

La siguiente fase consiste en la organización de la data en una base de datos o un formato de matriz empleando Microsoft Excel del 2021 después de recopilar todos los datos necesarios. Posteriormente, los datos recopilados se analizaron haciendo uso del programa SPSS 25.0 con el objeto de conseguir datos inferenciales y descriptivos. Los

datos se analizaron estadísticamente después de recibirlos para crear tablas y gráficos que muestren los resultados. Para verificar las hipótesis del estudio, se utilizaron la prueba Rho de Spearman. Tanto la estadística inferencial como la presentación estadística de los resultados se organizaron según sus respectivos niveles de significancia (58).

3.9. Aspectos éticos

Los siguientes principios bioéticos fueron considerados en el desarrollo del trabajo:

El principio de justicia: cada uno de los participantes del estudio fueron tratados de manera respetuosa todo el proceso de estudio, protegiendo de los datos su privacidad.

El principio de autonomía implicaba que los participantes de la muestra podían participar de manera independiente, siempre y cuando firmaran el consentimiento informado.

El principio de beneficencia: los resultados de la investigación tienen como objetivo mejorar la salud de los estudiantes mediante la mejora de sus hábitos de alimentación y estado nutricional.

El principio de no maleficencia: este trabajo investigativo fue llevado a cabo solamente con fines científicos o académicos, por lo que se tomaron las precauciones necesarias para que se garantice la integridad de cada participante.

CAPITULO IV. PRESENTACION Y DISCUSION DE RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

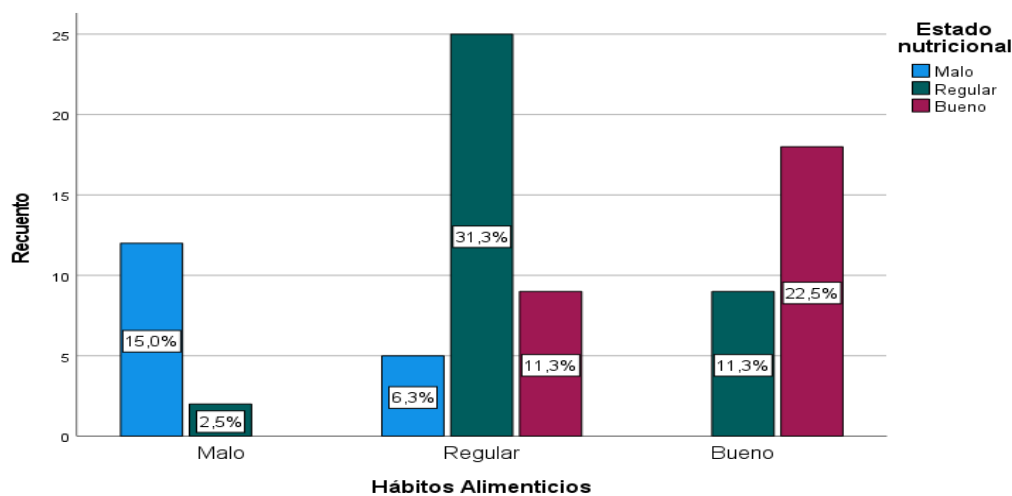
Tabla 1. Tablas cruzadas hábitos alimenticios y estado nutricional de los estudiantes de enfermería.

Hábitos Alimenticios		Estado nutricional			Total
		Sobrepeso	Normal	Delgado	
Hábitos Alimenticios	Malo	12	2	0	14
		15,0%	2,5%	0,0%	17,5%
	Regular	5	25	9	39
		6,3%	31,3%	11,3%	48,8%
	Bueno	0	9	18	27
		0,0%	11,3%	22,5%	33,8%
Total		17	36	27	80
		21,3%	45,0%	33,8%	100,0%

Fuente. Elaboración propia

Correspondiente a la Tabla 1, lograr observarse que hay hábitos alimenticios que se ubican en un nivel regular con respecto al estado nutricional en normal en un 31.3% (figura 1).

Figura 1. Hábitos alimenticios y estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.



Fuente. Elaboración propia del investigador

Objetivo específico 1: Determinar cómo la dimensión generalidades de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

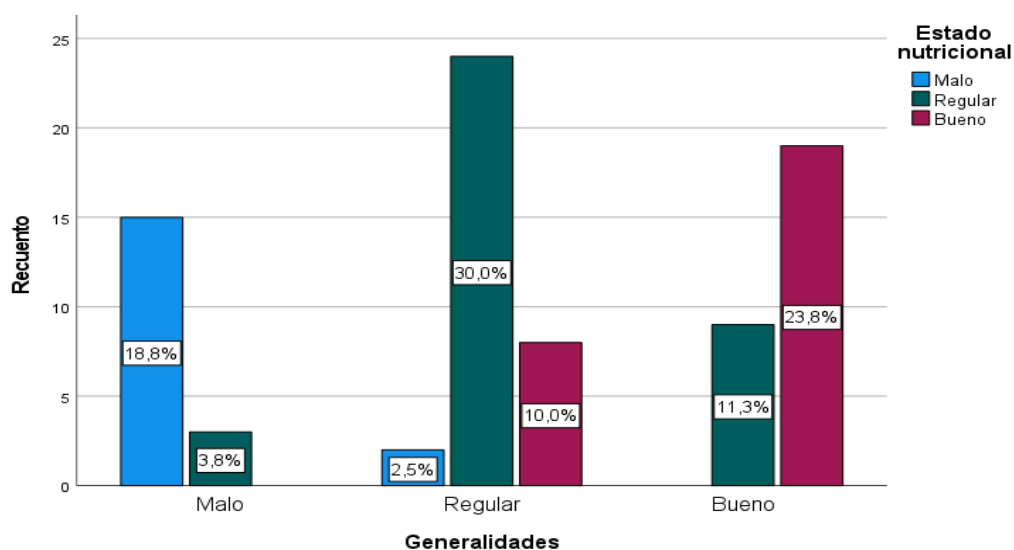
Tabla 2. Tabla cruzada, dimensión generalidades y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.

Generalidades		Estado nutricional			Total
		Sobrepeso	Normal	Delgado	
Generalidades	Malo	15 18,8%	3 3,8%	0 0,0%	18 22,5%
	Regular	2 2,5%	24 30,0%	8 10,0%	34 42,5%
	Bueno	0 0,0%	9 11,3%	19 23,8%	28 35,0%
Total		17 21,3%	36 45,0%	27 33,8%	80 100,0%

Fuente. Elaboración propia

Correspondiente a la Tabla 2, se encontró que las generalidades en un nivel regular se asocian con un estado nutricional con un valor de 30.0% (figura 2).

Figura 2. Dimensión generalidades y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.



Fuente. Elaboración propia del investigador

Objetivo específico 2: Determinar cómo la dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

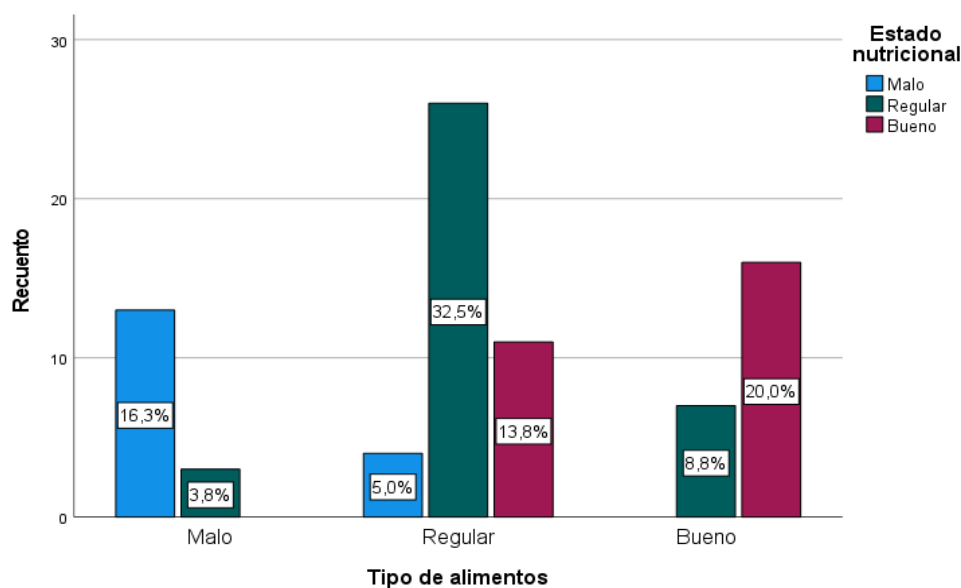
Tabla 3. Tabla cruzada de la dimensión tipo de alimentos se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.

