

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRIA EN CIENCIAS DE LA SALUD CON MENCIÓN
EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA



**Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes
universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la
Universidad Nacional de Tumbes, 2024**

TESIS

**para optar el grado académico de Maestro en Ciencias de la
Salud con mención en Salud Familiar y Comunitaria.**

Autor: Br. Jhonatan Valle Mendoza

Tumbes, 2024


UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA SALUD CON MENCIÓN
EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA




Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Mg. Rodolfo Arredondo Nontol (Presidente): 

Mg. José Silva Rodríguez (Secretario): 

Mg. Paul Vílchez Castro (Vocal): 

Tumbes, 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA SALUD CON MENCIÓN
EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA



Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024

Los suscritos declaramos que la tesis es original en su contenido y forma:

Br. Jhonatan Valle Mendoza

(Autor)

Mg. Edinson Alemán Madrid

(Asesor)

Mg. Edinson Alberto Alemán Madrid.
DNI N° 40704918
ORCID N° 0000-0002-9493-655X
(ASESOR)

Tumbes, 2024

ACTA DE SUSTENTACIÓN



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

Licenciada

Resolución del Consejo Directivo N°133-2019-SUNEDU/CD

ESCUELA DE POSGRADO

Tumbes - Perú

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Tumbes, siendo las 16:00 horas del día 11 de junio del dos mil veinticuatro se reunieron de forma presencial los miembros del Jurado en el Pabellón de Medicina Humana, conformado con la RESOLUCIÓN N.º 385-2022/UNTUMBES-EPG-D, el día 13 de setiembre de 2022: **Mg. Arredondo Nontol Rodolfo Felrrod** (presidente), **Mg. José Miguel Silva Rodríguez** (secretario), **Mg. Paul Vilchez Castro** (Vocal) y reconociendo en la misma resolución al **Mg. Edinson Alberto Alemán Madrid** como asesor para proceder al acto de sustentación y defensa de la tesis titulada "Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024", para optar el grado académico de **Maestro en Ciencias de la Salud con Mención en Salud Familiar y Comunitaria**, presentado por el Maestrando: **Jhonatan Jans Valle Mendoza**.

Concluido el acto de sustentación y defensa, absueltas las preguntas formuladas y efectuadas las correspondientes observaciones, el jurado calificador decidió declarar. **APROBADA** la tesis por unanimidad con el calificativo **BUENO**, en conformidad con lo normado en el Reglamento de tesis de la universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las 17:00 horas y quince minutos del mismo día, se dio por concluido el indicado acto académico y en expresión de conformidad se procedió a la suscripción de la presente acta.

Tumbes 11 de junio de 2024

Mg. Rodolfo Felrrod Arredondo Nontol
DNI N°: 18100032
ORCID N° 0000-0003-3333-2741
Presidente

Mg. José Miguel Silva Rodríguez
DNI N° 42474953
ORCID N° 0000-0002-9629-0131

Mg. Paul Vilchez Castro
DNI N°: 00252184
ORCID N° 0000-0002-1435-5836
Vocal

Mg. Edinson Alberto Alemán Madrid
DNI N°: 40704918
ORCID N° 0000-0002-9493-655X
(ASESOR)

C.c.
Jurado de Tesis (03),
Asesor
Interesado
Coasesor (as)
Archivo (Director EPG).

TURNITIN

Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

19%	19%	8%	9%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	5%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	Submitted to consultoriadeserviciosformativos Trabajo del estudiante	1%
5	pirhua.udep.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.unab.edu.pe Fuente de Internet	1%


Mg. Edgardo Alberto Alvarado Madrid
DNI N° 42734918
ORCID: 0000-0002-9463-655X
(ASESOR)

9	repositorio.ucss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
10	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
11	repositorio.unemi.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
12	www.athlete-endurance.com Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	www.jove.com Fuente de Internet	<1 %
16	es.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
17	www.grupoaulamedica.com Fuente de Internet	<1 %
18	Submitted to Fundación Universitaria del Area Andina Trabajo del estudiante	<1 %
19	psiquiatria.com Fuente de Internet	<1 %
20	repositorio.unc.edu.pe Fuente de Internet	


 Mg. Eduardo Alberto Álvarez Méndez
 DNI N° 40704915
 ORCID N° 0000-0002-9493-665X
 (ASESOR)

		<1 %
21	latam.redilat.org Fuente de Internet	<1 %
22	moam.info Fuente de Internet	<1 %
23	repositorio.ulcb.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
24	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
25	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	<1 %

Excluir citas Activo
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words


Mg. Edinson Alberto Alzamán Madrid.
DNI N° 40704918
ORCID N° 0000-0002-9463-655X
(ASESOR)

DEDICATORIA

A mis padres por su apoyo incondicional a lo largo de mi vida, por siempre alentarme a ser mejor cada día y a luchar por mis objetivos.

AGRADECIMIENTO

A mi madre, por ayudarme a seguir adelante cuando sentía que no podía continuar, por siempre brindarme consejos cuando los necesitaba y por su infinito cariño.

A mi asesor, por su dedicación, paciencia y guía en la elaboración de este proyecto de investigación.

A todas las personas que de manera directa o indirecta me ayudaron en mi formación profesional y me alentaron a culminar este proyecto de investigación de manera satisfactoria.

INDICE GENERAL

RESUMEN	XI
ABSTRACT	XII
I. INTRODUCCIÓN	13
II. ESTADO DEL ARTE	14
2.1 Bases teóricas – científicas	14
2.2 Antecedentes	19
III. MATERIALES Y MÉTODOS	23
3.1 Tipo de estudio	23
3.2 Diseño de investigación	23
3.3 Hipótesis	24
3.4 Población, muestra y muestreo	24
3.5 Criterios de selección	25
3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	25
3.7 Procesamiento y análisis de datos	26
IV. RESULTADOS	31
4.1. RESULTADOS	38
4.2 DISCUSIÓN	42
V. CONCLUSIONES	43
VI. RECOMENDACIONES	43
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	36
ANEXOS	39

RESUMEN

El presente estudio se desarrolló con el objetivo de determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los estudiantes de la escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023. Asimismo, se desarrolló una investigación con un enfoque cuantitativo, descriptivo, con un diseño no experimental, correlacional, transversal y microsociológico. La población estuvo conformada por 120 estudiante, trabajándose con una muestra de 90 estudiantes a los cuales se les aplico los instrumentos de estudio respetando los criterios de inclusión y exclusión. Los resultados alcanzados fueron: El nivel de hábitos alimentarios por parte de los estudiantes universitarios fue adecuado en el 88.9% de evaluados e inadecuado en un 11.1%; el factor biológico alcanzo un nivel adecuado en un 84% e inadecuado en un 15.6%; el factor económico evidencio un nivel adecuado en un 70% e inadecuado en un 30%; el factor social presento un nivel adecuado en un 74% e inadecuado en un 25.6%; el factor psicológico logro un nivel adecuado en un 58.9% de evaluados e inadecuado en un 41.1%. Asimismo, el 66.7% de participantes tiene un estado nutricional normal, el 22.2% sobrepeso; el 8.9% obesidad y el 2.2% delgadez. Se llego a la conclusión de que existe una correlación alta y significativa entre las variables de estudio.

Palabras claves: Factores, económico, social, psicológico.

ABSTRACT

The present study was developed with the objective of determining the relationship between eating habits and the nutritional status of the students of the School of Nutrition and Dietetics of the National University of Tumbes, 2023. Likewise, a research was developed with a quantitative approach, descriptive, with a non-experimental, correlational, transversal and microsociological design. The population was made up of 120 students, working with a sample of 90 students to whom the study instruments were applied respecting the inclusion and exclusion criteria. The results achieved were: The level of eating habits of the university students was adequate in 88.9% of those evaluated and inadequate in 11.1%; The biological factor reached an adequate level in 84% and inadequate in 15.6%; The economic factor showed an adequate level at 70% and an inadequate level at 30%; The social factor presented an adequate level in 74% and inadequate in 25.6%; The psychological factor achieved an adequate level in 58.9% of those evaluated and inadequate in 41.1%. Likewise, 66.7% of participants have a normal nutritional status, 22.2% are overweight; 8.9% obesity and 2.2% thinness. It was concluded that there is a high and significant correlation between the study variables.

Keywords: Factors, economic, social, psychological.

I. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS)¹ establece que conllevar una alimentación sana a lo largo de la vida nos ayudara a poder prevenir con el tiempo la malnutrición en cualquiera de sus formas, así como el adquirir un estado nutricional inadecuado que nos permita padecer de enfermedades no transmisibles y algunos trastornos. Sin embargo, el acrecentamiento de la elaboración de los alimentos procesados, la rápida urbanización y los cambios de los estilos de vida han generado un lugar a la modificación de las acciones frente a los hábitos de alimentación y el estado nutricional de la población. En ese sentido, actualmente los individuos vienen consumiendo muchos alimentos hipercalóricos, grasas, azúcares libres y sal/sodio; así como inhabilitando de su dieta alimentos nutritivos como las frutas, verduras y fibra dietética.

En el mismo contexto, la OMS establece que en el año 2016 se registró una prevalencia de más de 1900 millones de adultos de 18 a más años de edad que presentaban sobrepeso, de los cuales, más de 650 millones eran obesos. Asimismo, en el mismo año se encontró un porcentaje del 39% de personas adultas mayores de 18 años con sobrepeso y un 13% con obesidad. Por su parte, la Organización Panamericana de la salud (OPS)² a identificado en el año 2017 que mientras los males por déficit de alimentos como el hambre y la desnutrición disminuyen, el sobrepeso y la obesidad han incrementado de una manera excesiva y preocupante, afectando aún más a personas en la edad adulta. Asimismo, según el actualizado informe del Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en América Latina y el Caribe, un aproximado de 58% de habitantes de esta región viven con sobrepeso (360 millones de personas).

En referencia al contexto anterior, la OPS describe que en América Latina los

países que representan tasas más elevadas con sobrepeso son Chile (63%), México (64%) y Bahamas (69%). Por su parte, la Obesidad viene afectando en esta región a alrededor de 140 millones de personas, siendo el 23% perteneciente a la región del caribe en países como Bahamas (36,2%), Barbados (31,3), Trinidad y Tobago (31,1%) y Antigua y Barbuda (30,9%)².

A nivel nacional, los hábitos alimentarios y el estado nutricional que está presentando la población peruana no está resultando tan alentadora, pues esto se establece según el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (CENAN), el cual nos indica que el 70% de los adultos en el Instituto Nacional de Salud (INS) de Perú padecen exceso de peso. Del mismo modo, el 29% de las personas consume alimentos ricos en calorías al menos una vez a la semana y los alimentos fritos los consumen todos los días alrededor del 20,2% de la población del país y el 33,6% de la población del altiplano peruano consume demasiada sal, menos del 50% de los peruanos prefiere comer comidas más pequeñas con más frecuencia que sean ricas en fibra³.

Finalmente, en base al contexto anterior se establece que la región de Tumbes no es ajena a las prevalencias establecidas anteriormente ya que se logra observar en esta ciudad un gran apogeo de venta de comida rápida. En ese sentido el autor del presente estudio ha determinado relevante conocer los hábitos de alimentación y el estado nutricional en la población de Tumbes, tomando como referencia a los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes debido a que incluso es una población conocedora del cómo llevar a cabo una adecuada alimentación; planteándose así la siguiente interrogante: ¿Existe relación entre los hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024?

El estudio se justificó mediante una finalidad teórica al brindar conocimientos actualizados a la comunidad científica sobre la prevalencia que existe en los distintos escenarios que se enfocan en los hábitos alimentarios y el estado

nutricional de los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. Asimismo, la investigación brinda al campo metodológico nuevas estrategias de estudio para lograr los objetivos propuestos, por ende, se recurrirá al empleo de técnicas de investigación como el cuestionario y así, obtener datos confidenciales sobre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en los estudiantes de pregrado de la escuela de nutrición. De igual forma, el presente proyecto permitirá promover y continuar una cultura de investigación relacionada a un inconveniente que está afectando considerablemente a toda la población.

La investigación es relevante de carácter práctico, porque favorecer a la comprensión del problema que enfrentan los estudiantes en la Escuela de Nutrición y Dietética en referencia a los hábitos de alimentación que presentan y a su estado nutricional. Por ello, el presente estudio permitirá promover programas económicos y de salud que brinden cuidados necesarios sobre la población en estudio, enfocados en la mejora de la salud y de los estilos de vida de los distintos hogares de la región. Por su parte, la investigación es relevante socialmente por permitir que las diferentes instituciones públicas y privadas observen la realidad problemática de sus estudiantes de pregrado. Permitiendo proponer con un sustento científico el desarrollo de estrategias económicas y de salud, que beneficien a las distintas escuelas académicas profesionales de las diferentes Universidades en la región y en el país.

Consiguiendo con el estudio, se estableció como objetivo general: determinar la relación entre los hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2024. Asimismo, los objetivos específicos fueron: determinar los hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética; identificar el nivel de hábitos alimentarios referente a los factores biológicos; conocer el nivel de hábitos alimentarios referente a los factores económicos; identificar el nivel de hábitos alimentarios referente a los factores sociales, y conocer el nivel de hábitos alimentarios referente a los factores psicológicos;

asimismo, determinar el estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética.

II. ESTADO DEL ARTE

2.1 Revisión de la literatura

Los hábitos alimenticios son un conjunto de costumbres que determinan los comportamientos relacionados con la comida de una persona. Abarca todo, desde la forma en que las personas suelen elegir los alimentos hasta la forma en que almacenan, preparan, distribuyen y consumen los alimentos⁴.

Al mismo tiempo, se modifican por diferentes dimensiones teniendo en cuenta la relación con los cambios característicos. En esta etapa los hábitos alimentarios se ven influenciados por muchos factores, ya sean biológicos, económicos, sociales y psicológicos que se asocian con la imagen corporal o sociocultural que relacionan con la publicidad, tabúes, creencias e incluso con las comidas salteadas, siendo estas las del desayuno y almuerzo muchas veces por razones de actividad académicas o sociales⁵.

Según el estudio de Monge⁴, existen hábitos adecuados que integran: comer variado, equilibrado e higiénico, mientras se le agrega el ejercicio físico, evitando así el sedentarismo. Por las consideraciones anteriores, nuestro cuerpo necesita de nutrientes esenciales que ayudan en cubrir todas las necesidades biológicas y fisiológicas. Los nutrientes están como base, los macronutrientes (proteínas, grasas y carbohidratos) se pueden encontrar en una gran variedad de alimentos, mientras existen alimentos que contienen algunos nutrientes pero que no abastecen las necesidades nutritivas de la persona.

En un contexto más amplio se establece que los hábitos alimentarios inadecuados han conllevado que a las personas adultas opten por alimentos de comida rápida como las papas fritas, galletas, gaseosas, entre otros; los cuales deberían de evitar ser consumidos y comprados ya que esto produce enfermedades como diabetes, hipertensión, obesidad, etc. Al no lograr una ingesta suficiente agua y preferir el consumo de bebidas alcohólicas o azucaradas y procesadas, se está

contribuyendo en la formación de diabetes y deshidratación, lo que sumado a la vida sedentaria que tienen la mayoría de adolescentes podría desencadenar enfermedades crónicas con facilidad. Por ello, es importante mantener buenos hábitos alimentarios mientras se desarrollan actividades físicas, ya que ambos estimularán un buen funcionamiento del organismo, evitando o reduciendo el riesgo de contraer enfermedades⁶.

De esta manera, los factores que principalmente influyen en los hábitos de alimentación se clasifican en factores biológicos, económicos, sociales y psicológicos, los cuales se definen a continuación⁷:

En el factor biológico, se puede determinar que la alimentación influye en las características sensoriales, nutricionales y los factores genéticos impiden la ingesta de sustancias dañinas. Las necesidades fisiológicas conllevan a la elección de los alimentos, mientras se trata de cubrir con el requerimiento de energías y nutrientes, respondiendo así a las sensaciones de hambre y de saciedad. El hambre es la sensación de alerta a la necesidad de alimentos y la saciedad es la percepción del hambre después de la ingesta, por lo que a medida que se va desarrollando los periodos de inter-ingestas, el hambre va disminuyendo⁸.

Desde el factor económico, se determina que el adquirir ciertos alimentos en el país y las políticas alimentarias son capaces de influir en la disponibilidad y acceso de los alimentos. Los gastos que se realizan para nuestra alimentación varían dependiendo de la cantidad de dinero que dispone la persona, familia o toda una comunidad. Otro aspecto importante es accesibilidad en las tiendas, influyendo en la elección de los alimentos y dependiendo a su vez de los recursos que utilizamos para llegar a ellos, por ejemplo: la ubicación geográfica y el transporte. Por otro lado, es claro que existen pueblos o comunidades donde los alimentos tienen un alto costo y poca accesibilidad y los hábitos incluso podrían no tener la facilidad de ser modificados⁹.

