

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN ORIGINAL

Enfermería

Hábitos alimentarios como riesgo nutricional en estudiantes de enfermería

María Tathiana Escobar Sánchez¹, Fredy Cabrera Villalba¹

¹Carrera de Enfermería, Facultad de la Universidad del Norte en Pedro Juan Caballero, Paraguay.

Enviado: 1 de octubre de 2021

Aceptado: 9 de mayo de 2022

Publicado: 11 de noviembre de 2022

DOI: [10.5281/zenodo.7261279](https://doi.org/10.5281/zenodo.7261279)



Licencia Creative Commons Atribución 4.0
Internacional (CC-BY)

RESUMEN

Introducción: Es menester resaltar la vulnerabilidad de los hábitos alimentarios entre los estudiantes universitarios que se encuentran en una fase crítica para el desarrollo de una calidad de vida más saludable, la situación social, económica, la situación de trabajo - estudios y amigos, con la ingesta de alcohol, mala alimentación, todo eso conlleva a que exista un riesgo en los hábitos alimentares. El objetivo fue determinar los hábitos alimentarios que practican los estudiantes de Enfermería de la Universidad del Norte. **Materiales y métodos:** Enfoque mixto, se analizará datos mediante una encuesta procedimental transversal, prospectivo a estudiantes de Enfermería de la Universidad del Norte. El instrumento de medición fue un cuestionario cerrado dirigido a los estudiantes, aplicado mediante una encuesta digital. **Resultados:** El cuestionario fue aplicado en una plataforma digital a los alumnos del 1er al 8vo semestres de enfermería de la Universidad del Norte de Pedro Juan Caballero, Departamento del Amambay, en una muestra efectiva de 55 estudiantes. **Conclusiones:** la consigna seria que exista un elevado porcentaje de obesidad entre los futuros adultos y adulto mayor con la probabilidad de padecer enfermedad o complicaciones médicas a muy temprana edad.

Palabras clave: mala alimentación, riesgo, obesidad

Autor correspondiente: Fredy Cabrera Villalba, Carrera de Enfermería, Facultad de la Universidad del Norte en Pedro Juan Caballero, Paraguay
Correo electrónico: fredy.cabrera.526@docentes.uninorte.edu.py

Financiación: Este artículo fue presentado para la Convocatoria 2021 del Programa de Iniciación Científica e Incentivo a la Investigación (PRICILA) de la Universidad del Norte. PRICILA es gestionado por la Dirección de Investigación y Vinculación con el Entorno, con fondos proveídos por el Banco GNB y el Rectorado de la Universidad del Norte. Más información sobre PRICILA se encuentra disponible en <https://investigacion.uninorte.edu.py/>.

Conflictos de interés: Los autores declaran no tener conflictos de interés financieros, personales, profesionales, institucionales ni de otra índole relacionados con este trabajo.

INTRODUCCIÓN

Debido a que uno de los desencadenantes de la mala nutrición es la obesidad y sigue siendo una de las grandes amenazas a nivel mundial y actualmente frente al COVID-19. No solo afecta la calidad de vida, es un factor de riesgo que abre paso a otras enfermedades y puede producir complicaciones y provocar la muerte prematura. Con este estudio se pretende analizar y conocer la situación actual del estado nutricional de estudiantes de Enfermería de la universidad del Norte.

La vida universitaria, es una tanto compleja y resulta cambiante en muchos aspectos del estilo de vida del estudiante influenciado por varios aspectos como las actividades escolares, la cantidad de tiempo que pasa en la universidad, la cantidad de estrés a la que se somete, una reducción en su vida social, etc. Todo esto repercute en que, como consecuencia la persona cambiara sus hábitos alimentarios y de actividad física.

La pregunta de investigación fue: ¿Cuáles son los hábitos alimentarios como riesgos nutricionales en los estudiantes de Enfermería de la Universidad del Norte?

Es importante tomar conciencia sobre la obesidad, enfermedad que se caracteriza por la acumulación excesiva de grasa en el cuerpo. No es solo un problema estético, es un problema de salud que aumenta el riesgo de desarrollar diabetes, hipertensión arterial y otras enfermedades del corazón, ciertos tipos de cáncer, entre otros; incrementando con ello la prevalencia y los índices de morbilidad y mortalidad de la población.