Tipo de alimentos		Estado nutricional			Total
		Sobrepeso	Normal	Delgado	
Malo		13	3	0	16
		16,3%	3,8%	0,0%	20,0%
	Regular	4	26	11	41
Bueno		5,0%	32,5%	13,8%	51,2%
		0	7	16	23
		0,0%	8,8%	20,0%	28,7%
Total		17	36	27	80
		21,3%	45,0%	33,8%	100,0%

Fuente. Elaboración propia

Correspondiente a la Tabla 3, Él se encontró el tipo de alimentos promedio con estado nutricional en 32.5% (figura 3).

Figura 3. La dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.



Fuente. Elaboración propia del investigador

Objetivo específico 3: Determinar cómo la dimensión tipo de frecuencia de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

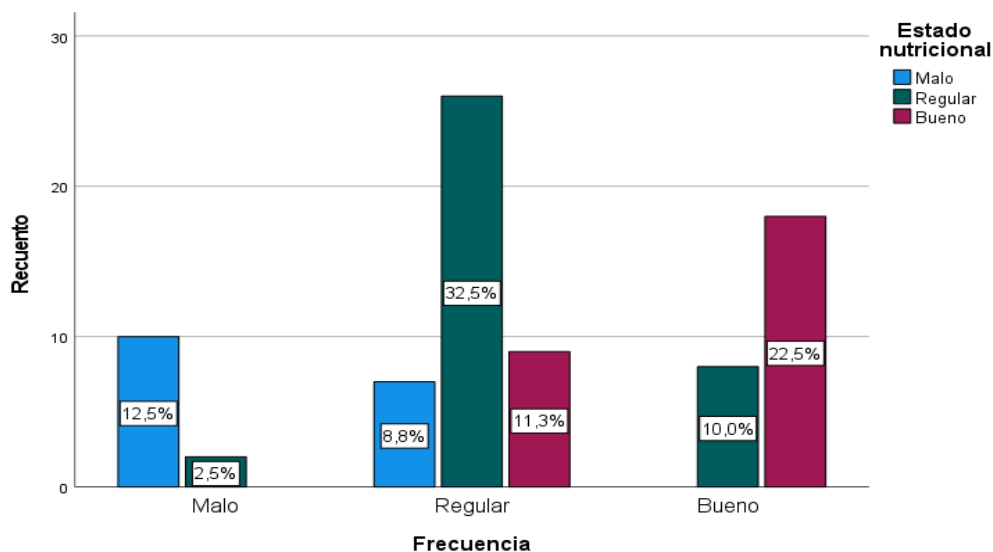
Tabla 4. Determinar cómo la dimensión tipo de frecuencia de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.

		Estado nutricional			Total
		Sobrepeso	Normal	Delgado	
Frecuencia	Malo	10 12,5%	2 2,5%	0 0,0%	12 15,0%
	Regular	7 8,8%	26 32,5%	9 11,3%	42 52,5%
	Bueno	0 0,0%	8 10,0%	18 22,5%	26 32,5%
Total		17 21,3%	36 45,0%	27 33,8%	80 100,0%

Nota. Elaboración propia

Correspondiente a la Tabla 4, se encontró que hay una frecuencia en correspondencia a los hábitos de alimentación promedio con el estado nutricional en 32.5% (figura 4).

Figura 4. La dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7.º al 9.º ciclo.



Fuente. Elaboración propia del investigador

Objetivo específico 4: Determinar cómo la dimensión tipo de cantidad de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

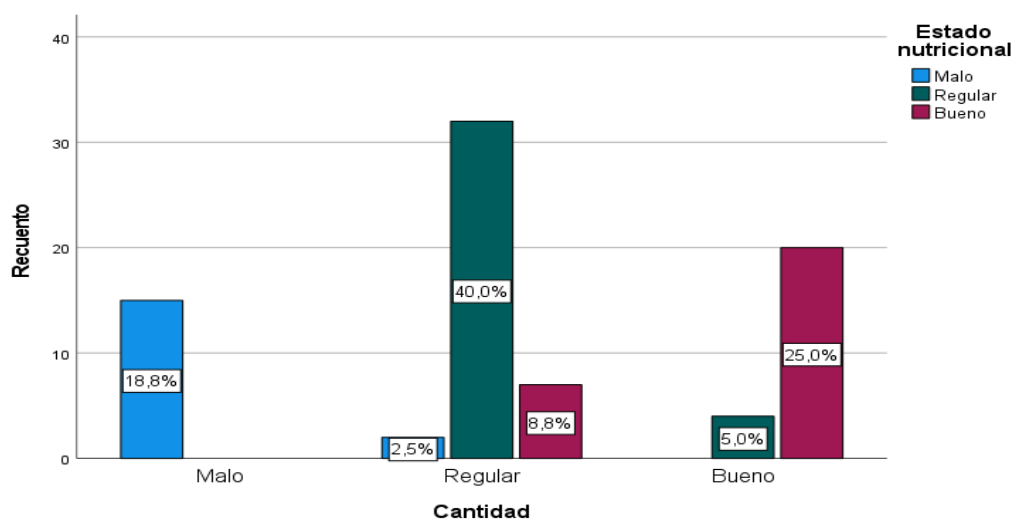
Tabla 5. Determinar cómo la dimensión tipo de cantidad de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7. ° al 9. ° ciclo.

Cantidad		Estado nutricional			Total
		Sobrepeso	Normal	Delgado	
Malo		15	0	0	15
		18,8%	0,0%	0,0%	18,8%
	Regular	2	32	7	41
Bueno		2,5%	40,0%	8,8%	51,2%
		0	4	20	24
		0,0%	5,0%	25,0%	30,0%
Total		17	36	27	80
		21,3%	45,0%	33,8%	100,0%

Nota. Elaboración propia del investigador

En la Tabla 5, Se encontró que hay una cantidad de los hábitos alimenticios promedio con estado nutricional en 40.0% (figura 5).

Figura 5. La dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del 7. ° al 9. ° ciclo.



Fuente. Encuestas a estudiantes

4.2. Prueba de hipótesis

Hipótesis general

Hi: Aborda sobre si hay una asociación significativa a nivel estadístico entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los alumnos de enfermería del 7. ° al 9. ° ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Tabla 6. Spearman de los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.

Correlaciones			
		Hábitos Alimenticios	Estado nutricional
Rho de		1,000	0,676**
	Hábitos Alimenticios	.	0,000
	Sig. (bilateral)	.	0,000
	N	80	80
Spearman		0,676**	1,000
	Estado nutricional	0,000	.
	Sig. (bilateral)	0,000	.
	N	80	80

*. La correlación en el nivel 0,01 es significativa (bilateral).

Fuente. Elaboración propia del investigador

Se observa en la tabla 6 un valor correlacional de 0.676 con una significancia del 0.000 que no excede al 0.01 por esto, se excluye la Ho y se aprueba la Ha, concluyendo que entre los elementos en análisis se presentan una relación directa.

Hipótesis específicas

H1: Aborda sobre si hay una asociación significativa a nivel estadístico entre la dimensión generalidades de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los alumnos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Tabla 7. Spearman de la dimensión generalidades de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.