En el factor social se ha determinado que la conducta alimentaria se ha visto influenciada por la publicidad, por las normas sociales y culturales, y por las

normas políticas. Los hábitos alimentarios se van modificando según las circunstancias personales a lo que está ligada la población por las costumbres y tradiciones propias de una región o país ya sea en alimentos, comidas típicas, horario, creencias religiosas, entre otros¹⁰.

La cultura alimentaría mayormente se asocia con una celebración familiar, por ejemplo: casamientos, bautizos, cumpleaños, fiestas religiosas y lugares de trabajo. En las preparaciones se sugiere la comida o receta especial de la familia. Cada comunidad familia tiende a crear su propia cultura gastronómica y se da a conocer en ocasiones especiales. En el factor cultural no solo nos dice que tipo de alimento debemos consumir sino también el modo de preparación, como consumirlos y el horario de comida¹¹.

Estado nutricional, es el grado de adecuación de las características anatómicas, bioquímicas y fisiológicas de las personas, con respecto a ciertos parámetros considerados como normales, se refleja en la ingestión, absorción y utilización de los alimentos adecuados para el organismo, que se evidencia mediante la toma de las medidas antropométricas¹².

Por otro lado, según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), define al estado nutricional como la condición del organismo que resulta de la relación entre las necesidades nutricionales individuales y la ingestión, absorción y utilización de los nutrientes presentes en los alimentos¹³.

La valoración nutricional permite determinar el estado de nutrición de la persona, valorar las necesidades o requerimientos nutricionales y pronosticar los posibles riesgos de salud o algunas deficiencias que pueda presentar en relación con su estado nutricional. La valoración del estado nutricional se basa en la anamnesis, la exploración clínica y el estudio antropométrico¹⁴.

La valoración del estado nutricional, se basa en la anamnesis, la exploración clínica y el estudio antropométrico¹⁵:

Anamnesis, para realizarla es necesario obtener cuatro datos de enorme interés: El tipo de la dieta, conducta alimentaria, actividad física y la existencia de

enfermedades que puedan generar problemas nutricionales.

Encuesta dietética, Es fundamental para orientar el origen de un trastorno nutricional. Una encuesta detallada (recuerdo de 24 horas, cuestionario de frecuencia, registro de ingesta con pesada de alimentos durante varios días) es prácticamente inviable en la consulta porque requiere mucho tiempo y necesita informatización¹⁵.

Exploración clínica, La exploración clínica estará dirigida a valorar globalmente la nutrición, detectar si existen manifestaciones carenciales y cualquier otro signo que nos brinde un pronóstico, mediante el examen físico¹⁶.

Estudio antropométrico, La antropometría es la ciencia que estudia y evalúa las medidas de tamaño, peso y proporciones corporales del cuerpo humano. Esta ciencia constituye una de las bases principales para evaluar el estado nutricional de individuos y poblaciones en general. A través de las mediciones antropométricas se pueden evaluar los beneficios que nos puedan contribuir a optar por intervenciones nutricionales y el mejoramiento en los servicios de salud¹⁵.

Por otra parte, la valoración nutricional antropométrica, según el MINSA va a determinar la evaluación nutricional del adolescente, tomando las medidas del peso, talla, perímetro abdominal y entre otras medidas antropométricas¹⁶.

El Índice de Masa Corporal (IMC) es un indicador que relaciona el peso con la talla de la persona, por el cual se determina el estado nutricional como el déficit de peso, normal y el excesivo peso. Su resultado va a variar dependiendo de algunos parámetros como es el sexo, la composición ósea y la masa muscular¹⁷.

En el caso de los adultos, el IMC se usa para evaluar el estado nutricional, en la cual se utiliza rangos establecidos por la OMS. El sobrepeso y la obesidad se han reconocido como situaciones que desarrollan rápidamente el riesgo de morbilidad y mortalidad por presión alta, diabetes tipo 2, dislipidemia, enfermedades cardíacas, osteoartritis, problemas respiratorios, apnea del sueño y cánceres, entre otras

enfermedades no transmisibles¹⁶.

La evaluación del estado nutricional se determinó por la medición del peso corporal según lo establecido. Para la cuantificación se utilizó una balanza digital calibrada y se comprobó el peso en kilogramos; mientras que la talla se codificó en centímetros. El estado nutricional se evaluó mediante el índice de masa corporal (IMC) teniendo en cuenta la clasificación del Ministerio de Salud para el adulto mayor: delgadez (IMC < 18,5); normal (IMC: >18,5 a < 24,9); sobrepeso (IMC: 25 a < 29.9) y obesidad (IMC =>30)¹⁸.

El peso se mide con una báscula pre calibrada a cero. Si es necesario, se pedirá al sujeto que se quite la ropa sobrante, se suba y se pare en el centro de la marca en la plataforma, para que el peso se distribuya entre los pies. de manera similar entre. La cabeza debe estar levantada y mirando al frente; también se le pedirá que evite moverse al pesar, y se registrará el peso aproximado más cercano a 100 gramos¹⁹.

El peso corporal representa la suma de los compartimentos de calidad mineral de proteínas, grasas, agua y huesos del cuerpo, pero no proporciona información sobre los cambios en estos cuatro compartimentos. El peso representa la suma del peso corporal y no permite la evaluación. Cambios en cada compartimento (agua, GM, MM). Como parámetro aislado, no es válido y debe expresarse en función de la edad y la altura¹⁸.

La altura también debe expresarse en función de la edad. El crecimiento lineal continuo es el mejor indicador de una dieta adecuada y un estado nutricional a largo plazo. Es importante considerar que es un parámetro que es muy susceptible a errores de medición, por lo que debe repetirse, aceptando que la diferencia entre las dos medidas sea menor a 5 mm¹⁹.

Bajo peso, para muchas personas, la delgadez es un problema estético que puede generar complejidad e inseguridad. Sin embargo, también puede ser síntoma de una enfermedad grave o, por el contrario, la causa de un problema de salud. Los

adolescentes con bajo peso o delgados (10-19 años) se definen como una edad por debajo de un IMC inicial de -2 Z score. En los adultos (a partir de los 20 años), el peso insuficiente se define generalmente como un IMC por debajo de 18,5 kg / m², lo que equivale a aproximadamente -1 Z-score. En los adolescentes, el peso por debajo de lo normal se utiliza a menudo como indicador del estado nutricional actual, lo que refleja un bajo nivel de grasa y masa muscular. Dado que la insuficiencia ponderal puede reflejar la insuficiencia ponderal y la estatura baja, el IMC se puede utilizar para evaluar el grado de insuficiencia ponderal en relación con la estatura¹⁶.

Malnutrición por exceso calórico, es hoy en día uno de los principales problemas que afecta a la salud a nivel mundial, debido al excesivo consumo de productos procesados, comidas rápidas, entre otros alimentos que por generan alteraciones en el equilibrio del peso corporal¹⁵:

Sobrepeso, es el incremento del peso corporal por encima de un patrón proporcionado. Para evaluar si una persona presenta sobrepeso, los expertos presentan una fórmula llamada (IMC) que calcula el nivel de grasa corporal que calcula el nivel de grasa corporal en relación con el peso, estatura y talla¹⁸.

Obesidad, el estilo de vida sedentario, es uno de los principales factores que favorece la obesidad en el mundo; se puede medir mediante el Índice de Masa Corporal; constituyéndose en una enfermedad del siglo 20, y es un problema que comúnmente se presenta en la infancia y en los adolescentes, debido a que influyen mucho los medios de comunicación que auspician las comidas chatarras¹⁹.

2.2 Antecedentes

Altamirano²⁰, en el año 2023 en Ecuador realizó un estudio titulado: Evaluación del estado nutricional de los estudiantes de la carrera de enfermería de la universidad regional autónoma de los andes. La investigación fue transversal, descriptiva con un enfoque mixto, se realizó la técnica de la observación y el

instrumento utilizado fue la antropometría. Los resultados: el 77,37% de evaluados fueron mujeres; la edad predominante fue de 20 a 29 años; el 46% presentó sobrepeso; de las cuales el 51% fueron mujeres; 88% no presentaron riesgo cardiovascular; el 50% se encuentran en el límite de grasa corporal. Asimismo, el 51,09% no desayunan; el 68,25% almuerzan; el 74,45% toman café; 92,70% fuman cigarrillos; el 87,59% consumen alcohol; el 65,69% consume vegetales y fibra. El estudio concluyó: que los hábitos alimentarios y los estilos de vida inadecuados se evidenciaron en la prevalencia de sobrepeso y exceso de grasa corporal, sin embargo, no presentaban riesgo cardiovascular.

