

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

Escuela Académico Profesional de Medicina Humana

Tesis

**Consumo de comida chatarra según el estar en época  
de exámenes en estudiantes universitarios de cinco  
países en Latinoamérica**

Betsy Pamela Medrano Velasquez

Para optar el Título Profesional de  
Médico Cirujano

Huancayo, 2021

Repositorio Institucional Continental  
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

## **Dedicatoria**

A Dios por darme las fuerzas en los momentos difíciles.

A mis padres Miguel y Olga que son los seres que más adoro en esta vida.

A toda mi familia.

A mi novio.

Betsy Pamela.

## **Agradecimiento**

A mis padres Miguel Medrano y Olga Velásquez que son el pilar fundamental para mi desarrollo académico y personal en el trayecto de mi vida.

A mi asesor de tesis Dr. Christian Mejía, quien me guio en la consolidación de la investigación.

A mi familia que gracias a sus sabios consejos hicieron de mí una persona con valores, principios y perseverancia ergo darme ese respaldo para seguir adelante.

A mi novio por sus palabras de aliento y la confianza que me transmite de poder lograrlo todo, y por brindarme el tiempo necesario para realizarme profesionalmente.

A todas las personas que me apoyaron en el desarrollo de la tesis.

Betsy Pamela Medrano Velásquez.

## Resumen

Los universitarios están expuestos a una inadecuada alimentación, pero que esto se puede incrementar en períodos de estrés o mayores responsabilidades. El objetivo de la investigación fue determinar el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica. El estudio transversal analítico se desarrolló con datos de cinco países (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá), que indagó por el consumo de tres tipos de comidas (golosinas, snacks y comida rápida) y tres bebidas (con gas, azúcar/néctares y energizantes), siendo esto asociado según su incremento en época de exámenes, el país y otras variables socio-educativas. Se obtuvo estadísticos de asociación. Los resultados señalan que, de 2254 encuestados, el país con mayor consumo de la mayoría de los productos fue Paraguay. En todos los casos hubo reportes de un mayor consumo de estos productos en época de exámenes, sea en poca (en cinco de los casos con valores  $p < 0,001$ ) o mucha cantidad (en todos los casos con valores  $p < 0,001$ ). Hubo también importantes diferencias de los consumos según el país de residencia (siete diferencias encontradas según comidas (valores  $p < 0,001$ ) y otras siete según las bebidas (valores  $p < 0,022$ )); según el ingreso mensual que tenían los estudiantes (en cinco de los casos con valores  $p < 0,004$ ), según el año de la carrera (en cuatro de los casos con valores  $p < 0,03$ ) y según el sexo (solo para comida rápida, valor  $p < 0,001$ ). La conclusión refiere que es evidente las diferencias de consumo según la época de estrés y otros factores, lo que debe evaluarse en cada población para futuras investigaciones.

**Palabras clave:** Población Universitaria, Comida Chatarra, Factores socio-educativos.

## **Abstract**

University students are exposed to an inadequate diet, but this can be increased in exam periods or greater responsibilities. The objective of this research was to determine the junk food consumption according to being at exam time in university students from five countries in Latin America. Analytical cross-sectional study methods were used in five countries (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela and Panamá), which inquired about the consumption of three types of food (sweets, snacks and fast food) and three drinks (with gas, sugar / nectars and energizers), this being associated according to its increase in exam time, the country and other socio-educational variables. Association statistics were obtained. Of 2254 respondents, the result of the country with the highest consumption of most products was Paraguay. In all cases, there were reports of a higher consumption of these products at the time of examinations, either in little (in five of the cases with p values  $<0.001$ ) or a lot (in all cases with p values  $<0.001$ ). There were also important differences in consumption according to the country of residence (seven differences found according to food (p values  $<0.001$ ) and another seven according to beverages (p values  $<0.022$ )); according to the monthly income that the students had (in five of the cases with p values  $<0.004$ ), according to the year of the degree (in four of the cases with p values  $<0.03$ ) and according to sex (only for fast food , p value  $<0.001$ ). It was concluded that the differences in consumption according to the time of examinations and other factors are evident, which should be evaluated in each population for future research.

**Keywords:** University population, Junk food, Socio-educational factors.



## Índice de Contenidos

Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Resumen .....	iv
Abstract .....	v
Índice de Contenidos.....	vii
Índice de Tablas .....	ix
Índice de Figuras .....	x
Introducción.....	xi
Capítulo I Planteamiento del Estudio .....	13
1.1. Planteamiento del Estudio.....	13
1.2. Formulación del Problema .....	14
1.2.1. Problema General.....	14
1.2.2. Problemas Específicos .....	14
1.3. Objetivos .....	15
1.3.1. Objetivo General.....	15
1.3.2. Objetivos Específicos. ....	15
1.4. Justificación de la investigación .....	16
1.4.1. Justificación Teórica. ....	16
1.4.2. Justificación Social. ....	16
1.4.3. Justificación Metodológica.....	17
Capítulo II Marco Teórico .....	18
2.1. Antecedentes de Investigación .....	18
2.1.1. Antecedentes Nacionales.....	18
2.1.2. Antecedentes Internacionales.....	21
2.2. Bases Teóricas .....	24
2.2.1. Comida Chatarra. ....	24
2.2.2. Alimentos Procesados.....	24
2.2.3. Alimentos Ultraprocesados.....	25
2.2.4. Época de Exámenes.....	26
2.2.5. Lugar de Consumo de los Alimentos.....	26
2.2.6. Nivel Socioeconómico. ....	27
2.2.7. Rendimiento Académico.....	27
2.2.8. Semejanzas en el Consumo de Comida Chatarra en Estudiantes Universitarios en Países de Latinoamérica.....	28
2.3. Definición de Conceptos .....	31
2.3.1. Alimentación.....	31

2.3.2.	Bebidas Energizantes.....	32
2.3.3.	Comida Chatarra.....	32
2.3.4.	Comida Rápida.....	32
2.3.5.	Época.....	33
2.3.6.	Examen.....	33
2.3.7.	Snacks.....	33
Capítulo III Hipótesis y Variables.....		34
3.1.	Hipótesis.....	34
3.1.1.	Hipótesis General.....	34
3.1.2.	Hipótesis Específicas.....	34
3.2.	Variables.....	35
3.3.	Operacionalización de variables.....	36
Capítulo IV Metodología.....		39
4.1.	Método y enfoque de investigación.....	39
4.1.1.	Método de la Investigación.....	39
4.1.2.	Nivel Analítico.....	39
4.1.3.	Tipo.....	39
4.1.4.	Diseño de la Investigación.....	40
4.1.5.	Esquema del diseño.....	40
4.2.	Población y muestra.....	40
4.3.	Técnicas de Recolección de Datos.....	41
4.4.	Instrumento de Recolección de Datos.....	42
4.5.	Validación y Confiabilidad del Instrumento:.....	42
4.6.	Desarrollo de la tesis.....	42
Capítulo V Análisis e Interpretación de los Resultados.....		44
5.1.	Resultados en Tablas y Figuras.....	44
Capítulo VI Discusión de Resultados.....		48
Conclusiones.....		51
Recomendaciones.....		53
Anexos.....		62

## Índice de Tablas

Tabla 1. Modelo multivariado de la cantidad de comidas según su variación en la época de exámenes y país entre los estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.....	46
Tabla 2. Modelo multivariado de la cantidad de consumo de bebidas según su variación en la época de exámenes y país entre los estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.....	46

## Índice de Figuras

Figura 1. Flujo de Diseño correlacional. ....	40
Figura 2. Porcentaje de consumo de alimentos no saludables entre los estudiantes universitarios cinco países de Latinoamérica. ....	44
Figura 3. Gráficos de cajas y bigotes de la cantidad de consumo semanal de alimentos no saludables entre los estudiantes universitarios cinco países de Latinoamérica. A= golosinas. B= Snacks. C= Bebidas con gas. D= Bebidas azucaradas/néctares. E= Bebidas energiz.....	45

## Introducción

En la actualidad la población universitaria se ve afectada en su alimentación debido a la variabilidad de diversos factores, éstos contribuyen a la decadencia de su condición de vida y nivel de salud. En cada etapa del ser humano se relaciona distintos factores para su adecuada alimentación, siendo así la etapa de la niñez el más importante, que requiere una mayor influencia por parte de la familia, ya que tendrá un papel fundamental para generar un patrón alimenticio positivo a lo largo de su vida.

Dentro de los estilos de vida más saludables podemos ver que se encuentran inmersos los comportamientos de salud, donde la persona se caracteriza por hábitos, acciones, creencias, conocimientos, etc., para que dicho individuo pueda establecer una mejora de salud, obteniendo a su vez un rendimiento de magnitudes tanto socio ambientales como personales.

Los hábitos alimenticios son componentes de los estilos de vida saludable, ya que éste es importante para tener una calidad de vida óptima, sin embargo, tenemos muchos factores de riesgo por el hábito y el consumo de comida rápida que han conducido al ser humano a enfermedades crónicas no transmisibles, dentro de éstas tenemos a las más comunes como las enfermedades cardíacas, en su mayoría la dislipidemia y dentro de las más graves las neoplasias (1). Por consiguiente ha desencadenado problemas categóricamente mundial en temas de salud pública.

El capítulo uno aborda el planteamiento y formulación del estudio el cual está compuesto por los objetivos: general, específicos y la justificación de la investigación, debido a que últimamente se está evidenciando un alto índice de consumo de comida chatarra en la población universitaria a causa de diversos factores económicos, culturas, sociales y educativas; siendo este último uno de los factores más importantes, ya que, causa irregularidades en sus horarios de comidas habituales, la falta de tiempo y así teniendo la preferencia por las comidas rápidas (2). Por esta razón esta investigación determina el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica, para brindar resultados estadísticos sobre dicha problemática.

En el capítulo dos encontramos los antecedentes del problema, nacionales e internacionales; por ejemplo un estudio realizado en Perú, en el año 2016, analizó los hábitos alimenticios en alumnos universitarios de la facultad de medicina humana de 1° y 6° año de una universidad particular de Lima, se ha descubierto que los alumnos que consumen gaseosas y comida rápida con mucha frecuencia son de ciclos superiores, además de ello ambos grupos estudiados omiten el desayuno, consecuentemente es imprescindible fomentar y adoctrinar temas alimentarios desde el uso de conciencia en niños (3). Este capítulo también está compuesta por las bases teóricas y definición de conceptos, el cual ha sido obtenida de distintas fuentes bibliográficas relacionadas a comida chatarra y estar en épocas de exámenes.

En el capítulo tres podemos observar la hipótesis general y las hipótesis específicas, también las variables uno, dos y variables intervinientes por último la operacionalización de variables.

En el capítulo cuatro podemos encontrar la metodología el cual está compuesta por los subtemas: método general y específico, nivel o tipos de investigación de evaluación, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos mediante encuestas realizadas a la población universitaria, ya que en diversos países de América hay evidencia del incremento de la malnutrición y deficiencia de micronutrientes en la población universitaria, provocando el mayor riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT).

En el quinto capítulo encontramos el análisis e interpretación de resultados compuestas por tablas, figuras y discusiones. Por último, tenemos el sexto capítulo en el cual se muestra la discusión respecto a los resultados obtenidos en la investigación de “El consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.”

Betsy Pamela Medrano Velásquez.

## **Capítulo I**

### **Planteamiento del Estudio**

#### **1.1. Planteamiento del Estudio**

El excesivo consumo de alimentos insalubres o llamados comidas chatarras en estudiantes universitarios de Latinoamérica cada año se va incrementando causado por las transformaciones del estilo de vida de cada alumno. Los estilos de vida de determinados grupos etarios especialmente de los jóvenes universitarios se ven comprometidos por la irregularidad de la ingesta de los alimentos primordiales, siendo reemplazados por comidas chatarras altas en grasas saturadas, bebidas gasificadas, azúcares y sal. (4)

Hemos observado que en la población de estudiantes universitarios en época de estar en exámenes están dejando de lado los adecuados hábitos alimenticios debido a las largas jornadas dedicadas a sus estudios y el poco tiempo para poder alimentarse adecuadamente (5). Debido a que las universidades indirectamente no consideran un tiempo adecuado para que los alumnos puedan tener una alimentación saludable que primordialmente se da desde el inicio del día.

El ingerir comida rápida se ha convertido en un elemento de exposición tan fundamental tanto para el desarrollo de Enfermedades Crónicas No Trasmisibles (ECNT) como la dislipidemia, enfermedades cardiovasculares, diabetes, neoplásicas, etc. Por lo cual ha desencadenado problema categóricamente mundial en temas de salud pública, en ese sentido al consumir comida chatarra la población universitaria se ve afectada en su alimentación y rendimiento académico debido a la fácil accesibilidad y bajo costo de adquirir comidas chatarras que venden en los alrededores de las

universidades. Se asume que al no tomar conciencia del consumo excesivo de comida chatarra y el mal manejo de los hábitos alimenticios en un futuro, no se podrá prevenir dichas enfermedades crónicas no transmisibles (6).

El aspecto alimenticio de los alumnos de las universidades dependerá de la elección de cada porción preparada de alimentos consumidos, caracterizado por modificaciones importantes dentro de su alimentación, manifestándose por un patrón dietético no equilibrado que afectará su salud en un futuro (7). Por eso es importante determinar el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica, de esa manera crear actitudes positivas para una alimentación saludable y sostenible.

El estudio se limita a estudiantes universitarios de cinco países; Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá, por la falta de actualización de información en universidades de Latinoamérica que tienen el problema de consumo de comida chatarra al momento del estudio, y la data insuficiente de rubros de negocios que se dedican al expendio del tipo de comida señalada dentro y fuera de las universidades del contexto latinoamericano.

## **1.2. Formulación del Problema**

### **1.2.1. Problema General.**

¿Cuál es la relación que existe entre el estar en época de exámenes y el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

- ¿Qué grado de relación existe entre el año universitario y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?
- ¿Qué grado de relación existe entre el rendimiento académico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?

- ¿Qué grado de relación existe entre el nivel socioeconómico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?
- ¿Qué grado de relación existe entre el sexo y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?
- ¿Cuál es el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1. Objetivo General.**

Determinar la relación que existe entre el estar en época de exámenes y el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.

#### **1.3.2. Objetivos Específicos.**

- Determinar el grado de relación existe entre el año universitario y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.
- Determinar el grado de relación existe entre el rendimiento académico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.
- Determinar el grado de relación existe entre el nivel socioeconómico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.
- Determinar el grado de relación existe entre el sexo y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.
- Determinar el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.

## **1.4. Justificación de la investigación**

### **1.4.1. Justificación Teórica.**

El propósito de esta investigación es aportar conocimiento a la sociedad y causar impacto en los estudiantes universitarios sobre el consumo excesivo de comida chatarra en época de exámenes. En la actualidad se ha observado que la población universitaria sustituye las tres principales comidas por alimentos industrializados y productos de fácil preparación, debido a que su presupuesto es escaso para adquirir alimentos que contengan un alto valor nutritivo, afectando así su bienestar y salud. Es esencial identificar tipos de alimentos que consumen los estudiantes universitarios, ya que hay una alta probabilidad de que esta población se estaría alimentando de forma inadecuada, repercutiendo en su salud y generando enfermedades crónicas no transmisibles (8). Este estudio se justificó debido a que en los últimos años se ha evidenciado un incrementado de hábitos alimenticios inadecuados en la población universitaria a causa de diversos factores económicos, culturas, sociales y educativos; siendo este último uno de los factores más importantes, ya que causa irregularidades en sus horarios de comidas habituales, la falta de tiempo y así teniendo la preferencia por el consumo de comida chatarra (9).

### **1.4.2. Justificación Social.**

Este estudio proporciona información a todo estudiante y/o profesional de la salud (especialidad de Nutrición y Dietética) poder determinar el abordaje adecuado y crear nuevas estrategias orientadas a modificar los estilos de vida en la población universitaria, así como adoptar ideas adecuadas para una alimentación apropiada a sus condiciones fisiológicas y cognitivas que todo estudiante universitario requiere para un mejor desempeño académico (10). Los beneficiarios con esta investigación serán los estudiantes universitarios para lograr concientizar a esta población respecto a sus hábitos alimenticios, así generar una mejor calidad de vida para éstos y prevenir diversas enfermedades.

### **1.4.3. Justificación Metodológica.**

Por esta razón esta investigación determinará el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica, para brindar resultados estadísticos sobre esta problemática. Al finalizar esta tesis esperamos que los estudiantes de los cinco países de Latinoamérica lleguen a reforzar habilidades como el análisis, reflexión, búsqueda de información, registro, etc.; de esta manera comprender los efectos secundarios del consumo de comida chatarra en los alumnos de educación universitaria y así establecer una conclusión por medio de este proceso científico que permite dar resultado de dicha problemática observada.