		Correlaciones		
			Dimensión generalidades	Estado nutricional
Rho de Spearman	Dimensión generalidades	Coefficiente correlacional	1,000	0,729**
		Sig. (bilateral)	.	0,000
		N	80	80
	Estado nutricional	Coefficiente correlacional	0,729**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	.
		N	80	80

*. La correlación en el nivel 0,01 es significativa (bilateral).

Fuente. Elaboración propia del investigador

Se visualiza en la tabla 7 un valor de correlación de 0.729 con una significancia del 0.000 menor al 0.01, por esto, se excluye la Ho y se aprueba la Ha, concluyendo que entre los elementos analizados se presentan una asociación directa.

H2: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión tipo de alimentos de la variable hábitos de alimentación y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Tabla 8. Spearman de la dimensión tipo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.

Correlaciones			
		Dimensión tipo de alimentos	Estado nutricional
Rho de Spearman	Dimensión tipo de alimentos	Coeficiente correlacional	1,000
		Sig. (bilateral)	0,679**
		N	.
		N	80
	Estado nutricional	Coeficiente correlacional	0,679**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	.
		N	80

*. La correlación en el nivel 0,01 es significativa (bilateral).

Nota. Elaboración propia del investigador

Se visualiza en la tabla 8 un valor de correlación de 0.679 con una significación del 0.000 que no excede al 0.01 por esto, se excluye la H_0 y se aprueba la H_a , concluyendo que entre los elementos analizados se presentan una asociación directa.

H3: Aborda sobre si hay una asociación significativa a nivel estadístico entre la dimensión tipo de frecuencia de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Tabla 9. Spearman de la dimensión tipo de frecuencia de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.

Correlaciones				
			Dimensión tipo de frecuencia	Estado nutricional
Rho de	Dimensión tipo de frecuencia	Coeficiente	1,000	0,660**
		Sig. (bilateral)	.	0,000
		N	80	80
Spearman	Estado nutricional	Coeficiente	0,660**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	.
		N	80	80

*. La correlación en el nivel 0,01 es significativa (bilateral).

Nota. Elaboración propia del investigador

Se observa en la tabla 9 un valor de correlación de 0.660 con una significación del 0.000 que no excede al 0.01 por esto, se excluye la H_0 y se aprueba la H_a , concluyendo que entre los elementos analizados se presentan una asociación directa.

H4: Aborda sobre si hay una asociación significativa a nivel estadístico entre la dimensión tipo de cantidad de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Tabla 10. Spearman de la dimensión tipo de cantidad de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería.

Correlaciones				
			Dimensión tipo de cantidad	Estado nutricional
Rho de	Dimensión tipo de cantidad	Coeficiente correlacional	1,000	0,826**
		Sig. (bilateral)	.	0,000
		N	80	80
Spearman	Estado nutricional	Coeficiente correlacional	0,826**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	.
		N	80	80

*. La correlación en el nivel 0,01 es significativa (bilateral).

Nota. Elaboración propia del investigador

Se observa en la tabla 10 un valor correlacional de 0.826 con una significancia del 0.000 que no excede al 0.01 por esto, se excluye la Ho y se aprueba la Ha, concluyendo que entre los elementos en análisis se presentan una relación directa.

4.3. Discusión de Resultados

Los resultados mostraron una asociación a nivel estadístico significativa entre los hábitos nutricionales y el estado nutricional de los alumnos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener Lima en 2023, según la correlación de Spearman de 0,676 significativa al 0.000, lo cual concuerda con Cristóbal y col. en el año 2023, el 64,6 % (82 personas) estaba en una situación desfavorable, el 19,7 % (25 personas) estaba en una situación muy desfavorable y el 15,7 % (20 personas) estaba en una situación favorable. El 56,7% (72 personas) de los estudiantes entrevistados tenían mala nutrición, el 28,3% (36 personas) tenían buena nutrición y el 15% (19 personas) tenían mala nutrición. Conclusión: hay una conexión entre las variables. Evidenciaron que existe asociación entre variables. Al igual que Reyes et al. (13) en el año 2020 que evidenció que existe una significativa asociación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional ($p=0,011$), pero no hay una significativa asociación entre el estado nutricional y las escuelas profesionales. Lo que no concuerda con Luis y Rosales en el año 2023, que evidencio que el 68% tiene un estado nutricional antropométrico normal; y estado nutricional, el 65,3% tiene hábitos alimentarios sanos. Se concluye que no existe relación significativa entre las variables.

Por otro lado, se halló una relación a nivel estadístico significativa entre la dimensión generalidades de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de la especialidad de enfermería, según la correlación de Spearman de 0.729 significativa al 0.000, lo cual concuerda con Caballero en el año 2019 que evidencio que el 40% de las personas tenían un IMC que indicaba sobrepeso u obesidad, mientras que el sesenta por ciento tenía un IMC. El 60% restante tiene una circunferencia de cintura normal, según el "Índice de Alimentación Saludable" (IAS). Evidenciando que existe una correlación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los alumnos del área de medicina.

Otro resultado es que existe relación significativa a nivel estadístico de dimensión tipo de alimentos de la variable el estado nutricional y hábitos alimenticios de los educandos de enfermería, lo cual concuerda con Pizarro en el año 2019 donde el 76,6 % tenía buenos hábitos alimenticios y el 23,4 % malos. Además, el 75,8% tenía un estado nutricional adecuado. Debido a que se probó la hipótesis alternativa y su valor fue $X^2=56.46$; $Df=7$; $p = 0.000 < 0.05$, se concluyó que los hábitos alimenticios muestran tener una relación a nivel significativo con el estado nutricional.

Otro resultado es que existe relación significativa a nivel estadístico de dimensión tipo de frecuencia de la variable el estado nutricional y los hábitos alimenticios, lo cual concuerda con Morales y Ortiz. en el año 2020 en Costa Rica, donde se evidencio que los hábitos alimentarios y están estrechamente relacionados con las afecciones gastrointestinales. Si se tienen hábitos alimentarios sanos no surgirán enfermedades y posteriormente se reflejará en el estado nutricional del individuo.

Asimismo, se encontró que existe relación estadísticamente significativa de dimensión tipo de cantidad de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional, lo cual concuerda con Cristóbal y col. en el año 2023, donde se halló que hay una conexión entre los variables.

Se observa como el desarrollo de los hábitos alimenticios en todos sus componentes se vinculan con el estado nutricional de los educandos donde niveles adecuados de esta variable lograran que se mejore el estado nutricional, la cual es importante para un buen desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano y todas sus funciones necesarias para el desenvolvimiento social, laboral y personal.

CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Logramos con este Proyecto de investigación determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería llegando a la conclusión que los hábitos de alimentación que presenta los estudiantes enfermería y su estado nutricional presenta una relación directa, la universidad debería ofrecer alimentos saludables para el consumo de todos los estudiantes, contar con un plan para mejorar los malos hábitos alimenticios ya que la gran mayoría de los estudiantes encuestados no están en su peso adecuado y ello es un factor importante a tomar en cuenta de cada estudiante para un mejor desempeño académico y una buena salud.
- Se determina que entre los hábitos alimenticios dimensión generalidades que presenta los estudiantes de la especialidad de enfermería y su estado nutricional se presenta una relación directa, Según las encuestas validadas los resultados definitivos nos faltan concientización.
- Se determina que entre los hábitos alimenticios dimensión tipo de alimentos que presenta los estudiantes de la especialidad de enfermería y su estado nutricional se presenta una relación directa, que aún falta que la universidad brinde y que ofrezca alimentos saludables para consumo de todos.
- Se determina que entre los hábitos alimenticios dimensión tipo de frecuencia que presenta los estudiantes de enfermería y su estado nutricional se presenta una relación directa.
- Se determina que entre los hábitos alimenticios dimensión tipo de cantidad que presenta los estudiantes de enfermería y su estado nutricional se presenta una relación directa, la

universidad aún no cuenta con un plan de mejoramiento en cuanto a los hábitos alimenticios.

