

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL
DE HUAMANGA**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS:

**Relación entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en
estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH,
Ayacucho 2023.**

Para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

PRESENTADO POR:

**Bach. Elizabeth PALOMINO QUISPE
Bach. Maryluz EYZAGUIRRE OROSCO**

ASESOR:

Mg. Fredy BERMUDO MEDINA

AYACUCHO - PERÚ

2024

DEDICATORIA

A Dios por darme la vida y la salud, a mis queridos padres por su orientación y su apoyo incondicional. A mis hermanos por sus orientaciones y sus buenos consejos.

Elizabeth

Al Dios por cuidarme y protegerme. A mis adorados padres por su constante apoyo económico y por sus buenos consejos, porque gracias a ellos he concluido mi carrera profesional y cumplir mis sueños.

Mary Luz

AGRADECIMIENTO

A nuestra primera casa superior de estudios, la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga por habernos acogido en sus aulas universitarias y darnos la oportunidad de realizarnos como profesionales.

A la Escuela Profesional de Enfermería y su plana de docentes, por transmitirnos todos los conocimientos además de formarnos profesionales con principios y valores que el mundo necesita.

A nuestro asesor Mg.Fredy Bermudo Medina por su compromiso, apoyo y orientación durante todo el desarrollo del presente estudio.

A los miembros del jurado, por el tiempo brindado en la revisión del trabajo de investigación.

A los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, por apoyarnos en la recolección de datos a través del llenado del cuestionario de hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales que permitió presentar los resultados de la investigación.

“RELACION ENTRE HABITOS ALIMENTARIOS Y AFECCIONES GASTROINTESTINALES EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA - UNSCH, AYACUCHO 2023”.

Palomino Quispe, Elizabeth y Eyzaguirre Orosco, Maryluz

Resumen:

Objetivo: Determinar la relación entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023. **Material y método:** la investigación está enmarcada dentro del enfoque cuantitativo, tipo aplicada, nivel de alcance descriptivo correlacional y de corte transversal. La población estuvo conformada por 412 estudiantes de Enfermería, y la muestra probabilística 200 estudiantes. La técnica de recolección fue la encuesta. El un cuestionario pre estructurado sobre.

Resultados: del 100% de estudiantes encuestados, el 63.0% presenta hábitos alimentarios poco saludables; el 35.5% hábitos alimentarios saludables y el 1.5% hábitos no saludables. Respecto a las afecciones gastrointestinales: el 28,0% presentó acidez y ardor estomacal; el 19,0% flatulencia y eructos; el 16,0% dolor abdominal; el 13,5% diarreas y el 7,5% otros síntomas gastro intestinales como hipo, reflujo, náuseas y vómitos. El 15,5% de estudiantes no presentó ninguna afección gastrointestinal. En cuanto a la intensidad, el 68.0% presentaron afecciones gastrointestinales de intensidad leve y el 16,0% de intensidad moderada. **Conclusiones:** a través del coeficiente de correlación de Rho de Spearman ($Rho: -0.439, p < 0.000$), se determina que existe correlación media inversa y significativa entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales, en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de san Cristóbal de Huamanga.

Palabra clave: hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales

**“RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY HABITS AND GASTROINTESTINAL
CONDITIONS IN STUDENTS OF THE PROFESSIONAL SCHOOL OF
NURSING - UNSCH, AYACUCHO 2023.”**

Palomino Quispe, Elizabeth and Eyzaguirre Orosco, Maryluz

SUMMARY:

Objective: Determine the relationship between eating habits and gastrointestinal conditions in students of the Professional School of Nursing - UNSCH, Ayacucho 2023. Material and method: the research is framed within the quantitative approach, applied type, level of descriptive correlational and cross-sectional scope. . The population was made up of 412 Nursing students, and the probabilistic sample was 200 students. The collection technique was the survey. The a pre-structured questionnaire about. Results: of 100% of students surveyed, 63.0% have unhealthy eating habits; 35.5% healthy eating habits and 1.5% unhealthy habits. Regarding gastrointestinal conditions: 28.0% presented heartburn and heartburn; 19.0% flatulence and belching; 16.0% abdominal pain; 13.5% had diarrhea and 7.5% had other gastro-intestinal symptoms such as hiccups, reflux, nausea and vomiting. 16.0% of students did not present any gastrointestinal condition. Regarding intensity, 68.0% presented gastrointestinal conditions of mild intensity and 16.0% of moderate intensity. Conclusions: through Spearman's Rho correlation coefficient (Rho: 0.439, $p < 0.000$), it is determined that there is a negative, statistically significant average relationship between eating habits and gastrointestinal conditions in nursing students at the National University of San Francisco. Cristobal de Huamanga.

Keyword: eating habits and gastrointestinal conditions

INDICE

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
RESUMEN	iv
SUMARY	v
INDICE	vi
I. INTRODUCCION	7
II. MARCO TEORICO	16
2.1 Antecedentes de la investigación.....	16
2.2 Base teórica.....	25
2.3 Hipótesis	38
2.4 Variables	38
III. DISEÑO METODOLOGICO	41
3.1. Enfoque de investigación	41
3.2. Tipo de investigación	41
3.3. Alcance de la investigación.....	41
3.4. Tipo de diseño de investigación	41
3.5. Área de estudio	42
3.6. Población	42
3.7. Muestra	42
3.8. Técnicas e instrumento de recolección de datos.....	44
3.9. Recolección de datos	45
3.10. Procesamiento de datos.....	45
3.11 Presentación y análisis de resultados	46
IV. RESULTADOS.....	47
DISCUSIÓN	54
CONCLUSIONES	61
RECOMENDACIONES	63
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	64
ANEXOS	69
1. Instrumentos de recolección de datos	
2. Matriz de consistencia	
3. Consentimiento informado.	

CAPITULO I

INTRODUCCION

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), alimentarse es una necesidad básica y un derecho que le asiste a todos los seres humanos sin distinción de ninguna índole, esto hace que las personas trabajen a diario para conseguir el sustento nutricional que requiere su familia, prácticamente, es una auténtica lucha para muchos habitantes de este planeta, para algunos es más fácil y para otros más difícil. Sin embargo, el tipo de alimento y el régimen alimentario de los seres humanos, está determinada por algo más que buscar y consumir, está fuertemente influenciada, por aspectos geográficos, culturales, religiosos, psicológicos, económicos e incluso políticos, que explican de por sí, la existencia de la gran mega diversidad culinaria que hay en el mundo. Además, en el marco de la seguridad alimentaria, la población debe tener disponibilidad de alimentos, capacidad para accederlos y herramientas para utilizarlo, situación que es muy precaria en un gran sector de la población mundial (1).

Los hábitos alimentarios (1) son definidos como una serie de conductas y actitudes que engloban el comportamiento de la persona con relación a la alimentación, estos van desde la obtención y selección de los alimentos hasta su preparación y consumo de los mismos, acorde a su concepción socio cultural, sumado a ello, la conservación de los alimentos, la calidad de la preparación y las practica de higiene que son determinantes para garantizar una alimentación saludable, y por el contrario, las malas prácticas de alimentación pueden desencadenar infecciones y/o trastornos digestivos en perjuicio de la salud.

Por otro lado, los trastornos gastrointestinales son alteraciones fisiopatológicas de uno o más órganos del sistema digestivo y se manifiestan en el paciente con signos y síntomas característicos de baja, mediana o alta intensidad según su gravedad, las sintomatologías digestivas más comunes son los eructos, flatulencia, dolor abdominal y diarreas causados por la ingesta de alimentos en mal estado de conservación o contaminados, en otros casos, pueden haber síntomas digestivos por consumir leche o alimentos ricos en grasas. La mayoría, de las afecciones gastrointestinales son leves y de baja intensidad que se resuelven mejorando los hábitos de alimentación, sin embargo, otras afecciones que pueden ser graves y requerir atención médica o incluso intervención quirúrgica (2).

Según la (OMS) (3) las enfermedades gastrointestinales como el caso de las diarreicas por consumo de alimentos, ocasionan alta prevalencia de morbilidad como motivo de consulta médica en el mundo de ellos aproximadamente 230.000 personas fallecen por año por causas de orden digestivo, la causa más común es la ingesta de huevos crudos o mal cocidos, verduras y frutas mal lavadas, agua contaminada, productos lácteos en mala conservación, dentro de ellos están la fiebre tifoidea, salmonelosis y hepatitis (3). Asimismo, las afecciones digestivas causadas por Salmonella no tífica y E. Coli patógena generan un problema de salud pública en casi todos los países de bajos ingresos, mientras que Camphylobacter es un agente patógeno prevalente en los países de altos ingresos(4).

En el Perú, el Ministerio de Salud en su reporte epidemiológico del 2021 ,reportó que las enfermedades digestivas constituyen un importante problema de salud

pública a nivel nacional, estas afecciones son provocadas por consumo de agua o alimentos contaminados con microorganismos, parásitos o sustancias tóxicas que producen los mismos agentes. La manifestación clínica más común de la enfermedad gastrointestinal son las diarreas, dolor abdominal, fiebre, flatulencia, náuseas, vómitos, malestar y ausencia de apetito, por lo que se considera como una importante carga de enfermedad. Los agentes etiológicos más frecuentes son las norovirus, *Campylobacter* spp., *Salmonella* entéricas, *Salmonella typhi*, *Tenia solium*, *Staphylococcus aureus*, *Clostridium perfringens*, *Escherichia coli* y *Shigella*. Alrededor de 70% de las diarreas se originan por la ingestión de alimentos contaminados con microorganismos o toxinas. Las enfermedades predominan en aquellas áreas donde se practican malos hábitos higiénico-sanitarios y en lugares de hacinamiento. El grupo etario más afectado es el de 15 a 44 años, que corresponde a población económicamente activa. Este grupo poblacional presenta alto riesgo de enfermar, porque usualmente consumen alimentos fuera del hogar, por estudios o razones de trabajo (5).

Morales P. realizó una investigación en estudiantes universitarios de medicina de una universidad de Cartagena, donde se determinó que las enfermedades gastrointestinales más prevalentes en estudiantes universitarios fueron la acidez estomacal (53%), gastritis (52,5%) y reflujo gastroesofágico (47,9%), reportó también que las enfermedades gastrointestinales se correlacionan (p valor $< 0,05$) con diversos aspectos del estilo de vida, básicamente con la alimentación y la actividad física. Concluye que la prevalencia, frecuencia y la intensidad de las enfermedades gastrointestinales están vinculadas con la alimentación de los estudiantes.(6)

Por su parte Concepción G. realizó un estudio descriptivo en 402 estudiantes de una universidad privada de Lima, donde se determinó que el 30,6% de estudiantes encuestados presentan trastornos gastrointestinales y un 69,4% no presenta. El 100% de estudiantes que presentan signos y síntomas gastrointestinales, acudieron a consulta médica para descartar un posible trastorno. La enfermedad que más prevalece es la gastritis con 18,2% y en menor proporción el estreñimiento con 4,2% seguido de otro porcentaje que presentan diarreas 3,5% y gastroenteritis el 3%. En cuanto a complicaciones gastrointestinales: 01 estudiante presenta Pancreatitis, 01 Peritonitis y 03 alumnos Litiasis vesicular. Concluye que, los trastornos gastrointestinales tienen una relación baja (0,18) y significativa (0,000) con la forma de vida que llevan los estudiantes.(7)

Un estudio de mortalidad por causa de enfermedades digestivas no neoplásicas realizado por Castillo C. (8) en la población adulta del Perú, determinó que una causa importante de mortalidad por afecciones digestivas son las enfermedades hepáticas, como cirrosis y fibrosis quística, ubicándose en el puesto 5 en el 2015, estas muertes son por lo generales el resultado de la descompensación por hemorragia digestiva y otras infecciones asociadas. Se identificó al sexo masculino como principal factor de riesgo de muerte por cirrosis hepática. Las otras enfermedades hemorrágicas digestivas ocuparon el segundo lugar como causa básica de muerte los establecimientos donde no se logra un diagnóstico definitivo. La mortalidad por hemorragia digestiva alta representa el 10%, con mayor incidencia en pacientes hospitalizados por úlcera péptica, lo que sugiere que la mejora de los tratamientos actuales para la úlcera

sangrante puede tener un impacto limitado sobre la mortalidad. También reporta que, la Pancreatitis aguda digestiva con alta tasa de letalidad especialmente de la etiología biliar como colelitiasis y colecistitis no tratadas oportunamente se complican con pancreatitis aguda biliar, esto explica la mayor frecuencia de hospitalizaciones por esta enfermedad. Por otro lado, la mortalidad por úlcera gástrica se debe a complicaciones como hemorragias y perforaciones agravadas (8).

