



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE NUTRICIÓN Y SALUD COMUNITARIA

Trabajo de grado previo a la obtención del título de Licenciatura Nutrición y Salud
Comunitaria.

TEMA: COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO DE LOS ESTUDIANTES DE
PRIMER Y OCTAVO SEMESTRE DE LA CARRERA DE NUTRICIÓN Y
DIETÉTICA DURANTE EL CONFINAMIENTO POR LA COVID-19, PERIODO
2022.

AUTORA:

Alexandra Elizabeth Chimborazo Carpio

DIRECTOR DE TESIS:

Msc. Juan Aníbal Lechón Sandoval

IBARRA – ECUADOR

2022

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE LA DIRECTORA DE TESIS

En calidad de Director de la tesis de grado titulada, **“COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER Y OCTAVO SEMESTRE DE LA CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA DURANTE EL CONFINAMIENTO POR LA COVID-19, PERIODO 2022”**; de autoría de ALEXANDRA ELIZABETH CHIMBORAZO CARPIO para obtener el Título de Licenciada en Nutrición y Salud Comunitaria, doy fe que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a presentación y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

En la ciudad de Ibarra, a los 12 días del mes de diciembre del 2022

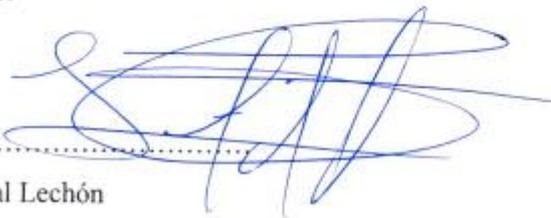
Lo certifico:

(Firma).....

Msc. Aníbal Lechón

C.I. 1004475420

DIRECTOR DE TESIS

A handwritten signature in blue ink, consisting of several overlapping loops and strokes, positioned over a dotted line.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA
AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE
LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE CIUDADANÍA:	1005051667		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Chimborazo Carpio Alexandra Elizabeth		
DIRECCIÓN:	La Florida – Tulipanes y Bugambillas		
EMAIL:	Alexandra19.eliza@yahoo.com		
TELÉFONO FIJO:		TEL. MÓVIL:	0994827594

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	Comportamiento alimentario de los estudiantes de primer y octavo semestre de la Carrera de Nutrición y Dietética durante el confinamiento por COVID-19, periodo 2022
AUTOR (A):	Alexandra Elizabeth Chimborazo Carpio
FECHA:	28 de octubre del 2022
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciada en Nutrición y Salud Comunitaria
ASESOR /DIRECTOR:	Msc. Aníbal Lechón

2.CONSTANCIAS

La autora manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es la titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

En la ciudad de Ibarra, a los 12 días del mes de diciembre del 2022

LA AUTORA:


.....

Chimborazo Carpio Alexandra Elizabeth

C.C: 1005051667

REGISTRO BIBLIOGRÁFICO

Guía: FCS – UTN

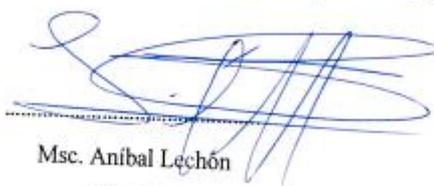
Fecha: Ibarra, 12 de diciembre 2022

Alexandra Elizabeth Chimborazo Carpio. "COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER Y OCTAVO SEMESTRE DE LA CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA DURANTE EL CONFINAMIENTO POR LA COVID-19, PERIODO 2022".

DIRECTOR: Msc. Aníbal Lechón

El principal objetivo de la presente investigación fue: Determinar el comportamiento alimentario de los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición y Dietética durante el periodo de confinamiento por Covid-19. Entre los objetivos específicos se encuentran: Describir las características sociodemográficas de la población en estudio. Identificar la conducta alimentaria como resultado de la pandemia. Comparar el comportamiento alimentario de los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición.

Fecha: Ibarra, 12 de diciembre 2022



Msc. Aníbal Lechón

Director



Alexandra Elizabeth Chimborazo Carpio

Autora

DEDICATORIA

A Dios quien ha sido mi guía, fortaleza y valor para culminar esta etapa de mi vida. A mis queridos padres, Pilar y Fernando, a mi madre por siempre con su amor y valentía enseñarme que puedo superar cualquier obstáculo que se presente en mi vida, a mi querido padre que, aunque anhelaba que estuviera conmigo hasta este momento de mi vida no pude cumplirlo, pero desde el cielo me dio la fortaleza para seguir adelante y cumplir un sueño más, gracias por su amor, paciencia y esfuerzo.

A mis abuelitos, que con su amor incondicional me enseñaron a ser una mujer con valores, a mi abuelita con sus consejos y sus palabras de aliento hicieron de mí una mejor persona, a mi abuelito que ya no está presente físicamente en mi vida, pero siempre llevo en mi corazón, gracias a los dos por ser padre y madre en mi niñez. A la persona que me dio apoyo, consejos y estuvo presente en los momentos más difíciles de mi vida Edison, con su sabiduría me enseñó a tomar las decisiones correctas, a siempre ser honesta y honrada en toda circunstancia de mi vida; también a mis hermanas Zamira y Renata por su cariño y apoyo, ser la mayor de mis hermanas me enseñó a ser responsable.

Finalmente quiero dedicar esta tesis a toda mi familia porque con sus oraciones, consejos y palabras de aliento hicieron que cumpla esta etapa de mi vida, de una u otra forma me acompañan en todos mis sueños y metas., por apoyarme cuando más las necesito, por extender su mano en momentos difíciles y por el amor brindado cada día.

Alexandra Elizabeth Chimborazo Carpio

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi gratitud a Dios, quien con su bendición me cuida y me da la fuerza que necesito para seguir adelante, gracias también por brindarme una familia que con su amor y su apoyo puedo cumplir esta meta en mi vida. Gracias Padre, Madre, abuelitos, tíos/as y hermanas por motivarme a ser una mejor hija, nieta, sobrina, hermana, sin su apoyo no estaría hasta donde estoy llegando, me siento muy orgullosa de tener a mi alrededor personas que me motivan a ser una profesional con ética y valores.

Mi profundo agradecimiento a la Universidad Técnica del Norte, a toda la facultad de Nutrición y salud comunitaria, a la Msc. Claudia Velásquez coordinadora de la carrera, a mis docentes especialmente a la Dra. Patricia Carrasco por brindarme su cariño y apoyo incondicional, gracias por compartir sus valiosos conocimientos que me hicieron crecer día a día como profesional, gracias a los docentes por la paciencia y dedicación. De igual manera quiero agradecer a María José Andrade una persona que me enseñó lo que realmente significa una amistad, una compañera que se convirtió en amiga y ahora es mi hermana de otra madre, la persona que más está en las malas que en las buenas, juntas estamos cumpliendo la promesa que hicimos a nuestros padres que ya no están en nuestras vidas, pero sí en nuestros corazones, gracias por apoyarme y guiarme en el proceso de esta investigación. Finalmente quiero expresar mi más grande y sincero agradecimiento a mi tutor de tesis Msc. Aníbal Lechón por ser mi guía, por su tiempo y dedicación para realizar este trabajo de investigación.

Alexandra Elizabeth Chimborazo Carpio

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE LA DIRECTORA DE TESIS	ii
AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE	iii
CONSTANCIAS.....	iii
REGISTRO BIBLIOGRÁFICO	iv
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
RESUMEN.....	x
ABSTRACT.....	xi
TEMA	xii
CAPÍTULO I.....	1
1. Problema de investigación.....	1
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2 Formulación del problema.....	2
1.3 Justificación.....	3
1.4 Objetivos	4
1.5 Preguntas de investigación	4
CAPÍTULO II	5
2. Marco teórico.....	5
2.1 Marco referencial	5
2.2 Marco contextual.....	9
2.3 Marco conceptual	10
2.4 Marco Legal	16

2.5 Marco Ético	17
CAPÍTULO III.....	18
3. Metodología.....	18
3.1 Diseño y tipo de la investigación	18
3.2 Localización y ubicación del estudio	18
3.3 Población	18
3.4 Variables.....	19
3.5 Operacionalización de variables.....	19
3.6 Métodos y técnicas de recolección de datos.....	26
CAPÍTULO IV.....	29
4.1 Resultados y discusión	29
CAPÍTULO V	34
5.1 Conclusiones	34
5.2 Recomendaciones	34
BIBLIOGRAFÍA	36
ANEXOS	40
ANEXO 1. Consentimiento informado y Encuesta.....	40
ANEXO 2. Recolección de datos – Estudiante Alexandra Chimborazo.....	50
ANEXO 3. Resolución de aprobación de tema de tesis	51
ANEXO 4. URKUND	53

“COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER Y OCTAVO SEMESTRE DE LA CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA DURANTE EL CONFINAMIENTO POR LA COVID-19, PERIODO 2022”

Autor: Alexandra Chimborazo Carpio

Director de tesis: Msc. Aníbal Lechón

RESUMEN

Vivir en pandemia por COVID-19 durante un período de tiempo extenso, ha hecho que se evidencien cambios en el comportamiento alimentario de la población. La presente investigación tuvo como objetivo determinar el comportamiento alimentario de los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición y Dietética durante el periodo de confinamiento por Covid-19. Fue un estudio no experimental, descriptivo y de corte transversal, con enfoque cuali-cuantitativo; la población estudiada fueron 61 estudiantes. Se recolectaron datos de características sociodemográficas y comportamiento alimentario por un cuestionario validado, el cual mide 10 dimensiones del comportamiento alimentario. Como resultado, se encontró una edad media de 22 años y 84% fueron mujeres; 16% hombres; 95% mestizos y el 97% eran solteros. En lo referente a las dimensiones del cuestionario del total de estudiados, el 22,58% tuvieron hábitos deficientes, 51,61% suficientes o adecuadas y el 24,19% saludables. En conclusión, los estudiantes del octavo semestre obtuvieron mejor puntaje en cuanto al comportamiento alimentario, pero también presentan mayor preocupación alimentaria en comparación a los de primer semestre y de forma general solo 1 de cada 4 universitarios poseen hábitos alimentarios saludables.