5.2. Recomendaciones

Se recomienda que los estudiantes deben prestar atención a su alimentación y ser conscientes de su estado nutricional considerando el IMC con la finalidad de asegurarse de que no simbolice sobrepeso, delgadez u obesidad, pues pueden incidir el estado de salud, el crecimiento profesional y el rendimiento académico.

Se recomienda a los docentes que deben ofrecer charlas o seminarios sobre hábitos alimentarios y nutricionales saludables, dado que los educandos de enfermería tendrán un impacto multiplicador en sus pacientes.

Se recomienda a los profesionales de la salud con base en los resultados alcanzado, diseñar programas promocionales y preventivos y aumente el nivel de conocimientos respecto a una saludable alimentación.

Se recomienda a la Facultad de ciencias de la salud tiene que organizar programas de asesoramiento y capacitación Nutricional para el alumnado de enfermería, con la finalidad de que cambien y mejoren sus hábitos alimenticios y puedan lograr desarrollar un estilo de vida saludable. De este modo, se pueda disminuir a largo plazo el riesgo de afecciones crónicas no transmisibles.

Se recomienda incluir estrategias de prevención y promoción en salud pública con el objeto de modificar el estilo de vida de las personas, e incluyan en sus hábitos suficiente actividad física y una dieta saludable. Todo estos, desde la educación básica a nivel nacional y regional, considerando el reforzamiento de las asignaturas de salud pública y con un compromiso entre las entidades ministeriales de Educación y Salud.

REFERENCIAS

1. FAO, IFAD, UNICEF, WFP, WHO. The State of Food Security and Nutrition in the World 2024 – Financing to end hunger, food insecurity and malnutrition in all its forms [Internet]. Roma; 2024 [cited 2024 Dec 12]. Available from: <https://doi.org/10.4060/cd1254en>
2. World Obesity Federation. World Obesity Atlas 2023. 2023 [cited 2024 Dec 12]; Available from: <https://data.worldobesity.org/publications/?cat=19>
3. Sogari G, Velez-Argumedo C, Gómez MI, Mora C. College students and eating habits: A study using an ecological model for healthy behavior. *Nutrients*. 2018 Dec 1;10(12).
4. Reyes F. <https://www.nutrinfo.com/noticias-nutricion/la-obesidad-se-triplica-en-america-latina-por-un-mayor-consumo-de-ultraprocesados-y-comida-rapida-4333>. 2021 [cited 2024 Dec 12]. La obesidad se triplica en América Latina por un mayor consumo de ultraprocesados y comida rápida. Available from: <https://www.nutrinfo.com/noticias-nutricion/la-obesidad-se-triplica-en-america-latina-por-un-mayor-consumo-de-ultraprocesados-y-comida-rapida-4333>
5. Riveros S. Malnutricion en los alumnos ingresantes a la Facultad de Medicina Humana de una Universidad Privada año 2018. [Lima]: Universidad de San Martín de Porres [Tesis para optar por título]; 2019.
6. Martínez J., Rico K., Gutiérrez H., Escorcía L., Martínez O. Identificación de los hábitos, conductas alimentarias y estado nutricional de los estudiantes de enfermería de primer ingreso de la universidad Rafael Núñez-Barranquilla 2022. Universidad Rafael Núñez-Barranquilla [Tesis para optar por título]; 2022.

7. Bedoya A., Osorio D., Pérez M., Montoya P., Bedoya A., Osorio D. Investigaciones ANDINA. *Investig Andin* [Internet]. 2007;23(42):59–68. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-81462021000100059&lng=en&nrm=iso&tlng=es
8. Morales-Fernández A, Ortiz P. Relación entre los hábitos alimentarios, el estado nutricional y los problemas gastrointestinales en estudiantes universitarios de 18- 30 años de guápiles, Pococí, Costa Rica. *Rev Hispanoam Ciencias la Salud*. 2020;6(1):14–21.
9. Sánchez-Padilla ML, Ramírez Gutiérrez V, Arias Rico J, Jiménez Sánchez RC, Lazcano Ortiz M, Chávez Rubio K, et al. Factores que determinan el estado nutricional de los estudiantes de enfermería de la UAEH. *Educ y Salud Boletín Científico Inst Ciencias la Salud Univ Autónoma del Estado Hidalgo*. 2020;8(16):110–5.
10. Walteros y col. Diseñar una propuesta de intervención de enfermería para mejorar hábitos alimentarios de los estudiantes universitarios de enfermería. UAN[Tesis para optar por título]; 2020.
11. Castillo D, Rosales G. Hábitos Alimentarios Y Estado Nutricional Antropométrico En Estudiantes De Enfermería En La Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Filial Tarma , 2022. 2023;1–108. Available from: http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/2950/1/T026_71322461_T.pdf
12. Cristobal V, De la Cruz N, Salvador L. Factores determinantes asociados al estado nutricional de los estudiantes de enfermería en el retorno a clases presenciales post pandemia en la universidad nacional del callao. *universidad nacional del Callao [tesis para optar por título]*; 2023.

13. Mallqui J, Leon L, Reyes S. Evaluación nutricional en estudiantes de una universidad pública. *Rev Salud Pública y Nutr.* 2020;19(4):10–5.
14. Caballero C. Estado nutricional y su relación con los hábitos alimentarios en los estudiantes de medicina del vii ciclo de la universidad privada de tacna, periodo 2017 [internet]. Universidad Privada de Tacna [Tesis para optar por título]; 2019. Available from: [https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/1312/Caballero Cáceres%20 Cesar.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/1312/Caballero%20Caceres%20Cesar.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
15. Pizarro N. Hábitos Alimentarios Y Estado Nutricional De Los Estudiantes De Enfermería, Chachapoyas-2018 [Internet]. Universidad Nacional Toribio Rodríguez De Mendoza De Amazonas [Tesis para optar por título]; 2019. Available from: [https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/UNTRM/1692/Pizarro Reyna Nohely.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/UNTRM/1692/Pizarro%20Reyna%20Nohely.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
16. Zavaleta Montes D. Estado Nutricional Y Hábitos Alimentarios De Los Estudiantes De Enfermería De La Escuela Padre Luis Tezza. Universidad Ricardo Palma; 2019.
17. Aliaga Ganuza VP, Pola Sáez S, Frago Gómez A, Sanjuán Urrea MN, Navascues Cajal C, García García C. El papel clave de los enfermeros para la promoción de la prevención de enfermedades y la educación de hábitos de vida saludables. *Rev Sanit Investig.* 2023;
18. Carelon. Carelon. 2025. Descubre los beneficios de una dieta más sana. Available from: <https://www.carelonhealth.com/es/perspectives/benefits-of-healthier-diet>
19. CTNC. CTNC. 2024. Evolución de los Hábitos de Consumo Alimentario: Tendencias y Cambios en el Siglo XXI. Available from: <https://www.ctnc.eu/evolucion-de-los-habitos-de-consumo-alimentario-tendencias-y-cambios-en-el-siglo-xxi/>

20. Marti A, Calvo C, Martínez A. Ultra-processed food consumption and obesity: a systematic review. *Nutr Hosp.* 2021;38(1):177–85.
21. Torres MSJ. Rol de enfermería escolar: alimentación saludable [Internet]. Universidad De Valladolid. Universidad de Valladolid; 2019. Available from: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/45406/TFG-L2723.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. OPS. OMS. 2024. Nutrición. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/nutricion>
23. Aprende Institute. Lista de consejos para tener buenos hábitos alimenticios. Aprende Inst. 2020;
24. Martínez-González MA, Gea A, Ruiz-Canela M. The Mediterranean Diet and Cardiovascular Health: A Critical Review. *Circ Res.* 2019;124(5):779–98.
25. Shim JS, Oh K, Kim HC. Dietary assessment methods in epidemiologic studies. *Epidemiol Health.* 2014;36:e2014009.
26. Young LR, Nestle M. Portion Sizes and Obesity: Responses of Fast-Food Companies. *J Public Health Policy* [Internet]. 2007;28(2):238–48. Available from: <https://doi.org/10.1057/palgrave.jphp.3200127>
27. Ramón E, Emilio R, Jordi SS, Maria-Isabel C, Dolores C, Fernando A, et al. Primary Prevention of Cardiovascular Disease with a Mediterranean Diet Supplemented with Extra-Virgin Olive Oil or Nuts. *N Engl J Med* [Internet]. 2018 Jun 21;378(25):e34. Available from: <https://doi.org/10.1056/NEJMoa1800389>
28. Cederholm T, Jensen GL, Correia MITD, Gonzalez MC, Fukushima R, Higashiguchi T, et al. GLIM criteria for the diagnosis of malnutrition – A consensus report from

