

## FACTORES QUE INFLUYEN EN LA INADECUADA ALIMENTACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DE SUCRE

### FACTORS THAT INFLUENCE THE INADEQUATE NUTRITION OF THE STUDENTS OF THE NURSING COURSE OF SUCRE

---

#### RESUMEN

Una inadecuada alimentación conlleva a que los estudiantes no alcancen el máximo de sus capacidades intelectuales, los estudiantes de la carrera de Enfermería por la vulnerabilidad que representa la disminuida ingesta de alimentos, debido a diferentes factores y diferentes situaciones que pueden presentar en sus vidas cotidianas afectando significativamente en el rendimiento académico, físico y mental. Ante esta situación se ha estudiado los factores que influyen en la inadecuada alimentación en los estudiantes de la Carrera de Enfermería de la USFX

El trabajo de investigación tiene un enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal, porque se realiza una recolección de datos numerales en un mismo periodo de tiempo a través de la encuesta aplicada en la población de muestra, con estos resultados se podrán describir los factores de riesgo en el periodo de tiempo y personas elegidas. El estudio tuvo una muestra de 134 estudiantes de la carrera de Enfermería de un universo de 1052 estudiantes matriculados en la gestión 2023. Los resultados obtenidos demuestran que efectivamente uno de los factores que tiene mayor influencia en la alimentación es la economía, considerando el trabajo y ocupaciones, seguido de los factores sociales conformado por la familia y vida universitaria, finalmente los factores ambientales con relación a los estilos de vida.

**PALABRAS CLAVES:** Alimentación Inadecuada, Factores, Estudiantes.

#### SUMMARY

Inadequate nutrition means that students do not reach the maximum of their intellectual abilities, nursing students due to the vulnerability represented by reduced food intake, due to different factors and different situations that may occur in their daily lives, affecting significantly in academic, physical and mental performance. Given this situation, the factors that influence inadequate nutrition in USFX Nursing students have been studied.

The research work has a quantitative, descriptive and transversal approach, because numerical data is collected in the same period of time through the survey applied to the sample population. With these results, the risk factors can be described in the period of time and people chosen. The study had a sample of 134 nursing students from a universe of 1,052 students enrolled in the 2023 administration. The results obtained demonstrate that indeed one of the factors that has the greatest influence on nutrition is the economy, considering work and occupations, followed by social factors made up of family and university life, finally environmental factors in relation to lifestyles.

**KEYWORDS:** Inadequate Nutrition, Factors, Students.

---

**Luz M. Camacho<sup>1</sup>**

ORCID: 0009-0008-7310-4528

**Leydi Duran Soliz<sup>1</sup>**

ORCID: 0000-0002-0088-9888

**Rianet Torrez Andia<sup>1</sup>**

ORCID: 0009-0000-8429-9932

**Jhonny Soliz<sup>1</sup>**

ORCID: 0009-0009-1433-1277

**Loida V. Huayta Paucar<sup>1</sup>**

ORCID: 0000-0002-7251-8293

---

<sup>1</sup>Carrera de Enfermería Facultad de Ciencias de Enfermería y Obstetricia – USFX. Sucre – Bolivia.

---

#### Autor correspondiente:

Luz M. Camacho

E-mail: luzmaría.cm05@gmail.com

---

Recibido: 18 de diciembre de 2023

Aceptado: 27 de febrero 2024

---

## INTRODUCCIÓN

La alimentación es la base para la buena salud mental y física, además de tener importancia para el rendimiento académico, una alimentación es saludable si incluye variedad de alimentos, se prepara siguiendo las normas básicas de higiene y seguridad alimentaria, de este modo se sintetizan los aspectos físicos, psíquicos y sociales que integran la salud<sup>(1)</sup>.

La Organización Mundial de Salud (OMS) 2015, expone que una dieta saludable ayuda a proteger de la malnutrición, así como de las enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer. Así mismo, las dietas insalubres y la falta de actividad física están entre los principales factores de riesgo que afectan la salud.

La mala alimentación conlleva a que nuestra salud no esté en buen estado, provocan muchas enfermedades entre ellas podemos mencionar la desnutrición, anemia, sobrepeso, obesidad, deterioro de la función cognitiva, menor rendimiento académico, puede desencadenar enfermedades crónicas y es una de las causas la menor calidad de vida en la adultez<sup>(2)</sup>.

En la vida universitaria, es común que se combine el estudio, trabajo y recreación, lo cual puede dificultar la planificación de la alimentación adecuada<sup>(3)</sup>.