## **Capítulo II**

### **Marco Teórico**

#### **2.1. Antecedentes de Investigación**

##### **2.1.1. Antecedentes Nacionales.**

Pacco C, Pariona J, Soto C. (2014) realizaron un estudio sobre “Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1º y 2º año de la Facultad de Enfermería de la Universidad “San Luis Gonzaga” de Ica, año 2013-2014”. Es un estudio transversal descriptivo, realizado en estudiantes del 1º y 2º año (n=104) de la Facultad de Enfermería de la UNICA en ambos sexos. El objetivo fue determinar el Consumo de comida rápida y las consecuencias que acarrea en la salud del alumnado de primeros ciclos de la carrera de enfermería en la universidad SLG de Ica 2013 – 2014, los resultados que se obtuvieron fue que el sexo predominante es el de las mujeres con un 87.5%, y en la prevalencia de edad es entre 18 – 20 años obteniendo un 65,39%, entre las comidas chatarras más consumidas tenemos a la hamburguesa representada con un 44,23%, y el menos consumido, las salchipapas con un 12,5%. En el segmento de bebidas, el más consumido es la gaseosa y está representada por un 57,5% y el menos consumido es el yogurt con un 8,65%. En las golosinas las galletas con relleno son las favoritas con un 51,1%. Por consecuencia los problemas más frecuentes en la salud de los estudiantes son las gastrointestinales que simbolizan un 68,3%, las dermatológicas con 20,2%, finalizando con los problemas respiratorios que representan un 11,54%. Por estos resultados, se determinó que la ingesta de comida chatarra guarda relación con las consecuencias de la salud (11).

Arteaga E. (2015) llevó a cabo un estudio que trataba sobre el efecto de ingesta de comida chatarra en alumnos de la carrera de ciencias biológicas de la UNT, Ene. Mar. En el año 2015, que tuvo como finalidad realizar un estudio de tipo cuantitativo, con diseño de la investigación transversal, descriptivo de entidad cruzada y observacional. La población estuvo compuesta por 593 estudiantes de pregrado, entre varones y mujeres con un muestreo no probabilístico, dada por conveniencia, ya que se recopiló la información con el consentimiento informado de cada estudiante, siendo evaluados con las siguientes características: peso, talla e IMC, y por otro lado se realizó una encuesta relacionado a sus hábitos alimenticios, ingesta de comida chatarra, conocimiento de enfermedades. Los estudiantes tuvieron un adecuado consumo y conocimiento respectivo. Los resultados entre la relación del Índice de Masa Corporal (IMC) y comida chatarra fue no significativa ( $p=1,68$ ) posteriormente se ha concluido que la relación que guarda entre el IMC y la ingesta de comida chatarra en el total de los participantes (12).

Gómez V. (2019) realizó un estudio denominado "Nivel de conocimiento y consumo de comida chatarra en adolescentes de la I.E. Justo Barrionuevo N° 50 499 de la ciudad del Cusco realizada en el año 2018. El objetivo principal de esta investigación fue determinar el nivel de conocimiento y consumo de la comida chatarra en los estudiantes de dicha población. Se realizó un estudio transversal, descriptivo y correlacional el cual tuvo una población total de 224 adolescentes y su muestra de estudio fue de 144. La técnica de recolección de datos se realizó mediante una entrevista. El resultado obtenido fue que los adolescentes de la I.E. Justo Barrionuevo tienen un 60% de buen conocimiento sobre el consumo de comida chatarra y 12.85% de mala referencia sobre dicha problemática. Dentro de la ingesta de comida chatarra llegamos a obtener un 36,43% que representa en consumo de gaseosas, el 39,29% snacks, galletas y tortas, el 37,14% consumen hamburguesas, un 40,7% que tienden al consumo de salchipapas, un 54,3% ingieren pizza, el consumo de helado está representado por un 41,4% y un 48% por el consumo de pollo a la brasa, dentro de las golosinas hay un consumo significativo entre chocolates, chicles y chupetes que está representado por un 33% con una

baja escala dentro de bebidas encontramos el consumo de Frugos y yogurt con un 37% y bebidas energéticas con un 26,4%. En otros aspectos generales tenemos al sexo representado con un 42,1%, la edad con un 56% y lugar de procedencia con un 42,1%, el ingreso per cápita mensual por padre es de 36,4%. Finalmente se concluye que el mayor porcentaje consumo de comida chatarra se encuentra en las bebidas azucaradas, yogurt, Frugos y en porcentaje alarmante bebidas energizantes (13).

Sayán J. (2018) realizó un estudio denominado “Hábitos alimentarios y rendimiento académica en alumnos del I.E.P. Roosevelt Comas 2017” cuyo objetivo fue realizar un diagnóstico determinando el enlace entre la productividad académica y los hábitos alimenticios en los estudiantes de la mencionada institución educativa. El estudio ejecutado fue de un enfoque totalmente cuantitativo, de nivel correlacional, no experimental con corte transversal. Se obtuvo una muestra de 96 encuestados de un total 160 alumnos como dato poblacional, dentro de la encuesta se obtuvieron los datos referentes a hábitos alimenticios y análisis documental como técnica de recopilación de datos, entre otros instrumentos que se utilizó fueron las boletas de notas para recolectar informes sobre la productividad académica, los resultados señalan que existe una relación positiva dentro de la investigación obteniendo un valor de ( $Rho=0584$ ) y significativa ( $sig.=000$ ) se obtuvo un nivel de correlación módico, entre el rendimiento académico y los hábitos alimenticios en la I.E.P. FDR Comas 2017 (14).

Cunyas Y, y Llacta E. (2015) realizaron un estudio denominado Hábitos alimenticios y rendimiento académico en el curso de ciencia y ambiente en los alumnos del 4° grado de la I.E. 31301 de la ciudad de Chilca, Hyo. El estudio tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en dicha población, el diseño de la investigación fue de tipo descriptivo, correlacional y transversal. La muestra total fue de 46 estudiantes, la recolección de datos se dio mediante el instrumento del cuestionario y el análisis documental, el gráfico estadístico que se usó en este estudio fue la correlación de Pearson; en consecuencia, existe una relación considerable y moderada entre el rendimiento académico

y hábitos alimenticios del curso de Ciencia y Ambiente de los alumnos del 4° grado de la I.E. 31301 de la ciudad de Chilca, Hyo (15).

### **2.1.2. Antecedentes Internacionales.**

Tamayo C, Alcocer H, Choque L, Chuquimia A, y Condori P. (2016) realizaron un estudio denominado "Factores y determinantes del consumo de comida chatarra en estudiantes de la facultad de medicina, enfermería, nutrición y tecnología médica, La Paz- Bolivia 2016". Es un estudio descriptivo-transversal de una muestra de 100 universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UMSA en el año 2016, cuyo objetivo fue establecer las causas y factores determinantes de la ingesta de comida chatarra en dichos universitarios. El método estadístico que se empleó en esta investigación fue el SPSS Vr. 19. Como resultado, obtuvimos un 69% de mujeres que fueron la mayor cantidad de encuestados a diferencia de un 31% de varones que fue el resultado de un total de 100 estudiantes, la edad promedio poblacional es de 22 años, donde el 43% está representado por estudiantes de medicina, el 58% habitan en La Paz mientras que el 59% realizan otras actividades como deporte, si hablamos del consumo, obtuvimos un 28% de ingesta de bocaditos en las mujeres donde el 38% tienen conocimiento que la comida chatarra causa enfermedades crónicas no transmisibles teniendo en cuenta que el 28% es consumido en La Paz siendo la población de mayor consumo de ésta. Hay un 36% de consumidores frecuentes de bebidas gasificadas que por lo menos consumen una vez por semana y también hemos podido observar que el 50,7% de las mujeres vienen reemplazando el almuerzo por comida rápida enfrentada a un sexo masculino que tiene un índice de 48,4% que tampoco está muy alejada de la realidad. En consecuencia, los estudiantes de nutrición (28%) y medicina (38%) discernen el origen de las enfermedades crónicas no transmisibles que provoca el excesivo consumo de comida chatarra (16).

Carías A, Naira D, Simons P, Díaz V, Barrientos A, y Juan C. (2020) realizaron una investigación que lleva por título "Consumo de comida chatarra en escolares". La finalidad de la investigación fue hallar la particularidad sobre la ingesta de alimentos chatarra en la población escolar de Honduras, en junio de 2018. Fue un estudio no experimental, descriptivo, transversal, donde la

población estaba compuesta por todos los niños en etapa escolar entre 5 - 15 años, que estaban cursando entre el primer y sexto año, en las instituciones educativas estatales de Honduras. Como herramientas de trabajo nos apoyamos en la técnica de muestreo estratificado, los centros educativos de educación primaria se recopilo por el método aleatorio simple, y la data poblacional a estudiar se llegó a adquirir mediante un sistema aleatoria probabilística. Del dato poblacional se obtuvo una muestra significativa de 7 020 escolares. Se tomaron 10 educandos, por cada uno de los seis grados, donde el resultado señala que la comida chatarra más comprada es el churro con un 92.9% de estudiantes, seguido por las bebidas gasificadas con 80.4% y el pollo frito con 76.6%. La discusión del estudio para el autor Palenzuela et al., más del 50% de adolescentes ingieren refrescos de forma cotidiana y consumen dulces, se realiza varias veces al día, obteniendo un 18% de los jóvenes encuestados. Esto llega a discernir datos de este estudio (17).

Fajardo E, Camargo Y, Buitrago E, y Peña L. (2016) realizaron un estudio denominado "Estado nutricional y preferencias alimentarias de una población universitaria en Bogotá". El objetivo de la investigación fue determinar el estado nutricional y las preferencias alimentarias en la población estudiantil en la ciudad de Bogotá. La metodología del estudio fue de tipo transversal, la recolección de datos se realizó mediante una encuesta que consignó de medidas corporales, ingesta vigente de alimentos, características frecuentes y particularidades de los alimentos. Los datos estadísticos se estudiaron con el programa SPSS versión 20. Tenemos una muestra total de 181 universitarios con un promedio de edad de 21 años que realizaron dicha encuesta; observamos que el 83,6 % no presentó ninguna variación en el IMC, el 7,9 % está representado con un IMC de bajo peso, 7,3 % con un IMC de sobrepeso y 1,1% con un IMC de obesidad. No se detectó ningún tipo de asociación entre las personas que convive el estudiante ( $p=0,991$ ) y el estado nutricional. El 17,6 % de estudiantes afirmaron la ingesta de bebidas energizantes y el 41,5 % de bebidas carbonatadas con una frecuencia de una vez cada siete días. Entre otro porcentaje de consumidores que representan el 37,5% tienen preferencia de comidas al paso con la misma frecuencia que los consumidores de bebidas. Hubo una caída de índice porcentual hasta un

20% en el consumo de frutas, verduras y derivados de la leche en los universitarios. En conclusión, el resultado de este estudio nos da a conocer la necesidad de poder intervenir con tiempo y de esta manera poder concientizar mediante hábitos de alimentación adecuados, solo así se llegaría a una meta exitosa si se trabaja con la familia, la sociedad y las instituciones educativas, realizando así un trabajo inclusivo y sostenible (18).

Sánchez J, hizo una investigación sobre “Análisis del consumo de comida no saludable “comida chatarra” en alumnos del colegio “Santa María Goretti” de la ciudad de Guayaquil” Ecuador. La finalidad del estudio fue especificar la ingesta de comida insalubre e indicar la evaluación de su alimentación. Las herramientas utilizadas han tenido un enfoque mixto (cuantitativo-cualitativo) con diseño no experimental, descriptivo y transversal. Se llegó a encuestar a 117 estudiantes que representan la muestra de la institución educativa dichos alumnos tienen entre 12 y 15 años de edad como máximo, hay una gran diferencia entre el sexo, ya que el 81% son mujeres y el mínimo porcentaje lo tienen los hombres representado con un 19%. También se presentó normalidad en la talla y edad con un 95% y el 5% reveló una talla baja. De acuerdo a su Índice de Masa Corporal se los catalogó: como Obeso a un 30%, con un 19% a los que pertenecían a sobrepeso, como normal a un 46%, Delgados hay un 5% y Delgadez excesiva no contamos con alguno. En cuanto las actividades físicas, deportivas hay un 51% si asume realizarlas, mientras que un 17% no y el 32% lo hace con poca frecuencia también hay un 17% que asumen el sedentarismo, donde el 44% es leve, sumado a un 26% que es moderado y el 13% se encuentra los intensos. Se llegó a determinar la falta de energía estimando: el desgaste de energía parcial en los hombres (2630 – 2843 kcal/día) – y en las mujeres (2203 – 2470 kcal/día) y lo que en realidad se requiere el tope energético estimado es: en varones (2200 – 2800 kcal/día) – y en mujeres (1800 – 2100 kcal/día) siendo estos datos mayores en el género masculino más que femenino. Se llegó a la conclusión de que hay una severa preocupación por la cantidad y a su vez calidad de alimentos que tienden a ingerir más que nada en los cafetines de los centros educativos debería considerarse un cambio de alimentación en los hábitos alimenticios

en dichos estudiantes induciéndolos al consumo de alimentos saludables y con mayor aporte de calorías y energía al cuerpo (19).

Greppi D. (2012) realizó un estudio denominado “Hábitos alimentarios en escolares adolescentes”. El objetivo fue analizar y comparar los hábitos alimentarios de los adolescentes de escuelas públicas y privadas. El estudio que se realizó es de tipo descriptivo, transversal y observacional, la población estuvo compuesta por los estudiantes del quinto año de las escuelas Juan Agustín Boneo y E.E.T. número 628 Servando Bayo. La muestra sobre la que se realizó el estudio está compuesta por 80 estudiantes de una edad comprendida entre 16 y 18 años, de estos, 40 pertenecen a la escuela Boneo y 40 a la escuela Servando Bayo. Llegamos a deducir que las costumbres alimentarias en los jóvenes estudiantes que están asistiendo a las escuelas estatales y los de escuela particular no llegan a representar diferencias significativas, a excepción de la frecuencia de efectuar actividades físicas. para finalizar se evidencio una resaltada tendencia a comportamiento perjudicial para la salud de los jóvenes adolescentes, entre ellas encontramos el consumo de bebidas alcohólicas en más de la mitad de los estudiantes encuestados, también el constante concurrencia a establecimientos de comida chatarra y el consumo excesivo de aperitivos entre los más frecuentes los snacks, que son considerados con un elevado contenido de sodio (20).

## **2.2. Bases Teóricas**

### **2.2.1. Comida Chatarra.**

Michael Jacobson (1972) define comida chatarra como un alimento que contiene bajos nutrientes y que es perjudicial para la salud, que está compuesta de sustancias con un elevado nivel de hidratos de carbono, grasas, sodio y que a la par tiene deficiencia de aminoácidos, vitaminas, etc. La comida chatarra tiene una gran demanda de adquisición de parte de los clientes debido a la practicidad, comodidad y gran variedad de sabores que ofrece al momento de consumirlo (21).

### **2.2.2. Alimentos Procesados.**

En el 2019 el Ministerio de Salud (MINSA) señala que:

Es aquel alimento que está procesado de manera manual o industrial tomando como bases los alimentos naturales, que están elaborados con sustancias como el sodio, azúcares y otros aditivos alimentarios que tienen como fin ser placentero para el paladar y más perdurables. Mediante la elaboración se usan distintas técnicas tales como la cocción, el secado, la degradación en los productos como el pan y los lácteos. Entre otros ejemplos integran: los encurtidos de distintas verduras, frutas azucaradas y productos enlatados como el atún.

### **2.2.3. Alimentos Ultraprocesados.**

Según el MINSA (2019)

Vienen a ser todos los productos comestibles elaborados industrialmente con insumos altamente nocivos para la salud de los consumidores frecuentes, ya que dichos insumos son elaborados con aditivos y sustancias que los extraen de diversos alimentos como el pescado, azúcar, huevo, grasas, almidones, etc. y son trabajados con el uso de la tecnología como por ejemplo, los embutidos, postres en polvo, sopas instantáneas, pastas, Nuggets, carnes empanizadas, entre otros se asume que estos alimentos ultra procesados no aportan valor nutricional, de lo contrario proporcionan un alto contenido calórico al cuerpo humano entre sus características más resaltantes tenemos las grasas saturadas, altos niveles de azúcares y sales y sobre todo bajo en fibras y los disimulan con aditivos totalmente adictivos para el paladar (22).