Asenjo A. (9) realizó un estudio de afecciones gastrointestinales en estudiantes universitarios de la universidad San Ignacio de Loyola, donde se determinó que la gastritis crónica es uno de los problemas más frecuentes en jóvenes y adolescentes universitarios. Concluye que la gastritis crónica en los alumnos de la universidad se debe a desórdenes alimenticios y otros problemas secundarios. El impacto de la enfermedad afecta el aspecto físico, psicológico de los universitarios. El factor que tiene mayor relación es la alimentación, como comer comida rápida o comer en lugares en los que la limpieza y manipulación de alimentos no es la adecuada. (9)

Respecto a los hábitos alimentarios, la OMS (10) definen como una serie de conductas y comportamientos colectivos, que influyen en la manera de escoger, preparar y consumir un determinado alimento, el cual debe cumplir con un aporte nutricional, que le permita al cuerpo obtener la energía suficiente para el desarrollo de las actividades diarias. La alimentación son los medios más notables para mejorar la salud. (10)

Moreno C, Pérez N. (11) en su estudio de hábitos alimentarios asociados a sintomatología digestiva en estudiantes de la Universidad San Luis Gonzaga,

determinó que las enfermedades digestivas más frecuentes son: la Pirosis, Regurgitación, náuseas, vómito, hambre dolorosa, distensión abdominal y anorexia. Las estudiantes que sufren estos malestares son los que tienen un desorden en sus hábitos alimentarios.(11)

Al respecto, observamos con frecuencia que cuando un joven provinciano ingresa a la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, migran de otros pueblos a la provincia hacia Huamanga para seguir sus estudios universitarios y al no tener una familia o casa propia, arrienda una habitación de preferencia en un lugar cercano a la ciudad universitaria. Y para su alimentación adopta hábitos alimentarios diferentes a lo que tenía en su ciudad natal, por lo general consume sus alimentos en la calle, en restaurantes, kioscos básicamente por razones económicos, culturales o falta de tiempo. Esta forma de alimentación callejera cuando no cumple condiciones básicas de higiene, se constituye en factor de riesgo para afecciones gastrointestinales para el comensal.

En ese contexto, las investigadoras durante nuestra permanencia en las aulas universitarias hemos podido observar en nuestros compañeros, la presencia recurrente de sintomatologías gastrointestinales, como cólicos abdominales, diarreas, flatulencia, gastritis, eructos, hipo, reflujo etc, prioritariamente en aquellos estudiantes foráneos que consumen comida rápida en kioscos, restaurantes, carretillas, etc. También durante nuestra convivencia universitaria observamos que cada uno de los estudiantes tiene una manera peculiar de alimentarse, en cuanto a la frecuencia, al horario, la cantidad, la calidad y tipo

de alimento, todo ello, depende de la disponibilidad de tiempo, de sus preferencias alimentarias u otros factores socio culturales y económico; unos comen solamente en la calle, otros en el comedor universitario y algunos en su casa. Al interactuar con algunos de ellos refieren que por lo menos una vez a por semana presentan alguna sintomatología digestiva como diarreas, cólicos, inclusive, algunos reciben tratamiento médico. Por otro lado, al visitar e interrogar a los profesionales del tópico universitario y de los consultorios de Bienestar universitario, nos enteramos que son muchos los estudiantes que consultan por presentar molestias gastrointestinales, y que algunos son referidos al hospital para recibir tratamiento especializado.

Estas fueron nuestras motivaciones que nos condujo a plantearnos el siguiente problema de investigación: ¿Qué relación existe entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023?

Frente al problema identificado, planteamos los siguientes objetivos: Objetivo General: Determinar la relación entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.

Objetivos Específicos:

- Identificar los hábitos alimentarios en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.
- Identificar la presencia de afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.
- Identificar la frecuencia de afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.

- Identificar la intensidad de las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.
- Relacionar los hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.

La Hipótesis formulada fue: **Hi:** Existe relación significativa entre los hábitos alimentarios y las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023, y **Ho:** No existe relación significativa entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023. Con respecto a la metodología, el estudio corresponde al enfoque cuantitativo, tipo aplicada, según su alcance es descriptivo correlación de corte transversal; la población estuvo constituido por todos los estudiantes de Enfermería de la UNSCH, el tamaño de muestra está representado por 200 estudiantes, seleccionados por muestreo probabilístico. La técnica de recolección fue la encuesta y los instrumentos de medición están conformados por cuestionario pre estructurado de hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales.

Los resultados más importantes de la investigación son: del 100% de estudiantes encuestados, el 63.0% presenta hábitos alimentarios poco saludables; el 35.5% hábitos alimentarios saludables y el 1.5% hábitos no saludables. Respecto a las afecciones gastrointestinales: el 28,0% presentó acidez y ardor estomacal; el 19,0% flatulencia y eructos; el 16,0% dolor abdominal; el 13,5% diarreas y el 7,5% otros síntomas gastro intestinales como

hipo, reflujo, náuseas y vómitos. El 16,0% de estudiantes no presentó ninguna afección gastrointestinal. En cuanto a la intensidad, el 68.0% presentaron afecciones gastrointestinales de intensidad leve y el 16,0% de intensidad moderada. Conclusiones: a través de la prueba estadística Rho de Spearman ($Rho: -0.439, p < 0.000$), se determina que existe correlación media inversa y estadísticamente significativa entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales, en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

Con este resultado se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación. El contenido del presente informe incluye: Capítulo I: Introducción, capítulo

II: Marco Teórico, Capítulo III: Metodología de Investigación, Capítulo IV: Resultados, Discusión, Conclusiones y Recomendaciones.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACION

2.1.1 A nivel internacional

Morales F. realizó un estudio en Costa Rica 2020, con el objetivo de determinar la relación entre los hábitos alimentarios y los problemas gastrointestinales en estudiantes universitarios de 18- 30 años de Guápiles, Pococí, fue un estudio de nivel descriptivo correlacional, en una muestra de 99 estudiantes universitarios a los cuales se administró el instrumento de anamnesis nutricional y afecciones gastrointestinales. **Resultados:** se encontró que las enfermedades gastrointestinales de mayor incidencia son: La gastritis con 15,2%, intolerancias alimentarias 6,1%, síndrome de colon irritable 5,1%, colitis 4,0%, estreñimiento 4,0%, y enfermedad celiaca 2,0%. El sobrepeso fue mayor en los varones, y en las mujeres normal. Sobre los hábitos de alimentación el mayor porcentaje consume tres comidas al día. Conclusión: concluye que existe una estrecha relación entre los hábitos alimentarios y problemas gastrointestinales (12).

Moreno-Pérez. (13) realizaron un estudio en Argentina 2017, con el objetivo de determinar el grado de asociación entre hábitos alimentarios y sintomatología digestiva alta en estudiantes de la Universidad Nacional de San Luis, fue un estudio descriptivo correlacional en una población de 150 estudiantes universitarios de 20 a 30 años, a los cuales se aplicó la encuesta del Ministerio de Desarrollo Social de Argentina. Resultados: Los resultados mostraron que

la sintomatología digestiva más recurrentes fueron: distensión abdominal, hambre dolorosa, regurgitación, náuseas y pirosis; los aparecieron en menor porcentaje fueron el vómito y anorexia. Se encontró que los síntomas están asociadas al consumo de comidas picantes, salsas, mate cebado, té y café. En el sexo masculino, las bebidas alcohólicas. Conclusiones: se concluye que los síntomas digestivos están asociados a la unido a la presencia de hábitos alimentarios perjudiciales (13).

Mardones L. realizó un estudio en Chile 2021, con el objetivo de identificar los hábitos alimentarios de los estudiantes de la Universidad Católica de Chile. Metodología: fue un estudio descriptivo en 350 estudiantes a quienes se aplicó una encuesta de alimentación. Resultados: se encontró que el 75 % de los alumnos tuvo una alimentación poco saludable, predomina el bajo consumo de frutas (<20 %), bajo consume de verduras (42%), regular agua (46%), y baja prevalencia de conductas saludables, por preferir consumo de bebidas azucarados (36%), embutidos (38%), mayor consumo de pan y carnes blancas ($p<0,05$), Conclusiones: Los alumnos universitarios tienen hábitos alimentarios poco saludables, asociados principalmente a bajo consumo de frutas y verduras (14).

Godínez-Oviedo realizó un estudio en México 2017, con el objetivo de identificar las enfermedades gastrointestinales en estudiantes del estado de Hidalgo. Fue un estudio descriptivo de prevalencia y causas. Resultados: se identificó que el 30.78% de estudiantes padecen de enfermedades gastrointestinales una vez al año; el 15.10% una vez al mes; el 14.37% una vez a la semana; el 13.77% una vez cada tres meses y el 7.26% más de una vez al mes. Referente a los síntomas gastrointestinal el 41.51% de estudiantes presentaron dolor abdominal, vómito,

fiebre y diarrea con una duración de 2 a 3 días. El 65.35% acuden al médico; el 22.01% se atienden con remedios caseros como mates y té; y 12.36% se automedica. Conclusión: se concluye que los hábitos alimentarios, la edad, lugar de residencia, el nivel socioeconómico y el consumo alimentos y bebidas en la calle ($P=0.0005$) se relacionan significativamente con las afecciones gastrointestinales (62.93%) (15).

Jaramillo-Mendiburo. Realizaron un estudio en Ecuador 2017 con el Objetivo de determinar la relación entre los hábitos alimentarios y gastritis crónica en pacientes con endoscopia digestiva alta en un centro médico privado. Metodología: estudio de enfoque cuantitativo, diseño transversal con alcance correlacional, en 110 pacientes de Guayaquil con Gastritis crónica, donde se aplicó una encuesta de consumo de alimentos. Resultados: a través de la prueba estadística Chi cuadrado de Pearson se demostró que el consumo de café, chocolate, comida chatarra y frutas cítricas (0,0001) se asocian al desarrollo de gastritis crónica, Conclusión: Se concluyó que existe relación significativa entre ingesta de alimentos y el diagnóstico de gastritis crónica (16).

Pino C. Realizó un estudio en Ecuador 2018, con el objetivo de determinar los factores predisponentes de las alteraciones gastrointestinales en estudiantes universitarios de Enfermería de la Universidad Católica Santiago de Guayaquil. Método: estudio cuantitativo, descriptivo, prospectivo y transversal; la técnica de recolección de datos fue la encuesta. Resultado: se encontró que el 56% son de femenino y el 44% masculino. El 40% de los estudiantes refirió ingerir alcohol; el 22% consume tabaco, el 38% no tienen hábitos nocivos. Conclusiones: El 48% de los universitarios presentan gastritis como patología preexistente (17).

Morales P, et al. Realizaron un estudio en Colombia 2019, con el objetivo de determinar las enfermedades gastrointestinales que presentan los estudiantes universitarios de medicina de Cartagena. Materiales y métodos: estudio cuantitativo, analítico, descriptivo y transversal. La muestra fue de 219 estudiantes. Se usó un cuestionario de estilos de vida y trastornos gastrointestinales. Resultados: 57,5% mujeres; el 50,7% edades de 20 a 22 años, 92,2% solteros; el 89% no trabajan. Sobre enfermedades gastrointestinales el 53% presentan acidez estomacal, el 52,5% gastritis, el 47,9% reflujo gastroesofágico. Conclusión: el estilo de vida de ellos estudiantes se relaciona con prevalencia, frecuencia e intensidad de las afecciones gastrointestinales(18).

Marulanda H. Realizaron un estudio en Colombia 2018 con el objetivo de determinar y comparar los casos de *Helicobacter pylori*, gastritis nodular y lesiones premalignas del estómago. Metodología, fue un estudio de casos y controles en adultos mayores de 18 años, a quienes se les realizó endoscopia digestiva alta con la respectiva biopsia. Resultados: *H. pylori* 91,9% vs 47,8% ($p < 0,001$); folículos linfoides más frecuentes en el antro que en el cuerpo gástrico (60,5 vs 4,7% $p < 0,00001$). En los casos se encontró cáncer gástrico. Conclusiones: Los pacientes con gastritis nodular son más jóvenes que los controles y el 92% de los casos tenía *H. pylori* (19).

Rey E. realizaron un estudio en España 2010, con el objetivo de determinar la asociación entre enfermedad por reflujo gastroesofágico y síndrome de intestino irritable. Resultados: Se determinó que Guatemala y Honduras tienen mayores tasas de enfermedad inflamatoria intestinal. Las enfermedades gastrointestinales crónicas en América Latina y el Caribe están asociadas a cambio de patrones

alimentarios, la reducción en la actividad física y el estrés (20).

Bautista C. (21) realizó un estudio en México 2010, con el objetivo de estimar la prevalencia del síndrome de intestino irritable (SII) en estudiantes de medicina y relacionar con ansiedad, depresión y estrés, y el impacto en su rendimiento académico. Material y métodos: estudio transversal analítico, comparativo, muestreo probabilístico de 219 estudiantes; Instrumentos: análisis documentario de la historia clínica, el inventario de ansiedad, la escala de depresión de Beck, escala de eventos de la vida y el historial académico. Resultados: en el 94% de estudiantes prevalece la ansiedad, en el 38% depresión y en el 60% el estrés con predominio del sexo femenino($p < 0.05$); ($p > 0.05$). Conclusiones: Existe asociación significativa entre el síndrome de intestino irritable con la ansiedad, depresión y estrés, con diferencia significativa entre varones y mujeres (21).

Lapo C. r(22) realizó un estudio en Ecuador 2019, con el objetivo de determinar el nivel de satisfacción de aspectos sociodemográficos y cultura alimentaria, con un instrumento tipo escala de Likert sobre hábitos de alimentación dentro y fuera de la universidad, la edad, el peso y estatura de los estudiantes. Resultados: se demostró que la preparación de los alimentos influye en la satisfacción con los alimentos. Los estudiantes en mayor proporción tienen hábito alimentario adecuado, según el tiempo y la cocción de la comida (22).

Hernández M. (23) realizó una investigación en Madrid 2020 con el objetivo de: Determinar la relación entre hábitos alimenticios y su impacto en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de Farmacia del ICESA. Metodología estudio observacional transversal, en 102 estudiantes. Resultados. el 50% de estudiantes traer alimentos de su casa y tienen el hábito de desayunar, el 35%

consume una fruta o verdura al día; el 76% refiere que su alimentación influye su rendimiento académico. Conclusiones los estudiantes deben tomar conciencia sobre la práctica de estilos de vida saludable y la forma correcta de alimentarse, de lo contrario sus hábitos de alimentación serán negativas (23).