Olmedo²¹, en el año 2019 en Ecuador realizó un estudio titulado: Hábitos alimenticios en estudiantes de la carrera de enfermería. El estudio fue descriptivo, transversal y de campo, la técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento un cuestionario, además, se trabajó con una población de 108 estudiantes de la carrera de enfermería. Los resultados, el 31,5% indicó que siempre desayuna, el 37% desayuna a veces, el 17% rara vez consume su desayuno y el 13% no desayuna; el 2,8% comen una vez al día, el 49,1% consume dos comidas, el 43,5% indicó consumir tres comidas sin embargo 4,6% come más de tres veces al día. El estudio concluye que los estudiantes suelen consumir alimentos hipercalóricos y escasos en nutrientes.

Antoniazzi²². En el año 2019 en Argentina, desarrolló un estudio titulado “Estado nutricional en estudiantes de educación física asociado al nivel de riesgo cardiovascular, los hábitos alimentarios y el nivel de actividad física” presentó como objetivo identificar la asociación entre el estado nutricional de los estudiantes de educación física de la provincia de Córdoba y el nivel de riesgo cardiovascular, los hábitos alimentarios y el nivel de actividad física durante sus tres primeros años de carrera. Fue un estudio cuantitativo, observacional, descriptivo-correlacional. Se ejecutó una encuesta enfocada en las recomendaciones de las guías alimentarias para la población argentina. Asimismo, se estimó el gasto energético en actividad física se usó el cuestionario internacional de actividad física IPAQ, formato corto, versión española. El autor concluyó en que al ingreso los estudiantes fueron 134, mostraron una prevalencia

de preobesidad y obesidad del 20% en mujeres y 34% varones. Sin embargo, con el pasar de los 3 años de estudio los porcentajes se elevaron un 50% de varones con preobesidad y obesidad; indicando que de igual manera las mujeres aumentaron este indicador en un 43%. En referencia a las conductas alimentarias fueron saludables en el primer año de estudio con un 97% de hábitos adecuados en ambos sexos. En otro contexto, se presentó un alto nivel de actividad física inicialmente elevado, en un 70% en mujeres y 74% en varones; y después de 3 años las mujeres presentaron una reducción de la actividad física hasta en un 48%. En cuanto a la asociación entre las variables, el índice de masa corporal mostró una correlación positiva y significativa con la circunferencia de cintura, en ambos sexos.

A nivel nacional, Guevara²³ en el año 2022, en Chachapoyas realizó un estudio titulado: Hábitos alimenticios y estado nutricional en estudiantes universitarios de Enfermería, Chachapoyas – 2022. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, correlacional, observacional y transversal, el instrumento utilizado fue un cuestionario y el IMC según el Instituto Nacional de Salud, se trabajó con una muestra de 138 estudiantes entre los 17 y 29 años. Los resultados evidenciaron que el 31% de evaluados presentaron malos hábitos alimenticios, el 51% hábitos alimenticios regulares y el 18% buenos hábitos alimenticios. El 61,7% presentó un IMC normal, el 26,8% sobrepeso, el 7,2% delgadez I, el 3,6% obesidad I y 0,7% obesidad II. El 16% presentó malos hábitos alimenticios con un IMC normal, el 13,7% sobrepeso y 0,7% con obesidad II; el 3,5% tuvo hábitos alimenticios regulares con IMC en delgadez I, el 36,3% en IMC normal y 7,2% en sobrepeso. El 2,9% tuvo buenos hábitos alimenticios con delgadez I, el 9,4% con IMC normal y 5,9% con sobrepeso. El estudio concluyó que existe relación estadísticamente significativa entre hábitos alimenticios y estado nutricional.

Cárdenas, et al²⁴. En el año 2019 en Lima realizó un estudio titulado: “Estado nutricional y hábitos alimentarios de estudiantes ingresantes a la Universidad Nacional Agraria la Molina” tuvo como objetivo identificar el estado nutricional y hábitos alimentarios de estudiantes. El estudio fue cuantitativo, observacional, descriptivo, transversal, se utilizó como técnica una ficha registro y como

instrumento la antropometría. Los autores obtuvieron como resultado que el 31,4% de estudiantes tenían exceso de peso, siendo mayor en hombres. El 27,5% de los estudiantes presentaban riesgo metabólico aumentado, siendo este mayor en mujeres. Se encontró una prevalencia de 21,7% de anemia en mujeres, mientras que en hombres no se observó. El 58,8% de los estudiantes tenían una dieta baja en grasa, el 69,6% mantenía una dieta baja en frutas, vegetales y fibra; las mujeres presentaban un menor consumo de alimentos ricos en grasa, mientras que los hombres presentan menor consumo de frutas, vegetales y fibra.

Solís²⁵, en el año 2018 en Huancayo realizó un estudio titulado “Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes de un Instituto Superior Público de la Provincia de Huancayo”. Presento como objetivo determinar la relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los estudiantes, la investigación fue cuantitativa, correlacional, transversal. Se utilizó como técnica la entrevista y el instrumento fue un cuestionario y el IMC, trabajando con una muestra de 319 estudiantes. El autor llegó a concluir que existe una relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional. Asimismo, se observó que los hábitos alimenticios de los estudiantes son adecuados y el estado nutricional que mostraron fue normal.

III. MATERIALES Y MÉTODOS

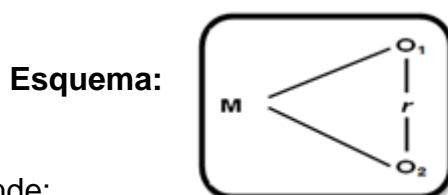
3.1 Tipo de estudio

Según Hernández, Fernández & Baptista²⁶, la presente investigación fue de enfoque cuantitativo – descriptivo – correlacional, puesto que pretende determinar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos e incluso algún otro fenómeno que pueda ser sometido a análisis. Es decir, se intentó únicamente medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las cuales hacen referencia, esto es, su finalidad no es determinar de qué manera se asocian éstas.

3.2 Diseño de investigación

El diseño de investigación que se ha seguido es no experimental – transversal y micro sociológico, dado que las variables de estudio no fueron manipuladas por los investigadores y porque la recolección de datos se realizará en un periodo determinado de tiempo.

La representación del diseño de la investigación es la siguiente:



Donde:

M = Muestra

O₁ = Variable 1 (Hábitos alimentarios)

O₂ = Variable 2 (Estado nutricional)

r = Relación de las variables de estudio

3.3 Hipótesis

H_i: Si existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

H_o: No existe relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

3.4 Población, muestra, muestreo

Población

Población: La población fue de 120 estudiantes de la escuela de nutrición y dietética de la Universidad Nacional de Tumbes.

Muestra: Se trabajo con una muestra de 90 estudiantes de la escuela de nutrición y dietética de la Universidad Nacional de Tumbes.

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

Donde:

N: total de la población (120)

Z_α: 1.96 (95% de confianza)

p: proporción de éxito (50%= 0.5)

q: 1-p (0.5)

d: precisión (5% = 0.05)

$$n = \frac{120 * 1.96^2 * 0.5 * 0.05}{0.5^2 * (120 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$
$$n = 90$$

Criterios de selección

Criterios de inclusión

- Estudiantes que acepten ser partícipes del estudio.
- Estudiantes matriculados en el presente ciclo académico.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no acepten ser partícipes del estudio.
- Estudiantes no matriculados en el presente ciclo académico

3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica: Entrevista.

Instrumento: Cuestionario.

La técnica de recolección de datos que se aplicó en la presente investigación, fue la encuesta y el instrumento que logró el objetivo permitir el recojo de la información de los hábitos alimentarios fue el cuestionario. Así mismo, el cuestionario cuenta con 39 ítems con una escala de Likert: nunca; casi nunca; casi siempre; siempre (anexo 1).

Baremos de calificación		
Variable	Adecuado	Inadecuado
Hábitos alimentarios	98 - 156	39 - 97
Dimensiones		
Factor biológico	33 - 52	13 - 32
Factor económico	28 - 44	11 - 27
Factor social	20 - 32	8 - 19
Factor psicológico	18 - 28	7 - 17

En la evaluación Antropométrica se utilizó como técnica el tallímetro móvil certificado por el MINSA para identificar la talla y la báscula o balanza para determinar el peso, además, el instrumento fue la ficha de registro de información antropométrica (anexo 2).