Palabras claves: COVID-19, estudiantes universitarios, comportamiento alimentario, hábitos alimentarios.

"EATING BEHAVIOR IN FIRST AND EIGHTH SEMESTER STUDENTS OF THE NUTRITION AND DIETARY CAREER DURING THE CONFINEMENT BY COVID-19, PERIOD 2022"

Author: Alexandra Chimborazo Carpio

Thesis director: Aníbal Lechón

ABSTRACT

Living amid the COVID-19 virus for an extended period has led to changes in eating behaviors. This research determined the eating behavior of the students of the first and eighth semesters of the Nutrition and Dietetics career during the confinement by COVID19. It was a non-experimental, descriptive, and cross-sectional study with a qualitativequantitative approach. The studied population was 61 students. Data on sociodemographic characteristics and eating behavior were collected through a validated questionnaire, which measures 10 dimensions of eating behavior. As a result, a mean age of 22 years was found, and 84% were women; 16% were men; 95% were mixed race and 97% were single. Regarding the dimensions of the questionnaire of the total studied, 22.58% had deficient habits, 51.61% sufficient, and 24.19% healthy. In conclusion, the students of the eighth semester obtained better scores in terms of eating behavior, but they also present greater food concerns compared to those of the first semester and, in general, only 1 in 4 university students have healthy eating habits.

Keywords: COVID-19, university students, eating behavior, eating habits.

TEMA

COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER Y
OCTAVO SEMESTRE DE LA CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
DURANTE EL CONFINAMIENTO POR LA COVID-19, PERIODO 2022.

CAPÍTULO I

1. Problema de investigación

1.1 Planteamiento del problema

La presencia del SARS COV2 se convirtió en un problema de salud pública a nivel mundial, con una tasa de mortalidad promedio de 3-5% en algunos países, pero en Perú y México esta tasa superó el 9%, con propagación leve y rápida en la mayoría de los casos llegó a saturar y colapsar los sistemas de salud. Por ello, algunos países optaron por medidas preventivas como el aislamiento social, la restricción de la movilidad que provocó cambios en el estilo de vida de las personas, como son: el sedentarismo, cambio de hábitos alimentarios, ya sea por el acceso a los alimentos, razones económicas, emocionales o físicas (1).

Durante la fase de aprendizaje en los estudiantes, se forman hábitos que en la mayoría de los casos persisten hasta la edad adulta, lo que convierte a los universitarios en un objetivo importante para la promoción y prevención de la salud porque su estilo de vida afecta directamente su desarrollo físico, mental y cerebral (2). Existe evidencia de que factores como el entorno universitario determinan las conductas y actitudes alimentarias de los estudiantes, las cuales, de no ser saludables, pueden derivar en factores de riesgo como sobrepeso, obesidad, trastornos alimentarios y problemas psicológicos que pueden afectar su salud, calidad de vida y más aún en una etapa de confinamiento; donde los estudiantes universitarios dejan a un lado la actividad física volviéndose un factor de sedentarismo, afectando así la parte nutricional (3).

Varios estudios durante la última década han demostrado que del 50 al 60 por ciento de los estudiantes en las profesiones de la salud tienen suficiente conocimiento sobre estilos de vida saludables, pero solo entre el 15 y el 20 por ciento de este número tiene ese hábito. La población universitaria prefiere consumir comidas rápidas ricas en grasas saturadas, bebidas carbonatadas y procesadas hipercalóricas, alegando que estos

hábitos inadecuados se deben a una gran carga académica y falta de tiempo, por lo que se asocia con un bajo rendimiento académico (4).

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es el comportamiento alimentario de los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición y Dietética durante el periodo de confinamiento por Covid-19?

1.3 Justificación

La cuarentena por el SARS COV2 tuvo un impacto directo en los estilos de vida de las personas, una de las poblaciones afectadas por estos cambios son los estudiantes universitarios, quienes fueron obligados a adaptarse a nuevas formas de educación asociadas a la exclusión social. Las poblaciones jóvenes se consideraron particularmente vulnerables en términos de nutrición y salud. Además, los hábitos y comportamientos alimentarios adquiridos durante este período condicionan la salud futura de los estudiantes y por tanto de las futuras generaciones.

La transición del aprendizaje presencial al aprendizaje en línea se considera una experiencia estresante, el aprendizaje se convirtió en una fuente de estrés e incluso ansiedad, además de aumentar el sedentarismo por estar la mayor parte del tiempo frente a dispositivos electrónicos (computadoras, tabletas, celulares, etc.), las actividades en Internet, las tareas, el contacto telefónico y no físico con amigos, el estrés académico pueden ser factores que influyen en el rendimiento académico y en la salud de los universitarios de la Carrera de Nutrición y Dietética.

Los resultados y conclusiones de este trabajo podrán ser el referente para establecer la diferencia en los comportamientos alimentarios que tienen los estudiantes que están ingresado con los estudiantes que están cerca de culminar su carrera, además para evaluar posibles cambios en los comportamientos alimentarios de la población universitaria debido a la condición por confinamiento, cuarentena y aislamiento social como medida preventiva a causa del COVID-19. Los resultados obtenidos de este estudio cobran importancia porque se enfoca en los comportamientos alimentarios de los estudiantes de nutrición a través del uso de herramientas de información sobre la ingesta de alimentos, cuyos resultados orientarán a las principales autoridades de la UTN a implementar intervenciones nutricionales en beneficio de los estudiantes.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Determinar el comportamiento alimentario de los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición y Dietética durante el periodo de confinamiento por Covid-19.

1.4.2 Objetivos específicos

- Describir las características sociodemográficas de la población en estudio.
- Identificar el comportamiento alimentario de los estudiantes de primer y octavo semestre.
- Comparar el comportamiento alimentario entre los estudiantes de los dos semestres.

1.5 Preguntas de investigación

- ¿Cuáles son las características sociodemográficas de la población en estudio?
- ¿Cuál es el comportamiento alimentario de los estudiantes de primer y octavo semestre?
- ¿Qué diferencia hay en las conductas alimentarias entre los estudiantes de los dos semestres de la carrera de Nutrición?

CAPÍTULO II

2. Marco teórico

2.1 Marco referencial

2.1.1 Hábitos alimentarios de los estudiantes de educación superior chile durante confinamiento por covid-19.

Según Vallejos 2020, evaluó los cambios en los hábitos alimentarios saludables y no saludables de los estudiantes de educación superior de Chile en confinamiento por COVID -19 durante el año 2020, este estudio tuvo una metodología de tipo transversal con un muestreo no probabilístico por conveniencia con un total de 241 participantes, resultados: la muestra se compuso principalmente de mujeres (79,7%) universitarias con una mediana de edad de 22 años (20-23), los puntajes globales mostraron un aumento de hábitos saludables de 24,74 ($\pm 6,07$) a 26,61 ($\pm 5,30$) y una disminución de los no saludables de 6,52 ($\pm 2,60$) a 5,41 ($\pm 2,47$) durante el periodo de pandemia. Conclusión: el principal resultado obtenido en la investigación muestra a grandes rasgos una mejora en los hábitos alimentarios de la población chilena, en el periodo de la cuarentena ocasionada por el brote de coronavirus (COVID-19), el cual puede ser explicado por factores económicos, derivados de la crisis provocada por el virus, factores de tiempo, donde al pasar más tiempo en el hogar se puede dedicar mayor espacio para llevar una mejor alimentación y preocuparse de ello (1).

2.1.2 Cambios en los hábitos alimentarios durante el periodo de confinamiento por la pandemia COVID-19 en España.

Una investigación por C. Pérez 2020, analizó los cambios en los hábitos alimentarios y en otros estilos de vida durante el periodo de confinamiento en un grupo de población en España, este estudio tuvo una metodología de tipo transversal, observacional en una muestra de conveniencia de personas mayores de 18 años de edad, años de edad, reclutada de forma electrónica entre el 21 de abril y 8 de mayo de 2020 (semanas 6-8

de confinamiento). Resultados: los cambios más frecuentes se refieren a mayor consumo de fruta (27%), huevos (25,4%), legumbres (22,5%), verduras (21%) y pescado (20%) y reducción en el consumo de carnes procesadas (35,5%), cordero o conejo (32%), pizza (32,6%), bebidas alcohólicas destiladas (44,2%), bebidas azucaradas (32,8%) o chocolate (25,8%), con algunas diferencias sobre todo en función de la edad y el grado de adecuación de la dieta usual. Un 14,1% que habitualmente no cocina, lo hace en este periodo. El 15% no realiza ejercicio físico, 24,6% pasa sentado más de 9 horas diarias y el 30,7% de las personas fumadoras (14,7%) fuma más. Un 37% refiere no dormir bien. Conclusión: Los participantes en este estudio refieren cambios alimentarios en el periodo de confinamiento en España con tendencia hacia mayor consumo de alimentos saludables, menor consumo de alimentos de menos interés nutricional y aumento de la práctica de cocinar en casa (5).