Según la Organización Panamericana de la Salud (2015)

Son alimentos producidos mediante industrias tecnológicas el cual elaboran alimentos básicamente para facilitar al consumidor la preparación y de esa manera optimizar el tiempo del preparado en casa. Consecuentemente los consumidores no se dan cuenta del daño perjudicial que estos productos pueden acarrear por el alto índice de grasa, azúcares, sales, fuera de esto encontramos aditivos para poder acentuar el sabor de cada producto y de esta manera poder cubrir el sabor de los, almidones modificados, aceites, emulsificantes,

colorantes, aglutinantes, etc. Entre los productos ultra procesados podemos encontrar papas fritas, snack, mermeladas, pizzas, conservas, enlatados de atún, hotdogs, salchichas, galletas, pasteles, néctar de frutas, formula infantil, pastas, sopas, entre otros. Estos alimentos los podemos encontrar en cualquier lugar, básicamente y lo peor de todo es que está formando parte de la dieta de los consumidores (23).

#### **2.2.4. Época de Exámenes.**

La época es el ciclo temporal en donde se desarrolla una determinada circunstancia histórica (24).

El examen es una evaluación que diagnostica y mide el nivel de conocimiento de algún aspecto en particular.

Éstas también llamadas pruebas se llegan a desarrollar académicamente mediante la resolución objetiva ya sea por alternativas o pruebas de desarrollo donde el evaluado podrá desenvolverse mediante el conocimiento adquirido que recopiló por enseñanza o aprendizaje por iniciativa propia (25).

Los caracteres del individuo van cambiando mientras más se va aproximando la época de exámenes. Normalmente hay un incremento de consumo de comida chatarra en esta época. Los momentos vinculados con las arduas actividades académicas y el poco tiempo que presentan los universitarios ocasionan una mayor percepción sobre la escasez de vigilancia incluso en las épocas de exámenes. Por lo tanto, los universitarios tienen obligación de aprender paulatinamente diversas estrategias sobre una adecuada alimentación y estilos de vida saludables de esa forma tener más éxito al momento de las evaluaciones de este modo, modificando los comportamientos académicos que son inapropiadas (26).

#### **2.2.5. Lugar de Consumo de los Alimentos.**

Es un tipo de factor cultural que es preciso para instaurar una conducta alimentaria saludable en la población universitaria.

Referente a eso, Córdova (2017) en su curso de Alimentación Saludable refiere que el lugar de consumo de alimentos es un elemento de riesgo del consumo de comida chatarra, a causa de la variación de los hábitos

alimenticios en la casa, mercados, restaurantes, ferias, pensiones, en donde las preparaciones usuales son reemplazadas por las frituras, las cuales son elaborados con alto contenido de aditivos saborizantes, por lo que se integran en la causa de alto índice de alimentación insalubre en la población (27).

#### **2.2.6. Nivel Socioeconómico.**

Podemos observar que los factores culturales tanto en las familias, socioeconómicas, educacionales están propensos a tomar tipos de hábitos alimenticios por algún tipo de patrón cultural de cierta población que tiene costumbres, creencias y tradiciones o sea que el consumo de alimento y productos energéticos de ciertas personas está arraigado a un inapropiada practica alimenticia por otro lado uno de los factores también sería la escasez de dinero que a consecuencia genera una inapropiada alimentación. Pese a que aun así la gente conozca de la insalubridad que pueda causar estos alimentos y esto se ha manifestado en países subdesarrollados (28).

#### **2.2.7. Rendimiento Académico.**

Benitez G, y Osicka (2000) mencionan que el rendimiento académico es una de las facetas más fundamentales en el desarrollo del aprendizaje. Al momento de valorar el rendimiento académico se estudia los factores favorables que interfieren en él, los cuales se estiman muchas variables tales como elementos socioeconómicos, métodos de aprendizajes empleados, el inconveniente de efectuar un aprendizaje propio, los conocimientos anticipados que poseen los universitarios, tales como el grado de juicio formal de éstos.

Jiménez (2000) menciona que “El rendimiento académico de ciertas personas no cumplen con las expectativas requeridas a pesar de tener un buen intelecto y suficiencia académica” (29). Ante el dilema y el criterio de que el rendimiento académico es una manifestación donde intervienen diferentes factores se da comienzo al tema. La dificultad del rendimiento académico comienza desde su concepto donde a veces se conoce como destreza escolar, habilidad académica, pero regularmente las discrepancias de noción solo se expresan por asuntos de semánticas, debido que los textos escolares y la costumbre didáctico son usados como sinónimos.

El rendimiento académico universitario en épocas de estar en exámenes está definido por una variedad de factores tales como factores socioeconómicos, culturales y educativos. De acuerdo con el Dr. Iglesias, la ingesta de comida chatarra y la malnutrición en una edad temprana, reduce el proceso de la mielinización el cual producirá una inadecuada sinapsis de información motivo el cual ocasionará una disminución de la aptitud intelectual. En la circunstancia que se unen las variables anteriores hay un incremento de posibilidad de tener un bajo rendimiento académico, por ese motivo el doctor recomienda la formación de un comedor universitario con productos saludables para un adecuado consumo de estos alimentos. Asimismo, destaca la obligación realizar consejos nutricionales a partir de la edad escolar, por lo que generarán una gran impresión positiva en los hábitos alimenticios de los universitarios (30).

#### **2.2.8. Semejanzas en el Consumo de Comida Chatarra en Estudiantes Universitarios en Países de Latinoamérica.**

##### ***A. Paraguay.***

El MSP y BS identificó e informó acerca de las respuestas conseguidas por la “Encuesta Global de Salud Escolar”, que se ejecutó en el país. La evaluación se llevó a cabo mediante una encuesta a 49 centros educativos tanto de nivel primaria como secundaria de 12 ciudades del país y Asunción: 77,6% perteneciente al área urbana y el 22,4% a un espacio rural. un 67% conciernen a escuelas oficiales, el 18,4% a los centros educativos particulares patrocinados y 14,3% a centros educativos particulares. La investigación apunta que la tercera parte de los estudiantes fueron evaluados, el 32,7% cuenta con obesidad y sobrepeso, tanto así que el 2% presenta bajo peso. Observamos que hay una prevalencia en los varones ya que representa una mayor puntuación en las particularidades nutricionales, aunque la divergencia no significativa con relación a las mujeres. Ahora referente a las costumbres alimenticias, se pudo observar que no consumían mucho frutas y bebidas, al contrario, tenían un alto porcentaje en consumo de comida chatarra como bebidas gasificadas, snacks y comidas al paso. Hay una representación 41% de los estudiantes asumen comer frutas entre dos o tres veces al día y un

25% consume verduras con esa misma constancia. Mínimamente hay un 7,8% de las mujeres que consumen frutas y verduras constantemente, entre cinco a siete veces al día, en a diferencia de los varones encuestados que ratifican un 7,3%. En su mayoría de los encuestados optan como bebida favorita a las gaseosas. El 60,1% dio como resultado que ingieren bebidas carbonatadas una y tres veces al día, por lo general lo realizan los varones. Y un 15% admite haber asistido a restaurantes de comida al paso semanalmente. Estos resultados que fueron de escala alta, reflejaron preocupación por el alarmante resultado obtenido por las encuestas que advierte el incremento de enfermedades crónicas no transmisibles, como la hipertensión, insuficiencia cardíaca, neoplásicas, diabetes, entre otros, dio a conocer el Dr. Morínigo. Afirma que los datos de la encuesta propuestos podrían revertirse mediante proyectos de educación alimenticias de esta manera podrá evitar la propagación y el crecimiento de una población enferma, sin capacidad (31).

### ***B. Venezuela.***

Actualmente, los hábitos alimenticios de la población juvenil de Venezuela se distinguen por el alto índice de ingesta de comida chatarra, entre las más resaltantes son las comidas rápidas. Este estudio se desarrolló con la finalidad de conocer los hábitos alimenticios de los estudiantes universitarios, el cual tuvo una muestra de 152 universitarios de la UCV que se encontraban entre una edad promedio de 24 años, algunos especialistas en nutrición reportan esta posición como una señal de alerta debido a que estos alimentos insalubres proporcionan escaso valor nutritivo y que tienen un alto índice de grasas y carbohidratos. Este estudio tiene como resultado un elevado porcentaje de universitarios que ingieren comida rápida de las cuales resalta las frituras, también refieren que las mujeres tienen mayor consumo de estos tipos de alimentos. Este tipo de comida forma parte de los hábitos alimenticios de esta población ya que sienten una mayor atracción por las frituras y perciben un mejor sabor que se genera al momento de freír los alimentos. No obstante, el alto índice de consumo de comida rápida ayuda a incrementar el

colesterol y triglicéridos en la sangre el cual generará enfermedades crónicas no transmisibles de los universitarios de Venezuela (32).

### **C. Panamá.**

Claudette Campos es una nutricionista que infiere que Panamá está sufriendo un trastorno de enfermedades metabólicas crónicas no transmisibles. Lo más frecuente se presenta en los niños con problemas de sobre peso del 26.9%, adolescente de 25.4% y adultos con un 56.8%, también resalta que, en Panamá, por factores socioculturales, hay cierta semejanza por las comidas rápidas y más aún por comidas altas en grasa como las frituras. Esta conducta se repite en Latinoamérica y Centroamérica, hay un desmesurado aumento de peso por el consumo de comida chatarra que proporciona un alto nivel calórico que la población consume constantemente y que los varones le llevan gran diferencia a las mujeres, ya que las mujeres cuidan más su estética y basan más su alimentación en dietas con aporte nutritivo positivo al cuerpo, de todas maneras también se observó un cambio gradual en los hombres que también se están preocupando en el aspecto y están modificando su estilo de vida con respecto a su alimentación (33).

### **D. Colombia.**

La investigación realizada por la F.U. Unihorizonte informó que los universitarios consumen comida chatarra en las calles al momento de las jornadas académicas y que muchas veces desconocen el tipo de preparación y las medidas higiénicas que utilizan. La población total fue de 226 universitarios de 15 instituciones distintas, el cual se recolectó la información mediante la entrevista y dieron a conocer sobre sus hábitos alimentarios. Se obtuvo como resultado que el 79% reveló consumir comida rápida a fuera de las universidades o supermercados que quedan cerca de las universidades, el grupo restante que sólo era el 21% aseveró que no. El alimento más consumido fue las empanadas con un 37% y el alimento de menor consumo fue las hamburguesas con un 11%. También refieren que un 73% de los universitarios concurren a restaurantes y solo un 27% acuden a comidas al paso o carretilleros. A pesar de las diferentes opciones de los estudiantes se

concluyó que un 80% de los entrevistados desconoce las medidas de salubridad e higiene el cual son preparados estos alimentos (34).

### ***E. Ecuador.***

El motivo de este estudio realizado fue conocer más los gustos y preferencias de los universitarios de Guayaquil para analizar la relación que guardaban con sus hábitos alimenticios en época de estudios, también se profundizó la búsqueda de cuan satisfechos están con respecto a la venta de alimentos en los alrededores de la universidad, por motivos académicos el alumno se encuentra en situaciones de auto exigencia y esto genera cambios de rutina de todos los aspectos y esto también implica que la mayoría de las horas lo tengan que pasar en la universidad y a consecuencia de esto nace un mal hábito alimenticio, debido a los factores como el tiempo uno de los más primordiales en la etapa universitaria, el escaso recurso económico para poder adquirir alimentos en horas claves como desayuno, almuerzo y cena, publicidades, entorno, influencia social, etc. Generando una pésima alimentación que por lo general la ingesta se realizaba fuera de casa. Por lo general cada estudiante tiene un reducido presupuesto y que decir con el horario tan limitado que infringe y no permite una buena alimentación para el estudiante. Hay investigaciones que observaron que la alimentación de un estudiante universitario está compuesta por carnes, grasas saturadas, bebidas carbonizadas, snacks, golosinas, alimentos altos en carbohidratos y un consumo totalmente desequilibrado de verduras y frutas, añadido a esto bebidas alcohólicas, tabaco en consecuencia esto genera estrés y sedentarismo entre otras enfermedades crónicas no transmisibles y las enfermedades isquémicas del corazón que por no tratarlas a tiempo podrían conducir hasta a la muerte de muchas personas (35).

## **2.3. Definición de Conceptos**

### **2.3.1. Alimentación.**

Según la OMS:

Se puede observar que los tipos de alimentación van transformándose con el pasar de los años, a casusa de muchos factores tales como estilos de vida, caracteres sociales y económicos tanto endógenos como exógenos que interactúan de manera más intrínseca y es así como establecen patrones de dieta por individuo, también encontramos factores demográficos, Entre ellos es posible nombrar los ingresos y egresos de las familias, ya que esto determina si el precio de los productos son asequibles y si después estarán dispuestos a consumir alimentos saludables, las preferencias y creencias individuales, las tradiciones culturales, entre los factores que se tiene que tomar importancia es en el geográfico ambiental ya que aquí deberían intervenir ambas partes interesadas donde haya participación del sector privado y del gobierno como estado y ente regulador promoviendo mediante programas enfocado a sus profesionales en el tema creando dietas diversificadas y dar a conocer el problema de salud que una mala alimentación pueda causar y los factores de riesgo en los cuales se está inmerso (36).

### **2.3.2. Bebidas Energizantes.**

Son bebidas generalmente dulces y gasificadas que están compuestas por aditivos también llamados acidulantes, cafeína, taurina, entre otros componentes los cuales brindad energías mediante un efecto farmacológico al cuerpo que por lo general sufren desgastes por esfuerzos tanto físico como mental. (41)

### **2.3.3. Comida Chatarra.**

Este tipo de alimentos en esencia presentan un índice elevado en grasas saturadas, altas en calorías, azúcares, sales, etc. y no tiene ningún aporte nutricional, hay algunos productos que otorgan un mínimo de minerales, proteínas y algunas vitaminas, esto hace referencia a que la comida chatarra solo aporte calorías vacías (37).

### **2.3.4. Comida Rápida.**

Alimento que se expenden en establecimiento de comida al paso que son altamente calórico por llevar ingredientes con índices altos en grasas y sales al cual resumen un aporte mínimo o escaso en vitaminas al cuerpo (42).

### **2.3.5. Época.**

Periodo temporal definido por un punto de partida donde se desarrollan hechos que determinan formas o estilos de vida (38).

### **2.3.6. Examen.**

Es un tipo de prueba oral o escrita el cual sirve para medir los conocimientos de un determinado tema (39).

### **2.3.7. Snacks.**

Es una palabra en inglés que en su traducción al español es aperitivo o botana, éstos son alimentos que se utilizan en su satisfacción temporal del hambre aportándose mínimamente energía al cuerpo simplemente por placer (40).

## **Capítulo III**

### **Hipótesis y Variables**

#### **3.1. Hipótesis**

##### **3.1.1. Hipótesis General.**

- Ha = Existe relación entre el estar en épocas de exámenes y el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.
- Ho = No existe relación entre el estar en épocas de exámenes y el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.

##### **3.1.2. Hipótesis Específicas**

- Hipótesis específica 1 = Existe relación entre el año universitario y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.
- Hipótesis específica 2 = Existe relación entre el rendimiento académico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.
- Hipótesis específica 3 = Existe relación entre el nivel socioeconómico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.
- Hipótesis específica 4 = Existe relación entre el sexo y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.

- Hipótesis específica 5 = Existe el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica

### 3.2. Variables

#### A. Primera variable: Consumo de comida chatarra

##### ***Definición Conceptual.***

Alimentos consecuentemente no saludables y con poco aporte nutricional, haciendo saber su contenido de un alto nivel de grasas saturadas, carbohidratos, sal y un sinfín de aditivos alimentarios; de la misma manera con parvedad de vitaminas, fibra, proteínas, etc. Estos alimentos también en su variedad son típicos en los consumidores, por su rápida preparación y su fácil adquisición a la hora de consumirla, algunos productos, no requieren preparación alguna, y a consecuencia de esto hay mayor diversificación de sabores y precios al momento de ingerirlas (43).

##### ***Definición Operacional.***

El consumo de comida chatarra se ha definido mediante un cuestionario el cual consta de cinco dimensiones: frecuencia de consumo de alimentos que tiene como indicadores el desayuno, la siguiente dimensión es el consumo de gaseosa, consumo de golosinas, snacks y/o productos similares, consumo de energizantes y como última dimensión, consumo de comida rápida, éstas cuatro dimensiones tienen como indicadores si y no, de esa manera se llegó a medir nuestro cuestionario.

#### B. Segunda variable: Época de exámenes

##### ***Definición Conceptual.***

Periodo académico determinado mediante el cual se llega a rendir tipos de pruebas ya sean orales o escritas que sirven para medir la capacidad y conocimiento en determinados temas estudiados.

### ***Definición Operacional.***

La época de exámenes se define con la cantidad de estudiantes que darán exámenes y los que no darán exámenes que tienen como indicador si y no, de esa manera llegar a medir nuestro cuestionario.

### **C. Variables intervinientes:**

- Nivel socioeconómico.
- Año universitario.
- Rendimiento académico
- Sexo.