Validación y confiabilidad del instrumento

La validez, el instrumento de estudio, fue sometido a juicio de expertos mediante la evaluación de 4 expertos con grado de magister; 2 profesionales nutricionistas expertos en salud pública y comunitaria; y 2 nutricionistas expertos en docencia universitaria. Los expertos evaluaron el instrumento mediante una ficha técnica y para la evaluación de cada ítem del instrumento los expertos consideraron evaluar mediante un puntaje deficiente de 0 a 20%, regular de 21 a 40%, bueno de 41 a 60 %, muy bueno de 61 a 80% y excelente de 81 a 100%. Es así, que la aceptación final de cada ítem evaluado fue calificada como excelente de manera unánime (anexo 7).

La confiabilidad, se desarrolló mediante la prueba piloto con 20 participantes de la Escuela de Nutrición y Dietética pertenecientes al 5to ciclo académico, los cuales no formaron parte de la muestra de estudio, con el fin de establecer la consistencia de la encuesta, la confiabilidad estadística necesaria a obtenerse mediante el Coeficiente de Alfa de Cronbach con un coeficiente de consistencia interna. En ese sentido, la estadística de fiabilidad evidencio que el resultado de la prueba estadística Alfa de Cronbach fue de 0,881, el cual determino un nivel bueno para su ejecución (anexo 6).

Plan de procesamiento y análisis de datos

En primer lugar, el instrumento elaborado por el autor fue procesado por juicio de expertos y prueba piloto a 20 participantes con los instrumentos correspondientes. Seguidamente, se solicitó el permiso correspondiente a las autoridades pertinentes,

como siguiente paso, se organizó los datos cuantitativos en una tabla de frecuencias con el programa estadístico Microsoft Excel 2016. Así mismo, se concluyeron con la contrastación de la hipótesis de investigación, procesándose con el programa estadístico SPSS Versión 22, utilizando la prueba estadística descriptiva, además nos permitió acceder y tramitar de una manera fácil la base de datos, con el fin de analizarlos y representarlos gráficamente. Asimismo, para la correlación de las variables de hábitos alimentarios y estado nutricional se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson.

Principios éticos:

Principios que respetaron la dignidad humana, tales como: Autodeterminación: Los usuarios externos están dispuestos a participar en el estudio de forma voluntaria.

Pleno conocimiento de la información: La naturaleza, materia y procedimientos de la investigación se aplican de manera simple, clara y detallada para obtener información y sus derechos. Además, siempre intentamos ser amables y respetuosos entre nosotros para aclarar cualquier duda que pueda surgir durante la conversación.

Los principios de justicia considerados fueron: Protección de datos: Tu información será tratada de forma confidencial y anónima. Esto significa que la información se comparte y se mantiene para proteger a los usuarios que participan en la investigación, de modo que terceros no puedan interferir con la información proporcionada.

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados

Tabla 1. Relación entre los hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

Correlaciones			
		HABITOS ALIMENTARIOS	ESTADO NUTRICIONAL
HABITOS ALIMENTARIOS	Correlación de Pearson	1	0,629**
	Sig. (bilateral)		0,000
	N	90	90
ESTADO NUTRICIONAL	Correlación de Pearson	0,629**	1
	Sig. (bilateral)	0,000	
	N	90	90

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

Interpretación: En la tabla N°1 se presenta la relación entre las variables hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023. Es así que se observa, que el valor del estadístico r de Pearson es de 0.629, asimismo esta correlación es muy significativa. Por lo tanto, se puede afirmar en un 99% de confianza, que en el ámbito de estudio hay una “correlación alta” entre las variables de estudio, porque el valor del Sig (bilateral) es de 0.000, que se encuentra por debajo del 0.01 requerido.

Tabla 2. Nivel de los hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética.

Hábitos alimentarios

Clasificación	f(x)	%
Adecuado	80	88.9%
Inadecuado	10	11.1%
Total	90	100%

Fuente: Instrumento hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

Interpretación: La tabla N°2 se presentan los niveles de los hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. En donde se puede evidenciar que el 88.9% de los evaluados presentaron un nivel adecuado y 11.1% un nivel inadecuado.

Tabla 3. Nivel de hábitos alimentarios referentes a los factores biológicos en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética.

Factores Biológicos

Clasificación	f(x)	%
Adecuado	76	84.4%
Inadecuado	14	15.6%
Total	90	100%

Fuente: Instrumento hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

Interpretación: En la tabla N°3 se presentan los niveles de hábitos alimentarios referentes a los factores biológicos en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. En donde se puede demostrar que el 84.4% de los evaluados presentaron un nivel adecuado y 15.6% un nivel inadecuado.

Tabla 4. Nivel de hábitos alimentarios referente a los factores económicos en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética.

Factores Económicos		
Clasificación	f(x)	%
Adecuado	63	70.0%
Inadecuado	27	30.0%
Total	90	100%

Fuente: Instrumento hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

Interpretación: En la tabla N°4 se presentan los niveles de hábitos alimentarios referentes a los factores económicos en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. Es así, que se logra demostrar que el 70% de los evaluados presentaron un nivel adecuado y 30% un nivel inadecuado.

Tabla 5. Nivel de hábitos alimentarios referente a los factores sociales en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética.

Factores Sociales		
Clasificación	f(x)	%
Adecuado	67	74.4%
Inadecuado	23	25.6%
Total	90	100%

Fuente: Instrumento hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

Interpretación: En la tabla N°5 se presentan los niveles de hábitos alimentarios referentes a los factores sociales en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. Es así, que se evidencia que el 74.4% de los evaluados presentaron un nivel adecuado y 25.6% un nivel inadecuado.

Tabla 6. Nivel de hábitos alimentarios referente a los factores psicológicos en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética.

Factores Psicológicos		
Clasificación	f(x)	%
Adecuado	53	58.9%
Inadecuado	37	41.1%
Total	90	100%

Fuente: Instrumento hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

Interpretación: En la tabla N°6 se presentan los niveles de hábitos alimentarios referentes a los factores psicológicos en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. Es así, que se evidencia que el 58.9% de los evaluados presentaron un nivel adecuado y 41.1% un nivel inadecuado.

Tabla 7. Estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética.

Estado Nutricional		
Clasificación	f(x)	%
Delgadez	2	2.2%
Normal	60	66.7%
Sobrepeso	20	22.2%
Obesidad	8	8.9%
Total	90	100.0%

Fuente: ficha técnica de recolección de datos.

Interpretación: En la tabla N°7 se presenta el Estado Nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes. En donde se evidencia que el 66.7% se encuentra en un estado normal, el 22.2% en sobrepeso, el 8.9% en obesidad y un 2.2% en delgadez.

4.2 Discusión

En el presente estudio, se desarrolló con la finalidad de poder determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los estudiantes de la escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023. En ese sentido, se comprende que durante todo el desarrollo académico los estudiantes en nutrición y dietética adquieren los conocimientos necesarios para brindar una educación nutricional adecuada a la sociedad. Sin embargo, el estrés académico puede conllevar a diferentes practicas o hábitos alimentarios a los estudiantes al no ser ajenos a la exigencia que demandan los estudios superiores.

Es así, que en la tabla N°1 se presentó la relación entre la variable hábitos alimentarios y estado nutricional de los estudiantes de la escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023. En donde, según la prueba estadística de Pearson se logró determinar que existe una correlación alta y muy significativa entre las variables de estudio. De manera similar, Guevara²³ en su estudio llego a la conclusión de que existe una relación estadísticamente significativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional. En el mismo sentido, los resultados de Solís²⁵ se suman a la misma conclusión en donde determino que su estudio encontró que existe una relación significativa entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional.

Ante ello, los resultados permiten determinar que se acepta la hipótesis alterna, la cual indica que si existe relación significativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética; es así que se puede intuir que si los estudiantes tienen hábitos inadecuados pueden tener problemas con su peso corporal como la delgadez, la obesidad o el sobrepeso; sin embargo, si se tienen adecuados hábitos alimentarios se puede mantener un peso corporal o un estado nutricional dentro de los rangos de normalidad.