Pereira C. (24) realizó un estudio en Costa Rica 2017, con el objetivo de identificar el nivel de conocimiento sobre hábitos alimenticios en estudiantes de décimo año. La muestra estuvo conformada por 30 estudiantes y 18 docentes del colegio. Se aplicó una encuesta de respuesta cerrada y abierta. Resultados: se demostró que existe poca cultura nutricional en los estudiantes y poco compromiso del personal docente para enfatizar en clases los hábitos saludables de alimentación (24).

2.1.2 A nivel nacional

Ramos R. (25) realizó un estudio en Huánuco 2023, con el objetivo de determinar la asociación que existe entre factores de riesgo y molestias digestivas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán – Huánuco. Metodología, estudio descriptivo correlacional, prospectivo, observacional, transversal y analítico. Resultados. Los factores de riesgo asociados a las afecciones digestivas son la higiene (94,7%), consumo de agua (77,2%) y hábitos alimentarios (72,5%). Respecto a las molestias digestivas el 71,9% de estudiantes tienen vómitos, diarrea, fiebre y regurgitación; el 54,4% tuvo nauseas, falta de apetito, dolor abdominal y ardor estomacal; el 28,1% no presentaron molestias digestivas. Aplicando Rho de Spearman se determinó que existe relación directa media entre molestias digestivas y malos hábitos alimentarios, consumo inadecuado de agua y deficiente higiene, ($r_s = 0,593$), ($p =$

0,000). Conclusión. Las molestias digestivas se relacionan directamente con los malos hábitos de alimentación en estudiantes de enfermería (25).

Susanibar G. (26) realizó un estudio en Lima 2022, con el objetivo de identificar la presencia de trastornos gastrointestinales en internos de enfermería de la Universidad Nacional del Callao. Metodología: estudio cuantitativo, aplicado y prospectivo, de diseño transversal y alcance correlacional. En una muestra de 60 estudiantes, la técnica la encuesta y el instrumento un cuestionario. Resultados: el 52,08% de internos presentan trastornos gastrointestinales. Con la prueba estadística Chi cuadrada de Pearson (p valor < 0.05), se determinó que existe asociación significativa entre estilos de vida no saludables y presencia de trastornos gastrointestinales en estudiantes internos de enfermería. (26)

Asenjo A. (27) realizó una investigación en Lima 2020, con el objetivo de determinar la prevalencia de gastritis en estudiantes de la universidad San Ignacio de Loyola, donde concluye que, la gastritis crónica es el mayor motivo de consultad en los consultorios médicos. El factor de mayor asociación con la gastritis es la alimentación, por consumir comida rápida y en lugares donde se practica malos hábitos de higiene. Conclusión: La gastritis crónica se da por desórdenes alimenticios y problemas de higiene. El impacto de la gastritis crónica afecta a los estudiantes tanto en el aspecto físico, emocional y social, que se evidencian en las actividades académicas de los universitarios (27).

Galarreta L. (28) realizó un estudio en Lima 2019. con el objetivo de identificar los trastornos gastrointestinales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima. Metodología, estudio cuantitativo de tipo aplicada, diseño descriptivo

correlacional de corte transversal. La muestra probabilística conformada por 402 universitarios. Resultado: la afección gastrointestinal más prevalente es la gastritis (18,2%); estreñimiento (4,2%); diarreas(3,5%) y gastroenteritis (3%). Las principales complicaciones encontradas son Pancreatitis; Peritonitis y Litiasis vesicular. El 30,6% presentan trastornos gastrointestinales y 69,4% no presenta. el 100% de estudiantes con transtornos digestivos acudieron a consulta médica. Conclusión, las afecciones gastrointestinales guardan relación positiva baja (0,28) y significativa (0,000) con el estilo de vida (28).

Peralta H. (29) realizó una investigación en Lima 2021, con el objetivo de identificar la gastritis emotiva en jóvenes postulantes de la CEPRE-UNI, edades de 16 a 19 años. Se utilizó un aplicativo móvil "Al 100%". Resultados: Se determinó que los estudiantes que postulan a la UNI cuentan con un tiempo límite para realizar las actividades en el día y por la fuerte exigencia de estudio, sufren de estrés y problemas gastrointestinales ocasionado principalmente por su mala alimentación (29).

Leyton C. (30) realizó un trabajo de investigación en Lima 2021, con el objetivo de determinar los hábitos alimentarios en estudiantes universitarios. La muestra 346 estudiantes de la Facultad de Ciencias y Filosofía de la UPCH. El instrumento un cuestionario de hábitos alimentarios. Resultados: el 26,01% consumen frutas, 17,92% verduras y el 14.16% consumen leche y derivados. El 91.33% comen más de 3 comidas por día, el 39.31% consumen snacks y postres en media tarde. Conclusión: El mayor porcentaje de estudiantes consumen grupos de alimentos cercanas a las Guías Alimentarias y por ende mejor alimentación y estado nutricional (30).

Torres C, Trujillo C. (31) realizaron un estudio en Lima 2016, con el objetivo de determinar los hábitos alimentarios y factores asociados al consumo de gaseosas y comida rápida. La muestra 165 estudiantes universitarios de la Facultad de Medicina de la Universidad San Martín de Porres, instrumento es cuestionario de 23 ítems. Metodología, estudio descriptivo, bivariado y multivariado correspondiente. Resultados: tomar desayuno fue un factor protector del consumo de comidas rápidas y gaseosas. Conclusión: Los estudiantes consumen comidas rápidas y gaseosas con mayor frecuencia, es necesario promover la educación alimentaria (31).

Ramírez H. (32) realizaron un estudio en Arequipa 2018. con el objetivo de determinar la relación entre conductas alimentarias de riesgo y la insatisfacción de la imagen corporal, en mujeres adolescentes de la I.E. Antonio José de Sucre. Metodología: estudio descriptivo, correlacional de corte transversal. Muestra formada por 193 estudiantes. Resultados: el 50.8% consumen dieta, el 55.9% tienen bulimia y preocupación por la comida, el 53.4% presentan riesgo y 46.6% no presentan riesgo. imagen corporal, insatisfacción corporal (37.8%), miedo a engordar (41.4%), baja autoestima (45.0%) y deseo de perder peso (45.5%). Aplicando el Chi cuadrado, se encontró asociación significativa (0.001) entre conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción de la imagen corporal (32).

2.1.2 A nivel regional

Curí F, Castillo B. (33) realizaron un estudio en Ayacucho 2018, con el objetivo de determinar la relación entre hábitos alimentarios y manifestaciones clínicas de gastritis en estudiantes internos de enfermería de la Universidad Nacional de San

Cristóbal de Huamanga, Metodología: estudio cuantitativo, aplicativo, nivel descriptivo, diseño transversal. Muestra no probabilística, por conveniencia de 30 internos de enfermería de la UNSCH. Técnica de recolección de datos, la entrevista estructurada, e l instrumento un cuestionario. Resultados: el 56.7% de estudiantes tiene hábitos alimenticios inadecuados y 43.3% hábitos alimenticios adecuados; el 66.7% presentan manifestaciones clínicas de gastritis, y el 33.3% no presenta manifestaciones clínicas de gastritis. El 56.7% tiene hábitos alimenticios no saludables, el 66.7% presenta manifestaciones clínicas de gastritis. Conclusión: Según Pearson ($r=0.809$) existe relación significativa ($p=0.01$) entre hábitos alimenticios y manifestaciones clínicas de gastritis (33).

Ayala H, García R. (34) realizaron un estudio en Ayacucho 2017 con el objetivo de determinar la influencia de autopercepción de la imagen corporal con los hábitos alimentarios. Metodología: estudio cuantitativo, tipo aplicativo, nivel descriptivo-correlacional, diseño transversal – retrospectivo. La muestra conformada 237 estudiantes universitarios de Enfermería, Resultados: el 63.8% están satisfechos con su imagen corporal y el 36.2% insatisfechos; el 58,4% tiene hábitos alimentarios regular; el 27,0% hábitos alimentarios bueno y 14,6% malo. Conclusión: La autopercepción de imagen corporal no influye los hábitos alimentarios de los estudiantes de Enfermería (34).

2.2. BASE TEÓRICA

2.2.1 HABITOS ALIMENTARIOS

a) **Definición.** – Los hábitos alimentarios son estilos de comportamientos

alimentario sobre qué comer, donde comer, cuando comer y como preparar cada alimento dependiendo de la capacidad adquisitiva, del tiempo y sobre todo el volumen que se desea disponer, además todo ello es influenciado por la costumbre, idiosincrasia, el clima y el entorno cultural en la que uno se desarrolla (35).

Los hábitos alimentarios incluyen:

- **Elección del alimento:** está referido a tipos de alimentos que una persona elige y consume regularmente, lo cual puede ser influenciado por factores culturales, económicos, de salud y preferencias personales.
- **Frecuencia y horarios de consumo:** Cuántas veces uno come al día y en qué momentos del día.
- **Volumen de porciones:** es la cantidad de alimento que uno se sirve cada vez que come.
- **Preparación:** La manera en que se cocinan los alimentos, sea asado, sancochado, frito, ahumado o al vapor.
- **Lugar donde se come:** La preferencia que uno tiene para consumir su alimento, que puede ser en casa, en restaurante, en quioscos o servicios de comida rápida.
- **Por situación de salud:** muchas veces se prepara dietas específicas por motivo de salud como liquida, semi liquida, blanda, bajas en grasa, bajo de sal, hiperproteica etc.
- **Repercusión psicológicos:** por situaciones de estrés muchas veces se come en exceso o se deja de comer.

Los hábitos de alimentación tienen impacto en la salud y el bienestar de las personas, de ahí que es necesaria mantener una alimentación balanceada y

variada que favorezca un estilo de vida saludable (35).

Los hábitos alimentarios son conductas y comportamientos que se van adoptando a lo largo del diario vivir por constancia y repetición de las maneras de elegir, preparación y consumir alimentos. Los hábitos de alimentación están asociados con las características sociales, económicas y culturales de las personas o la población que al instaurarse en los años pasan a ser costumbres (35).

Los hábitos alimentarios orientan a las personas consumir una determinada variedad de alimentos, en respuesta a gustos y preferencias alimentarias y generalmente comienza en la familia lo cual tiene gran influencia en la adquisición de hábitos desde la niñez (36).

Cada persona tiene hábitos alimentarios por lo general definidos pero no nacen con el si no que van adquiriendo a lo largo de la vida a partir de experiencias alimentarias como un proceso voluntario. Existen hábitos alimentarios por déficit que conducen a la anemia y desnutrición, y por exceso que conduce al sobrepeso u obesidad (36). Los hábitos alimenticios están relacionados con el horario de comer, el número de comidas que se ingiere por día, el tipo de preparaciones, el sabor, la composición nutricional y la higiene que se practica en su preparación (36).

La ONU, a través del Programa Mundial de Alimentos (PMA), tiene la misión de proveer asistencia alimentaria a más de 82,000,000 de personas en ochenta países y actuar en casos de emergencia alimentaria, con el propósito de prevenir el hambre y la inseguridad alimentaria en el mundo. Por su parte la FAO redobla esfuerzos con el propósito de reducir el hambre, la desnutrición y prevenir inseguridad alimentaria

reduciendo la pobreza a través del uso racional de la tierra, el agua y el clima en beneficio de la población y sus generaciones. Asimismo, el Banco Mundial invierte en agricultura, tecnología y capacitación agrícola para incrementar la producción de alimentos nutritivos recuperando degradadas tierras de cultivo para mejorar la seguridad alimentaria de las poblaciones vulnerables (37).

b) La Alimentación. - La alimentación es el proceso por el cual los seres vivos consumen y captan los nutrientes necesarios para crecer, mantenerse saludables, tener energía y hacer que funcione adecuadamente sus órganos y sistemas, para ello deben elegir el alimento, ingerirlo, digerir, absorber, metabolizar y eliminarlo los desechos que no lo utilizan. Mantener una alimentación equilibrada, en proporciones adecuadas es clave para conservar la salud, prevenir enfermedades y asegurar el buen funcionamiento del cuerpo. Además, mantener buenos hábitos de alimentación favorece el bienestar físico, mental y emocional de la persona (37).

c) Alimentación saludable. - para ser saludable la alimentación debe ser variada y equilibrada capaz de mantener la salud y coadyuvar en la prevención de enfermedades, alimentación variada consiste en elegir y preparar comidas diferentes todos los días. Equilibrada se refiere a que el menú contenga nutrientes en proporciones requeridas para que nuestro organismo realice y mantenga las funciones vitales (37).

a) Dieta sana. la dieta sana es aquella que provee al cuerpo nutrientes necesarios para mantenerse saludable. ello incluye variedad de alimentos frescos, frutas, verduras, granos enteros, carnes, agua y grasas saludables.