### **3.3. Operacionalización de variables**

Variables		Definición	Dimensiones	Indicador	Tipo de variable	Valor
Variable 1	Consumo de comida chatarra	Alimento que contiene bajos nutrientes y que es perjudicial para la salud, que está compuesta de sustancias con un elevado nivel de hidratos de carbono, grasas, sodio y que a la par tiene deficiencia de aminoácidos, vitaminas, etc.	Frecuencia de consumo de alimentos	- Desayuno - Almuerzo - Cena	Nominal	0= SI 1= NO
			Consumo de gaseosas	-SI -No		
			Consumo de golosinas, snacks y/o productos similares			
			Consumo de energizantes			
			Consumo de comida rápida			
Variable 2	Época de exámenes	<p>ÉPOCA: ciclo temporal en donde se desarrolla una determinada circunstancia histórica.</p> <p>EXÁMEN: es una evaluación que diagnostica y mide el nivel de conocimiento de algún aspecto en particular.</p>	Época de exámenes	-SI -No	Nominal	0= SI 1=NO
			Época de no exámenes			
Variabes Intervinientes	Rendimiento académico	Es una disposición de las habilidades del estudiante, que manifiesta todo el aprendizaje realizado en su formación académica.		Ítem: 11	Nominal	0=Alto (20-15) 1=Medio (14.99-13) 2=Bajo (12.99-11) 3=Deficiente (10-0)

Variables	Definición	Dimensiones	Indicador	Tipo de variable	Valor	Variables	
	Lugar de consumo de alimentos	Es un elemento de riesgo del consumo de comida chatarra, a causa de la variación de los hábitos alimenticios en la casa, mercados, restaurantes, ferias, pensiones, en donde las preparaciones usuales son reemplazadas por las frituras, las cuales son elaborados con alto contenido de aditivos saborizantes, por lo que se integran en la causa de alto índice de alimentación insalubre en la población.		Ítems: A, B , C	Nominal	0= Calle 1= Casa 2= Comedor/ restaurante universitario	
Variables Intervinientes	Nivel socioeconómico	Es una dimensión socioeconómica que integra la estructuración laboral de cada individuo, de la situación socioeconómica personal o familiar en comparación a otros individuos, apoyado en sus ingresos y ocupación.		Ítems: 9,16, 17	Nominal	0= Alto 1= Medio 2=Bajo	
	Edad	Cantidad de años cumplidos		Número en años	Numérica	Edad	
	Sexo	Características físicas y biológicas que hacen diferentes a mujeres y hombres.		Género	Nominal	0= femenino 1=masculino	
	Universidad	Institución destinada a la enseñanza superior		Tipo de Universidad	Nominal	0= Pública 1=Privada	
	Año universitario	Año de la carrera que está cursando			Año universitario	Nominal	0=Primero
							1=Segundo
							2=Tercero
						3=Cuarto	
						4=Quinto	
						5=Sexto	
COMORBILIDAD	Presencia de una o más enfermedades.			Comorbilidades	Nominal	0= No 1=Si	

## **Capítulo IV**

### **Metodología**

#### **4.1. Método y enfoque de investigación**

##### **4.1.1. Método de la Investigación.**

###### **a. *Método General Científico.***

Es un último término proveniente del conocimiento (ciencia) Hace referencia al agregado de métodos y técnicas validadas objetivamente que llegan a organizar información adquirida mediante la experiencia y la reflexión (44).

###### **b. *Método Específico.***

Se vienen utilizando dentro de desarrollos de investigaciones y estudios científicos, a la par, esta metodología también se puede aplicar de manera multidisciplinaria. Hay algunas relaciones que cumplen con las características para poder tener cierta aplicación dentro de un proceso experimental y otras que no (45).

##### **4.1.2. Nivel Analítico.**

“Es el estudio estadístico que llega a fraccionar la realidad de diversas variables y/o factores que guardan cierta relación por los caracteres o patrones en estudio, por lo general se llega a analizar partes de experiencias de una dada población y solo algunas características de estudio”. (45)

##### **4.1.3. Tipo.**

Enfoque Cuantitativo: “Para implantar ciertas características y modelos de comportamiento tenemos que elaborar una recopilación de información para así demostrar y dar luz verde a la hipótesis con sustento mediante análisis estadístico cuantitativo” (46).

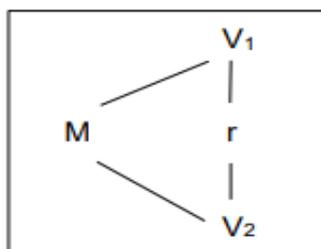
#### 4.1.4. Diseño de la Investigación.

El diseño del estudio es correlacional, de corte transversal y no experimental. “El diseño transversal también llamada transeccional están encargadas del estudio que recolectan información en un tiempo de experiencia única” (46).

“Es de tipo correlacional ya que especifican la canalización entre varias categorías, variables y conceptualizaciones de una etapa que tiene que guardar una relación causa y efecto” (46).

“Es No experimental porque se tiende a observar los sucesos en su entorno natural sin la necesidad de poder realizar ningún tipo de maniobra o manejo intencionado que altere la experiencia” (46).

#### 4.1.5. Esquema del diseño.



**Figura 1.** Flujo de Diseño correlacional.

Dado que:

M: Simboliza la muestra de estudio, Consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.

V1: Variable: Consumo de comida chatarra

V2: Variable: Época de exámenes

r: Representa la correlación entre una y otra variable.

Según este flujo nos explica la relación que guarda la muestra de la investigación sin adulterar los datos.

## 4.2. Población y muestra

### 4.2.1. Población.

El dato poblacional está compuesto por los estudiantes universitarios correspondientes a las facultades de Ciencias de la Salud, Ciencias de las Empresas y Ciencias de la Ingeniería de cinco países de Latinoamérica (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá). Esta información poblacional fue recopilada por la Federación Latinoamericana de Estudiantes de Medicina y a su vez también tuvo el aporte de varios autores e investigadores de cada país ya nombrado.

#### **4.2.2. Muestra.**

El campo muestral fue de 2 254 estudiantes universitarios de cinco países de Latinoamérica (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá). El modelo de muestreo fue dado por conveniencia y es no probabilístico.

#### **4.2.3. Criterios de Inclusión.**

- Alumnos universitarios mayores de 18 años pertenecientes a cinco países de Latinoamérica (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá)
- Alumnos universitarios que pertenecen a las facultades de Ciencias de la salud, Ciencias de las empresas y Ciencias de la ingeniería.

#### **4.2.4. Criterios de Exclusión.**

- Alumnos universitarios que tuvieron patrones anómalos de respuestas.
- Alumnos universitarios que no aceptaron participar en esta investigación.
- Alumnos universitarios que padecen alguna alteración psicológico y alimenticio.
- Alumnos universitarios que sufren alguna enfermedad en el momento del encuestado.

### **4.3. Técnicas de Recolección de Datos**

La técnica de recopilación de datos en esta investigación se realizó mediante una encuesta, la que obtuvo información confiable de los participantes, siendo esta investigación de tipo de análisis secundario de datos.

#### **4.4. Instrumento de Recolección de Datos**

La herramienta que se usó fue el cuestionario presencial y personal. Consignó de una presentación (tipo consentimiento verbal), instructivos, información general e información específica con interrogantes de tipo abiertas y cerradas. Todas ellas buscaban conocer el consumo de comida chatarra de los estudiantes universitarios de cinco países de Latinoamérica (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá). Una vez obtenidas la data se las pondrá en el programa de Excel y seguido se pasará al programa de STATA versión 12, para poder analizar la correlación entre variables.

#### **4.5. Validación y Confiabilidad del Instrumento:**

Podemos observar que el proceso de validación se da mediante el análisis de confiabilidad del instrumento cuestionario del “consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica” se llegó a analizar mediante la herramienta de un diagnóstico guía con 2 227 universitarios, se realizó un análisis orientado a un examen estadístico dirigido por Alfa de Cronbach. El fin de esta prueba ha sido realizar un cálculo del índice de consistencia interna obteniendo dicho índice Alfa de Cronbach mayor a 0.70 (obteniendo un test de escala con un valor referido de 0.7143); este dato genera viabilidad respecto a la herramienta utilizada que se aplicó en el muestreo de análisis.

#### **4.6. Desarrollo de la tesis.**

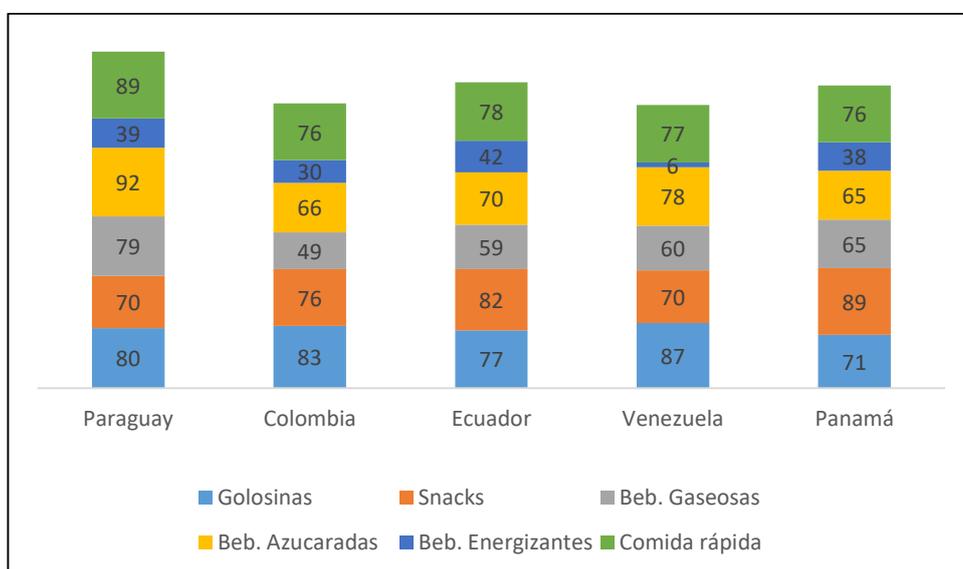
El periodo de redacción de la tesis tuvo un intervalo de tiempo de 14 meses, comenzó en marzo del 2020, inicialmente se solicitó el permiso para el uso de la data ya recolectada entre los estudiantes universitarios a la Federación Latinoamericana de Estudiantes de Medicina y el aporte de varios autores e investigadores de cada país (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá). La información inicial del estudio se comenzó a recolectar aproximadamente hace 5 años y la realización de la primera y última encuesta tuvo un lapso de tiempo de 2 meses. De tal manera se evaluará la calidad del

registro encuestado, mediante este paso, procederemos a analizar y seleccionar aquellas variables que sean de validez para nuestro estudio. Finalizado todo el trayecto de la recopilación de información se pasará a transcribir la información en tablas de Excel, donde serán ordenadas en cuadros y matrices, por último, se introducirá al programa STATA versión 12 para un criterio analítico estadístico de toda la información.

## Capítulo V

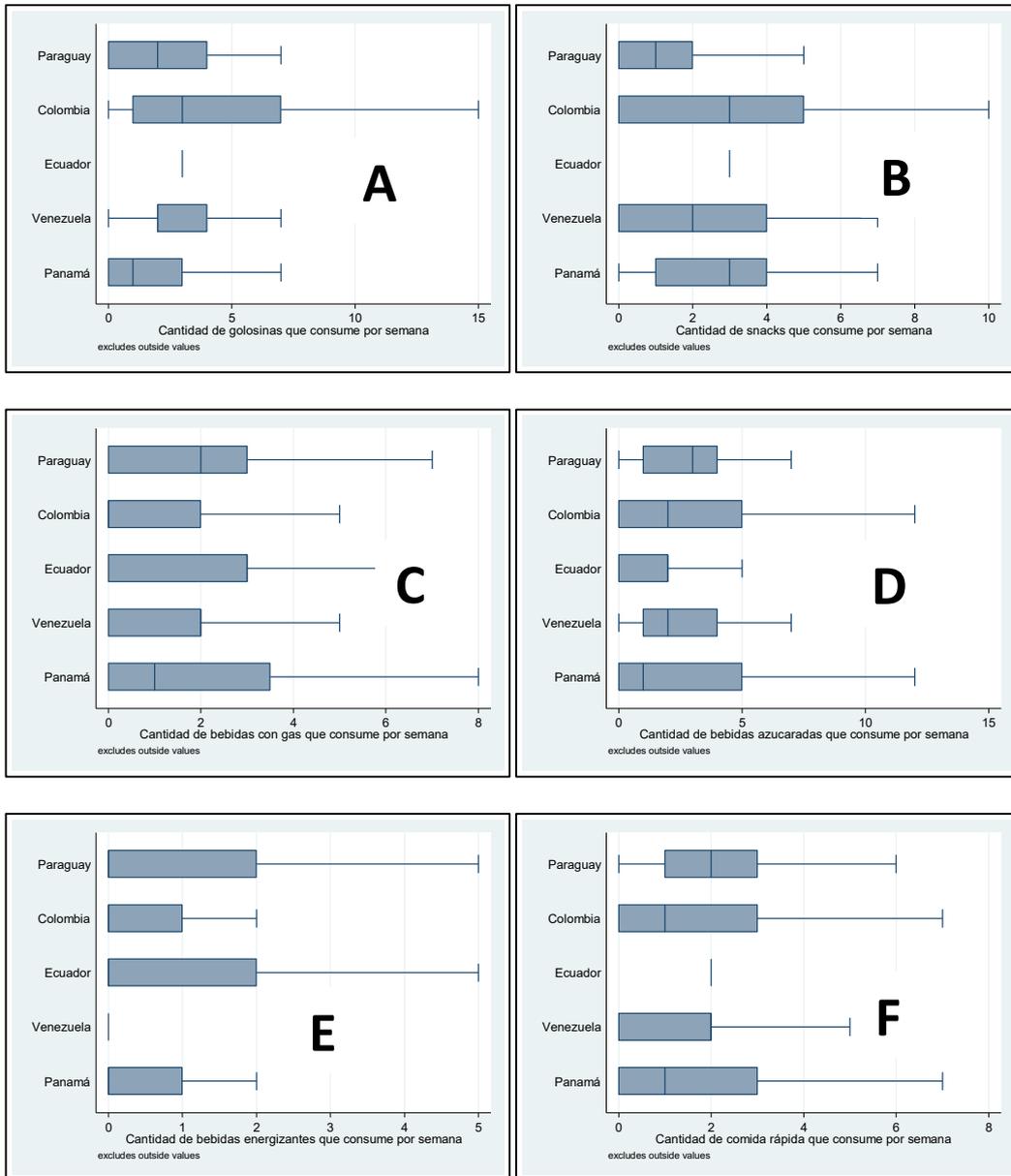
### Análisis e Interpretación de los Resultados

#### 5.1. Resultados en Tablas y Figuras



**Figura 2.** Porcentaje de consumo de alimentos no saludables entre los estudiantes universitarios cinco países de Latinoamérica.

De los 2 254 estudiantes universitarios encuestados, Paraguay fue el país que tuvo mayor consumo de los seis tipos de alimentos no saludables; siendo el país que reportó mayores porcentajes de consumo de bebidas gaseosas (79%), bebidas azucaradas/néctares (92%) y comida rápida (89%), los otros países que le siguieron en porcentajes altos fueron Ecuador (que es el principal consumidor de bebidas energizantes, con el 42%), Panamá (que es el principal consumidor de snacks, con el 89%) y Venezuela (que es el principal consumidor de golosinas, con el 87%).



**Figura 3.** Gráficos de cajas y bigotes de la cantidad de consumo semanal de alimentos no saludables entre los estudiantes universitarios cinco países de Latinoamérica. A= golosinas. B= Snacks. C= Bebidas con gas. D= Bebidas azucaradas/néctares. E= Bebidas energizantes

Podemos observar en la figura 2 que hubo algunas diferencias en las cantidades de consumo por cada país, en golosinas el que tenía una mayor mediana fue Colombia, en snacks Colombia y Panamá, en bebidas con gas o azucaradas/néctares Paraguay, en bebidas energizantes Paraguay y Ecuador, así como, en comida rápida Paraguay y Venezuela.

**Tabla 1.** Modelo multivariado de la cantidad de comidas según su variación en la época de exámenes y país entre los estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.