En la tabla N°2, se presentó el nivel de los hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética en donde se pudo evidenciar que el 88.9% de evaluados tiene hábitos alimentarios adecuados. Y, solo un 11.1% de estudiantes presento hábitos inadecuados. El estudio de Antoniazzi²² alcanzo resultados semejantes evidenciando que los estudiantes de estudios superiores evaluados evidenciaron en un 97% hábitos alimentarios adecuados; sin embargo, resalta que estos fueron solo durante el primer año de estudio. Asimismo, Guevara²³ en su estudio trabajo con 3 niveles, de los cuales determino que los estudiantes universitarios evaluados presentaron malos hábitos alimentarios en un 31%, hábitos regulares en un 51% y buenos hábitos en un 18%.

Es así, que Monge⁴ según las bases teóricas plantea que los hábitos adecuados integran el consumo variado, equilibrado e higiénico de los alimentos. Y, los hábitos inadecuados conllevan a que las personas en una etapa adulta opten con mantener un consumo constante de comida chatarra entre otros hábitos que conlleven a padecer enfermedades. Sin embargo, Fernan⁵ manifiesta que estas acciones son influenciadas por diferentes factores; permitiéndonos intuir que los hábitos alimentarios pueden varias según el desenvolviendo de la persona en la sociedad a pesar de contar con una educación alimentaria como es el caso de los estudiantes de la escuela de nutrición y dietética.

En la tabla N°3 se observan los hábitos alimentarios referentes a los factores biológicos en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética. En donde, el 84.4% evidencio un nivel adecuado y el 15.6% un nivel inadecuado. En ese sentido, Pérez⁸ manifiesta que las necesidades biológicas conllevan a la elección de los alimentos, mientras se trata de cubrir con el requerimiento de energías y nutrientes, respondiendo así a las sensaciones de hambre y de saciedad. En ese sentido, Cárdenas, et al²³ evidencio que sus estudiantes evaluados las mujeres presentaban un menos consumo de alimentos ricos en grasa y que los hombres consumían más alimentos ricos en grasa. Es así que se puede intuir, que los estudiantes evaluados por el presente estudio en su mayoría presentaban una mejor elección de alimentos y hábitos alimentarios en su rutina diaria.

En la tabla N° 4, se observan los resultados en base a los factores económicos de los estudiantes universitarios de la escuela de nutrición y dietética. En donde se pudo observar que el 70% presentó un nivel adecuado y un 30% un nivel inadecuado. En ese sentido, Tobar⁹ determina que el adquirir ciertos alimentos en el país y las políticas alimentarias son capaces de influir en la disponibilidad y acceso de los alimentos por parte de los estudiantes universitarios. Por su parte, Altamirano²⁰ en su estudio indica que el 68.25% de estudiantes universitarios evaluados almuerzan, el 74.45% consume café, el 92.70% fuma cigarrillos, el 87.59% consume alcohol y el 64.69% consume vegetales y fibra.

En así, que en base al contexto que antecede se puede intuir que las prevalencias alcanzadas demuestran que los estudiantes evaluados en el presente estudio y en algunos semejantes, tienen un acceso y disponibilidad de alimentos; sin embargo, es necesario un reforzamiento en la educación alimentaria. Además, se resalta que los estudios se han desarrollado en zonas urbanas en donde existe una mayor oportunidad de acceso y disponibilidad a todo tipo de alimento, ya sea saludable a no saludable.

Consiguiendo con el estudio, en la tabla N°5 se presentaron los factores sociales en estudiantes universitarios en donde el 74.4% alcanzó un nivel adecuado y el 25.6% un nivel inadecuado. Asimismo, en la tabla N°6 se observan los factores psicológicos que alcanzaron un nivel adecuado en un 58.9% e inadecuado en un 41.1%. Ante ello, Tobar⁹ determina que el factor social en los hábitos alimentarios se va modificando según las circunstancias personales a lo que está ligada la población por las costumbres y tradiciones propias de una región o país, ya sea en alimentos, comidas típicas, horarios, creencias religiosas entre otros. Asimismo, Lara¹⁰ establece que los factores psicológicos de los estudiantes universitarios se enfocan en el estado de ánimo y el estrés al que está sometido constantemente por la exigencia académica.

Es así, que estos factores permiten comprender que en diferentes oportunidades pueden afectar, las decisiones enfocadas en la alimentación que cada estudiante universitario desarrolla, y por ende la educación nutricional puede quedar en un

segundo plano, por la exigencia social y el mal manejo del estrés.

En la tabla N°7 se observa el estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética. En donde se evidencia que el 66.7% se encuentra en un estado normal, el 22.2% en sobrepeso, el 8.9% en obesidad y un 2.2% en delgadez. De manera similar, el estudio de Guevara²³ evidencio que sus evaluados presentaron un IMC de 61.7% con normalidad, el 26% con sobrepeso, el 7.2% con delgadez y el 3.6% con obesidad. Asimismo, Altamirano²⁰ resalto que en su estudio el 46% de evaluados presentaron sobrepeso.

Ante lo expuesto, UNICEF¹² establece que el estado nutricional es aquel grado de adecuación de las características anatómicas, bioquímicas y fisiológicas de las personas, con respecto a ciertos parámetros considerados como normales, se refleja en la ingestión, absorción y utilización de los alimentos adecuados para el organismo, que se evidencia mediante la toma de las medidas antropométricas. Es así, que finalmente, estos resultados nos permiten intuir que el estado nutricional de los estudiantes universitarios también puede verse afectado por las actividades diarias, la exigencia académica u otras acciones que impliquen un esfuerzo físico; sin embargo, en los resultados del presente estudio, también se observan porcentajes importantes de sobrepeso y obesidad que conllevarían a que el estudiante padezca algún problema de salud en un futuro no muy lejano.

V. CONCLUSIONES

1. Se concluye que la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023, fue una correlación alta, muy significativa.
2. El nivel de hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética fue adecuado en un 88.9% e inadecuado en un 11.1%.
3. El nivel de hábitos alimentarios referente a los factores biológicos en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética fue adecuado en un 84.4% e inadecuado en un 15.6%.
4. El nivel de hábitos alimentarios referente a los factores económicos en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética fue adecuado en un 70% y inadecuado en un 30% de participantes.
5. El nivel de hábitos alimentarios referente a los factores sociales en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética fue adecuado en 74.4% de evaluados e inadecuado en un 25.6%.
6. El nivel de hábitos alimentarios referente a los factores psicológicos en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética fue adecuado en el 58.9% de participantes e inadecuado en un 41.1%.
7. Finalmente, se concluyó que el nivel de estado nutricional de los estudiantes universitarios de Escuela de Nutrición y Dietética fue normal en el 66.7% de evaluados, sobrepeso en 22.2%, obesidad en 8.9% y delgadez en solo un 2.2%.

VI. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a los estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, mejorar los hábitos alimentarios que ponen en práctica en su rutina diaria con la finalidad de establecer como parte de su formación personal una educación alimentaria que les permita no solo mantener un adecuado estado nutricional, sino que les ayude a promocionar estilos de vida saludables en la sociedad.
2. A la dirección de la escuela de Nutrición y Dietética se les recomienda desarrollar programas de mejoramiento de los hábitos alimentarios en los jóvenes universitarios de los diferentes programas de estudio con a la finalidad de educar la conducta alimentaria y mantener adecuados estados nutricionales de los jóvenes que se forman y exigen en el desarrollo de su carrera profesional.
3. A la Facultad de Ciencias de la Salud, se le recomienda establecer actividades promocionales y preventivas de salud que orienten practicas adecuadas de alimentación y actividades saludables para evitar problemas de salud por una mal nutrición en exceso o deficiente.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. WHO | World Health Organization [Internet]. Alimentación sana; 31 de agosto de 2021 [consultado el 21 de septiembre de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>.
2. Organización Panamericana de Salud. Pan American Health Organization / World Health Organization [Internet]. OPS/OMS | Sobrepeso afecta a casi la mitad de la población de todos los países de América Latina y el Caribe salvo por Haití; [consultado el 21 de septiembre de 2021]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=12911:overweight-affects-half-population-latin-american-caribbean-except-haiti&Itemid=1926&lang=es.
3. Instituto Nacional de Salud. Cerca del 70% de adultos padecen de obesidad y sobrepeso [Internet]. Lima: INS; 2019. [Citado 27 de setiembre del 2023]; Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/cerca-del70-de-adultos-peruanos-padecen-de-obesidad-y-sobrepeso>.
4. Monge J. Hábitos alimenticios y su relación con el índice de masa corporal de los internos de enfermería de la U.N.M.S.M [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina Humana; 2007.
5. Fernan N. Hábitos alimentarios en escolares de 13 a 17 años deportistas y sedentarios [Tesis Licenciatura]. Rosario: Universidad Abierta Interamericana; 2014.
6. Aguilar G. Incidencia de los hábitos alimenticios en los niveles de rendimiento académico escolar en las instituciones educativas secundarias urbano marginales de Juliaca. [Tesis de Maestría]. Juliaca: Universidad Estatal Península de Santa Elena; 2015.
7. Morocho A. Factores que influyen en la Nutrición de los Adolescentes del Colegio Fiscal Mixto Técnico Muey, Salinas, Santa Elena. [Tesis Pregrado]. La Libertad: Universidad Península de Santa Elena; 2012-2013.