- the global clinical nutrition community. *Clin Nutr* [Internet]. 2019 Feb 1;38(1):1–9. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2018.08.002>
29. Appropriate body-mass index for Asian populations and its implications for policy and intervention strategies. *Lancet* [Internet]. 2004 Jan 10;363(9403):157–63. Available from: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(03\)15268-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(03)15268-3)
 30. Ross R, Neeland IJ, Yamashita S, Shai I, Seidell J, Magni P, et al. Waist circumference as a vital sign in clinical practice: a Consensus Statement from the IAS and ICCR Working Group on Visceral Obesity. *Nat Rev Endocrinol* [Internet]. 2020;16(3):177–89. Available from: <https://doi.org/10.1038/s41574-019-0310-7>
 31. FEC. Fundación Española del Corazón. 2024. La medida del perímetro abdominal es un indicador de enfermedad cardiovascular más fiable que el IMC.
 32. Frid H, Adolfsson E, Rosenblad A, Nydahl M. Agreement between different methods of measuring height in elderly patients. *J Hum Nutr Diet*. 2013 Jan 7;26.
 33. Naranjo Hernández Y, Concepción Pacheco JA, Rodríguez Larreynaga M. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. *Gac Médica Espirituana*. 2017;19(3).
 34. Prado Solar L, González Reguera M, Paz Gomez N, Romero, borgues K. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Orem punto de partida para calidad en la atención. *Rev Médica Electrónica* [Internet]. 2014;6(36):835–45. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242014000600004
 35. Aristizabal HP, Blanco RM, Sanchez RA. Enfermería Universitaria El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. *Eneo-Unam*. 2011;8(4):8.

36. Sánchez-Vidaña DI, Ngai SPC, He W, Chow JKW, Lau BWM, Tsang HWH. The Effectiveness of Aromatherapy for Depressive Symptoms: A Systematic Review. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2017;2017:5869315.
37. Kris-Etherton PM, Petersen KS, Velarde G, Barnard ND, Miller M, Ros E, et al. Barriers, Opportunities, and Challenges in Addressing Disparities in Diet-Related Cardiovascular Disease in the United States. *J Am Heart Assoc.* 2020 Apr;9(7):e014433.
38. Bello C, Lorenzo A, Alarcó G. Autocuidado: una aproximación teórica al concepto. *Dialnet.* 2020;
39. Prado A, González M, Paz N, Romero K. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Orem punto de partida para calidad en la atención. *ResearchGate.* 2014;
40. Gil-Girbau M, Pons-Vigués M, Rubio-Valera M, Murrugarra G, Masluk B, Rodríguez B, et al. Modelos teóricos de promoción de la salud en la práctica habitual en atención primaria de salud. *ScieLO.* 2021;
41. Hernández-Sampieri R, Mendoza C. Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.* McGraw-Hill interamericana editores, s.a. de c.v.; 2018. 1–714 p.
42. Díaz C, Pino J, Oyarzo C, Aravena V, Torres J. Adaptación y validación de cuestionario para medir hábitos alimentarios en educación superior. *ScieLO.* 2019;

ANEXOS

Anexo 01: Matriz de consistencia

Título: Hábitos Alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño Metodológico
<p>Problema general:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023? <p>Problemas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo la dimensión generalidades de los hábitos alimenticios se relaciona con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023? ¿Cómo la dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relaciona con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023? ¿Cómo la dimensión tipo de frecuencia de los hábitos alimenticios se relaciona con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023? ¿Cómo la dimensión tipo de cantidad de los hábitos alimenticios se relaciona con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023? 	<p>Objetivo general:</p> <ul style="list-style-type: none"> Analizar la relación de los hábitos alimenticios con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023. <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> Determinar cómo la dimensión generalidades de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023 Determinar cómo la dimensión tipo de alimentos de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023 Determinar cómo la dimensión tipo de frecuencia de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023 Determinar cómo la dimensión tipo de cantidad de los hábitos alimenticios se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023 	<p>Hipótesis general</p> <ul style="list-style-type: none"> Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023 Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023 <p>Hipótesis Específica</p> <ul style="list-style-type: none"> H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión generalidades de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023. H2: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión tipo de alimentos de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023. H3: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión tipo de frecuencia de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023. H4: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión tipo de cantidad de la variable hábitos alimenticios y el estado nutricional estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023. 	<p>V1: Hábitos Alimenticios</p> <ul style="list-style-type: none"> Generalidades Tipo de alimentos Frecuencia Cantidad <p>V2: Estado nutricional</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> IMC Perímetro abdominal 	<p>Tipo de investigación: Aplicada</p> <p>Método y diseño de Investigación Método hipotético -Deductivo</p> <p>Diseño no experimental de corte transversal</p> <p>Población y muestra 80 estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023</p> <p>Técnica Encuestas Observación</p> <p>Instrumentos Cuestionario Lista de cotejo</p>

Anexo 02: Instrumentos de recolección de datos.

CUESTIONARIO DE HÁBITOS ALIMENTICIOS

I. DATOS GENERALES

1. Sexo:

Masculino Femenino

2. Edad: _____

3. Estado Civil:

Soltero/a Casado/a Conviviente

Viudo/a Divorciado/a Separado

Generalidades

1. ¿Dónde ingiere tus alimentos?

- a) En ambulantes.
- b) Restaurante o similar.
- c) Casa.
- d) Comedor de Tezza.

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

- a) 5 minutos a menos.
- b) Menos de 10 minutos.
- c) De 10 min. a 20 minutos.
- d) Más de 20 minutos.

3. ¿Qué forma de preparación de alimentos consumes con mayor frecuencia?

- a) Frito.
- b) Horneado.
- c) Sancochado o guisado.
- d) Crudo.

4. ¿Qué tipo de alimentos ingieres entre comidas?

- a) Golosinas y/o postres y/o gaseosas.
- b) Sándwich o hamburguesa.
- c) Frutas y/o jugos de frutas.
- d) no como nada.

Tipo de alimento

5. ¿Qué tipo de bebidas usualmente consumes en el desayuno?

- a) Infusiones, té, café.
- b) Jugo de frutas naturales.
- c) Quínuia, leche, avena.
- d) Gaseosas.

6. ¿Qué ingieres en el desayuno?

- a) Pan solo.
- b) Cereales y/o galletas y/o frutas.
- c) Pan con mantequilla, camote, queso, palta, huevo.
- d) Pan con embutidos.

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

- a) Res, cerdo, carnero.
- b) Pollo, pavita.
- c) Vísceras y/o mariscos.
- d) Pescado.

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

- a) Arroz con frejol y/o garbanzos o alverja.
- b) Quinoa, sémola.
- c) Fideos y otras pastas.
- d) Papa y/o camote.

9. ¿Consumes hortalizas (alcachofa, cebolla, nabo, zanahoria, lechuga, coliflor, rábano, apio, espinaca) frescas en el almuerzo?

- a) Sí.
- b) No.
- c) A veces.
- d) No me gustan o no como.

10. ¿Consumes frutas después del almuerzo?

- a) Sí.
- b) No.
- c) A veces.
- d) No me gustan o no como.

11. ¿Qué líquidos consumes en el almuerzo?

- a) Refrescos envasados (gaseosas, frugos).
- b) Infusiones.
- c) Agua.
- d) Jugo de frutas.

12. ¿Consumes algún postre después del almuerzo?