<b>Variab</b> les	<b>Golosinas y/o productos con mucha azúcar.</b>	<b>Snacks y/o productos similares.</b>	<b>Comida rápida</b>
<b>Sexo masculino</b>	No significativo	No significativo	0,37 (<0,001)
<b>Año de la carrera</b>	-0,13 (0,029)	-0,21 (<0,001)	No significativo
<b>Univ. Privada</b>	No significativo	No significativo	No significativo
<b>Dinero al mes</b>	0,001 (0,001)	0,001 (<0,001)	0,001 (0,003)
<b>En exámenes</b>			
No cambia	Cat. de comparación	Cat. de comparación	Cat. de comparación
Aumenta poco	1,90 (<0,001)	0,86 (<0,001)	0,39 (0,002)
Aumenta mucho	1,74 (<0,001)	1,86 (<0,001)	0,81 (<0,001)
<b>País</b>			
Paraguay	Cat. de comparación	Cat. de comparación	Cat. de comparación
Colombia	2,53 (<0,001)	4,00 (<0,001)	No significativo
Ecuador	2,23 (<0,001)	3,87 (<0,001)	1,16 (<0,001)
Venezuela	No significativo	1,95 (<0,001)	No significativo
Panamá	No significativo	2,04 (<0,001)	No significativo

*Nota.* Los Coeficientes (valores p) fue recolectada con los patrones lineales generalizados. (Familia Gaussian, función de enlace identity y modelos robustos).

En todos los cruces hubo un incremento significativo de la ingesta de comida chatarra en época de exámenes, tanto para los que mencionaron que aumentaba un poco (valor  $p < 0,003$  para los tres tipos de comidas) como para los que mencionaron que aumentaba mucho (valor  $p < 0,001$  para los tres tipos de comidas); además, hubo más consumo en todos los países para los snacks (todos los países tuvieron valor  $p < 0,001$ ), en dos de ellos para las golosinas (ambos con valor  $p < 0,001$ ) y en uno para comida rápida (valor  $p < 0,001$ ); a más dinero que disponían al mes hubo más consumo de los tres tipos de comida (valor  $p < 0,004$  para los tres tipos de comidas); a mayor año de la carrera hubo menos consumo de golosinas ( $p = 0,029$ ) y de snacks ( $p < 0,001$ ); los hombres consumieron más comida rápida que las mujeres ( $p < 0,001$ ); estos cruces fueron ajustados por el tipo de universidad.

**Tabla 2.** Modelo multivariado de la cantidad de consumo de bebidas según su variación en la época de exámenes y país entre los estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.

<b>Variables</b>	<b>Gaseosas (solo productos gasificados)</b>	<b>Bebidas azucaradas (jugos, néctares, etc.)</b>	<b>Bebidas energizantes (con taurina o similares)</b>
<b>Sexo masculino</b>	No significativo	No significativo	No significativo
<b>Año de la carrera</b>	-0,14 (0,015)	-0,14 (0,020)	No significativo
<b>Univ. Privada</b>	No significativo	No significativo	No significativo
<b>Dinero al mes</b>	0,001 (<0,001)	No significativo	0,001 (<0,001)
<b>En exámenes</b>			
No cambia	Cat. de comparación	Cat. de comparación	Cat. de comparación
Aumenta poco	1,30 (<0,001)	1,75 (<0,001)	1,36 (<0,001)
Aumenta mucho	2,16 (<0,001)	1,42 (<0,001)	1,68 (<0,001)
<b>País</b>			
Paraguay	Cat. de comparación	Cat. de comparación	Cat. de comparación
Colombia	1,35 (0,003)	1,76 (<0,001)	No significativo
Ecuador	2,98 (<0,001)	1,57 (<0,001)	1,84 (<0,001)
Venezuela	No significativo	No significativo	No significativo
Panamá	0,99 (0,021)	1,24 (0,020)	No significativo

*Nota.* Los Coeficientes (valores p) fue recolectada con los patrones lineales generalizados. (Familia Gaussian, función de enlace identity y modelos robustos).

En todos los cruces también hubo un incremento significativo de la ingesta de bebidas en época de exámenes, tanto para los que mencionaron que aumentaba un poco (valor  $p < 0,001$  para los tres tipos de comidas) como para los que mencionaron que aumentaba mucho (valor  $p < 0,001$  para los tres tipos de comidas); en tres de ellos hubo más consumo para las bebidas con gas y las azucaradas/néctares (valores  $p < 0,022$  para todos los casos) y en uno de ellos para las bebidas energizantes ( $p < 0,001$ ); a más dinero que disponían al mes hubo más consumo de dos de los tipos de bebidas (valor  $p < 0,001$  para los dos); a mayor año de la carrera hubo menos consumo de bebidas con gas ( $p = 0,015$ ) y las azucaradas/néctares ( $p = 0,020$ ); estos cruces fueron ajustados por el tipo de universidad y por el sexo de los encuestados.

## **Capítulo VI**

### **Discusión de Resultados**

El objetivo general de este estudio sirvió para buscar y comprobar la relación entre estar en épocas de exámenes y consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá). En todos los países hay un importante incremento de estos productos en la época de exámenes, absolutamente todos los estadísticos muestran un incremento (sea en poca o mucha cantidad). Esto podría estar causado por el estrés que se generan en estas épocas, a la ansiedad que también está presente y a la escasez rígida de tiempo, es así que en el caso de los estudiantes universitarios de la UNMSM, se evidencia una relación directa entre el estrés de los estudiantes y la ingesta de snacks y refrescos azucarados, como menciona dicho estudio, llegaron a este resultado debido a la manifestación de la población estudiantil, los cuales indicaban que consumían este tipo de productos bajo la condición de tener una mayor cantidad de concentración, de mantenerse despierto para una larga noche de estudio que implica la responsabilidad de tener éxito en los exámenes (47). Otra causalidad por la cual los universitarios eligen alimentos inadecuados para su correcta alimentación, es la limitación del tiempo que les conlleva una vida universitaria, esto está demostrado en un estudio realizado en Chile, donde nos evidencia que esta limitación es debido a la presión académica que condiciona una mala toma de decisiones en referencia a la calidad, cantidad y frecuencia de sus alimentos teniendo un mayor apego hacia las comidas chatarras (48). Otro estudio realizado en España demuestra las consecuencias que existe durante la época de exámenes, donde se evidencia que hay un aumento significativo de la incidencia de la ingesta de bebidas energéticas en un 33.3% (49), a comparación de nuestro trabajo el país líder en la ingesta de bebidas con

características ya mencionadas es Ecuador con un 42% y esto nos indica la variación existente de este determinado producto manifestado en esta causalidad.

En el primer objetivo específico observamos que a mayores años académicos estudiados de la carrera hubo un menor consumo de muchos de ellos, esto podría ser por una toma de conciencia conforme se va madurando, así como, a la mayor información que pueden haber obtenido conforme se tengan más años en la universidad, entre otros. Un estudio elaborado a estudiantes universitarios en Buenos Aires – Argentina, corrobora que existen diferencias notorias en alumnos que empiezan la vida universitaria con aquellos que están por concluir, en este último grupo se evidencia que las conductas de riesgo que dicho trabajo considera como es el consumo de comida rápida va disminuyendo mientras más tiempo lleva en la universidad (50), por tanto, hay una relación existente con nuestro trabajo. En el segundo objetivo específico vemos los efectos negativos que traen consigo y tienen una alta demanda en la ingesta de comida rápida y afecta el rendimiento de los estudiantes universitarios, esto puede deberse a múltiples motivos, como el déficit de conocimientos en referencia a Nutrición, así se evidenció en un estudio realizado en Chiapas-México, País Latinoamericano, el cual tiene como conclusión que los estudiantes de la carrera de Ciencias de la Salud, tienen un bajo nivel de conocimientos en nutrición a pesar que estos tienen la cátedra en su malla curricular (51). De acuerdo a estas evidencias podemos llegar a una conclusión devastadora, ya que estos estudiantes tienen un enfoque preventivo sobre las enfermedades crónicas no transmisibles, aun así, teniendo estos objetivos es inaceptable que sus conocimientos sean escasos. Es muy probable que, en otras facultades como Ingenierías, Ciencias de la empresa u otros que no incluyen esta licenciatura dentro de su plan de estudios, no tengan conocimiento alguno acerca de la nutrición, pues esta desinformación tendrá como consecuencia la toma de decisiones inadecuadas en su alimentación. En el tercer objetivo específico se encuentra el nivel socioeconómico referente al consumo de comida chatarra, los que tuvieron un mayor ingreso al mes tuvieron un aumento en el consumo de casi todas las comidas y bebidas no saludables; ajustadas por las otras variables

medidas. Lo que mostraría una clara relación directa entre el poder adquisitivo y los hábitos alimenticios no saludables entre los jóvenes universitarios. Las investigaciones realizadas en los alumnos de la U.A.C., nos señala que la conducta de consumo que estos asumen, va a depender del nivel de ingresos que poseen, para ello debemos tener en cuenta que estos son adquiridos a través de sus padres en su gran mayoría, es por eso que va a depender mucho del nivel de ingresos que tenga cada familia. A demás que cada persona tiene un patrón de consumo diverso en relación a sus preferencias alimenticias (52), estos datos demuestran que el tipo de consumo en estudiantes universitarios cambian de acorde al ingreso monetario, en su mayoría prefieren consumir productos procesados, ya que en las propias universidades existen los famosos “cafetines” los cuales en su mayoría expenden productos procesados, altos en calorías, “chatarras”. El cuarto objetivo específico se basa en la relación del sexo y el consumo de comida chatarra donde encontramos que los hombres consumieron más comida rápida que las mujeres, esto ha sido mostrado en diferentes estudios, los cuales mencionan las diferencias que existen entre los hábitos alimentaciones entre una mujer y un varón, debido a diversos hábitos que cada uno posee, haciendo un énfasis en el grupo de las mujeres donde le dan mayor relevancia al cuidado de su figura y estética, es así que se demuestra que tienen una menor preferencia por el consumo de comida rápida o muchas veces llamada “chatarra” (53, 54). Finalmente determinamos que el consumo de las distintas comidas y bebidas fue muy alto entre los encuestados, siendo Paraguay el país que tuvo más altos porcentajes de consumo de la mayoría de los alimentos poco saludables, algunos otros países también mostraron elevados porcentajes en uno u otro tipo de alimentación, pero fue Paraguay el que se distinguió de la mayoría.

## Conclusiones

1. Existe un incremento significativo del consumo de comida chatarra en época de exámenes (valor  $p < 0,001$ ) para los tres tipos de comida: golosinas y/o productos con mucho azúcar, snacks y/o productos similares y comida rápida en los estudiantes universitarios de cinco países de Latinoamérica (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá).
2. En relación al año universitario y el consumo de comida chatarra según el estar en épocas de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica, hemos podido observar una toma de conciencia en los estudiantes ya que a mayor año de la carrera hubo menos consumo de golosinas ( $p = 0,29$ ), snacks ( $p < 0,001$ ), bebidas con gas ( $p < 0,001$ ) y bebidas azucaradas/néctares ( $p = 0,20$ ).
3. En relación al nivel socioeconómico y el consumo de comida chatarra según el estar en épocas de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica, se concluye que a más dinero que disponían al mes hubo más consumo de dos tipos de bebidas: gasificadas y energizantes ( $p < 0,001$  para los dos), también hubo un incremento de consumo de los tres tipos de comida ( $p < 0,004$ ).
4. En relación al sexo y el consumo de comida chatarra según el estar en épocas de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica, se concluye que los hombres consumieron más comida rápida que las mujeres ( $p < 0,001$ ).
5. De acuerdo al estudio realizado en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica, evidenciamos que Paraguay es el país con un elevado porcentaje de consumo de comidas chatarras (golosinas, bebidas azucaradas, energizantes, snack, comida rápida, gaseosas) con un 74,8% en comparación con los demás países.
6. En base a diversos estudios realizados en diferentes países concluiremos de que año a año hay un incremento significativo y preocupante por el consumo de productos procesados o también llamados comida chatarra en los estudiantes universitarios de Latinoamérica, lo cual nos indica que

es una problemática de Salud Pública debido a las repercusiones que conlleva consumir este tipo de alimentos, entre ellos están las golosinas, bebidas azucaradas, energizantes, snack, entre otros, los cuales poseen dentro de su contenido altos niveles de grasas saturadas, edulcorantes, grandes cantidades de azúcares, que nos dan como consecuencias graves problemas de salud en dichas personas, además de tener un mayor alcance a muchas familias por el precio accesible que mucho de estos tienen, por ende debemos estar enfocados a realizar distintas estrategias para revertir estos resultados y mejorar esta situación en estos Países de Latinoamérica y todo el mundo.

## **Recomendaciones**

1. Las universidades deberían programar horarios flexibles ante la situación de épocas de exámenes para disminuir el alto índice de consumo de comida chatarra en los estudiantes universitarios.
2. Implementar un programa basado en alimentación saludable con la ayuda del MINSA y MINEDU en la cual pueda ser sostenible.
3. Las universidades deberían fomentar conciencia en los estudiantes universitarios mediante capacitaciones, charlas informativas y preventivas para disminuir el índice elevado de consumo de comida chatarra.
4. Cada universidad debería implementar con un profesional en nutrición para poder brindar consejería a sus estudiantes y de esa manera poder evitar a largo plazo enfermedades crónicas no transmisibles.
5. Se sugiere que cada universidad debe contar con un cafetín y/o dispensador de productos saludables que sean agradables a los ojos del estudiante de tal manera se estaría fomentando una adecuada alimentación.

## Referencias Bibliográficas

1. CARES GANGAS MF, SALGADO HUNTER RP, SOLAR BRAVO IM. REPOSITORIO DIGITAL UCSC. [Online].; 2017 [cited 2020 JUNIO 12]. Available from:  
<http://repositoriodigital.ucsc.cl/bitstream/handle/25022009/1297/Mar%c3%ada%20Francisca%20Cares%20Gangas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
2. OLIVARES LOPEZ J, NIETO GUINDO P, AGUDO APONTE E. EVALUACIÓN NUTRICIONAL DE UNA POBLACIÓN UNVERSITARIA. SCIELO. 2006 SETIEMBRE; 21(2)].
3. TORRES MALLMA C, TRUJILLO VALENCIA C, URQUIZA DÍAZ AL, SALAZAR ROJAS R, TAYPE RONDÁN A. HÁBITOS ALIMENTARIOS EN ESTUDIANTES DE MEDICINA DE PRIMER Y SEXTO AÑO DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, PERÚ. REVISTA CHILENA DE NUTRICIÓN. 2016 MARZO; 43(2)].
4. ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD. Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas. [Online].; 2015 [cited 2020 Julio 24]. Available from:  
[https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645\\_esp.pdf](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645_esp.pdf).
5. DUARTE CUERVO C, RAMOS CABALLERO D, LATORRE GUAPO A, GONZÁLES ROBAYO P. Factores relacionados con las prácticas alimentarias de estudiantes de tres universidades de Bogotá. REVISTA DE SALUD PÚBLICA. 2015 Diciembre; 17(6)].
6. VARGAS MAMANI R, SOLORZANO CHICA R. Influencia del consumo de comida chatarra en los hábitos alimenticios de los estudiantes del segundo grado del nivel secundario de las Institución educativa San Martín de Socabaya- Arequipa 2019. [Online].; 2019 [cited 2020 Agosto 14]. Available from:

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/9879/EDvamarg.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

7. OLIVERAS LÓPEZ M, NIETO GUINDO P, AGUDO APONTE E, MARTINEZ MARTINEZ F, LÓPEZ GARCÍA H, LÓPEZ MARTINEZ M. Evaluación nutricional de una población universitaria. REVISTA NUTRICIÓN HOSPITALARIA. 2005 Setiembre; 21(2).
8. MIRABÁ LADINES G. Hábitos de consumo alimenticios de los jóvenes universitarios de la ciudad de Guayaquil. [Online].; 2016 [cited 2020 Agosto 27]. Available from:  
<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/12630/1/UPS-GT001650.pdf>.
9. MONGE DI NATALE JdC. Hábitos alimenticios y su relación con el índice de masa corporal de los internos de enfermería de la U.N.M.S.M. [Online].; 2007 [cited 2020 Setiembre 19]. Available from:  
[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/478/Monge\\_dj.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/478/Monge_dj.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
10. GARBANZO VARGAS M. Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. REVISTA EDUCACIÓN. 2007 Agosto; 31(1).
11. PACCO RAMOS , PARIONA AMABLE , SOTO CAHUANA C. Alimentación chatarra y sus efectos en la salud de los estudiantes del 1° y 2° año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga" de Ica, año 2013-2014. [Online].; 2014 [cited 2020 Setiembre 28]. Available from:  
<https://repositorio.unica.edu.pe/bitstream/handle/UNICA/2218/500.100.0000062.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
12. ARTEAGA QUIJADA P. Impacto de la comida chatarra en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Biológicas de la Universidad Nacional de Trujillo, Enero- Marzo 2015. [Online].; 2015 [cited 2020 Octubre 5]. Available from:

<https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/8762/Arteaga%20Quijada%2c%20Erika%20Paola.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

13. GÓMEZ VARGAS V. Nivel de conocimiento y consumo de comida chatarra en adolescentes de la Institución Educativa Justo Barrionuevo Álvarez 50499 Oropesa, Cusco. 2018. [Online].; 2019 [cited 2020 Octubre 12]. Available from: [http://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/UAC/3242/1/Vanesa\\_Tesis\\_bachiller\\_2019.pdf](http://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/UAC/3242/1/Vanesa_Tesis_bachiller_2019.pdf).
14. SAYÁN BRITO JS. Hábitos alimentarios y rendimiento académico en estudiantes del I.E.P Franklin D. Roosevelt, Comas, 2017. [Online].; 2018 [cited 2020 Noviembre 4]. Available from: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14150/Say%c3%a1n\\_BJS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14150/Say%c3%a1n_BJS.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
15. CUNYAS RÍOS , LLACTA MOSCOSO E. Hábitos alimenticios y rendimiento académico en el área de ciencia y ambiente en estudiantes de cuarto grado de la institución educativa 31301 de Chilca-Huancayo. [Online].; 2015 [cited 2020 Noviembre 17]. Available from: <http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/2883/Cunyas%20R%c3%ados-Llacta%20Moscoso.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
16. TAMAYO CABALLERO C, ALCOCER R. H, CHOQUE S. L, CHUQUIMIA N. A, CONDORI S. P, GUTIERREZ F. I. Factores y determinantes del consumo de comida chatarra en estudiantes de la facultad de medicina, enfermería, nutrición y tecnología médica, La Paz- Bolivia 2016. Scielo. 2016 Octubre; 57(3)).
17. CARIAS A, NAIRA D, SIMONS P, DÍAZ V, BARRIENTOS A.. Consumo de comida chatarra en escolares. Revista Nutrición clínica y Dietética Hospitalaria. 2020 Julio; 40(2)).