2.1.3 Hábitos alimentarios y COVID-19 - Análisis descriptivo durante el aislamiento social en Argentina.

En el año 2020 Alejandra Federik realizó una investigación cuyo objetivo fue describir la frecuencia de consumo y prácticas alimentarias de los habitantes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA) Argentina, durante el aislamiento social, preventivo y obligatorio. Este estudio tuvo una metodología de tipo descriptivo, transversal. La recolección de datos se llevó a cabo en el mes de junio 2020, a través de una encuesta autoadministrada. La muestra estuvo constituida por 788 personas. Resultados: las prácticas alimentarias se describieron según la frecuencia de consumo semanal de los principales grupos de alimentos. Del total de encuestados el 73,9% fueron mujeres y el 26,0% hombres, con un IMC de promedio de $23,0 \pm 3,97$ y $26,4 \pm 3,94$ respectivamente; un 72,2 % de los encuestados alcanzó niveles de estudios universitarios completo o incompleto. Se destacó una baja frecuencia de consumo diario de: leche 44,5%; carnes 11,5%, frutas 44,5% y verduras 50,5%. Conclusión: es necesario el diseño e implementación de intervenciones efectivas que promuevan activamente el consumo de leche y derivados, carnes, vegetales y frutas, aun para poblaciones con alto niveles de escolaridad. Dado el impacto negativo por efecto de la pandemia sobre la economía y el empleo, la población vulnerable socio-

económicamente estaría atravesando un escenario mucho más desfavorable para acceder a los alimentos, con lo cual es de suma importancia considerar próximos estudios que puedan analizar y visibilizar las problemáticas alimentarias que afectan a este sector (6).

2.1.4 Comportamiento alimentario y actividad física durante el aislamiento físico durante el COVID -19: Uruguay, abril 2020.

El comportamiento alimentario y la actividad física en la emergencia sanitaria en una empresa de Uruguay, con un total de 170 trabajadores, se implementó teletrabajo, donde la tercera parte de los trabajadores (30,6 %) perciben incremento de peso, y cambiaron su comportamiento, casi el 47 % manifiesta que come más o con mayor frecuencia. Respecto al tipo de alimentos la mayor parte refiere que incrementaron alimentos ricos en carbohidratos y ultra procesados. En un porcentaje alto la población redujo su actividad física. En gran parte de los hogares conviven niños, lo que genera un ambiente obesogénico, que incrementa el riesgo de exceso de peso a corto y mediano plazo. Conclusión: Existen cambios de comportamiento alimentario y de actividad física no saludables y que promueven el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles. Se sugiere tomar medidas que acompañen las ya realizadas para contener la transmisión del coronavirus en la comunidad (7).

2.1.5 Comportamiento alimentario en adultos antes y durante la pandemia por COVID 19, Lima-2020.

En este estudio se indicó que durante la pandemia el comportamiento alimentario “saludable” aumentó del 25.3% al 42% durante la pandemia, incrementándose significativamente en un 16.7%, lo que evidencia que el comportamiento alimentario de los participantes mejoró durante la pandemia, conclusión el 74.7% de los participantes antes de pandemia por COVID 19, tenían un comportamiento alimentario “no saludable” mientras que solo el 25.3% tenía un comportamiento alimentario “saludable”, asimismo la calidad de la dieta con el calificativo “necesita cambios” fue

del 68%, con el calificativo “saludable” fue del 16.7% y con el calificativo “poco saludable” fue del 15.3%. Los hábitos alimentarios “no saludable” fue de un 80% y los “saludables” un 20% (8).

2.2 Marco contextual

2.2.1 Descripción y ubicación geográfica del lugar de estudio

La Carrera de Nutrición se encuentra ubicada en la facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Técnica de Norte está ubicada en la Av. 17 de julio 5-21 y General José María Córdova, área Urbana, provincia de Imbabura, cantón de Ibarra, parroquia Sagrario.

Ilustración 1. Mapa de ubicación: Universidad Técnica del Norte



Ilustración 2. Facultad Ciencia de la Salud - Universidad Técnica del Norte



2.3 Marco conceptual

2.3.1 Pandemia causado por la COVID-19

El brote de la enfermedad por coronavirus (COVID-19), causado por el virus del síndrome respiratorio agudo severo tipo 2 (SARS-CoV-2) fue declarado como una pandemia en marzo de 2020. Mortalidad estimada 1% a 3%, principalmente ancianos y personas con comorbilidades como hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares y cáncer. El período de incubación promedio es de 5 días, pero puede ser de hasta 14 días. Muchos pacientes infectados no presentaron síntomas; sin embargo, debido a que eliminan grandes cantidades de virus, fueron un desafío constante para contener la propagación, esta infección provocó el colapso de los sistemas de salud en las zonas más afectadas. La vigilancia intensiva era esencial para controlar una mayor propagación del virus, y el aislamiento fue la forma más eficaz de prevenir la transmisión (9) .

2.3.2 SARS-CoV-2

El virus SARS-CoV-2 es muy contagioso y se transmite rápidamente de persona a persona a través de la tos o secreciones respiratorias, y por contactos cercanos; las gotas respiratorias de más de cinco micras, son capaces de transmitirse a una distancia de hasta dos metros, y las manos o los fómites contaminados con estas secreciones seguido del contacto con la mucosa de la boca, nariz u ojos.

Este nuevo virus tiene predilección por el árbol respiratorio, una vez que penetra genera una respuesta inmune anormal de tipo inflamatorio con incremento de citoquinas, lo que agrava al paciente y causa daño multiorgánico (10).

2.3.3 Malnutrición y COVID-19

El término "malnutrición" engloba conceptualmente dos desequilibrios nutricionales. La obesidad es, por un lado, una condición causada por exceso y, por otro lado, la desnutrición es causada por una deficiencia. Dos caras de la moneda de malnutrición. Es interesante que, en publicaciones sobre los primeros meses de la pandemia, donde se refiere a factores asociados a un mal pronóstico como la edad, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus (DM), especialmente tipo 2, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), o tabaquismo, pero eran inexistentes o casi anecdóticas las referencias a la obesidad y a la desnutrición. Sin embargo, la importancia de estas dos formas clínicas se ha valorado a lo largo del tiempo y se ha demostrado que son factores determinantes a tener en cuenta en la progresión de los pacientes con infección por SARS-CoV-2 (11).

2.3.4 Obesidad como factor de riesgo de COVID-19

La obesidad es un factor de riesgo y muerte prematura, las consecuencias de la obesidad sobre la salud y la calidad de vida de las personas afectadas son numerosas. La obesidad se considera un factor de riesgo para más de 20 enfermedades crónicas como diabetes tipo 2, hipertensión, dislipidemia, enfermedad cardiovascular, accidente cerebrovascular, apnea del sueño y más de cada 10 tipos de cáncer.

La obesidad también se ha relacionado con la pandemia de COVID-19. Los primeros estudios publicados sobre factores demográficos y clínicos asociados al pronóstico de la enfermedad de COVID-19 no incluían datos del IMC de los pacientes y, por tanto, se centraban en la edad y determinadas enfermedades. Las condiciones crónicas, como la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares o el cáncer, son factores de riesgo importantes para la forma más grave de COVID-19. Sin embargo, en algunos estudios la obesidad se ha convertido en una de las principales causas de riesgo (12)

2.3.5 Nutrición

La nutrición es el conjunto de procesos mediante los cuales el organismo utiliza, transforma e incorpora determinadas sustancias a sus propios tejidos, nutrientes que deben realizar tres tareas principales: suministrar la energía necesaria para el mantenimiento del organismo y sus funciones, proporcionar los materiales necesarios para la formación, renovación y reparación de estructuras corporales, suministrar las sustancias necesarias para regular el metabolismo, además puede describirse también como la ciencia de los alimentos, de los nutrientes y de otras sustancias que estos contienen, que tiene directa interacción y equilibrio con la salud y la enfermedad (13).

2.3.6 Alimentación

La alimentación es el ingreso o aporte de los alimentos al cuerpo humano. Es un proceso en el que se utiliza ciertas sustancias contenidas en los alimentos incluidos en la dieta. Estas sustancias o nutrientes son esenciales para una dieta completa, una buena dieta no se trata solo de proporcionar cantidades adecuadas de cada nutriente, sino también de equilibrarlos (13).

2.3.7 Alimentación Saludable

Una alimentación saludable es una nutrición que aporta a cada persona todos los nutrientes que necesita para cubrir sus necesidades nutricionales, en las diferentes etapas de la vida (infancia, adolescencia, edad adulta y vejez). Se trata sobre una dieta saludable en general y puede usarse como base para la dieta diaria. Cada persona tiene necesidades nutricionales en función de la edad, el sexo, la altura, la actividad física, la salud o la enfermedad. Para mantenerse saludable y prevenir la aparición de muchas enfermedades, es necesario llevar un estilo de vida saludable, esto significa que se debe elegir una dieta balanceada, realizar actividad física o ejercicio regularmente (al menos caminar durante 30 minutos al día), evitar fumar y beber alcohol en altas cantidades (14) .