En ocasiones cuando el cuerpo adolece de enfermedades, el organismo requiere dieta específica que el facultativo indica para su estricto cumplimiento, ejemplo, dieta hiposódica, dieta hiperproteica, hipograsa, etc. (38).

d) Tipos de alimentos:

- **Alimentos naturales** – esta referidos a alimentos que otorga la naturaleza y que no han sido procesados, entre ellos los de origen vegetal y animal. Se considera no procesados cuando los alimentos no contienen otras sustancias agregadas o añadidas al producto natural, ejemplo, sin azúcar, sin sal, sin edulcorantes o aditivos (38).
- **Los alimentos mínimamente procesados:** son alimentos naturales que han pasado por algún proceso pero que no ha alterado su composición nutritiva, por ejemplo, secado, triturado, fraccionado, licuado, pasteurizado, congelación, envasado, etc. sin añadir azúcar, aceite, sal ni otras sustancias (38).
- **Alimentos de origen animal,** - Son la principal fuente de proteínas y hierro para el organismo, tenemos carnes de mamíferos, aves y peces, huevos, leche y sangrecita que además aportan ácidos grasos importantes. Sobre todo, en el pescado azul como caballa, sardina, etc.(38).
- **Patatas, cereales, menestras.** – son alimentos que aportan alto contenido de hidratos de carbono, aunque también proporcionan proteínas de origen vegetal. Además, los frutos secos contienen ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados. Estos alimentos contribuyen en la función energética, debido a que los carbohidratos proporcionan energía al

organismo (38).

- **Verduras y hortalizas.** – son alimentos principal fuente de vitaminas, minerales, oligoelementos, fibra y agua. Las verduras y hortalizas cumplen la función reguladora y protectora del organismo y por su contenido en vitaminas C, hierro y minerales nos protegen de enfermedades, Se consumen crudas como también cocidas. Tenemos la lechuga, espinaca, acelgas, brócoli, cebolla, zahoria, pimiento, tomate, berenjenas, pepino, coliflor, el apio, la remolacha,etc.(39).
- **Frutas.** – Las frutas son productos vegetales comestibles y surgen de la flor de la planta, contienen semillas y tienen sabor por lo general dulce o ácido, tiene un rol importante en la alimentación por su alto contenido de vitaminas, minerales, fibra y antioxidantes. Existen variedades de frutas, dependiendo de su procedencia, tamaño, sabor, colores y aromas típicos. El consumo de frutas además del aporte de vitamina C, mejor digestión, tiene antioxidantes y reducción el riesgo de enfermedades y contribuye en el sistema inmunológico (39).

b) Alimentos según su composición:

- **Proteínas.** – Las proteínas son nutrientes que aportan aminoácidos a nuestro organismo, los cuales son importantes para la salud, desarrollo físico, cognitivo y para fortalecer los músculos y aumentar la masa muscular, a nivel de órganos, huesos y células. Las proteínas son esenciales para el crecimiento de los niños y prevenir la desnutrición. Las proteínas, se obtiene principalmente de alimentos de origen animal y en menor proporción a partir de las menestras (40).

- **Carbohidratos.** – Los hidratos de carbono son moléculas de azúcar. uno de los tres principales nutrientes que componen los alimentos y bebidas. Nuestro organismo descompone el azúcar en glucosa el cual es fuente de energía para las células y el organismo, otra parte de la glucosa se almacena el hígado como glucógeno. Los carbohidratos se captan a partir de los cereales y sus derivados, las frutas, los tubérculos, jugos y bebidas dulces. Son tres los tipos de carbohidratos: los azúcares, el almidón y la fibra, asimismo los carbohidratos se clasifican en monosacáridos como la fructuosa; los disacáridos como la galactosa y polisacáridos como el almidón y glucógeno (40).
- **Grasas.** – Las grasas son la tercera forma de nutriente que se obtiene consumiendo alimentos ricos en grasa, los cuales nos abastece de ácidos grasos esenciales para el desarrollo cerebral de los niños, otorgan energía al cuerpo para la actividad física, para la vitalidad y mantener el cabello y la piel saludables, también permiten absorber vitaminas liposolubles, y por medio de los adipocitos permiten mantener caliente el cuerpo. La grasa tiene 9 calorías por gramo, mucho más que los otros nutrientes. Consumir grasas saturadas de origen animal pueden incrementar colesterol malo LDL, en niveles altos de llegar a niveles altos puede causar obstrucción de arterias, causar ataque cardíaco o accidente cerebrovascular. Las grasas no saturadas o poliinsaturadas ayudar a bajar el colesterol malo LDL, contienen omega-3 y omega-6 que necesitamos para crecimiento y buen funcionamiento del cerebro y reducir los triglicéridos (40).

- **Los Minerales.** – son muy importantes como el calcio para formar parte en la estructura de tejidos, dientes, huesos y la sangre. Los minerales lo captamos de alimentos como leche, huevo, sardina, legumbres secas, y de verduras de hojas verdes de los se obtiene hierro al igual de carnes rojas. La deficiencia de calcio previene la osteoporosis y fortalecen el sistema inmune, el déficit de hierro causa la anemia (41).

c) Alimentos según su función:

- **Alimentos energéticos.** Básicamente son los carbohidratos y grasas los que nos proveen de energía para realizar las actividades físicas. Entre ellos tenemos, pastas, arroz, pan, galletas, dulces, miel, chocolates y aceites,
- **Alimentos constructores.** Son los alimentos ricos en proteínas, entre ellos tenemos carnes, leche, huevo menestras, entre otros, que ayudan al crecimiento de y a los niños desarrollar masa muscular.
- **Alimentos reguladores,** Este tipo de alimentos están conformados principalmente por frutas y verduras, su principal función es proveernos de vitaminas, fibra y minerales, además regulan la actividad metabólica y el sistema inmunológico, su deficiencia puede causar enfermedades.
- **Probióticos: son alimentos que** contienen bacterias vivas con acción benéfica en el sistema digestivo intestino, nos proveen de antibióticos naturales que nos ayudan a prevenir las diarreas, mejorar la inmunidad.
- **Ácidos grasos Omega 3:** Son ácidos grasos esenciales que se reparten en las células del organismo y tiene gran beneficio para diversos procesos fisiológicos. Se distribuyen a través de todas las células del organismo y

constituyen la membrana plasmática. Nos ayuda a prevenir las afecciones cardiovasculares, la artritis y el cáncer. La omega-3 obtenemos del pescado, linaza, aguacate y mariscos.

- **Antioxidantes.** – Los antioxidantes son compuestos con grupos hidroxilos que se sintetizan a partir del consumo de vegetales, como frutas, hojas, tallos y raíces. Su consumo es importante porque, al reducir el estrés oxidativo, protegen la salud, previenen la aparición de enfermedades cancerígenas, el infarto de miocardio y otros. De manera que el clave consumir verduras para aprovechar los antioxidantes .
- **Las Fibras.** – son componentes importantes de los vegetales que se resiste , encontramos en la cáscara o en su pulpa. La fibra ayuda a reducir el colesterol, el azúcar en sangre y los triglicéridos, además de regular la función digestiva porque se resisten absorción favorece motilidad intestinal (41).

e) Alimentos según procesamiento:

- **Alimentos procesados.** – son aquellos alimentos que partir de alimentos naturales vegetales o animales se modifican ligeramente su sabor añadiéndolo azúcar, aceite, sal u otras sustancias de cocina para convertirlo en más agradables y más preservables, también se puede fermentarlo, secarlo, cocinarlo, por ejemplo, el queso y el yogur, el charqui, la mermelada (42).
- **Alimentos ultra procesados.-** son formulas industriales que, a partir de alimentos mínimamente procesados, se les agrega ingredientes industriales con alto contenido de sal, grasas, azúcares o aditivos como preservantes, colorantes, aromatizantes o gas, con el propósito de darle más sabor, color,

textura con fines comerciales. Estos productos no deberían ser considerados como alimentos saludables porque su consume excesivo pueden afectar la salud o incrementar el riesgo de generar enfermedades crónicas como el cáncer, accidente cerebrovascular, hipertensión, diabetes, entre otros, ejemplo, gaseosas, frugos, pasteles, galletas, etc.(42)

2.2.2 AFECCIONES GASTROINTESTINALES

a) Dolor Abdominal. El dolor abdominal es percibir o experimentar dolor de distinta intensidad a nivel del abdomen, este síntoma por lo general está asociado a la ingesta de alimentos en mal estado, carentes de higiene o hábitos de alimentación no salubres, el paciente con mínimos conocimientos de anatomía puede relacionar con tal o cual órgano digestivo, incluso distinguir entre dolor leve y grave para decidir o no acudir a un establecimiento de salud, en ocasiones el dolor digestivo puede cursar con otro signo o síntoma como el caso de diarreas (43).

b) Diarreas. – Las diarreas son las deposiciones líquidas o semilíquidas que se presentar tres o más veces en 24 horas, lo cual dependiendo de su característica puede ser acuosa o acompañada de moco y sangre, en el primer caso, es de mayor volumen y de ser intenso puede conducir a la deshidratación del paciente, por lo general es de origen viral o una respuesta orgánica a presencia de toxinas; en segundo caso puede estar muy relacionada con un proceso infeccioso de origen bacteriano, y cursar con fiebre que requiere tratamiento con antibióticos. En ambos casos una evolución menor a 14 días sería un proceso agudo y si supera este periodo estamos frente a un episodio crónico (43)

c) Estreñimiento. – El estreñimiento llamado también constipación es una afección intestinal que se caracteriza porque el paciente experimenta dificultad para evacuar e contenido fecal, lo cuales se tornan duras y al pujo del paciente hay dolor rectal y hasta abdominal, que conduce a la persona a postergar la defecación y cada vez se hace más difícil y dolorosa. Usualmente los pacientes estreñidos acuden a consulta médica donde les prescriben laxantes osmóticos y alimentos que contengan fibra y consumir bastante agua. Cuando el estreñimiento es muy severo y prolongado puede estar asociado a otras patologías que requieren mayor estudio (43).

d) Flatulencia y eructos. – La flatulencia es un trastorno gastrointestinal donde el paciente expulsa flatos o gases mal olientes de origen digestivo tradicionalmente denominados, por los latinos, “pedo” el cual es una combinación de gases intestinales que pueden deberse a los gases producidos por alimentos, por bacterias o por la presencia de levadura que habitan en el tracto intestinal. la flatulencia generalmente cursa con abdomen aumentado de volumen por presencia de gases, la evacuación de flatos puede ser variable entre persona y persona, sin embargo, la persistencia de flatulencia por muchos días puede sugerir una enfermedad digestiva en curso (44).

Los eructos son la expulsión brusca de gases desde el estómago hacia fuera a través de la boca, los eructos por lo general son involuntarios y ruidosas y varían entre una y otra persona, pero las personas pueden hacerlo de manera voluntaria. Eructar entre dos a cuatro veces luego de consumir alimentos como las menestras, puede ser normal. Estas afecciones son mas frecuentes cuando uno consume alimentos carbonatados, como muy rápido o habla mucho mientras

ingiere sus alimentos, sin embargo, eructos intensos y constantes pueden indicarnos presencia de alguna enfermedad gastro intestinal (44).

e) Hipo. – El hipo es una sintomatología digestiva que se caracteriza por ocasionar en el paciente una respiración violenta y entrecortada generando un sonido “hicc” inspiratorio, esto es causado por un espasmo súbito de la glotis y el musculo diafragmático, el cual puede ser agravado por consumo de alcohol o ingerir sustancias irritantes. El hipo en algunos casos es de corta duración, sin embargo, cuando es prolongado puede ser un cuadro muy incómodo para la persona que lo experimenta, es difícil de tratar y genera estrés, ansiedad e incremento de la frecuencia cardiaca, en estos casos requiere una evaluación médica (44).

f) Acidez o ardor epigástrico. – Es un dolor por lo general tipo ardor o quemazón que aparece en la parte superior del abdomen, específicamente en la región epigástrica que se incrementa con la ingesta de alimentos fríos, calientes, bebidas gaseosas, alcohólicas o el consumo de medicamentos como los antiinflamatorios no esteroides. En ocasiones cursa con náuseas, pero escaso vómito. En la mayoría de ellos casos el ardor epigástrico puede ser leve y transitorio, sin embargo, cuando es intenso y puede deberse a algunas enfermedades como el reflujo gastroesofágico, gastritis, úlcera péptica, pancreatitis o presencia de *Helicobacter Pylori* (44).

g) Inapetencia. – La inapetencia es síntoma digestivo, caracterizado por ausencia de las ganas de ingerir alimentos o desinterés por alimentarse en desmedro de su nutrición y aporte calórico a su organismo, esto ocasiona en la mayoría de los pacientes dolor epigástrico, mialgias y dolor de cabeza. En la mayoría de los

casos está relacionado a la presencia de enfermedades crónicas como el cáncer, hepatitis, afecciones renales o afecciones de tipo nervioso como es estrés y la depresión (44).

Por otro lado, la **anorexia nerviosa** es una alteración nerviosa en la el paciente rechaza los alimentos que se ofrece, por temor o una falsa percepción de que esta subiendo demasiado peso o esta gordo, sin embargo, pierde más peso por consumir sus reservas de energía.

h) Náuseas. – Las náuseas es una sensación desagradable y repentina que ínsita al deseo imperioso de vomitar, la sensación nauseosa empieza en el estómago algunas veces termina en vómitos, pero muchas veces el paciente solo experimenta náuseas por muchas horas o días. Las náuseas aparecer como efecto adverso de algunos medicamentos como antibióticos y quimioterapéuticos y cesan cuando se suspende, también ocurre normalmente en los primeros meses del embarazo y otras causas son presencia de enfermedades (44).

i) Vómitos. – Es una manifestación gastrointestinal que consiste en la expulsión involuntaria y violenta del contenido gástrico por la boca, esto ocurre por la contracción busca de la musculatura gástrica que empuja su contenido, en la mayoría de casos se debe a la presencia de enfermedades digestivas u otras patologías de tipo cerebral. El material vomitado es un buen parámetro que nos sugiere el tipo de sustancia que ha ingerido el paciente, lo cual es importante en caso de envenenamientos. Cuando el vómito es color amarillo se conoce como vomito bilioso y cuando es rojo negruzco refleja sangre digerida lo cual es común en casos de úlceras gastro duodenales y se conoce como hematemesis.

j) **Reflujo.** – El reflujo gastroesofágico es el retorno del contenido gástrico hacia a la boca por medio del esófago, esto ocurre porque el esfínter cardias que une el estómago con el esófago. al no cerrarse adecuadamente permite el reflujo del contenido gástrico y por cuanto el contenido del estómago contiene ácido clorhídrico y pepsina irrita la mucosa del esófago e incluso la garganta causando dolor tipo ardor. La intensidad del reflujo depende de la regulación de la acción del sistema nervioso y la intervención de otros factores psico emocionales (44).