8. Perez S. Educacion para una correcta alimentacion en alumnos adolescentes. [Tesis Maestria]. Granada: Universidad de Granada, Facultad de ciencias de la educacion; 2013.
9. Tobar A. Identificacion de los determinantes sociales de la alimentacion en un grupo de familias pertenecientes a los estratos 1,2 y 3 de la localidad de Fontibon. [Tesis Pregrado]. Bogota: Pontificia Universidad Javeriana; 2010.
10. Lara A. Mercadotecnia y publicidad: causantes de la pérdida de hábitos alimenticios en los jóvenes y adolescentes [internet] México. [fecha de acceso 23 Setiembre 2023]. Disponible en: [http://www.congresobc.gob.mx/www/juventud/55.%20Eje%207%20\(LARA%20ACOSTA\).pdf](http://www.congresobc.gob.mx/www/juventud/55.%20Eje%207%20(LARA%20ACOSTA).pdf).
11. Ministerio de Salud. Lineamientos de gestión de la estrategia sanitaria de alimentación y nutrición saludable [Internet]; 2011. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/1821.pdf>.
12. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Estado nutricional de niños y niñas menores de cinco años. República de Panamá Encuesta de Niveles de Vida, 2008. Panamá; 2009.
13. Suárez D. Estado nutricional y su relación con el rendimiento académico de los alumnos del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa Marcos Durán Martel, Amarilis 2015. [Tesis de Licenciatura]. Huánuco: Universidad de Huánuco. Facultad de Ciencias de la Salud; 2016.
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]. Tacna: Universidad Privada de Tacna; 2017.
15. Muñoz G, Lozano M, Romero C, Pérez J, Veiga P. Evaluación del consumo de alimentos de una población de estudiantes universitarios y su relación con el perfil académico. Nutr Hosp. 2017; 34 (1): 134-43.
16. Mallqui J, León L, Reyes E. Evaluación nutricional en estudiantes de una universidad pública. Revista Salud Pública y Nutrición. 2020; 19 (4), 10-15.
17. Reyes S. Programa educativo nutricional en estudiantes universitarios. Revista Iberoamericana de las ciencias de la Salud. 2020; 9 (17).
18. Ramírez P. Índice de masa corporal y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Revista Salud Pública y Nutrición. 2018; 17 (4).

19. Restrepo D. Evaluación del estado nutricional y estilo de vida en universitarias de Nutrición y Dietética de México y Colombia. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*. 2021; 20 (4).
20. Altamirano M. Evaluación del estado nutricional de los estudiantes de la carrera de enfermería de la universidad regional autónoma de los andes [internet]. Ecuador: Universidad Regional Autónoma de los andes; 2023.
21. Olmedo R. Hábitos alimenticios en estudiantes de la carrera de enfermería. *Revista de Salud Vive*. 2019; 2 (5).
22. Antoniazzi L. Estado nutricional en estudiantes de educación asociado al nivel de riesgo cardiovascular, los hábitos alimentarios y el nivel de actividad física [Tesis de Maestría]. Argentina: Universidad nacional de Córdoba, facultad de ciencias médicas; 2019.
23. Guevara M. Hábitos alimenticios y estado nutricional en estudiantes universitarios de Enfermería, Chachapoyas – 2022 [tesis de Maestría]. Chachapoyas: Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.
24. Cárdenas H, et al. Estado nutricional y hábitos alimentarios de estudiantes ingresantes a la Universidad Nacional Agraria la Molina [Tesis de Maestría]. Lima: Universidad Nacional Agraria la Molina, departamento de nutrición; 2019.
25. Solís K. Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes de un Instituto Superior Publico de la Provincia de Huancayo [Tesis de Maestría] Huancayo: Universidad Nacional del Centro del Perú, Unidad de posgrado, facultad de enfermería; 2018.
26. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. Mexico: McGRAW-HILL; 2010.

ANEXOS

Anexo 1

CUESTIONARIO

Hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

I. DATOS GENERALES:

- Edad:
- Sexo:

II. OBJETIVO:

- Determinar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

III. INSTRUCCIONES:

El presente cuestionario, en las páginas siguientes constan de 57 preguntas, cuyas respuestas a marcar son las siguientes:

N: Nunca CN: Casi nunca CS: Casi siempre S: Siempre

Por favor, marque de la manera más sincera posible, con un aspa sólo en una de las puntuaciones de las iniciales (N; CN; CS; y S), según usted crea conveniente.

Gracias por su colaboración.

IV. PREGUNTAS DEL CUESTIONARIO

Responder: N=Nunca (1) CN=Casi Nunca (2) CS=Casi siempre (3) S= Siempre (4)

DIMENSIÓN: BIOLÓGICO	Escala Valorativa			
1. ¿Trata de comer al menos 3 veces al día?	N	CN	CS	S
2. ¿Comes de 4 a 5 veces al día?	N	CN	CS	S
3. ¿Evitas comer más de 5 veces al día?	N	CN	CS	S
4. ¿Tratas de tomar más de 3 vasos de agua al día?	N	CN	CS	S
5. ¿Tomas de 4 a 8 vasos de agua al día?	N	CN	CS	S
6. ¿Tomas más de 8 de agua al día?	N	CN	CS	S
7. ¿Consumes tu desayuno?	N	CN	CS	S
8. ¿Consumes tu almuerzo?	N	CN	CS	S
9. ¿Consumes tu cena?	N	CN	CS	S
10. ¿Te sientes satisfecho con tu porción diaria?	N	CN	CS	S
11. ¿Almuerzas en un plato mediano?	N	CN	CS	S
12. ¿Evitas almorzar en un plato grande?	N	CN	CS	S
13. ¿Consumes frecuentemente entrada y segundo?	N	CN	CS	S
DIMENSIÓN: ECONÓMICO	Escala Valorativa			
INDICADOR: Costo y accesibilidad				
14. ¿El ingreso económico en el hogar, cubre las necesidades de la canasta familiar?	N	CN	CS	S
15. ¿Existe estabilidad laboral en la familia?	N	CN	CS	S
16. ¿Es el padre de familia quien cubre todos los gastos del hogar?	N	CN	CS	S
17. ¿Es un trabajador dependiente?	N	CN	CS	S
18. ¿Es un trabajador independiente?	N	CN	CS	S
19. ¿Trabaja en el sector público?	N	CN	CS	S
20. ¿Trabaja en el sector privado?	N	CN	CS	S
21. El sueldo mensual, ¿es menor de 700.00 nuevos soles?	N	CN	CS	S
22. El sueldo mensual, ¿es de 700.00 a 900.00 nuevos soles?	N	CN	CS	S
23. El sueldo mensual, ¿es de 901.00 a 1.200.00 nuevos soles?	N	CN	CS	S
24. El sueldo mensual, ¿es mayor a 1.200.00 nuevos soles?	N	CN	CS	S

DIMENSIÓN: SOCIAL	Escala Valorativa			
INDICADOR: Clase Social				
25. La persona que prepara los alimentos, ¿tiene un conocimiento amplio de los alimentos nutritivos?	N	CN	CS	S
26. Su vivienda, ¿cuenta con todos los servicios básicos?	N	CN	CS	S
27. ¿Gastas dinero consumiendo alimentos en la calle?	N	CN	CS	S
28. ¿Con que frecuencia va al gimnasio?	N	CN	CS	S

INDICADOR: Entorno Social				
29. ¿Evita comer descontroladamente con amigos después de desayuno?	N	CN	CS	S
30. ¿Evita almorzar con amistades en la calle descontroladamente?	N	CN	CS	S
31. ¿Evita las bebidas alcohólicas con frecuencia?	N	CN	CS	S
32. ¿Realiza algún tipo de dieta?	N	CN	CS	S

DIMENSIÓN: PSICOLÓGICO	Escala Valorativa			
INDICADOR: Estado de ánimo				
33. ¿Te encuentras feliz contigo mismo (a)?	N	CN	CS	S
34. ¿Te sientes frecuentemente deprimido (a)?	N	CN	CS	S
35. Cuando te deprimes, ¿consumes más alimentos de lo normal?	N	CN	CS	S
36. Cuando te deprimes, ¿dejas de consumir alimentos?	N	CN	CS	S
INDICADOR: Estrés				
37. ¿Utiliza métodos para afrontar el estrés (escuchar música, bailar, cantar reír)?	N	CN	CS	S
38. ¿Desahoga de manera positiva sus tensiones (conversando, llorando)?	N	CN	CS	S
39. ¿Realiza siestas después de desayunar, almorzar o cena como parte de una relajación?	N	CN	CS	S

¡Muchas gracias por su respuesta!