2.3.8 Alimentación inadecuada

Los seres vivos han sido otorgados por la naturaleza de mecanismos que aseguren el suministro de alimentos y sus nutrientes para asegurar su supervivencia, con algunas personas ocurre que eligen alimentos poco saludables o comen de la forma más inadecuada, satisfaciendo sus necesidades alimentarias básicas. Las personas encuentran que los alimentos procesados son fáciles de preparar y su consumo está aumentando de manera alarmante, se denominan comida rápida o comida basura y casi siempre van acompañadas de campañas publicitarias que animan a consumirlos, especialmente dirigidas a las poblaciones más vulnerables (niños y ancianos), que pueden contener insuficientes nutrientes y calorías naturales, principalmente azúcar y grasas saturadas (15)

2.3.9 Comportamiento alimentario

El comportamiento alimentario permite establecer indicadores como si hay alimentos disponibles o no, con qué frecuencia consume un individuo alimentos durante cierta cantidad de tiempo específico, ingesta de alimentos durante un período, duración de las comidas, entre otros, además del estudio de las variables ambientales que afectan el comportamiento de búsqueda, selección y consumo de alimentos (16). El comportamiento alimentario (CA), que establece la relación del ser humano con los alimentos, influye en el consumo de nutrimentos y por tanto contribuye al estado de salud o enfermedad de la población, incluso en jóvenes universitarios (21)

2.3.10 Instrumentos para medir el comportamiento alimentario en universitarios

Existen algunos instrumentos validados para evaluar el consumo de alimentos y bebidas, que pueden ser utilizados para analizar la ingesta desde un punto de vista prospectivo o retrospectivo. Se pueden utilizar cuestionarios completamente libres y abiertos, es especialmente útil emplear un formato estructurado en el que se pregunte por las diferentes comidas (desayuno, comida, merienda, cena, refrigerios) la hora, el

lugar, la compañía, el menú y los ingredientes de cada plato, ya que ayuda a recordar mejor todo lo ingerido. También se han desarrollado cuestionarios cerrados, que incluyen una lista de alimentos específicos, para que el encuestado indique cuáles de los alimentos ha consumido en concreto, se debe preguntar además por el tamaño de las porciones consumidas, bien en formato abierto o utilizando categorías (22).

2.3.11 Influencia de la alimentación en el rendimiento académico

El estilo de vida actual en el cual la preparación y selección de alimentos que favorecen la ingestión de comidas rápidas (por falta de tiempo) y con mayor cantidad de calorías, colesterol y grasas. Por lo tanto, la independencia aumentada por una mayor participación social y sus horarios más ocupados influyen en la selección de alimentos y en sus hábitos, la mayoría suele comer fuera y con rapidez. La mayoría de los estudiantes tengan un consumo bajo de verduras, frutas o cereales con un aumento en el consumo de comida chatarra o rápida, sumadas a bebidas azucaradas con alto contenido energético. La selección inadecuada de alimentos y menor actividad, predisponen al estudiante a padecer enfermedades como la obesidad, hipercolesterolemia, hipertensión arterial que afectaran directamente su salud, disminuyendo la cantidad y calidad de años por vivir (20).

2.3.12 Hábitos alimentarios

Se puede definir como hábitos alimentarios al conjunto de conductas adquiridas, acciones repetidas sobre la selección, preparación y consumo de alimentos. Los hábitos alimentarios son relacionados con los aspectos sociales, económicos y la cultura de una población o región a menudo se llama costumbre. Pero los comportamientos alimentarios también tienen como función para hacer frente al estrés emocional desde temprana edad, en proceso de desarrollo y hasta el último minuto de vida (17) .

2.3.13 Cambios en los hábitos alimentarios

Como parte de la modificación de las rutinas diarias, las poblaciones pueden experimentar diferentes emociones, cosas negativas, como: el estrés, la ansiedad, el cansancio, la inquietud, la ira o el miedo, pueden contribuir a cambios en el comportamiento alimentario (cantidad, variedad y frecuencia), favoreciendo así la búsqueda involuntaria de alimentos que ayuden a calmar el “food craving”, concepto multidimensional que involucra aspectos emocionales (antojos fuertes), conductual (búsqueda de comida), cognitiva (pensamientos relacionados con la comida) y fisiológica (salivación) (18).

2.3.14 Estilo de vida saludable

Los hábitos saludables son todas aquellas conductas que tiene el ser humano asumidas como propias en la vida cotidiana que inciden positivamente en el bienestar físico, mental y social. Dichos hábitos son principalmente la alimentación, el descanso y la práctica de la actividad física correctamente planificada. Para llevar una alimentación saludable y equilibrada, se debe reflexionar sobre qué es lo se da al cuerpo, todo el descanso que necesita y sobre si en el estilo de vida se incluye una práctica física continuada y sistemática. Una serie de factores que predisponen a un estado de salud integral e ideal son tales como: Alimentación adecuada, actividad física regular, descanso adecuado, consumir alcohol con moderación o abstenerse totalmente, abstenerse de fumar tabaco y de consumir otro tipo de drogas, capacidad para hacer frente al estrés (19).

2.3.15 Causas de la inactividad física en los universitarios

Los universitarios son un grupo de riesgo debido al incremento de la inactividad física y las conductas sedentarias, por diversos factores, uno de los más importantes es el uso indiscriminado de las nuevas tecnologías y su fácil acceso. La inactividad física y la conducta sedentaria se han consolidado en los universitarios, los intentos por evitar estas conductas perjudiciales han sido el foco de atención de la salud pública. Por tanto, el volumen total de actividad física moderada, de intensidad y el comportamiento

sedentario han sido identificados como importantes para la salud actual y del futuro (23).

2.3.16 Actividad física

La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud. Entre las actividades físicas más comunes cabe mencionar caminar, montar en bicicleta, pedalear, practicar deportes, participar en actividades recreativas y juegos; todas ellas se pueden realizar con cualquier nivel de capacidad y para disfrute de todos (24)

2.4 Marco Legal

2.4.1 Constitución del Ecuador 2008

Sección primera alimentación

“Art. 32.- La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir. El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional (25).

2.5 Marco Ético

2.5.1 Consentimiento informado

El consentimiento informado es un documento legal y bioético utilizado para ayudar a un investigador a demostrar que se han seguido los principios bioéticos humanos durante el desarrollo de la investigación, se fundamenta en el principio de autonomía y libertad de la persona con capacidad intelectual para aceptar o declinar cualquier forma de participación, intervención o proceso exploratorio y es un contrato de voluntad entre el investigador y el sujeto participante, que deberá regirse bajo las dimensiones de confianza, sinceridad, claridad, respeto, ausencia de manipulación, engaño o coerción. Se considera un acto fundamental en la relación profesional-paciente, en el ámbito asistencial conlleva una serie de premisas y consecuencias jurídicas, es un requisito en todos los procesos legales en la relación médico-paciente. La responsabilidad de un prestador de servicios profesional lo hace responsable por negligencia, inexperiencia o dolo (26).

CAPÍTULO III

3. Metodología

3.1 Diseño y tipo de la investigación

La presente investigación fue de tipo no experimental, con enfoque cuali-cuantitativo, de tipo descriptivo ya que se observó el comportamiento y las características de cada una de las variables de estudio como: el nivel de comportamiento alimentario en los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición, sin influir sobre ellas de ninguna manera; de corte transversal por que la recolección de los datos se realizó en un punto específico de tiempo y en un solo momento; y comparativo porque se comparó el comportamiento alimentario entre los dos grupos de estudio.

3.2 Localización y ubicación del estudio

El estudio se realizó en la Carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Técnica del Norte de la provincia de Imbabura, cantón de Ibarra, parroquia Sagrario ubicada en la Avenida 17 de julio 5-21 y Gral. José María Córdova - Sector El Olivo.

3.3 Población

El universo de estudio estuvo conformado por todos los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición y Dietética, siendo un total de 61 estudiantes. Se excluyeron de este estudio aquellos que no desearon formar parte de la investigación.

Primer semestre: 34 estudiantes.

Octavo semestre: 30 estudiantes.

3.4 Variables

- Características sociodemográficas
- Comportamiento alimentario

3.5 Operacionalización de variables.

VARIABLE	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Características Sociodemográficas	Sexo	Hombre
		Mujer
	Edad	<18 años adolescentes
		18 a 29 años joven
		30 a 39 años adulto joven
	Etnia	Indígena
		Mestizo
		Afroecuatoriano
		Otro
	Estado civil	Soltero/a
		Casado/a
		Unión libre
		Divorciado/a
Comportamiento Alimentario Cuestionario de Pardo (2004) https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2021/v119n3a07.pdf	1. Dimensión: Preocupación Alimentaria	
	¿Se preocupa por la cantidad de calorías que contienen los alimentos que consume?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre

	¿Revisa las etiquetas de los alimentos para conocer las calorías que contienen?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	¿Consume alimentos evitando las frituras y grasas?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	¿Los lácteos que consume son descremados?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	¿Consume bebidas comerciales (jugos de botella, gaseosa) durante la semana?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
2. Dimensión: Guías alimentarias		
	¿Cuántas veces a la semana consume legumbres? (frejol, arveja, lenteja, chochos, garbanzo)	No consume 1 a 2 3 a 4 5 a 6 Diario
	¿Cuántas porciones de verdura consume al día?	No consume 1 2 3 4 o más 4

	¿Cuántas frutas consume al día?	No consume 1 2 3 4 o más 4
	¿Cuántas veces a la semana consume pescado?	No consume 1 a 2 3 a 4 5 a 6 Diario
	¿Realiza las 4 comidas recomendadas al día (desayuno, refrigerio, almuerzo, refrigerio, merienda)?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	Si come a deshoras, ¿consume alimentos bajos en calorías (fruta, un vaso de agua, etc.)?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
3. Dimensión: Alimentación fuera de horarios		
	Cuando tiene ansiedad o está bajo/a de ánimo, ¿Suele comer a deshoras?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	Cuando esta aburrido/a ¿Le da hambre?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre

	¿Se sienta a comer con mucha hambre?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	¿Consume alimentos entre sus 4 comidas recomendadas? (Desayuno, almuerzo, refrigerio, merienda) es decir, un refrigerio adicional.	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	¿Come solamente cuando tiene hambre?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
4. Dimensión: Conciencia de alimentación		
	¿Cuándo intenta reducir peso, ¿lo comunica a los que le rodean para que lo apoyen?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	¿Cuántas veces al día consume golosinas o snack (papas fritas, dulces, etc.)?	No consume 1 2 3 4 o más de 4
	¿Deja de comer cuando esta saciado/a?	Nunca Pocas veces

	<p>Con alguna frecuencia</p> <p>Muchas veces</p> <p>Siempre</p>
5. Comportamiento alimentario	
¿Se sirven raciones pequeñas?	<p>Nunca</p> <p>Pocas veces</p> <p>Con alguna frecuencia</p> <p>Muchas veces</p> <p>Siempre</p>
¿Come solamente cuando tiene hambre?	<p>Nunca</p> <p>Pocas veces</p> <p>Con alguna frecuencia</p> <p>Muchas veces</p> <p>Siempre</p>
¿Cuántas veces a la semana consume pastas? (fideos, tallarines, macarrones)	<p>No consumo</p> <p>1 a 2</p> <p>3 a 4</p> <p>5 a 6</p> <p>Diario</p>
¿Aplica o practica algún tipo de dieta basada en alimentos específicos o con medicamentos?	<p>Nunca</p> <p>Pocas veces</p> <p>Con alguna frecuencia</p> <p>Muchas veces</p> <p>Siempre</p>
¿Cuánto pan consume al día?	<p>No consumo</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4 o más de 4</p>

Mientras come ¿mira la televisión o lee?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
¿Cada cuántos días consume comida rápida (comida chatarra) por semana?	No consumo 1 a 2 3 a 4 5 a 6 Diario
6. Dimensión: Productos cárnicos	
¿Cuántas veces a la semana consume carne de cerdo, rojas, pollo o pescado?	No consumo 1 a 2 3 a 4 5 a 6 Diario
¿Come carnes grasas?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
7. Dimensión: Lácteos y cereales	
¿Cuántas veces al día consume productos lácteos?	No consumo Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
¿Cuántas veces a la semana consume cereales (Kelloggs,	No consumo 1 a 2 3 a 4 5 a 6

	Zucaritas, Froot lops, Corn flakes, ¿etc)?	Diario
8. Dimensión: Actividad física		
	¿Camina diariamente al menos 30 minutos?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	¿Cada cuánto realiza actividad física por semana?	No realizo 1 a 2 3 a 4 5 a 6 Diario
	¿Con que frecuencia usted cumple con la recomendación de beber al menos 8 vasos de agua al día?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
9. Dimensión: Actitud de alimentación		
	¿Come sentado/a?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
	¿Come despacio y en un tiempo razonable?	Nunca Pocas veces Con alguna frecuencia Muchas veces Siempre
10. Dimensión: Actividad sedentaria		

	¿Cuántas horas al día pasa sentado/a, en alguna actividad?	Menos de 1 1 a 2 3 a 4 5 a 6 Más de 6
	Clasificación final de conductas y hábitos alimentarios. Categorías según los cuartiles	Deficientes < P 25 Suficientes P 25 – P75 Saludables > P 75

3.6 Métodos y técnicas de recolección de datos.

3.6.1 Recolección de la información

Para la obtención de datos se utilizó el listado de los estudiantes legalmente matriculados de primer y octavo semestre obtenidos del Sistema Informático de la UTN. Se aplicó un consentimiento informado y una encuesta Online que constó de 42 preguntas mediante el uso de la plataforma Google Forms, en la que se consultó las características sociodemográficas de la población y el comportamiento alimentario.

Encuesta sociodemográfica: se recolectó datos de los estudiantes como: edad, sexo, auto identificación, estado civil, con quien vive y lugar de residencia.

Comportamiento alimentario: para identificar el comportamiento alimentario de los estudiantes, se aplicó el cuestionario de Pardo (2004), para poder medir el comportamiento alimentario se tomaron en cuenta las siguientes dimensiones:

- Preocupación alimentaria (5 preguntas)

- Guías alimentarias (6 preguntas)
- Alimentación fuera de horarios (5 preguntas)
- Conciencia de alimentación (3 preguntas)
- Comportamiento alimentario (7 preguntas)
- Productos cárnicos (2 preguntas)
- Lácteos y cereales (2 preguntas)
- Recomendaciones para actividad física (3 preguntas)
- Actitud de alimentación (2 preguntas)
- Actividad sedentaria (1 preguntas)

Cada pregunta tenía 5 opciones de respuesta, la opción que reflejaba un peor comportamiento recibía un punto y la mejor 5 puntos, de esta forma al final del instrumento conformado por 35 preguntas el puntaje máximo podía ser de 175 puntos y el mínimo de 35.

Con el puntaje final obtenido de todos los sujetos de estudio se formó cuartiles de forma automática asignando rangos a casos con la función `n_tiles` de SPSS, los mismos que fueron clasificados posteriormente como: Deficientes < P 25; suficientes P 25 – P75 y saludables > P 75.

Asimismo, con cada dimensión se procedió a comparar la media del puntaje obtenido por los estudiantes de cada semestre con la finalidad de buscar diferencias entre sí. El puntaje máximo y mínimo de cada dimensión dependía del número de preguntas que comprendía cada dimensión.

3.6.2 Análisis de datos

Para el análisis de datos obtenidos se elaboró la base de datos propia de la plataforma de Google Forms, la cual se depuró, trató, codificó y se importó de manera directa al programa SPSS versión 25 en español. Los resultados se presentaron en tablas estadísticas a través de frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar. Para estudiar las diferencias (comparar) de puntuación entre las dimensiones y el puntaje final del instrumento se realizó una comparación de media a través del estadístico T-

Student. Por otro lado, las diferencias de proporciones se estudiaron a través del estadístico Chi cuadrado de Pearson, los valores p inferiores a 0,05 se consideraron significativos para ambas pruebas, los supuestos de normalidad se cumplieron para este proceso.

CAPÍTULO IV

4.1 Resultados y discusión

Tabla 1. Características sociodemográficas de los estudiantes de primer y octavo semestre.

Variable	n=61	%
<i>Semestre</i>		
Primero	30	49,18
Octavo	31	50,82
<i>Edad</i> (años) ($\square \pm DE$)	22	3,12
<i>Sexo</i>		
Mujer	51	83,61
Hombre	10	16,39
<i>Etnia</i>		
Mestizo	58	95,08
Indígena	2	3,28
Afro ecuatoriano	1	1,64
<i>Estado civil</i>		
Casado/a	1	1,64
Soltero/a	59	96,72
Unión libre	1	1,64

$\square \pm DE$; media más menos desviación estándar

La muestra estudiada de acuerdo con los datos de la Tabla 1, estuvo conformada por el 51% de estudiantes del octavo semestre y el 49,1% del primer semestre. Existió un mayor número de estudiantes de 22 años de edad de acuerdo a la edad media de la población indagada. Predominó el género femenino con el 84%. En lo que corresponde a la etnia, más de la mitad de los estudiantes el 95% se auto identificaron como mestizos. En relación al estado civil el 96% de la muestra son solteros.

Datos similares se obtuvieron en un Instituto Médico de Nutrición y Dietética en Turkey donde evaluaron la conducta alimentaria durante el confinamiento provocado por el virus COVID-19 a estudiantes universitarios, el 53% de la muestra son mujeres, y la edad media también fue de 21 a 22 años de edad (27).

Tabla 2. Dimensiones del comportamiento alimentario del primer y octavo semestre.

Dimensiones	Primer semestre (n=30)		Octavo semestre (n=31)		P
	Media	± DE	Media	± DE	
1. Preocupación alimentaria	14,90	2,77	17,06	3,74	0,013*
2. Guías alimentarias	17,80	2,80	18,19	3,75	0,645
3. Alimentación fuera de horarios	18,37	2,65	19,58	2,90	0,093
4. Conciencia de alimentación	10,67	2,52	11,58	2,51	0,169
5. Comportamiento alimentario - sedentarios	19,00	1,80	20,06	2,43	0,058
6. Productos cárnicos	5,97	1,22	6,42	1,65	0,229
7. Lácteos y cereales	7,03	1,33	7,39	1,17	0,274
8. Actividad física	9,47	2,53	9,77	3,00	0,667
9. Actitud de alimentación	8,67	1,32	8,58	1,77	0,831
10. Actividad sedentaria	2,97	0,96	2,45	1,15	0,063
PUNTAJE FINAL	114,833	8,7063	121,097	13,4173	0,035*

± DE, más menos desviación estándar

* P valor significativo a nivel inferior de 0,05 a través de estadístico t de Student.

En la investigación se aplicó un cuestionario a los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición, por tanto, todas las respuestas a las preguntas que pertenezcan a cada una de las 10 dimensiones como se muestra en la Tabla 2 se hizo la sumatoria para obtener un puntaje final y observar si la escala es significativa o no, de acuerdo a las variables que se utilizaron en la matriz de media aritmética y desviación estándar. En la dimensión 1 existió mayor preocupación alimentaria en los estudiantes de octavo semestre con una media de (17,06) en contraste a los estudiantes de primer semestre con una media de (14,90), lo que refleja un valor de (p=0,013) una

escala significativa de acuerdo a la media y DE, haciendo referencia al interés que muestran los estudiantes por mantener un peso adecuado y alimentarse saludablemente. El resto de las dimensiones no muestran un valor significativo en su puntaje final ya que sus medias fueron similares. A diferencia de la dimensión 5, sí reflejó un valor casi significativo en los estudiantes de octavo y primer semestre con respecto a las conductas alimentarias – sedentarias con una escala de (p=0,058. No obstante, a nivel de puntaje final se puede identificar que la puntuación final del octavo semestre fue mayor con una diferencia de ± 7 puntos con respecto a la media del primer semestre, siendo estos resultados significativamente diferentes (p, valor 0,035).