2.3 HIPÓTESIS

Hi: Existe relación significativa entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.

Ho: No existe relación significativa entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.

2.4 VARIABLES

Variable independiente: Hábitos alimentarios

- No saludables
- Poco saludables
- Saludables

Variable dependiente: Presencia de afecciones gastrointestinales

- Acidez y ardor estomacal
- Flatulencia y eructos
- Dolor abdominal
- Diarrea
- Otras afecciones gastrointestinales: hipo, reflujo, náuseas y vómitos.

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR	VALOR FINAL	ESCALA
VARIABLE INDEPENDIENTE HÁBITOS ALIMENTARIOS	Los hábitos alimentarios es el conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos. Los hábitos alimentarios se relacionan principalmente con las características sociales, económicas, culturales de la población o región determinada, Grande-Cavián (2014).	Los hábitos alimentarios de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, se evaluará a través de un cuestionario estructurado en donde se indagará, los tipos de alimento que consume, la frecuencia, tipo, lugar, calidad, compañía, horario, preparación e higiene en la alimentación.	Calidad de alimentación Persona con quien consume alim. Lugar donde consume los alimentos Horario de alimentación Higiene en la alimentación.	• Según frecuencia. • Según tipo de alimentos principales • Según tipo de nutrientes que más consume. • Según grupos de alimentos que más consume. • Según tipo de preparación • Con la familia, con la pareja, con compañero de estudios. • En la casa • En restaurant • En quioscos • En comedor de la UNSCH • Hora del desayuno • Hora de almuerzo • Hora de la cena. • Higiene de manos, • Higiene de las frutas, verduras • Higiene de los vajillas y utensilios.	Hábitos alimentarios: • No Saludable • Poco Saludable • Saludable.	Ordinal

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR	VALOR FINAL	ESCALA
VARIABLE DEPENDIENTE AFECCIONES GASTRO-INTESTINALES	Las afecciones gastrointestinales son molestias que se traducen en signos y síntomas propios del sistema digestivo que padecen las personas los principales signos y síntomas, gastrointestinales son las náuseas, vómitos, diarreas, dolor abdominal, flatulencia, meteorismo etc. Y las patologías propias del sistema digestivo son la gastritis, apendicitis, colecistitis, pancreatitis, cáncer gástrico, entre otros.	La búsqueda de afecciones gastrointestinales de los estudiantes se indagará a través de un instrumento estructurado que interroga la presencia de signos y/o síntomas digestivos o la presencia de patologías gastrointestinales que padezca o haya padecido durante su permanencia en la universidad. Los cuales se relacionarán con los hábitos alimentarios.	Presencia de afecciones gastrointestinales	• Acidez • Ardor estomacal • Flatulencia • Eructos • Dolor abdominal • Diarreas • Náuseas • Vómitos • Estreñimiento • Reflujo gastroesofágico • Sensación de estómago lleno • Hipo	• Presente • Ausente	ordinal
			Frecuencia de afecciones gastrointestinales	Es el <u>numero</u> de veces de afecciones que experimentó el estudiante en los últimos 12 meses.	• Nunca • Una vez • Dos veces • Varias veces	Ordinal
			Intensidad de afecciones gastrointestinales	Es la severidad con la que se presentó la afección gastrointestinal en el estudiante.	• Ninguno • Leve • Moderado • Grave.	

CAPITULO III

DISEÑO METODOLOGICO

3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

El estudio corresponde al enfoque cuantitativo, porque para procesar la información se ha utilizado datos numéricos y técnicas estadísticas de tipo descriptivo e inferencial para comprobar la hipótesis planteada (45).

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de estudio fue de tipo aplicada, porque con los resultados alcanzados en esta investigación se podrán resolver problemas específicos que afectan a las personas y a la sociedad ayudando a encontrar soluciones concretas y prácticas a problemas fundamentalmente en las áreas de las ciencias sociales, como la salud, educación, tecnología, entre otras(45).

3.3 NIVEL Y ALCANCE DE LA INVESTIGACIÓN

El estudio corresponde al nivel descriptivo y según su alcance la investigación es correlacional no experimental; porque se trabaja con dos variables en los cuales se busca determinar la independencia o grado de relación que existe entre ambas, sometiendo a prueba, la hipótesis formulada por medio de la estadística inferencial (46).

3.4 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La investigación pertenece al diseño transversal, porque “la recopilación de los datos de una muestra representativa se realizó en un momento específico del

tiempo”, nos ayuda a comprender las características de la población en un momento determinado (46).

3.5 ÁREA DE ESTUDIO

El estudio se ejecutó en las instalaciones de la Escuela Profesional de Enfermería, de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, que está ubicada en la provincia de Huamanga del departamento de Ayacucho, Perú.

3.6 POBLACIÓN

La población estuvo constituida por 412 estudiantes regulares de la Escuela Profesional de Enfermería, matriculados en el calendario académico 2023-I.

Serie	N° Estudiantes.
100	150
200	76
300	42
400	70
500	74
Total	412

3.7 MUESTRA

La muestra de estudio estuvo representada por 200 estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, matriculados en el calendario académico 2023-I. El tipo de muestreo fue probabilístico.

Para calcular el tamaño de muestra, por tratarse de una población finita, se utilizó la siguiente formula:

$$n = \frac{Nz^2pq}{(N-1)e^2 + z^2pq}$$

Donde:

n : Tamaño de muestra

Z : Parámetro estadístico, depende del nivel de confianza

N : Población

P : Probabilidad de que ocurra el evento deseado

Q : Probabilidad de que no ocurra el evento deseado

e : Error de estimación máxima aceptado.

Reemplazando tenemos:

$$n = ?$$

$$N = 412$$

$$Z = 1.96$$

$$p = 95\%$$

$$q = 5\%$$

$$e = 0.05$$

$$n = 199.7 = 200$$

3.8 CRITERIOS DE INCLUSION Y EXCLUSION

Criterios de inclusión

- ✓ Estudiantes de pregrado de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH.
- ✓ Estudiantes regulares matriculados en el calendario académico 2023-I.
- ✓ Estudiantes que voluntariamente deseen participar en el estudio.

Criterios de exclusión

- ✓ Egresados de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH.
- ✓ Estudiantes que no desean participar en el estudio.

3.9 TÉCNICAS E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

a) Técnica:

- ✓ La técnica que se utilizó para la recolección de datos fue la Encuesta.

b) Instrumentos:

Se utilizó dos instrumentos, uno para los hábitos alimentarios y otro para afecciones gastrointestinales:

- ✓ Cuestionario de hábitos alimentarios
- ✓ Cuestionario de afecciones gastrointestinales

El instrumento de hábitos alimentarios consta de 18 ítems distribuidos en tres dimensiones: a) calidad de la alimentación, b) horario de la alimentación y c) higiene en la alimentación, donde las opciones de respuesta son tres: nunca = 1; A veces = 2 y siempre = 3.

Baremación:

- Puntaje Máximo: 57
- Puntaje Mínimo: 19
- Rango: 38
- Amplitud de clase: $38/3 = (12,6) = 13$

Escala de valoración de hábitos alimentarios:

- No saludable : De 19 a 32 puntos
- Poco saludable: De 33 a 45 puntos
- Saludable: De 46 a 57 puntos

Validación y confiabilidad. - Los instrumentos de recolección de datos han superado los criterios de validez y confiabilidad en otros estudios previos realizados por sus autores en el Perú y en una población similares. Por lo tanto, los cuestionarios de Hábitos alimentarios y Afecciones gastrointestinales son válidos y confiables para aplicar en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de san Cristóbal de Huamanga.

Sin embargo, se ha calculado su confiabilidad por medio del Coeficiente Alfa de Cronbach, en muestra piloto, cuyo resultado fue 0,762, que indica una alta confiabilidad,

“La confiabilidad, es el grado en que un instrumento de medición produce resultados consistentes y coherentes. Donde la aplicación repetida los mismo sujeto u objeto produce resultados iguales” (47).

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,762	20

3.10 RECOLECCIÓN DE DATOS

- ✓ Para recolectar los datos de los estudiantes primeramente hemos solicitado la autorización a la Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería.
- ✓ Luego se procedió con aplicar los instrumentos de manera presencial, en las aulas, al final de las clases, previa orientación y consentimiento informado de los alumnos.
- ✓ Finalmente, se verificó la calidad de los datos registrados y se procedió con la codificación.

3.11 PROCESAMIENTO DE DATOS

- ✓ Los datos adecuadamente codificados se vaciaron a una hoja Excel y luego se migró hacia el SOWFAR SPSS versión 25.
- ✓ Luego, se procedió a procesar la información de manera estadística.

- ✓ Para realizar las tablas simples y de doble entrada se utilizó la estadística descriptiva.
- ✓ Para determinar el nivel de correlación de las variables y comprobar la hipótesis, primeramente, se ha realizado la Prueba de Normalidad, en donde se estableció que los datos analizados NO siguen una distribución normal, por lo tanto, se escogió una Prueba No Paramétrica para medir la correlación de las variables de estudio.

3.12 PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Los resultados se presentaron en tablas estadísticas simples y compuestas de acuerdo con los objetivos establecidos haciendo uso de medidas de frecuencias y porcentajes. Posterior a ello se realizará la interpretación y análisis estadístico correspondiente.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

Tabla 1. Hábitos alimentarios en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.

HABITOS ALIMENTARIOS	N°	%
No Saludable	3	1.5
Poco Saludable	126	63.0
Saludable	71	35.5
Total	200	100

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de Enfermería, UNSCH 2023.

De la tabla 1, se desprende que del 100% de estudiantes encuestados de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNSCH, el 63.0% (126) presenta hábitos alimentarios poco saludables; el 35.5% (71) hábitos alimentarios saludables, y el 1.5% hábitos alimentarios no saludables.

Tabla 2. Presencia de afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH, Ayacucho 2023.

AFECCIONES GASTROINTESTINALES	N°	%
Acidez y/o ardor estomacal	56	28.0
Flatulencia y eructos	38	19.0
Dolor abdominal	32	16.0
Diarreas	27	13.5
Otros síntomas gastrointes.	15	7.5
Ninguno	31	15.5
TOTAL	200	100.0

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de Enfermería, UNSCH 2023

De la Tabla 2, se identifica las afecciones gastrointestinales que presentaron los estudiantes de la escuela Profesional de Enfermería de la UNSCH, durante el año 2023, del cual se desprende que, del 100% de estudiantes encuestados, el 28,0%(56) presentaron acidez y ardor estomacal; el 19,0% flatulencia y eructos; el 16,0% presentaron dolor abdominal; el 13,55% presentaron diarreas y el 7,5% presentaron otro tipo de afecciones gastrointestinales entre ellos hipo, reflujo, náuseas y vómitos. El 15,5% de estudiantes no presentó ninguna afección gastrointestinal.

Tabla 3. Frecuencia de las afecciones gastrointestinales, en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH, Ayacucho 2023.

Afecciones Gastrointestinales	N°	%
Nunca	31	15.5
Una vez	42	21.5
Dos veces	66	33.0
Varias veces	60	30.0
Total	200	100.0

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de Enfermería, UNSCH 2023.

En la Tabla 3, se identifica la frecuencia con la que se presentaron las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH, Ayacucho 2023, del cual se desprende que del 100% de estudiantes encuestados, el 33,0%(66) de estudiantes presentaron afecciones gastrointestinales dos veces, el 30,0%(60) presentaron afecciones gastrointestinales varias veces, el 21.5%(42) presentaron afecciones gastrointestinales una sola vez y el 15,5% no presento afecciones gastrointestinales.

Tabla N° 4 Intensidad de la afecciones gastrointestinales, en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH, Ayacucho 2023.

Afecciones	N°	%
Gastrointestinales		
Leve	137	68,5
Moderado	32	16,0
Ninguno	31	15.5
TOTAL	200	100,0

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de Enfermería, UNSCH 2023.

En la Tabla 4, se identifica la intensidad de las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH, Ayacucho 2023, del cual se desprende que del 100% de estudiantes encuestados, el 68,5% (137) de estudiantes presentaron afecciones gastrointestinales de intensidad leve; el 16,0% (32) presentaron afecciones gastrointestinales de intensidad moderada. El 15,5% de estudiantes no presentó afecciones gastrointestinales.

Tabla 5. Relación entre Hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales, en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH Ayacucho 2023.