Los estudiantes jóvenes que durante su formación académica no se preocupan lo suficiente por su tipo de alimentación, este fenómeno se debe a varios factores que influyen en los hábitos alimentarios algunos de estos son: el ambiente familiar, mensajes de los medios, tendencias sociales, entre otros; la formación de hábitos alimentarios se da en primera instancia en el hogar, teniendo también una influencia por la sociedad en la que se desenvuelven<sup>(4)</sup>.

Días Paucara y Aguilar Huerta señalan que el problema de la difícil situación económica, la migración la separación de los padres y otros problemas de orden social y cultural se suman al bajo acceso a una alimentación incapaz de cubrir necesidades mínimas de sobrevivencia, que vienen originando un estado de inseguridad alimentaria, evidencia que el estado nutricional influye en el aprendizaje y rendimiento, este a su vez en la permanencia o abandono del sistema educativo<sup>(5)</sup>.

En Bolivia, la ley 775 fomenta la buena conducta alimenticia, denominada “promoción de alimentación saludable” que tiene por objeto promover hábitos alimentarios saludables, fomento de la actividad física y regular la publicidad de alimentos y bebidas no alcohólicas<sup>(6)</sup>.

En un estudio realizado el año 2016 en los estudiantes de primer año de la Carrera Ciencias de la Educación en la Universidad Mayor de San Andrés de la ciudad de La Paz, indican que hay diferencias significativas entre géneros y paralelos ya que los estudiantes del turno de la mañana, paralelo “A” y del turno de la tarde el paralelo “B” llegan a tener diferentes hábitos por que llegan a omitir diferentes comidas como el desayuno y la cena<sup>(6)</sup>.

Por otra parte, en el estudio realizado el año 2019, se determinó que un 38.37% de estudiantes tienen malos hábitos alimenticios, un 25,58% tienen buenos hábitos alimenticios y un 36,05% tienen hábitos alimenticios regulares. Un porcentaje de estudiantes consideran que el sabor es el factor más importante a la hora de escoger alimentos con un 40,7%. El principal motivo por el cual evitan un alimento, es porque no les gusta y tan solo 12,50% no evitan ningún alimento. En conclusión, los inadecuados hábitos alimentarios hallados en este estudio están relacionados a los factores de que no

desayunan y consumen alimentos que están a su alcance económico. Esta etapa es crítica la adquisición de buenos hábitos alimenticios en la vida universitaria<sup>(7)</sup>.

La carrera de Enfermería se caracteriza por tener una población estudiantil que acceden de diferentes lugares periurbanos y área rural, la distancia de sus viviendas a la facultad de enfermería no permite que los estudiantes retornen a sus casas en la hora del almuerzo, además por ser una carrera de salud tiene programado actividades académicas y prácticas laborales todo el día, lo cual provoca que el estudiante tenga en un tiempo muy limitado para satisfacer sus necesidades alimentarias, teniendo en cuenta que también tienen responsabilidades en su vida diaria.

Para responder a la pregunta de ¿cuáles son los factores que influyen en la inadecuada alimentación de los estudiantes de la Carrera de Enfermería en la USFX, Sucre, 2023?, el presente trabajo de investigación tiene como objetivo general determinar los factores que influyen en la inadecuada alimentación de los estudiantes de la Carrera de Enfermería en la USFX, Sucre, 2023 y los objetivos específicos son: caracterizar los fundamentos teóricos sobre la alimentación en estudiantes, identificar datos socioeconómicos de los estudiantes e identificar los factores sociales, económicos y académicos que influyen en una inadecuada alimentación en los estudiantes.

## MÉTODO

La investigación es cuantitativa, descriptiva y de corte transversal ya que se ha utilizado de la medición para la interpretación de los resultados. A la vez se hizo uso del método deductivo inductivo, partiendo de los datos obtenidos de la muestra para generalizar la información. Como también se ha utilizado el método analítico que permitió la descomposición del fundamento teórico con

respecto a la inadecuada alimentación, permitiendo hacer una redacción del planteamiento del problema, justificación, marco teórico, elaboración de material de recolección de información y análisis de datos obtenidos. De la misma forma el método sintético permitió resumir y priorizar los datos más relevantes del objeto de estudio, así también el razonamiento hipotético-deductivo sirvió de guía para formular las preguntas de los cuestionarios y el método estadístico se utilizó en el análisis y comprender datos cuantitativos de la investigación.

La técnica utilizada fue la encuesta con el instrumento del cuestionario, que fue elaborado por los investigadores, que consta de preguntas cerradas donde comprenden aspectos sociodemográficos, factores sociales, económicos y educativos, mismo que se aplicó a través de Google formulario previa aceptación de cada uno de los participantes sujetos de la investigación.