Si bien, para un diagnóstico de obesidad, es necesario conocer el porcentaje de grasa corporal y otros indicadores clínicos y físicos, el IMC puede ayudar a predecir de manera sencilla el estado nutricional de una persona.

El objetivo general fue determinar los hábitos alimentarios que practican los estudiantes de Enfermería de la Universidad del Norte. Los objetivos específicos fueron analizar los hábitos alimentarios y el estilo de vida de los estudiantes, e identificar la elección de los distintos grupos de alimentos y la frecuencia de los mismos.

MATERIALES Y MÉTODOS

Enfoque mixto, se analizará datos mediante una encuesta procedimental transversal, prospectivo a estudiantes de Enfermería de la Universidad del Norte. La población fue la población accesible. Criterios de inclusión: estu-

diantes de enfermería universidad del norte; cursos del primero al octavo semestre; hombres y mujeres. Criterios de exclusión: personas que no sean estudiantes de la carrera de enfermería; personas que se nieguen en contestar la encuesta o que dejen de contestar preguntas cruciales.

Fuentes de información: estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad del Norte. Método para la recolección de datos: mediante una encuesta digital a la población estudiantil. Instrumento de medición: cuestionario cerrado dirigido a los estudiantes de Enfermería.

Durante la vida universitaria, los estudiantes muestran menor calidad de hábitos alimentarios y de actividad física y con ello la prevalencia de tener sobrepeso u obesidad.

RESULTADOS

El cuestionario fue aplicado en una plataforma digital a los alumnos del 1er al 8vo semestres de enfermería de la Universidad del Norte de Pedro Juan Caballero, Departamento del Amambay. Primero se presentan los resultados obtenidos respecto a si son estudiantes, alumnos de la institución y de qué carrera. Luego se exponen los datos sobre los hábitos alimentarios y las fuentes en una muestra efectiva de 55 estudiantes.

Los encuestados respondieron al cuestionario con unanimidad afirmando ser alumno. La muestra corresponde que los 55 estudiantes encuestados pertenecen a la misma institución académica. Todos los alumnos encuestados son de la carrera de enfermería de la Universidad del Norte.

De acuerdo al ítem 1, 32 los alumnos respondieron que diariamente si consumen; 16 alumnos tres veces por semana y 5 alumnos una vez a la semana consumen frutas, verduras y jugos naturales. De acuerdo al ítem 2, 51 de los alumnos respondieron que sí tiene conocimiento del riesgo que acarrea la mala alimentación para la salud, y 4 respondieron de manera negativa a la cuestión mencionada. Para la pregunta 3, si se conoce las enfermedades crónicas que desencadena la mala alimentación, 51 alumnos respondieron de manera afirmativa mientras que 4 alumnos respondieron que desconocían.

Para la pregunta 4, si se considera que si la economía es un factor negativo para la alimentación balanceada 46 de los encuestados respondieron q si lo es y 9 respondieron que no es un factor negativo la economía. Para la

pregunta 5 los alumnos respondieron positivamente sobre la cantina a que vendan alimentos saludables mientras que 9 respondieron negativamente a esa cuestión. Para el ítem 6, 32 de los alumnos conocen un programa nutricional y 23 manifiestan desconocer un programa nutricional.

Para el ítem 7, 40 alumnos ya consultaron con algún nutricionista y 15 aun no. Para el ítem 8; 42 alumnos realizan actividades físicas mientras que 13 no realizan ninguna actividad física. Para el ítem 9 sobre actividades prácticas todos practican algún tipo de ejercicios como caminata 37; 10 van al gimnasio y 8 practican deportes. Para el ítem 10 la ingesta de agua seria que 22 alumnos beben 2 a mas litros, 24 alumnos beben 1.5 y 9 menos de 1 litro de agua diariamente.

REFERENCIAS

1. Cervera Burriel. F. Tesis doctoral. Hábitos alimentarios en estudiantes universitarios. 2014.
2. Serrano Urrea R, Iglesias Llopar RM, Arenas Tebar L, Cervera Burriel F, Vico Garcia MC. Garcia Mensenguer Mj. La versión revisada del test MNA SF como instrumento de valoración de la malnutrición y su riesgo en personas mayores, XVI jornadas nacionales de nutrición práctica. Madrid, marzo 2013. Resumen publicado en Nutr Clin Diet Hosp 2012;32;(Supl 1) 47.
3. O.M.S - google.com