Un estudio similar que fue de tipo observacional, transversal y descriptivo, se recopiló datos en estudiantes de la Universidad Nacional de Colombia – Bogotá donde se halló una deficiencia de consumo de grupos de alimentos según las recomendaciones dadas por las Guías alimentarias, bajo consumo como los grupos de frutas el 94% de los estudiantes, grupo de hortalizas el 76%, en general reflejaron inadecuados hábitos alimentarios (28). Así también, una encuesta validada por Pardo (2004), estudiantes de Nutrición y Dietética aplicaron el cuestionario en el Centro de Salud Familiar “Las Américas” de la ciudad de Talca (2009), se observó al momento de la investigación en los usuarios del centro de salud que participaron, la mayoría se correlacionan significativamente en relación a las dimensiones formadas por las preguntas, a diferencia de las dimensiones como: alimentación fuera de horarios, guías alimentarias y conductas alimentarias; estas 3 dimensiones fueron las que menos correlación obtuvieron en el puntaje final (29).

Tabla 3. Comportamientos y hábitos alimentarios de los estudiantes.

Comportamientos y hábitos alimentarios	Percentiles	n=61	%
Deficientes	< P 25	14	22,58
Suficientes	P 25 - P 75	32	51,61
Saludables	> P 75	15	24,19

Conviene señalar que dada la naturaleza de los resultados obtenidos en la presente Tabla 3, englobando el análisis factorial en un concepto de las preguntas que forman parte por cada dimensión, el 22,58% de la muestra total tiene conductas y hábitos alimentarios deficientes, en contraste a las conductas alimentarios suficientes o adecuados con el 51,61% y el 24,19% saludables. Estudios similares en el Centro de Salud Familiar “Las Américas” de la ciudad de Talca (2009), el puntaje final promedio fue de 11.52 puntos, lo que refleja conductas y hábitos alimentarios adecuados de la población investigada, así como también con valores mínimos y máximos de 7.21 y 16.87 puntos respectivamente. Otro estudio, de acuerdo a los datos obtenidos el 28% de los participantes investigados siendo la mayoría de los resultados presentaron hábitos alimentarios deficientes, el 3,4% con hábitos alimentarios suficientes y únicamente el 9% se observó hábitos alimentarios saludables (30).

Estos estudios comparados, permiten ver que los resultados obtenidos en esta investigación son similares a los mismos, ya que se han encontrado de forma general en los estudiantes universitarios, que las conductas y hábitos alimentarios son suficientes o adecuados, así como también escalas de respuestas homogéneas en las preguntas de cada dimensión, obteniendo datos posibles de codificar e interpretar.

Tabla 4. Comportamientos y hábitos alimentarios de los estudiantes primer y octavo semestre.

Comportamientos y hábitos alimentarios	Percentiles	Primer semestre (n=30)(%)	Octavo semestre (n=31)(%)	P
Deficientes	< P 25	30,00	16,13	
Suficientes	P 25 - P 75	53,33	51,61	0,247
Saludables	> P 75	16,67	32,26	

P; p valor obtenido a través del estadístico Chi cuadrado.

En la Tabla 4 la participación de cada semestre se puede observar que predomina una deficiencia en las conductas y hábitos alimentarios en los estudiantes de primer semestre con el 30% y los estudiantes de octavo semestre (16%). Por otra parte, se

encontraron valores similares en cuanto a conducta y hábitos alimentarios suficientes o adecuados en los dos semestres con el 53% primer semestre y el 52% octavo semestre. Finalmente, las conductas y hábitos alimentarios saludables reflejaron la mayoría en los estudiantes de octavo semestre con el 32%. Por tanto, los resultados de estudios semejantes, estudiantes de la Universidad Nacional de Colombia – Bogotá tienen inadecuados hábitos alimentarios, evidenciando que, debido a sus compromisos académicos y la ausencia prolongada de casa durante el día, prefieren comprar y consumir alimentos de bajo costo, listos para ser consumidos, descuidando aspectos importantes como el valor nutricional (28).

CAPÍTULO V

5.1 Conclusiones

- Se encontró una proporción similar de estudiantes entre los dos semestres. La edad media de los sujetos de estudio fue de 22 años, además, existe una mayor proporción de mujeres en comparación a la de los hombres y casi la totalidad de estudiantes eran de etnia mestiza, con un estado civil soltero.
- El comportamiento y hábitos alimentarios de los estudiantes del primer y octavo semestre de la Carrera de Nutrición y Dietética fueron suficientes en la mitad de ellos, sin embargo, es importante destacar que uno de cada cuatro se encontraba con hábitos alimentarios deficientes, lo mismo sucedió con los hábitos saludables.
- Los hábitos alimentarios entre los estudiantes de primero y octavo semestre no mostraron diferencias significativas en casi la totalidad de las dimensiones del comportamiento alimentario, no obstante, se encontró diferencias marcadas en la escala de preocupación alimentaria, la cual fue mayor en los estudiantes de octavo semestre frente a los de primero, lo mismo sucedió con el puntaje final.

5.2 Recomendaciones

- Sugerir a los estudiantes y docentes de la carrera de Nutrición y Dietética, exista propuestas como plan trabajo a las autoridades, quienes deben tener en cuenta que los estudiantes, además de realizar actividades educativas, deben tener suficiente tiempo para acceder a los tiempos de comida en horarios establecidos, contar con una oferta de alimentos nutricionalmente completos y a precios asequibles.

- Proponer valoraciones nutricionales completas en Bienestar Universitario con seguimiento y registros antropométricos especialmente a estudiantes con alteraciones en sus conductas y hábitos alimentarios, seguido de indicaciones alimentarias saludables. Para esto, evaluar a través de indicadores como frecuencia de consumo de alimentos o recordatorios de 24 horas.
- Incluir encuestas o estrategias que contribuyan a mejorar los conocimientos y habilidades de los estudiantes universitarios en una alimentación sana e inocua con el fin de disminuir conductas y hábitos alimentarios deficientes.
- Se recomienda a los estudiantes de la carrera de Nutrición y Dietética realizar campañas de concientización para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles; a través de la importancia de la actividad física con combinación de ejercicios aeróbicos y anaeróbicos, complementando así también, con una alimentación equilibrada y saludable. Contar con elementos que permitan tomar acciones ante estas campañas en torno a la alimentación y nutrición.

BIBLIOGRAFÍA

1. Vallejos Catalina Gesell. Hábitos alimentarios de los estudiantes de educación superior en Chile durante el confinamiento por Covid-19 (1). Universidad del Desarrollo. 2020;46.
2. Sánchez-Ojeda MA, de Luna-Bertos E. Hábitos de vida saludable en la población universitaria. *Nutr Hosp*. 2015;31(5):1910-9.
3. Jerez C, Lucía M, Gamboa-Delgado; Magaly E, Herrera V, Milena S. Artículo Original Satisfacción de estudiantes universitarios frente a un servicio de alimentación institucional y sus factores asociados Satisfaction of university students against an institutional food service and its associated factors.
4. Bravo Salinas SE, Izquierdo Coronel DC, Castillo Zhizhpón AA, Rodas Bermeo PA. Hábitos alimenticios, nocivos y rendimiento académico en estudiantes universitarios en tiempos de Covid-19. *Revista Vive*. 2021 dic 30;4(12):659-72.
5. Pérez-Rodrigo C, Citores MG, Hervás Bárbara G, Litago FR, Casis Sáenz L, Aranceta-Bartrina J, et al. Lourdes Ribas Barba 5,13,14, Amelia Rodríguez Martín 15, Gemma Salvador Castell 14. *Rev Esp Nutr Comunitaria*. 2020;26(2):28010.
6. Federik MA, Calderón C, Degastaldi V, Duria SA, Monsalvo C, Pinto M, et al. Dietary habits and COVID. Descriptive analysis during social isolation in Argentina. *Nutricion Clinica y Dietetica Hospitalaria*. 2020;40(3):84-91.
7. Severi C, Medina M. Cambios en los hábitos alimentarios y actividad física durante el aislamiento físico durante el COVID -19: estudio descriptivo sobre una muestra de trabajadores (Uruguay, abril 2020). 2020;
8. Apolinario Zumaeta RE. Comportamiento alimentario en adultos antes y durante la pandemia por COVID 19, Lima-2020. 2020;2015.
9. Javier Díaz-Castrillón F, Toro-Montoya AI. Artículo de revisión SARS-CoV-2/COVID-19: el virus, la enfermedad y la pandemia SARS-CoV-2/COVID-19: The virus, the disease and the pandemic.