18. FAJARDO E, CAMARGO Y, BUITRAGO E, PEÑA L, RODRÍGUEZ L. Estado nutricional y preferencias alimentarias de una población de estudiantes universitarios en Bogotá. *Revista Med.* 2016 Julio; 24(2).
19. SÁNCHEZ PALACIOS JJ. Análisis del consumo de comida no saludable "Comida Chatarra" en alumnos del Colegio "Santa María Goretti" de la ciudad de Guayaquil. [Online].; 2016 [cited 2020 Diciembre 11]. Available from: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/5389/1/T-UCSG-PRE-MED-NUTRI-161.pdf>.
20. GREPPI GUILLERMO D. Hábitos alimentarios en escolares adolescentes. [Online].; 2012 [cited 2020 Diciembre 17]. Available from: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC111865.pdf>.
21. HERNÁNDEZ OJEDA R, RIVERAS MORALES E. Causas y consecuencias del consumo excesivo de la comida chatarra. [Online].; 2016 [cited 2020 Diciembre 20]. Available from: <https://repositorio.unan.edu.ni/3752/1/11047.pdf>.
22. MINISTERIO DE SALUD. Guías Alimentarias para la Población Peruana. [Online].; 2019 [cited 2020 Diciembre 22]. Available from: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4832.pdf>.
23. ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD. Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas. [Online].; 2015 [cited 2020 Diciembre 27]. Available from: [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645\\_esp.pdf](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7698/9789275318645_esp.pdf).
24. DEFINICIONA. Época. [Online].; 2021 [cited 2021 Abril 26]. Available from: <https://definiciona.com/epoca/>.
25. DEFINICIÓN.DE. Examen. [Online].; 2008-2021 [cited 2021 Abril 26]. Available from:

<https://definicion.de/examen/#:~:text=Un%20examen%20es%20una%20prueba, persona%20sobre%20una%20determinada%20cuesti%C3%B3n.&text=El%20t%C3%A9rmino%20examen%20est%C3%A1%20vinculado, calcular%20el%20valor%20de%20algo>.

26. SAGRARIO MARTÍN A. Nutrición en época de exámenes. Revista NUTRIFARMACIA. 2006 Junio; 20(6).
27. TAIRA FLOR EY. Hábitos alimenticios y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial de la Región Moquegua, 2018.. [Online].; 2018 [cited 2021 Enero 4]. Available from:  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/26738/taira\\_fe.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/26738/taira_fe.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
28. TRONCOSO P. C, AMAYA P. JP. Factores sociales en las conductas alimentarias de estudiantes universitarios. Revista Chilena de Nutrición. 2009 Diciembre; 36(4)].
29. EDEL NAVARRO R. El rendimiento académico: Concepto, Investigación y desarrollo. REICE. 2003 Julio-Diciembre; 1(2)].
30. MARTIN CASTILLO D. Influencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico escolar. [Online].; 2017 [cited 2021 Enero 12]. Available from:  
[https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/146127/tfm\\_2016-17\\_MNAH\\_dmc378\\_717.pdf?sequence=1](https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/146127/tfm_2016-17_MNAH_dmc378_717.pdf?sequence=1).
31. MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y BIENESTAR SOCIAL PARAGUAY. Paraguay se suma a encuesta global y revela serias conductas de riesgo de estudiantes. [Online].; 2018 [cited 2021 Abril 13]. Available from:  
<https://www.mspbs.gov.py/portal/15424/paraguay-se-suma-a-encuesta-global-y-revela-serias-conductas-de-riesgo-de-estudiantes.html>.

32. PÉREZ CORREA N, MOYA DE SIFONTES M, BAUCE G, CUEVA E. Patrones y hábitos alimentarios: reflejo de lo que comen los jóvenes ucevistas. Revista de la Facultad de Medicina. 2009 Junio; 32(1)).
33. ARIAS CH. FD. Las personas insisten en el consumo de comida rápida. [Online].; 2015 [cited 2021 Abril 25]. Available from: [https://www.prensa.com/salud\\_y\\_ciencia/personas-insisten-consumo-comida-rapida\\_0\\_4180082106.html](https://www.prensa.com/salud_y_ciencia/personas-insisten-consumo-comida-rapida_0_4180082106.html).
34. SISTEMA INTEGRADO DIGITAL LA FM. Un 79% de los universitarios prefiere la comida chatarra. [Online].; 2018 [cited 2021 Abril 23]. Available from: <https://www.lafm.com.co/bogota/un-79-de-los-universitarios-prefiere-la-comida-chatarra>.
35. MIRABÁ LADINES. Hábitos de consumo alimenticios de los jóvenes universitarios de la ciudad de Guayaquil. [Online].; 2016 [cited 2021 Abril 28]. Available from: <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/12630/1/UPS-GT001650.pdf>.
36. ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Alimentación Sana. [Online].; 2018 [cited 2021 Enero 16]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>.
37. ERNESTO ORJUELA R. ¿Qué es la comida chatarra? Primera] ed. GONZALES SOTO B, editor. Bogotá: Educar Consumidores; 2017.
38. PÉREZ PORTO J, MERINO M. Definición.de. [Online].; 2009 [cited 2021 Mayo 8]. Available from: <https://definicion.de/epoca/>.
39. FARLEX, INC. The free dictionary by Farlex. [Online].; 2021 [cited 2021 Mayo 8]. Available from: <https://es.thefreedictionary.com/examen>.
40. SIGNIFICADOS. Significados.com. [Online].; 2019 [cited 2021 Mayo 8]. Available from: <https://www.significados.com/snack/>.

41. ROUSSOS A. F, FLAX MARCO FdL. Bebidas energizantes y su consumo en adolescentes. Revista Nutrición. 2009 Junio; 10(2).
42. BARRA DE IDEAS. Barra de Ideas. [Online].; 2010 [cited 2021 Mayo 8]. Available from: <https://barradeideas.com/que-es-fast-food/>.
43. HERNÁNDEZ OJEDA R, RIVERAS MORALES E. Causas y consecuencias del consumo excesivo de la comida chatarra. [Online].; 2016 [cited 2020 Diciembre 20]. Available from: <https://repositorio.unan.edu.pe/ni/3752/1/11047.pdf>.
44. DEFINICIÓN.DE. Definición.de. [Online].; 2009 [cited 2021 Mayo 8]. Available from: <https://definicion.de/cientifico/#:~:text=Del%20lat%C3%ADn%20cientif%C4%ADcus%2C%20el%20adjetivo,la%20experiencia%20o%20la%20introspecci%C3%B3n>.
45. HURTADO LEÓN I, TORO GARRIDO J. Paradigmas y Métodos de Investigación en tiempos de cambio. Quinta] ed. A. ECAC, editor. Valencia: Episteme Consultores Asociados C. A.; 2005.
46. HERNÁNDEZ SAMPIERI R, FERNÁNDEZ COLLADO C, BAPTISTA LUCIO P. Metodología de la Investigación. Sexta] ed. ROCHA MARTÍNEZ M, editor. México D. F.: McGraw- Hill / Interamericana Editores, S. A. de C. V.; 2003.
47. CONTRERAS MELGAR S. Relación entre estrés académico con el consumo de snack y bebidas azucaradas industrializadas en ingresantes de una Facultad de Medicina. [Online].; 2016 [cited 2021 Enero 29]. Available from: [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/5215/Contreras\\_ms.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/5215/Contreras_ms.pdf?sequence=3&isAllowed=y).
48. TRONCOSO PANTOJA C. Percepción de la alimentación durante la etapa de formación universitaria, Chile. Revista Costa Rica Salud Pública. 2011 Julio-Diciembre; 20(2)].

49. RAVELO ABREU A, RUBIO ARMENDÁRIZ C, SOLER CARRACEDO A, CASAS GÓMEZ C, CASAS GÓMEZ E. Consumo de bebidas energizantes en universitarios. *Revista Española Nutrición Comunitaria*. 2013; 19(4).
50. VICTORIA I. M, ROSALES N. J, MORENO S. E. Cambio en las conductas de riesgo y salud en estudiantes universitarios argentinos a lo largo del periodo educativo. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 2011 Marzo; 11(1).
51. LÓPEZ G. P, REJÓN O. J, ESCOBAR C. D. Conocimientos nutricionales en estudiantes universitarios del sector público del Estado de Chiapas, México. *ELSEVIER*. 2017 Octubre; 6(24).
52. GIL MATEUS , RÍOS HERNÁNDEZ HF. Hábitos y preferencias de consumo. Consumo en estudiantes universitarios. *Dimensión Empresarial*. 2016 Marzo; 14(2).
53. SÁNCHEZ OJEDA MA, DE LUNA BERTOS E. Hábitos de vida saludable en la población universitaria. *Nutrición Hospitalaria*. 2015 Noviembre; 31(5).
54. LEMA S. L, SALAZAR T. I, VALERA A. M. Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida. *Revista científica Javeriana*. 2009 Enero-Junio; 5(12).
55. HURTADO LEÓN I, TORO GARRIDO J. Paradigmas y Métodos de investigación en tiempos de cambio. Quinta] ed. A. ECAC, editor. Valencia: EPISTEME CONSULTORES ASOCIADOS C. A.; 2005.
56. SAMPIERI HERNÁNDEZ R, COLLADO FERNÁNDEZ C, LUCIO BAPTISTA P. Metodología de la Investigación. Sexta] ed. ROCHA MARTÍNEZ M, editor. México D.F.: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S. A. DE C. V.; 2003.

## **Anexos**

## Anexo 1. Instrumento de evaluación

Estimado(a) encuestado(a): Esta encuesta es parte de una investigación que se desarrolla en varios países. El proyecto ha sido evaluado por un comité de ética.

***Es totalmente anónima, por lo que puede responder con total confianza y seguridad.*** Al responderla nos brinda su consentimiento para participar, los datos globales serán publicados en una revista científica.

1. Sexo            Masculino ( )            Femenino ( )
2. Edad: \_\_\_\_\_ años cumplidos
3. Universidad: \_\_\_\_\_ Tipo:  
Pública ( )            Privada ( )
4. Carrera que cursa actualmente: \_\_\_\_\_
5. Año de la carrera que está cursando: Primero ( ) Segundo ( ) Tercero ( )  
Cuarto ( ) Quinto ( ) Sexto ( )
6. Desde que ha ingresado a la carrera, ha desaprobado (reprobado) algún curso: No ( )            Si ( ) ; ¿Cuántos cursos?: \_\_\_\_\_
7. ¿Ha desaprobado algún curso el semestre anterior?:            No ( )  
Si ( ) ; ¿Cuántos cursos?: \_\_\_\_\_
8. ¿Ud. cuenta con algún descuento/beca para el pago de la Universidad?: No ( )  
Si ( )
9. ¿Cuánto pagas a tu Universidad **mensualmente** (en promedio)?: \$ \_\_\_\_\_  
(en dólares americanos)
10. ¿Cuántos cursos has llevado desde que iniciaste la carrera? (en promedio):  
\_\_\_\_\_
11. ¿Cuál ha sido su nota promedio (de todos los cursos juntos) en el último semestre (o periodo similar): \_\_\_\_\_
12. ¿Qué religión profesa?:            Cristiana ( )            Evangélica ( )            Otra ( )  
*cuál* \_\_\_\_\_ Soy agnóstico ( )            Soy ateo ( )

13. ¿Sufres de alguna enfermedad? No ( ) Si ( ) Hace cuántos años:  
 \_\_\_\_\_ *Cuál:* \_\_\_\_\_
14. ¿Consumes algún medicamento? No ( ) Si ( ) Hace cuántos años:  
 \_\_\_\_\_ *Cuál:* \_\_\_\_\_
15. ¿Te mudaste de ciudad para empezar a estudiar en la universidad? No ( )  
 Si ( )
16. ¿Cuál es la fuente de tus ingresos económicos?: Trabajo ( ) Mis familiares  
 me dan dinero ( ) Ambos ( )
17. ¿Cuánto es **el total** de lo que tiene de dinero para gastar en un mes  
 promedio?: \$ \_\_\_\_\_ (en dólares americanos)
18. Consideras que tu peso es: Bajo/menor a lo normal ( ) Normal/adecuado ( )  
 Sobrepeso ( ) Obesidad ( )

**HÁBITOS ALIMENTICIOS Y RELACIONADOS:** (Marque con x)

- **¿Tomas desayuno regularmente?** ( ) Si ( ) No **Si es si, ¿dónde?**  
 Calle ( ) Casa ( ) Comedor/restaurante universitario ( )
- **¿Almuerzas regularmente?** ( ) Si ( ) No **Si es si, ¿dónde?** Calle ( )  
 Casa ( ) Comedor/restaurante universitario ( )
- **¿Cenas regularmente?** ( ) Si ( ) No **Si es si, ¿dónde?** Calle ( )  
 Casa ( ) Comedor/restaurante universitario ( )
- **Tus comidas son a predominio de:** ( ) Grasa ( ) Proteínas/carnes  
 ( ) Carbohidratos ( ) No sé
- **Sabes cuál es tu peso actual:** ( ) Si ( ) No **Si sabes, ¿Cuánto es?**  
 \_\_\_\_\_ (Kilogramos)
- **Sabes cuál es tu talla actual:** ( ) Si ( ) No **Si sabes, ¿Cuánto es?**  
 \_\_\_\_\_ (Centímetros)

Ítem	¿Lo consume s?	¿Cuántas veces por semana?	¿Aumenta su consumo en exámenes?
Golosinas y/o productos con mucha azúcar.	( ) Si ( ) No		( ) No ( ) Poco ( ) Mucho
Snacks y/o productos similares.	( ) Si ( ) No		( ) No ( ) Poco ( ) Mucho
Gaseosas (solo productos gasificados)	( ) Si ( ) No		( ) No ( ) Poco ( ) Mucho
Bebidas azucaradas (jugos, néctar, etc.)	( ) Si ( ) No		( ) No ( ) Poco ( ) Mucho
Bebidas energizantes (con taurina o similares)	( ) Si ( ) No		( ) No ( ) Poco ( ) Mucho
Comida rápida	( ) Si ( ) No		( ) No ( ) Poco ( ) Mucho
Frutas	( ) Si ( ) No		( ) No ( ) Poco ( ) Mucho
Verduras/Vegetales	( ) Si ( ) No		( ) No ( ) Poco ( ) Mucho
Haces ejercicio/deporte (aquí no es si lo consumes)	( ) Si ( ) No		( ) No ( ) Poco ( ) Mucho

**Anexo 2. Matriz de Consistencia**

<b>Título: Consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica</b> <b>Autor: Betsy Pamela Medrano Velasquez</b>						
<b>Problema</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variables e indicadores</b>			
<b>Problema General:</b> ¿Cuál es la relación que existe entre el estar en época de exámenes y el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?  <b>Problemas Específicos:</b> • ¿Qué grado de relación existe entre el año universitario y el consumo de	<b>Objetivo general:</b> Determinar la relación que existe entre el estar en época de exámenes y el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.  <b>Objetivos específicos:</b> • Determinar el grado de relación existe entre el año universitario y	<b>Hipótesis general:</b> Existe relación entre el estar en épocas de exámenes y el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.  <b>Hipótesis específicas:</b> ♣ Existe relación entre el año universitario y el consumo de comida chatarra según el estar en	<b>Variable 1 Consumo de comida chatarra</b>			
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Tipo de variable</b>	<b>Valor</b>
			<b>Frecuencia de consumo de alimentos</b>	-Desayuno -Almuerzo -Cena	Nominal	0=si 1=no
			<b>Consumo de gaseosas</b>	-Si -No	Nominal	
<b>Consumo de golosinas, snacks y/o productos similares</b>	-Si -No  -Si	Nominal  Nominal				