De un universo de 1052 estudiantes se definió una muestra de 134 participantes, usando el método de muestreo probabilístico de tipo aleatorio simple con el cálculo estadístico para la selección del tamaño de muestra en el universo finito. Se excluyó de la investigación a los estudiantes que no consintieron participar en la investigación, inasistencia a clases teóricas y prácticas con regularidad y que abandonaron la gestión académica, por lo tanto, para la investigación fueron participes los estudiantes matriculados que cursan el primer, segundo, tercer y cuarto año de la carrera de Enfermería, que dieron su consentimiento para participar en la investigación.

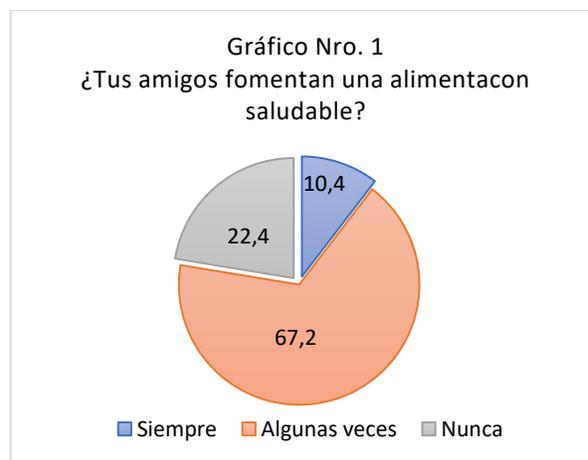
## RESULTADOS

Los resultados obtenidos del estudio son: el 46.6% de los estudiantes son de sexo femenino y 41.3% de sexo masculino, comprendidos entre las edades de 17 a 20

años mujeres (65.7%) y varones (34.3) (Tabla 1). El 38.1% pertenecen al curso de 2do grado.

En la información obtenida de los estudiantes a través de la encuesta sobre el entorno seguido de los problemas familiares e influencia de amigos, permitió observar que hay relación con los problemas familiares con un 50%, seguido también con el entorno familiar con 48.5%, un punto a tomar sobre la influencia de los amigos que es negativa al momento de elegir los alimentos con 22.4%.

En el grafico N<sup>o</sup> 2 se evidencia que la carga horaria académica tiene mucha influencia en los estudiantes de la carrera de Enfermería con un 65.7% relacionándose también con el desempeño académico con un 33.3% que afirman que la inadecuada alimentación influye de manera negativa en el desempeño académico.

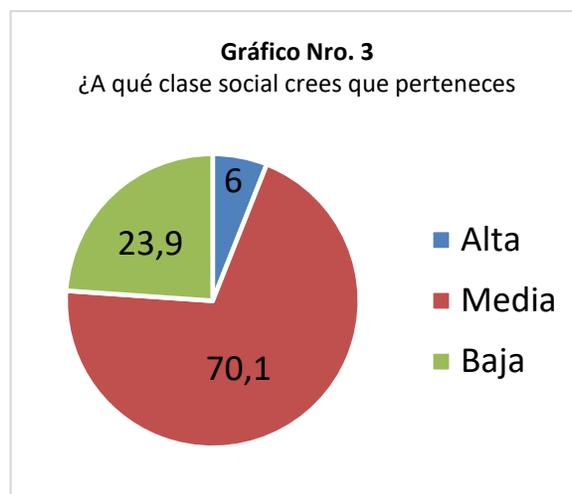
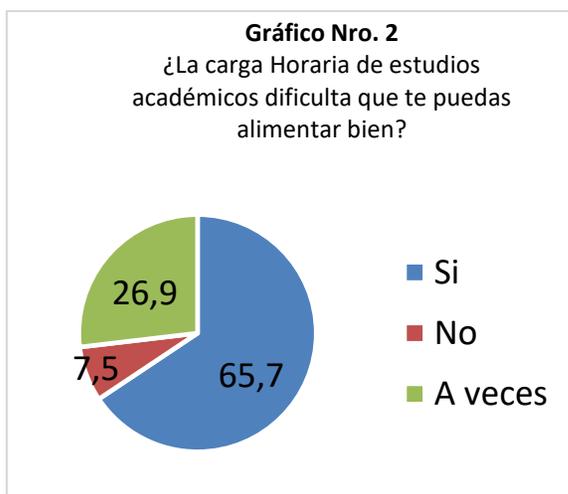


En el grafico N<sup>o</sup> 3 relacionado con el tema socioeconómico podemos observar que la clase económica es muy importante con un 70.1% perteneciendo a la clase media, lo cual altera a su estabilidad económica con un 60.4%, por lo tanto, podemos llegar a concluir que su fuente de ingreso es propia y como muestra el grafico N<sup>o</sup> 6 el 50.7% de los estudiantes trabajan en sus tiempos libres.