HABITOS ALIMENTARIOS	AFECCIONES GASTROINTESTINALES													
	Acidez y ardor estomacal		Flatulencia y eructos		Dolor abdominal		Diarreas		Otras afecciones G.I.		Ninguno		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
No saludable	0	0.0%	0	0.0%	1	0.5%	2	1.0%	0	0.0%	0	0.0%	3	1.5%
Poco Saludable	51	25.5%	27	13.5%	26	13.0%	18	9.0%	3	1.5%	0	0.0%	126	63.0%
Saludable	5	2.5%	11	5.5%	5	2.5%	7	3.5%	12	6.0%	31	15.5%	71	35.5%
Total	56	28.0%	38	19.0%	32	16.0%	27	13.5%	15	7.5%	31	15.5%	200	100%

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH 2023.

Rho de Spearman		Hábitos Alimentarios	Frecuencia de Afecciones GI
Hábitos Alimentarios	Coeficiente de correlación	1,000	-,555**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	200	200
Frecuencia de afecciones GI	Coeficiente de correlación	-,532**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	200	200

** . La correlación es significativa inversa (bilateral).

De la Tabla N°5, se identifica los hábitos alimentarios y su relación con las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNSCH, durante el año 2023, del cual se desprende que, del 100% de estudiantes encuestados, el 63,0% tienen hábitos alimentarios poco saludables, de ellos el 25,5% (51) presentaron acidez y ardor estomacal; el 13,5%(27) tuvieron flatulencia y eructos; el 13,0%(26) presentaron dolor abdominal; el 9,0% (18) presentaron diarreas; el 1,5% presentaron otro tipo de afecciones gastrointestinales entre ellos hipo, reflujo, náuseas y vómitos; el 0,5% de estudiantes no presentó ninguna afección gastrointestinal. El 35,5%(71) de estudiantes tienen hábitos alimentarios saludables, de ellos el 2,5% (5) presentaron acidez y ardor estomacal; el 5,5%(11) tuvieron flatulencia y eructos; el 2,5%(5) presentaron dolor abdominal; el 3,5% (7) presentaron diarreas; el 6,0%(12) presentaron otro tipo de afecciones gastrointestinales como hipo, reflujo, náuseas y vómitos; y el 15,5% (31) no presentó ninguna afección gastrointestinal. El 1,5% de estudiantes presentó hábitos alimentarios no saludables, de ellos el 0,5% presentó dolor abdominal y el 1,0% diarreas.

Aplicando la prueba estadística de coeficiente de correlación Rho de Spearman (Rho: -0.555, $p < 0.000$), se determina que existe una correlación media inversa, estadísticamente significativa entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería . Lo cual indica que, a mayores hábitos de alimentación saludable es menor la presencia de afecciones gastrointestinales en los estudiantes.

DISCUSION

El presente estudio está referido a la relación entre hábitos alimentarios y la presencia de afecciones gastrointestinales, en estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, cuyos resultados describimos de acuerdo con los objetivos de la investigación. Respecto al primer objetivo específico, el cual es Identificar los hábitos alimentarios en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023, se da respuesta en la TABLA 1, en donde encontramos que del 100% de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería evaluados, el 63.0% (126) presenta hábitos alimentarios poco saludables; el 35.5% (71) hábitos alimentarios saludables, y el 1.5% hábitos alimentarios no saludables.

Contrastando con otros estudios, encontramos que **Mardones L (14)** en Chile, realizó un estudio sobre hábitos alimentarios en los estudiantes universitarios de la Universidad Católica de Chile. Donde determinó que el 75 % de los estudiantes universitarios tenía hábitos alimentarios poco saludables asociados principalmente a bajo consumo de frutas y verduras. Del mismo modo, **Santillán N.** en el 2019, realizó una investigación en Huánuco, es donde identificó que el 68,1% de estudiantes ingieren alimentación no saludable y de ellos el 64,7% presentaron problemas digestivos. Por otro lado, **Curi T. Castillo B.** (34) realizaron un estudio en Ayacucho (2018), con el objetivo de determinar la relación entre los hábitos alimentarios y las manifestaciones clínicas de la gastritis en estudiantes internos de enfermería de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, donde identificó que el 56.7% de estudiantes tiene hábitos alimenticios inadecuados y 43.3% adecuados. Estos estudios coinciden con nuestros resultados.

Estas altas cifras de alimentación poco saludable, se deban a que la mayoría de

los estudiantes, consumen sus alimentos fuera de la casa, en restaurantes, quioscos, y sobre todo en los puestos de comida que se encuentran en el frontil de la puerta dos de la Universidad, en donde la mayoría toman el desayuno o refrigerio, en horas de la mañana preferentemente en los minutos de receso de las prácticas de laboratorio, esto debido al que el cafetín universitario aún no está en funcionamiento. A ello se suma, el estrés constante a que está sometido el estudiante por los trabajos asignados, exámenes, los horarios que no da suficiente tiempo para elegir, preparar o ingerir alimentos dentro del rango de la alimentación saludable, mucho más cuando los alumnos son foráneos en la ciudad de Ayacucho y tienen que adaptarse bruscamente a un nuevo estilo de vida.

Los resultados de la Tabla 2, responden a nuestro segundo objetivo específico que está referido a identificar las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023, donde encontramos que del 100% de estudiantes encuestados, el 28,0% (56) presentaron acidez y ardor estomacal; el 19,0% flatulencia y eructos; el 16,0% presentaron dolor abdominal; el 13,5% diarreas y el 7,5% otras afecciones gastrointestinales como, hipo, reflujo, náuseas y vómitos. El 16,0% de estudiantes no presentaron ninguna afección gastrointestinal.

Al respecto, **Morales P. et al.**(18) realizaron un estudio en Colombia, (2019) con el objetivo de determinar los trastornos gastrointestinales en estudiantes universitarios de Cartagena, donde identificó que las afecciones gastrointestinales más prevalentes fueron la acidez estomacal con 53%; gastritis con 52,5% y reflujo gastroesofágico con 47,9%, concluyendo que la prevalencia, frecuenciae intensidad de las enfermedades gastrointestinales se vinculan con el estilo de vida de los

estudiantes. Por su parte **Concepción G.** (7) realizó un estudio cuantitativo en 402 estudiantes de una Universidad Privada de Lima (2018) con el objetivo de establecer la presencia de trastornos gastrointestinales, donde determinó que el 30,6% de estudiantes presentaron trastornos gastrointestinales, de los cuales, la gastritis representa el 18,2%; estreñimiento 4,2% diarreas 3,5% y gastroenteritis 3%, además identificó que 01 estudiante presentó Pancreatitis; 01 Peritonitis y 03 estudiantes Litiasis vesicular. Del mismo modo, **Curi T. Castillo B.** (34) Ayacucho 2018, identificó que el 66.7% de estudiantes presentan manifestaciones clínicas de gastritis, y el 33.3% no presenta manifestaciones clínicas de gastritis. En tanto que, **Susanibar G.** (26) en un estudio realizado en 60 estudiantes universitarios internos de enfermería de la Universidad Nacional del Callao, en Lima 2022, determinó que el 52,08% de estudiantes presentan trastornos gastrointestinales. Finalmente, Morales-Fernández (19) realizó un estudio en Costa Rica con el objetivo de determinar la relación entre hábitos alimentarios y problemas gastrointestinales en estudiantes universitarios, donde demostró que las enfermedades gastrointestinales con mayor incidencia son: La gastritis 15,2%, intolerancias alimentarias 6,1%, síndrome de colon irritable 5,1%, colitis 4,0%, estreñimiento 4,0%, y enfermedad celiaca 2,0%. Hallazgos que son similares con nuestros resultados.

Consideramos que, la presencia de afecciones gastro intestinales en los estudiantes de enfermería de la UNSCH, se deben a la falta de higiene durante la alimentación, porque el mismo hecho de consumir alimentos en quioscos y carretas a la intemperie, hace que los comensales no tengan la disponibilidad de un grifo o agua para lavarse las manos y por ende cogen los alimentos con las manos con la estuvieron realizando prácticas en el laboratorio, además la preparación de venta

de alimentos en los quioscos y carretas, están referidas a comidas al paso, como frituras, salchipapa, sándwich y bebidas calientes de soya, maca o quinua, cuya preparación carece de las garantías de salubridad por que se preparan a la intemperie, con aceites de segundo o tercer uso.

La Tabla 3, está referida a la frecuencia con la que se presentaron las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH, Ayacucho 2023, del cual se desprende que del 100% de estudiantes encuestados, el 33,0%(66) de estudiantes presentaron afecciones gastrointestinales dos veces, el 30,0%(60) presentaron afecciones gastrointestinales varias veces, el 21.5%(42) presentaron afecciones gastrointestinales una sola vez y el 15,5% no presento afecciones gastrointestinales. Al respecto **Godínez-Oviedo (20)** en su estudio de prevalencia y causas de enfermedades gastrointestinales en estudiantes del estado de Hidalgo, México, determinó que el 30.78% padecen de enfermedades gastrointestinales una vez al año, 15.10% una vez al mes, 14.37% una vez a la semana, 13.77% una vez cada tres meses y 7.26% más de una vez al mes. Las afecciones digestivas más frecuentes son: dolor abdominal, vómito, fiebre y diarrea (41.51%). Se determinó que el nivel socioeconómico, el consumo de alimentos y bebidas en la calle ($p=0.0000$) se asoció significativamente con las enfermedades digestivas.

La frecuencia de las afecciones gastrointestinales en estudiantes de enfermería de la UNSCH se debe a los hábitos alimentarios inadecuados a ello incluido los estilos de vida que llevan durante su etapa estudiantil.

Tabla 4, está referida a la intensidad de las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, UNSCH, Ayacucho 2023, donde se identificó que del 100% de estudiantes encuestados, el 68.5% (137) presentaron afecciones gastrointestinales de intensidad leve; el 16,0% (32) presentaron afecciones gastrointestinales de intensidad moderada. El 15,5% no presento afecciones gastrointestinales. Al respecto, **Morales P. et al. (18)** en su estudio realizado en Cartagena Colombia 2019, determino que las enfermedades gastrointestinales más prevalentes son acidez estomacal (53%), gastritis (52,5%) y reflujo gastroesofágico (47,9%), concluyendo que la frecuencia e intensidad de las enfermedades gastrointestinales se vinculan con el estilo de vida de los estudiantes.

En la tabla N° 5, damos respuesta al objetivo general y ratificamos la hipótesis alterna porque en ella se establece la relación entre los hábitos alimentarios y las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la escuela profesional de Enfermería. UNSCH, Ayacucho 2023. Donde se identifica los hábitos alimentarios y su relación con las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNSCH, durante el año 2023, del cual se desprende que, del 100% de estudiantes encuestados, el 63,0% tienen hábitos alimentarios poco saludables, de ellos el 25,5% (51) presentaron acidez y ardor estomacal; el 13,5%(27) tuvieron flatulencia y eructos; el 13,0%(26) presentaron dolor abdominal; el 9,0% (18) presentaron diarreas; el 1,5% presentaron otro tipo de afecciones gastrointestinales entre ellos hipo, reflujo, náuseas y vómitos; el 0,5% de estudiantes no presentó ninguna afección gastrointestinal. El 35,5%(71) de estudiantes tienen hábitos alimentarios saludables, de ellos el 2,5% (5) presentaron acidez y ardor estomacal; el 5,5%(11) tuvieron flatulencia y eructos; el 2,5%(5)

presentaron dolor abdominal; el 3,5% (7) presentaron diarreas; el 6,0%(12) presentaron otro tipo de afecciones gastrointestinales como hipo, reflujo, náuseas y vómitos; y el 15,5% (31) no presentó ninguna afección gastrointestinal. El 1,5% de estudiantes presentó hábitos alimentarios no saludables, de ellos el 0,5% presentó dolor abdominal y el 1,0% diarreas.

Al respecto **Jiménez y Landa** en un estudio realizado en Ecuador 2023, con el objeto de determinar la asociación de factores de riesgo con gastritis en estudiantes de Enfermería de la universidad de Ambato, se determinó el 38.6% presenta gastritis; el 78% no posee un horario fijo de alimentación; el 58,1% se automedica, el 38,6 casi siempre consume bebidas alcohólicas. Donde concluye que el tipo de comida y horarios de alimentación se relacionan significativamente con la gastritis. Los factores sociales no se relacionan directamente con el desarrollo de gastritis. Del mismo modo, **Santillán N.** en su estudio realizado en Huánuco (2019), determinó que el 68,1% de estudiantes ingieren alimentación no saludable y el 64,7% presentaron problemas digestivos. A través de la prueba estadística Chi cuadrado de Pearson ($p \leq 0,000$), se halló relación significativa entre la higiene en la ingesta de alimentos, horario de ingesta de alimentos ($p \leq 0,000$) y tipo de alimentos ingeridos ($p \leq 0,000$), con la presencia de problemas digestivos en los estudiantes. Al respecto, **Godínez-Oviedo (15)** en su estudio de prevalencia y causas de enfermedades gastrointestinales en estudiantes del estado de Hidalgo, México, determinó que el 30.78% padecen de enfermedades gastrointestinales una vez al año, 15.10% una vez al mes, 14.37% una vez a la semana, 13.77% una vez cada tres meses y 7.26% más de una vez al mes. Las afecciones digestivas más frecuentes son: dolor abdominal, vómito, fiebre y diarrea (41.51%). Se determinó que el nivel socioeconómico, el consumo de alimentos y bebidas en la calle ($p=0.0000$)

se asoció significativamente con las enfermedades digestivas.