- a) Sí.
- b) No.
- c) A veces.
- d) Solo cuando almuerzo fuera de casa.

13. La cena que ingieres es:

- a) Igual de lo que ingirió en el almuerzo.
- b) Postre.
- c) Alguna ensalada o fruta.
- d) Infusión con pan.

Frecuencia**14. ¿Tomas desayuno todos los días?**

- a) Sí.
- b) No.
- c) A veces.
- d) No me gusta o no tomo.

15. ¿Almuerzas todos los días?

- a) Sí.
- b) No.
- c) A veces.
- d) No me gusta o no como.

16. ¿Cenas todos los días?

- a) Sí.
- b) No.
- c) A veces.
- d) No me gusta o no como.

17. ¿Comes entre comidas durante el día?

- a) Sí.
- b) No.
- c) A veces.
- d) No me gusta o no como.

18. ¿Cuántas veces a la semana come usted vísceras y/o mariscos?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no como.

19. ¿Cuántas veces a la semana come usted carnes blancas (pollo, pavita, pescado)?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no como.

20. ¿Cuántas veces a la semana come usted carnes rojas (res, cabrito, cerdo)?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no como.

21. ¿Cuántas veces a la semana come usted frutas o postres?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no como.

22. ¿Cuántas veces a la semana come usted hortalizas (verduras)?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no como.

23. ¿Cuántas veces a la semana come usted legumbres (frejoles, lentejas, arvejas, garbanzos, habas)?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no como.

24. ¿Cuántas veces a la semana tomas usted leche y derivados?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no tomo.

25. ¿Cuántas veces a la semana come usted cereales (pan, trigo, quinua)?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no como.

26. ¿Cuántas veces a la semana bebe usted gaseosas?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no tomo.

27. ¿Cuántas veces a la semana bebe usted jugos de frutas naturales?

- a) Nunca.
- b) 1 o 2 veces.
- c) 3 o más veces.
- d) No me gusta o no tomo.

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

- a) Medio litro a 1 litro.
- b) 1,5 litros.
- c) Más de 1,5 litros.
- d) No me gusta o no tomo.

29. ¿Con que frecuencia añade sal a las comidas?

- a) Sí, todo el tiempo.
- b) Nunca.
- c) A veces.
- d) Solo en el almuerzo.

Cantidad**30. ¿Cuál es tu consumo promedio diario de agua?**

- a) Medio litro a 1 litro.
- b) 1,5 litros.
- c) Más de 1,5 litros.
- d) No me gusta o no tomo.

31. ¿Cuál es tu consumo promedio diario de jugo de frutas?

- a) Medio litro a 1 litro.
- b) 1,5 litros.
- c) Más de 1,5 litros.
- d) No me gusta o no tomo.

32. ¿Cuál es tu consumo promedio semanal de gaseosa?

- a) Medio litro a 1 litro.
- b) 1,5 litros.
- c) Más de 1,5 litros.
- d) No me gusta o no tomo.

33. ¿Cuál es tu consumo promedio semanal de leche?

- a) Medio litro a 1 litro.
- b) 1,5 litros.
- c) Más de 1,5 litros.
- d) No me gusta o no tomo.

34. ¿Cuál es tu consumo promedio semanal de bebidas energéticas?

- a) Uno.
- b) Dos.
- c) Tres o más.
- d) No me gusta o no tomo.

35. ¿Cuál es tu consumo promedio semanal de bebidas alcohólicas?

- a) Medio litro a 1 litro.
- b) 1,5 litros.
- c) Más de 1,5 litros.
- d) No me gusta o no tomo.

36. ¿Cuál es tu consumo promedio diario de pan?

- a) Uno.
- b) Dos.
- c) Tres o más.
- d) No me gusta o no como.

37. ¿Cuál es tu consumo promedio diario de frutas?

- a) Uno.
- b) Dos.
- c) Tres o más.
- d) No me gusta o no como.

38. ¿Cuál es tu consumo promedio diario de verduras y/o hortalizas?

- a) 75 gramos.
- b) 150 gramos.
- c) 300 gramos.
- d) No me gusta o no como.

LISTA DE COTEJO SOBRE EL ESTADO NUTRICIONAL**I.-Datos Sociodemográficos:**

- a).-Ciclo:.... b).-Turno: Mañana () Noche ()
- c).-Edad:.... d).-Genero: M () F ()

e).-Condición laboral

- Estudio y trabajo ()
- Solo estudio ()

II.-Estado Nutricional:

1. Peso Actual:... Kg.
2. Talla Actual:... Cm.
3. Índice de masa corporal (IMC)....Kg/m²
4. Perímetro abdominal (PAB).....Cm.

Fuente:

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/20070/Ampuero_GV.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Anexo 03: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Este formulario de consentimiento informado contiene información para ayudarle a decidir si desea participar en este estudio. Debe conocer y comprender cada una de las siguientes secciones antes de decidir si participar. Tómese el tiempo necesario y lea atentamente la información que se proporciona a continuación. No obstante, si aún tiene preguntas, comuníquese con los investigadores a través del teléfono móvil o el correo electrónico que figuran a continuación para este documento. No debe dar su consentimiento hasta que comprenda esta información y se hayan resuelto todas las preguntas.

Título del proyecto: “Hábitos Alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Nombre del investigador principal:

Propósito del estudio: Determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Participantes: estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023.

Participación voluntaria: Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

Beneficios por participar: Los participantes del estudio podrán acceder a los resultados de la investigación.

Inconvenientes y riesgos: Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

Costo por participar: Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

Remuneración por participar: Ninguna es voluntaria.

Confidencialidad: La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

Renuncia: Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

Consultas posteriores: Si tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca del estudio, puede dirigirse a la coordinadora de equipo.

Contacto con el Comité de Ética: Si usted tuviese preguntas sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse al presidente del Comité de Ética de la ubicada en la 4, correo electrónico:

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido la información proporcionada, que se me dio la oportunidad de hacer preguntas y de responderlas satisfactoriamente, que no me sentí coaccionado y que fui influenciado indebidamente para participar o continuar participando en el estudio y que en última instancia respondo la encuesta El hecho de que acepta la participación voluntaria en esta investigación. Al respecto, proporciono la siguiente información:

Documento Nacional de Identidad:

Correo electrónico personal o institucional:

Firma

Anexo 04: Informe de Constancia de Permiso



Universidad
Norbert Wiener

“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Lima, 27 de Febrero de 2024

Quien Suscribe:

Dr. Manuel Jesus Mayorga Espichan
Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Norbert Wiener
Jr. Larrabure y Unanue 110, Av. Arequipa 440, Lima LIMA 01

De mi mayor consideración:

Por medio del presente dejo constancia que la Estudiante de la salud:

Condor Estrella, Yoseli Diana

Ha presentado el proyecto de investigación para optar el grado de Licenciada de Enfermería, titulado:

“Habitos Alimenticios y su relación con el estado nutricional de los estudiantes de enfermería del séptimo al noveno ciclo de la Universidad Norbert Wiener Lima 2023”,

Con N° de DNI 47450263 registrada con el código ORCID 0009-0009-7797-5627, quien considero como población a los estudiantes del séptimo al noveno ciclo de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, la cual tiene como línea de investigación “Salud y Ambiente”, que tiene como asesor de Tesis al Mg: Morí Castro Jaime Alberto

El cual cuenta con autorización para su ejecución y recolección de datos.

Cabe señalar que el presente documento no tiene valor para algún otro estudio o trámite.