<p>comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?</p> <p>• ¿Qué grado de relación existe entre el rendimiento académico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?</p> <p>• ¿Qué grado de relación existe entre el nivel socioeconómico y el consumo de comida chatarra</p>	<p>el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.</p> <p>• Determinar el grado de relación existe entre el rendimiento académico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.</p> <p>• Determinar el grado de</p>	<p>época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.</p> <p>♣ Existe relación entre el rendimiento académico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.</p> <p>♣ Existe relación entre el nivel socioeconómico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en</p>	<p><b>Consumo de energizantes</b></p> <p>-No</p> <p><b>Consumo de comida rápida</b></p> <p>-Si</p> <p>-No</p>		<p>Nominal</p>	
<p><b>Variable 2: Época de exámenes</b></p>						
<p><b>Dimensiones</b></p>	<p><b>Indicadores</b></p>	<p><b>Tipo de variable</b></p>	<p><b>Valor</b></p>			
<p><b>Curso Desaprobado</b></p>	<p>-Si</p> <p>-No</p>	<p><b>Nominal</b></p>	<p>0=si</p> <p>1=no</p>			
<p>Nota Promedio</p>	<p>0-20</p>	<p>Numérico</p>	<p>Promedio</p>			

<p>según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué grado de relación existe entre el sexo y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?</li> <li>• ¿Cuál es el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica?</li> </ul>	<p>relación existe entre el nivel socioeconómico y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar el grado de relación existe entre el sexo y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.</li> </ul>	<p>estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♣ Existe relación entre el sexo y el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica.</li> <li>♣ Existe el consumo de comida chatarra según el estar en época de exámenes en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica</li> </ul>				
--	---	--	--	--	--	--

• Determinar el consumo de comida chatarra en estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica

--	--	--	--

Nivel - diseño de investigación	Población y muestra	Técnicas e instrumentos	Estadística a utilizar
<p><b>Nivel:</b> Analítico</p> <p><b>Diseño:</b> Tipo transversal, correlacional y no experimental</p> <p><b>Método:</b> Científico</p>	<p><b>Población:</b> La población estuvo conformada por estudiantes universitarios pertenecientes a las facultades de Ciencias de la Salud, Ciencias de las Empresas y Ciencias de la Ingeniería de cinco países de Latinoamérica (Paraguay, Colombia,</p>	<p><b>Técnica:</b> La recolección de datos en esta investigación se realizó mediante una encuesta, la que obtuvo información confiable de los participantes, siendo esta investigación de tipo de análisis secundario de datos.</p> <p><b>Instrumento:</b> El instrumento que se utilizó fue el cuestionario presencial y personal. Constó de una presentación (tipo consentimiento verbal), instrucciones, datos generales y datos específicos con preguntas cerradas y abiertas. Todas ellas buscaban conocer los hábitos alimenticios de los estudiantes universitarios de cinco países de</p>	<p><b>ANALÍTICO:</b></p> <p>Se interpretaron los datos usando el paquete estadístico STATA, versión 12. Para la estadística analítico se presentaron tablas de excel.</p>

	<p>Ecuador, Venezuela y Panamá).</p> <p><b>Tipo de muestreo:</b></p> <p>No probabilística</p> <p><b>Tamaño de muestra:</b></p> <p>2254 estudiantes universitarios de cinco países en Latinoamérica</p>	<p>Latinoamérica (Paraguay, Colombia, Ecuador, Venezuela y Panamá).</p>	
--	--	---	--

**Anexo 3. Confiabilidad del Instrumento**

**Test scale = mean(unstandardized items)**

average						
		item-test	item-rest	interitem		
Item	Obs	Sign	correlation	correlation	covariance	alpha
-----+-----						
golos_cons~e	2227	+	0.4283	0.3944	.5164411	0.7097
snacks_con~e	2222	+	0.4544	0.4153	.5095816	0.7068
gaseos_con~e	2224	+	0.4503	0.4071	.5077132	0.7062
beb_azuc_c~e	2221	+	0.4476	0.4109	.5125323	0.7081
beb_energ_~e	1941	+	0.3432	0.3011	.5095378	0.7096
comrap_con~e	2222	+	0.3645	0.3258	.5193121	0.7113
golos_cuan~n	2199	+	0.6813	0.4772	.3540989	0.6796
snacks_cua~n	2175	+	0.7107	0.5371	.3466094	0.6620
gaseos_cua~n	2201	+	0.7050	0.5521	.3526945	0.6554
beb_azuc_c~n	2186	+	0.6273	0.4168	.3829469	0.6913
beb_energ_~n	1920	+	0.4348	0.2863	.464011	0.7033
comrap_cua~n	2190	+	0.5677	0.4187	.4214852	0.6845
-----+-----						
Test scale				.4498145	0.7143	
-----						

## Anexo 4. Sábana de Resultados

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer?

Calibri 11 A A Ajustar texto General

Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato

Autosuma Rellenar Borrar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

id

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q
1	id	pais	hombres	edad	univ_privada	anio_carrera	cuanto_paga	enfermedad	enf_anios_n	medicament	medica_anic	fuentes_ingre	dinero_al_m	peso_consid	desayuno	desa_donde	almue
2	1	Paraguay	Si	21	Si	3	200	No		Si		1 Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
3	2	Paraguay	No	24	Si	1	125	No		No		Ambos	20	Normal	Si	Casa	Si
4	3	Paraguay	No	19	Si	1	200	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
5	4	Paraguay	No	21	Si	2	200	No		No		Familia	1000	Normal	Si	Casa	Si
6	5	Paraguay	No	19	Si	2	200	No		No		Familia	2000	Normal	No		No
7	6	Paraguay	No	18	Si	1	150	No		No		Familia	200	Normal	Si	Casa	Si
8	7	Paraguay	No	19	Si	2	123	No		No		Familia	1000	Normal	Si	Casa	Si
9	8	Paraguay	No	20	Si	1	200	No		No		Trabajo	100	Normal	Si	Calle	Si
10	9	Paraguay	No	22	Si	1	160	No		No		Familia	100	Sobrepeso	Si	Casa	Si
11	10	Paraguay	No	18	Si	1	160	No		No		Familia	200	Bajo	Si	Casa	Si
12	11	Paraguay	No	18	Si	1		No		No		Familia	20	Normal	Si	Casa	Si
13	12	Paraguay	No	20	Si	2		No		No		Familia	100	Normal	No		No
14	13	Paraguay	Si	19	Si	1	160	No		No		Familia	60	Normal	Si	Casa	Si
15	14	Paraguay	Si	19	Si	1		No		No		Familia	100	Bajo	No		Si
16	15	Paraguay	Si	22	Si	2	100	No		No		Ambos	100	Sobrepeso	Si	Casa	Si
17	16	Paraguay	Si	18	Si	1		No		No		Familia	80	Normal	Si	Calle	Si
18	17	Paraguay	Si	18	Si	1	0	No		No		Familia	80	Normal	Si	Casa	Si
19	18	Paraguay	Si	20	Si	1	500	No		No			500	Normal	Si	Casa	Si
20	19	Paraguay	No	19	Si	1	200	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
21	21	Paraguay	No	18	Si	1	116	No		No		Familia	20	Sobrepeso	Si	Casa	Si
22	23	Paraguay	No	21	Si	2	200	No		No		Familia	100	Sobrepeso	Si	Comedor	Si
23	24	Paraguay	No	19	Si	2	200	No		Si		0 Familia	100	Sobrepeso	Si	Casa	Si

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:40 4/05/2021

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Calibri 11 Fuente Ajustar texto General

Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato

Autosuma Rellenar Borrar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

Portapapeles Pegar Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

A1 id

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q
27	28	Paraguay	Si	22	Si	2	300	No		No		Familia	350	Normal	Si	Casa	Si
28	29	Paraguay	No	19	Si	2	163	No		No		Familia	100	Bajo	Si	Casa	Si
29	30	Paraguay	No	23	Si	2	163	No		No		Familia	100	Normal	No		Si
30	31	Paraguay	No	18	Si	1		No		No		Familia	200	Normal	No		Si
31	32	Paraguay	No	19	Si	1		No		No		Familia	200	Sobrepeso	Si	Casa	Si
32	33	Paraguay	Si	22	Si	3	285	No		Si	1	Familia	595	Sobrepeso	Si	Casa	Si
33	34	Paraguay	Si	21	Si	3	280	No		No		Familia	120	Normal	No		Si
34	35	Paraguay	Si	21	Si	3	200	No		No		Familia	25	Normal	Si	Casa	Si
35	36	Paraguay	No	24	Si	3	250	No		No		Familia	300	Sobrepeso	Si	Casa	Si
36	37	Paraguay	Si	22	Si	3	300	No		No		Familia	200	Sobrepeso	Si	Casa	Si
37	38	Paraguay	No	20	Si	3	1450	No		No		Familia	200	Sobrepeso	Si	Casa	Si
38	40	Paraguay	No	21	Si	3	500	No		No		Familia	300	Normal	Si	Casa	Si
39	41	Paraguay	No	21	Si	3	350	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
40	42	Paraguay	No	21	Si	3	300	No		No		Ambos	40	Sobrepeso	No		Si
41	43	Paraguay	Si	21	Si	3	400	No		No		Familia	400	Sobrepeso	Si	Casa	Si
42	45	Paraguay	No	20	Si	2	250	No		No		Familia	250	Normal	Si	Casa	Si
43	46	Paraguay	No	20	Si	2	250	No		No		Familia	330	Normal	No		Si
44	47	Paraguay	No	23	Si	2	120	No		No		Familia	308	Normal	Si	Casa	Si
45	48	Paraguay	No	23	Si	2	250	No		No		Familia	308	Normal	Si	Casa	Si
46	51	Paraguay	No	23	Si	2	267	No		No		Familia	87	Normal	Si	Casa	Si
47	52	Paraguay	No	20	Si	2	300	No		No		Familia	80	Normal	Si	Casa	Si
48	54	Paraguay	Si	19	Si	2	267	No		No		Familia	85	Bajo	No		Si
49	55	Paraguay	No	21	Si	2	208	No		No		Familia	100	Sobrepeso	Si	Casa	Si

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:41 4/05/2021

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

Calibri 11 A A Ajustar texto General

Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato

Autosuma Rellenar Borrar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

A1 id

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	
74	83	Paraguay	No	19	Si	1	160	No		No		Familia	300	Normal	Si	Casa	Si
75	84	Paraguay	Si	22	Si	2		No		No		Familia	200	Normal	Si	Casa	Si
76	85	Paraguay	Si	22	Si	3		No		No		Familia	300	Normal	No		Si
77	86	Paraguay	Si	21	Si	3	160	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
78	87	Paraguay	No	21	Si	3		No		No		Familia	20	Sobrepeso	Si	Casa	Si
79	88	Paraguay	No	22	Si	3	100	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
80	89	Paraguay	No	22	Si	3		No		No		Familia	100	Normal	No		Si
81	90	Paraguay	No	21	Si	3	0	No		No		Familia	45	Sobrepeso	Si	Casa	Si
82	91	Paraguay	Si	20	Si	2	500	No		No		Familia	20	Normal			
83	92	Paraguay	Si	23	Si	2	220	No		No		Familia	100	Sobrepeso			
84	93	Paraguay	Si	19	Si	2	160	No		No		Familia	100	Sobrepeso			
85	94	Paraguay	No	22	Si	2	116	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
86	95	Paraguay	No	29	Si	2		No		No		Familia	277	Bajo	Si	Casa	Si
87	96	Paraguay	No	20	Si	2	200	No		No		Trabajo	150	Normal	No		Si
88	97	Paraguay	No	20	Si	2	200	No		No		Familia	100	Sobrepeso	Si	Casa	Si
89	98	Paraguay	No	22	Si	2	116	No		No		Familia	100	Sobrepeso	Si	Casa	Si
90	99	Paraguay	No	18	Si	2		No		No		Familia	200	Sobrepeso	Si	Casa	Si
91	100	Paraguay	No	18	Si	3	200	No		No		Familia	200	Normal	No		Si
92	101	Paraguay	Si	20	Si	1	300	No		No		Familia	300	Obesidad	Si	Casa	Si
93	102	Paraguay	Si	19	Si	3	163	No		No		Familia	200	Bajo			
94	103	Paraguay	Si	21	Si	1	163	No		No		Familia	300	Sobrepeso			
95	104	Paraguay	No	18	Si	1		No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
96	105	Paraguay	Si	21	Si	2		No		No		Ambos	40	Normal	Si	Casa	Si

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:42 4/05/2021

Calibri 11 A A

Formato Dar formato Estilos de Insertar Eliminar Formato

Autosuma Rellenar Borrar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	
74	83	Paraguay	No	19	Si	1	160	No		No		Familia	300	Normal	Si	Casa	Si
75	84	Paraguay	Si	22	Si	2		No		No		Familia	200	Normal	Si	Casa	Si
76	85	Paraguay	Si	22	Si	3		No		No		Familia	300	Normal	No		Si
77	86	Paraguay	Si	21	Si	3	160	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
78	87	Paraguay	No	21	Si	3		No		No		Familia	20	Sobrepeso	Si	Casa	Si
79	88	Paraguay	No	22	Si	3	100	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
80	89	Paraguay	No	22	Si	3		No		No		Familia	100	Normal	No		Si
81	90	Paraguay	No	21	Si	3	0	No		No		Familia	45	Sobrepeso	Si	Casa	Si
82	91	Paraguay	Si	20	Si	2	500	No		No		Familia	20	Normal			
83	92	Paraguay	Si	23	Si	2	220	No		No		Familia	100	Sobrepeso			
84	93	Paraguay	Si	19	Si	2	160	No		No		Familia	100	Sobrepeso			
85	94	Paraguay	No	22	Si	2	116	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
86	95	Paraguay	No	29	Si	2		No		No		Familia	277	Bajo	Si	Casa	Si
87	96	Paraguay	No	20	Si	2	200	No		No		Trabajo	150	Normal	No		Si
88	97	Paraguay	No	20	Si	2	200	No		No		Familia	100	Sobrepeso	Si	Casa	Si
89	98	Paraguay	No	22	Si	2	116	No		No		Familia	100	Sobrepeso	Si	Casa	Si
90	99	Paraguay	No	18	Si	2		No		No		Familia	200	Sobrepeso	Si	Casa	Si
91	100	Paraguay	No	18	Si	3	200	No		No		Familia	200	Normal	No		Si
92	101	Paraguay	Si	20	Si	1	300	No		No		Familia	300	Obesidad	Si	Casa	Si
93	102	Paraguay	Si	19	Si	3	163	No		No		Familia	200	Bajo			
94	103	Paraguay	Si	21	Si	1	163	No		No		Familia	300	Sobrepeso			
95	104	Paraguay	No	18	Si	1		No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
96	105	Paraguay	Si	21	Si	2		No		No		Ambos	40	Normal	Si	Casa	Si

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Calibri 11 A A Ajustar texto General

Pegar Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato

Autosuma Rellenar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

A4 3

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	
191	209	Paraguay	No	22	Si	3	300	No		No		Familia	60	Normal	Si	Casa	Si
192	210	Paraguay	No	21	Si	3	267	No		No		Familia	100	Bajo	Si	Casa	Si
193	211	Paraguay	Si	20	Si	2	266	No		No		Ambos	100	Sobrepeso	Si	Casa	Si
194	212	Paraguay	Si	23	Si	2	250	No		No		Familia	80	Normal	No		Si
195	213	Paraguay	Si	19	Si	2	267	No		No		Familia	80	Normal	Si	Casa	Si
196	214	Paraguay	No	22	Si	2	267	No		No			500	Normal	Si	Casa	Si
197	215	Paraguay	No	29	Si	2	268	No		No		Familia	300	Normal	Si	Casa	Si
198	216	Paraguay	No	20	Si	1	270	No		No		Familia	350	Normal	No		Si
199	217	Paraguay	No	20	Si	4	300	No		No		Familia	595	Sobrepeso	Si	Casa	Si
200	218	Paraguay	No	22	Si	4	300	No		No		Familia	120	Normal	Si	Casa	Si
201	219	Paraguay	No	18	Si	4	100	No		No		Familia	25	Normal	Si	Casa	Si
202	220	Paraguay	No	18	Si	3	200	No		No		Familia	200	Sobrepeso	No		Si
203	221	Paraguay	Si	20	Si	2	125	No		No		Familia	200	Normal	Si	Casa	Si
204	222	Paraguay	Si	19	Si	1	200	No		No		Familia	400	Sobrepeso	Si	Casa	Si
205	223	Paraguay	Si	21	Si	2	200	No		No		Familia	300	Sobrepeso	Si	Casa	Si
206	224	Paraguay	No	18	Si	4	200	No		No		Familia	135	Normal	No		Si
207	225	Paraguay	Si	21	Si	3	150	No		No		Familia	85	Bajo	Si	Casa	Si
208	226	Paraguay	No	21	Si	4	175	No		No		Familia	300	Normal	Si	Casa	Si
209	227	Paraguay	Si	19	Si	4	200	No		No		Ambos	200	Sobrepeso	Si	Casa	Si
210	228	Paraguay	Si	24	Si	4	160	No		No		Ambos	400	Sobrepeso	No		Si
211	229	Paraguay	No	18	Si	2	160	No		No		Trabajo	0	Sobrepeso	Si	Casa	Si
212	230	Paraguay	Si	19	Si	2		No		No		Familia	200	Normal	Si	Casa	Si
213	231	Paraguay	Si	23	Si	2		No		No		Ambos	1200	Obesidad	Si	Casa	Si