Anexo 2

Ficha técnica de recolección de datos antropométricos

Nombre y apellidos: _____

Sexo: _____ Fecha de nacimiento: ___/___/___ Edad (años): _____

Peso (kg): Longitud/Talla (cm):

Anexo 3

Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Hábitos alimentarios	Son representaciones repetitivas de cómo una persona come todos los días y se pueden cambiar gradualmente.	Es una valoración de la dimensión biológica, Los aspectos económicos, sociales, culturales y psicológicos se obtienen mediante cuestionarios.	Biológico	Hambre y la saciedad. Palatabilidad.	Ordinal
			Económico	Costo Accesibilidad	
			Social	Influencias culturales. Entorno social.	
			Psicología	Estrés. Estado de ánimo	

Fuente: elaboración propia, 2023.

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Estado nutricional	Condición física que presenta una persona, como resultado del balance entre sus necesidades e ingesta de energía y nutrientes.	Es el dato obtenido empleando la técnica del tallado y pesado con un tallímetro certificado por MINSA y una balanza. Estableciendo valores mediante el índice de masa corporal.	Delgadez	Menos 18,5	Ordinal Índice de Masa Corporal
			Normal	De 18,5 a 24,9	
			Sobrepeso	De 25,0 a 29.9	
			Obesidad	De 30.0 a más	

Fuente: elaboración propia, 2023.

Anexo 4
CONSENTIMIENTO INFORMADO

“Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023”

Yo: De años de edad, consiento que el Licenciado en Nutrición y Dietética, **Jhonatan Valle Mendoza**, acceda a la recolección de datos para su investigación, la cual tiene como objetivo de determinar la relación entre los hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes universitarios de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes, 2023.

La participación en esta investigación es voluntaria y será recopilada, tratada de forma confidencial y no se utilizará para ningún otro propósito. Las respuestas a encuestas y entrevistas se cifran con un número de identificación y, por lo tanto, son anónimas. Del mismo modo, si te sientes incómodo con una pregunta que te hacen, puedes retirarte si lo piensas bien.

Firma del participante

DNI N°:

Anexo 5



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE NUTRICION Y DIETETICA
Ciudad Universitaria – Pampa Grande
TUMBES-PERU



"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Tumbes 20 de noviembre de 2023

OFICIO N° 040-2024/UNTUMBES-FCS-ENYD-D

Señor: **Lic. JHONATAN JANS VALLE MENDOZA**
Egresado de la Maestría de Ciencias de la Salud de la Escuela
de Posgrado de la U NT

ASUNTO: Alcarzo respuesta de ejecución de proyecto

REFERENCIA: solicitud de egresado

Tengo el agrado de dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo como Directora de la Escuela de Nutrición y Dietética; y a la vez comunicarle que la Escuela en mención si le sedera el permiso para que pueda ejecutar su proyecto de tesis con los estudiantes de acuerdo al horario que pueda el estudiante

Aprovecho la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración y deferente estima personal.

Atentamente


UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
Mg. Leydi T. Ramirez Neira
DIRECTORA DE LA ESCUELA DE NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA

Archivo
Mg. LTRN/Director
Patricia Guevara Paz/Sec

Anexo 6

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,824	,910	39

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.

La prueba piloto fue aplicada a 20 estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética pertenecientes al 5to ciclo académico, lográndose recolectar los datos necesarios para aplicar la prueba estadística Alfa de Cronbach. El resultado estadístico fue de 0,881, lo cual indica un nivel bueno para su ejecución.

Anexo 7

Evidencias de aplicación de instrumento

VALIDACION DEL INSTRUMENTO

DATOS GENERALES:

1. Apellidos y nombres del experto: Jhony García Cayae
2. Nombre del instrumento motivo de la evaluación: Hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la escuela de nutrición y dietética de la universidad nacional de tumbes 2023.
3. Autor del instrumento: Lic. Jhonatan Valle Mendoza.

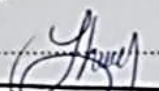
II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 - 20 %	Regular 21 - 40 %	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80 %	Excelente 81 - 100 %
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					✓
OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				✓	
ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia.					✓
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					✓
SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					✓
INTENCIONALIDAD	Adecuado para mejorar avances del sistema de evaluación y desempeño de indicadores.				✓	
CONSISTENCIA	Basados en aspectos teóricos - científicos de tecnología educativa.					✓
COHERENCIA	Entre los índices. Indicadores y dimensiones.					✓
METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					✓

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Aplicable

Firma del experto informante:


Mg. Jhony García Cayae
NUTRICIONISTA DIETISTA
C.N.P. 7910

VALIDACION DEL INSTRUMENTO

DATOS GENERALES:

1. Apellidos y nombres del experto: Zapata Boyer Anje Balbina
2. Nombre del instrumento motivo de la evaluación: Hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la escuela de nutrición y dietética de la universidad nacional de tumbes 2023.
3. Autor del instrumento: Lic. Jhonatan Valle Mendoza.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 - 20 %	Regular 21 - 40 %	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80 %	Excelente 81 - 100 %
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					✓
OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					✓
ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia.				✓	
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					✓
SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					✓
INTENCIONALIDAD	Adecuado para mejorar avances del sistema de evaluación y desempeño de indicadores.					✓
CONSISTENCIA	Basados en aspectos teóricos - científicos de tecnología educativa.				✓	
COHERENCIA	Entre los índices. Indicadores y dimensiones.					✓
METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					✓

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Aplicable

Firma del experto informante:


Mg. Anje B. Zapata Boyer
 Nutricionista Dietista
 C.N.P. 7838

VALIDACION DEL INSTRUMENTO

DATOS GENERALES:

1. Apellidos y nombres del experto: RICHARD HARDOE GORDOLA GARCIA
2. Nombre del instrumento motivo de la evaluación: Hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la escuela de nutrición y dietética de la universidad nacional de tumbes 2023.
3. Autor del instrumento: Lic. Jhonatan Valle Mendoza.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 - 20 %	Regular 21 - 40 %	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80 %	Excelente 81 - 100 %
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					X
OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					X
ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia.					X
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					X
SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					X
INTENCIONALIDAD	Adecuado para mejorar avances del sistema de evaluación y desempeño de indicadores.					X
CONSISTENCIA	Basados en aspectos teóricos - científicos de tecnología educativa.					X
COHERENCIA	Entre los índices. Indicadores y dimensiones.					X
METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					X

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Firma del experto informante:


 GOBIERNO REGIONAL DE TUMBES
 Hospital Regional J.M. Y. Gordola
 M^o M^o RICHARDO GORDOLA GARCIA
 ESPECIALIDAD DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
 CNP N° 1955 DNIN° 71871001

VALIDACION DEL INSTRUMENTO

DATOS GENERALES:

1. Apellidos y nombres del experto: *Palacios Feijoo Feeler Alder*
2. Nombre del instrumento motivo de la evaluación: Hábitos alimentarios en estudiantes universitarios de la escuela de nutrición y dietética de la universidad nacional de tumbes 2023.
3. Autor del instrumento: Lic. Jhonatan Valle Mendoza.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 - 20 %	Regular 21 - 40 %	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80 %	Excelente 81 - 100 %
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					✓
OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					✓
ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia.					✓
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					✓
SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					✓
INTENCIONALIDAD	Adecuado para mejorar avances del sistema de evaluación y desempeño de indicadores.					✓
CONSISTENCIA	Basados en aspectos teóricos - científicos de tecnología educativa.					✓
COHERENCIA	Entre los índices. Indicadores y dimensiones.					✓
METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					✓

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Aplicable

Firma del experto informante:

Feeler
Feeler A. Palacios Feijoo
 Licenciado en Nutrición y Dietética
 Maestro en Salud Familiar y Comunitaria