**Tabla 1.** Edad y género de los estudiantes de la Carrera de Enfermería, Sucre, 2023

Rango de Edad	Masculino		Femenino		Total	
	N <sup>a</sup>	%	N <sup>a</sup>	%	N <sup>a</sup>	%
17 a 20 años	19	41,3	41	46,6	60	44,8
21 a 24 años	20	43,5	33	37,5	53	39,6
25 y mas	7	15,2	14	15,9	21	15,7
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>	<b>88</b>	<b>100</b>	<b>134</b>	<b>100</b>

**Fuente:** Elaboración propia





En otros resultados de la encuesta tenemos a un 15,7% de los estudiantes que marcaron no saber cuáles son los beneficios de una alimentación saludable y 12,7% afirman no conocer las consecuencias y complicaciones de la mala alimentación, lo cual se asocia también con un 70,1% que aplican sus conocimientos al momento de elegir alimentos saludables solo en algunas ocasiones y para determinados alimentos del día.

El 47,8% de los estudiantes afirman que el estilo de vida es el factor interno que más trasciende en la inadecuada alimentación, seguido de la ocupación, actitudes y conocimientos. En los factores externos el 48,5% marco que el ambiente y el entorno es lo que mayormente trasciende para tener una inadecuada alimentación, seguido de la clase social, amigos y familia.

## DISCUSIÓN

En esta etapa de vida universitaria la adquisición de buenos hábitos alimenticios se ve influenciada por situaciones contextuales y diferentes factores, se combina el estudio, trabajo y recreación, lo cual puede dificultar la planificación de la alimentación por el fraccionamiento de los horarios de comidas.

En la Universidad Estatal del Sur de Manabí, Ecuador, el estudio realizado en 2019 muestra que los estudiantes de la carrera de Enfermería tienen hábitos alimenticios inadecuados por consumir alimentos con escasos valores nutritivos, pudiendo estar condicionado por distintos factores influyentes, como la compañía, tiempo, disposición de alimentos y la economía<sup>(8)</sup>, resultados que son semejantes a la investigación dado que los estudiantes de la Carrera de Enfermería presentan una alimentación por falta de tiempo y factor económico, aceptando en tanto los resultados de la investigadora Sonia Palomino Huaccamayta<sup>(9)</sup> donde el 70 % de los estudiantes de Enfermería tienen una alimentación inadecuada y 30% consumen alimentos energéticos de forma inadecuada. Como podemos ver estos factores influyen en una alimentación inadecuada.

Por otra parte, en el estudio realizado en el año 2016 en los estudiantes de primer año de la Carrera Ciencias de la Educación en la Universidad Mayor de San Andrés de la ciudad de La Paz, los resultados obtenidos indican que los estudiantes del turno de la mañana omiten el desayuno y los del turno de la tarde omiten la cena<sup>(6)</sup>, resultado que tiene semejanza con la investigación realizada, los estudiantes respondieron que descartan el desayuno, y no así la cena, ni el almuerzo.

A la vez en la Universidad Mayor Real Pontificia de San Francisco Xavier de Chuquisaca, en un estudio realizado el año 2019, se determinó que los estudiantes tienen malos hábitos alimenticios y el sabor es un factor importante a la hora de escoger alimentos y la inadecuada alimentación tiene relación principalmente con el bajo consumo de desayuno, consumir alimentos fuera de casa y limitado acceso económico.

Con respecto al rendimiento académico en la investigación sobre el efecto en el rendimiento académico en estudiantes universitarios salvadoreños realizado el 2019, refleja que los estudiantes tienen mayor riesgo de contraer enfermedades crónicas no transmisibles debido al bajo consumo de frutas, verduras y legumbres, el asistir a clases con un mal estado de salud interfiere negativamente en el rendimiento académico causando problemas de concentración y aprendizaje<sup>(10)</sup>, resultado semejante se ha identificado en el estudio, dado que los sujetos de investigación afirman que la inadecuada alimentación que presentan afecta en el rendimiento académico.

Finalmente, en relación a los beneficios de una alimentación saludable y consecuencias de la misma, los estudiantes señalan que en su mayoría desconocen los beneficios como también las consecuencias que desencadenan la inadecuada alimentación. Por otra parte, el 70% de los que conocían sobre los beneficios de los alimentos, no aplicaban en su alimentación, con estos resultados concuerda el estudio realizado en la Universidad de Cuenca, Facultad De Ciencias Médicas, Carrera De Enfermería donde señalan que los estudiantes tienen conocimientos deficientes y tienen malas prácticas con dietas poco saludables, distribución inadecuada de las horas de comida en el día, no desayunan ni almuerzan y consumen comida en la calle<sup>(11)</sup>.