De manera que aplicando la prueba estadística, coeficiente de correlación Rho de Spearman (Rho: -0.439, $p < 0.000$), se determina que existe una correlación media inversa, estadísticamente significativa entre hábitos alimentarios y frecuencia de afecciones gastrointestinales en estudiantes de Enfermería. Y, en vista de que el nivel correlación es negativa, se deduce que a mayor practica de hábitos saludables, será menor la frecuencia de afecciones gastrointestinales en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga. Ayacucho 2023.

Estos hallazgos coinciden con nuestros resultados, en el sentido de que los hábitos de alimentación, influyen significativamente en la aparición y frecuencia de afecciones gastrointestinales.

CONCLUSIONES

1. Se determinó que existe correlación media, negativa y estadísticamente significativa entre los hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en (Rho: -0.439, $p < 0.000$). Lo cual indica que, a mejores hábitos saludables es menor la frecuencia de afecciones gastrointestinales en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga. Ayacucho.
2. Se identificó que del 100% de estudiantes encuestados de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNSCH, el 63.0% (126) presenta hábitos alimentarios poco saludables; el 35.5% (71) tienen hábitos alimentarios saludables, y el 1.5% hábitos alimentarios no saludables.
3. Se identificó que del 100% de estudiantes encuestados, el 28,0% presentaron acidez y ardor estomacal; el 19,0% flatulencia y eructos; el 16,0% presentaron dolor abdominal; el 13,55% presentaron diarreas y el 7,5% presentaron otros síntomas gastro intestinales como, hipo, reflujo, náuseas y vómitos. El 16,0% de estudiantes no presentó ninguna afeccion gastrointestinal durante su permanencia en la universidad.
4. Respecto a la frecuencia de las afecciones gastrointestinales, se identificó que el 30,0% de estudiantes presentó afecciones gastrointestinales varias veces; el 33,0% dos veces; el 20,5% una vez y el 16,0 no presentó ninguna afección gastrointestinal.

5. Sobre la intensidad de las afecciones gastrointestinales, se identificó que el 68.0% de estudiantes presentaron afecciones gastrointestinales de intensidad leve y el 16,0% presentó afecciones gastrointestinales de intensidad moderada. El 15,5% no presentó afecciones gastrointestinales.

RECOMENDACIONES

1. A las autoridades universitarias fortalecer la calidad nutricional de las raciones del comedor universitario principalmente con alimentos ricos en aminoácidos esenciales y carbohidratos de buena calidad. Asimismo, recomendar para que en el cafetín universitario se ofrezca alimentos altamente nutritivos a costos razonables para los estudiantes.
2. A los docentes del área de salud pública y nutrición de la Escuela Profesional de Enfermería, promover la exposición de platos nutritivos preparados preferentemente con productos propios de la región,
3. A la unidad de Bienestar universitario, implementar y ejecutar campañas de despistaje de Gastritis y *Helicobacter pylori*.
4. A los estudiantes de la escuela Profesional de Enfermería continuar investigaciones cuali-cuantitativas relacionado con afecciones gastrointestinales como la gastritis por ser de mayor prevalencia en la población estudiantil.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. ONU/ FAO Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe;2022.
2. Albito M. Hábitos alimenticios y su influencia en el estado nutricional de los adolescentes del bachillerato del colegio Diez de Noviembre, de la Parroquia. Universidad Nacional de Loja, Sede Zamora. Ecuador; 2015. <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/9197/1/Teresa%20Margarita%20Albito%20Carrillo.pdf>.
3. Organización Mundial de la Salud.Enfermedades diarreicas y la carga mundial de enfermedad, producida por consumo de alimentos. Comunicado de Prensa, Ginebra, 2015.
4. OMS,Enfermedades por transmisión alimentaria. Sitio web mundial, centro de prensa; 2017. https://www.who.int/es/health-topics/foodborne-diseases#tab=tab_1
5. MINSA.Situación epidemiológica de las enfermedades diarreicas en el Perú,2021. https://www.dge.gob.pe/epipublic/uploads/boletin/boletin_202152_03_181723.pdf.
6. Morales P,et al. Estilos de vida y enfermedades gastrointestinales en estudiantes universitarios del SINU, Cartagena, 2019. Repositorio unisin, Colombia.(internet) disponible en: <http://repositorio.unisinucartagena.edu.co:8080/jspui/bitstream/123456789/186/1/estilos%20de%20vida%20y%20enfermedades%20gastrointestinales%20en%20estudiantes%20de%20una%20universidad%20en%20cartagena%2c%20colombia.pdf>

[202019-i.pdf](#).

7. Concepción G, Trastornos gastrointestinales y estilo de vida en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2018.

Disponible en:

<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2138>

8. Castillo-Contreras. Mortalidad por enfermedades digestivas no neoplásicas en la población adulta del Perú, 2010 – 2015. An.Fac.med. vol.80 no.1 Lima ene./mar.2019.

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832019000100007.

9. Asenjo A. La Gastritis crónica en los alumnos de la carrera diseño de una universidad particular de Lima a causa de sus desórdenes alimenticios, Lima –Perú 2020. Repositorio institucional, (Internet) disponible en: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f5dd320f-3607-49f9>.

10. OMS. Enfermedades de transmisión alimentaria. temas de salud. Boletín informativo, Temas de Salud 2022. Ginebra Suiza. <https://www.who.int/es/health-topics/foodborne-diseases#tab=tab> .

11. Moreno C, Pérez. Hábitos alimentarios asociados a sintomatología digestiva alta en estudiantes sin patología del tracto digestivo superior. <https://revistacolombianadeenfermeria.unbosque.edu.co/article/view/2137>

12. Morales F. Relación entre los hábitos alimentarios y los problemas gastrointestinales en estudiantes universitarios de 18- 30 años de Guápiles, Pococí, Costa Rica 2020.

13. Moreno-Pérez C. Hábitos alimentarios asociados a sintomatología digestiva alta en estudiantes sin patología del tracto digestivo superior. <https://revistacolombianadeenfermeria.unbosque.edu.co/article/view/2137>

14. Mardones L, Muñoz. Hábitos alimentarios de los estudiantes del Campus San Andrés de la Universidad Católica de la Santísima Concepción, Región del Bío-Bío, Chile ;2021.

15. Godínez-Oviedo. Prevalencia y causas de enfermedades gastrointestinales en escolares del estado de Hidalgo, México; 2017.

16. Jaramillo-Mendiburo F. Relación entre los hábitos alimentarios y gastritis crónica en pacientes que se realizan endoscopia digestiva alta,

Centro Médico de Gastroenterología “Juan Pablo Jaramillo Eguiguren”. 2017.
Repositorio Digital UCSG. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

17. Pino C, Héctor A, Becerra D. Alteraciones gastrointestinales en estudiantes del quinto ciclo de la carrera de Enfermería en la universidad Católica de Santiago de Guayaquil, Ecuador 2018. Repositorio USCG.
18. Morales P, et al. Enfermedades gastrointestinales en estudiantes de una Universidad del SINU, en Cartagena, 2019. Repositorio unisin, Colombia.
19. Marulanda H. Helicobacter Pylori, gastritis nodular y lesiones premalignas de estómago: un estudio de casos y controles. Rev. Peruana Gastroent. 2018, vol.38, n.4, pp.349-355.
20. Rey E, García A. Enfermedad por reflujo gastroesofágico y síndrome de intestino irritable, ¿por qué se asocian? Rev. esp. enferm. dig. vol.102 no.4 Madrid abr, 2010.
21. Bautista C. Prevalencia del síndrome de intestino irritable (SII) en estudiantes de medicina y relacionar con ansiedad, depresión y estrés, y el impacto en su rendimiento académico en México ;2010.
22. Lapo C. Evaluación de los hábitos alimentarios de los jóvenes universitarios de la Ciudad de Guayaquil, Ecuador, 2019.
23. Hernández M. Hábitos alimenticios y su impacto en el rendimiento académico de estudiantes de la Licenciatura en Farmacia; 2020.
24. Pereira C, José M. Análisis de los hábitos alimenticios con estudiantes de décimo año de un Colegio Técnico en Pérez Zeledón basados en los temas transversales del programa de tercer ciclo de educación general básica de Costa Rica ;2017.
25. Ramos R. Determinar la asociación que existe entre factores de riesgo y molestias digestivas en estudiantes de Huánuco 2023,
26. Susanibar G. Identificar la presencia de trastornos gastrointestinales en internos de enfermería de la Universidad Nacional del Callao, Lima 2022.
27. Asenjo A. La Gastritis crónica en los alumnos de la carrera diseño de una universidad particular de Lima a causa de sus desórdenes alimenticios, Lima – Perú 2020. Repositorio institucional, (Internet) disponible en: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f5dd320f-3607-49f9>.
28. Galarreta L. Estilo de vida y trastornos gastrointestinales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, enero, 2019.

29. Peralta H. Identificar la gastritis emotiva en jóvenes postulantes de la CEPRE-UNI, investigación en Lima 2021.
30. Leyton C. Trabajo de investigación descriptivo observacional y de corte transversal titulado: Hábitos alimentarios en estudiantes universitarios durante la pandemia por coronavirus en una universidad de Lima-Perú, 2021
31. Torres C, Trujillo C. Hábitos alimentarios en estudiantes de medicina de primer y sexto año de la universidad privada de Lima, Perú; 2016.
32. Ramírez H, Torres J. Conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción con la imagen corporal - adolescentes mujeres - I.E. Antonio José de Sucre. Arequipa – 2018.
33. Curi F, Castillo B. Hábitos alimentarios y manifestaciones clínicas de la gastritis en internos de enfermería de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, 2018.
34. Ayala H, García R. Influencia de autopercepción de imagen corporal en los hábitos alimentarios de estudiantes de serie 100 – 200, Escuela Profesional de Enfermería. UNSCH. 2017.
35. Joyse S. Hábitos alimentarios y habilidades alimentarias auto percibidos de los canadienses mediante. Universidad de Manitoba, Canadá. 2016
36. Barriguete J, et al. Hábitos alimentarios, actividad física y estilos de vida en adolescentes escolarizados de Michoacán 2017, México.
37. ONU /PMA La Seguridad Alimentaria y la Nutrición en el Mundo. 2018
38. Alvens C, Sansano A. Hábitos alimentarios claves para una nutrición saludable. Edit. Dincat, Barcelona, España 2017.
39. MIDES Frutas y verduras, placer bienestar y sustentabilidad, Montevideo, Uruguay 2022.
40. Lozano Teruel A. La nutrición es con ciencia, España 2011.
41. Ropero A. Los minerales, España 2011.
<https://badali.umh.es/assets/documentos/pdf/artic/minerales.pdf>
42. Bablò N. et al. Alimentos ultraprocesados, Argentina 2020.
43. Luque G. Enfermedades y Afecciones gastrointestinales Panamá 2021.
44. Weitz J, et al. Diagnóstico y Tratamiento de las Enfermedades Digestivas ; Sociedad Chilena de Gastroenterología , Santiago de Chile 2017.
45. Hernández S, Baptista. Metodología de la Investigación, 6ta edición, México 2014.

46. Romero Urréa, H. ., Real Cotto, J. J. ., Ordoñez Sánchez, . J. L. ., Gavino Díaz, G. e., & saldarriaga, g. . (2022). metodología de la investigación . *acvenisproh académico*. <https://doi.org/10.47606/acven/aclib0017>.
47. Artilés I, et al. Metodología de la investigación para la ciencia de la salud La habana Cuba ;2008.
48. Ramírez-Villanueva. "Hábitos Alimentarios en estudiantes de Administración en Salud, UPCH, Lima Perú 2022.
49. Morales-Fernández. Relación entre los hábitos alimentarios y problemas gastrointestinales en estudiantes universitarios, Pococí, Costa Rica 2020.
50. Márquez S, Salazar R , Macedo O. Diseño y validación de un cuestionario para evaluar el comportamiento alimentario en estudiantes mexicanos del área de la salud, 2014.

ANEXOS

INSTRUMENTO N° 01

EVALUACION DE HABITOS ALIMENTARIOS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

1. Nunca 2. A veces 3 Siempre

N°	D. Calidad de alimentación	1	2	3
1	¿Usted consume tres o más comidas principales al día?			
2	¿Tu alimentación diaria, está basada en desayuno, almuerzo y cena?			
3	¿Además del desayuno usted consume un refrigerio o merienda?			
4	¿Usted consume sus alimentos en casa?			
5	¿Usted consume alimentos ricos en proteínas, vitaminas y minerales?			
6	¿Usted regularmente consume menestras como frijol, haba, garbanzo, lenteja, pallar?			
7	¿Usted consume carne de res, de pollo, de cerdo, de cuy, pescado y mariscos?			
8	¿Usted consume huevo y queso, con frecuencia?			
9	¿La proporción de nutrientes que consume son suficientes para cubrir las demandas de su desgaste físico y mental?			
10	¿Usted consume alimentos preferentemente sancochado, horneado o ahumado?			
11	¿Usted consume sus alimentos en compañía de familiares, un amigos o amistades?			
12	¿Habitualmente usted consume 8 vasos de agua al día?			
	D. Higiene en la alimentación			
13	¿Usted consume alimentos limpios y bien cocidos, sin riesgo de contaminación?			
14	¿usted siempre lava las frutas y verduras antes de consumir?			
15	¿Usted se lava las manos antes y después de consumir los alimentos?			
16	¿Usted evita consumir grasas de origen animal?			
17	¿Usted, algunas veces se enfermó del “estomago” por comer alimentos en quioscos, restaurantes o carretillas?			
18	¿Usted cree que las enfermedades gastro- intestinales nos dan por los malos hábitos de alimentación?			
	D. Horario de alimentación			
19	¿Usted consume sus alimentos en el horario establecidos?			

