

INFLUENCIA DE LA EDUCACIÓN NUTRICIONAL SOBRE HáBITOS ALIMENTICIOS EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO XAVIER

INFLUENCE OF NUTRITIONAL EDUCATION ON EATING HABITS IN STUDENTS AT SAN FRANCISCO XAVIER UNIVERSITY

Garcia C. Linda I. ¹, Franco I. Ruth E.¹, Gutierrez S. Nicole A. ¹, Flores L. Jhon K.¹, Humana R. Nayla M.¹ y Humeres S. Roly Y. ¹.

1. Universidad Mayor, Real y Pontificia de San Francisco Xavier de Chuquisaca, Facultad de Ciencias Química Farmacéuticas y Bioquímicas, Instituto Experimental de Biología "Dr. Luis Adam Briañon"

garciaciris9@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-8211-2859>

Recibido en 19 de agosto 2024
Aceptado en 13 de septiembre 2024

Resumen:

Introducción: Considerando que los hábitos alimenticios son influenciados por diferentes factores y que los estudiantes universitarios son considerados una población vulnerable al desarrollo de inadecuadas conductas alimentarias se destaca la necesidad de conocer si los estudiantes que cursan la materia de nutrición y son del área salud al tener una educación nutricional formal se ve reflejado en la adopción de conductas alimentarias saludables. **Objetivo:** Determinar la influencia de la educación nutricional sobre los hábitos alimenticios de los estudiantes de la universidad San Francisco Xavier de Chuquisaca. **Material y Métodos:** El tipo de estudio es cuantitativo, transversal y descriptivo se trabajó con un total de 564 estudiantes. Se elaboró un cuestionario con tres partes que involucraban: datos generales, nivel de educación nutricional y nivel de hábitos alimenticios. Se utilizaron los programas de Epidat 3.1 y Microsoft Excel para el análisis de los datos. **Resultados:** Se determinó que la mayoría de los estudiantes del estudio tienen una educación nutricional regular (51.77%) y hábitos alimenticios regulares (53.01%). En los análisis de correlación se obtuvo un nivel estadísticamente significativo ($p < 0.05$) entre la educación nutricional y los hábitos alimenticios malos. **Conclusiones:** Se identificó que existe una relación entre la Educación nutricional y los hábitos alimenticios, la educación nutricional influye positivamente en el nivel de conocimiento sobre conductas alimentarias, no obstante, en la adopción de hábitos alimenticios no impacta de manera significativa.

Palabras clave:

Educación nutricional, Hábitos alimenticios, Estudiante Universitario, Nutrición.

Abstract:

Introduction: Considering that eating habits are influenced by different factors and that university students are considered a vulnerable population to the development of inappropriate eating behaviors, the need to know if students who study nutrition and are from the health area Having formal nutritional education is reflected in the adoption of healthy eating behaviors. **Objective:** Determine the influence of nutritional education on the eating habits of students at the San Francisco Xavier University of Chuquisaca. **Material and Methods:** The type of study is quantitative, transversal and descriptive, we worked with a total of 564 students. A questionnaire was developed with three parts that involved: general data, level of nutritional education and level of eating habits. Epidat 3.1 and Microsoft Excel programs were used for data analysis. **Results:** It is estimated that the majority of the students in the study have regular nutritional education (51.77%) and regular eating habits (53.01%). In the evaluation analyzes a statistically significant level ($p < 0.05$) was obtained between nutritional education and poor eating habits. **Conclusions:** It was identified that there is a relationship between nutritional education and eating habits, nutritional education positively influences the level of knowledge about eating behaviors, however, it does not have a significant impact on the adoption of eating habits.

Key Words:

Nutritional education, Eating habits, University Student, Nutrition.