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:42 4/05/2021

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

A4 3

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	
376	398	Colombia	Si	24	No	4	150	No		No		Familia	63	Normal	Si	Comedor	Si
377	399	Colombia	Si	18	No	2	10	No		No		Familia	300	Normal	Si	Casa	Si
378	400	Colombia	Si	21	No	3	63	No		No		Familia	83	Normal	Si	Casa	Si
379	401	Colombia	Si	21	No	3	10	No		No		Ambos	63	Normal	Si	Casa	Si
380	402	Colombia	Si	22	No	5	10	No		No		Ambos	180	Normal	No		Si
381	403	Colombia	No	21	No	4	20	No		No		Familia	110	Normal	Si	Casa	Si
382	405	Colombia	No	22	No	3	30	No		No		Familia	40	Normal	Si	Casa	Si
383	406	Colombia	No	25	No	2	10	No		No		Trabajo	65	Normal	Si	Casa	Si
384	407	Colombia	Si	21	No	5	8	No		No		Ambos	150	Normal	Si	Casa	Si
385	408	Colombia	No	21	No	5	86	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
386	410	Colombia	No	24	No	6	350	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
387	411	Colombia	No	17	No	1	150	No		Si	12	Familia	60	Normal	Si	Casa	Si
388	412	Colombia	Si	17	No	1	0	No		No		Familia	70	Normal	Si	Calle	Si
389	413	Colombia	Si	20	No	4	333	No		No		Trabajo	390	Normal	Si	Casa	Si
390	414	Colombia	No	26	No	3	400	No		No		Trabajo	83	Normal	Si	Calle	Si
391	416	Colombia	No	24	No	4	50	No		No		Familia	10	Normal	Si	Casa	Si
392	418	Colombia	No	22	No	4	100	No		No		Familia	250	Normal	Si	Casa	Si
393	419	Colombia	No	19	No	3	166	No		No		Familia		Normal	Si	Casa	Si
394	420	Colombia	Si	17	No	2	20	No		No		Familia	80	Normal	Si	Casa	Si
395	422	Colombia	No	21	No	5	10	No		No		Familia	250	Normal	Si	Casa	Si
396	423	Colombia	Si	45	No	4	40	No		No		Trabajo		Normal	Si	Casa	Si
397	424	Colombia	No	19	No	2	70	No		No		Familia	70	Normal	Si	Casa	Si
398	425	Colombia	Si	18	No	2	80	No		No		Familia	170	Normal	Si	Casa	Si

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:42 4/05/2021

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

Calibri 11 Ajustar texto General Pegar Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

A4 3

648	716	Ecuador	No	20	Si	1	2300	No	Si	0.5	Familia	350	Normal	Si	Casa	Si
649	717	Ecuador	No	21	Si	3	900	No	No		Ambos	100	Normal	Si	Casa	Si
650	719	Ecuador	No	20	Si	3	1821	No	No		Familia	900	Normal	Si	Casa	Si
651	720	Ecuador	Si	20	Si	2	800	No	No		Familia	200	Bajo	No		Si
652	721	Ecuador	Si	21	No	2	0	No	No		Ambos	400	Normal	Si	Casa	Si
653	722	Ecuador	Si	20	Si	1	3000	No	No		Familia	200	Normal	Si	Casa	Si
654	723	Ecuador	No	21	Si	6	2500	No	Si		Ambos	100	Bajo	No		Si
655	724	Ecuador	No	20	Si	3	4500	No	No		Familia	200	Normal	Si	Casa	Si
656	726	Ecuador	Si	26	Si	3	800	No	No		Familia	250	Normal	Si	Casa	Si
657	729	Ecuador	Si	20	Si	2	750	No	No		Familia	120	Bajo	No		Si
658	730	Ecuador	No	24	No	5	0	No	No		Trabajo	400	Normal	Si	Casa	Si
659	732	Ecuador	No	18	Si	3	20	No	No		Familia	30	Sobrepeso	Si	Casa	Si
660	733	Ecuador	No	22	Si	3	0	No	No		Familia	120	Normal	Si	Casa	Si
661	734	Ecuador	Si	19	Si	3	5000	No	No		Ambos	800	Normal	Si	Casa	Si
662	735	Ecuador	No	21	No	4	0	No	No		Familia	160	Normal	No		Si
663	736	Ecuador	Si	22	No	4	0	No	No		Ambos	200	Normal	Si	Casa	Si
664	737	Ecuador	Si	23	No	4	0	No	No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
665	739	Ecuador	No	21		6	30	No	No		Familia	500	Bajo	Si	Casa	Si
666	740	Ecuador	No	20	No	4	0	No	No		Familia	160	Normal	Si	Casa	Si
667	741	Ecuador	No	22	No	4	0	No	No		Familia	70	Normal	Si	Casa	Si
668	743	Ecuador	Si	23	No	4	0	No	No		Familia	350	Sobrepeso	No		Si
669	744	Ecuador	No	21	No	2	0	No	No		Familia	250	Normal	No		Si
670	745	Ecuador	Si	23	No	4	0	No	No		Familia	200	Sobrepeso	Si	Casa	Si

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:43 4/05/2021

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

A4 3

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P
1008	1114	Paraguay	No	20	Si	2	160	No		No		Familia	800	Bajo	No	Si
1009	1115	Paraguay	No	21	Si	5	160	No		No		Familia	750	Normal	Si	Casa
1010	1116	Paraguay	Si	20	Si	3	150	No		No		Familia	200	Normal	Si	Casa
1011	1118	Paraguay	No	23	Si	5	200	No		No		Familia	800	Normal	No	Si
1012	1119	Paraguay	Si	35	Si	1	170	No		No		Ambos	1320	Sobrepeso	Si	Casa
1013	1120	Paraguay	Si	28	Si	1	160	No		No		Familia	700	Normal	Si	Casa
1014	1121	Paraguay	No	21	Si	2	234	No		No		Familia	825	Normal	No	No
1015	1124	Paraguay	Si	30	Si	6	312	No		No		Trabajo	800	Sobrepeso	Si	Casa
1016	1126	Paraguay	Si	26	Si	6	320	No		No		Ambos	900	Sobrepeso	Si	Casa
1017	1127	Paraguay	Si	38	Si	6	315	No		No		Ambos	1100	Normal	No	No
1018	1128	Paraguay	No	25	Si	5	312	No		No		Familia	600	Normal	Si	Casa
1019	1129	Paraguay	Si	26	Si	1	180	No		No		Ambos	900	Obesidad	Si	Casa
1020	1130	Paraguay	No	19	Si	2	200	No		No		Familia	230	Normal	Si	Casa
1021	1131	Paraguay	Si	20	Si	3	220	No		No		Ambos	235	Bajo	Si	Casa
1022	1132	Paraguay	No	20	Si	1	180	No		No		Familia	250	Normal	No	No
1023	1133	Paraguay	No	22	Si	3	250	No		No		Ambos	400	Sobrepeso	Si	Casa
1024	1134	Paraguay	No	18	Si	1	180	No		No		Familia	320	Normal	Si	Casa
1025	1135	Paraguay	No	30	Si	2	202	No		No		Familia	550	Sobrepeso	No	Si
1026	1136	Paraguay	Si	22	Si	2	210	No		No		Ambos	1100	Normal	Si	Casa
1027	1137	Paraguay	No	21	Si	4	308	No		No		Familia	500	Bajo	Si	Casa
1028	1138	Paraguay	No	21	Si	3	252	No		No		Familia	630	Normal	Si	Casa
1029	1139	Paraguay	Si	18	Si	1	182	No		No		Familia	1000	Normal	No	Si
1030	1140	Paraguay	Si	18	Si	1	182	No		No		Ambos	700	Sobrepeso	Si	Casa

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:43 4/05/2021

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

Calibri 11 Ajustar texto General Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Autosuma Rellenar Borrar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

A4 3

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	
1804	1993	Venezuela	No	26	No	3		No				Familia	2		Si	Casa	Si
1805	1994	Venezuela	Si	21	No	3		No				Trabajo	5		Si	Casa	Si
1806	1995	Venezuela	No	25	No	2		No				Trabajo	8		Si	Casa	Si
1807	1996	Venezuela	No	21	No	3		No				Ambos	1.5		Si	Casa	Si
1808	1997	Venezuela	No	20	No	2		No				Ambos	1.5		Si	Casa	Si
1809	1998	Venezuela	No	24	No	5		No				Familia	2.5		Si	Casa	Si
1810	1999	Venezuela	No	20	No	3		No				Trabajo	15		Si	Casa	Si
1811	2000	Venezuela	No	19	No	3		No				Familia	2		Si	Casa	Si
1812	2001	Venezuela	No	19	No	2		No				Ambos	3	No			Si
1813	2002	Venezuela	No	20	No	4		No				Ambos	1	Si	Casa	Si	
1814	2003	Venezuela	No	28	No	4		No				Familia	1	Si	Casa	Si	
1815	2004	Venezuela	No	21	No	4		No				Familia	100	Si	Casa	Si	
1816	2005	Venezuela	Si	20	No	2		No				Ambos	0.5	Si	Casa	Si	
1817	2006	Venezuela	No	23	No	3		No				Familia	5	Si	Casa	Si	
1818	2007	Venezuela	No	20	No	3		No				Trabajo	3	Si	Calle	Si	
1819	2008	Venezuela	No	19	No	2		No				Ambos	1	Si	Casa	Si	
1820	2009	Venezuela	No	19	No	3		No				Trabajo	1	Si	Casa	Si	
1821	2010	Venezuela	Si	22	No	3		No				Familia	5	Si	Casa	Si	
1822	2011	Venezuela	Si	22	No	3		No				Trabajo	2	Si	Casa	Si	
1823	2012	Venezuela	No	24	No	3		No				Trabajo	3	Si	Casa	Si	
1824	2013	Venezuela	No	24	No	3		No				Ambos	4	Si	Casa	Si	
1825	2014	Venezuela	No	23	No	3		No				Familia	1	Si	Casa	Si	
1826	2015	Venezuela	No	26	No	5		No				Familia	1	Si	Casa	Si	

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:43 4/05/2021

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

A4 3

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P		
1460	1625	Venezuela	No		22	No	6	0	No		No		Ambos	1	Normal	Si	Casa	Si
1461	1626	Venezuela	No		20	No	6	0	No		No		Familia	0.2	Bajo	No		Si
1462	1627	Venezuela	Si		21	No	3	0	No		No		Familia	2	Bajo	No		No
1463	1628	Venezuela	Si		22	No	4	0	No		No		Familia	2.4	Normal	No		Si
1464	1629	Venezuela	No		26	No	3	0	No		No		Familia	10	Bajo	Si	Casa	Si
1465	1630	Venezuela	No		21	No	4	0	No		No		Familia	1.5	Bajo	No		Si
1466	1631	Venezuela	No		22	No	3	0	No		No		Familia	0.5	Normal	Si	Casa	Si
1467	1632	Venezuela	No		17	No	1	0	No		No		Familia	5	Bajo	Si	Casa	Si
1468	1633	Venezuela	No		23	No	2	0	No		No		Ambos	5	Sobrepeso	No		Si
1469	1634	Venezuela	Si		22	No	2	0	No		No		Trabajo	1	Bajo	Si	Casa	No
1470	1635	Venezuela	No		21	No	3	0	No		No		Familia	1	Normal	No		No
1471	1636	Venezuela	Si		23	No	3	0	No		No		Familia	1	Normal	Si	Calle	Si
1472	1639	Venezuela	No		23	No	3	0	No		No		Ambos	3	Bajo	Si	Casa	Si
1473	1640	Venezuela	No		20	No	2	0	No		No		Trabajo	1	Bajo	No		No
1474	1641	Venezuela	No		20	No	3	0	No		No		Ambos	5	Bajo	No		Si
1475	1642	Venezuela	No		21	No	4	0	No		No		Familia	1	Bajo	No		Si
1476	1643	Venezuela	No		21	No	2	0	No		No		Familia	0.5	Bajo	No		Si
1477	1644	Venezuela	Si		25	No	4	0	No		No		Familia	4	Sobrepeso	Si	Casa	Si
1478	1645	Venezuela	No		20	No	2	0	No		No		Familia	1	Sobrepeso	No		No
1479	1646	Venezuela	No		22	No	3	0	No		No		Familia	1	Normal	No		No
1480	1647	Venezuela	No		21	No	6	0	No		No		Ambos	5	Bajo	No		Si
1481	1648	Venezuela	Si		20	No	4	0	No		No		Trabajo	5	Bajo	Si	Casa	Si
1482	1649	Venezuela	No		20	No	4	0	No		No		Trabajo	1	Bajo	No		Si

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:43 4/05/2021

210405\_Sábana\_Hábitos-alimenticios\_Betsy - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

Calibri 11 A A Ajustar texto General Pegar N K S Fuente Alineación Combinar y centrar Número Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Autosuma Rellenar Borrar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

A4 3

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	
2230	2468	Panamá	Si	18	Si	1	200	No		No		Familia	100	Normal	No		Si
2231	2469	Panamá	Si	19	Si	1	21	No		No		Ambos	200	Normal	Si	Calle	Si
2232	2472	Panamá	No	20	Si	4	644	No		No		Familia	150	Bajo	No		Si
2233	2473	Panamá	Si	20	Si	3		No		No		Familia	100	Sobrepeso	No		Si
2234	2474	Panamá	No	21	Si	4	725	No		No		Familia	2540	Sobrepeso	Si		Si
2235	2475	Panamá	No	22	Si	4	800	No		No		Familia	30	Normal	Si	Casa	Si
2236	2476	Panamá	Si	21	Si	4	806	No		No		Familia	1000	Normal	No		Si
2237	2477	Panamá	No	19	Si	1	265	No		No		Trabajo	250	Normal	Si	Casa	Si
2238	2480	Panamá	Si	22	Si	4	800	No		No		Familia	80	Sobrepeso	Si		No
2239	2483	Panamá	Si	21	Si	4	625	No				Familia	65	Sobrepeso	Si	Casa	Si
2240	2484	Panamá	No	22	Si	4	886	No		No		Familia	20	Normal	Si	Casa	Si
2241	2485	Panamá	No	21	Si	5	725	No		No		Familia	250	Normal	No		Si
2242	2486	Panamá	No	22	Si	3	900	No		No		Ambos	3000	Bajo	Si	Casa	Si
2243	2487	Panamá	No	21	Si	5	806	No		No		Familia	100	Normal	Si	Casa	Si
2244	2488	Panamá	No	19	Si	1		No		No		Trabajo	100	Normal	Si		Si
2245	2489	Panamá	No	21	Si	4	881	No		No		Familia	200		Si		Si
2246	2490	Panamá	No	23	Si	3	891	No		No		Familia	400	Normal	Si	Casa	Si
2247	2491	Panamá	No	24	Si	4	600	No		No		Familia	300	Normal	Si	Casa	Si
2248	2492	Panamá	No	21	Si	5	887	No		No		Familia	200	Normal	Si	Casa	Si
2249	2493	Panamá	No	20	Si	2	1350	No		No		Familia	100	Sobrepeso	No		Si
2250	2494	Panamá	No	21	Si	4	869	No		No		Familia	300	Sobrepeso	Si		Si
2251	2495	Panamá	No	21	Si	4	725	No		No		Familia	60	Bajo	Si	Casa	Si
2252	2496	Panamá	No	18	Si	1	213	No		No		Ambos		Normal	Si	Casa	Si

Hoja1

Listo

Escribe aquí para buscar

18:44 4/05/2021