10. Tema R de, Heredia Lima C, Ruiz Gallo Lambayeque P, Médico Infectólogo P, Profesor principal D, en Biología Microbiología Parasitología L, et al. Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional. El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19 The new Coronavirus and Covid-19 pandemic. Rev Med Hered [Internet]. 2020 [citado 2022 nov 12]; 31:125-31. Available from: <https://doi.org/10.20453/rmh.v31i2.3776>
11. Álvarez J, Lallena S, Bernal M. Nutrición y pandemia de la COVID-19. Medicine. 2020;13(23):1311.
12. Primaria A, Petrova D, Salamanca-Fernández E, Rodríguez Barranco M, Navarro Pérez P, Juan J, et al. La obesidad como factor de riesgo en personas con COVID-19: posibles mecanismos e implicaciones. Aten Primaria [Internet]. 2020 [citado 2022 nov 12];52(7):496-500. Available from: www.elsevier.es/ap
13. Fernández. Capítulo I Nutrición 1.1. Alimentación y nutrición 1.1.1 Conceptos básicos. 2016; 1:51.
14. García AM, Magdalys Núñez Velázquez I. Alimentación saludable Healthy nutrition. ARTÍCULO DE REVISIÓN. 2015 sep 15;15.
15. Montero Cruz GDPF. Malnutrición [Internet]. [citado 2022 nov 16]. Available from: [file:///C:/Users/zamir/Downloads/S35-05%2022_II%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/zamir/Downloads/S35-05%2022_II%20(4).pdf)
16. Científico De La B, Superior E, de Tula A, Torres Meza A, Cisneros-Herrera J, Guzmán-Díaz G. Comportamiento alimentario: Revisión conceptual Feeding behavior: a conceptual review. Publicación semestral [Internet]. 2022;9(17):38-44. Available from: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/atotonilco/issue/archive>
17. Armando Barriguete Meléndez J, Vega León S, Cecilia Radilla Vázquez C, Barquera Cervera S, Hernández Nava LG, Rojo-Moreno L, et al. Hábitos alimentarios, actividad física y estilos de vida en adolescentes escolarizados de la Ciudad de México y del Estado de Michoacán Eating habits, physical activity and lifestyles among adolescents in Mexico City and the State of Michoacán. Rev Esp Nutr Comunitaria. 2017;23(1).

18. la Salle U, María Fernanda Lobato-Lastiri M, Díaz-Gay M, María del Rosario Ayala-Moreno M. Arely Vergara-Castañeda 1 Facultad de Ciencias Químicas. RELAIS. 3(1).
19. Velázquez Suhail. Hábitos y estilos de vida saludable. Salud Física y emocional. 3:16.
20. Jorge Antonio Ramos Vázquez MTLSPGGMMCHGM de la LBLEPN. Hábitos de Alimentación en Estudiantes Universitarios. XII Encuentro. :6.
21. Yolanda Fabiola Márquez-Sandoval¹⁻³ ENSRGMO 3, Martha BAMMFBO 3, JSSBVL. Diseño y validación de un cuestionario para evaluar el comportamiento alimentario en estudiantes mexicanos del área de la salud. Nutrición Hospitalaria [Internet]. 2014 may 10 [citado 2022 nov 12];12. Available from: www.ribesmet.com.org
22. Ortega RM, Pérez-Rodrigo C, López-Sobaler AM. Métodos de evaluación de la ingesta actual: registro o diario dietético. Rev Esp Nutr Comunitaria. 2015; 21:34-41.
23. Rodríguez F, Cusme A, Paredes A. El sedentarismo y beneficios de la actividad física en los adolescentes. Polo del Conocimiento. 2020;5(9):1163-78.
24. OMS. Actividad física [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2022 [citado 2022 nov 16]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
25. ECU. Ecuador Saludable, Voy por tí – Base Legal – Ministerio de Salud Pública [Internet]. CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR. 2021 [citado 2022 nov 16]. Available from: <https://www.salud.gob.ec/base-legal/>
26. Carreño-Dueñas JA. Consentimiento informado en investigación Clínica: un proceso dinámico INFORMED CONSENT IN CLINICAL RESEARCH: A DYNAMIC PROCESS CONSENTIMIENTO INFORMADO EM PESQUISA CLÍNICA: UM PROCESSO DINÂMICO.
27. Tazeoglu A, Bozdogan FBK, Idiz C. Nutrición clínica y dietética hospitalaria. Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria. 2020 jul 16;41(2):86-93.
28. Becerra-Bulla F, Pinzón-Villate G, Vargas-Zárate M, Becerra Bulla F. Practicas alimentarias de un grupo de estudiantes universitarios y las dificultades

percibidas para realizar una alimentación saludable Food practices of a group of college students and the perceived difficulties for healthy eating.

29. José Luis Pino V, Claudio Díaz H, Miguel Ángel López E. Construcción y validación de un cuestionario para medir conductas y hábitos alimentarios en usuarios de la atención primaria de salud. *Revista Chilena de Nutricion.* 2011;38(1):41-51.
30. Candel MIJ, Carpena Lucas PJ, Ceballos-Santamaría G, Jiménez JM. Design and validation of a questionnaire to study healthy habits among adolescents aged 12-14 years. *Arch Argent Pediatr.* 2021;119(3):177-84.

ANEXOS

ANEXO 1. Consentimiento informado y Encuesta

Comportamiento alimentario en los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición y Dietética durante el confinamiento por la COVID-19, periodo 2022.

Objetivo: Determinar el comportamiento alimentario de los estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición y Dietética durante el periodo de confinamiento por Covid-19.

***Obligatorio**

1. Consentimiento informado de libre voluntad y participación. *

Acepto libremente participar en el estudio de Comportamiento Alimentario en estudiantes de primer y octavo semestre de la carrera de Nutrición y Dietética durante el confinamiento por la Covid-19, periodo 2022. Reconozco que he sido informado/a de manera clara y sencilla que mi participación en este estudio no implica la aplicación de procedimientos o actividades que pongan en riesgo mi salud o que mi nombre sea revelado y consiste en responder ciertas preguntas relacionadas con mis hábitos alimentarios y actividad física. ¿En base a lo explicado usted está dispuesto/a participar en esta investigación?



Marca solo un óvalo.

- Si acepto (puede continuar con la encuesta)
- No acepto (No puede continuar con la encuesta)

2. Nombre: (Primer apellido y nombre) *

3. ¿A qué semestre pertenece? *

Marca solo un óvalo.

- Primer semestre
 Octavo semestre

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

4. Sexo: *

Marca solo un óvalo.

- Femenino
 Masculino
 Otro: _____

5. Autenticación : *

Marca solo un óvalo.

- Indígena
 Mestizo
 Afro ecuatoriano
 Otro: _____

6. Estado civil : *

Marca solo un óvalo.

- Soltero/a
 Casado/a
 Unión libre
 Divorciado _____

HÁBITOS ALIMENTARIOS

7. ¿Aproximadamente cuál es el valor monetario (\$) mensual que usted destina a su alimentación. *

8. ¿Se preocupa por la cantidad de calorías que contienen los alimentos que consume?

Marca solo un óvalo.

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

9. ¿Revisa las etiquetas de los alimentos para conocer las calorías que contienen? *

Marca solo un óvalo.

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

10. ¿Consumes alimentos evitando las frituras y grasas? *

Marca solo un óvalo.

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

11. ¿Los lácteos que consume son descremados? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

12. ¿Consumes bebidas comerciales (jugos de botella, gaseosas) durante la semana? *

Marca solo un óvalo.

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

13. ¿Cuántas veces a la semana consumes legumbres? (frejol, arveja, lenteja, chochos, garbanzo) *

Marca solo un óvalo.

- No consume
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- Diario

14. ¿Cuántas porciones de verdura consumes al día? *

Marca solo un óvalo.

- No consume
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- Diario

15. ¿Cuántas frutas consumes al día? *

Marca solo un óvalo.

- No consume
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- Diario

16. ¿Realiza las 4 comidas recomendadas al día (desayuno, almuerzo, refrigerio, merienda)? Marca solo un óvalo.

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

17. ¿Cuántas veces a la semana consume pescado? *

Marca solo un óvalo.

- No consume
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- Diario

18. Si come a deshoras, ¿consume alimentos bajos en calorías (fruta, un vaso de agua, etc.)?

Marca solo un óvalo.

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

19. ¿Cuándo tiene ansiedad o está bajo/a de ánimo ¿suele comer a deshoras? *

Marca solo un óvalo

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

20. ¿Cuándo está aburrido/a ¿le da hambre? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

21. ¿Se sienta a comer con mucha hambre? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

22. ¿Consume alimentos entre sus 4 comidas recomendadas? (Desayuno, almuerzo, refrigerio, merienda) es decir, un refrigerio adicional.

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

23. ¿Cuándo intenta reducir peso ¿lo comunica a los que lo rodean para que lo apoyen?

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

24. ¿Cuántas veces al día consume golosinas o snack (papas fritas, dulces, etc.)?

- No consumo
- 1
- 2
- 3
- 4 o más de 4

25. ¿Deja de comer cuando está saciado/a? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

26. ¿Se sirve raciones pequeñas? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

27. ¿Come solamente cuando tiene hambre?

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

28. ¿Cuántas veces a la semana consume pastas? (fideos, tallarines, macarrones)

- No consume
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- Diario

29. ¿Aplica o practica algún tipo de dieta basada en alimentos específicos o con medicamentos?

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

30. ¿Cuánto pan consume al día? *

- No consumo
- 1
- 2
- 3
- 4 o más de 4

31. ¿Mientras come ¿mira la televisión o lee? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

32. ¿Cada cuántos días consume comida rápida (comida chatarra) por semana?

- No consume
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- Diario

33. ¿Cuántas veces a la semana consume carne de cerdo, rojas, pollo o pescado?

- No consume
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- Diario

34. ¿Come carnes grasas? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

35. ¿Cuántas veces al día consume productos lácteos? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

36. ¿Cuántas veces a la semana consume cereales? (Kelloggs, Zucaritas, Froot lops, Corn flakes, etc.)

- No consume
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- Diario

37. ¿Camina diariamente al menos 30 minutos? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

38. ¿Cada cuánto realiza actividad física por semana? *

- No consume
- 1 a 2
- 3 a 4
- 5 a 6
- Diario

39. ¿Con que frecuencia usted cumple con la recomendación de beber al menos 8 vasos de agua al día?