Dr. Manuel Mayorga Espichan
Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Privada Norbert Wiener

BASE DE DATOS

Variable hábitos alimenticios

N. o	HÁBITOS ALIMENTICIOS																																							
	GENERALIDADES				TIPO DE ALIMENTOS									FRECUENCIA															CANTIDAD											
	ITEM01	ITEM02	ITEM03	ITEM04	ITEM05	ITEM06	ITEM07	ITEM08	ITEM09	ITEM10	ITEM11	ITEM12	ITEM13	ITEM14	ITEM15	ITEM16	ITEM17	ITEM18	ITEM19	ITEM20	ITEM21	ITEM22	ITEM23	ITEM24	ITEM25	ITEM26	ITEM27	ITEM28	ITEM29	ITEM30	ITEM31	ITEM32	ITEM33	ITEM34	ITEM35	ITEM36	ITEM37	ITEM38		
1	2	4	3	4	2	3	3	4	3	2	2	2	2	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	
2	3	3	4	2	4	4	2	2	4	4	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	4	3	2	2	2	4	3	4	2	4	4	3	2	2	4	4	4	4	3
3	4	2	4	3	2	2	2	4	2	3	2	2	4	2	2	4	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	4	4	3	3	2	2	3	4	2	2	2	2	
4	4	2	2	3	4	4	4	2	4	2	3	4	3	3	4	3	3	4	2	4	2	4	4	2	3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	
5	3	2	2	3	2	4	2	3	2	2	3	4	2	3	3	2	2	2	4	2	2	3	3	4	3	2	4	2	3	2	2	4	4	2	3	2	3	4	4	
6	2	3	3	2	2	4	4	3	3	3	2	3	2	4	2	4	4	3	4	2	4	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	3	2	4	2	4	2	4	2	
7	4	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	2	4	2	3	2	3	4	4	4	3	4	4	2	2	3	4	2	3		
8	2	2	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	4	2	2	2	2	4	3	4	3	4	2	2	3	4	2	3	3	4	2	2	2	4		
9	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	2	3	4	4	4	3	4	2	3	2	3	4	3	2	4	2	4	3	2	3	4	3	4	2	2	3	4	4	4	
10	2	3	4	4	4	3	4	2	4	2	4	3	4	3	2	3	2	4	3	4	2	3	3	4	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	
11	3	2	4	4	3	4	2	4	4	2	4	3	4	3	3	4	2	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	2	2	4	2	3	2	4	2	2	

1	2	3	3	4	2	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	2	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	3	4	4	2	3	3	4	2	4	3				
1	3	3	2	4	3	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	2	3	3	4	2	4	4	4	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4	3	2	4			
1	4	4	2	2	4	2	3	4	3	3	2	2	4	4	4	3	3	2	4	3	2	4	4	2	2	2	3	4	2	3	2	2	4	2	3	4	4	4	4	3			
1	5	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	2	3	4	2	4	3	2	3	2	4	4	2	4	4	3	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	3	4	4	3	2
1	6	2	2	1	4	3	1	1	3	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	2	3	1	3	1	2	1	4	1	4	1	2	2	3	3	3	3	4	3	2	1			
1	7	1	3	1	1	1	3	4	3	1	4	4	4	4	4	1	4	2	3	3	4	2	3	2	4	4	4	3	2	1	4	1	2	2	4	2	1	2	1				
1	8	4	1	3	1	2	1	1	4	2	1	1	2	3	2	4	4	3	3	4	1	4	3	2	3	1	2	3	2	4	1	1	1	4	2	4	2	2	2	1			
1	9	3	2	4	1	1	4	3	2	4	3	2	4	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	4	3	3	3	2	2	1	2	4	1	1	1	1	3	3	2	1			
2	0	1	3	2	3	4	1	1	3	1	2	3	4	2	2	2	3	2	2	3	1	3	2	3	3	3	1	3	1	2	2	1	3	3	2	4	4	3	4				
2	1	3	3	2	2	4	2	3	4	2	3	3	1	3	4	1	1	3	1	2	3	4	1	4	4	4	1	3	4	4	1	4	4	2	1	2	2	3	3				
2	2	2	1	2	1	3	4	2	3	4	3	2	3	4	1	4	4	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	3	1	4	2	3	4	4	4	4	1	3	1			
2	3	3	1	2	4	2	2	3	3	4	1	1	4	3	4	1	2	2	4	2	1	2	4	2	3	3	4	1	3	1	2	4	2	3	4	2	2	1	3				
2	4	2	2	4	2	4	4	4	1	4	3	1	3	4	4	4	3	1	3	4	2	2	4	2	2	2	2	3	2	3	1	4	1	3	3	3	4	3	4	2			

2	5	4	3	1	2	4	2	3	2	4	3	3	2	4	1	3	4	4	1	2	3	4	1	1	2	3	2	2	2	2	4	1	2	1	1	4	3	4	1
2	6	4	4	3	3	3	1	2	2	1	4	3	1	4	1	1	3	1	1	2	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	4	1	1	3	1	2	2	2
2	7	4	3	3	2	1	4	2	2	2	1	2	2	2	1	1	4	3	4	4	1	4	1	4	1	4	2	1	2	4	2	1	1	2	3	1	2	1	1
2	8	1	3	3	2	1	2	1	3	4	2	1	2	2	2	2	3	4	2	4	2	2	2	1	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	4	3	1	2	2
2	9	3	3	2	2	4	2	3	4	2	3	3	1	3	4	1	1	3	1	2	3	4	1	4	4	4	1	3	4	4	1	4	4	2	1	2	2	3	3
3	0	2	1	2	1	3	4	2	3	4	3	2	3	4	1	4	4	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	3	1	4	2	3	4	4	4	1	3	1
3	1	3	1	2	4	2	2	3	3	4	1	1	4	3	4	1	2	2	4	2	1	2	4	2	3	3	4	1	3	1	2	4	2	3	4	2	2	1	3
3	2	2	2	4	2	4	4	4	1	4	3	1	3	4	4	4	3	1	3	4	2	2	4	2	2	2	3	2	3	1	4	1	3	3	3	4	3	4	2
3	3	4	3	1	2	4	2	3	2	4	3	3	2	4	1	3	4	4	1	2	3	4	1	1	2	3	2	2	2	2	4	1	2	1	1	4	3	4	1
3	4	4	4	3	3	3	1	2	2	1	4	3	1	4	1	1	3	1	1	2	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	4	1	1	3	1	2	2	2
3	5	4	3	3	2	1	4	2	2	2	1	2	2	2	1	1	4	3	4	4	1	4	1	4	1	4	2	1	2	4	2	1	1	2	3	1	2	1	1
3	6	1	3	3	2	1	2	1	3	4	2	1	2	2	2	2	3	4	2	4	2	2	2	1	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	4	3	1	2	2
3	7	2	1	2	3	1	4	1	3	4	2	2	1	1	3	4	2	3	2	2	1	4	3	3	2	2	2	4	1	3	1	2	3	2	3	2	4	1	2

3 8	2	4	2	2	2	3	3	4	1	1	4	2	4	2	2	2	1	1	2	4	2	4	1	3	2	4	1	2	1	2	2	3	3	4	1	2	1	2
3 9	2	2	3	1	4	4	4	2	3	4	1	3	1	2	2	3	2	3	1	4	4	1	4	4	3	3	1	1	4	4	1	1	3	1	3	3	1	1
4 0	2	1	3	2	1	2	1	4	1	4	3	1	2	1	4	2	4	4	3	1	1	2	1	3	2	1	3	1	3	1	3	4	1	1	3	3	3	2
4 1	2	4	4	3	1	1	2	4	2	2	1	1	4	3	2	4	2	1	4	2	4	4	2	1	4	4	1	4	3	2	4	2	4	1	1	3	2	2
4 2	4	3	2	1	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	4	1	1	3	1	3	1	4	3	3	1	1	4	1	4	3	4	1
4 3	2	3	4	1	2	4	3	3	2	2	4	1	4	4	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	1	2	4	1	3	4	4	1	2	1	3	1	1	2
4 4	2	1	1	2	2	2	1	3	1	2	1	3	2	2	3	2	2	1	1	3	3	2	1	3	2	2	3	1	3	3	1	2	3	1	3	3	2	3
4 5	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	2	1	1	3	3	1	3	1	3	3	3	3	2	1	1	3	3	2	1	1	3	1	3	1	3	2	1
4 6	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	2	1	1	3	3	1	3	1	3	3	3	3	2	1	1	3	3	2	1	1	3	1	3	1	3	2	1
4 7	2	2	2	3	1	3	1	3	3	2	2	2	2	2	1	1	2	3	1	1	2	2	3	3	2	1	2	1	2	1	3	2	3	3	3	3	1	1
4 8	3	2	3	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	3	3	1	1	2	1	3	2	3	2	2	3	2	3	3	1	1	2	1	1	1	3	2	2	1
4 9	2	2	1	2	2	1	3	3	3	1	3	1	3	2	3	1	3	1	2	2	2	3	2	1	3	2	3	2	1	1	2	2	3	2	3	1	2	3
5 0	2	3	3	1	3	1	1	1	3	1	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	1	3	1	1	2	3	1	2	2	1	1