Fuente: Ramírez Villanueva “Hábitos Alimentarios en estudiantes de Administración en Salud, UPCH, Lima Perú 2022.

II. DATOS SOCIO-DEMOGRAFICOS

Nivel de estudios (Serie)

- a) 100 b) 200 c) 300 d) 400

Edad, años:

- a) 15 -18 b) 19 - 21 c) 22 - 25 d) 26 más

Sexo:

- a) Femenino b) Masculino

Procedencia:

- a) Huamanga b) Ora prov. ayacuchana c) Otro departamento.

Vivienda en:

- a) casa propia b) cuatro alquilado c) casa de un familiar

Con quien vive:

- a) Solo
b) con un amigo(a)
c) con la mi familia
d) con varios amigos

Tipo de familia:

- a) Funcional
b) disfuncional
c) completamente disfuncional

Usted considera que su condición económica es: (Sisfoh-Midis),

- a) Rico
b) No pobre
c) Pobre
d) Pobre extremo.

INSTRUMENTO N° 2

AFECCIONES GASTRO INTESTINALES

Instrucción: Estimado estudiante, el presente cuestionario forma parte de una investigación, orientado a obtener información respecto a la presencia de trastornos gastrointestinales en los estudiantes de la Escuela de Enfermería. Marque con (X).

Lo presencia:

1. Si
2. No

Frecuencia:

1. Nunca
2. Una Vez
3. Dos Veces
4. Varias Veces

Intensidad:

1. Leve
2. Moderada
3. Muy intensa

¿En los últimos 6 meses, usted presentó alguno de las afecciones gastrointestinales que se menciona?	Presentó		¿Con que frecuencia?				¿Con qué intensidad?		
	Sí	No	1	2	3	4	1	2	3
1) Acidez estomacal									
2) Nauseas									
3) Vómitos									
4) Flatulencia (gases)									
5) Dolor abdominal/cólicos									
6) Diarrea acuosa									
7) Diarrea con moco y/o sangre									
8) Distensión abdominal por gases									
9) Estreñimiento									
10) Alternancia entre estreñimiento y diarrea									
11) Ardor en boca del estómago (Gastritis)									
12) Reflujo gastroesofágico									
13) Sensación de pujo									
14) Flatulencia									
15) Eructos									
16) vinagreras									
17) Sensación temprana de estómago lleno,o de estar saciado.									
18) Hipo									
19) Deposiciones con sangre									
20) Deposiciones negras									

Fuente: Morales-Fernández Relación entre los hábitos alimentarios y problemas gastrointestinales en estudiantes universitarios, Pococí, Costa Rica 2020.

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Tema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
Relacion entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Serie 200 A 400 De Escuela Profesional De Enfermería - Unsch, Ayacucho 2023.	Objetivo General: Determinar la relación entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023. Objetivos Específicos: • Identificar los hábitos alimentarios en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023. • Identificar la presencia de afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023. • Identificar la frecuencia de afecciones gastrointestinales en estudiantes de la escuela profesional –UNSCH,2024. • Identificar la intensidad de afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.	Hi: Existe relación significativa entre los hábitos alimentarios y las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023. Ho: no existe significativa entre hábitos alimentarios y las afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.	Variable Independiente: Hábitos alimentarios: • Saludable • Poco saludable • No saludable Variable Dependiente: Afecciones gastrointestinales: Según frecuencia: • Nunca • Una vez • Dos veces • Varias veces Según intensidad: • Leve • Moderado • Grave	Enfoque: Cuantitativo Tipo: Aplicada Según su alcance: Descriptivo Correlacional Diseño: De corte transversal Población: Todos los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería Muestra está representado por 200 estudiantes. Muestreo: Probabilístico) Técnicas de recolección de datos: • Encuesta Instrumentos: • Cuestionario de hábitos alimentarios • Cuestionario de afecciones gastrointestinales

										
Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
Item1	Numérico	8	0	1.¿Usted cons...	{1, Nunca}...	Ninguno	6	Centrado	Ordinal	Entrada
Item2	Numérico	8	0	2.¿Tu alimenta...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item3	Numérico	8	0	3.¿Además del...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item4	Numérico	8	0	4.¿Usted cons...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item5	Numérico	8	0	5.¿Usted cons...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item6	Numérico	8	0	6.¿Usted regul...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item7	Numérico	8	0	7.¿Usted cons...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item8	Numérico	8	0	8.¿Usted cons...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item9	Numérico	8	0	9.¿La proporció...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item10	Numérico	8	0	10.¿Usted con...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item11	Numérico	8	0	11.¿Usted con...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item12	Numérico	8	0	12.¿Usted con...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item13	Numérico	8	0	13.¿Usted con...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item14	Numérico	8	0	14.¿usted siem...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item15	Numérico	8	0	15.¿Usted se l...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item16	Numérico	8	0	16.¿Usted evita...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item17	Numérico	8	0	17.¿Habitualme...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item18	Numérico	8	0	18.¿Usted, alg...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Item19	Numérico	8	0	19.¿Usted cree...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Habitos_sum	Numérico	8	0	Habitos Alimen...	Ninguno	Ninguno	8	Centrado	Escala	Entrada
Habitos_agrup	Numérico	5	0	Habitos Alimen...	{1, No salud...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Alim_qmás...	Numérico	8	0	Ailmentos que ...	{1, Carbohid...	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
Afecc_GI	Numérico	8	0	Afecciones gas...	{1, Acidez_...	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada
Frecuenc_AGI	Numérico	8	0	Frecuencia de l...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Intensidad_...	Numérico	8	0	Intensidad de la...	{1, Leve}...	Ninguno	8	Centrado	Ordinal	Entrada
Patologia_GI	Numérico	8	0	Patologia gastr...	{1, Gastritis...	Ninguno	8	Centrado	Nominal	Entrada

	 Item 1	 Item 2	 Item 3	 Item 4	 Item 5	 Item 6	 Item 7	 Item 8	 Item 9	 Item 10	 Item 11	 Item 12	 Item 13	 Item 14	 Item 15	 Item 16	 Item 17	 Item 18	 Item 19
1	3	3	2	2	3	3	1	2	3	1	3	2	2	3	3	1	3	3	3
2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3
3	2	2	1	3	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	3	3
4	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2
5	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3
6	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3
7	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3
8	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3
9	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	3
10	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3
11	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3
12	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3
13	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3
14	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2
15	1	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2
16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	3
17	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	1	3	2	3
18	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3
19	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	3	2
20	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3

ANEXO N° 05

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo.....identificada con DNI N°

Estudiantes de la escuela profesional de Enfermería de la UNSCH, Tomo en conocimiento la importancia del trabajo de investigación titulado: **RELACION ENTRE HABITOS ALIMENTARIOS Y AFECCIONES GASTROINTESTINAL EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA - UNSCH, AYACUCHO 2023.**

Y, voluntariamente decido participar como el informante o encuestado. Por lo que, estoy dispuesto a participar y brindar una información verídica, para el estudio ya mencionado, ya que este no involucra mi integridad física y psicológica.

Para dar validez este acto, firmo y sello mi huella digital al pie del presente.

Ayacucho,de..... de 2023

.....

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

RESOLUCIÓN DECANAL N° 1042-2024-UNSCH-FCSA-D

BACHILLER: - EYZAGUIRRE OROSCO, MARYLUZ

- PALOMINO QUISPE, ELIZABETH

En la ciudad de Ayacucho siendo las 03:00 de la tarde del día cuatro de octubre del dos mil veinticuatro, en el auditorium de la Escuela Profesional de Enfermería se reunieron presencialmente los docentes miembros jurados de la Escuela Profesional de Enfermería, para el acto de sustentación de trabajo de tesis titulado **RELACIÓN ENTRE HÁBITOS ALIMENTARIOS Y AFECCIONES GASTROINTESTINALES EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA – UNSCH, AYACUCHO 2023**. Presentado por la bachiller: EYZAGUIRRE OROSCO, MARYLUZ y PALOMINO QUISPE, ELIZABETH; para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería y, los miembros del Jurado de Sustentación conformados por:

Presidente : Prof. Iris Jara De Aronés (Delegada por el decano)

Miembros : Prof. Héctor Huaraca Rojas

: Prof. Mercedes Gallardo Gutiérrez

: Prof. Arturo Morales Silvestre

Miembro asesor : Prof. Fredy Bermudo Medina

Secretaria Docente : Prof. Yenny Sulca Huamancusi

Con el quorum de reglamento se dio por inicio la sustentación de tesis, la presidenta de la comisión pide a la secretaria docente dar lectura a los documentos que obran en mesa.

Acto seguido la presidenta pide a las sustentantes la exposición en un tiempo de 45 min; a la Bachiller EYZAGUIRRE OROSCO, MARYLUZ y PALOMINO QUISPE, ELIZABETH. Una vez concluida, el presidente de la comisión solicita a los miembros del jurado evaluador realizar sus respectivas preguntas, las cuales fueron absueltas adecuadamente por las sustentantes.

La presidenta invita a las sustentantes abandonar el espacio para que los jurados evaluadores puedan proceder con la evaluación.

RESULTADO DE LA EVALUACIÓN FINAL

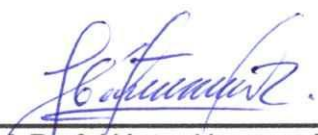
Bachiller: 1- EYZAGUIRRE OROSCO, MARYLUZ

2- PALOMINO QUISPE, ELIZABETH

JURADOS	TEXTO		EXPOSICIÓN		PREGUNTAS		P. FINAL
	1	2	1	2	1	2	
Prof. Iris Jara de Aronés	18	18	18	18	18	18	18
Prof. Héctor Huaraca Rojas	18	18	18	18	18	18	18
Prof. Mercedes Gallardo Gutiérrez	18	18	18	18	18	18	18
Prof. Arturo Morales Silvestre	18	18	18	18	18	18	18
Prof. Fredy Bermudo Medina	18	18	18	18	18	18	18

De la evaluación realizada por los miembros del jurado calificador, llegaron al siguiente resultado: Aprobar por unanimidad a las Bachilleres **EYZAGUIRRE OROSCO, MARYLUZ** y **PALOMINO QUISPE, ELIZABETH**, quienes obtuvieron la nota final de Dieciocho (18), para lo cual, los miembros del jurado evaluador firman al pie del presente, siendo las 04:20 de la tarde se da por concluido el presente acto académico presencial.


 Prof. Iris Jara de Aronés
 (Presidente)


 Prof. Prof. Héctor Huaraca Rojas
 (Miembro)


 Prof. Mercedes Gallardo Gutiérrez
 (Miembro)


 Prof. Arturo Morales Silvestre
 (Miembro)


 Prof. Fredy Bermudo Medina
 (Miembro asesor)


 Prof. Yenny Sulca Huamancusi
 (Secretaria)



UNSCH

FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA

Nro: 054 – 2024

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE TESIS CON DEPÓSITO

LA QUE SUSCRIBE, DIRECTORA DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTOBAL DE HUAMANGA; (segunda instancia de verificación de la originalidad de los trabajos de investigación de tesis (borrador final antes de la sustentación), en el marco del Reglamento de Originalidad de Trabajos de Investigación, aprobado por Resolución N° 039-2021-UNSCH-CU),

DEJA CONSTANCIA:

Que:

Bach. Elizabeth Palomino Quispe

Bach. Maryluz Eyzaguirre Orosco

Con el informe de tesis titulado: **Relación entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.** ha sido verificado y sometido al sistema de análisis TURNITIN CON DEPOSITO mediante el cual se concluye que presenta un porcentaje de **22 % de similitud.**

Por lo que, se concede la Constancia de Originalidad con Depósito.

Ayacucho, 10 de septiembre de 2024.

Dra. Marizabel Llamocca Machuca

Adscripción: Departamento Académico de Enfermería

Dra. Marizabel Llamocca Machuca
DIRECTORA

Escuela Profesional ENFERMERÍA
Av. Independencia S/N. Ayacucho
Ciudad Universitaria - Pab."U"
Correo: ep.enfermeria@unsch.edu.pe

Relación entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.

por Elizabeth Palomino Quispe- Maryluz Eyzaguirre Orosco

Fecha de entrega: 09-sep-2024 09:52p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2449718445

Nombre del archivo: TESIS.docx (1,010.43K)

Total de palabras: 14356

Total de caracteres: 84652

Relación entre hábitos alimentarios y afecciones gastrointestinales en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería - UNSCH, Ayacucho 2023.

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga	9%
	Trabajo del estudiante	
2	repositorio.unsch.edu.pe	2%
	Fuente de Internet	
3	repositorio.unac.edu.pe	2%
	Fuente de Internet	
4	hdl.handle.net	2%
	Fuente de Internet	
5	repositorio.unheval.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
6	saludpublica.mx	1%
	Fuente de Internet	
7	www.scielo.org.pe	1%
	Fuente de Internet	
8	www.hdhuacho.gob.pe	1%
	Fuente de Internet	

9	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
10	www.grafiati.com Fuente de Internet	<1 %
11	Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC Trabajo del estudiante	<1 %
12	coreanizada.com Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.usil.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	upc.aws.openrepository.com Fuente de Internet	<1 %
16	repositorio.unfv.edu.pe:8080 Fuente de Internet	<1 %
17	revistas.proeditio.com Fuente de Internet	<1 %
18	www.uaeh.edu.mx Fuente de Internet	<1 %
19	Submitted to Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD Trabajo del estudiante	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 30 words

Excluir bibliografía

Activo