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

40. ¿Come sentado/a? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

41. ¿Come despacio y en un tiempo razonable? *

- Nunca
- Pocas veces
- Con alguna frecuencia
- Muchas veces
- Siempre

42. ¿Cuántas horas al día pasa sentado/a, en alguna actividad? *

- Menos de 1
- 1 a 2
- 2 a 3
- 3 a 4
- 5 a 6
- Más de 6

ANEXO 2. Recolección de datos – Estudiante Alexandra Chimborazo



Encuesta realizada en Google Forms



Recolección de datos de las encuestas



Recolección de información de las encuestas – Estudiante Alexandra Chimborazo

ANEXO 3. Resolución de aprobación de tema de tesis



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD ACREDITADA RESOLUCIÓN Nro. 001-073-CEAACES-2013-13
CARRERA DE NUTRICION Y SALUD COMUNITARIA
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DITÉTICA
Ibarra- Ecuador

Ibarra, 01 de febrero del 2022
Oficio Cir. 013 NSC-UTN

Señores/as
Mg. Amparito Barahona
Mg. Alejandra Gómez
Mg. Aníbal Lechón
Mg. Ivonne Perugachi
Mg. Carlos Silva
Docentes Directores de Tesis
Presente. -

De mi consideración:

Con un cordial saludo, adjunto me permito detallar los Anteproyectos de investigación con los respectivos Directores, de los estudiantes de 8vo semestre del período académico noviembre 2021 – abril 2022, aprobados mediante Resolución N.018 CD.

Nº	ESTUDIANTE	TEMA DEL PROYECTO DE TESIS	DIRECTOR DE TESIS
1	Andrade Ortega María José	Evolución del estado nutricional en pacientes adultos con COVID-19 en el área de UCI del Hospital San Vicente de Paúl. 2021.	Mg. Ivonne Perugachi
2	Caicedo Morales Dayana Lizbeth	Estado nutricional, ingesta alimentaria y rendimiento académico en estudiantes de la Unidad Educativa Sánchez y Cifuentes. Ibarra, 2022	Mg. Carlos Silva
3	Chimborazo Carpio Alexandra Elizabeth	Comportamiento alimentario en los estudiantes de primer y octavo semestre de la Carrera de Nutrición y Dietética durante el confinamiento por COVID-19.	Mg. Anibal Lechón
4	Cuaical Tapie Sandra Maribel	Seguridad alimentaria y condiciones de vida en tiempos de COVID-19 en los hogares del barrio Rancho Chico, Parroquia Ilumán. Otavalo, 2022	Mg. Alejandra Gómez
5	Flores Herrera Nahomi Anahi	Nivel de estrés e ingesta alimentaria en los trabajadores municipales del Gobierno Autónomo Descentralizado del cantón Espejo. Carchi, 2022	Mg. Amparito Barahona
6	Gil Flores Mariuxi Lizeth	Evaluación nutricional en escolares de la Unidad Educativa Jacinto Collahuazo, 2022.	Mg. Amparito Barahona

MISIÓN INSTITUCIONAL

"Contribuir al desarrollo educativo, científico, tecnológico, socioeconómico y cultural de la región norte del país.
Formar profesionales comprometidos con el cambio social y con la preservación del medio ambiente".

Ciudadela Universitaria Barrio El Olivo
Teléfono: 2609-420 Ext. 7407 Casilla 199



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD ACREDITADA RESOLUCIÓN Nro. 001-073-CEAACES-2013-13
CARRERA DE NUTRICION Y SALUD COMUNITARIA
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DITÉTICA
Ibarra- Ecuador

7	Hernández Pineda Cintha Lizbeth	Hábitos alimentarios y estado nutricional en tiempos de COVID-19 en el personal administrativo del Hospital San Vicente de Paúl, 2022	Mg. Carlos Silva
8	Herrera Vaca Sara Lucía	Factores que influyen en la adherencia a la norma de lactancia materna exclusiva en mujeres atendidas en el Centro de Salud "Tulcán Sur". 2022	Mg. Amparito Barahona
9	Juma Paspuel Esteban David	Estado Nutricional y factores de riesgo de desnutrición en preescolares que acuden a consulta en el Centro de Salud San Francisco. Tulcán, 2022	Mg. Ivonne Perugachi
10	Quiguango Sánchez Renny Alexander	Seguridad alimentaria y estado nutricional en niños menores de 5 años del Centro de Salud Tipo B "Lucha de los Pobres". Quito, 2022	Mg. Alejandra Gómez
11	Torres Potosí Daniela Yajaira	Evaluación de la adherencia al tratamiento nutricional en pacientes diabéticos que acuden al Centro de Salud N°1 de Tulcán, 2022	Mg. Anibal Lechón
12	Quishpe Cabascango Daisy Mishell	Hábitos alimentarios y nivel de actividad física en adolescentes de la Unidad Educativa "Diez de Agosto". Otavalo, 2022	Mg. Anibal Lechón

Por su gentil atención, les agradezco.

Atentamente,
"CIENCIA Y TÉCNICA AL SERVICIO DEL PUEBLO"



Mg. Claudia Velásquez
COORDINADORA CARRERA DE NUTRICIÓN

Copia: Estudiantes 8vo semestre

CV/cl

MISIÓN INSTITUCIONAL

"Contribuir al desarrollo educativo, científico, tecnológico, socioeconómico y cultural de la región norte del país.
Formar profesionales comprometidos con el cambio social y con la preservación del medio ambiente".

ANEXO 4. Análisis Urkund

Original

Document information

Analyzed document	TESIS 18 NOV 2022.docx (D150184633)
Submitted	2022-11-18 22:35:00
Submitted by	
Submitter email	jlechon@utn.edu.ec
Similarity	7%
Analysis address	jlechon.utn@analysis.urkund.com

Sources included in the report

SA	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE / Hernández_Cynthia_Tesis.pdf Document: Hernández_Cynthia_Tesis.pdf (D136611356) Submitted by: cmslva@utn.edu.ec Receiver: cmslva.utn@analysis.urkund.com	5
SA	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE / Anrango_Lady_tesis.pdf Document: Anrango_Lady_tesis.pdf (D105917837) Submitted by: cmslva@utn.edu.ec Receiver: cmslva.utn@analysis.urkund.com	7
SA	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE / TESIS 12 OCT 2022.docx Document: TESIS 12 OCT 2022.docx (D146273840) Submitted by: jlechon@utn.edu.ec Receiver: jlechon.utn@analysis.urkund.com	2
SA	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE / DCaicedo_tesis.pdf Document: DCaicedo_tesis.pdf (D137980984) Submitted by: cmslva@utn.edu.ec Receiver: cmslva.utn@analysis.urkund.com	2
SA	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE / Santín María revisado por tvo.docx Document: Santín María revisado por tvo.docx (D142796867) Submitted by: iaperugachi@utn.edu.ec Receiver: iaperugachi.utn@analysis.urkund.com	1
SA	TRABAJO FINAL REVISION SISTEMATICA_TALLER DE TESIS_SERVAN GARCIA FRANCIS JULIBERN.docx Document: TRABAJO FINAL REVISION SISTEMATICA_TALLER DE TESIS_SERVAN GARCIA FRANCIS JULIBERN.docx (D110474870)	5
SA	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE / MOLINA_SOLANGE_TESIS.docx Document: MOLINA_SOLANGE_TESIS.docx (D13148688) Submitted by: mmolinap@utn.edu.ec Receiver: cavelasquez.utn@analysis.urkund.com	7
SA	Informe final Octubre -21.pdf Document: Informe final Octubre -21.pdf (D126138706)	1
W	URL: https://www.mendeley.com/catalogue/8d942d96-2537-3d45-61e2-0c52b9c06d2/ Fetched: 2021-10-30 15:15:04	1
SA	HILDA T1 INVE.1504.221.2.T1.docx Document: HILDA T1 INVE.1504.221.2.T1.docx (D112522837)	1
W	URL: https://www.salud.gob.ec/base-legal/26 Fetched: 2022-11-18 22:35:00	2
SA	UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE / TESIS 12 OCT 2022.docx Document: TESIS 12 OCT 2022.docx (D146273740) Submitted by: jlechon@utn.edu.ec Receiver: jlechon.utn@analysis.urkund.com	3



MSc. Anibal Lechón
TUTOR DE TESIS

ANEXO 5. Aprobación del Abstract por parte del CAI



"EATING BEHAVIOR IN FIRST AND EIGHTH SEMESTER STUDENTS OF THE NUTRITION AND DIETARY CAREER DURING THE CONFINEMENT BY COVID-19, PERIOD 2022"

Author: Alexandra Chimborazo Carpio

Thesis director: Anibal Lechon

ABSTRACT

Living amid the COVID-19 virus for an extended period has led to changes in eating behaviors. This research determined the eating behavior of the students of the first and eighth semesters of the Nutrition and Dietetics career during the confinement by COVID-19. It was a non-experimental, descriptive, and cross-sectional study with a qualitative-quantitative approach. The studied population was 61 students. Data on sociodemographic characteristics and eating behavior were collected through a validated questionnaire, which measures 10 dimensions of eating behavior. As a result, a mean age of 22 years was found, and 84% were women; 16% were men; 95% were mixed race and 97% were single. Regarding the dimensions of the questionnaire of the total studied, 22.58% had deficient habits, 51.61% sufficient, and 24.19% healthy. In conclusion, the students of the eighth semester obtained better scores in terms of eating behavior, but they also present greater food concerns compared to those of the first semester and, in general, only 1 in 4 university students have healthy eating habits.

Keywords: COVID-19, university students, eating behavior, eating habits.

Reviewed by Victor Raúl Rodríguez Viteri