5	1	1	3	2	2	2	2	2	1	3	1	1	2	2	2	2	3	1	2	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	1	2	2	3	1	3	1	3		
5	2	1	3	2	2	2	1	1	3	2	1	3	1	2	2	1	1	1	3	1	1	1	2	1	3	2	2	1	3	3	1	2	3	2	1	2	2	1	2	
5	3	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2	3	3	3	2	1	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	1	3	2	1	2	1	2	1
5	4	3	3	3	1	2	1	1	2	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	1	1
5	5	3	1	2	4	2	2	3	3	4	1	1	4	3	4	1	2	2	4	2	1	2	4	2	3	3	4	1	3	1	2	4	2	3	4	2	2	1	3	
5	6	2	2	4	2	4	4	4	1	4	3	1	3	4	4	4	3	1	3	4	2	2	4	2	2	2	3	2	3	1	4	1	3	3	3	4	3	4	2	
5	7	4	3	1	2	4	2	3	2	4	3	3	2	4	1	3	4	4	1	2	3	4	1	1	2	3	2	2	2	2	2	4	1	2	1	1	4	3	4	1
5	8	4	4	3	3	3	1	2	2	1	4	3	1	4	1	1	3	1	1	2	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	4	1	1	3	1	2	2	2	
5	9	4	3	3	2	1	4	2	2	2	1	2	2	2	1	1	4	3	4	4	1	4	1	4	1	4	2	1	2	4	2	1	1	2	3	1	2	1	1	
6	0	1	3	3	2	1	2	1	3	4	2	1	2	2	2	2	3	4	2	4	2	2	2	1	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	4	3	1	2	2	
6	1	2	1	2	3	1	4	1	3	4	2	2	1	1	3	4	2	3	2	2	1	4	3	3	2	2	2	4	1	3	1	2	3	2	3	2	4	1	2	
6	2	2	4	2	2	2	3	3	4	1	1	4	2	4	2	2	2	1	1	2	4	2	4	1	3	2	4	1	2	1	2	2	3	3	4	1	2	1	2	
6	3	2	2	3	1	4	4	4	2	3	4	1	3	1	2	2	3	2	3	1	4	4	1	4	4	3	3	1	1	4	4	1	1	3	1	3	3	1	1	

6	4	2	1	3	2	1	2	1	4	1	4	3	1	2	1	4	2	4	4	3	1	1	2	1	3	2	1	3	1	3	1	3	4	1	1	3	3	3	2	
6	5	2	4	4	3	1	1	2	4	2	2	1	1	4	3	2	4	2	1	4	2	4	4	2	1	4	4	1	4	3	2	4	2	4	4	1	1	3	2	2
6	6	4	3	2	1	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	4	1	1	3	1	3	1	4	3	3	1	1	4	1	4	3	4	1	
6	7	3	3	4	1	2	4	3	3	2	2	4	1	4	4	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	1	2	4	1	3	4	4	1	2	1	3	1	1	2	
6	8	2	1	1	2	2	2	1	3	1	2	1	3	2	2	3	2	2	1	1	3	3	2	1	3	2	2	3	1	3	3	1	2	3	1	3	3	2	3	
6	9	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	2	1	1	3	3	1	3	1	3	3	3	2	1	1	3	3	2	1	1	3	1	3	1	3	2	1		
7	0	2	2	2	3	1	3	1	3	3	2	2	2	2	2	1	1	2	3	1	1	2	2	3	3	2	1	2	1	2	1	3	2	3	3	3	3	1	1	
7	1	3	2	3	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	3	3	1	1	2	1	3	2	3	2	2	3	2	3	3	1	1	2	1	1	1	3	2	2	1	
7	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	1	3	1	3	2	3	1	3	1	2	2	2	3	2	1	3	2	3	2	1	1	2	2	3	2	3	1	2	3	
7	3	2	3	3	1	3	1	1	1	3	1	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	1	3	1	1	2	3	1	2	2	1	1		
7	4	1	1	3	2	2	2	2	2	1	3	1	1	2	2	2	2	3	1	2	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	1	2	2	3	1	3	1	3	
7	5	1	3	2	2	2	1	1	3	2	1	3	1	2	2	1	1	1	3	1	1	1	2	1	3	2	2	1	3	3	1	2	3	2	1	2	2	1	2	
7	6	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2	3	3	3	2	1	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	2	1	2	1	2	1	

1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	1
2	1	2
1	1	1
2	1	2
1	1	1
2	1	2
1	1	1
2	1	2
2	1	2
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	2
2	1	3

1	1	2
1	1	2
1	1	3
1	1	2
1	1	3
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	2
1	1	1
2	1	2
1	1	1
2	1	2
1	1	1
2	1	2
2	1	2
1	1	1
2	1	2
2	1	2
1	1	1
1	1	1

1	1	1
1	1	1
1	1	1
1	1	1

CONFIABILIDAD HÁBITOS ALIMENTICIOS

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,882	38

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item1	87,1000	224,621	,479	,877
Item2	87,0000	235,579	,102	,883
Item3	86,4500	229,945	,284	,881
Item4	86,9500	232,892	,138	,884
Item5	86,9000	223,674	,416	,878
Item6	86,6000	218,463	,542	,876
Item7	86,9500	223,945	,438	,878
Item8	86,8000	233,853	,146	,883
Item9	86,8500	222,134	,486	,877
Item10	87,0000	217,789	,758	,873
Item11	86,6000	230,884	,262	,881

Item12	87,1500	226,134	,355	,880
Item13	86,8000	241,853	-,173	,888
Item14	86,7500	223,776	,479	,877
Item15	86,6500	218,450	,598	,875
Item16	86,8000	221,326	,482	,877
Item17	86,6000	222,253	,500	,877
Item18	86,6000	227,411	,371	,879
Item19	86,9000	215,463	,685	,873
Item20	86,7500	225,355	,372	,879
Item21	86,9500	226,682	,429	,878
Item22	86,5500	232,576	,285	,881
Item23	86,6000	231,305	,245	,881
Item24	86,8000	228,589	,307	,880
Item25	86,9500	238,050	-,016	,884
Item26	86,7500	230,724	,247	,881
Item27	86,5000	223,632	,488	,877
Item28	86,8500	226,134	,333	,880
Item29	86,6000	222,779	,455	,878
Item30	86,9500	225,839	,373	,879
Item31	86,8000	217,432	,607	,874
Item32	86,6000	228,568	,327	,880
Item33	86,8000	234,168	,133	,883
Item34	86,9500	226,050	,366	,879
Item35	86,6000	229,200	,330	,880
Item36	86,8000	220,589	,533	,876
Item37	87,2500	225,776	,454	,878
Item38	87,0500	222,576	,477	,877

● 18% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 14% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 17% Base de datos de trabajos entregados
- 4% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Universidad Wiener on 2023-07-05 Submitted works	4%
2	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	3%
3	uwiener on 2023-11-16 Submitted works	1%
4	repositorio.udh.edu.pe Internet	<1%
5	uwiener on 2023-10-26 Submitted works	<1%
6	uwiener on 2024-06-20 Submitted works	<1%
7	uwiener on 2024-09-26 Submitted works	<1%
8	uwiener on 2023-10-26 Submitted works	<1%