## CONCLUSIÓN

Los factores que son más frecuentes en la inadecuada alimentación de los estudiantes son los relacionados con la familia, estudios y economía lo cual llegó a ser un problema de mayor relevancia afectando en su salud alimenticia.

También se determinó que no existe un conocimiento adecuado por parte de los jóvenes ya que algunos afirman no conocer las complicaciones que conlleva una inadecuada alimentación.

En lo que se refiere a la práctica alimentaria de los estudiantes, se determinó la existencia de factores que impiden o dificultan la ingesta de las 4 comidas principales del día, la carga horaria, la inestabilidad económica, problemas familiares y los entornos donde suele pasar más tiempo, en este caso son los ambientes de la Facultad de Enfermería, los cuales se encuentran en déficit de sitios donde se pueda ingerir los alimentos con normalidad, los estudiantes recurren a comedores externos o simplemente dejan comer.

Por otra parte, se observa un porcentaje de los estudiantes que tienen responsabilidades laborales para generar recursos económicos propios, teniendo como consecuencia el doble de responsabilidad para abarcar el trabajo y el rendimiento académico, dejando olvidado el cuidado nutricional que necesita el cuerpo humano.

**REFERENCIAS**

1. Mendoza, Clavijo Raquel. Alimentación adecuada en las diferentes etapas de la vida. La Paz: Garza Azul. 2009: 61.
2. Gallegos SC. La mala alimentación infantil. Una mirada desde la Medicina Social - Salud Colectiva. En: Tramas De Las Desigualdades En América Latina y El Caribe Saberes, Luchas y Transformaciones. Documentos de la 9ª Conferencia Latinoamericana y Caribeña de Ciencias Sociales; 2022 jun 7 – 10; Ciudad de México, México: CLACSO; 2022.
3. Jumique A. Qué debemos comer según nuestra edad para gozar de buena salud. Prensa Libre. 2019 nov 22. Disponible en: <https://www.prensalibre.com/vida/salud-y-familia/la-alimentacion-ideal-segun-la-edad-para-gozar-de-buena-salud/> Consultado junio 15, 2023.
4. Estrella C. Factores Relacionados Con Las Prácticas Alimentarias En El Consumo De Alimentos Ofertados En El Bar Escolar De Los Adolescentes Del Colegio “La Presentación”. (Tesis Licenciatura). Quito, Ecuador: Universidad Pontificia Católica Del Ecuador: 2013.
5. Molina J. Hábitos alimenticios saludables y su legislación en Bolivia. Medica boliviana. Gaceta Médica Boliviana. 2016. Dic: 39 (2): 122 – 123.
6. Calisaya LM. Hábitos Alimentarios De Riesgo Nutricional En Estudiantes De Primer Año De La Carrera Ciencias De La Educación En La Universidad Mayor De San Andrés De La Ciudad De La Paz (Tesis Licenciatura). La Paz; Bolivia: Universidad Mayor De San Andrés; 2016.
7. Colque ME, Vedia. MJ, Arias MS, Montalvo S, Mamani PA, Aguilar GL, et al. Hábitos Alimenticios En Estudiantes De La Universidad Mayor Real Y Pontificia San Francisco Xavier De Chuquisaca. Bio Scientia. 2019 Oct 2; 2(4): 91 - 101.
8. Zambrano RO, Domínguez JL y Macías AM. Hábitos alimenticios en estudiantes de la carrera de Enfermería. Salud VIVE. 2019 May 1; 5(2): 92 – 98.
9. Palomino S. Alimentación Y Estado Nutricional De Los Estudiantes De Enfermería X Ciclo De La Universidad San Juan Bautista Chorrillos, Abril 2022. (Tesis Licenciatura). Lima, Perú: Universidad Privada San Juan Bautista; 2023.
10. Villatoro M. Las Prácticas Culturales De Alimentación Y El Efecto En El Rendimiento Académico En Estudiantes Universitarios Salvadoreños. Diálogo Interdisciplinario Sobre Educación. 2019 Jul 31; 1(1): 29 – 46.
11. Verdugo DV y Verdugo ME. Conocimientos Y Prácticas Sobre Los Hábitos Alimenticios En Los Estudiantes De La Carrera De Enfermería, Cuenca, 2017. (Tesis Licenciatura). Cuenca, Ecuador: Universidad De Cuenca; 2017.